

あひる
サラダ

2011



はいっ ポーズ!

《上常呂地区・広郷》
川股さゆりさんと奏心くん・映心くん・勇心くん
Type:Dragon&Fire
Height:3.2m
えいしん
えいしん
ゆうしん
(紹介は2ページです)

特集

- 産地を支える「タマネギ列車」
～JR貨物 採算合わず廃止検討～
- 眞の意味で「食の安全」とは
～牛肉食中毒事件を契機に考える～



幾多の 作業を重ね

季節の薰り



恵まれた環境と肥沃な大地から玉葱、馬鈴薯、てん菜、小麦、水稻、高級菜豆、根菜類、メロン、イチゴ、長いも、さらに酪農も盛んなきたみらい地域は「北海道農業の縮図」とも言われている。

全ての農畜産物を作り上げるのに、生産者は幾多の作業を重ねて完成させる。

各作物とも順調に育った畑では、全国の消費者に安全・安心な農産物を届けるための作業に追われている。

きたみらい地域の代表作物「玉葱」も、その一つだ。ハウスのビニール掛けから始まり、種まき、育苗、植付け、中耕カルチ、草取り、根切りなどを行って、

最後に収穫作業だ。

生産者は、一つひとつの作業に手を抜くことなく、高品質の玉葱を育て上げた。この積み重ねが全国の市場と消費者から支持を得ている「証」とも言えるのでは。



【写真は8月30日、温根湯地区・平里で玉葱を14ha作付けする(有)牧野産業(牧野篤嗣代表)の圃場で撮影。根切り作業も終え、茎がカラカラに乾いた後、オニオンディガーで(円写真)玉葱を寄せていく作業を進めていました】

表紙紹介

元気な男の子3人兄弟

お母さんのお手伝いも積極的に行い、お留守番です。年長組の奏心くんは、お友だちのりょうすけくんと「ブロック遊び」や「おにごっこ」などを遊び、年少組の映心くんも、お友だちと元気に遊んでいます。奏心くんは今、「ラジコンカー」に夢中になっています。保育所から帰つくると、弟の映心くんとラジコンカーを抱えて外へ飛び出し、コントロールボックスを巧みに操縦しています。

お母さんのお手伝いも積極的に行い、映心くんにも同じ質問をすると「うーん?」とため息をつき、ノーコメント。お母さんは勇心くんを抱っこしながら話してくれました。

2人の弟のお世話をしてくれる奏心くんは、大きくなつたら「警察官になりたい」と話していました。

「男の子3人兄弟です。仲良くして健康で元気に育つてほしい」と話すと、側にいました。お父さんの貴和さんは、うなずいていました。



【ご家族紹介】

前列左から～長男の奏心くん(6)、ひいおばあちゃんのミツさん(83)、ひいおじいちゃんの香さん(87)、おじいちゃんの良幸さん(62)。

後列左から～おばあちゃんの由美子さん(61)、お父さんの貴和さん(34)と次男の映心くん(3)、お母さんのさゆりさん(28)と三男の勇心くん(7ヶ月)。

川股さんは、畑作三品と玉葱を13ha作付けしています。



特集①

産地を支える「タマネギ列車」
JR貨物採算合わず廃止検討

4

特集②

真の意味で「食の安全」とは
牛肉食中毒事件を契機に考える

6

もくじ CONTENTS

○季節の薰り	2
○表紙紹介	2
「元気な男の子3人兄弟」	2
○JJAきたみらい	2
ホットライン東西南北	8
○ほのぼの広場	12
・きたみらいのホープさん	12
・思い出の写真	12
・マイティエスト	12
「押し花」	12
・私のパートナー	12
・わが家のアイドル	12
・大きくなつたら	12
・おらがまちのおしどり夫婦	12
・まちがいさがし	12
・読者の声	12
○JJAからのお知らせ	16
○おひさまサラダクッキング	24
「イカと野菜のカレー・マリネ」	24
「アジのソテートマトソース」	24

特集

産地を支える「タマネギ列車」

JR
貨物

タマネギの生産量日本一を誇るJAきたみらいは、全国市場への出荷が順調に進んでいます。それに伴い本州方面に送るJR貨物の列車もコンテナにタマネギを満載し、連日、北見から札幌に向かっています。しかし、日本貨物鉄道(株)は採算性などを理由に北見から北旭川までの廃止を検討しており、「タマネギ列車」の愛称で親しまれてきたコンテナ輸送は、今季が最後の運行となる可能性を秘めています。



▲午後5時15分、54基の貨物コンテナを積み、出発に向け荷役線から本線へゆっくりと移動する「タマネギ列車」

タマネギを積んだ列車は、農産物の収穫に合わせて毎年8月から翌年4月下旬まで、毎日、北見→札幌間を往復しています。昨年1年間で農産物や砂糖、乳製品、紙製品、床板合板など25万3000トントを輸送しました。

同社の早川和也北見営業所長は、「昨年の猛暑・多雨と3月の東日本大震災の影響で、タマネギのコンテナ輸送は例年よりも3万3000トント減少している」と話していました。

昨年1年間の輸送量のうち、57%の14万3000トントがタマネギで、このうち当JA産が9万9000トント。バレイショも2万3000トントあり、コンテナ輸送が大きなウエートを占めています。

前年輸送量の

57%がタマネギ



当JAの市場への輸送体系は、JR貨物のコンテナとトラック輸送が柱で、タマネギ列車の運行は8月9日から始まりました。タマネギの7選果施設のうち、8月12日から4施設で本格的な選果が始まりました中、出荷最盛期を迎えた17日、7選果施設で選別を終えたタマネギ275・6トントが、53基のJRコンテナに積み込まれてトラックで北見駅に集結し、11両編成の列車に積まれ、午後6時40分に出発しました。北旭川で列車9両を増結し、8時間20分かけて札幌の貨物ターミナルに到着し、その後積み替えられて道内外に発送されます。



▲オニオンピカーで拾い集められていく
極早生種のタマネギ

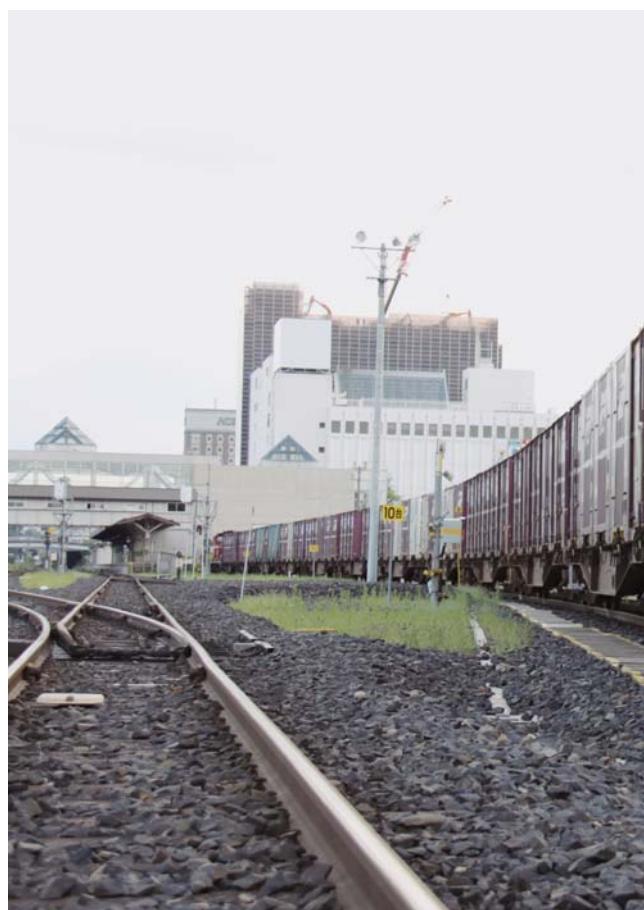
平成21年度までは1日3往復あつたタマネギ列車は、22年度に2往復今年は1往復に減りました。

JR貨物は貨車をけん引するディーゼル機関車（DD51型）の老朽化と、貨物列車の輸送量が北見発に偏る「片荷輸送」の採算性を理由に挙げています。

JR貨物の小林正明社長は今年1月13日、タマネギの輸送を鉄道からトラックへ全面的に切り替える方針を示しました。その5日後の18日、オホーツク圏活性化期成会メンバーと、当JAの西川孝範組合長など関係者16人が東京のJR本社を訪れ、貨物列車の存続を要請しました。

JR貨物側は「廃止を正式決定したわけではない」と述べ、トラックに切り替えた場合の課題なども含めて検討していると説明がありました。西川組合長は「北見は東京や大阪

オホーツク圏一体で 存続の訴え



JR貨物の「廃止検討」が浮上してから、初めて取材を進めてみると、改めて次の点を感じました。

■ 北見—北旭川間は最大で11両の列車で走ります。取材当日も11両の列車にコンテナ54基が積まれ、うち53基がタマネギでした。

1基に積まれる量は、20^{kg}入りのタマネギが260箱で、53基総計は1万3780箱となります。これを3基搭載できる大型トラックに換算すると、約18台のトラ

ックが必要となり、その威力は歴然としています。

■ 輸送が鉄道からトラックに移ってもJR貨物は、「輸送費も変わらない」と説明していますが、原油国との政局不安や先物投資などによって原油相場が不安定な状況です。この様に、燃料高騰が十分考えられる中、「採算合わず」を理由にしているJR貨物が燃料高騰分を生産者側に強いられることも懸念されます。

24年度運行に伴うJR貨物側の具体的な方針は打ち出されていませんが、存続に向けてオホーツク管内の生産者とJA、関連企業、そして行政と共に、コンテナ輸送の必要性を訴えていくことが大切と感じました。



▲JAきたみらいのイラスト入りコンテナ1基に260ケースのタマネギが積まれる（北見地区タマネギ選果場）



▲北見通運のトラックで運ばれた後、JR貨物のリフトで列車に積み込まれます

眞の意味での「食の安全」とは

牛肉食中毒事件を契機に考える

(農林中金総合研究所顧問 野村一正)

焼き肉チェーン店で発生した牛肉の食中毒事件は、食中毒の恐ろしさをあらためて私たちに突き付けました。飲食店などの事業者・行政・消費者それぞれが、食の安全について考えるきっかけになつたと思います。そこで今月は、元時事通信社解説委員で、現在は農林中金総合研究所顧問の野村一正氏に、安全な食生活を送るために何をすべきかをお話しいただきました。

「新鮮な牛肉だから生で食べて大丈夫」。焼き肉店で人気のメニューだったユッケを食べて多くの人が重い症状に苦しみ、男児を含む4人が亡くなった集団食中毒事件の背景には、事業者・消費者の双方に、こうした「新鮮なら食中毒にはならない」という牛肉に対する誤った思い込みがありました。

「新鮮なら大丈夫」ではない

「O(オー)111」

生食に関して、消費者や事業者にはより多くの情報提供と警戒感の醸成、そして国にはより強力な指導が求められるでしょう。

111の他にO157、O26などによる食中毒事件が過去に起きていました。

これらの大腸菌は牛などの腸管内に存在し、まず食肉処理の段階で肉に付着する可能性があります。肉の表面を蒸気や水で徹底的に洗うなどの処理をしない限り、これらの大腸菌が付着することは避けられません。

仮に食肉処理場での菌の付着がなかつたか、あるいは取り除くことができたとしても、流通の段階で汚染されることも考えられます。腸管出血性大腸菌が肉に付着する可能性は、ぜひとも考慮すべきです。肉が新鮮でも、こうした危険性に変化は拡大したのです。

危険が付きまとう肉や動物内臓の

出血を伴う下痢などの症状に襲われます。さらには腎臓の機能が落ちる溶血性尿毒症症候群（HUS）、脳神経が働かなくなる脳症などの思い症状を引き起こし、その結果死に至ることもあるのです。わが国ではO111の他にO157、O26などによる食中毒事件が過去に起きていました。

これらの大腸菌は牛などの腸管内に存在し、まず食肉処理の段階で肉に付着する可能性があります。肉の表面を蒸気や水で徹底的に洗うなどの処理をしない限り、これらの大腸菌が付着することは避けられません。

腸管に汚染されている可能性があるにもかかわらず、これまでの衛生上の管理はお寒い状態でした。

厚生労働省は13年前に「生食用肉の衛生基準」を策定し、都道府県などに通知しています。しかし、すでに今回の食中毒事件が発生する以前から、これらの基準を満たした生食用肉は流通していないといわれていたのです。

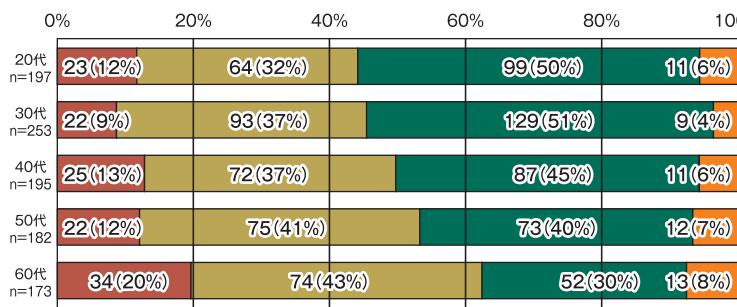


わらはりません。

さりに忘れてならないのは、腸管

出血性大腸菌は数十から数百個という少ない菌数でも、いつたん感染すると中毒症が発症する恐れがあるとの報告もあるほど、感染性の高い大腸菌であることです。

鮮度が高いことは安全性とは直接関係ないことを知っていたか



肉の生食による中毒は鮮度にかかわらず発生することを知らない人は多い（東京都食品安全情報評価委員会の報告書から）

また、ユッケやレバーの刺し身などを提供する飲食店の側にも「新鮮なら大丈夫」などの誤った考え方がありました。結果、調理用具の消毒を行わずに料理を客に提供していたケースも多かったのです。

厚労省が策定した基準に罰則がないこと、飲食店同士の価格競争が烈になって、常識を超えた安い値段での料理の提供が行われるようになつたことも、安全確保がないがしろにされる状況に拍車を掛けたといえます。

意識が低い飲食店

事実、6月に厚労省が発表した都道府県などによる飲食店や食肉処理業者などへの立ち入り調査では、飲食店の半数、食肉処理業者の35%が国衛生基準を守っていないことがわかったのです。このため、実際にはさらに多くの飲食店などで基準が守られていない可能性があります。

今回の食中毒事件を受け、厚労省は新たに「生食用食肉に関する規格基準」を策定し、その効果などについて食品安全委員会に評価を依頼しました。内容の妥協性については、同委員会で科学的な検証・評価が行われます。しかし厚労省の案を見る限り、生食用の肉については今後安全確保のためのかなり複雑で厳格な処理作業が求められることになりそうです。

問題は、複雑かつ厳格な処理が日常行われ得るものかどうかです。今後制定される規格基準には、これを守らない場合の罰則が設けられます。そういう意味では従来の衛生基準よりも実効性が担保されているといえます。

低価格の裏には

腸管出血性大腸菌に起因するような危険な食中毒を減らし、なくすためには、単に法整備だけでは十分とはいません。事業者・消費者双方の意識を変えることも必要です。食肉の生食による食中毒は鮮度と関係なく発生するという事実を知る消費者は少ないのです。特に若い層に

食中毒をなくすことができるかどうかについては、疑問の声があります。食肉を生で食べることに対する需要は多く、ユッケは焼き肉店の人気メニュー。レバ刺しも人気があり、客の要請に応えて無理をする店も出てくると懸念されるのです。

しかし罰則だけで、果たしてその傾向が強く見られます。

また、生食のための規格基準を厳格に守れば、コストがかかります。

「1皿280円」の格安生肉を提供するには、どこかで無理をしているはずです。

そういう内容を消費者もよく理解し、飲食店など事業者も消費者に安全に関する情報を知らせる努力をすべきです。鮮度だけでなく、安全を確保するための努力をして初めて食中毒の危険性を低減できること、そのためにはコストもかかることがあります。

法整備によって国や自治体による監視を強めることと並行して、情報提供と消費者・事業者双方の意識改革を進めることで初めて、食の安全は確保されると考えるべきです。

腸管出血性大腸菌による食中毒を防止するには

① レバーなどの牛内臓や牛肉を生で吃ることは控える。



② 腸管出血性大腸菌は75度で1分間以上加熱すれば死滅するので、牛内臓や牛肉を調理する際には、中心部までよく加熱する。



③ 特に乳幼児やお年寄りは、死亡したり重い症状になることがあるため、生や加熱不十分なレバーなどの牛内臓や牛肉を食べないよう、周りの人も含めて注意する。



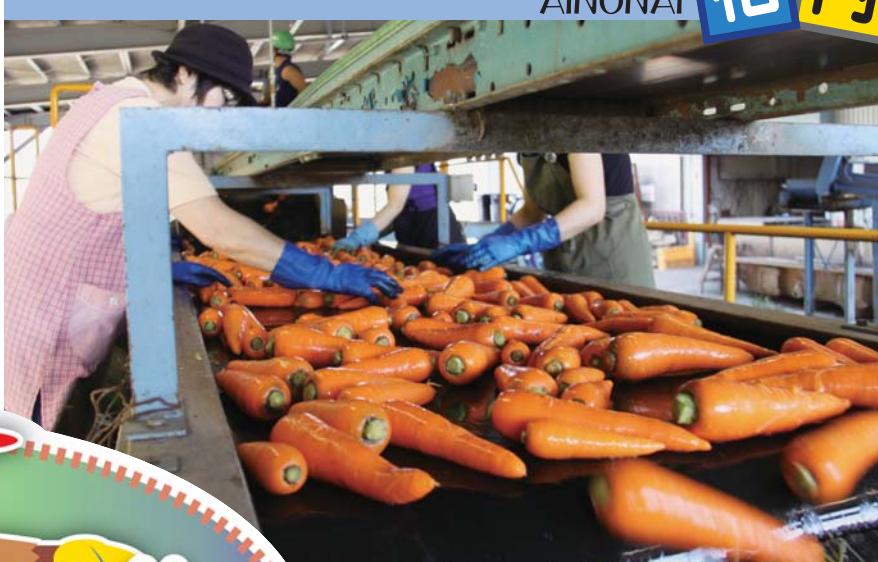
※食品安全委員会ホームページから

出荷最盛期 Ecoみらいにんじん

～生産者26戸で
27ダル栽培～

AINONAI

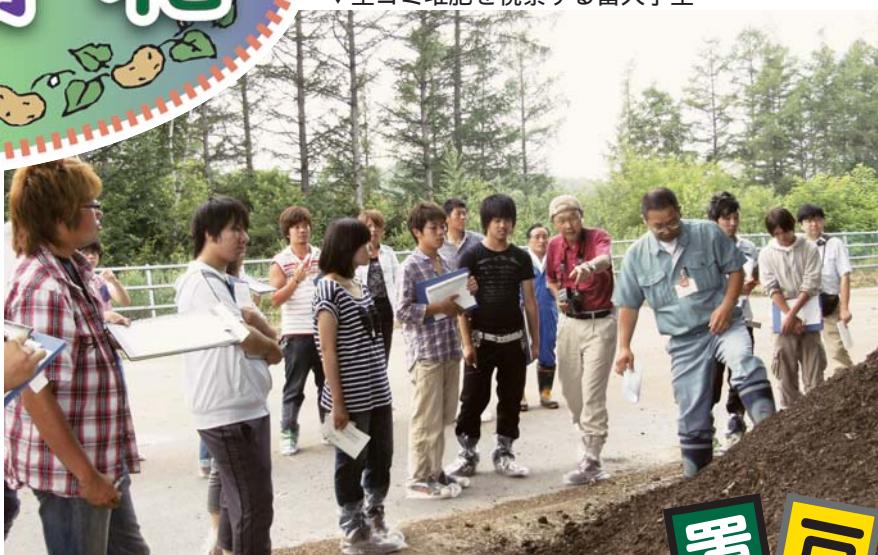
相内



▲洗浄され、オレンジ色に輝くEcoにんじん

南北

▼生ゴミ堆肥を視察する畜大学生



OKETO

置戸

将来の後継者 JA施設を見学

～帯広畜大の
別科生21人が来町～

イエス・クリーンに登録されている人参の出荷作業が最盛期を迎えています。

相内地区の人参作付面積は約27ヘクタールで、品種は「向陽2号」で、26戸の組合員皆さんが栽培に取り組んでいます。今年は、降雨による人参の品質が心配されましたが、生産者皆さんのお頃の肥培管理などの努力により、

例年並みの品質を確保しています。

収穫された人参はフレコンパックで東相内にある選果場に運ばれ、洗浄された後、傷物などを取り除きます。規格毎に選別された人参は、ダンボールに詰められ、主に関東・名古屋方面に出荷されます。

将来の農業後継者を目指し、帯広畜産大学別科で勉学に励む学生と教員ら21人が8月8日、当JAの堆肥センターを視察しました。

3泊4日の日程で、道内の農業先進地研修視察先の一つとして、同施設を訪れたものです。

学生のみなさんは、施設の概要や

原料受け入れから製品搬出までの工程を見学しながら、JA担当職員から説明を受けていました。

堆肥の切り返しを行う攪拌機が作動した時には、機械の大きさと迫力などに驚きながらも、熱心にメモをとしながら、真剣な眼差しで聞き入っていました。

サラダの必需品 レタス収穫

～1ヶ月間半で
約90トン出荷見込み～

ONNEYU

温根湯



▲9月中旬まで続けられるレタスの収穫

平里地区の原谷清作さんの圃場では、レタスの収穫作業が最盛期を迎えております。

原谷さんは、レタスを5・3ヶ月作付けし、収穫作業は7月下旬からの月中旬まで続けられ、250㌧の出荷を見込んでいます。

収穫作業はパート従業員の皆さん

といっしょに10人前後で行います。この他にも白菜、キャベツを作付けしている原谷さんは「今年は湿害の影響で若干減収となりそう。品質は上々なので市場の価格に期待したい」と話してくれました。

レタスは主に函館、旭川の市場に出荷されています。

▼焼き鳥を販売するフレミズのみなさん



KAMITOKORO

常呂

夏の風物詩を 家族みんなで

～地域住民や
組合員も大勢参加～

上とこの地域でお盆に合わせた

「夏祭り」が8月14日、田川のさと銀河線上常呂駅前で行われました。

同地域の商工会や町内会、農事組

合長などが祭りに向けて交通整理やテント張りなど準備に追われています。雨降りにも関わらず、祭り本当に大勢の家族連れが参加しました。

フレッシュユミズ上常呂支部（吉田由利香支部長）も焼き鳥コーナーを出店し、役員の皆さんには「焼き鳥いかがですか！」と声を出し、祭りの雰囲気を盛り上げていました。

あいにくの雨により、子供たちが楽しみにしていたゲーム大会、大人・子供盆踊り大会は屋内での開催となりました。

フレッシュユミズ上常呂支部（吉田由利香支部長）も焼き鳥コーナーを出店し、役員の皆さんには「焼き鳥いかがですか！」と声を出し、祭りの雰囲気を盛り上げていました。



東西

常呂

東西

常呂

東西

常呂

東西

常呂

札幌の大型店で 「真白」をPR

～栽培の思いを
店頭で伝える～

KITAMI

北見



▲真白のPR販売に努める生産者

南北

▼70人が参列して行われた地碑移設竣工式



訓子府

2地神碑を 移設改修

～70人参列して
完成を祝う～

北見市こだわり野菜部会真白栽培グループは8月21日、生産者の名が札幌市内で白いタマネギ「真白」の販売促進を行いました。イオン札幌桑園店、アリオ札幌、東急百貨店さっぽろ店の3店舗で、職員と共に分かれ売り場に立ちました。

生でおいしく食べられる真白のお勧め簡単料理の一つ、スライスした真白に鰹節と搾りたて生醤油をかけ

て食べる試食コーナーには、大勢のお客さんが詰めかけ、ワゴンいっぱいに積んであつた真白はすぐに売り切れ、追加するほどでした。

朝6時北見出発、5時間の販促とハードな1日となりましたが、生産者皆さんの表情には「真白をしつかりPRできた」という満足感が漂っていました。

日出実践会には、食物神と諸産業の守護神とされている「豊受大神」と、家畜への鎮魂の意を表した「家畜報恩碑」の2つが祭られています。建立から60数年の年月を経過し、台座の老朽化が進んでいることから、同実践会は「日出神社移設委員会」を設け、4月13日から移設工事を着工。地鎮祭、石碑撤去、御神木の移植などの工事を進め、4ヶ月後の8

月13日に完成したことに伴い、「地神碑移設竣工式」を行い、会員や関係者など約70人が参列しました。

同会の古沢栄一委員長は挨拶で「会員や地域の方々の協力により完成した。この日を新たな歴史のページとして心に刻み込もう」と呼び掛けました。式典後には、参列者全員が参加して、完成を祝う宴が行われました。

平成13年から導入した無人ヘリコプターの水稻防除（カメムシ・いもち病）が、申し込みがあった生産者の水田で今年も7月27日から始まり、8月4日まで行われました。

11年目を迎える、無人ヘリ防除の効果の高さ、農薬の速乾性、またこの時期は、秋まき小麦の収穫や早出し用の玉葱と馬鈴薯の収穫などと重な

ることから、生産者に利用が浸透してきています。

今年は37戸から185㌶の申し込みがあり、水稻全面積の70%にも達しています。防除作業は2回で体系化され、使用薬剤や撒布計画に基づいて生産者が選択するシステムになっています。

女性部留辺薬支部（春木君枝支
部長）は8月12日、JA留辺薬地区事務所駐車場で地元消費者に親しまれている「第18回青空野菜市」を開きました。新鮮な野菜を求めて地元住民の皆さん約250人が訪れ、格安の玉葱、馬鈴薯、スイートコーンなど約20品目が1時間ほどで完売する盛況ぶりでした。

同町に住む50代の主婦は「作った人の顔が見えて安心。本州に住む娘に送りたい」と、タマネギとバレイショを買い求めました。

春木支部長は「部員の協力に感謝したい」とし、「野菜を通して消費者の皆さんとの会話が楽しみ」と青空市の魅力を話してくれました。

無人ヘリで 水稻防除撒布

～水稻全面積の
70%にあたる185㌶～

TANNO

端野



▲順調に行われた無人ヘリ水稻防除

▼地元の消費者でにぎわう青空野菜市



東西

留辺薬

野菜を通して 消費者と交流

～青空野菜市に
地元消費者250人～

ほのぼの広場

想い出の写真

青年団活動

～人生の1ページ～

この写真は39年、石森さんが22歳の時に参加した北見市青年団体協議会（現在の北見市青年団体連絡協議会）の全道大会（開催地は？）が開かれ、その時の入場行進時に撮影されたものです。

青の生地に白字で「北見市」と書かれた団旗を持って行進に望みました。バレーや卓球などの競技は地区大会を勝ち抜いて道が開かれる全道大会ですが、勝ち負けに拘らない「参加することに意味がある」という考え方を基本にした参加者が多かったようです。

当時の若者の娯楽は「映画か青年団」のどちらかであったことから、生活の楽しみや充実感を求めて大勢の人が青年団に加入していました。体育祭や演劇会など、いろいろな行事がある中でも、他の青年団との「親睦会」（今で例えると“合コン”）は、友人も増えたり、カップルも誕生したりして、印象深い活動の一つだったそうです。「もしかして、石森さんと奥さんも……？」と伺うと、「はい、そうです」と、恥ずかしそうに笑って応えてくれました。

奥さんのまり子さんとの出会いや様々な想い出がある北青協活動ですが、石森さんにとって「人生の1ページ」と言えるような大切なものです。



訓子府地区・緑丘
大正寺 恵子さん(58歳)



【写真説明】

右側の作品は、カレンダーの風景写真を参考にして作り上げた作品。左側はデルニュウム、コスモス、白キクなどの花を材料に作り上げた作品。



きたみらいの
ホープさん

覚えることがたくさん

置戸地区・川南

畠中 清貴さん(21歳)



清貴さんは、酪農専業経営を営む畠中清秀さん、良子さん夫妻の長男で就農して2年目です。

趣味は？

DVD鑑賞とインターネットです。

理想の女性は？

明るく、話していて楽しい人。

結婚はいつ頃までに？

予定は未定です。

休日はどんな事をしていますか？

家のんびりDVDや音楽を聴いていることが多いです。

農業で学び実感したことは？

生き物を扱ううえでの難しさ、相手も生きているので簡単ではないですが、こっちの努力が通じた時、やりがいを感じます。

今後の抱負は？

就農して2年目に入りましたが、まだまだ覚えることがたくさんあるので頑張っていきたいです。

10月号の「ホープさん」は、JAきたみらい青年部相内支部の？さんを予定しています。広報編集委員が突然、取材に伺いすると思いますが、何卒、ご協力願います。

私の パートナー



今月号の“私のパートナー”は、今年の3月に結婚され、とてもお似合いのカップル岡崎和久さんと幸恵さん夫妻を紹介します。

仲良く明るい家庭を

訓子府地区・柏丘

岡 崎 和 久 さん(33歳)
さち え
幸 恵 さん(36歳)

Qご結婚されたのはいつですか？

今年の3月です。

Q知り合ったキッカケは？

農業実習生として町内でホームステイをしていましたことがきっかけです。

Q初めて会った時の印象は？

和久さん「明るいねえちゃんなんだなあ～(^_^)」

幸恵さん「性格合わなそう（無理）」

Q結婚を決意した大きなポイントは？

和久さん「料理が上手！」

幸恵さん「……」

Q幸恵さんの出身地は？

神奈川県横浜市です。前職はトラックの運転手をしていました。

Q子ども何人？

3人くらいは欲しいです（男2人、女1人）。

Qどんな家庭を築きたいですか？

明るくにぎやかな家庭を築きたいです。

Q今後の目標、あるいは夢を？

現状は、農産物の品質・歩留まりも良好に推移しているので、今後も維持しなければと考えています。また、家族目標としてはお互いの意見を尊重し、ずっと仲良くいい家庭を築いていければいいなあと思います。



【写真説明】

昭和39年に開催された道青協全道大会の開会式に行われた入場行進です。

北見地区・若松

石森 幹朗 さん(68歳)



押し花

大正寺さんの趣味は「押し花」です。訓子府町内に63の文化学習ボランティア団体・サークルを一堂に介绍了「まなパル2011」の中の押し花サークル「あじさい」で、1ヶ月に1回の活動に参加しています。

6年前、友人に誘われたことがきっかけで同サークルに加入。しおりやコースターといった小物から、49号の額に入れた作品まで大小合わせて約50点以上を作成してきました。

右側の49号の作品は、JAきたみらいのカレンダーに掲載されていた写真を見ながら、4~5時間で仕上げたものです。紅葉や枝、母子草などを材料として使い、遠くから見ると、まるで絵画のような作品です。

相当な集中力を要する作業で、疲労も大きいものではと思いきや、作り終えた時は、疲労感よりも達成感や楽しかったという感覚の方が大きいそうです。以前、受け入れていた酪農実習生に、しおりなど小さな小物をプレゼントしたと伺い、押し花が実習生と大正寺さんの想い出の絆を強めていると感じました。

取材が終わると「水をあげないと」と押し花の素材になる自宅前の花を大切そうに眺めていました。





まちがいさがし

Bのイラストには、Aのイラストと違う部分が5カ所あります。
間違っている部分を右下のイラストの中の数字でお答え下さい。

A



B

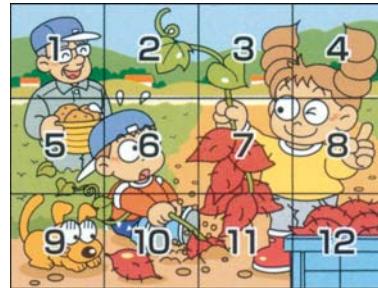


8月号クイズの当選者

8月号のまちがいさがしの答えは「2.5.7.8.11」でした。正解者40名の中から抽選の結果、当選者は次の方々です。尚、抽選はJAきたみらいの山本常務にお願いしました。

() 内は支所名

- ・苦米地結衣さん(温根湯)・浜田 和晃さん(訓子府)
 - ・中川 範嗣さん(留辺蘂)・中川 陽子さん(相内)
 - ・酒井美和子さん(置戸)・穴田 惣一さん(上常呂)
 - ・井関 智広さん(訓子府)・福井絵理子さん(北見)
 - ・川畠真佐子さん(訓子府)・今村 一郎さん(端野)
- 以上の方々には、エーコープ店の商品券500円券2枚をプレゼントします。



応募方法

答えが解った人は、別紙の応募用紙に答え(番号)と広報誌へのご意見・ご感想を記入してFAXでご応募下さい。抽選で10名の方に、JAきたみらいのレトルトカレー「玉ねぎと牛すじカレー」180g入りを2箱プレゼントします。



盆、仏様に小さな手を合わせる孫たち3人の後姿いつも感心しています。昨年並みではないけれど、暑かった夏も終わつたようですね。

(温根湯地区・長谷川和子さん)

昨年の残暑と比較すると、過ごしやすくなりました。北海道の短い夏も終わり、紅葉の秋が間近ですね。



し振りの実家帰省で、おひさまサラダを拝見しました。カラフルで昔より見やすくなっています。実家では星がきれいに見えるので、たくさん見て帰りたいと思います。

(訓子府地区・及川 理恵さん)

きれいな星をたくさん見て、帰省されたことと思います。是非、来年も故郷に来てください。



ちがいさがしは楽しいです。高齢になると脳が衰えて困ります。クイズやイラストを見るのが大好きです。脳と目のリハビリに大変良いです。

(置戸地区・安 アイ子さん)

まちがいさがしなどのクイズは、今後続けますので、どんどんご応募下さい。

災害を目の前にすると、毎日の平々日々がものすごく大切に思えてきます。同じ年のないことを、毎年、新しい苦があり楽があり。

(北見地区・匿名希望)

毎日の繰り返しを改めて見つめると、何もないことが幸せなのかも知れません。

大学と地域連携強化

北海道大学、酪農学園大学、帯広畜産大学の3大学が構成する「地域拠点型農学ワークステンションセンター」と連結協定を結ぶ訓子府町で、地域の農家と大学研究者が連携を深めています。これから地域農業の戦略を策定したり情報の発信などに力を注いだり、様々な取り組みを積極的に進めています。

農の現場を知り

情報発信源に



▲タマネギの茎寄せ作業に励む松尾さん

今年は初めて3大学が連携した「食の安全・安心基盤学」を受講する大学院生8人が農業実習に汗を流しました。実習を通じて消費者に情報発信してもらうのが目的です。

務所は設けた一課子府サテ「イト」でも、農家7戸が大学院生を受け入れました。

作三品、薬草、メロンなど20種類と、4戸共同でタマネギ5・2^{ダブル}栽培する大坪広則さん(53)宅で、6月に5日間、8月に5日間の2回に分けて実習に励みました。

地場産農畜産物に親しんでもらおうという食農教育活動の一つで、昨年に続き2回目となります。アイスは置戸町産の牛乳を原料に、同町の乳製品製造施設「置戸町夢見館」で作った「OKETTOーICE夢色えのぐ・バニラ」。牛乳が出来上がるまでの工程や栄養素、牛の「なるほど百科」なんだパンフレット「牛乳サポート」も作って添

北見市、訓子府町、置戸町の1市2町とオホーツクNOSI、網走農業改良普及センター、JAきたみらいでつくる北見地区農業振興連絡協議会は8月23日、地元産牛乳で作ったアイスクリーム計2600個を3市町の全小学校に一斉に届けられました。

北見地区農業振興連絡協議会

小学校にアイス2600個提供

ひんやり、給食で笑顔



▲冷たいアイスクリームに笑顔を見せてくれる男子児童と女子児童

北見市の若松小学校では8月25日
給食時に先生が配り、全児童の23人
は思いがけないアイスに歓声を上げ

除草作業やバレイショの収穫、タマネギの茎寄せなどを体験した松尾さんは「農家の皆さんが食の安全・安心に積極的に取り組んでいるのが、実習を通じて伝わってきた」と体験の感想を話してくれました。

受け入れた大坪さんは、「食を生産する農業の実態を学生や消費者に発信してほしい」と期待を寄せていました。

今回の実習を短期の体験で終わら

せないために8月20、21の両日に札幌市の北大で開かれた「北大マルシェ」では、大坪さんが栽培した薬草の販売を松尾さんが担当しました。訓子府サテライトに常駐する北大大学院農学院の山内庸平博士研究員は、「学生たちは農業の現場を知り、その情報を消費者へ橋渡しする役割を担っている」と実習の目的を話してくれました。

地元食材で レストラン

訓子府町の農業青年

訓子府町の農業青年を中心とした10人のメンバーは8月20日、同町公民館で1日限りのレストラン「ピストロKUNNEPPU」を開店。町内外から家族連れなど80人が来店し、地元食材を生かした農家自慢の手作り料理を堪能しました。

消費者と生産者の結び付きを深め、地域の活性化を目指して昨年の4月にスタートし、今回で5回目。新たにメンバー3人が加入し、カラフルなしおりも手作りで作成。

また、食材を提供した生産者に直接、店内で農産物のPRしてもらうなどの新たな工夫を取り入れました。実行委員長兼総料理長の石川修さん(34)は、畑作専業農家。大阪の調理専門学校を卒業後、1999年の春まで旭川市内のフランス料理店に勤めた経験の持ち主です。

食材はメンバーの農業青年が育てたタマネギ、トマト、ナス、バレイショ、米、牛乳など持ち寄り、他にメロン、ミニキヤベツ、豚肉、魚介

類なども地元食材を使用しています。「新ジャガの冷製クリームスープ」「夏野菜のオーブン焼き」「きたほなみピツツアマルゲリータ」など自慢の10品を料理し振る舞いました。家族6人で初めて来店した同町駒里の農業、佐々木静子さん(59)は「ハチミツと生姜を利かせた『鶏のサラダ仕立て』は、あっさりしておいしいかった」と料理を評し、「地元農業青年の頑張りに応え、次回も参加したい」とエールを送りました。

石川さんは「この活動が、農業や

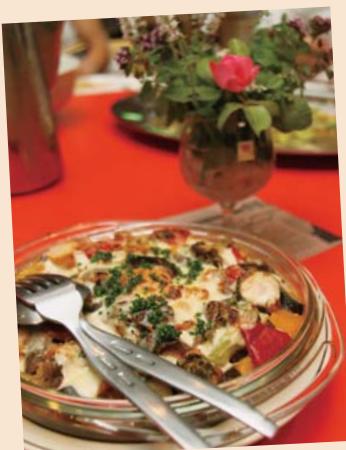
地域の発展に少しでも役立つように今後も頑張っていき」と抱負を話してくれました。来春には消費者といっしょに野菜を栽培する「ピストロファーム」も企画しており、来場者に参加を呼び掛けていました。



▲1市2町の25の小学校に贈られたアイスと「牛乳はみんなのサポーター」のパンフレット

大喜び。児童会長の後藤瑠奈さん(6年)と2年生の南平悟くんは「ひんやりしておいしい」と満足顔で話してくれました。

一緒に添えたパンフレットに三宅直哉教頭は「牛のキャラクターがかわいい。説明文にも読み仮名がふられ、低学年でも理解できる作りですね」と話してくれました。



▲「夏野菜のオーブン焼き」



▲数々の料理を味わう訓子府町柏丘の高城耕一さん夫妻

お知らせ

ACTION

『玉ねぎまるごとグラタン』

●材料(2人分)

玉ねぎ………2個
赤玉ねぎ………1個
ベーコン………40g
塩、黒コショウ……少々
オリーブオイル……適量
サラダ油………適量
粉チーズ
パセリ

〈ホワイトソース〉

*先に作っておく
バター……………20g
牛乳……………200cc
小麦粉……………大さじ2
①なべにバターを入れ火にかけ、バターが溶けたら小麦粉を入れて粉っぽさがなくなるまで炒める。
②牛乳を4~5回に分けて入れ、ダメにならないようによく混ぜる

●作り方

1. たまねぎの薄皮をむき、サラダ油をひいたフライパンで丸ごと表面を焼く。その後10分くらい蒸し焼きにする。(オープンがある場合は、オープンで焼く)この時フォーク等で玉ねぎに穴を開けておくと火の通りが早い。目安は玉ねぎの表面に焼き目がついて、少しやわらかくなる程度。
2. 玉ねぎが冷めたら半分より上でカットし、2枚ほど身を残してフォークで中身をくりぬいて、玉ねぎカップを作る。くりぬいた中身はみじん切りにする。
3. フライパンにオリーブオイルをひき、みじん切りした玉ねぎとベーコンを炒める。先に作っておいたホワイトソースを入れ、塩・黒コショウで味を調節する。
4. 3を玉ねぎのカップに詰める
5. アルミホイルの上に4をのせ、粉チーズ、オリーブオイルをかけてふた(カットした上部)をして包む。フライパンで蒸し焼きにする。
6. 赤玉ねぎをスライスし、サラダ油でカリカリに揚げる。
7. 焼きあがった5に6をトッピングして出来上がり!



▲玉ねぎまるごとグラタン



▲フードコーディネーターの小西克司さん



▲赤タマネギを手にして小西さん(中央)の質問に応える会田会長(右)

NHK札幌放送局が、毎週月曜から金曜日に放送している番組「つながる@きた力フェ」の収録が8月24日、きたみらい玉葱振興会の会田貢会長の園場(端野地区・川向)で行われ、同番組で毎月1回放送している「産地ふれあい紀行」のコーナーで紹介されました。(9月1日・午前11時30分から)。

量日本二」のきたみらい産タマネギについて、いろいろとお話しを伺うという内容です。その後、小西さんが早生タマネギと赤タマネギをメインにした創作料理を作つて紹介してくれました。

今回、NHKと小西さんのご厚意により、料理レシピ(別掲)をいたしましたので、皆さんもチャレンジしてみませんか?

「つながる@きた力フェ」に登場

NHK札幌放送局が現地取材

大学・短大・専門学校生大歓迎 JAグループ職員・社員養成学校 JAカレッジ

- 60名 •1カ年、全寮制 •高校卒(見込)、21歳未満男女
- 大学、短大・専門学校卒(見込)、24歳未満男女
- 試験日:12月12日・13日・14日 •願書受付:9月12日~11月14日

JA、農業
関連会社へ

平成20、21、22年度
100%就職

お問い合わせ・資料請求

(財)北海道農業協同組合学校

〒069-0834 江別市文京台東町43-1
(JAカレッジ) ☎ 0120-918-417
<http://www.ja-college.jp/>

札幌駅で農産物PR

手作りパンフレット添えて

訓子府中学校の3年生

訓子府中学校の3年生37人が修学旅行中の8月28日、札幌市のJR札幌駅構内で地元産農産物を通行人の皆さんに配って、地域農業の魅力をPRしながら、「ぜひ遊びに来てください」と呼び掛けていました。札幌でのPR体験は今年で3回目。

25日から28日まで3泊4日の日程で函館などを回り、最終日の当日、朝から活動に取り組みました。当JHAが提供したタマネギ300個、バレイショ600個がテープルに用意。生徒たちが手作りしたPRパンフレットなどと共に袋詰めして、駅構内の道行く方々に手渡すと、「頑張ってね!」と温かい声を掛けられました。

「メロン王国」などと染め抜いた青や黄色の法被姿の生徒たちは、訓子府の農産物について知っていますか?などを聞くアンケートも行いました。集計結果は10月の学校祭で発表されます。

今回の活動に先立ち、菊池一春町



▲笑顔で地元産農産物を配り、PRに努める生徒のみなさん
(掲載の写真は、日本農業新聞北海道支所より提供いただきました)

名物ロデオで大盛り上がり

女性部の野菜市も大人気

「第34回太陽まつり」が8月21日、北見市端野町屯田の杜公園メルヘン広場で開かれ、大勢の地元住民でにぎわいました。同町の商工会やJAまたみらい女性部端野支部などでつくる実行委員会の主催。

花火を合図に豊穣太鼓が鳴り響き、紅白の餅が60㌘まかれて祭りを盛り上げました。

女性部員のフリーマーケットと、もぎたてのスイートコーン、カボチャ、バレイショ、ミニトマトなどの格安販売も人気を集めました。

祭りの名物は「ウォーターロデオ」。水槽の上に渡した丸太にまたがって向かい合い、軽い素材の大きな棒で相手を押したり、たたいたりして水槽に落とす競技。3人1組の団体戦に一般18、中学生9、小学生5の計32チームが参加。バランスを崩して選手が落ちるたびに、歓声が上がっていました。

長から「ふるさと特別大使」に任命された須河杏奈さんは「人が大勢いる場所でPRさせてもらい、やりがいがあります」と話し、意欲的にPRしていました。

高橋正美校長は、「この活動を通じ、生徒が自信と誇りをもつてくれればうれしい」と話してくれました。



▲懸命に戦う「ウォーターロデオ」の参加者



▼女性部端野支部の野菜市

端野町
太陽まつり

JA広報誌「おひさまサラダ」8月号でも紹介しましたが、新品種ジャガイモ「スノーマーチ」をPRする歌のCDとDVDが完成し、8月12日、製作に協力いただいた北見在住の歌手・池政昇さんが当JAを訪れ、西川組合長に贈りました。

歌の題名は「スノーマーチのうた」。DVDには、池さんや農家生産者の子供たちが出演。白い花をつけたス

新品種ジャガイモ「スノーマーチ」DVDとCDが完成



▲完成した「スノーマーチのうた」のDVD



▲西川組合長にDVDとCDを贈る池政昇さん（右）

7月に開催された「FIFA女子ワールドカップ」（ドイツ大会）で初優勝した日本代表メンバー・高瀬愛実さんに、小谷毎彦北見市長からJAきたみらい産の玉葱と馬鈴薯各10kg入り25ケースが贈呈されました。高瀬さんは、中学校卒業まで北本市に在住。今回の「なでしこジャパンメンバー」の一員として活躍したことと共に伴い、当JA賞が贈られることに伴い、当JA

から玉葱と馬鈴薯、さらに同市からは、北見メロン30玉も贈られました。小谷市長は8月8日、高瀬さんが所属するクラブチーム「INAC神戸レオネッサ」を訪れ、栄誉賞の表彰状と当JAからの農産物目録が手渡されました。なお、玉葱と馬鈴薯については、9月中旬までに発送される運びとなっています。

現在、ロンドン五輪に向けたアジア最終予選真っ最中の「なでしこジ

ヤパン」。日本中を感動させたワールドカップを弾みに、今後も更なる活躍が期待されます。ぜひ、当JA産のおいしい玉葱とジャガイモを食べ、パワーアップを図って欲しいと思います。

がんばれ！なでしこジャパン！



▲栄誉賞ときたみらい産農産物の目録を手渡された後に、小谷北見市長と握手する高瀬選手（右）

「なでしこジャパン」に きたみらい産農産物でエール

ノーマーチが一面に広がる畑で、楽しそうに歌っています。「にくじやが・カレー・ポテトフライ」「どんなレシピもエース級さ」の歌詞に合わせ実際につくった料理も登場し、スノーマーチの特徴が存分に伝わる内容に仕上がっています。歌は、きたみらい馬鈴薯振興会や池さんを始め多くの関係者が知名度向上のために企画されたものです。

西川組合長は「すぐに覚えられる歌。有效地活用し市場や消費者みなさんに売り込みたい」と、池さんに感謝の言葉を述べました。

JJAでは早速、CDとDVDを購入すると共に、同振興会々員の皆さんにも購入の取り纏めを実施したところです。

心をいやす ハスの花満開

市田さんの手作り池

市内小泉で水稻や小麦、てん菜など約26畝を作付けする市田啓一さんの父、信一さん（74）が造った池にハスの花が満開に咲き誇っています。市田さんは旅先で見た一面のハスの花に感動し、「自分も育ててみたい」と7年前に、ため池を改良して1700平方㍍の池を造り、翌年からハスを育て始めました。

北国では珍しいハスの花が「北見でも見られる」と、多くの市民が訪れたのをきっかけに、2年前から市田さんが所有する沢地を利用して第2の池「鏡池」を造り、この春に完成しました。

鏡池の広さは約3000平方㍍で、遊歩道や木のベンチ、トイレスなど整備し、トンボや水辺の昆虫、野鳥も

数多く集まります。

ハスは8月上旬から20℃ほど

の花を咲かせ、

市内曙町に住む

鈴木喜美子さん

（62）はスケッ

チブックを片手

に「ベンチに座

つてハスの花を

眺めていると、心が落ち着く」と話

しながら筆を走らせていました。

市田さんは「ハスの花を見て、心

初めて参加する市内北進町の佐々木琢さんは、家族4人で参加。ベビーカーで気持ちよく眠るひよりちゃんの側で、琢さん

と芋掘りに汗を流した長男の湧希くん（6）は「おじいちゃんの所に遊びに行くので、ジ

ヤガイモをお土産に持っていく」とうれしそうに話してくれました。



▲鏡池で咲き誇るはすの花

家族芋掘り体験

150組550人が参加

北見市の仁頃ハツカ公園で8月7日、家族芋掘り体験が行われました。

同市やJAきたみらい、網走農業

改良普及センターなど12団体でつくる「がぶりかるちゃー事業実施委員会」が、都市と農村の交流でふるさと活性化しようと開き、今年で24回目で、家族連れなど150組550人が参加しました。

30℃を越す蒸し暑さの中、参加者はジャガイモを掘り出す作業を家族ぐるみで楽しみ、3枚の肥料袋はみるいっぱいになりました。



▲「大きなイモが掘れたよ」と笑顔の女の子



▲ひよりちゃんが寝る側で芋掘りを楽しむ佐々木さん親子

らいから、牛乳消費拡大キャンペーンとして、参加者に牛乳をプレゼントしました。

いちちゃんの所に遊びに行くので、ジヤガイモをお土産に持っていく」とうれしそうに話してくれました。

当日JAきたみ

バレイショ出荷開始

生食向け品質は上々

当JHAの訓子府馬鈴しょ選果場で8月5日、生食バレイショの選果が始まり、10トンの「男爵薯」が関東方面の市場に出荷されました。

前進栽培の収穫作業が第1期の7月29日で終えたのを機に同施設の操業を始めました。

選別機に投入されたハレイシヨは、人海戦術で腐敗を取り除いた後、選果ラインに乗りS、M、Lの規格に選別されていきます。

同施設の倉本克則所長は「M.L. サイズが中心で品質は上々。市場の期待に応えられる」と手応えを話してくれました。



▶前進栽培の収穫作業（訓子府地区）



▲8月5日、関東方面に出荷されたバレイショ

当JAでは、生食バレイショは約1900個^{ハル}作付けされ、6万2600ト^ンの収量を見込んでいます。

同施設は日量84トンの選果処理が可能で、今後、「第2期」「第3期」と入庫が進み、来年の3月末まで続けられます。

収穫間近に控え

目次 講習会

馬鈴薯振興会の部会

組もう」と呼び掛けました。

きたみらい馬鈴薯振興会の「湖池屋部会」は8月23日、JJAセンター事務所前で開催された。

湖池屋原料仕入部の長谷友和さん

事務所横の吹き抜け倉庫でホテルチップス用加工バレイショの日ぞろえ講習会を開きました。

は一昨年は高温と多雨の影響を受け原料不足が生じた。今年も降雹や長雨で生産者の労苦は計り知れないが、

原料供給先の湖池屋社員、生産者
JA職員など約90人が参加して、出
荷基準などを確認しました。

原料安定出荷に頑張つてほしい」と期待を寄せていました。

加工バレイシヨの収穫作業を間近に控えた中、同部会の鎌口幹雄部会長は「正品か規格外品か形状を見極め、出荷契約数量達成に向けて取り

レイショの取り扱いと技術対策を説明。正品出荷率を高めるため、傷品などさまざまな形状のバレイショを並べて注意事項を話していました。



▲JA担当者の出荷基準などの説明を聞く参加者

第7回

理 事 会 報 告

●平成23年8月26日(金)

8月26日、午前9時00分より第7回定例理事会が開催され、報告事項12件、議決事項9件が協議され、原案通り承認されました。

【報告事項】

- ①内部監査（購買部門）報告について
 - ②平成22年産共計玉葱・馬鈴薯本精算監査報告について
 - ③組合員状況報告について
 - ④財務状況報告について
 - ⑤平成23年度上半期収支実績及び決算見込みについて
 - ⑥燃料手当の支給について
 - ⑦再建対策農家の上半期の状況について
 - ⑧作況調査（8月15日）報告について
 - ⑨てん菜作付拡大対策報告について
 - ⑩平成23年産麦類の収穫及び品質状況について
 - ⑪平成23年産澱原馬鈴薯の概算金について
 - ⑫生乳生産状況及び個体取引価格状況について

【議決事項】

- 【読み方】Q&A

 - ①出資減口及び持分譲渡について
 - ②固定資産の取得について
 - ③外部回転出資金の積立について
 - ④8月の降雹・集中豪雨による被害について
 - ⑤道営事業(面工事)業務のJA一元化集約方針について
 - ⑥シストセンチュウ拡散防止対策実施要領の変更について
 - ⑦シストセンチュウの新たな発生と対応について
 - ⑧H23肥料年度肥料事業推進方針の一部変更について
 - ⑨平成23年度夏期地区別懇談会Q&Aについて

顯彰職員一覽表

顕彰部門	職員氏名	配属部署
L A 広域推進の部	長瀬 正志	金融共済部本店共済課
	玉楳 敦史	//
	中島 健介	//
	井口 学	// 訓子府支店
	菅原人志	// 相内支店
スマサポJ3の部	本間由紀江	// 訓子府支店



▲スマサポJ3の部で第1位の表彰を受ける本間由紀江さん

全共連北海道本部は8月5日、札幌市の共済ビル「共済ホール」で平成23年度「全道ＬA・スマサポ大会」を開催しました。

本大会は共済推進活動で優秀な成績を挙げた全道のＬA（ライフアドバイザー）と、自動車共済推進活動で優秀な成績を挙げた全道のスマサポ（スマイルサポート）に対し、その成果を称えると共に、今後の推進活動への波及効果を一層高めることを目的に、全道からLA81名、ス

マサボ11名が表彰を受けました。当JAから、LA5名の職員、スマサボ1名の職員が出席しました。表彰後は、外部講師の講演会や大會参加者による情報交換会が行われ、日常なかなか会うことが出来ない全道の仲間と、日頃の活動内容や推進話法など様々な意見を交わしました。本大会を通して、多様化する一icusの中、契約者の方々に満足していただけるように、今後も業務に努めたいと思います。

全道LA・スマサポ大会で
職員6名が顕彰



【材料：4人前】

スルメイカ 大1杯
タマネギ 中1/2個(100g)
ニンジン 中1/4本(50g)
セロリ 1/2本
A 酢・サラダ油 各大さじ2杯
トマトケチャップ 小さじ2杯
しょうゆ・塩 各少々
カレー粉 塩

イカと野菜のカレーマリネ

【エネルギー133kcal・塩分1.1g・調理時間25分(冷やす時間を除く)】

【作り方】

- ①イカは足とわたを抜き、軟骨を取って洗う。胴はえんぺらを外して皮をむき、7~8mmの輪切りに、えんぺらは細切りにする。足はわた、目、くちばしを除いて吸盤をしごき取り、足先を切って1本ずつに切り離し、4cm長さにする。
- ②タマネギは縦薄切りにし、ニンジンは皮をむいて千切りにする。セロリは葉を落として千切りにし、葉は2~3枚分を千切りにする。
- ③鍋に水4カップを入れて火に掛け、沸騰したらカレー粉大さじ1杯、塩小さじ1 1/2杯を入れ、ひと煮立ちさせる。①のイカと②の野菜を入れてイカに火が通ったらざるに上げ、水けを切る。
- ④ボウルにAをよく混ぜてから③を入れ、好みでカレー粉小さじ1杯を加えて和え、冷蔵庫で30分冷やす。

一家の光2011年7月号料理カードから
調理:田口成子おひさまナラダ COOKING
♥おいしいもの好き!♥

【材料：4人前】

アジ 4尾
トマト 小4個(400g)
ズッキーニ 2本
しょうゆ 小さじ2~3杯
パセリ(みじん切り) 少々
塩 コショウ コムギ粉
オリーブオイル サラダ油

アジのソテートマトソース

【エネルギー199kcal・塩分1.0g・調理時間25分】

【作り方】

- ①アジはうろことせいごを取り、頭を落とす。腹を切って内臓を取り出し、水でよく洗って水けを拭く。三枚に下ろし、腹骨をすき取る。塩・コショウ各少々をふり、コムギ粉を薄くまぶす。
- ②ズッキーニはへたを取り、斜め薄切りにする。フライパンにオリーブオイル大さじ1 1/2杯を熱し、ズッキーニをいためる。油が回ったら塩少々をふり、水大さじ2杯を加えてふたをし、3~4分蒸す。火が通ったら、コショウ少々をふる。
- ③トマトはへたを取り、7~8mm角に切る。ボウルに入れ、しょうゆ、パセリを加えて混ぜ合わせ、トマトソースを作る。
- ④フライパンにサラダ油大さじ1杯を熱し、①のアジを皮目から焼く。焼き目がついたら裏返し、同様に焼く。
- ⑤④を器に盛り、②のズッキーニを添え、アジに③のソースをかける。

一家の光2011年6月号料理カードから
調理:田口成子

編集後記

- ・玉葱や馬鈴薯の収穫作業が本格的にスタートし、全国の市場に向けての出荷も始まった最中、9月は晴天が続かず、畑で動くオニオンピッカー、ポテトハーベスターなどの機械も臨時休業状態。選果場への集荷もままならず、市場からの出荷問い合わせの電話が鳴り響き、販売担当者も頭を痛めています。
- ・もし叶うのであれば、空に向かって大きな声で「空の神様、雨はたくさんです。今日も晴れの日を続けて下さい」と願いたい気持ちは私のみならず、生産者皆さんの思いはより強いものだと思いますが、決して焦ることなく無事故で収穫の忙しい秋を乗り越えて下さい。

(堀 仁志)

JAきたみらい概要

(平成23年8月20日現在)

- ・組合員数(正) 1,846人
- ・組合員数(准) 5,961人
- ・組合員戸数(正) 1,260戸
- ・貯金 101,151百万円
- ・貸出金 19,087百万円
- ・出資金 5,082百万円