

JA 岩手ふるさとから夢をお届け

8

2024 August
No.314

ふるさと 夢 YUME~る

特集

私の農LIFE



衣川
佐々木 ^{やす}康 ^{たか}隆 さん (45歳)



▲ミニトマトの栽培には、ココバッグ栽培システム（ヤシガラを利用した隔離栽培システム）を導入しています。これにより、土壌病害の発生を防ぐとともに、万が一病害虫が土壌に侵入しても、ココバッグを交換することで被害の拡大を抑えることができます。

創意工夫で異常気象に立ち向かい 園芸作物と水稻の両立を目指す

佐々木康隆さんは、露地ピーマン60[㍓]、ミニトマト1[㍓]、スイートコーン20[㍓]、ネギ5[㍓]など、多くの園芸作物を栽培している農家です。

農業を始めたきっかけについて、康隆さんは次のように語ります。「もともと家が農家だったので、40歳を機に農業経営を継ぐことを決めていました。前職では社内の業務改善を担当しており、そこで培った創意工夫や効率化の経験が現在の農業経営にも役立っています。今年からはピーマン以外の園芸作物も栽培しており、作業時期が重ならないよう調整し、効率的に栽培を進める工夫をしています。収穫期には休みなく働くこともあります。その分、努力の成果が実感できるのでやりがいや充実感があります」と話します。

農業の楽しみについては、「就農6年目になり、作物の一日一日の成長が分かるよう

になりました」と笑顔で話します。

「露地栽培は気候の影響を受けやすいですが、その分、工夫や知恵を絞って、自分の考えに沿った栽培管理方法で困難を乗り越えたときの達成感は格別です」と語ります。

また、農業の難しさについては、「近年の異常気象の影響が大きいです。昨年はゲリラ豪雨や高温障害の影響で規格外品が増え、反収も減少しましたが、気候変動のせいにするのではなく、影響を最小限に抑えるために工夫を凝らしていきたい」と話します。

今後の目標については、「父が栽培している水稻にも目を向け、水稻と園芸の両立を目指したいです。また、農繁期が子どもたちの夏休みと重なるため、家族と過ごす時間が少なくなりますが、農閑期には家族旅行をして家族との時間を大切にしたいです」と語り、家族との時間を大切にしながら新たな挑戦を続けていく康隆さんです。

これから農業を始めたいと
考えている人へアドバイス

園芸は手作業が多いため、一人ではなかなか進められません。

そのため、地域の人達と積極的にコミュニケーションを取り、お互いに支え合いながら協力する関係を築くことが大切です。

お互いに助け合うことで、作業が円滑に進むだけでなく、地域全体の絆も深まります。

農家さんおすすめレシピ

「冷やしピーマン」



～ポイント～

氷水に浸すことでピーマンのパリパリ感が増し、苦味が和らいで食べやすくなります。

作り方

- ①ピーマンはよく洗い、縦に半分に切ってヘタと種を取り除きます。
 - ②たっぷりの氷水に1時間ほど浸し、その後水気を切って完成です。
- お好みでマヨネーズやピーマン味噌などの調味料をつけてお召し上がりください。



会員の絆を深める 第14回グラウンド・ゴルフ大会を開催



▲個人の部で1位を受賞した岩木善明さん。

JA岩手ふるさと年金受給者友の会は7月5日、会員同士の交流を深めるため奥州市胆沢の胆沢陸上競技場で第14回グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。

当日は、60代から90代までの会員108人が18チームに分かれて熱戦を繰り広げました。

同会の菊地茂会長は「熱中症に気を付けながら、楽しくプレーしてほしい」と激励しました。また、経営管理委員会の後藤元夫会長は「元気に、そしてハツラツとプレーし、時には熱くなって楽しんでほしい」と呼びかけました。

結果は次のとおり(敬称略)。

●個人の部

- 1位 岩木 善明 秋葉チーム(水沢)
- 2位 千葉 政則 水沢チーム(水沢)
- 3位 千田 静夫 新里チーム(胆沢)
- 4位 千田 完一 前沢Aチーム(前沢)
- 5位 千葉 恒穂 水沢チーム(水沢)

●団体の部

- 1位 秋葉チーム(水沢)
- 2位 水沢チーム(水沢)
- 3位 羽田Aチーム(水沢)



産直来夢くんで離乳食教室 栄養士による実践的レシピを体験



JAでは、「くらしの活動」の一環として、7月10日に産直来夢くんで離乳食教室を開催しました。講師は「Unma!(ウンマー)」の及川麻梨絵さんが務め、「ママのお悩み解消! 栄養士が教える離乳食初期から大人まで食べられる展開レシピ」をテーマに、生後12カ月以内の子どもを持つ保護者4組8人が参加しました。

今回の教室では、基本の「かつお節と昆布のお出汁」や「おかゆ」のほか、初期から完了期まで展開できる「鶏団子トマトスープ煮」、完了期向けの「トマトとりんごの寒天ゼリー」の4品を講師が実演。参加者はそれぞれの料理を試食しました。

参加者からは「量を食べさせることに重点を置きがちでしたが、旨味や食材にも注目し、楽しく離乳食作りを続けたいと思った」といった感想が寄せられ好評を得ました。

JAでは今後も赤ちゃんから大人まで参加できる食育・食農イベントを展開していく予定です。



前沢牛上物率100%! 品質と技術の高さを示す



▲最優秀賞を受賞した渡辺悟さん(右)と千葉辰美さんの長男辰紀さん(左)。

JAでは7月3日、銘柄一本化後初の前沢牛枝肉共励会を東京肉市場で開催し、去勢部門の最優秀賞に奥州市前沢の千葉辰美さんが、雌部門で金ヶ崎町の渡辺悟さんが輝きました。

最優秀賞を受賞した千葉さんの出品牛(去勢)は、枝肉重量568kg、販売単価3,031円。同様に雌部門で最優秀賞を受賞した渡辺さんの出品牛は枝肉重量502kg、販売単価3,633円となり、高い評価を得ました。

雌部門で最優秀賞を受賞した渡辺さんは「自分が思っていたよりも良い評価をされて驚いている。これまでの前沢牛の名に恥じないよう切磋琢磨して頑張っていきたい」と喜びを見せました。

今回出品された48頭(去勢26頭・雌22頭)の平均枝肉重量は520.2kg、平均販売単価は2,437円となり、全体の上物率は100%と高い成績を取りました。

結果は次のとおり(敬称略・出品番号順)。

●去勢の部

- 最優秀賞 千葉辰美(前沢)
- 優秀賞 鈴木勝也(前沢)、(有)千葉畜産(衣川) 小形牧場(前沢)
- 優良賞 (農)熊谷畜産(衣川)、石川正好(前沢)

●雌の部

- 最優秀賞 渡辺悟(金ヶ崎)
- 優良賞 (株)岩手パイオニア牧場(金ヶ崎) 及川哲郎(前沢)



旬の味覚を味わって! JA岩手ふるさとフェア特別メニュー試食会



JA全農いわてとJA岩手ふるさとは7月9日、盛岡駅ビル内のレストラン「みるのダイニング」で、JA岩手ふるさと管内の食材を使用した期間限定メニューの試食会を開催し、生産者やJA関係者が参加して新メニューを試食しました。

このイベントは、当JAの自慢のお米や野菜、前沢牛などを多くの人に味わってもらうため、「みるのダイニング」とのコラボフェアとして企画されたものです。

試食会では、「前沢牛ステーキ膳」や、ナスやアスパラガスを使用した「グリル野菜カレー」などの特別メニューが披露されました。

経営管理委員会の後藤元夫会長は「旬の食材を新鮮なうちに楽しんでもらいたい。農家が本当に丹精込めた肉や野菜を感じながら食べてほしい」と意気込みを語りました。

このフェアは7月13日から8月31日まで開催されます。



はと麦茶の新バリエーション登場 発売を祝うフェア開催



7月21日、新商品「はと麦茶ティーパック(少量パック)」の発売を記念して、産直来夢くんで、はと麦フェアを開催しました。

この商品は、長年愛されている奥州市衣川産のはと麦を100%使用したはと麦茶で、より多くのお客様にお買い求めいただけるよう、手に取りやすい少量パックで発売したものです。

流通販売課の佐藤陽係長は「当JAの特産品として根強い人気のある、はと麦茶を手軽に楽しんでいただける商品ができました。この機会に、より多くの方に、ハトムギの魅力を感じていただけると嬉しいです」と話しました。

新商品は1袋(10g×5パック入り)が150円で販売されます。



57チームが優勝を目指して激闘！ 来夢くんカップ小学生バレーボール大会



奥州市バレーボール協会と胆江地区小学生バレーボール連盟は、7月20日と21日の2日間、奥州市総合体育館など4会場で「第20回来夢くんカップ小学生バレーボール大会」を開催し、岩手県内外から57チーム、500人を超える小学生が参加して白熱した試合が繰り広げられました。

同大会の名誉会長である、経営管理委員会の後藤元夫会長は「今後も地域に根ざしたJAとして、スポーツ交流を通じて地域活性化に貢献していきたい」と話しました。

大会1部の結果は次の通り。

- 優勝 蒲町小スポーツ少年団バレーボール部(宮城県仙台市)
- 準優勝 Angel Smile多賀城(宮城県多賀城市)
- 3位 金ヶ崎VBC(岩手県金ヶ崎町)
- 3位 花巻バレーボールスポーツ少年団男子(岩手県花巻市)



オーケー株式会社社長が産地訪問 ピーマン生産者と意見交換、販売拡大に期待



7月19日、JA岩手ふるさと産野菜の主要販売先であるオーケー株式会社の二宮涼太郎社長が産地を訪問し、経営管理委員会の後藤元夫会長と生産者と意見交換を行いました。

二宮社長は胆沢のピーマン生産者である佐藤彰紀さんのほ場を視察し、生産者から産地の特徴や栽培の工夫について詳しく説明を受けました。

後藤会長は「JA農業マイスター制度を活用し、ピーマンの新規栽培者が増えています。8月の出荷ピークに向けて、安定した供給を目指していきたい」と話しました。

園芸部会ピーマン専門部の佐々木伸広専門部長は「去年は高温障害による品質低下が課題でしたが、今年は生産者一同が品質向上に努めています」と話し、生産者の佐藤さんも「今年は昨年より品質が良い」と自信を示しました。

二宮社長は「今後もJA岩手ふるさと産の農産物を積極的に販売していきたい」と期待を寄せました。

オーケー(株)は関東地方を中心に155店舗のスーパーマーケットを展開。今後、店舗の青果売場に当JAピーマン生産者のパネルを設置する予定です。



25年の感謝を込めて！ 産直センター菜旬館で創業祭を開催



産直センター菜旬館は、開店25周年を迎え、7月20日と21日の2日間にわたり、創業25周年祭を開催しました。

当日は、地元の農産物や前沢牛を求めて、多くの方が開店前から長い列を作り、2日間で約500人が来店する盛況ぶりをみせました。

感謝の気持ちを込めた25周年祭では、地元自慢の前沢牛の特売に加え、全国の提携JA直売所から取り寄せた旬の特産品を販売しました。また、25周年を記念して、同JA産のはと麦茶やリンゴジュースを1ケース2,500円で提供し、先着30名には花苗をプレゼントするなど、来店者を楽しませる多彩なイベントを展開しました。

産直課の木村成仁課長は、「お客様のご支援により、25年という節目を迎えることができました。今後も組合員・地域の皆さまに愛され続ける店舗を目指して、全力で努力していきたい」と抱負を語りました。

9月より

草刈機械のレンタルをはじめます

JA岩手ふるさとでは、組合員の農作業の効率化を促進し、営農活動の継続性を高めるため、乗用草刈機、ロボット草刈機を貸し出します。

乗用草刈機 (WADO/BM21S)

ロボット草刈機 (WADO/MR301H)



刈幅1,200mm、作業能力72~123a/h
全長×全幅×全高 (mm)
2,830×1,445×930
総重量 (kg) : 459
燃料 : ガソリン

刈幅300mm 車速1.6km/h
全長×全幅×全高 (mm)
840×510×360
総重量 (kg) : 16
作業時間1h/充電時間1h

貸出料金 日額 8,000円 (税別)

貸出料金 日額 4,000円 (税別)

貸出を希望される方は、農業機械等貸出申込書 (様式1) に必要事項を記載のうえ、利用日の7日前までに本店総務企画課または各地域センター営農経済課へ提出ください。申込書はJAホームページよりダウンロードするか、または各地域センターに備え置いております。

○貸出要件等

貸出農機は各1台で、いずれも先着順での貸し出しとなります。

貸出及び返却場所は、JA本店 (胆沢小山字菅谷地131-1) となります。

貸出は、利用日前日の13:00~16:30、返却は、利用日翌日の8:30~12:00にお願いします (当JA営業日に限ります)。

利用日当日、雨天等により利用ができない場合、利用料はかかりません。

○注意事項等

【乗用草刈機】

軽トラックへの積載はできませんので、積載可能な車両及び積載に使用するはしご (ブリッジ) を持参願います。

【ロボット草刈機】

事前に草刈をする敷地の外周にエリアワイヤーを設置する必要があります。

充電ステーションへは電源ケーブルの接続が必要となり、電源供給用として、太陽光パネルも併せて貸し出します。

詳しくは、各地域センターまたは本店まで 担当部署：総務企画課 TEL 41-5200

令和7年4月採用職員募集

●応募要項

1. 職種及び採用予定人員

一般職員、営農指導職員、営業職員
(信用共済外務職員) (10名程度)

2. 応募資格

高校卒業以上の方／心身共に健康で創造性と
行動力に富む方／普通運転免許を有する方
(令和7年3月までに取得予定の方)

3. 選考方法

書類選考ののち、筆記試験(1次試験)、
面接試験(2次試験)を行います。

●書類選考

・受付期間

令和6年8月1日(木)～9月13日(金)まで

・書類の提出先

〒023-0402

岩手県奥州市胆沢小山字菅谷地131-1

岩手ふるさと農業協同組合

企画管理グループ人事労務課 宛

●筆記試験(※書類選考に合格した方に通知します。)

・試験日 令和6年9月20日(金)

・受付時間 午前8時30分～8時50分

・試験会場 当組合本店2階第1会議室

●面接試験 ※筆記試験合格者に通知します。



※受験願書、当組合所定の履歴書は、当組合本店及び各支店に準備しております。
また、下記ホームページからもダウンロードできます。

JA岩手ふるさとホームページ：<https://www.jafurusato.or.jp/job>

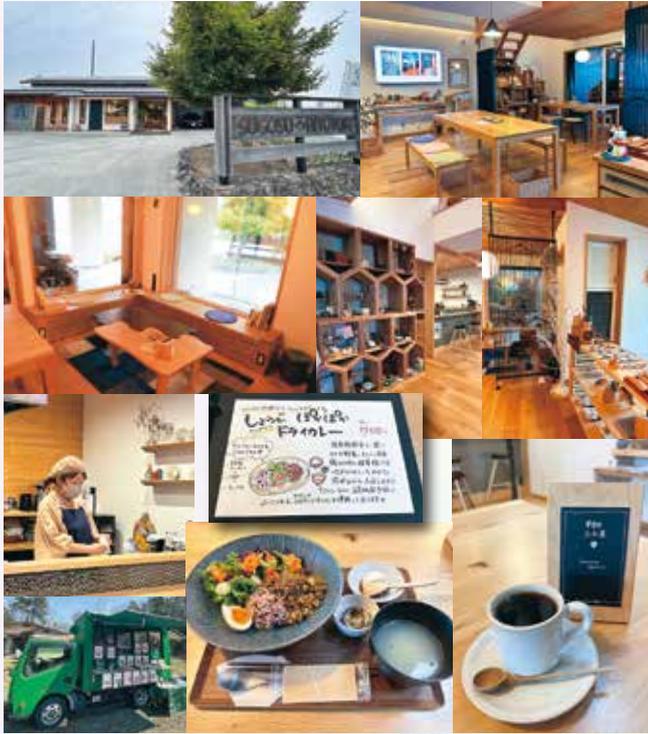


詳しくはホームページまたは人事労務課(TEL 0197-41-5200)までお問い合わせください。

ポイント協力店をご紹介します！



JAポイント協力店とは、JA岩手ふるさと総合ポイントカードを提示することで様々なサービスを受けることができるお店です。



SUGOSU HITOTOKI

New

郵便番号：029-4503

住 所：岩手県胆沢郡金ケ崎町西根古寺133-1

電話番号：080-6294-5327

営業時間：11:00～ ラストオーダー 16:30

定 休 日：土、日（臨時休業あり）HP、Instagramをご覧ください

SUGOSU HITOTOKI（すごすひととき）は金ケ崎の国道4号線沿いに位置するカフェで、今年5月7日に6周年を迎えました。このカフェは、最新建築技術を駆使した体感ルームを兼ね備え、快適な空間を提供しています。

店主の朝倉さんは、産直で勤めた経験を活かし、地元の新鮮な素材を使用した料理を提供しています。特に人気のメニューは、野菜をたっぷり使ったドライカレーやエスニックカレーです。また、甘酒スムージーなどの健康志向の飲み物も好評です。

店内では各地の雑貨や小久慈焼の陶器が並び、運動教室や耳つぼジュエリーなどのイベントも開催されています。

最新情報はHPやInstagramで確認できます。また、キッチンカーでのイベント出店も行っております。

ぜひ、安らぎのひとときを過ごしにお越しください。

特 典：1,000円以上のご利用で5%引き♪

（ご飲食代のみ適用、支払方法は現金のみとなります。）

※来店時にカードを提示してください。

※ポイントはつきません。

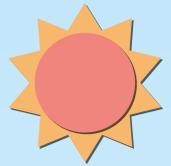


HP



Instagram

JA岩手ふるさとポイント協力店を 募集しています!



JA岩手ふるさとは、食と農を基軸に地域に根差したJAとして、
地元企業や店舗とともに地域の活性化を図るため、

「食・農・暮らし応援サポーター」として、

総合ポイントカード会員に対するサービスの提供に取り組む協力店を
募集します。

お問い合わせ：企画管理グループ 総務企画課 TEL 41-5200



牡牛座 【全体運】実り多い月。収穫を楽しみましょう。会合には出席を。楽しいことには率先して取り組んで。連絡を密にすると◎。【健康運】体操教室に参加を。仲間と一緒に取り組んで。【幸運を呼ぶ食べもの】リンゴ。

9月・10月はさらにおトク!



JAカード限定!直売所キャンペーン

15% おトク!

JA直売所の
ご利用が

いつでも!
5%割引

9月・10月限定!
10%相当ポイント還元

JA直売所・ファーマーズマーケットで
JAカードをご利用いただくと



初年度
年会費
無料!

いつでも
ご請求時
5%割引!

JAカードのご入会方法

WEBから
JAバンク口座をお持ちのお客さまは、
WEBからJAカード(クレジットカード準機能型)を
お申し込みいただけます。
(https://www.jacard.cr.mufj.jp/ad/ist/)

WEBからの
お申し込みは
こちら



店舗で
お近くのJA店舗で
直接お申し込み
いただけます。

JAカードは
他にもおトクな
特典もたくさん!

JA-SS・ホクレンSSで
1と
2を
つな
げて
2円割引

JAグループの店舗で
追加
ポイント
+2%還元

※一部対象外の店舗・施設や商品・サービスがございます。※割引特典はレジでのお支払い時に割引にはなりません。JAカードご利用現金ご請求時に割引いたします。
※+2%ポイント還元特典はJAグループが運営するAコープ・精製食料センター・JAタウン等でのご利用が対象です。JA直売所・ファーマーズマーケット・総売所
(JA-SS・ホクレンSS等)でのご利用は対象外です。JAカードご利用金額の2%相当を原則に利用月の翌月にポイントで還元いたします(1ポイント4円換算、小数点以下は
切り捨て)。※JAカードでのお支払いが対象です。電子マネーやコード決済等のお支払いは、JAカードをご登録されている場合でも本特典は適用されません。

新規入会
でおトク!

JAカードご入会とご利用で

WEBエントリー
必要

最大12,000円相当のポイントプレゼント!

ご入会日から3ヵ月後末日までのショッピングご利用金額20,000円ごとに
3,000円相当のポイントプレゼント!ご利用合計額に応じて最大12,000円
相当のポイントをプレゼントいたします。

80,000円以上のご利用で
最大ポイント(12,000円相当)を
進呈いたします。

ショッピングご利用合計額	2万円以上 (~4万円未満)	4万円以上 (~6万円未満)	6万円以上 (~8万円未満)	8万円以上~
プレゼントポイント数	750ポイント (3,000円相当)	1,500ポイント (6,000円相当)	2,250ポイント (9,000円相当)	3,000ポイント (12,000円相当)

※特典の現金価値はポイント交換でキャッシュバックをご選択された場合の金額(1ポイントを4円換算で交換)を認識しています。※WEBエントリーにはWeb会員登録サービス
(Net Branch)のNICOS ID登録が必要です(登録無料)。JAカードお届け時に詳しくは案内を御覧いただけます。※ご入会日(カード発行日)はJAカードお届け時のカード
送付時期にてご確認いただけます。※ご入会月の6ヵ月後にポイントをプレゼントいたします。

※ポイントは「JAカード いろいろいプレゼント」または「JAカード ゴールドポイントプログラム」でご利用いただけるポイントです。※JAビジネスカード、JAコーポレートカード、JCBブランドのJAカードは本特典の対象外です。
※本ご案内記載の内容は2024年4月現在のものです。※本ご案内記載の情報は2024年4月現在のものです。予告なく内容を変更または終了する場合がございます。



JA直売所 (JAカード5%割引実施店舗)で、対象期間中にJAカードを
ご利用いただくと、ご利用金額合計の10%相当分*をポイント還元!
いつもの5%割引と合わせて、15%相当おトクにご利用いただけます!

※還元ポイントの上限は2,500ポイント(10,000円相当)です。

いつでもおトクな
JAカード特典!

JA直売所のご利用は
請求時

5%割引!

※一部対象外の店舗がございます。

9月・10月限定!キャンペーン

対象期間

2024年9月1日(日)~10月31日(日)

還元時期

2025年1月

対象期間中のJA直売所でのご利用金額合計の10%相当分
から還元ポイント(4円で1ポイント)を計算します(小数点
以下は切り捨て)。還元ポイントの上限は2,500ポイント
(10,000円相当)です。

※ポイントは「JAカード いろいろいプレゼント」または「JAカード ゴールド
ポイントプログラム」でご利用いただけるポイントです。※還元金額は
ポイント交換でキャッシュバックをご選択された場合の金額(1ポイント
を4円換算で交換)を認識しています。

※本紙記載の情報は2024年4月時点の内容です。特典については予告なく終了や内容の変更を行う場合がございます。
※JAビジネスカード、JAコーポレートカード、JCBブランドのJAカードは本特典の対象外です。
※JAカードでのお支払いが対象です。電子マネーやコード決済等のお支払いは、JAカードをご登録されている場合でも本
特典は適用されません。

特典の詳細はこちら

https://www.cr.mufj.jp/jafamarket2024/



詳しくはお近くのJA岩手ふるさと窓口まで、お気軽にお問い合わせください。

JA岩手ふるさと

本店(推進企画課) ☎0197-41-5202

☐水沢支店 ☎23-4852

☐胆沢支店 ☎47-0211

☐前沢支店 ☎56-2151

☐衣川出張所 ☎52-3211

☐金ヶ崎支店 ☎42-2141

☐奥州市役所本庁支店 ☎51-6717

9 2024.8



双子座

5/21~6/21

【全体運】戸惑うことがあって当たり前。不測の事態が生じたときこそ落ち着いて。あなたの冷静さが事態を鎮静化させます。【健康運】おいしいものもほどほどに。野菜多めでバランス良く。【幸運を呼ぶ食べ物】ナメコ。

農作業事故の当事者が語る……

事故ゼロこそ最大の低コスト



家族の通院費用が想定外の大きな負担に

野菜農家の60代男性が、トラクターけん引式のジャガイモ掘り取り機に手を巻き込まれ、両腕骨折と顔面裂傷のけがを負う事故がありました。搬送先の病院が自宅から離れており、入院・リハビリのサポートで通う家族の交通費・宿泊費などが予想外にかかったと当事者。保険の解約や銀行からの借入れで工面したといっています。

「本人の医療費は高額療養費制度などでカバーできるが、家族による支援などの費用は全額自己負担。万一に備え、諸経費を含む費用がカバーできる保険や共済などの加入は必須」(当事者)

事故防止コストは「偉大なる無駄なコスト」

集落17戸による農事組合法人の組合長は、地元の圃場整備の際に工事委員長を務め、建設業の事故ゼロの取り組みを目の当たりにして重要性を痛感。「安全・ケガゼロが一番の低コスト」をモットーに取り組んでいます。

約20人の従事者全員が労災保険のほか、傷害保険にも加入。毎年約23万円のコストがかかるものの、これが「無駄なコスト」になることこそ大事と語ります。コンバインのわら詰まり時は必ずエンジンをストップさせる、フォークリフト操作時は後ろを中心に周りをつねに見る、ドローン操作時は同時通話型レシーバーで連携する等々、あらゆる作業時の安全対策を徹底しています。

予想外に要した家族による介護のお金

大きなケガの場合、都市部の病院に搬送されるケースが……	↓
遠方の病院で約1か月間の入院と3か月間のリハビリ生活	↓
入院・リハビリをサポートする家族の通院費用として、交通費・宿泊費など計115万円の出費	

対策のポイント

- ① 家族や従業員など、農作業に従事する人全員が労災保険や損害保険に加入。
- ② フレコンやパレットの点検・更新、ヘルメット、安全靴、腕カバー、保護メガネの着用など、機械や作業内容に応じ、必要な安全点検や器具の装着等を徹底。



衣服のひもが巻き込まれて首を強く絞められ……

ポテトハーベスタでジャガイモを収穫中、拾い上げコンベアに草が詰まったため取り除こうとしたところ、カバーが壊れむき出しになっていた駆動軸にパーカーのひもが巻き込まれ、頸椎捻挫。「一瞬で駆動軸に顔が引き寄せられ、首が強く締まった。死に物狂いでパーカーを引きちぎり、間一髪で脱出できた」と当事者。

スプレヤーとトラクターの間に挟まれ……

農機具庫の前で乗用トラクターからブームスプレヤーを外そうとした際、昇降レバーに触れたことで機械が動いて挟まれ、右前腕を負傷。「乗用トラクターの運転席周りには様々なレバーや突起があり、引っかかりなどで意図しない動きを誘発する危険」と専門家の指摘。

コンバインの手こぎ中手袋が巻き込まれ……

コンバインの脱穀部に稲わらを投入中、右手袋がフィードチェーンに巻き込まれ、中指と薬指を複雑骨折。

コンバインに給油中、指が巻き込まれ……

コンバインのこぎ胸を開け、回転する糞搬送チェーンに右手で給油中、左手の第2・3・4指がこぎ胸に巻き込まれ、骨折と挫滅創。

バキュームカーの接合部に防寒着のすそが……

家畜ふん尿用バキュームカーの吸排切替レバーを操作中、防寒着のすそが機体と動力を接合する部分に巻き込まれ、左肋骨・左肩甲骨骨折、左上腕複雑骨折、頸椎一部欠損、左上腕剥皮創の重傷。

回転ベルトのゴミを取り除こうとして……

コンバインの暖気運転・注油・清掃作業中、回転ベルト付近のゴミを取り除こうとして作業手袋のまま手を伸ばし、ベルトとプリーとの間に巻き込まれる。右手小指骨折と爪欠損のけが。

安全管理と事故防止対策

- ・ 作業中、補助者ともに引っかかりやすい・巻き込まれやすい・滑りやすい服装や靴をしていないか、作業前に確認。
- ・ コンバインは回転部や刃物が多いため、点検・整備・清掃時はエンジンを停止して行う。
- ・ 機械との間に適切な距離をとった位置で作業をする。
- ・ 外したカバーなどは取りつけておく。

適正な水管理で登熟向上に努めましょう!!

水稲

～高品質・良食味米の生産に向けて～

1. 穂もち防除

穂もちちは直接収量・品質に影響するばかりでなく、周囲のほ場にも被害が拡大することが懸念されます。

昨年いもち病が発生したほ場・葉色が濃いほ場等は、特に注意してほ場を観察し、病斑を確認した場合には「防除最優先」とし、治療薬剤の散布を実施するようにしましょう(表1)。

※発生が確認されたら、直ちにJAにご相談ください。



前沢地域センター
営農アドバイザー
戸田 友太 職員



LINEにて営農情報を発信しています。上記二次元バーコードからお友達登録をお願いします。

表1：葉いもち茎葉散布(治療剤)

※茎葉散布剤は使用時期・回数の制限がありますので、ご注意ください。

※発病を確認した場合は、防除を最優先としてください。ただし、**ふるさと純情米**となります。

薬剤名	防除のタイミング	使用時期	使用回数	散布量/10a
ブラシン粉剤DL ブラシンフロアブル	発生を確認したら散布。 状況に応じて2回目を散布する 場合は7日～10日後に散布。	収穫7日前 まで	2回以内	*粉剤 3～4kg *フロアブル 1,000倍液60～150ℓ

2. 登熟を促す水管理

●出穂後10日まで

1日間湛水にし、2～3日間自然落水を繰り返す間断灌漑を行い、根の活力を保ちながら登熟を促します。品質に最も影響する大切な水管理の時期です。

●出穂後10日以降

間断灌漑を行い、少しずつ落水期間を長くしていきます。田面が湿っている状態を保つのがポイントです。ここからが仕上げの水管理となります。

●高温の場合の対策

(日中30℃以上・夜間23℃以上)

穂揃いから登熟初期にかけて高温が続くと、高温障害(乳白・腹白粒等)の発生が懸念されます。登熟期の高温は、高温障害による乳白粒の発生要因となります。今年も登熟期は高温で推移する予報となっておりますので、特に注意をしましょう。高温の対策には、湿润状態を保ち間断灌漑を実施し、水温や地温の上昇を防ぎ、根の活力維持を図ることが有効となります。

農業経営を支援します

こんにちは。融資支援課です。

今月は「農機クレジットの借換」についてご案内します。先日、T様より農機クレジットの契約に関するご相談をいただき、JAへの借換を試算したところ、右記のようなメリットがあることがわかり、JAの農業資金へ借換いただきました。

JAでは、担い手強化資金、アグリマイティ資金、農機ハウスローンなど、多彩な農業資金を取り揃えております。

借換の試算だけでもお気軽にご相談ください。

下記担当または最寄りの支店までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

融資支援課 農業融資支援チーム

- ・融資支援課：0197-41-5202
- ・水沢担当：090-8343-2481(及川 祐哉)
- ・前沢・衣川担当：090-8343-2418(石川 雄大)
- ・金ヶ崎担当：090-8343-2354(高橋 和豊)
- ・胆沢担当：090-8343-2390(佐藤 達也)

◎農機クレジット契約内容

お支払総額 3,363,000円
お支払金額 毎年 672,600円
お支払回数 5回(2回お支払済み)

◎クレジットを支払い続けた場合

672,600円×3回=2,017,800円……………①

◎JAへ借換した場合

クレジット一括繰上金額 1,865,049円
JA借入金利息 28,756円
借換諸費用 3,380円
合計 1,897,185円……………②

◎借換によるメリット

①-②=120,615円

物価高騰の今こそ、
見直しをおすすめいたします。

※借入金額が100万円以上の場合JAバンク利子補給、保証料助成事業に該当します。
※クレジットの契約内容によってメリットがない場合もございますので予めご了承願います。

融資支援

融資支援課職員が
おすすめ商品を
ご紹介します。



融資支援課
及川 祐哉 係長



畜産

○8月の牛枝肉相場見通し

8月は旧盆商戦のほか行楽需要など消費の盛り上がりにより期待したい時期ではありますが、梅雨明け以後の連日の猛暑による消費の減退が心配されます。また、全国の新型コロナウイルス感染者数が増加傾向などもあり、相場の回復は見込みにくい状況です。外食需要の

回復が進めば上昇も見込めますが、もちあいから軟調な展開が続くと予想されます。
8月枝肉相場は、和牛去勢A5が23000〜25000円、A4が20000〜21000円、A3が17000〜18000円の相場で推移するものと予測されます。

○和牛子牛市場（市場開設日 令和6年7月10日）

（単位:円）税込

地域	性	頭数	最高価格	平均価格	地域別平均価格		
					今月	前月対比	前年同月対比
水沢	雌	4	651,200	519,200	515,429	-30,721	-95,833
	去勢	3	661,100	510,400			
前沢	雌	2	465,300	442,200	458,975	-87,670	-92,675
	去勢	2	499,400	475,750			
金ヶ崎	雌	7	558,800	444,714	537,900	59,966	95,700
	去勢	5	782,100	668,360			
胆沢	雌	32	597,300	391,153	477,446	-28,686	-3,437
	去勢	39	993,300	548,251			
衣川	雌	4	596,200	453,475	507,925	-54,908	-19,275
	去勢	8	856,900	535,150			
JA計	雌	49	651,200	416,429	489,552	-22,633	-9,094
	去勢	57	993,300	552,412			

○肉牛販売成績表（7月）

（単位:円）税抜

地域	性	頭数	最高単価	最高価格	平均単価	平均価格
水沢	雌	10	3,402	1,490,076	2,525	1,111,174
	去勢	4	2,456	1,225,544	2,258	1,093,475
前沢	雌	25	3,021	1,419,600	2,608	1,126,177
	去勢	68	3,100	1,982,946	2,375	1,246,470
金ヶ崎	雌	13	3,633	1,823,766	2,625	1,127,264
	去勢	10	2,972	1,744,564	2,471	1,359,902
胆沢	雌	28	2,702	1,271,690	2,228	1,041,459
	去勢	15	2,530	1,353,550	2,070	1,123,912
衣川	雌	1	2,566	1,087,984	2,566	1,087,984
	去勢	13	2,927	1,747,419	2,498	1,382,676
JA計	雌	77	3,633	1,823,766	2,455	1,093,110
	去勢	110	3,100	1,982,946	2,353	1,250,603

※東京食肉市場のみ経産肥育牛含まず。

特選中古農機

秋資材ご予約受付中！

ひも(バインダー・コンバイン用)
袋(ハーベスタ)、フレコンバック等
お近くの農機センターへお申し込みください。

秋季農機・自動車合同大展示会開催！

期日：令和6年8月23日(金)・24日(土)
時間：9:00~15:00
場所：《水沢》産直来夢くん内特設会場

農機

コンバイン

770,000円(税込)



AR323
クボタ
576h・3条・
23馬力
状態：整備済
金ヶ崎農機センター

コンバイン

2,300,000円(税込)



AG460
ヤンマー
679h・4条・
60馬力
状態：整備済
水沢農機センター

お問合せ先：(株)JA岩手ふるさと農機サービス

水沢農機センター TEL 22-6030
前沢農機センター TEL 56-5531
金ヶ崎農機センター TEL 44-2171

胆沢農機センター TEL 47-0260
衣川農機センター TEL 52-3412

古物商 岩手県公安委員会許可証番号 第211060001171号



乙女座

8/23~9/22

【全体運】パワフルに過ごせます。今月なら強気もプラスに。押してみるのもアリ。心のフォローは忘れずに。
【健康運】ストレッチで体をほぐして血行を促進。【幸運を呼ぶ食べもの】イチジク。

野菜管理指導会のお知らせ

開催内容	開催日	開催時間	開催場所
アスパラガス 栽培管理指導会 ※養分転流、病害管理について ※栽培マニュアルをご持参ください	8月 19日(月)	13:30~14:50	金ヶ崎 遠谷巾 阿部 稔氏ほ場
		15:30~16:50	衣川 中河内 菅原 登氏ほ場
	8月 20日(火)	13:30~14:50	胆沢 上西風 村上 壽仁氏ほ場
		15:30~16:50	水沢 本宿 及川 孝彦氏ほ場
なす 栽培管理指導会 ※夏場の管理について	8月 21日(水)	13:30~14:50	金ヶ崎 上平沢 千葉 知彰氏ほ場
		15:30~16:50	衣川 川東 加藤 常子氏ほ場
プチヴェール 栽培管理指導会 ※夏場から収穫前の管理について	8月 27日(火)	13:30~14:50	水沢 満倉1区 高橋 庄壽氏ほ場

※都合により会場が変更になる場合がありますが、提示した会場から変更会場へご案内いたします。
※会場がわからない方は、会場へご案内いたしますので、開催日の前日までに担当者へ連絡をお願いいたします。

問 営農販売グループ 園芸課 TEL 47-0742 作間 志穂里 まで

～野菜花き栽培記録管理台帳の記帳と提出について～
【生産者全員提出】

安全で安心な野菜・花きを生産・販売する産地として、栽培記録管理台帳の記帳と提出を実施しております。配付となりました「栽培管理記録台帳」に記入の上、下記の通り提出して頂きますようお願いいたします。

尚、記入の仕方等ご不明な点がございましたら、遠慮なく各集出荷場までご連絡ください。

- 1、毎月1回提出品目
 - 出荷前提出
 - ① 毎月 5日提出 ……ピーマン
 - ② 毎月15日提出 ……きゅうり・ねぎ
 - ③ 毎月25日提出 ……トマト・ミニトマト・なす
 - 出荷終了後提出
- 2、年2回提出品目
 - 出荷前提出 ……上記以外の野菜・花き等品目
 - 出荷終了後提出

提出先は【園芸課】または【各地域野菜集出荷場】までお願いいたします。

秋冬品目を栽培してみませんか？

ピーマン等の夏秋品目の後作として、秋冬品目を栽培してみませんか？



～品目例～

- ほうれん草 ●小松菜
- なばな ●オータムポエムなど

下記支援もありますので、園芸課までお気軽にご相談ください！

【対象者】

秋冬品目を栽培される方で、2畝以上の新規または増反者

【支援内容】

種子代の1/2以内
(上限5万円：税抜価格の千円未満切捨て)



ピーマン収穫体験を開催!

JAは7月27日、奥州市水沢の齋藤博幸さんのほ場で「ピーマン収穫体験」を開催しました。

この企画は准組合員モニター制度の一環として、准組合員の意見をJA事業に反映する取り組みの4年目にあたります。

当日は、モニターに選ばれた准組合員とその家族約20名が参加しました。参加者は齋藤さんから出荷規格の説明を受けた後、ハウスでピーマンを収穫し、約1時間で出荷用コンテナいっぱいピーマンを収穫しました。

齋藤さんは「今日収穫したピーマンは首都圏の市場を通じて大手スーパーなどで販売されます。出荷サイズを確認し、安全に作業してください」と参加者に呼びかけました。

参加者からは「赤ピーマンの栄養価の高さを知り、産直で購入したい」、「ジャンボピーマンの栽培方法を初めて知った」、「生産現場を体験でき、勉強になった」などの感想が寄せられました。

JAでは今後、10月のJAまつりへの来場や12月の胆沢カントリーエレベーター見学など、モニター企画を予定しています。



▲出荷規格の説明をする齋藤さん



▲慎重に作業をする参加者



▲モニターの皆さん(1班)
(中央前は齋藤さんご夫妻)



▲モニターの皆さん(2班)
(中央前は齋藤さんご夫妻)

産直日記



vol.152

夏の麺まつり 第2弾

8月17日(土)・18日(日)

- おすすめの麺を特別価格にて販売!
- 18日(日) **試食会開催**

食育ソムリエによるレシピ紹介

「旬の野菜を使用したカラフル冷やし麺」



らいくん 納涼祭

8月24日(土)・25日(日)

各日直売棟レジにて2,000円以上お買い上げで福引抽選会に参加!

野菜の日 8月31日(土)

旬の野菜がお買い得!

野菜
ポイント
5倍

【定休日】 毎週水曜日

(イベント開催に伴い営業する場合がございます)

【営業時間】 農産物直売所…………… 9:00~18:00
レストランおかわりらいむくん… 11:00~15:00
モーちゃんアイス工房…………… 9:00~17:00
ふるさとベーカリー…………… 9:00~15:00

岩手県奥州市水沢真城字杉の下51 TEL 0197-26-4141



8月29日は「焼肉の日」!

菜旬館

夏バテ対策に焼肉を楽しもう!
前沢牛と新鮮な野菜でスタミナづくり!



【定休日】 毎週木曜日
(イベント開催に伴い営業する場合がございます)

【営業時間】 9:00~17:00
岩手県奥州市前沢駅東2丁目8-7
TEL 0197-41-3360

最新情報はこちらからご確認ください



ホームページ



instagram



X (Twitter)



LaLa 来夢

vol. 03



★ 人物紹介 ★

伊藤 孝治さん (76歳)

地域：衣川
 職業：農業
 趣味：モルック・スポーツ観戦
 芸能鑑賞

いつまでも元気に
 おいしいお米を作りたい

伊藤孝治さんは、水稻（ひとめぼれ）²を栽培する兼業農家です。地元企業に定年まで勤め、現在はパートタイマーとして平日のみ通勤しています。休日は、ほ場管理で多忙な孝治さんですが、「時々会社に行って、若手社員と話すだけでも頭が冴えます。自分のスケジュール管理もスマートフォンを使用したり、時代に合わせた生活を送るよう心がけています」と笑います。

若々しい孝治さんに、「元気の秘訣を尋ねると」
 「かく身体を動かすことです」と話し、現在は「地元のみならずモルックのチームを作り、年に2回ほど大会に出場しています。体力づくりにはピタリの競技ですよ」と話します。

元気に農業従事も行う孝治さんですが、「米作りは毎年試行錯誤です。家族の協力を得て皆で農作業をしています」と話し「年々人口減少に伴い、担い手が確保できない状況にあります。中山間では、集落営農協定者を中心に情報交換をしながら協力し農作業に取り組んでいます」と話し、「後継者を育成できるように、現在農業に励んでいる人々が魅力を後世に伝えていかなければならないと感じます」と農業の未来を考えています。

米作りをしていて、達成感を感じる時は「出荷後の米代金の結果票を見たときですね。少しでも前年よりアップしていれば嬉しいですし、やる気も出ます」と成果が販売額に表れた瞬間に喜びを感じる話します。

今後は「支えてくれる家族に感謝し、周囲と協力しながら農業に励みたいですね」とほほえむ孝治さんです。

仕事



米作り（ひとめぼれ）

夏は草刈りや防除作業が続きますが、おいしいお米作りのため頑張ります！

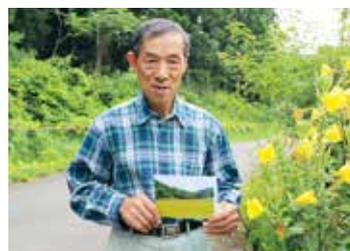
趣味



モルック

フィンランドの伝統的なキツカというゲームを元に1996年に開発されたゲームです。

ふるさとの魅力



美しい自然

集落の皆さんで草刈りをしたほ場がいつ見ても綺麗で、この景色を守りたいと思っています。

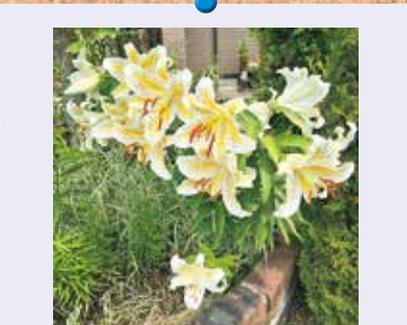




先日、年金友の会のグラウンドゴルフ大会に初めて参加させて頂きました。暑くて大変だったけど、ホールインワンも出せて、景品も頂きました。とっても楽しかったです！
(金ケ崎/佐藤 英子さん)

最近の外務活動は「素晴らしい！」です。前はポストに入れてさよなら…今は「お変わりないですか？」と話しをして回っていますね。私たち年寄りには元気ができます。
(胆沢/遠藤 スミさん)

広報誌「ふるさと夢〜」を楽しみに待っています。表紙の子ども達の可愛い笑顔はなんともいいようない、安らぎになります。暑くなる日には冷たいトコロテンを食べて乗り切ろうと思います。
(衣川/伊藤 律子さん)



家の庭に、ヤマユリが、満開に咲きました。山の王女のように、華やかです。
(水沢/瀬川 幸子さん)

お便りありがとうございます!

読者の広場

7月17日から7月31日までに届いたはがき・メール・ラインの中から一部をご紹介します。

胆沢ダムが出来てから水不足はないと聞いていましたが、水不足と聞きびっくりしました。梅雨で貯水率が増え、農家の方々は本当に安心していることと思います。良かったですねo(^-^o
(前沢/那須川 孝さん)

「トコロテン」昔はよくこの時期に天草を買ってきてトコロテンを作っていましたね〜。また作ってみようかな〜(笑)。
(胆沢/加藤 孝子さん)

長年の兼業農家としての生活を終了し、春から専業農家として頑張ってます。JAさんこれからもよろしくをお願いします。
(金ケ崎/阿部 諭さん)

2人の孫は半分に切ったピーマンを氷水に入れ、冷蔵庫で保存したものと、キュウリをスティック状に切ったものに、みそマヨネーズをつけて食べるのが好きです。じゃがいもは皮ごと茹で、バターやマヨネーズとしょうゆで食べるのが好きです。
(水沢/及川 康子さん)

ましがいさがし

出題・イラスト：酒井栄子

右のイラストには左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左下の枠内の数字で探しましょう。

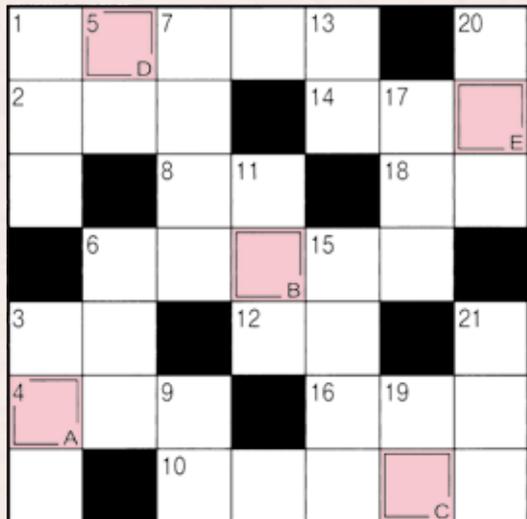


- 答え
- 2 …… クラゲの大きさが違う
 - 4 …… 帽子の帯が違う
 - 7 …… 帽子の柄（魚の目）が違う
 - 9 …… ヒトデが貝に変わっている
 - 10 …… 海藻の形が違う

みんなは何個みつけれましたかな?

ふるさとパズル

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



ヨコのカギ

- 9月2日は〇〇の日。ハズレくじ対象の抽選もあります
- ドミノとかドファラとか
- 握り寿司を数えるときに使う言葉
- ミョウガはこの部分や若い茎を食べます
- 前身は江戸です
- 敬老の日に〇〇へ日本酒を贈った
- 素晴らしい考えのこと
- 南の島に似合う植物
- 〇〇手振りを交えて説明した
- 急須のお茶を注ぎます
- ノブを持ってあげます

タテのカギ

- わらなどで編んで米や炭を詰めます
- 「」や（ ）のこと
- 長く連れ添った夫婦は似てくるとか
- アキアカネ、オニヤンマといえば
- からすみはボラなどの〇〇を加工したものです
- 食パンのふちの部分
- 筒に強く息を送り込んで矢を飛ばします
- 派手なところがありません
- 明日の授業に備えて〇〇をした
- 房で売られる果物
- 神の起こした洪水を箱船で乗り越えました
- 天竺牡丹（てんじくぼたん）とも呼ばれるキク科の花
- 一時的に寝ること

7月号の答え

「トコロテン」

応募総数 94通 (うちe-mail・LINE 51通)
正解数 93通



★読者プレゼント

「ふるさとパズル」正解者の中から抽選で、「はと麦茶ティーパック (少量パック)」を3袋、10名に進呈いたします。奮ってご応募ください！



～はと麦茶ティーパック(少量パック)～
奥州市衣川産のはと麦を100%使用した健康美茶を、より多くの方に楽しんでいただけるよう、手軽な少量パック(10g×5パック)として新発売しました。長年愛されてきたこの商品を、ぜひお試しください。

【応募メ切】

令和6年8月30日 (金)
当日消印有効

★7月号「エコープ ホットケーキミックス」当選者 (敬称略)

- 菅原 正(水沢) / 竹森 清枝(水沢) / 及川 二郎(水沢) /
小野 智真子(水沢) / 菊地 登(前沢) / 阿部 諭(金ケ崎) /
三田 稔(胆沢) / 杉谷 綾菜(胆沢) / 千葉 悦子(衣川) /
北野 広郷(愛知県)

投稿・応募大募集

※通常はがきの料金は63円です。投函される前にご確認をお願いいたします。

「読者の広場」は、みなさんのお便りでつくるページです。身近であった出来事など、投稿をお待ちしています。楽しいイラストや写真、俳句・川柳などもお待ちしております。

採用された方には、記念品を進呈します。ふるさとパズルの解答と併せての応募もOKです。なお、作品は返却いたしません。はがきやメール・LINEでご応募ください。

投稿・応募はこちらへ

●はがきの方

郵便はがき

〒020-0202 胆沢小山字菅谷地131-1

JA岩手ふるさと「ふるさとパズル」係

●パズルのこたえ
●郵便番号
●住所
●氏名(ふりがな)
●年齢
●電話番号
●広報誌またはJAに関するご意見ご感想、身近な出来事、イラストなどご自由にお書き下さい。

●e-mailの方

kouhou@jafurusato.or.jp

●LINEの方

二次元バーコードから友だち追加後トークよりご応募ください。



e-mail・LINEの場合も、郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号・ご意見・ご感想をお忘れなく！

※ご記入いただいた個人情報、広報誌に関するこのみに使用させていただきます。



業務内容

貯金の入出金業務・自動車税・国保税・市県民税・町税・固定資産税・各種公共料金
 (電気料金は除く(電気料金は、支店窓口での口座振替のお取扱いとなります。))
 2号車は上記の業務内容に加え「為替業務」を取扱いいたします。

『来夢くん号』9月運行表

地域	号	運行場所	曜日	営業日	運行時間
水沢	1号車	堤尻自治会館	月	2・9・30	9:00~10:00
		旧羽田支店			10:40~11:40
		拠点配送センター前(旧満倉支店)			13:30~15:00
	2号車	旧大手通り支店	月	2・9・30	9:00~11:00
			水	4・11・18・25	
		旧水沢南支店	金	6・13・20・27	9:00~11:00
火			3・10・17・24		
木			5・12・19・26		
前沢	1号車	旧古城支店	火	3・10・17・24	9:00~10:00
		旧赤生津支店			10:30~11:30
		旧白山支店			13:00~14:00
		伏畔農業倉庫前			14:30~15:30
金ヶ崎	1号車	旧永徳寺支店前	水	4・11・18・25	9:00~10:00
		永沢土地改良区前(旧永岡支店)			10:20~11:20
		旧遠谷巾支店			13:00~14:00
		産直ろくちゃん前(旧六原支店)			14:20~15:20
	2号車	旧金ヶ崎中央支店	月	2・9・30	13:00~15:00
			火	3・10・17・24	
			水	4・11・18・25	
			木	5・12・19・26	
衣川	1号車	旧下衣川支店	木	5・12・19・26	9:00~10:00
		南股地区センター			10:30~11:30
		外の沢公民館			13:00~14:00
		旧北股支店			14:30~15:30
胆沢	1号車	胆沢地域愛宕交流センター	金	6・13・20・27	9:00~10:30
		ごくよう若柳会館前(旧若柳支店)			11:00~11:40
		産直いさわ・あぐりキッズ裏(旧南都田支店)			13:00~14:00
		協同サービス本社前(旧小山支店)			14:30~15:30

JA通信

7月に開催した経営管理委員会及び理事会の主な決議事項をお知らせします。

令和6年度

第6回 経営管理委員会 (7月30日)

決議事項

なし

令和6年度

第5回 理事会 (7月25日)

決議事項

一、業務及び財産の状況に関する説明書類(ディスクロージャー誌)について

ほか、2議案

JAポイント協力店をご紹介します♪

横浜家系ラーメン 武源家 前沢店

飲食

住所 奥州市前沢向田2-14 電話番号 0197-56-7809

特典 注文時にトッピング(味玉 or のり) どちらかサービス

武蔵家を源流に持つ武源家の前沢店です。

伝統の横浜家系ラーメンと温かい接客で、皆様のご来店を心よりお待ちしております。

カフェ・ド・ラパン

飲食

住所 奥州市前沢駅東2-7-2 電話番号 0197-56-6937

特典 お食事の際ケーキ ワンピースサービス

イオン前沢店様のすぐ近く(南側)にあります。

お洒落な西欧風の建物で、アットホームな雰囲気とおいしい料理が魅力です。



魚座【全体運】いら立ちは抑えて。温和な態度が周囲を和やかにし、あなた自身にもいい流れが返ってきます。金運が良好。【健康運】不調は解消へ。コンディション維持をテーマに。【幸運を呼ぶ食べもの】ハクサイ。

お・か・わ・り・し・こ・ピ



ピーマンとトマトのツナサラダ

産直来夢くん「食育ソムリエ」
平山 恵美子さん

ワンポイント

ピーマンにはレモンと同じくらいのビタミンCが含まれています。
ピーマンに含まれるビタミンPという成分が熱によるビタミンCの破壊を防ぐので、効率よくビタミンCを摂取することができます◎。

材料（3人分）

- ・ピーマン…………… 4～5個
- ・トマト…………… 小1個
- ・新玉ねぎ…………… ½個
- ツナ…………… 1缶
- マヨネーズ…………… 大さじ2½
- ★ 醤油…………… 大さじ1½
- 塩…………… 少々
- 胡椒…………… 少々

作り方（調理時間：15分）

- ①鍋に湯を沸かし、ピーマンを細切りにします。サッと茹でてザルに上げ、湯を切ります。
- ②トマトと玉ねぎを粗みじん切りにします。玉ねぎはサッと洗って水気をよく絞っておきます。
- ③①と②とそして★調味料を混ぜ、器に盛り付けて完成です。

ふるさとの宝 308 げんき★キッズ

【水沢】

佐々木 俐乃さん（9歳） 右
〃 ひまりさん（3歳） 左
お父さん： 正明さん
お母さん： 寛子さん



ひまりさん★幼稚園に通うひまりさんのマイブームは、歌とダンスです。幼稚園のともだちと仲良く踊ったり、自宅では姉の俐乃さんと一緒に歌に合わせて披露しています。時々おじいちゃんの後を追いかけて畑に行き、最近ではメロンの成長の様子を気にかけています。好きなキャラクターは、「ポケモンのゲンガー」と話し、将来は「プリキュアになりたいなあ」と可愛い笑顔で教えてくれました。

「両親は「2人がずっと仲良く、健やかにそして元気に育ってほしい」と話します。

俐乃さん★小学校4年生の俐乃さんは、学校ではフライングディスクの種「ドッジビー」に夢中で友人たちと体育の授業や中休みに元気に身体を動かしています。週に1度体育教室に通っており、様々な種目に取り組んでいます。幼稚園から習っているピアノ練習では「今はブルグミュラーの25番を練習しているよ」と教えてくれました。将来の夢は「テレビドラマで観た、診療放射線技師になって病気で困っている人を助けたい」と話し、日々勉強に励む俐乃さんです。



表紙のキッズを大募集!

「お子さん・お孫さんを表紙に載せてみたい」という方は、JA岩手ふるさと総務企画課(広報係)までご連絡をお願いします。
TEL 0197-41-5200
(平日 8:30～17:00)



LINEの場合、掲載希望の旨をメッセージ送信ください。

※JA管内【奥州市(江刺は除く)、金ヶ崎町】在住の方で、撮影対象年齢は0歳～概ね小学校6年生までとなります。日程を調整した上で、撮影に伺わせていただきます。

撮影写真はフォトフレーム(A2サイズ)にお入れてプレゼントいたします。

