

岩手ふるさとから夢をお届け。

11

2021 November
No.281

ふるさと ^{ゆめ} 夢 ~ る



特集

1. ふるさと応援キャンペーン2021
2. 手軽においしく!
ごはんスティックストック

 JA岩手ふるさと

JA自己改革への挑戦!



「ライ夢くん」



▼JA岩手ふるさとの
Facebookページは
こちらから。
ぜひご覧ください。



ドライブスルー

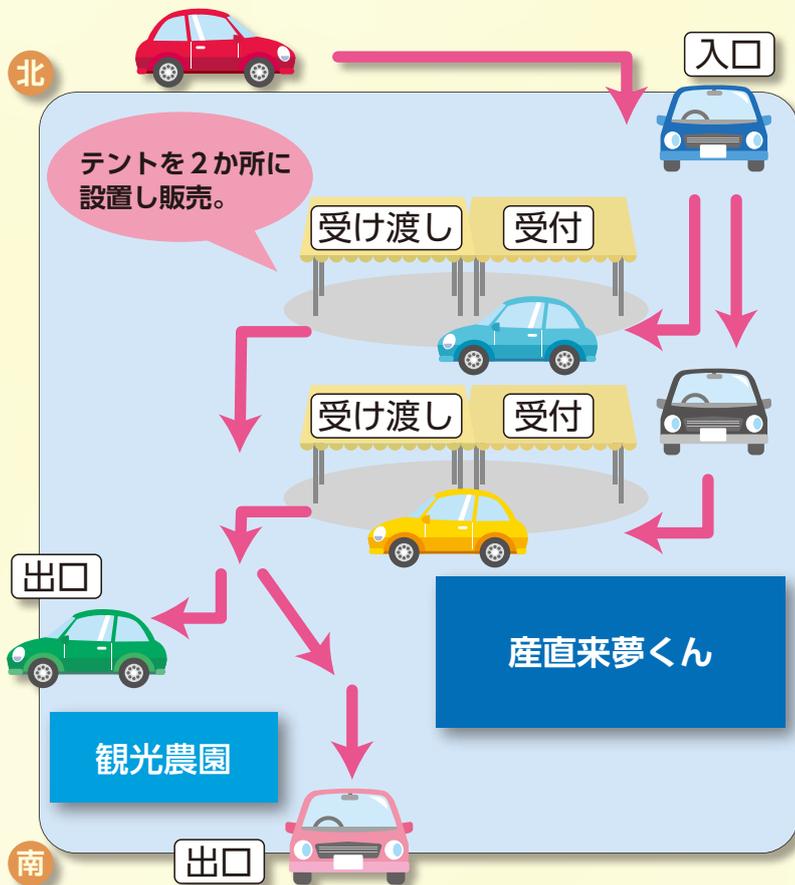
ふるさと応援キャンペーン 2021

JAは10月16日(土)・17日(日)の2日間、産直来夢くん敷地内特設会場にて、ふるさと応援キャンペーン2021を開催しました。

今回は写真で当日の様子をご紹介します。

当日は新型コロナウイルス感染対策としてお客さまが乗車したまま購入できるドライブスルーの形としました。

会場の流れ



「前沢牛・いわて奥州牛の消費拡大」をテーマに牛肉全品40%OFF、「奥州市・金ヶ崎町産お米の地産地消」をテーマにしたお米販売は、両日数量限定送料無料で販売しました。

目次 Contents

- 2 特集1
ふるさと応援キャンペーン2021
- 4 特集2
手軽においしく！
ごはんスティックストック
- 6 NEWS & TOPICS
- 8 人間ドック
- 9 総合ポイント失効のお知らせ
- 10 2021ウィンターキャンペーン
- 11 営農情報
水稲／畜産／中古農機／園芸
- 14 みんなの広場
家庭菜園／産直日記
悠々人生／来夢
読者の広場
ふるさとパズル／答え／当選者
- 18 お知らせ
来夢くん号運行表／JA通信
- 20 おかわりレシビ
ぼくたちふるさとキッズ
Made in Furusato

JAの概要

[令和3年9月末]

組合員数	16,495人 (うち准6,078人)
組合員戸数	13,616戸 (うち准3,918戸)
出資金	65億7千2百万円
貯金高	1,478億2千5百万円
貸出金	259億4千8百万円
購買品供給高	25億6千7百万円
販売品販売高	75億3千1百万円

ドライブスルー 大盛況



新聞折込したチラシの裏の配送申込み書に事前記入いただき、スムーズな発送を目指しました。



ありがとうございました!

▲会場到着順に、ご希望の商品を伺ったほか、お車の誘導、お楽しみ抽選券の配布など行いました。

ドライブスルー抽選会 当選番号!!

- 1等 牛肉(5,000円相当) 1142 1343 1394**
- 2等 りんご(3,000円相当) 1094 1132 1213 1284 1401**
- 3等 岩手県産ポークの前沢牛入フランク(1,000円相当)**
 - 1032 1042 1064 1096 1100 1103 1139 1141
 - 1154 1190 1286 1308 1329 1334 1344 1375
 - 1391 1405 1427 1432

《賞品の引き渡しについて》

場所：産直来夢くん サービスカウンター

※営業時間内の対応とさせていただきます。

期間：令和3年11月20日(土)～21日(日)

※引き渡し期間以降は無効となります。ご了承ください。



▲後藤会長が抽選を行いました。

ご来場いただきました皆さまご利用いただき誠にありがとうございました。JAは今後も地域に根差した事業を展開してまいります。

手軽に美味しく！

イラスト/小林裕美子

ごはんスティックストック

何かと慌ただしい朝の時間、つい食事をおろそかにしてはいませんか？

そんなときの強い味方が、冷凍庫に作り置きした「ごはんスティックストック」！

脳と体のエネルギー源になるごはんをサツと手軽に食べられる方法です。

作り方はとても簡単。昼食やおやつとしても大活躍してくれそうです。

忙しい朝の強い味方

朝食には、体を目覚めさせ、午前中の集中力やパワーを生み出すという大切な役割があります。特にエネルギー源になる炭水化物と筋肉などを作るタンパク質を含むごはんは好適。よくかむことでゆっくり分解され、腹持ちが良い上に太りにくいのもうれしい点です。

けれど和の朝食は手間がかかるのも確かです。ごはんとおかずなどをそろえると洗う食器も多くなります。

そこで、今話題のごはんスティックストックを作り置きしてみたいかがでしょうか。

ご飯に具材を入れてラップで棒状にまとめたのが、ごはんスティックストックです。電子レンジで温めてのり

を巻けば片手でパクッと口にでき、時間がないときは外に持って出ることも

できます。これなら体に良いお米の朝食が楽々。のりはビタミンやミネラル

も豊富ですし、余裕があれば野菜のみそ汁などを添えれば栄養バランスもばっちりです。

中身はアイデア次第

ごはんスティックストックに入れる具材は、水分が少ないものなら何でも

OKです。ごはんとのりは和洋中あらゆる味付けとも相性が良いのが魅力。納

豆や梅干し、つくだ煮といったベジシックな和食材以外にも、厚焼き卵、

焼き肉や焼き魚、ソースをまぶした豚カツ、コンビーフ、汁気をきった炒め物など、ごはんに合いそうな食材を何でも入れてみましょう。夕食で残ったお

かずを活用するのも一手です。

白ご飯以外もOK

白ご飯十具材の組み合わせの他、季節の炊き込みご飯で作るごはんスティックストックもお薦めです。また、チキンライス、チャーハン、パエリアなど油分のあるご飯物も、棒状に整えるときに少し力を入れて押さえ、温めてすぐにのりを巻けば、バラバラせず食べやすくなります。



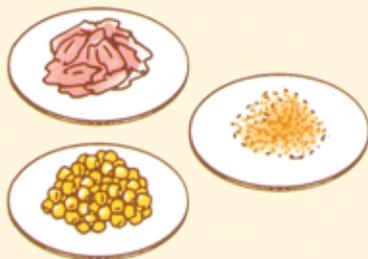
参考：“和”食文化推進協議会「ごはんSTICK STOCK」

アレンジ具材 アラカルト



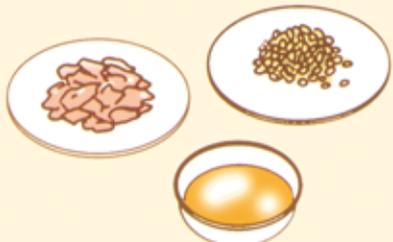
かつお節 + みそ

ご飯にみそを適量広げ、その上にかつお節をたっぷりのせます。かつお節を押さえながらゆっくり巻きましょう。



ツナ缶 + コーン + カレー

ツナ缶とコーンを1対1の割合で混ぜたら、風味付けにカレー粉を少し加えます。缶詰は水気をよくきってから使うのがポイントです。



さけ + ごま油 + いりごま

さけフレーク(大さじ1~2)をご飯の手前のにせます。ごま油を少々、いりごまをたっぷり散らして風味を楽しみましょう。

夜や休日に簡単作り置き

材料(1本分の目安量)

- ご飯 ……約75g(茶わん約1/2杯)
- 具材 ……大さじ1~2(納豆なら1/2パック)
- 焼きのり(全型) ……1/4枚

ごはんスティックストックには1本につき茶わん1/2杯分のご飯を使います。残りのご飯を利用する他にも、休日などに何か炊いてまとめて作っておくのも良いでしょう。

ラップとご飯、具材さえあれば、作り方は誰にも簡単。クルッと棒状に巻き込むだけです。細長いおむすびともいえそうですが、握るテクニックはいらず、温めるのもおむすびより短時間で済みます。

完成したごはんスティックストックは出来たてをそのまま食べても良いのですが、時短朝食を目的とするなら冷凍庫にストックを。

POINT

中の具材名をラベルに書き込んでおけば選ぶ際に分かりやすくなります。

作り方



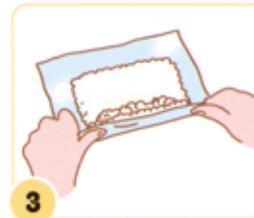
1

温かいご飯をラップにのせ、しゃもじで約12cm角に広げる。



2

具材をご飯の真ん中より少し手前にのせる。



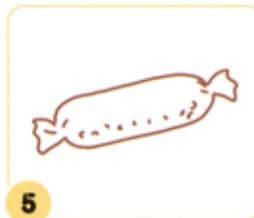
3

ラップを手前から持ち上げ、奥に向かって巻いてスティック状に。



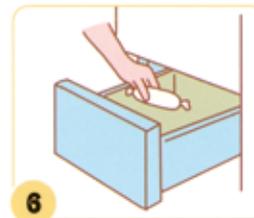
4

ラップの上から軽く握って、形を整える。



5

ラップの両端をキャンディーのようにしっかりひねって留める。



6

冷凍庫に入れてストック!

解凍していただきます!

食べ方



1

ラップのまま電子レンジで解凍(500Wなら約1分40秒*)。

*加熱時間は電子レンジのワット数や具材の種類によっても異なります。お好みで調整してください。



2

ラップを外してご飯を少し冷まし、仕上げにパリッとした焼きのりで巻く。



3

完成! そのまま手に持ってください! 2本でちょうどお茶わん1杯分のご飯の量になります。

POINT

のりは全型の4分の1サイズがベスト

のりは全型を縦横半分にした4分の1サイズがごはんスティックストックにベストな大きさです。切ったのりを乾燥剤と一緒に容器にストックしておけば、いつでもサッと使えます。

POINT

のりを巻いての冷凍はNG

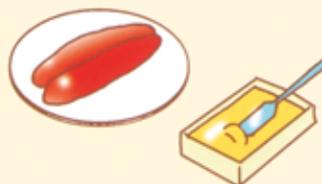
のりを巻いてから冷凍すると、水分を含んでラップに張り付くのでNG。食べる前に巻き、のりの風味と食感を楽しんでください。

いろいろな具材のごはんスティックストックがいつも冷凍庫にあったら、朝食だけでなく、ちよつと小腹がすいたときにも楽しく選べそう。アイデアを駆使して、ぜひチャレンジしてみてください!



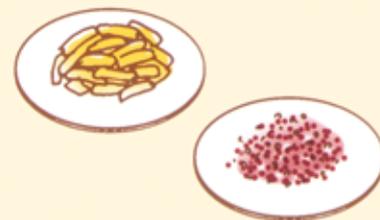
練り梅 + しらす + いらごま

練り梅をご飯に広げ、しらすをのせて、いらごまを振り掛けます。練り梅は塩分が多いので、量は加減しましょう。



明太子 + バター

ピリッとした辛さが癖になる明太子に、室温で軟らかくしたバターをあえてご飯の上に。解凍は温め過ぎないように注意しましょう。



チーズ + しそふりかけ

ご飯にしそふりかけと細切りチーズまたはとろけるチーズをお好みの量のせるだけ。はみ出ないように巻くのがポイント。



稲刈りを通して農業に理解を深める 管内小学校・保育所・保育園で稲刈り体験を開催

9月17日 衣川小学校



衣川小学校5年生13人は衣川小学校の稲作支援を行う「みのりの会」会員、衣川地域活性化委員の方々やJA職員指導のもと学習田で手刈りと棒がけを体験しました。

9月29日 永岡小学校



5年生19人は生産者指導のもと自分たちが田植えを行なったササニシキの稲を刈り取って束ね、棒がけにしました。

9月29日 前沢保育所あおぞら園



年長組28人は春に手植えたバケツ稲(金色の風)の刈取りを行いました。
園児一人ひとりが稲刈り鎌を使って稲を刈取り、「お米のいい匂いがする」「楽しかった」などと話しました。

管内小学校・保育所の子どもたちは、生産者やJA職員の指導のもと手刈りやバインダーを使った稲刈りを体験しました。

保育園児はバケツ稲での刈り取りを、小学生はほ場での稲刈り作業に取り組み、米作りに理解を深めました。



9月27日 若柳小学校



若柳小学校5・6年生38人が刈取りを体験。
刈り取った稲はそれぞれ、5年生はヒメノモチを使った餅つき、6年生は収穫したひとめぼれを地元の農家レストランで釜炊きして食べる予定です。

10月1日 前沢保育園アリノママ会



年長組26人は春に手植えたバケツ稲(金色の風)の刈取りを行いました。
園児は自分たちで刈り取った稲の重みを確認しながら棒がけを体験しました。

JAは、稲刈り体験をはじめとする農業体験を通じた食農教育を今後も支援してまいります。



▲各部門で受賞された皆さんを個別に表彰しました。
(写真は最優秀賞に選ばれた鈴木栄美子さん 左)

最優秀賞に野菜部門ピーマンの鈴木栄美子さん選出 農産物品評会開催

JAは、農産物品評会の審査会を10月15日、産直来夢くんで行いました。米穀・野菜・花き・果実の4部門に全128点の応募がありました。米穀・野菜・花きの3部門から金・銀・銅賞を、果実部門では金賞を選出し、更に各部門の金賞の中から最優秀賞・優秀賞が選ばれました。結果は次の通りです(敬称略)。

- 最優秀賞 野菜の部金賞 鈴木 栄美子 (衣川)
- 優秀賞 米穀の部金賞 若 槻 慎 也 (胆沢)
- 優秀賞 花きの部金賞 森 松 正 一 (衣川)
- 果実の部金賞 佐々木 京 子 (水沢)



手作り「コロナ退散」ポスターを掲示 真城小学校手作りのポスター水沢南支店で



10月6日、真城小学校児童はJAなど奥州市内の9施設に「コロナ退散」をイメージした手作りのポスターを寄贈しました。

これはコロナ禍で頑張っている方々を応援し、ワクチン接種への理解や感染予防対策を再確認していただく目的で行っているものです。

水沢南支店では、金融窓口にもポスターを展示。支店再編が予定される令和4年4月まで展示を続ける予定です。

子ども食堂で手作りマフィンプレゼント 金ケ崎地域女性部が支援



10月23日、金ケ崎地域女性部は、金ケ崎町社会福祉協議会が月に一度開催する子ども食堂「はっぴいぶれいす かねがさき」で、地域子どもたちに手作りの「かぼちゃのマフィン」をプレゼントしました。

当日は用意した約100個のハロウィンの包装をしたマフィンを女性部員が配布し、受け取った子どもたちは嬉しそうな笑顔を見せました。

金ケ崎地域女性部は、今年度末まで毎月の子どもの食堂活動の支援を続けていく予定です。

食品ロス削減を目指して 「フードドライブ大作戦」を実施



JAは10月20日から11月12日まで「フードドライブ大作戦」を実施しました。

「フードドライブ」とは家庭内で余っている食品や飲料を持ち寄り、必要とする人々に寄付する活動のことです。

JAは各地域センター・支店に専用ボックスを設置し、寄付品の受け入れを行いました。また水沢商業高校でも生徒学習の一環として取り組んでいただきました。

今後、集められた寄付品は、奥州市社会福祉協議会と金ケ崎町社会福祉協議会を通じて、必要な方々に手渡されます。

胆沢地域女性部が育てた焼き芋を販売 産直センター菜旬館 産直まつりで



胆沢地域女部は10月30、31日の2日間、前沢の産直センター菜旬館の産直まつりで、春から育てた安納芋(サツマイモ)を焼き芋にして販売しました。

これは、販売を通じて女性部と地域住民が交流することを目的に毎年行っているものです。

胆沢女性部の役員7人が10月上旬に収穫した約60kgの安納芋は、当日、石焼きいもにして提供し、2日間で完売となりました。





人の人間ドックのご案内

- JA岩手ふるさとでは、地域農業を支える皆さまの健康を願い、人間ドックの受診をおすすめしています。
- JAの人間ドックは通常料金に比べてお得なほか、さらにJAの組合員（家族も含む）には、3,000円の助成もあり、また要件によっては市町村からの助成、約9,000～10,000円が受けられます。管内各地域では、指定日に限られますが送迎サービスも利用できます。
- JAの組合員以外の方も申し込めますので、ご家族、お知り合いの方にもぜひおすすめください。

お申込みは

外務日にお配りしている申込書を各地域センター・支店にお届けください。申込書は各地域センター・支店にも置いています。またJAのホームページからもダウンロードできます。

お問い合わせは

TEL 47-6366

JA岩手ふるさと本店 企画課
生活担当まで

一日人間ドック

特徴

- ◆人間ドック学会「人間ドック健診施設機能評価」認定施設。
- ◆広く、ゆったりと受診できるドック専用施設。乳がん検査がセットでお得。
- ◆ご希望により追加できる各種オプション検査をご用意。
- ◆生活習慣病を中心とした約70項目を検査。

基本料金 49,500円

JA取扱料金

男性 42,900円

女性 43,450円

(10%税込)



専門ドック

脳・心臓・肺ドックは組み合わせて受診することができます。 ※価格は全て10%税込



脳ドック

51,700円

脳MRI・MRA検査を中心に、脳疾患を重点的に調べます。



心臓ドック

32,230円

心臓・頸動脈超音波検査を中心に、動脈硬化や心疾患を重点的に調べます。



肺ドック

26,400円

胸部低線量CT検査を中心に、肺がんや肺気腫等の疾患を重点的に調べます。



レディースドック

22,000円

子宮がん検査、乳がん検査他、女性が気になることを重点的に調べる女性専用ドックです。

「脳血管疾患の気になる方」へおすすめ

最新鋭のMRI導入

検査時間短縮と画像精度アップ



〈JA共済は人間ドックをはじめとする健康増進活動を応援しています〉



牡牛座

【全体運】気になることが多そうですが、次第に改善へと向かいます。考え過ぎは禁物。時が味方してくれる

まで待って◎。【健康運】無理をせずスローモードでの行動を心掛けて。【幸運を呼ぶ食べもの】八つ頭。

JA 岩手ふるさと

8

JA岩手ふるさとからの大切なお知らせ

JAポイントカードの有効期限について

当ポイントカードのポイントには有効期限があり、平成30年4月1日～平成31年3月31日に付与された未使用ポイントの有効期限は令和4年3月末となっております。

失効前にぜひ、ポイントをご利用ください!

※失効するポイントは「ポイント端末機」で確認できますので早速ご確認願います。

貯まっているポイントは



▶ポイント端末機で引換券と交換してください。

※ポイント端末機は、来夢くん、菜旬館、金ヶ崎中央支店、胆沢支店、衣川支店に設置しております。

※500ポイント毎に500円引換券と交換できます。

※引換券は来夢くん・菜旬館・資材センター・JA-SS・農機センターでご利用いただけます。



お問い合わせ: 企画管理グループ
企画課 TEL 41-5200

JA岩手ふるさとポイント協力店を 募集しています!

JA岩手ふるすとは、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 企画課 TEL 41-5200

ウインターキャンペーン 2021

〔キャンペーン期間〕 令和3年11月1日(月)～12月30日(木)

選べる プレゼント

1つのお取引につき1点
お選びいただけます。

〔対象取引〕



- 定期貯金・定期積金の新規または増額契約10万円以上→③か④どちらか
- 定期貯金・定期積金の新規または増額契約30万以上、もしくはiDeCo申込→①～④の中から選択



または

- 県産ブランド米(3年産新米)
- ①金色の風 3合パック
 - ②銀河のしずく 3合パック
- いずれか1つ



- ③よりぞう2WAY
巾着エコバッグ
- ドロコードを絞れば巾着型バッグに早変わり。
コンパクトに収納できる、大容量の
エコバッグです。



- ④よりぞうウォッシュャブル
メッシュポーチ
- バッグの中身をすっきりできるポーチ。
通気性抜群で、洗濯ネットとしても使える
衛生的なポーチです。

キャンペーン利用規約

●定期貯金(自動継続)または定期積金10万円以上の新規ご成約(ご継続の場合は10万円以上増額)された方に先着で「よりぞう2WAY巾着エコバッグ」または「よりぞうウォッシュャブルメッシュポーチ」をプレゼントします。●定期貯金(自動継続)または定期積金30万円以上の新規ご成約ご継続の場合は30万円以上増額)またはiDeCoのお申込みをされた方に先着で「金色の風3合パック」「銀河のしずく3合パック」「よりぞう2WAY巾着エコバッグ」「よりぞうウォッシュャブルメッシュポーチ」の中から1つをプレゼントします。●定期貯金、定期積金、iDeCoの各お取引につき1つプレゼントします(お1人様最大3個まで、各種類1個まで)。●個人の方に限らせていただきます。●定期貯金は通帳での契約のみを対象とします。●定期積金は口座振替による積立のみを対象とします。●定期貯金の預入額が1年以上、定期積金の契約期間が1年以上とします。●定期貯金はATM・JAネットバンク経由での契約についても、通帳等で確認ができれば対象となります。●商品がなくなり次第終了とさせていただきます。





米集荷65万俵集荷運動展開中！ ～お米の出荷はJAへ！～

水稲



東北農政局が11月9日に発表した令和3年産水稲の作況指数は（10月25日現在）北上川下流で103のやや良となっております。令和3年産米についてもJAへの契約数量以上の集荷を目指してまいりました。出荷契約数量に対する集荷実績は下表の通りです。

岩手ふるさと米の販売力を高め有利販売を行うためにも、安定的に供給できる数量確保が求められておりますので、1俵でも多くのお米をお願いします。

令和3年産米集荷実績（11月8日現在）

単位：俵（60kg）

品種	地域	水 沢	前 沢	金ヶ崎	胆 沢	衣 川	計	1等米比率
ひとめぼれ		109,808.0	70,991.0	122,565.5	161,809.5	29,552.0	494,726.0	94.7%
その他うるち		1,688.0	3,669.0	8,562.0	6,608.0	751.5	21,278.5	93.1%
うるち計		111,496.0	74,660.0	131,127.5	168,417.5	30,303.5	516,004.0	94.6%
ヒメノモチ・もち美人		0	0	231.5	5,896.5	0	6,128.0	81.6%
こがねもち		0	49.5	0	0	0	49.5	100.0%
もち計		0	49.5	231.5	5,896.5	0	6,177.5	81.7%
輸出用米・加工米		7,474.0	4,844.0	6,014.0	8,143.5	1,125.0	27,600.5	96.9%
合計		118,970.0	79,553.5	137,373.0	182,457.5	31,428.0	549,782.0	94.6%
出荷契約数量		130,363.0	101,331.5	150,549.5	204,872.5	43,542.5	630,659.0	—
集荷率		91.3%	78.5%	91.2%	89.1%	72.2%	87.2%	—

※上記表は、カントリーエレベーターの荷受け数量を含んだ見込みの数量です。

農産物の安心・信頼確保のために 今年も放射性物質測定を行っております！

放射性物質に対する消費者の不安の払拭と生産者が自信を持って営農できる環境づくりを目指し、農産物の自主的検査を実施しています。

10月29日現在、ゲルマニウム半導体検出器による精密測定で201点の検査を実施し、全て基準値以下となっております。



畜産

○11月の牛枝肉相場見通し

11月相場は出荷頭数が伸び悩む中、ここま
で相場を支えた堅調な輸出推移と政府の補助
事業が継続し、緊急事態宣言の解除による外
食需要の回復、クリスマスや年末需要といっ
た季節需要の後押しもあり、月初は相場が保
合ながら、月末に向けて強含みな展開と考え

られます。
11月相場は和牛去勢A5が26000〜27
50円、A4が23000〜25000円、A3
が21000〜23000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3年10月6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	9	764,500	693,367	712,377	-76,461	57,739
	去	4	836,000	755,150			
前沢	雌	12	825,000	692,633	725,927	9,888	1,777
	去	18	1,070,300	748,122			
金ヶ崎	雌	12	834,900	648,908	662,420	-1,980	112,237
	去	8	870,100	682,688			
胆沢	雌	22	862,400	664,750	684,803	1,685	16,189
	去	40	905,300	695,833			
衣川	雌	3	793,100	672,833	820,757	141,193	142,462
	去	4	1,095,600	931,700			
JA計	雌	58	862,400	672,100	700,683	6,910	38,719
	去	74	1,095,600	723,086			

○肉牛販売成績表（10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	6	2,819	1,284,215	2,401	1,044,222
	去勢	1	2,315	1,111,200	2,315	1,111,200
前沢	雌	15	2,934	1,399,518	2,430	1,003,408
	去勢	48	3,050	1,736,629	2,514	1,236,245
金ヶ崎	雌	6	3,007	1,485,458	2,340	874,855
	去勢	11	2,515	1,310,946	2,350	1,191,100
胆沢	雌	17	2,608	1,144,464	2,268	963,965
	去勢	5	2,701	1,285,676	2,245	1,025,139
衣川	雌	0	0	0	0	0
	去勢	8	2,928	1,592,832	2,500	1,448,796
JA計	雌	44	3,007	1,485,458	2,351	976,204
	去勢	73	3,050	1,736,629	2,468	1,236,563

※東京食肉市場のみ経産肥育牛含まず。

特選中古農機

秋の農機格納点検整備
キャンペーン受付中!

農機

乗用溝切機

99,800円(税込)



MKF455VE
丸山
2サイクルエンジン
42cc/25:1
状態：良・
仕上り渡し
水沢農機センター

管理機

79,000円(税込)



MMR65
三菱
6馬力/正逆ロータ
リー/耕幅50cm
状態：良・
整備済
水沢農機センター

お問い合わせ先：(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 【全体運】恵みの多い期間です。いらつくこともありますが、あなたの思いやりが状況を緩和。感謝されるで
しょう。【健康運】楽しみながらできる運動にツキあり。【幸運を呼ぶ食べもの】プロッコリー。

新規栽培者大募集！



令和4年度から新たに園芸品目を栽培してみたい方管内主力品目の【ピーマン】を中心に説明会を開催いたします。

【きゅうり・アスパラガス・りんどう・小菊】も相談の対応可能です。

個別に職員が相談対応をいたしますので、お気軽にご参加ください！

上記品目のほか、【ほうれん草】など冬野菜を栽培・出荷をしてみたい方も、こちらもぜひご参加ください!!

説明会日程

開催日	時間	会場
令和3年11月26日(金)	14:00~	産直来夢くん 2階研修室
令和3年12月3日(金)		
令和3年12月10日(金)		
令和3年12月17日(金)		

お申し込みの際は、

- ①お住まいの地域 ②お名前
③電話番号 ④ご希望の品目

を園芸課まで電話・FAXまたは、
メールにてお申し込みください。

**開催日3日前までに
お申し込みください!!**



お問い合わせ・申し込み先

事務局 JA岩手ふるさと 園芸課
住所 奥州市胆沢小山字菅谷地276-1
電話 0197-47-0742
FAX 0197-47-2230
e-mail engeika@jafurusato.or.jp

ピーマンコンテナ 返却のお願い



ピーマン出荷用及び野菜苗の運搬用として貸出しておりました「貸出用コンテナ」は、各地域野菜集出荷場または、ピーマン選果場までご返却くださいますようご協力をお願いいたします。

返却場所までの運搬手段がない方は、下記までお問合せください。

★お問い合わせ先★

- 水沢野菜集出荷場 TEL 26-2830
- 前沢野菜集出荷場 TEL 56-2158
- 金ヶ崎野菜集出荷場 TEL 43-2661
- 中央(胆沢)野菜集出荷場 TEL 47-0742
- 衣川野菜集出荷場 TEL 52-3040

令和4年度(野菜・花き用) 園芸関係各種資材申込書の提出について

園芸品目出荷者宛てに10月の一斉外務にて「令和4年度(野菜・花き用)園芸関係各種資材申込書」(冊子)を配布しております。

皆さまからご提出いただいた各種野菜苗・花き苗及び、各種資材の申込内容を集計し、12月に各育苗、各業者へ依頼・発注を進めますので、**令和3年11月30日(火)まで**にご提出をお願いいたします。

園 営農販売グループ 園芸課 TEL 47-0742 佐藤 司 まで





畑仕事に便利な農具 快適で楽しい作業にするために

農具はかつての「村の鍛冶屋さん」が農作業の用途や土質に適した形に作り上げた道具です。そのため地域によって形状がさまざま。そろえておきたい代表的な農具を紹介します。

「土起こし作業（図1）」

荒れた畑は土が固く締まり、草の根がはびこっています。このような畑を起すには、備中鍬（ぐわ）か唐鍬（ぐわ）を使います。備中鍬は3、4本の爪に分かれ、粘土質の畑でも土離れの良い刃型で、芋の掘り起こしにも重宝します。唐鍬は1枚の細身で肉厚の刃で、頑丈なので荒起こしに向きます。スコップは土を運ぶ、穴を掘

る、堆肥・肥料を土と混ぜるなどに使い、先のとがった剣先スコップは穴掘り作業に、先が平らな角スコップは運ぶ、混ぜる作業に適しています。

「畝立て作業（図2）」

平鍬（くわ）は1枚の刃が付く、耕す、整地をする、溝を掘る、畝を立てる、土寄せするなどほとんどの作業がこれ1本でできます。平鍬の背側や側面を使って、整地作業もできます。長さや重さが体や体力などに合った物を選びましょう。農具を一つ選ぶとすれば、万能の平鍬です。また、効率良く整地作業をするには、熊手のようなレーキを使います。土中の雑草

の根なども除去できます。最後に、畝をきれいに仕上げるには、板切れ（端材）を使い、表面をならしめます。

「除草、土寄せ作業（図3）」

草削りには、片手鍬（ぐわ）、ホーと呼ばれる半月形や三角形の軽量の鍬があります。柄が長く立ち姿勢で作業ができる三角鍬（ぐわ）は、土寄せ、溝切りにも使えます。草刈りには平鎌を使います。伸びてきた草を片手でつかみ、鎌先を地際から手前に引いて切断します。のこぎり鎌は、堅い草を刈るのに向いています。

図1 土起こし作業



図2 畝立て作業



図3 除草、土寄せ作業



産直日記



vol.119

来夢 DE 鍋三昧

11月20日(土)～11月21日(日)

オススメの鍋用商品を特別価格にて販売！旬の食材と合わせてレシピをご紹介します！

大漁まつり 11月27日(土)～11月28日(日)

鮮度抜群！ホタテ・カキ大放し！
※天候等の理由により商品が変更となる場合がございます
冬にぴったりお得な海鮮鍋セット
川石商店 オリジナル海鮮丼・弁当が勢揃い！

りんごの産地から

「産地直送の贈り物」はいかがですか？

贈答用りんごキャンペーン実施中！全国送料一律500円

詳しくは催事カレンダーをご覧ください

【営業時間】

直売所…………… 9:00～18:00
レストランおかわらいむくん…………… 11:00～15:00
アイス工房…………… 9:00～17:00
ベーカリー…………… 9:00～15:00

【定休日】 令和3年12月8日（毎月第2水曜日）

TEL 0197-26-4141

大根の日

11月19日(金)～11月20日(土)

生産者自慢の立派な大根がずらり！寒い日のおでん・煮物にもぴったりです

ナガイモの日

11月26日(金)～11月27日(土)

採れたて新鮮！食感を楽しんでみませんか？

毎月29日は肉の日。自慢の前沢牛をご賞味ください！

【営業時間】 9:00～17:00

【定休日】 令和3年11月18日・12月2日（毎月第1・3木曜日）

TEL 0197-41-3360

お客様へお願い

ご来店時のマスク着用をお願いいたします。
新型コロナウイルス感染防止の取り組み

1. アルコール消毒液の設置
2. レジカウンター上の飛沫防止シート設置
3. レジ等は間隔をあけてお並びください
4. 従業員の手指消毒・マスク着用





収穫を間近に控えた「はとむぎ」

悠々
ゆうゆうじんせい
人生 47

【衣川 古戸】
吉田裕悦さん (71歳)

伝統ある国産「はとむぎ」を未来に

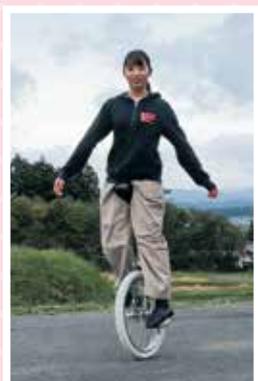
吉田裕悦さんは奥州市衣川ではとむぎ「あきしずく」1・4畝を栽培するはとむぎ専業農家です。「私の暮らす衣川地域では、昭和56年から水田の転作作物として、はとむぎ栽培が続く全国でも歴史のある産地です。はとむぎにはヨクイニンが含まれ、はとむぎ茶や食品、化粧品、薬品等に利用されています。定年退職後の平成24年から本格栽培を開始し、今年で10年目を迎えます。はとむぎは栽培が難しく初期生育が遅いので雑草に負けやすく、播種の5月下旬から6月下旬にかけては、雑草との戦いに明け暮れる日々ですね」と話します。

また、裕悦さんはボランティア活動をされており、令和2年に「ふれあいの郷衣川住民協議会」を組織化し、誰もが地域で安心して暮らせる地域づくりを目指し、特に農閑期には「行政区が行う一人暮らし高齢者宅等の除雪や見守り活動の支援を行っている」であり、昨年の記録的な大雪で一人暮らし高齢者の方々から大変喜ばれました」と嬉しそうに話します。

※はとむぎの種子に含まれる成分は、皮膚あれ、いぼに効果があります。

らいむ
来夢 47

【前沢】
初貝杏美さん (24歳)



坂道での1枚。バランス感覚ばっちりです。

「一輪車で演技できる環境を守っていききたい」

市内の幼稚園で働く杏美さんは、前沢一輪車クラブアルスノーバでコーチを務め6年目です。

「一輪車クラブの子どもたちの指導を強化したいと考えたことが保育を学びきっかけになりました。そのおかげで演技指導での声掛けのバリエーションが増え、子どもたちとの信頼関係が深まったと感じます」と笑顔を見せます。

コーチのやりがいは「一輪車に乗るたくさんの子と関わりが持てることです。練習を重ねて全国大会に出場したり、スポーツライトを浴びて演技したりする楽しさを多くの子に経験をさせてあげたいと考えています」と話します。

今後の目標は「一輪車に興味を持ち楽しんでくれる子を増やすこと、それから引退した子たちがまた乗りたいと思ったときに演技できる環境を守って行くことです」と微笑む杏美さんです。





足から弱るといのは本当ですね。機会を見つけ少しでも運動につなげたいと思います。

(水沢/佐々木 喜久子さん)



(水沢/佐々木 俐乃さん)

おかわりレシピ(広報誌20頁)とても参考になりチャレンジしています。今夏関東に嫁いだ娘が初孫と一緒に帰省しました!! 楽しいひとときでした。来年も会えるのが楽しみです。

(胆沢/PN.「新人ばーば」さん)



家の周りの木々も落葉し、毎日に冬到来の近さの感じがします。雪が降ったニュースで冬支度も急がないと思っています。産直来夢くんに出荷された果物や野菜を見ると、これからはいっぱい賞味して、身体に栄養を摂りたいと思います。寒さに負けないよう頑張っ生活しましょうね。

(水沢/千葉 信さん)

急に寒さが加わり体がグーンと伸びません。今年はどんな冬になるのか心配です。大雪にならずほどほどの量で終わってこれることを望んでおります。

(水沢/PN.「匿名希望」さん)

夫を亡くして一年。息子と種まきから米の収穫まで、JAの方はじめたくさんの方々に教えられたり、また手伝ってもらい終えることができました。感謝。感謝! これからは私ができる恩返しをしないとけませんね。

(胆沢/PN.「胆沢のドラえもん」さん)

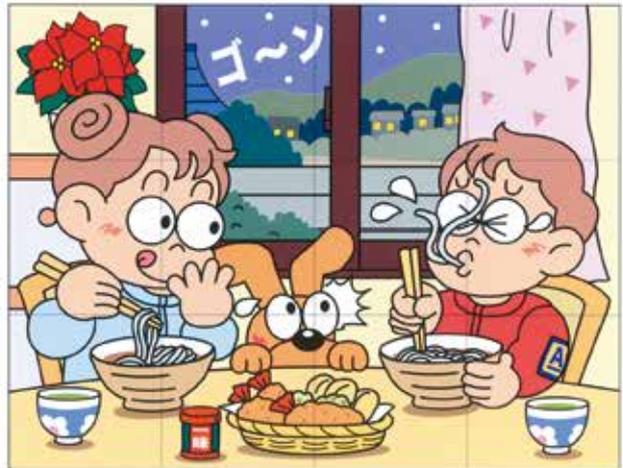
私が若い頃、いやもっと若かった頃、普通にしゃべっていた「げねやー」と言う言葉。友達は意味が分からなくて聞いていたとのこと。それからしばらくして、「その言葉どんな意味なの?」と聞いてきましたので、説明したら「なるほど。いろいろ使える方言だよ」って。友達もやさしいね。今までわからないで聞いてくれて。今その友達とも疎遠になり、懐かしく思います。

(前沢/中村 恵子さん)

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

- 3 …… 山の高さが違う
- 5 …… 舌を出している
- 7 …… 箸の長さが違う
- 10 …… えびフライが少ない
- 12 …… ワッペンが形が違う

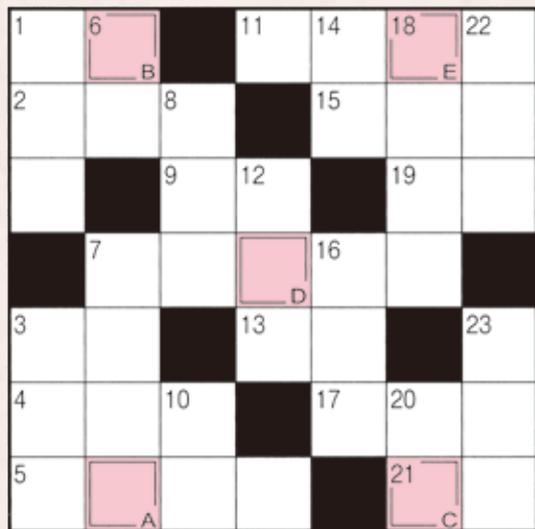
みんなは何個
みつけれられたかな?



山羊座 【全体運】人気運に恵まれ心温まる出来事が多いとき。あなた自身の親切が周囲をハッピーにすることもしばしば
12/22~1/19 ば。金運も良好【健康運】足元に気を付けて。足浴、つぼの刺激が◎。【幸運を呼ぶ食べもの】ホウレンソウ。

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

- 1 一年の終わり。年の〇〇
- 2 広葉樹の落ち葉を発酵させて作ることも
- 3 農機具などをしまっておく建物
- 4 定期貯金が〇〇を迎えた
- 5 家事をする際に着ける前掛け
- 7 家を建てるときに神主さんを招いてする儀式
- 9 スプリングとも呼ばれる部品
- 11 酒よりお菓子の方が好きです
- 13 無地のものには付いていません
- 15 お〇〇の家に回覧板を回した
- 17 食べ過ぎると手が黄色くなるかも？
- 19 大みそかの空に響く除夜の〇〇
- 21 プラスでもマイナスでもないことを示す数字

タテのカギ

- 1 石川県を代表する色絵磁器といえば〇〇焼き
- 3 出生届を出すまでに決めます
- 6 花などで作るハワイの首飾り
- 7 ポップ・ステップ・〇〇
- 8 炭を入れて使う暖房器具
- 10 kg, kmのk
- 12 はがきを買ってきて〇〇状を書いた
- 14 弓に矢をつがえて狙うもの
- 16 ソーセージの一種。薄切りにしたものがピザのトッピングにも使われます
- 18 サンタクロースのそりを引きます
- 20 木枯らしも嵐（おろし）もこれ
- 22 原価に利益や経費を盛り込んで付けます
- 23 まきをくべて使う暖房器具。パチカはロシア風のこれです。

10月号の答え

「カンツバキ」

応募総数 67通 (うちe-mail 19通)
正解数 66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10名に奥州市衣川産「はと麦」を100%使用し、風味豊かで癖がなくすっきりとした飲み心地が特徴の「はと麦茶（ティーバッグタイプ10g×20袋）」を進呈いたします。奮ってご応募ください！



▲煮出して、ホットでもアイスでもお楽しみください。

【応募メ切】

令和3年11月30日（火）

当日消印有効

★10月号「奥州はと麦茶」当選者（敬称略）

- 千葉 律子(水沢)／小原 隆(水沢)／藤澤 孝子(水沢)／
三宅 ちヨミ(水沢)／千葉 一子(前沢)／長谷川 カツ子(前沢)／
阿部 セツ子(前沢)／木村 香(胆沢)／阿部 幸枝(胆沢)／
菊池 文利(胆沢)

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
〒020-0404
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



メールからでもOK!

いずれの場合も、住所・氏名・年齢・電話番号をお忘れなく！

※ご記入いただいた個人情報は、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。))

『来夢くん号』12月運行表

地域	運行場所	曜日	営業日	時間
水沢	旧真城が丘支店	月	6・13・20・27	9:00~10:30
	旧羽田支店			11:10~12:10
	拠点配送センター前(旧満倉支店)			14:00~16:00
前沢	旧古城支店	火	7・14・21・28	9:00~10:40
	旧赤生津支店			11:10~12:10
	旧白山支店			13:30~15:10
	伏畔農業倉庫前			15:30~16:30
金ヶ崎	旧永徳寺支店前	水	1・8・15・22・29	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			13:00~14:10
	産直ろくちゃん前(旧六原支店)			14:30~15:30
衣川	旧下衣川支店	木	2・9・16・23・30	9:00~10:30
	南股地区センター			11:00~12:00
	外の沢公民館			13:30~14:30
	旧北股支店			15:00~16:00
胆沢	★胆沢愛宕地区センター前	金	3・10・17・24	9:00~11:00
	ごくよう若柳会館前(旧若柳支店)			11:30~12:30
	産直いさわ・あぐりキッズ裏(旧南都田支店)			13:40~15:10
	協同サービス本社前(旧小山支店)			15:30~16:30

★12月3日より3月11日まで毎週金曜日、胆沢地域愛宕交流センターから愛宕地区センターに運行場所が変更となります。

JA通信

10、11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3年度

第8回 経営管理委員会 (11月1日)

決議事項

一、業務車両の売却並びにリース契約について

令和3年度

第8回 理事会 (10月27日)

決議事項

一、農家経営緊急対策特別資金における貸出取扱要領制定について

ほか1議案

JA岩手ふるさとのアパート・貸家情報

■取引態様:媒介(仲介)

区分	所在建物名	構造規模	交通の利便(最寄バス停)	間取り 使用面積	建築年月 駐車場	設備	月額賃料 (管理費等無)	敷金 礼金	媒介報酬額 (消費税込)
AP	奥州市水沢台町3-24 コーボS C号室	木造亜鉛メッキ銅板葺 2階建の2階部分	町屋敷 徒歩1分	2DK 39.74㎡	H4.8 縦列駐車2台	トイレ(水洗)、給湯、シャワー、 ガス(LPG)、物置	35,000円 (管理費等無)	35,000円 — 円	38,500円



※各種情報と現況に差異がある場合、現況を優先します。



- ★「前払家賃・火災保険加入・賃貸保証委託契約」が条件となります。
- ★契約期間は2年間、満了時には更新契約が必要になります。その際、更新事務手数料が発生します。
- ★交通の利便の最寄バス停は、全て岩手県交通のバス停になります。

★★★ 分譲地の販売や売地・中古住宅の仲介も行っています。お気軽にお問合せください ★★★

宅地建物取引業免許/岩手県知事(11)第1167号 (一社)岩手県宅地建物取引業協会会員・東北地区不動産公正取引協議会加盟事業者
奥州市胆沢小山字菅谷地131番地1 岩手ふるさと農業協同組合

不動産業の連絡先: 住宅開発課 TEL: 41-5216(直通)

■広告有効期間: 令和3年11月30日



魚座
2/19~3/20

【全体運】うまくいかないときもあるもの。無理は禁物です。困ったら1人で悩まないで。専門家の意見も聞いてみましょう。【健康運】腰痛、関節痛の予防には筋トレがおススメ。【幸運を呼ぶ食べもの】壬生菜。

自家栽培農産物で加工品を作ませんか？

JAの加工施設では、豆腐や味噌・ジュースなどに加工することができます。料金は下表のとおりです。

■料金表 (税込)

加工内容	豆腐	麴	味噌	りんごジュース
量目	1揚げ	1斗	1斗	1升瓶 1本
場所				
中平大豆加工センター(水沢)	2,200円	2,000円	2,200円	220円
前沢地域農産物加工センター	2,200円	1,900円	2,200円	220円

◎中平大豆加工センター、前沢地域農産物加工センターの加工には指導員がつきます。

◎いずれも申込者が自ら加工作業を行うもので委託加工ではありません。

■お申込み先・お問い合わせ先
企画課 生活担当 TEL 47-6366

資材センター繁忙期対応終了のお知らせ

4月より各資材センターで繁忙期対応として土曜日を臨時営業しておりましたが**10月30日(土)**で終了しております。次回は令和4年4月から繁忙期対応を予定しております。

米農家の皆さま 運転資金についてご相談ください 農家経営緊急対策特別資金(実質無利子)受付開始

JAは11月1日の実行組合長様宛臨時文書にて詳細を回覧いたしました通り、「農家経営緊急対策特別資金」(実質無利子・返済期間最長3年)の受付を11月1日より開始しました。

受付期間：令和3年11月1日(月)

～令和4年3月31日(木)

対象：米価下落の影響を受けた個人、集落営農組織及び農事組合法人等法人組織の方。

米価の下落等の影響による運転資金に関する不安、申込み方法などのご相談は、各支店にて受付しております。

離乳食教室 WELCOME を開催します♪

11月25日(木)
10:30~12:00

場所：産直来夢くん
レストラン棟2階

定員
6組以内
(先着順)です。

参加費
500円(税込)
※材料費等

対象者：生後12か月以内のお子さんのいる保護者
現在妊娠中の方(お子さんとの同伴可)

応募の際は、氏名・住所・電話番号・お子さまの年(月)齢・参加人数(大人・子ども)、講師に聞きたいことを申込先までお伝えください。

※託児は行いませんが授乳できるスペースはあります。

新型コロナウイルス感染症対策として、大人の方はマスクの着用をお願いします。受付時に検温・消毒の協力をお願いいたします。状況により、予定が変更となる場合もございますのでご了承ください。



講師には、
カフェ・ウンマーの
及川麻梨絵さんをお招きしています♡

お申込み・お問い合わせ
JA岩手ふるさと 企画課
くらしの活動担当
TEL：41-5200



QRコード

LINEでの
お問い合わせも
お待ちしております
いませす!



編集後記

皆さまはどんなおにぎりの具がお好みでしょうか？特集2(4-5頁)のごはんスティックストックは冷凍すれば、いつでも簡単に食べられる優れたもの。具材の組み合わせもたくさんあってアレンジし甲斐がありそうです。(亜)

11月に入り秋が深まってきました。秋の虫の鳴き声、風、気温、日差しが弱まり冬が一步步近づいてきているのだと感じます。

(朋)

退職氏名/退職時所属部署

(10月31日付) 千田 芳裕 / 水沢地域センター 大手通り支店 (信用共済外務員)

人事異動氏名 / 新配置部署 (旧配置部署)

(10月18日付) 佐藤 千加 / 水沢地域センター 水沢南支店 (前沢地域センター 前沢支店)



お・か・わ・り・し・じ・ぴ



《今回使用した
Aコープ商品》



Aコープ
ねりごま(白)

栄養価が高く消化も
良いので小さいお子
さま、お年寄りの方
にもおススメです。

ごま豆腐

ー前沢地域女性部ー
岩 淵 千鶴子 さん

ーワンポイントー

- 休まないで練り続けることがポイントです。
- 甘いのが好きな方は黒蜜をかけてどうぞ♡

女性部のひとこと ~前沢地域~

これから寒くなりますが、人とのつながりで
心はぽかぽか温かく〜!

材料(2人分)

- ・無調整豆乳…………… 200cc
- ・Aコープねりごま …… 大さじ3
(黒または白)
- ・片栗粉…………… 大さじ2と1/3
- ・砂糖…………… 小さじ1
- ・塩…………… ひとつまみ

作り方

- ①練りごまは層になっているのでよく混ぜ合わせます。
 - ②火にかけない状態で、すべての材料を鍋に入れ十分混ぜておきます。
 - ③火にかけ中火から弱火でとろみがつくまで(2分位)よく混ぜます。
 - ④とろみがついたら火からおろし、手を止めずもったり重くなるまで(5分位)練り続けます。すくって落とす時、ポタッと落ちる位まで練ります。
 - ⑤型に入れ、あら熱が取れたら冷蔵庫で冷やします。
 - ⑥切り分け、器に盛りつけたらできあがりです。
- わさびしょうゆをかけてどうぞ。

ぼくたち ふるさと★キッズ

275

【胆沢】

佐藤 瑠花 さん (8歳) 右
// 謙 くん (7歳) 左

お父さん：雄二さん
お母さん：万友美さん



謙くん★小学校1年生の謙くん。学校では鬼ごっこをして遊びます。好きなキャラクターはポケモンのメッソンです。将来は「ライズーランド」に行ってみたいと話します。

ご両親は「いつまでも二人仲よく、いろんなADVCチャンジ」をねがって話します。

瑠花さん★小学校3年生の瑠花さん。学校では友達と外でフラフープをして遊びます。今夢中になっていることはゲームで遊ぶことです。好きなキャラクターはポケモンのルカリオです。将来は「レストランを開きたい」と話します。

Made in Furusato

メイド イン ふるさと

~JAの地元食材加工品シリーズ~

「赤い誘惑りんごジュース」

自然の恵みと豊かな大地で大切に育てられ、おいしさ、熟度、色、つや、形を選別し厳選されたりんごだけが名乗れる「赤い誘惑」。その赤い誘惑をそのまま搾った果汁100%のりんごジュースです。ジョナゴールドを使用した程よい酸味の日高缶とサンふじとジョナゴールドを使用したすっきりした甘さの田園缶の2種類。お得な30本入りケース販売もぜひご利用ください。

1本120円(税込) / 1ケース2,754円(税込)で好評発売中です。



30本入りケースで
お得なまとめ買いも♪

産直来夢くん、菜園館でお買い求めください。
⑩流通販売課 TEL 41-5215

