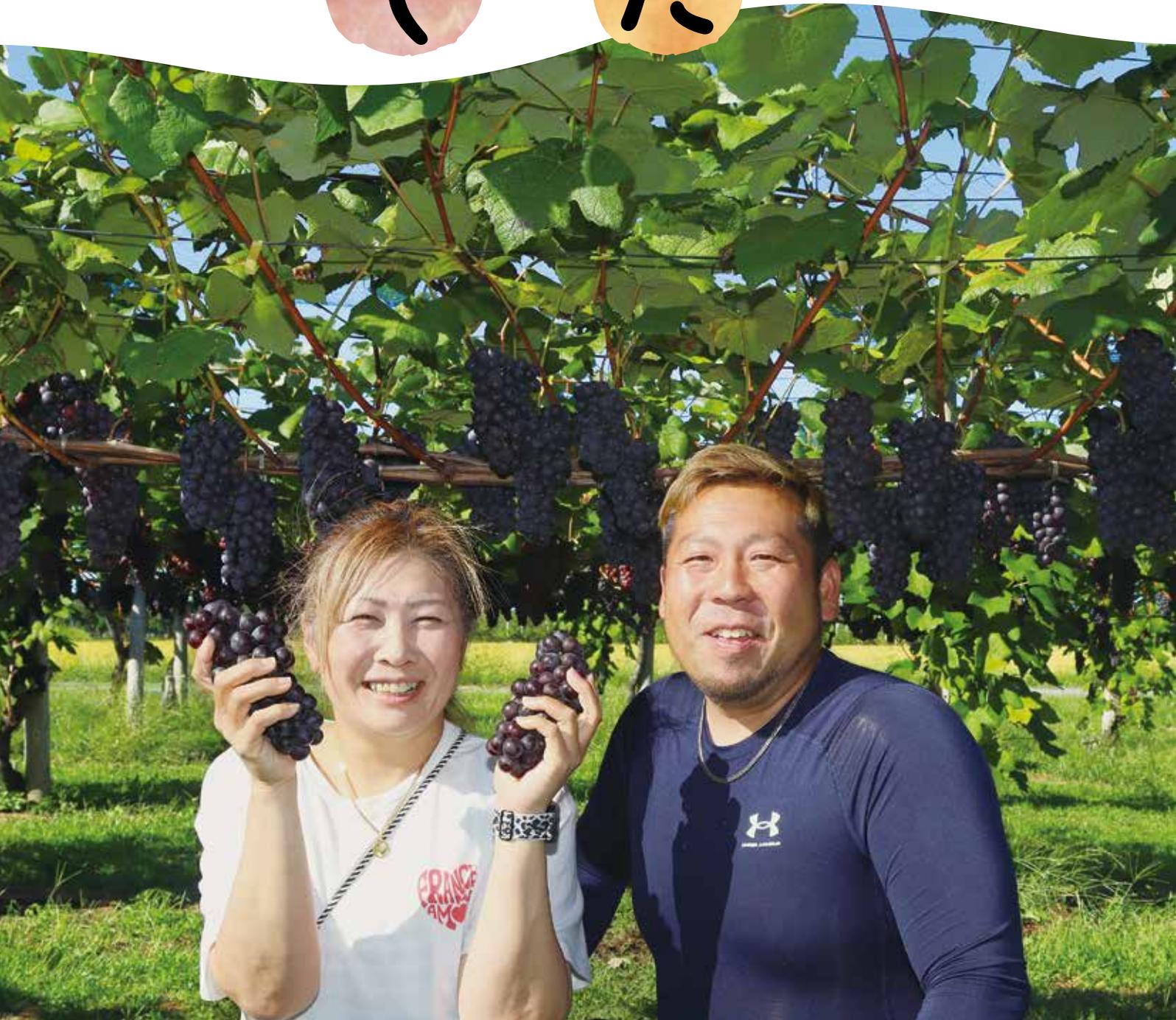


# にしきた



## 目次

特集農協まつり	2	理事会だより	19
topics	4	お便りコーナー	20
女性部より	8	パズル	21
インフォメーション	12	我が家のアイドル・料理	22

### 表紙の写真

「スチューベン作りに励む」  
松江 大輔さん 良子さん  
ご夫婦  
～鶴翔地区～



稲垣バレーボールキッズ×つがるJVC



射的で  
欲しかったおもちゃ Get !

4年ぶりに  
農協まつり開催!!

## ふれあい感謝祭

つがる統括支店

9月3日、稲垣交流センターで  
つがる統括支店管内の農協まつり  
「ふれあい感謝祭」が4年ぶりに  
開催されました。約300人の来場  
者がイベントを楽しみました。



金多豆蔵人形劇場  
会場は笑いに包まれました



VR動画で  
農作業事故を疑似体験



大盛況の飲食ブース



カラオケのど自慢



五所川原第一高等学校津軽三味線部  
オープニングのねぶた囃子演奏

## りんご生産者と宮下知事 初の対話集会

8月21日、つがる市柏の古坂朝和さんのりんご園地で、宮下宗一郎青森県知事が政策に掲げる「県民対話集会」が初めて行われました。この対話集会は、知事が各業種の団体や職場などに出向いて県民の声を直接聞き、対話の中から政策のヒントを得て実現していくことが目的です。

宮下県知事とＪＡつがるにしきたのりんご生産者11人、山中満春代表理事組合長が車座となる形で行われ、アットホームな雰囲気の中、対話が進められました。

生産者は「肥料や燃料の高騰が続き品種構成の見直しや作業の効率化を図っているが、自分の力だけでは限界がある。ライフプラン設計を専門的に行うプランナーのような存在があっても良いのでは」と提案。他にも「六次産業化に取り組みたいが具体的な進め方が分からない」「実家が農家でなければ畑もない。設備投資等、一から始めるとなると難しい。気軽に始められる環境づくりが必要ではないか」など、活発な意見交換が行われました。

宮下県知事は「現場での直接の声は、非常に心に響いた。これからも皆さんと対話の機会を作っていきたい」と述べました。



## 生産コストの削減へ

9月4日、つがる市柏ふるさと交流センターで「農家手取り最大化に向けた生産推進協議会代表者との検討会」を行い、関係者ら約70人が参加しました。この検討会は、自己改革の一環として行っており、組合員の「意見」「要望」を直に聞きＪＡの事業に反映させ、農業所得向上に繋げることが目的です。

山中満春代表理事組合長が「今後の事業推進のため、出席している代表者の皆様には積極的

にご意見・ご要望を出していただきたい」とあいさつしました。

全農あおもりの担当者は、農家手取り最大化への取り組みについてスマート農業技術による新しい栽培支援システムの取り組みや、コーティング処理済み種子による水稻直播栽培の成果と課題を報告。また、ＪＡの担当者が新規水稻除草剤の効果やりんごの肥料・農薬を使用した場合の作業性、品質に及ぼす効果の検証結果について説明しました。

ＪＡでは農業生産費縮減を図るため、低コスト・省力型の商品として、当ＪＡオリジナル肥料・軽量肥料・大型規格農薬・担い手直送の普及に努め、低価格で生産者へ提供できるよう取り組んでいます。



📷 すいかをたたいて選別する今班長

7/3 

すいか出番  
生育順調

つがる白神やさい・果実部会すいか班は、鳴沢りんごセンターで目揃え会を開催し、関係者ら約50人が今年の出来栄を確認しました。昨年は夏の大雨の影響でお盆以降の出荷が大打撃を受けましたが、今年は天候に恵まれ生育は順調。収穫は7月3日から始まりました。

この日は雨よけトンネルで栽培した「羅王Z」の大玉すいか約200玉が持ち込まれました。同班の今勝班長がすいかを1つ1つたたき、音や振動、感触などで3つの等級に選別しました。

7/5 

22年産  
りんご精算報告会

柏ふるさと交流センターで、2022年産りんご精算報告会を開催し、生産者ら約110人が参加しました。

22年産りんごの生育は、結実着果量は全般的に良好で、果実肥大も例年を上回る結果となりましたが8月の長雨で144ヘクタールの被害を受けました。JAの担当者は「苦しい状況下、全農・取引市場担当者と協議し、相対取引による計画出荷に努め、精算手取金額の向上に繋げた」と報告しました。



📷 精算報告を受ける参加者

7/14 

つがるブランド認定メロン出荷式

メロンの出荷が本格的なシーズンを迎え、つがる市や当JAなどをつくる「つがるブランド推進会議」は、JAごしょつがる木造総合支店でメロンの出荷式を行いました。

この日出荷したのは主力品種「タカミ」メロンで、約1600箱(約12トン)が県内と大阪方面に出荷されました。



📷 メロン選果機の様子



📷 メロンにブランド認定シールを貼る成田専務

同推進会議は、糖度15度以上や大きさ、化学肥料や農薬の使用量を抑えることなど、独自の基準をクリアしたメロンを「つがるブランド」として認定し販売しています。

選果機では、光センサーによる糖度と熟度の計測、画像処理によるネットの入り具合など外観の形状解析で等級を識別。外観が最高品質で、糖度が17度以上のメロンだけが「プレミアム」の格付けとなります。

出荷は7月下旬～お盆にかけてピークを迎え、4億6000万円以上の売り上げを目指します。



📷 トラックに積み込まれるメロン



📷 出荷するメロンを積んだ大型トラックを見送る関係者ら

7/21



## 夏秋トマトが出番

稲垣野菜センターで夏秋トマトの出荷作業が最盛期を迎えました。2023年度はJA全体の年間取扱数量1678トン、販売高5億1876万円を目標に、首都圏を中心に出荷しています。

選果の形状判断や着色具合はカメラセンサー付きの選別機が行い、傷などは作業員の目視で選別。2017年にカメラセンサー付きの選別機を導入したことで選果作業の効率化や選別精度の向上に繋がっています。



選果を行う作業員



育苗管理を学ぶ生産者ら

7/27



## 規格揃え良品質出荷へ

つがるやさい部会は、稲垣野菜センターでねぎ出荷説明会を開催し、関係者ら26人が県内外の販売状況を確認しました。東京青果株式会社の担当者は「皆掛重量を守って良品質なねぎを出荷して頂きたい」と話しました。

当センターでは多い日で1500ケース（1ケース5kg）の出荷作業を行っています。品質保持のため午後の荷受け体制を強化。加工業務用の出荷にも取り組んでいます。

8/7



## ながいも 適正追肥を徹底

管内2カ所でながいも現地栽培講習会を開催しました。車力地区のながいも種子研究会の圃場で行われた講習会には約17人が参加。

全農あおもりの担当者は「追肥不足で成長が止まると茎葉からの養分転流でながいもが急肥大し、平らになることがあるため、追肥は切らさないように」とアドバイス。また、最終追肥後に100mm以上の大雨が降った場合は再追肥の検討を」と話しました。



試し掘りしたながいもの生育を確認した生産者ら



当選者発表で景品のふかうら人参ジュースを受け取る参加者

子供たちに人気のお米大使



8/11



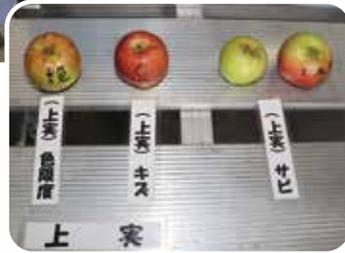
## つるたまつり 抽選会で当選者喜び

鶴田町役場駐車場にて、町が主催のつるたまつり2023が開催されました。当JAでは青天の霹靂2kg40袋と、ふかうら人参ジュース10ケースの計50本が当たる抽選会を行いました。

また、お米大使ショーが行われ、CMでお馴染みのお米ダンスを披露。ねぶた運行や花火も上がり、町民らはイベントを楽しみました。



説明会の様子



サンプルりんごで入庫基準を確認

8/29



## 早生種りんご 選果基準を確認

管内7カ所で主力品種「つがる」を含む早生種の山選果基準説明会を開催しました。鶴田南りんごセンターの説明会では、JAの担当者が2023年産の特徴に合わせた上実入庫基準と別入庫基準の区分を説明。

今年の早生種の生育は少雨と高温による日焼け果やりんごの着色が進まないなどといった影響が出ていますが、着果量及び肥大は良好。参加者は本格的に始まる収穫に備え、担当者の説明に耳を傾けていました。

8/29



## 例年より早く 「青天の霹靂」収穫へ

管内3カ所で「青天の霹靂」適期刈り取り青空教室を開催しました。つがる市の坂本勇造さんの圃場では関係者約30人が参加し、刈り取り時期の目安や乾燥・調整時の留意点などを確認しました。

今年の出穂期は例年よりも早まり、出穂最盛期は平年より5日早い7月29日。生産者らは今後「青天ナビ」を活用し、圃場ごとの刈り取り時期を確認しながら、適期収穫に努めます。



刈り取り適期について説明を受ける生産者

8/30  
9/7



## 修道小・深浦小 トマト選果場見学

深浦町立修道小学校の3年生11人、深浦町立深浦小学校の3年生16人が、社会科学習の一環として深浦野菜センターを見学しました。トマトがどのようにして出荷されるかを間近で見た小学生。農家や作業員の大変さをそれぞれ感じ取っていたようです。「お腹が減っている時にトマトは食べたくなりますか？」と小学生らしい可愛い質問も出ました。



8/30 修道小学校の3年生



9/7 深浦小学校の3年生



9/4



## 猛暑の影響を現場で確認 木村衆院議員が視察

記録的猛暑の影響で、深浦町のトマトハウス団地では夏秋トマトの小玉傾向や花落ちによる着果率の低下が見られ、木村次郎衆院議員が現地を視察しました。

生産者は「異常気象が続き来年以降も不安。収量は収入に直結するため、農業を続けていくための支援などがあれば」と要望を伝えました。木村氏は「農家の方が気落ちせず希望を持って農業を続けられるよう考えていかなければならない」と話していました。



深浦野菜生産部会の工藤雅夫会長から現状を聞く木村衆院議員



厳正に検査するJAの農産物検査員

9/11



## 「青天の霹靂」 全量1等好発進

つがる市の津軽中央共同倉庫で2023年産米の初検査を行い、全量1等に格付けされました。この日検査したのは、つがる市の葛西拓也さんが9月8日に収穫し乾燥調製した「青天の霹靂」36俵（1俵60キロ）。JAの農産物検査員が胴割れや被害粒の有無などを厳正に検査しました。

検査の結果、形質は1等標準品で整粒74%、被害粒なども基準内で水分は14.2%、タンパク質含有率は6.3%で「青天の霹靂」基準品となりました。

7月～  
9月

## 常勤役員 担い手巡回定期的に

常勤理事による担い手訪問は、自己改革の一環として5年前から実施し、月に1回のペースで管内を巡回しています。今年も各地区の生産者の圃場を巡回し、生産者の意見や要望を直に聞くことができました。

今年は猛暑の影響で高温障害が見られている園地もあるため、担い手巡回を強化しています。



アスパラガスの圃場を巡回



りんごの園地を巡回



JAでは低コスト・省力型商品を提案し、農業資材の安定供給に取り組むと同時に、販売力の強化に努めています。頂いた意見は今後の事業運営の参考とし、今後の施策に反映させていただきます。



# JA つがるにしきた女性部

## 夏の活動報告

今年の夏は本当にあつ——い夏でした。そんな暑さに負けない勢いの女性部の皆さんの活動報告が届いておりますのでご紹介いたします！

### 本部・津軽北部支部

### 【おすそわけ便へ寄付】 五所川原市地域福祉センター

昨年に引き続き、今年も各支部から寄付品を募り、五所川原市社会福祉協議会主催の「おすそわけ便」へ寄付品を届けることができました！

津軽北部支部は五所川原市社会福祉協議会の金木支所へ直接「おすそわけ便」の寄付品を届けました。今回も皆様の多大なるご協力に感謝申し上げます。ありがとうございました！！



7/11  
8/25



### 深 浦 支 部

### 【県外視察研修】 秋田～岩手方面

大曲の花火の資料館、ホテルに併設されているバラ園の見学、わんこそばを堪能しました。



6/23  
24名参加



### つがる支部(川除班)

### 【県内視察研修】 平川市方面

6/7  
13名参加



### つがる支部(稲垣班)

### 【県内視察研修】 平内町～浅虫方面

6/8  
36名参加



## 津軽北部支部

【県内視察研修】 奥入瀬方面

奥入瀬モスボール工房では「こけ玉」作り体験をしました。



7/7  
39名参加

## つがる支部 (柏班)

【県内視察研修】 浅虫方面

涼やかでかわいい金魚のハーバリウムを製作しました。

7/21  
33名参加



## つがる支部(稲垣班)

【県内視察研修】 平川市～田舎館方面

天然木アート作品を制作し、田んぼアートを視察しました。

7/25  
29名参加



## つがる白神支部

【県内視察研修】 六ヶ所村方面

六ヶ所原燃などを視察し、アーティフィシャルフラワーを製作しました。

9/12  
27名参加



## 【JA葬祭カルチャースクール講習会】 柏 やすらぎホールつがる

エンディングノートを使った終活を勉強し、つがる支部・稲垣班は宗派ごとの数珠の持ち方を教わった後オリジナルの数珠プレスレットを製作しました。

つがる支部・森田班、柏班、津軽北部支部の参加者は、色鮮やかに光る蓮ランプ、富范支部は表札を製作しました。

### つがる支部(稲垣班)



7/3  
39名参加



### つがる支部(森田班)



7/21  
19名参加



### つがる支部(柏班)

8/7  
16名参加



### 津軽北部支部

7/26  
14名参加



### 富 范 支 部

彫る石にも様々な色・模様・種類があり皆さん真剣に選びながら世界に一つしかないオリジナル表札を作りました。猛暑の中での研修でしたが、終始会話ははずみ楽しい講習会となりました。



8/23  
6名参加



## つがる支部(川除班)

### 【ロールケーキ作り】 川除コミュニティーセンター

小松ゆり子さんを講師に迎え21名が参加して、ロールケーキ作り講習会を開催しました。

クリームを塗ったスポンジに一口大の果物を並べて巻くのですが、スポンジを割らないように巻くのが思いのほか難しく、小松先生にコツを教わりながら慎重に巻いていました。



## 津軽北部支部

### 【講習会】津軽北部統括支店 2階 会議室

Zoomを利用してオンラインによるヤクルト製造工程の工場見学をし、その後はヤクルト社員の方による生活習慣と免疫、腸と免疫などの健康教室、スキンケア製品を使ったケアなどを学びました。



### 【ハーバリウムボールペン製作】 津軽北部統括支店 2階 会議室

材料は全て100円均で揃えました。中に入れる花材や星形のラメやカラフルなビーズを選びハーバリウムオイルを注ぎ入れてオリジナルボールペンの完成です。



### 土の健康診断してみませんか？

土の健康診断「土壌分析」をすると、こんなことが分かります！

-  土の健康状態を数値化して、見るができます。
-  分析結果から、成分の不足・過剰が分かります。
-  過剰な施肥を抑えて、必要な分だけ施肥することができます。

こんな時に「土壌分析」をしてみよう！

次に作る作物の  
施肥設計をしたい

土の中の肥料分が  
多すぎてないか知りたい

いつもと比べて病害虫が  
増えてきたかも

分析1点の自己負担は、

一般分析(水稲含む)	18項目	4,400円 (税込)
多量要素分析	11項目	3,850円 (税込) です。

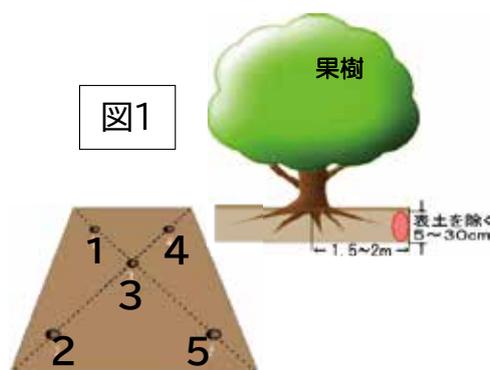
### 適正施肥の取組を支援します

第四次地域農業振興計画に基づく、土壌分析費支援 (2,500円支援) ※注1

※注意1：第四次地域農業振興計画は令和6年3月31日までですが、第五次地域農業振興計画 (令和6年4月以降) でも支援を検討しております。

### 土の採取方法

- ① 土の表面を1cm取り除いてください。
- ② 深さ15cm程度の穴を掘り、図1のように5カ所から採取してください。果樹の場合は、深さ30cm程度のところから採取してください。
- ③ 大きな土の塊は砕いて細かくし、土をよく乾燥させてください。乾燥後は、土をよく混ぜてください。
- ④ 土壌分析サンプル1点300g程度 (茶碗2杯分くらい) が必要です。



サンプルの受付場所は、各支店・事業所・野菜センターです。  
お近くの受付場所にご持参ください。

# 生産者の声



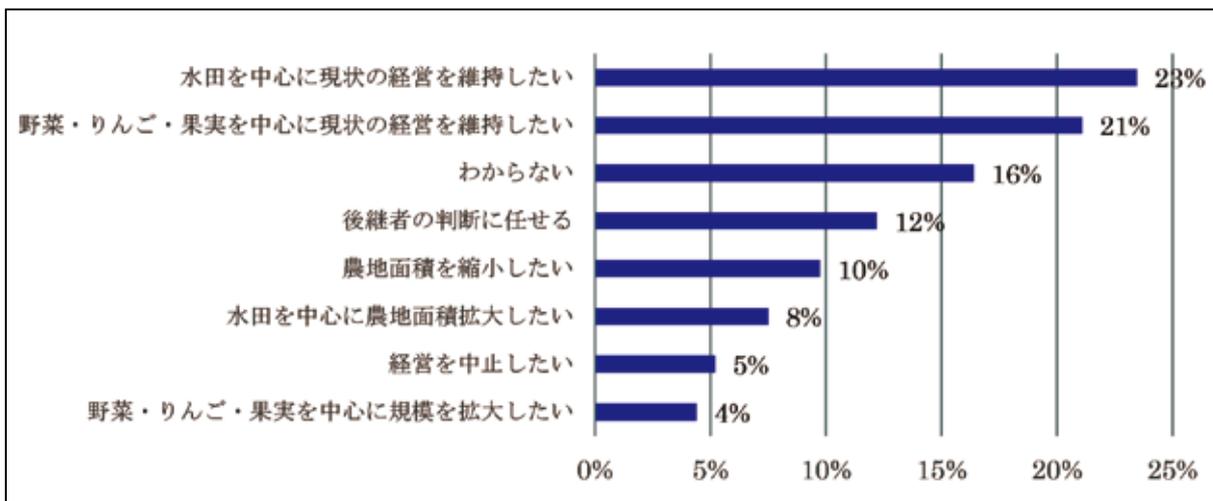
## ～第五次地域農業振興計画に伴う組合員意向調査結果～

組合員意向調査の実施にあたって、生産者の皆様には多大なご理解とご協力のもと貴重なご意見を賜り深く感謝申し上げます。現在、意向調査結果を基に課題を抽出し、解決に向けた具体策を検討しております。振興計画書の完成まで時間を要しますので、取り急ぎ意向調査結果を抜粋してご報告いたします。

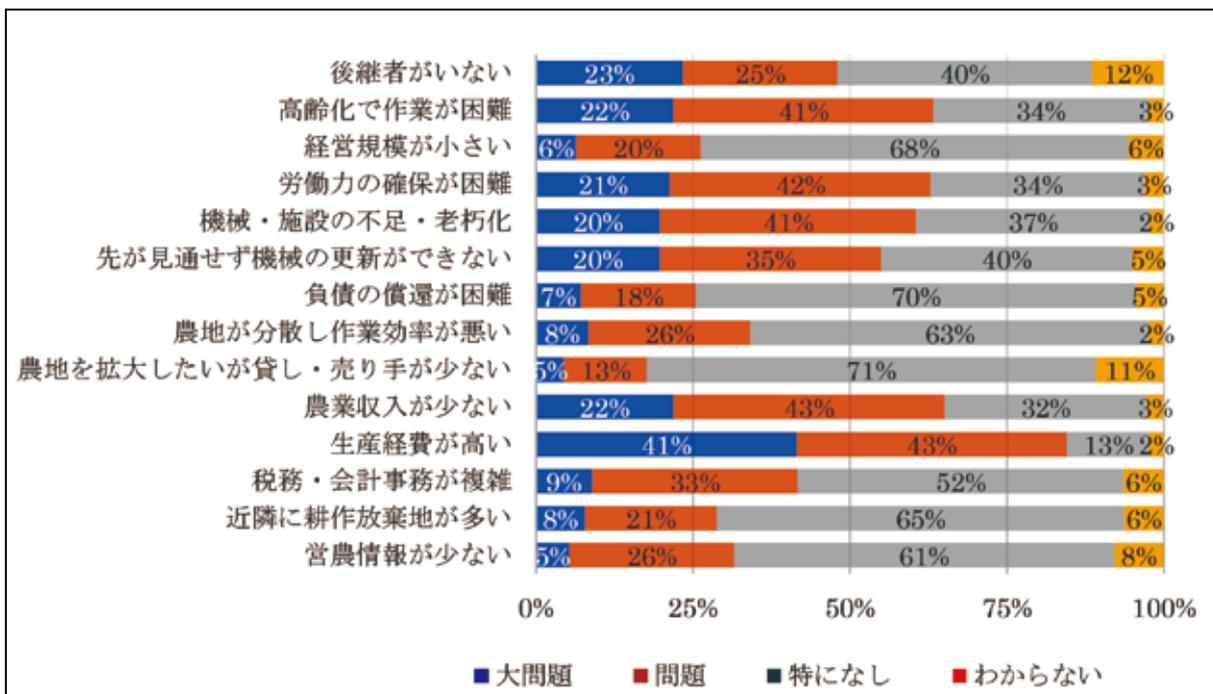
調査実施日：令和5年5月

〈対象者数：生産部会員1,731名 回答数：1,432名 回収率：83%〉

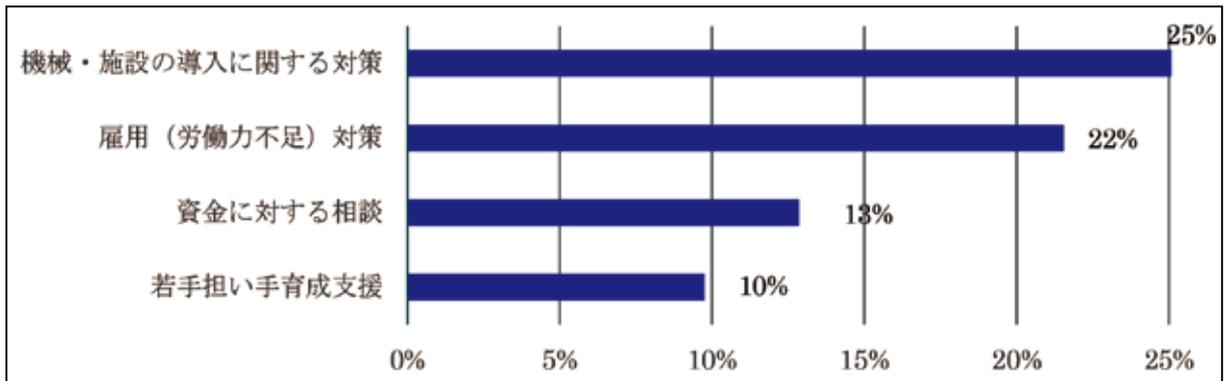
【設問】 3年後の経営規模の将来意向についてお聞きます。



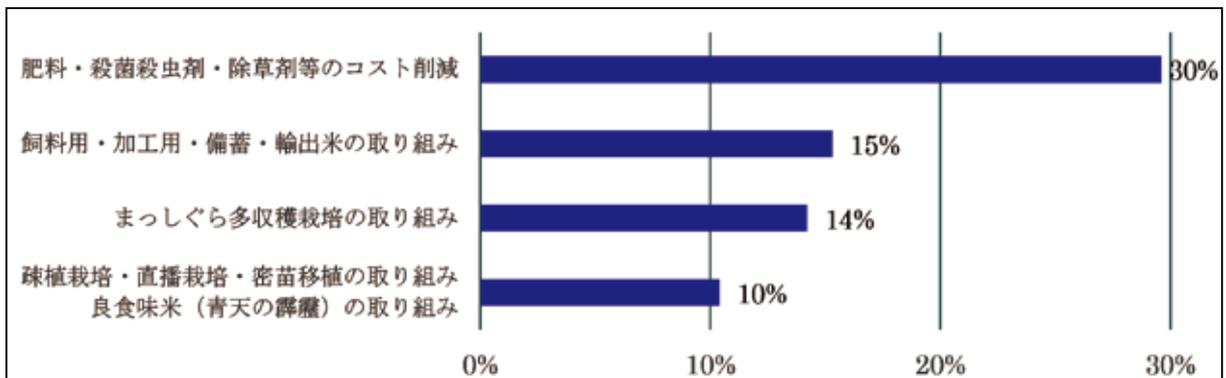
【設問】 あなたの経営では、次のことが問題になっていますか。



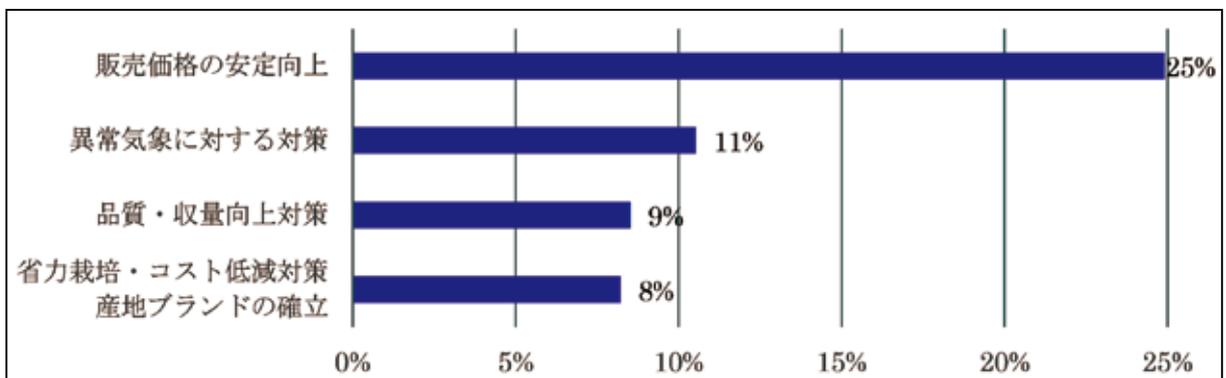
【設問】今後必要だと思われる支援について何を期待しますか。(回答の上位4つを抜粋)



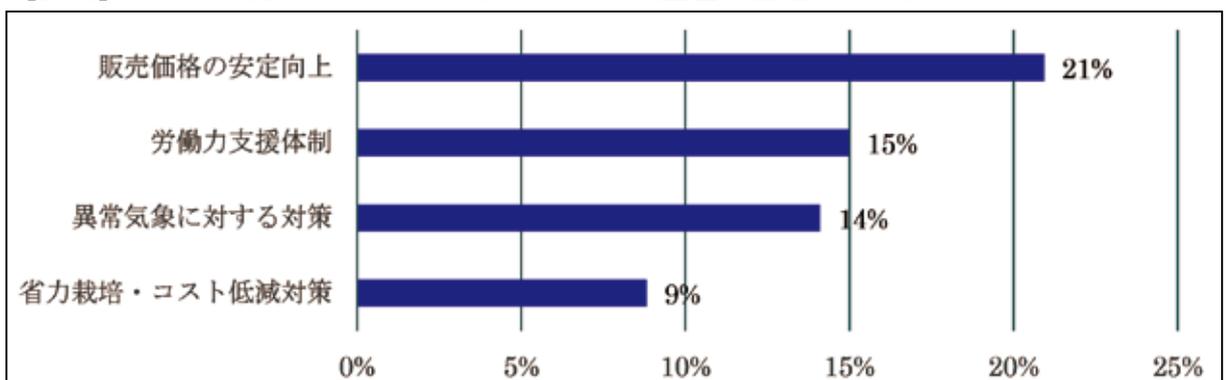
【設問】米穀の振興についてお聞きします。(回答の上位4つを抜粋)



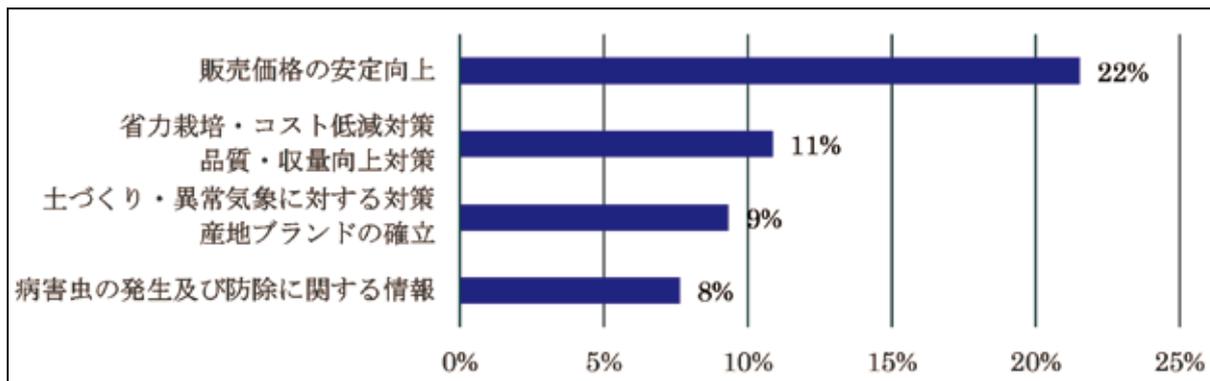
【設問】やさい・花きの振興についてお聞きします。(回答の上位4つを抜粋)



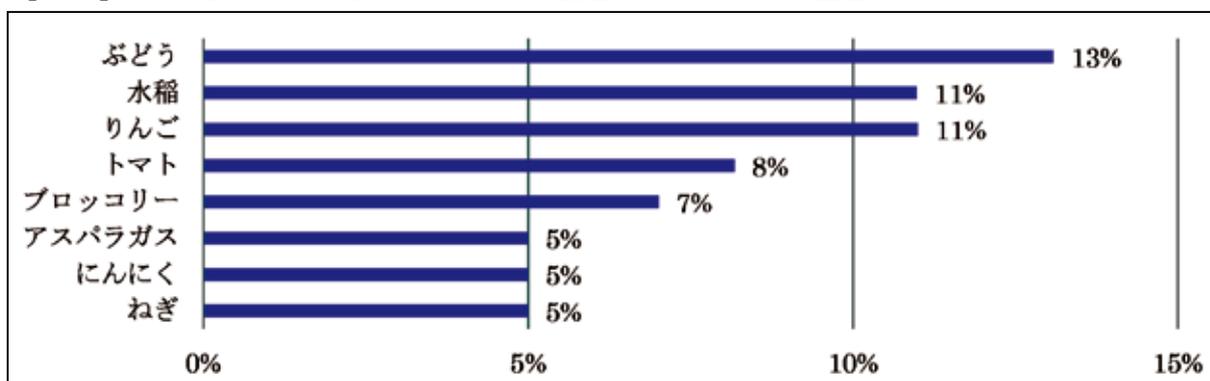
【設問】りんごの振興についてお聞きします。(回答の上位4つを抜粋)



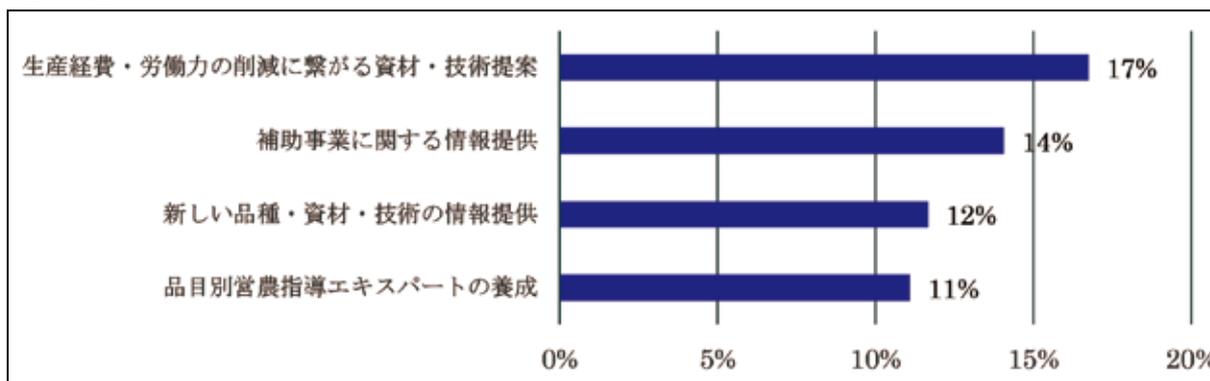
【設問】 すいか・メロン・ぶどうの振興についてお聞きます。(回答の上位4つを抜粋)



【設問】 産地化のために必要と思われる品目は何ですか。(回答の上位5つを抜粋)



【設問】 営農指導事業で強化すべき点についてお聞きます。(回答の上位4つを抜粋)



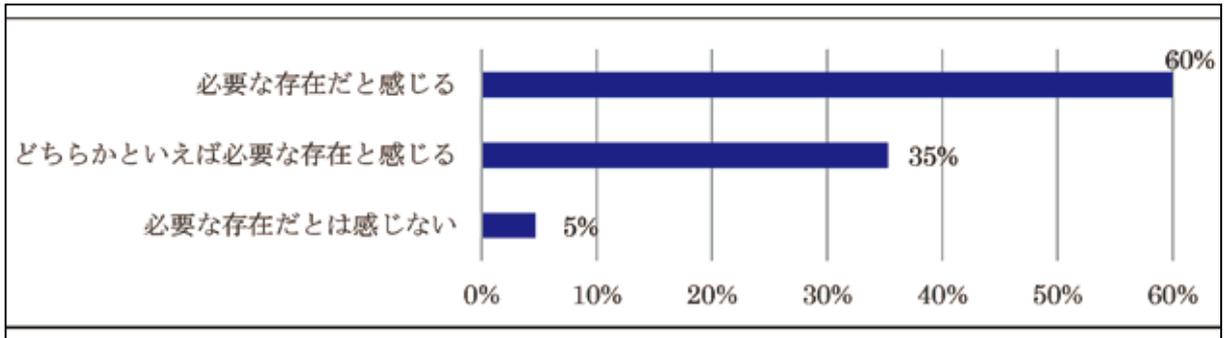
【設問】 地域農業振興やJAの運営に関して、ご意見ご要望があればご記入ください。

肥料・農薬、ガソリンスタンドの燃料価格など『購買品が高い』という意見や、販売単価が安い・出荷手数料が高いなど『販売価格の安定・向上』に対する要望が多くありました。

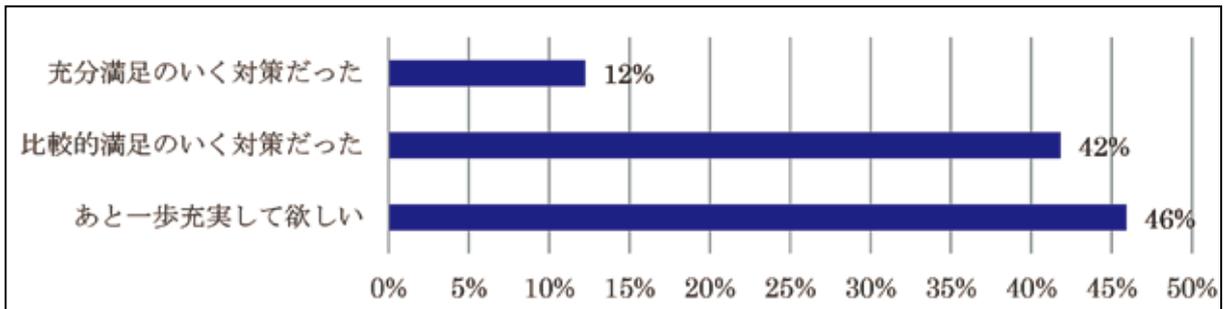
また、JA職員の人員不足にも一定の理解があるものの『営農指導員の巡回・レベル向上』や、購買資材の在庫不足、金融・共済がない事業所は不便など『農協の運営・体制』に対する意見もありました。

### 【JAの自己改革について、お尋ねいたします】

【設問】 JAは地域農業や暮らしにとって、期待される必要な存在と感じますか。

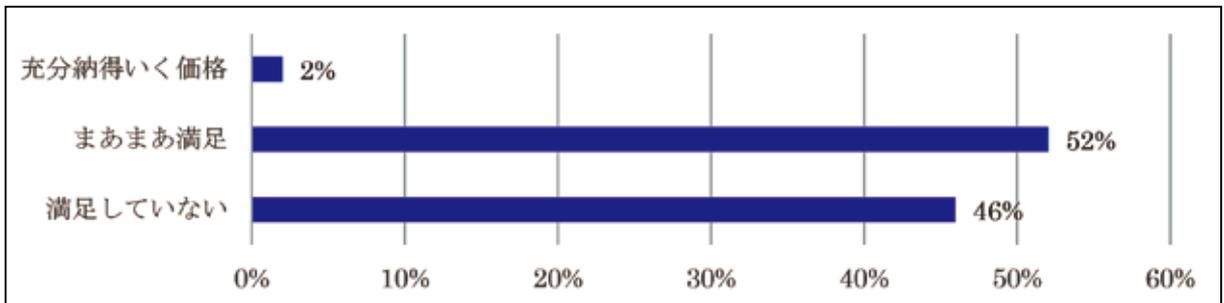


【設問】 JAは昨年の豪雨災害対策として、被害農産物への助成金支給を決定し、実施したことについての満足度をお聞きします。

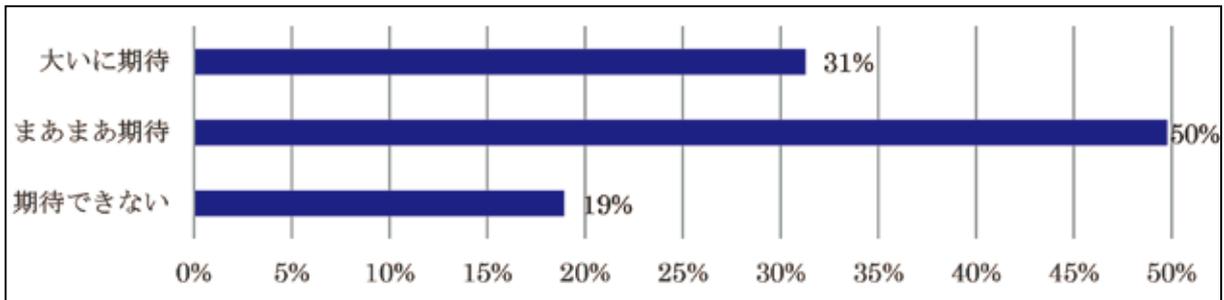


### 【トマトの有利販売について、お尋ねいたします】

【設問】 ロット拡大販売によるトマトの販売単価（価格）について、満足度をお聞きします。



【設問】 トマトの有利販売についての期待度をお聞きします。



以上が組合員意向調査結果となりました。

意見・要望の中には改善・解決の難しい事案もありますが、生産者の声を真摯に受け止め、JAとして出来る限りの対応を検討して参ります。

ご協力ありがとうございました。

## 森田給油所、赤石給油所閉店のお知らせ

この度、**森田給油所**および**赤石給油所**は**11月30日（木）**をもって閉店させていただきますこととなりました。これまで長年にわたり、ご愛顧いただきました組合員・利用者のみなさまには心より感謝申し上げます。利用者の皆さまにはご不便をおかけすることとなりますが、ご理解の程宜しくお願いいたします。

※使用している給油掛カードは、当JAの全給油所で今までどおり使用可能です。

### Q. 灯油や軽油の配達はどうなるの？

A. **森田給油所管内**の灯油や軽油（免税軽油含む）の配達は今までどおり**柏給油所**から配達いたします。

12/1（金）よりご注文の際は柏給油所にお電話をお願いいたします。

**TEL : 25 - 3525**

A. **赤石給油所管内**の灯油や軽油（免税軽油含む）の配達は今までどおり**配達**いたします。

12/1（金）よりご注文の際は赤石配送（旧西部資材センター）にお電話をお願いいたします。

**TEL : 72 - 3616**

### Q. 免税軽油の受付はどこですか？

A. **越水地区・森田地区**の令和6年用からの免税軽油の受付は**森田事業所**で受付いたします。（国の免税制度が決まり次第）

A. **赤石給油所管内**の令和6年用からの免税軽油の受付は**つがる白神統括支店（営農経済課）**で受付いたします。（国の免税制度が決まり次第）

## 地域貢献活動 JAヘルスアップ講座開催

7月12日、プラザマリユウ五所川原にてJA共済連青森主催のJA共済ヘルスアップ講座が開催されました。地域貢献活動の一環として実施しており、健康維持・管理に対する意識の高揚を図ることが目的です。管内からは約70人が参加しました。講座では「JAレインボー体操」や弘前大学大学院医学研究科社会医学講座特任教授の中路重之氏による講演、ヘルスチェックが行われました。



## 金融窓口営業時間および ATM稼働時間変更のお知らせ

当JAでは昨今の働き方改革を踏まえ、金融窓口営業時間およびATM稼働時間について他金融機関と同等の営業時間へ変更することといたしました。

ご利用者の皆様には、大変ご不便をお掛けいたしますが、ご理解賜りますようお願い申し上げます。

### ◆金融窓口営業時間について

金融窓口営業時間（変更前）	金融窓口営業時間（変更後）
【4～10月】午前8時15分～午後4時00分 【11～3月】午前8時30分～午後3時30分	午前8時30分～午後3時00分

※為替業務（振込）受付については、これまで通り午後2時30分までといたします。

※ご融資や相続等に関する相談業務につきましては、事前にご連絡をいただき窓口営業時間外でも対応させていただきます。

窓口営業時間変更日 令和5年11月1日（水）より

### ◆ATM稼働時間について

ATM稼働時間（変更前）	ATM稼働時間（変更後）
平日 午前8時00分～午後9時00分 土曜日 午前9時00分～午後7時00分 日・祝日 午前9時00分～午後5時00分	全日 午前8時00分～午後9時00分 全日 午前9時00分～午後9時00分（イオン柏）

ATM稼働時間変更日 令和5年12月1日（金）より

## 第27回懸賞金付定期貯金当選番号決定

第27回懸賞金付定期貯金の抽選会が9月25日に本店で行われ、下記の通り番号が決定しました。

対象契約期間：令和4年10月3日～令和5年1月31日

対象商品：個人契約で一口10万円以上1円単位の預入期間1年ものものスーパー定期貯金

抽選権利：預入元金10万円につき1本の抽選権利

問い合わせ先 統括支店貯金窓口まで



等級	懸賞金額	当選番号	抽選方法
1等	100,000円	0943	各組共通下4桁
2等	10,000円	169	各組共通下3桁
3等	1,000円	67	各組共通下2桁

# 冬期間営業時間変更のお知らせ

令和5年11月1日（水）より、営業時間が下記の通り変更となります。組合員・利用者のみならずには大変ご不便をおかけすることとなりますが、ご理解・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

**令和5年11月1日～令和6年3月31日**

営業時間		
本店 統括支店 事業所	平日	午前8時30分～午後4時30分
	土日祝	休日

## 理事会だより

### 〇7月定例理事会（令和5年7月31日開催）

- 第1号 ディスクロージャー誌（縦覧書類）について
- 第2号 令和4年度期末監事監査に係る改善を要する事項に対する回答について
- 第3号 事業検討委員会の設置および委員の選任について
- 第4号 一般社団法人屏風山野菜振興会の監事の推薦について
- 第5号 理事に対する利益相反取引について
- 第6号 理事に対する購買未収金限度額変更に伴う承認について
- 第7号 組合員に対する3,000万円超の貸付承認について

### 〇9月臨時理事会（令和5年9月6日開催）

- 第1号 令和5年産米概算金単価の設定について
- 第2号 理事に対する稲刈作業の委託について
- 第3号 令和4年産うるち米（つがるロマン・まっしぐら・その他）の仮精算について

### 〇8月定例理事会（令和5年8月30日開催）

- 第1号 青森県農業信用基金協会への令和4年度求償権償却に伴う特別出資について
- 第2号 理事に対する利益相反取引について
- 第3号 組合員に対する3,000万円超の貸付承認について
- 第4号 令和5年度不良債権処理個別対処方針について

### 〇9月定例理事会（令和5年9月29日開催）

- 第1号 コンプライアンス・マニュアルの一部変更について
- 第2号 「当組合における取引のリスク評価書（特定事業者作成書面等）」の改正について
- 第3号 預託家畜事業規程（全農再預託）の一部変更について
- 第4号 個人情報保護に関する規程類の変更について
- 第5号 理事に対する利益相反取引について
- 第6号 組合員に対する3,000万円超の貸付承認について追加議案
- 第7号 令和5年産米共同乾燥施設等級格差補填要領の制定について

## お米をおいしく楽しもう

五ツ星お米マイスター ● 小池理雄

## 毎日おいしいお米を楽しむには

家庭でおいしいお米を食べるには何をすれば良いのでしょうか？皆さんにとって関心の高い内容だと思います。

炊飯は水しか使いませんので、料理としては非常に単純です。しかし、素材の味がそのまま出ますので、ごまかしが利きません。故に奥が深い世界でもあるのです。お米は皆さんもよく食べる食材なのであまり難しい話になるとハードルが高くなってしまいます。それはお米を供給する側にとつては避けたいところです。難しい話とは次のような内容です。

- ①炊飯器具……じか火であれば土鍋・鉄鍋・ホーロー鍋・ガス釜など。電気炊飯器であればマイコンかIHか、さらには内釜の素材は何か。
- ②水……浸漬のときと炊飯時の水の温度。水は浄水器を使った水道水か、ミネラルウォーター



ターか。その場合の硬度はどれくらいか。浸漬時間や水切りの時間はどれくらいか。

いかがでしょうか？このようにこだわり始めればきりがありませんが、中には意味のないこだわりもあります。例えば、米をとぐときに米粒が割れないように優しく洗うことは意味がありますが、それを突き詰めて米粒に衝撃を与えないようにポウルに水をためてその中に米粒を投入するという話があります。しかし、その違いが味の違いにつながることはありません。

そう、炊飯はもっと簡単に考えていいのです。今はほとんどのご家庭で電気炊飯器を使う時代です。最近の電気炊飯器はよくできていますから、炊飯をしても驚くほどおいしくないご飯になることはありません。もしあるとしたら、それは選んだお米のせいです。そこでお米を選ぶ際には極端に安いお米は選ばずに、いつもより気持ち高めのお米を選びましょう。それだけで良いのです。

おいしいお米を毎日楽しむには、負担にならないようなこういった簡単なアプローチで十分なのです。

## お便りコーナー



トルコギキョウの色が色々あってとても素敵ですね。出荷期を終えるまでは大変ですね。がんばって！ (つがる市 女性)

写真が沢山で、見ていて楽しい。  
(鯉ヶ沢町 男性)

今年の夏はいつもにない暑さで、老体にはとてもつらいものがあります。朝4時ぐらいから2時間ぐらい畑を頑張っています。

熱中症者は、はぐらんとしたものです。はぐらんにならないよう水・塩分に気を付け、何とかこの夏乗り切りたいものです！  
(つがる市 女性)

パズル・頭の体操へご応募頂いた方の紙面に関する感想・日頃感じていることを掲載しています。

収穫の秋にむかい台風や洪水がないことを願うばかりです。  
(五所川原市 男性)

これからはりんご収穫ですね。がんばるぞ～。  
(つがる市 女性)

第61号の表紙のおふたりはご夫婦でしょうか。ハウスの中に咲いている花も素晴らしいですが、お二人も羨ましい限りの笑顔ですね。

毎回広報の農協女性部のめざましいご活躍ぶりには感動します。我が地元、岩崎給油所の職員に対応にも、優しく感謝しています。  
(深浦町 女性)

# こくしょうこくさん 国消国産

「私たちの国で消費する食べものは、できるだけこの国で生産する」そんな「国消国産」という考え方が、いま、注目されています。

田村真佑

梅澤美波

与田祐希

賀喜遥香

久保史緒里

山下美月

遠藤さくら

日本の未来を支える農業。乃木坂46は、JAグループの「国消国産」を応援します。



乃木坂46 国消国産

メンバーが生産現場で奮闘する動画を公開中！  
楽しんで学べるコンテンツがたくさん！  
ぜひアクセスしてください！



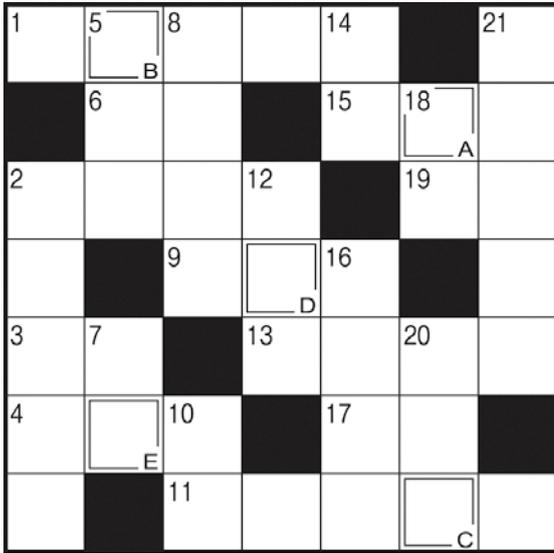
JAグループ

耕そう、大地と地域のみらい。



# パズル・頭の体操

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？



## ↓ タテのカギ

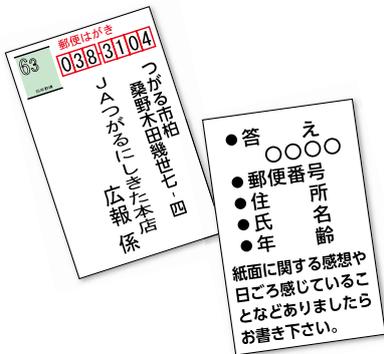
- ② 日光の紅葉の名所。48個のカーブがあります
- ⑤ ——大敵、運転中は気を引き締めて
- ⑦ 白——に身を包んだ花嫁さん
- ⑧ ジョギングや水泳、筋トレなどはこの一種
- ⑩ ハウスを使わず作物を育てる——栽培
- ⑫ 考えるときにひねるもの
- ⑭ 応用に移る前にしっかりと
- ⑯ 1カ月の後ろ3分の1
- ⑰ ペンのはキャップと呼ぶこともあります
- ⑱ 東京都中央区の地名。豊洲へ移転した東京都中央卸売市場があった場所
- ⑳ 2人でおそろいの服を着ます

## → ヨコのカギ

- ① 甘柿の王様と呼ばれることもあります
- ② 屋内のこと。——派
- ③ ボンレス——、——サンド
- ④ 漢字では石榴、柘榴などと書く果物
- ⑥ たき火に手をかざして取ります
- ⑨ 飲んで食べて話して楽しめます
- ⑪ 山野で生まれ育ったヤマノイモ
- ⑬ 奇術師が披露するもの
- ⑮ ベンチよりふかふかしています
- ⑰ 富士山の山頂を白くします
- ⑲ 漬物やワインを詰めます

◎ 締切日 ◎ 令和5年11月30日(当日消印有効)

※正解者の中から抽選で5名の方に粗品をプレゼントします。



前回の答 サーフィン

## お天気カレンダー

気象予報士(株式会社ハレックス) ● 檜山靖洋

### 春のような晴天

そろそろ木枯らしが吹き始める季節ですね。11月8日は二十四節気の立冬で、冬の入り口です。

厳しい冬を前に、高気圧に覆われて穏やかに晴れる日は貴重です。この時期の暖かい晴れを「小春日和」といいます。「春」という字が入っています。晩秋から初冬に使う言葉です。

江戸に似た街のことを「小江戸」と呼び、京都に似た街のことを「小京都」と呼ぶように、「小」を付けることで「く」に似た」という意味になります。これと同じように、小春日和とは本当の春ではありませんが、春に似た日和という意味になります。11月22日は二十四節気の小雪(しゅうせつ)です。本格的な雪の季節はもう少し先ですが、小春日和の日に冬を迎える準備を進めておきたいところです。



ほのかちゃん(3歳) <sup>しん</sup>信くん(1歳)

◆好きな遊び◆  
積み木、ブロック、お絵描き

◆好きな食べ物◆  
りんご、すいか、トマト、  
ブロッコリー、お肉、アイス

◆両親からひとこと◆  
姉弟仲良く、ご飯をいっぱい食べて大きく  
育ってね♡

父：加賀谷 祐一さん 母：尚子さん



## 女性部のお料理コーナー

# いももち



### 【材料】

- ・ご飯・・・300g
- ・じゃがいも・・・600g (中サイズ5個)
- ・白砂糖・・・70g
- ・塩・・・少々
- ・サラダ油・・・適量

### ポイント & アレンジ

しぼり汁は捨てないように注意する。  
アレンジとして薄めに成形して上にチーズをのせて焼いてもおいしいです。

### 津軽北部支部より

前号の広報にしきた内の女性部活動にて紹介しました、「いももち」のレシピ紹介のリクエストがありましたので今号で紹介いたします。

### 【作り方】

- ① じゃがいもの皮をむき、塩水に10分浸しておく。(あく抜きのため) その後、おろし金ですり下ろす。すり下ろしたじゃがいもは2枚重ねにしたガーゼでしぼる。しぼった汁は捨てずにとっておく。
- ② 温かいご飯をボールに入れて、ご飯の粒が残る程度にすりこぎ棒で潰す。この中に①のじゃがいもとしぼった汁の底に沈んでいる「でんぷん」と白砂糖、塩を入れてよく混ぜた後、平らな丸型に成形する。
- ③ 熱したフライパン (またはホットプレート) にサラダ油をしき、こんがり焼き色がつくまで両面を焼いて完成。

皆様のアレンジも  
教えてください!!



## JAの概況

(令和5年9月末現在)

組合員数	11,726名	出資金	29.1億円
(正組合員数)	9,056名	貯金	644.1億円
(准組合員数)	2,670名	貸出金	100.1億円
		長期共済保有高	2,492.5億円

発行・JAつがるにしきた 〒038-3104 青森県つがる市柏桑野木田幾世7番地4 TEL 0173-25-2002(代) FAX 0173-25-3519  
発行日・令和5年10月18日 編集・JAつがるにしきた総務部  
ホームページアドレス・<https://www.ja-tsugaru-nishikita.or.jp/> 印刷・有限会社 光陽印刷