

# おひさま サラダ

2016

vol.157

2



表紙の紹介は2ページをご覧ください



## 寒さに負けず

酪農家の搾乳は寒い中も行われ、作業は夕方の冷え込む時間から開始する。その寒さのなかでも牛たちは元気に過ごしている。

平成27年度は各作物で豊作の年となり、生乳生産量も前年度を上回った。また、乳価についても値上げとなっている。飼養戸数が年々減少している中、一

戸あたりの飼養頭数が増加傾向となっている。

生産基盤の強化、生産性の向上に向けて酪農家と農協で力を合わせて取り組んでいくことが必要である。

(神田 貴章)

## 季節の薫り



【写真】1月28日午後5時30分ごろ北見地区小泉の織田清さんの牛舎で撮影。家族3人で搾乳、給餌作業を行っていました。



①



②

(写真説明)

表紙：(左から) 菊池訓子府町長、林教育長、当JA坂下専務、JA津軽みらい澤専務  
①：(左から) 和田置戸副町長、平野教育長、当JA坂下専務、JA津軽みらい澤専務  
②：渡部副市長(前列中央)を囲んで記念撮影

JAきたみらいでは2月2日、当JA役員及びきたみらい馬鈴薯振興会と玉葱振興会の会長らが北見市、置戸町、訓子府町を訪れ、「地産地消と食育活動推進のために」と馬鈴しょ(スノーマーチ)2,660kgと玉葱4,600kgを給食の食材として贈りました。

2010年から毎年贈っており今年で7回目。昨年よりJA名に「みらい」を冠した全国7JAが連帯して話し合う「JAみらいサミット」に参加した縁で、津軽みらい(青森県平川市)の澤一雄専務もリンゴ8,372個を贈りました。

(梅澤 大)

## 食農教育に芋玉7・2トンを贈呈 JA津軽みらいからもリンゴ8,372玉

## もくじ CONTENTS

- 季節の薫り……………2
- 表紙紹介……………2  
食農教育に芋玉7.2トンを贈呈  
JA津軽みらいからもリンゴ8,372玉
- 地域だより……………4

- ほのぼの広場……………6
  - ・きたみらいのホープさん
  - ・記念の一枚
  - ・プリティーウーマン
  - ・わが家のアイドル

- JAからのお知らせ……………8
- おひさまサラダクッキング14  
「たっぷりダイコンの寄せ鍋」  
「米粉のイタリアンチヂミ」

青年部西支部留辺薬地区（遠藤尚人副支部長）と、フレッシュミズ留辺薬支部（橘美咲支部長）は1月8日に北見市留辺薬町瑞穂小中学校体育館にて合同交流会を開きました

当日は総勢20人が参加し、青年部・フレミズ混合でチームを作りドッチビー大会を実施。

普段は体を動かす機会が少ないので思うような動きが出来ない場面が見られましたが、後半になると徐々に慣れていき白熱のプレーが続出。会場は大いに盛り上がりました。

その後は佐呂間の「悠林館」に場所を移して懇親会を開催。

食事を交えながら、近況などを話し合ったり、ビンゴ大会で盛り上がったりと、終始笑顔が絶えない交流会となりました。（梅澤 大）



▲ドッチビーを楽しむ参加者のみなさん

**西地域 留辺薬** **終始笑顔で好プレー**  
～合同交流会でドッチビー～



▲田房慕美氏(左)の指導を受けて体を動かす部員のみなさん

**東地域 北見** **冬場の運動不足解消に**  
～音楽に合わせてエアロビクス～

1月13日に女性部北見支部（佐伯真由美支部長）は、健康運動指導士の田房慕美氏を講師に迎え、歌謡ビクスを行い、部員12人が参加しました。

「歌謡ビクス」とは音楽に合わせて行うエアロビクスのこと。平成26年度支部合同部員研修会にて実施した際、部員から好評だったことから支部活動としても取り組みました。

はじめにヨガマットとバランスボールを用いて入念なストレッチを実施。十分に体をほぐしてから、音楽のリズムに合わせて踊りました。簡単なステップから始まり、徐々にテンポを上げていき、終盤には汗をかくほどの運動量に。

佐伯支部長は「冬場の運動不足解消に、気持ちよく汗を流せて良かった」と話し、参加者は笑顔で運動後のストレッチを行いました。（高田 陽介）



# 地域だより



青年部置戸支部農産部会（篠木雄一郎部会長）は1月13日、学習会を行い部員11人と部会OB2人の計13人が参加しました。

GPSガイダンスシステムをテーマに、株式会社トプコンから利尾康嗣氏を講師に招きました。学習会ではGPSガイダンスを搭載したトラクターを用いた玉葱移植作業や小麦刈取りの様子を動画で見た後、実際にオートステアリング機能の働きがどのようなものかシュミレーターを用いて説明を受けました。部員のみなさんはGPSガイダンスシステムの精密な作業に驚いていました。

学習会を終えて篠木部会長は「GPSガイダンスシステムは農業の作業効率を格段に高める技術であると思う。導入していく農家も増えていくと思うのでこれからのことを考える上でとても勉強になった」と話しました。

（神田 貴章）

**南地域 置戸** **最先端技術を学習**  
～青年部置戸支部 農産部会～



▲GPSガイダンスシステムの説明を聞く部員のみなさん

**南地域 置戸** **乳検検定データを学ぶ**  
～青年部置戸支部 畜産部会～



▲齊藤係長の説明を聞く青年部員のみなさん

青年部置戸支部畜産部会（片桐敏史部会長）は1月14日に学習会を行い、青年部員を含めた15人が参加しました。乳検検定データの活用方法をテーマに、農業改良普及センターの齊藤博昭地域第二係長を講師に招き、乳検検定データを学びました。

乳検検定データは数値のばらつき等から状況を把握し、乳房炎等の対策に活用することで全体の乳量につなげることができます。片桐部会長は「乳牛を管理・育成するにはさまざまな要因が複雑にからんでくるため、勉強を欠かさず行っていくことが重要だと感じる。今回、乳検検定データの活用について学習会を開催したがこのほかのテーマについても学習会を行うことでより乳牛に対する知識を共有する場を設けていきたい」と話しました。

（神田 貴章）

きたみらいの  
**ホープさん**



少しでも品質の良い  
ものを作れるように

端野地区・川向  
菅原 祐太郎さん(27歳)

- 趣味は？  
食べ歩きやカフェ巡り。
- 好きな食べ物は？  
甘いもの、スイーツが好きです。
- 理想の女性は？  
自分に正直な人。
- 実感したことは？  
毎年仕事を少しずつ任されるようになり、難しさもあるが充実していることです。
- 今後の抱負は？  
少しでも品質の良いものを作れるように、日々精進していきたいです。

(高田 陽介)

祐太郎さんは畑野複合経営の正信さん、千鶴子さんの長男で就農して4年目になります。

記念の一枚



▲尚人さんの建築中のお家。尚人さんのパソコンの中には完成を心待ちにしていたのか、完成前のお家の写真がたくさん入っていました。

元気な声が  
響きあう家で

留辺蘂地区・花園  
遠藤 尚人さん(37歳)



この写真は尚人さんが2011年に建てた家の建築途中の写真です。当時、奥さんの多美子さんとモデルルームを見に行くようになり、消費税が8%になるということでその前に建てよう決心して建てたようです。

家のいたるところに尚人さんのこだわりが出ていて、玄関の大きな扉や子供部屋のパネルヒーターはそれぞれの部屋ごとにカラフルでおしゃれなデザイン。地下には尚人さんが一人で趣味や仕事ができるスペースがありました。

家は吹き抜けで作られていて、どこにいても子どもの声が聞こえる。尚人さんは「いつまでも子どもたちの元気な声が響きあう家であって欲しい」と話してくれました。

(梅澤 大)

Pretty Woman  
ウーマン



汗を流すのが好き！

端野地区・二区  
植村 礼子さん(59歳)

今回は女性部端野支部支部長の植村さんに登場いただきました。(丸山 恵理)

◆ご出身、ご主人との出会いは？

出身は岩見沢市で、衣料の総合卸売問屋で働いていました。主人とは同じ会社に勤めており、社内結婚でした。そして主人のUターンと共に就農しました。

◆お子さんは？どんなご家庭ですか？

現在は義父母と主人と息子と猫1匹と暮らしています。1男3女に恵まれ、孫が1人います。今春もう1人孫が生まれるので今から楽しみです(^ ^)

◆好きなことは何ですか？

あまり上手くはないですが、冬場は卓球をよくしています。汗を流すのが好きで、仕事でもわざと厚着することもあるくらいです。これからは、端野に住んでいる期間が長いのに全然土地感がないので、もっといろいろ散策したいと思っています。

◆組織活動で楽しいことは？

組織活動ではいろんなところに視察研修に行けるのが楽しいです。来年度以降も出られる活動には積極的に参加していきたいです。

わが家のアイドル

お外遊びが大好き



端野地区・川向  
松枝 未夢ちゃん  
(5歳)

松枝家を訪ねるとお父さんの裕介さんと一緒に少し緊張しながらも出迎えてくれた未夢ちゃん。お外遊びが好きで、お父さんとソリ遊びをよくします。保育所でもお友達と雪遊びをしたり、おにごっこをして遊びます。

未夢ちゃんは4歳からピアノを習っており、近頃よく弾くのは「やまのおんがくか」という曲です。週1回のレッスンを受けるほか、家でも毎日20分の練習を続けています。

好きなテレビはディズニーチャンネルで、「小さなプリンセス ソフィア」がお気に入り。

そんな未夢ちゃんの将来の夢はモデルさんで、きれいなドレスを着たいと話してくれました。

(高田 陽介)

端野地区・川向の松枝裕介さん円さん夫妻のお子さんです。お父さんの裕介さんに肩車をしてもらいながらの撮影となりました。

青年女性ネットワーク

JAきたみらい青年部（坂下修一郎 部長）は12月17日、センター事務所  
で学習会を開き、部員60人が参加し  
ました。

農協におけるGPSの取り組みを学ぶ  
青年部学習会に60人が参加

JAきたみらい青年部（坂下修一郎 部長）は12月17日、センター事務所  
で学習会を開き、部員60人が参加し  
ました。



▲GPSの取り組みについて説明する土屋調査役



▲農協タブレット端末について説明する畠山主幹

JAからの お知らせ  
INFORMATION

青年女性ネットワーク

JA三組織のJA事業への  
経営参画を学ぶ  
青年部・女性部・フレッシュミズ合同視察研修

JAの三組織（青年部・女性部・フレッシュミズ）合同の視察研修  
を12月8日から10日までの3日間、九州方面にて各組織本部役員8人  
で実施しましたので報告致します。

初日に訪れた福岡県の農産物直売  
所「味菜」では、無農薬野菜を中心  
に福岡市内や近郊から集まる採れた  
ての農産物が人気の直売所です。ま  
た、同じ敷地内において市民農園を  
管理しており、農園利用者の農業へ  
の理解を深め、消費者と生産者との  
交流の場として提供していました。



▲農産物直売所「味菜」の品ぞろえに驚く佐々木団長

翌日は九州沖縄農業研究センター  
「筑後・久留米研究拠点」を視察後、  
鹿児島県へ移動。JA鹿児島県中央  
会ではJA青年部・女性部・フレッ  
シュミズ組織のJA事業への経営参  
画について、JAポイントカード  
（JADDO）について視察しました。  
まず女性部担当の上屋敷氏より女



▲九州沖縄農業研究センターで研究施設の説明  
を聞く参加者のみなさん

性組織について説明を受けました。  
JA鹿児島県女性組織協議会は、平  
成27年度で結成60周年を迎え、年々  
減少する会員数を踏まえ、中期3カ  
年活動計画において「10年後のあり  
たい姿」を目標に、組織が抱える様  
々な課題や情勢を整理・分析し、JA  
女性組織活性化プラン」を作成し  
ました。

女性部では地産地消運動、健康つ  
くり、高齢者福祉、環境対策、生活  
文化など幅広い活動に取り組んでお  
り、部員に特化することなく、部員  
以外でも気軽に参加できるようなイ  
ベント・活動への転換に取り組んで  
います。また、フレッシュミズの輪  
を広げ、若い世代を対象としたグル  
ープづくりを促進し、平成27年度に  
「フレッシュミズ鹿児島」を設立し、  
活動しています。

JA鹿児島県  
女性組織協議会  
隈本よね子会長



▲鹿児島県  
農協青壮年組織  
協議会  
大塚公一委員長

国会議員に対し要請活動も実施して  
おり、TTP参加阻止に関する取り  
組みも積極的に進めています。組織  
活性化に向け、未組織JAへの積極  
的な促進も取り組んでおり、更に他  
団体の活動にも参加し交流を深めて  
います。

薄い地域住民に対し、幅広い事業・  
サービス・活動を行うことで、組合  
員加入を呼び掛けていくことを目的  
としています。

JAの各事業でポイントを加算す  
ることができ、貯まったポイントで  
購買店舗や飲食店、Aコープ等で利  
用できるメリットから会員数は53万  
人おり、鹿児島県人口の3分の1に  
相当する会員がJADDOカードを  
所有しています。

**視察研修を終えて**

共に活動する機会の少ない三組織（青年部・女性部・フレッシュミズ）でありましたが、この3日間の研修を通じて、組織間交流を図ることができたと思います。

また今回の視察では鹿児島県で共通して使えるポイントカードには感銘を受け、学ぶことが多い研修となりました。

今後もこのような有意義な研修の企画を継続して頂きたいと思います。

団長 佐々木利治

次に大塚委員長より青壮年組織に  
ついて説明を受けました。地域の担  
い手・リーダーとして強い経営基盤  
を確立するため、「農業経営者塾」を  
開講し1期2年で10回の講習会を開  
催しています。農政活動としては、



▲隈本会長、大塚委員長と参加者で記念撮影



写真説明 ①北見市役所にて 左から辻市長、高橋もち米振興会副会長、坂下専務、沼崎同会長、大坪常務  
②訓子府町役場にて 左から坂下専務、菊池町長、中村理事、藤森理事、大坪常務、島貫もち米振興会副会長  
③置戸町役場にて 左から井上町長、坂下専務、大坪常務、有馬理事

## 豊作を祈願 「きたゆきもち」の鏡餅贈呈

ＪＡきたみらいもち米振興会は12月24日、北見市、置戸町、訓子府町の1市2町を訪れ、地場産もち米で作った鏡餅を贈呈しました。

鏡餅は当ＪＡで生産された27年産の「きたゆきもち」を使用し、二段重ねで総重量約10<sup>kg</sup>になりました。当日訪れた同JA役員と同振興会役員より、各行政の首長へ手渡されました。

鏡餅を受け取った北見市の辻直孝市長は、「鏡餅を見ると特別な気持ちになる。庁舎の表玄関に飾り、新年を迎え、市民のみなさんにとって良い1年となるよう頑張りたい」と手にした鏡餅の重さに驚き、笑顔で受け取りました。同振興会の沼崎栄治会長は「ありがたいことに6年連続の豊作となった。関係機関の協力があっての豊作であり、来年も良い出来秋となるように努力したい」と感謝の気持ちを伝えました。

今年度の管内もち米作付面積は約749<sup>ha</sup>、適切な防除によりいもち病発生を抑えることができ、平均収量は前年より増加し10<sup>%</sup>当たり618<sup>kg</sup>を記録、6年連続の豊作となりました。

贈呈した鏡餅は各行政の玄関口に飾られ、鏡開きに振る舞われました。

## 北見市場で雑煮振舞う 初セリで「きたゆきもち」をアピール

ＪＡきたみらいは1月5日、北見地方卸売市場にて初セリが行われ威勢の良い掛け声が市場に響くなか、同市場を運営する(株)マルキタ職員や買い受け人ら130人に雑煮を振舞った。

雑煮の食材には当ＪＡで生産された「きたゆきもち」が入っており、地産地消につなげることを目的に行っています。ＪＡ役職員6人は炭火で餅を手際よく焼き、「きたゆきもち」のおいしさをアピールしました。おかわりを求める買い受け人もおり、「おいしかった」と好評でした。



▲買い受け人らに雑煮を振舞うＪＡ役職員

## ご案内 第20回 オホーツク農業新技術セミナー



▲一昨年の同セミナーの発表の様子

北見農業試験場などが研究開発した新品種や新技術を速やかに公表し、オホーツク地域の多くの方々に活用していただくため、次のとおり『第20回オホーツク農業新技術セミナー』を開催します。

新品種や新技術のほか地域におけるトピックスも紹介します。

どなたでも参加できますので、お気軽にお越し下さい。

●日時 平成28年3月1日(火) 午後1時～4時  
●場所 北見市端野町公民館グリーンホール  
北見市端野町二区471番地11 ☎ 0157-56-2515

●入場料 無料  
【お問い合わせ先】北海道立総合研究機構北見農業試験場  
☎ 0157-47-2252

農業価値とは農業の存在価値的な意味合いと理解して頂きたいです。世界的には、『国土を確保して守ること』『エネルギーを確保すること』『農業を主とする食を守ること』の3つが国として最低限やらなければならぬことです。

国家的に食・農業を価値ある重要なことと位置付けている国がたくさんあります。食・農業を大事にしなければなりません。

しかし、わが国では、農業の重要性、農業価値が忘れられてきた感があります。

将来的には世界的な食料危機がささやかれ始めており、今こそ農業の

## 北海道が率先して国民への 農業価値理解活動を

平成27年11月11日に開催されたＪＡ北海道大会において、パネルディスカッションでパネリストの皆さんから提言頂きました「北海道農業とＪＡグループに期待すること」をシリーズで報告します。

第1回は、近藤龍夫氏の提言を紹介いたします。

連載 第28回 ＪＡ北海道大会 パネルディスカッション①  
**農業価値の向上をけん引する北海道農業**  
**『若者がほしがる我が国農業』**  
北海道経済連合会 名誉会長 近藤 龍 夫 氏

重要性の国民的な理解が必要。政治や、幼少教育の場などを通じて農業立国北海道が率先して理解活動を行っていくべきです。この理解こそが正しい農業の普及につながる力にもなります。

## 北海道農業実現に向け 国の制度づくりを

これからの農業政策において、国民に必要な基礎的な食料にあたる重要品目については、国が一定の自給力を確保するということを前提として、確たる生産目標と、その実現のための政策・制度を定めます。そして、目標達成に協力する優良な農家が安心して生活し、生産に励むことができるように守るべくところは守るなどして、生産環境を整備してい

く必要があります。

このような生産環境づくりの政策提言や生産活動の推進すなわち農業価値向上のけん引役として、北海道が産学官一体となって国を動かして実現を目指すべきです。

これらが実現してこれまでの猫の目のように変わる対策型の政策ではなく不動の政策となれば、国民とりわけ農業者の望むところであって、『若者がほしがる農業』として目指すところが明確になるので、将来に希望がもてる北海道農業が実現していくのではないかと信じています。

行きつくところ、日本の農業は、北海道的な農業に変わっていくべき。



▲北海道農業への提言を行う近藤氏

それが、世界の常識的な農業の姿です。

積極的に中央に出ていき、国の制度作りに参加。北海道農業に近い制度をつくるようにもっていきます。

それには農業者だけでなく、北海道大学にも担ってもらいます。また、例えば農業に経済的なセンスを入れるときも、経済家ではなく、農業経済は農家がやるよう北海道大学に力になってもらいます。農業経済は農家に任せておけというくらい、農業者は日本経済全体にも関わっていく力を持つべきで、農業の専業地帯である北海道から発信するのが産学連携の形であります。

そろそろ日本の農業構造を変えるべき時に来ています。やはり、北海道から発信していくのが一番素直な姿であり、スタートポイントになっ

て欲しいです。

## 最後に一言

力強い農業が今回の大会の基本目標になっています。

そのためには生産、加工、流通、販売、それぞれがこれからの農業には特に科学的に、そして経済学的にも世界の最先端、高度化を図って日本の農業をリードする、そんな北海道農業になって頂きたいです。

# 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



## 1月号クロスワードの当選者

1月号のクロスワードの答えは「カンツバキ」でした。正解者42名の中から抽選の結果、当選者は次の方々です。

( )内は地区名

- 岡本さゆりさま (温根湯)・渡辺 香理さま (相 内)
- 奥山 宏美さま (置 戸)・小野 一夫さま (訓子府)
- 齋藤 浩美さま (訓子府)・石澤 キヌさま (訓子府)
- 西原寿美子さま (上常呂)・小野ティ子さま (北 見)
- 松下 明美さま (端 野)・榎尾真寿実さま (端 野)

以上の方々には、JAきたみらいギフトセット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『焼肉のたれ』と『塩だれ』をセットにしてプレゼント致します。

**も** う数日で播種作業が始まります。TPPに負けない苗に、そしてたくましい組合員になってほしいと願いつつ、皆様が良い一年でありますように!!

(置戸地区 仁木 義信さん)

もうシーズンスタートですね。TPPに負けない強い農業ができるよう、一緒にがんばりましょう!

**新** しい家はとてもあたたかく元気いっぱいにすごしています。家はポカポカ、外はさむくても家にがえるとあたたかくて、かいてきです。

(訓子府地区 平塚 志菜さん)

新しいお家いいですね!ポカポカのお家に安心せず、風邪予防に手洗いうがいもしっかりしようね(^\_^)

**輝** かしい2016年の始まりは晴天続きで、お正月はゆっくりできました。天気に恵まれる一年でありますように願うばかりです。

(匿名希望)

今年はどんな一年になるか楽しみです。お天気に恵まれ、良い秋が迎えられるよう私も願っております。

**今** 年も家族みんなが健康で働ける幸せを!健康でなければ楽しいことにも打ち込めません。心の豊かさを財産に無理せず頑張りたいです。

(温根湯地区 長谷川 和子さん)

とても素敵な目標だと思います。心に余裕をもって暮らしたいですね。私も見習いたいと思います!

JAからの お知らせ

# INFORMATION

## 第12回 理事会報告

1月29日、午前9時30分より第12回定例理事会が開催され、報告事項10件、議決事項12件、が協議され、原案通り承認されました。

### 【報告事項】

- ①組合員状況報告について
- ②財務状況報告について
- ③固定資産の処分について
- ④人事の発令について
- ⑤平成27年度クミカン精算状況について
- ⑥平成27年度対策農家の収支実績報告について
- ⑦平成27年度ジャガイモシストセンチュウ対策の取組みについて
- ⑧平成28年度産作物指標面積の設定について
- ⑨H27年産共計玉ねぎ・馬鈴しょの選果販売状況について
- ⑩生乳生産状況及び個体取引価格について

### 【議決事項】

- ①出資減口について
- ②減損会計による減損額について
- ③期末手当の支給について
- ④平成28年度理事に対する貯金、共済担保貸付の取扱いについて
- ⑤平成28年度信用供与等の限度額設定及び貸付金利率の最高限度について
- ⑥平成28年度1億円を超える信用の供与等の設定について
- ⑦当組合との利益相反取引に係る取扱いについて (H28クミカン貸越極度他)
- ⑧平成28年度監査計画書(案)(内部監査)について
- ⑨農地流動円滑化対策(案)冬期地区別懇談会への提出について
- ⑩H28年度各種奨励対策について(生乳畑作)
- ⑪平成28年度事業収支計画(案)について
- ⑫冬期地区別懇談会提出資料内容について

## 第11回 理事会報告

12月25日、午前10時より第11回定例理事会が開催され、報告事項14件、議決事項7件、協議事項1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(営農・販売・ふれあい部門・コンプライアンス倫理監査)報告について
- ②組合員状況報告について
- ③財務状況報告について
- ④役員選任にかかる地域推薦委員会について
- ⑤役員報酬審議会の答申について
- ⑥対策農家の収支見込みと精算対応(予定)について
- ⑦気象変動に負けない農業確立プロジェクト活動報告について
- ⑧H27年産小麦生産実績及び26、27年産の精算について
- ⑨H27年産もち米生産実績及び26、27年産の精算について
- ⑩H27年産米麦乾燥料金について
- ⑪H27年産てん菜生産実績について
- ⑫H27年産共計玉ねぎ・馬鈴しょの選果販売状況について
- ⑬H26年産瀬原馬鈴しょの精算について
- ⑭訴訟案件について

### 【議決事項】

- ①出資減口について
- ②諸規程の改正について
- ③平成28年度冬期地区別懇談会の日程(案)について
- ④第13回通常総代会の日程(案)について
- ⑤H28年度前進栽培男しゃく取扱要領(早出し)について
- ⑥北海道報徳(善行賞)受賞候補者の推薦について
- ⑦平成28年事業計画基本方針(案)について

### 【協議事項】

- ①中ノ島SS・訓子府SSセルフの検証及び端野SSのセルフ化について

**JAグループ 春の新車フェア** 2016年1月1日(金)～3月31日(木)契約分まで

TOYOTA SUBARU MITSUBISHI SUZUKI の新車ご購入で、選べるプレゼント!

A: ルクルーゼ ココットロンド 29cm (チェリーレッド・オレンジ)

B: パナソニック 低速ジューサー MJ-L500-S

C: 象印 炊飯ジャー 圧力IH 5.5合炊き NP-ZB10-WA

D: パナソニック ナノケア ドライヤー EH-NA57 (ピンクゴールド)

E: パナソニック ナノケア フォイス用空気清浄機 EH-SA35

F: フジ産業機器 マッサージシート + ホケットリフレ (レッド・ブラック)

G: エクセルカクタロギフト セレクト・フォー・ユー (10,000円分) + JCB商品券 (15,000円相当)

さらに! ホクレシ エンジンオイル プレゼント!

エコカーに最適!

軽トラック 新車ご購入の方は **スタッドレスタイヤ 4本(ホイール付き)も選べます!**

お気軽にお見積・ご相談ください!

**JAグループで 車を買ったと オトク!!**

JAグループでは、年間約3,000台の新車を販売しております。その実績に基づき、各メーカーと交渉することにより、**特別条件での新車販売が可能**です。

**安心のアフターサービス!**

点検はもちろん、車検や修理といったアフターサービスも、JA機械センター・購入店で受けられます。何かございましたら、**お気軽にご相談ください。**



【材料：2人分】

ダイコン ……1/2本  
ニンジン ……1/3本  
水菜 ……1/2束  
マイタケ ……1本  
豆腐 ……1丁  
油揚げ ……1枚  
タラ ……2切れ  
ユズの皮 ……少々  
だし汁 ……700ml

調味料

酒 ……大さじ2  
しょうゆ ……大さじ5  
みりん ……大さじ1  
塩 ……小さじ1

## たっぷりダイコンの寄せ鍋

【エネルギー約306kcal(1人分)】

【作り方】

- ①ダイコンとニンジンは皮むき器で、長めにスライス。水菜、マイタケ、ネギ、豆腐は食べやすい大きさに切る。油揚げは熱湯を掛けて油抜き後、短冊切りにする。タラは3～4切れにする。
- ②ユズの皮は千切りにする。
- ③土鍋にだし汁と調味料を入れ煮立てた後①を加え、火が通ったら火を止め、ユズの皮を添える。お好みで仕上げにごま油を少量加えると、違った風味を楽しめます。

※ダイコンはお好みのタイミングで入れる。

メモ

ピーラーでスライスしたダイコンをたっぷりいただきます。最初から煮ると甘くてトロトロ、最後に加えるとシャキシャキとみずみずしいダイコンを楽しめます。締めはおいしいおだしにうどんを入れるのもお勧めです。



【材料：20cmのフライパン2枚分】

生地  
米粉 ……80g  
かたくり粉 ……20g  
塩 ……小さじ1/2  
卵 ……1個  
水 ……適量  
ノンオイルツナ缶 ……1缶(70g)  
ミニトマト ……40g

ニラ ……3本  
溶けるチーズ ……30g  
ごま油 ……大さじ1

たれ  
しょうゆ ……大さじ1  
蜂蜜 ……小さじ1/2  
いりごま ……小さじ1

## 米粉のイタリアンチヂミ

【エネルギー約275kcal(1人分)】

【作り方】

- ①ツナとコーンは水分を切る。ミニトマトは輪切りに。ニラは2～3cmに切る。たれの材料を合わせる。
- ②卵に水を加え、1カップ分にする。生地の材料をボウルに入れ、よく混ぜ合わせてからツナ、コーン、ミニトマト、ニラ、チーズを加え混ぜる。
- ③フライパンにごま油を温め②の半量を入れ、中火で全体が固まり焼き色が付いたら裏返し、フライパンを回しながら両面を焼く。
- ④食べやすい大きさに切り、皿に盛り付け、たれをつけていただく。

メモ

米粉は小麦粉と比べて油を吸収しにくく、グルテンが入っていないのでダマになりません。チヂミ、お好み焼き、天ぷらの衣などに使うと中がもちもち、外はカリッと仕上がります。食べたいときにすぐ作れるので、お好みの具材をアレンジしておやつにもどうぞ。

### 編集後記

- ・朝晩の肌を刺すような寒さが続き、インフルエンザが事務所内でも流行を見せています。みなさまにおかれましては体調管理と部屋の温度、湿度に気を付けてお過ごしください。
- ・表紙には学校給食に使用される食材提供を掲載しています。未来を担う子どもたちには、きたみらい産の玉葱と馬鈴しょに、青森から届いたリンゴを食べて元気に成長して頂きたいです。
- ・また、今月号に掲載を予定していた特集記事については、3月号にて掲載させていただきますので宜しくお願い致します。(高田 陽介)

### JAきたみらい概要

(平成28年1月20日現在)

- ・組合員数(正) 1,752人
- ・組合員数(准) 6,091人
- ・組合員戸数(正) 1,106戸
- ・貯金 104,929百万円
- ・貸出金 15,015百万円
- ・出資金 5,075百万円