

# まらり★



## ★今月の話題はこれ!!

- ビールパーティー開催
- 青年部道内視察研修
- 女性部日帰り研修会 他

2024

8

No.936

## 青年部道内視察研修

6月27、28日、青年部道内視察研修が行われ、中央農業試験場を視察しました。試験場の齊藤研究主任より、試験場の規模や職員数の説明を受けた後、圃場の見学を行いました。約100人、クタールある圃場では、小麦・大豆・小豆等の圃場を主に見学しました。これから有望となる縮萎縮病耐性の秋まき小麦「北見99号」の話や着莖位置が高くコンバイン刈りに適した小豆「きたいろは」等の話を部員たちは熱心に聞いていました。今回の視察により、部員の知識向上と部員同士の親睦が深まった研修となりました。

〔営農課 後藤〕



## 園児の農業ふれあい体験開催 第3回 草むしり体験

7月16、17日、大空町認定こども園めまんべつで青年部による本年度2回目の食育活動を行いました。前回植え付けをした野菜たちは順調に成長していました。今回は雑草が多くなってきたので、年中年長の皆さんと一緒に畑の管理作業として、雑草取りを行い、青年部員より管理の大切さを学びました。次回は野菜たちの収穫を行う予定です。

〔営農課 後藤〕



## JAmemambetto女性部日帰り研修会開催

7月18日(木)、JAmemambetto女性部日帰り研修会を部員45名が参加し開催しました。

本年度は、午前中に津別のサンマルコ食品(株)津別工場の視察を行いました。工場等についての説明の後、製造ラインの見学をしました。午後からは北見ハッカ通商とホクレン肥料(株)北見工場の視察を行いました。北見ハッカ通商ではハッカの歴史等を展示品等を見学しながら説明して頂きました。商品も展示されていて、皆さん沢山のお買い物もされていました。ホクレン肥料(株)北見工場では工場・会社のビデオ説明後、土壌分析センター・化成肥料工場・BB肥料工場の工場内を見学し、化成とBB肥料の違いを勉強する事が出来ました。今回は2班に分かれていましたが、部員同士の交流が深まった研修になったと思います。



〔営農課 上野〕

## JAmemambettoフレッシュミズ勉強会開催

7月22日(月)、JAmemambettoフレッシュミズ勉強会を部員14名が参加し開催しました。

今回は、りょうすい あや氏に講師に来て頂き、アイシングクッキーを行いました。用意して頂いたクッキー生地には、見本を見ながらクリームを塗りこんだり、顔を書いたりしました。うち一枚には自分の好きな文字等を入れていき、それぞれ作品づくりに大変盛り上がっていました。

勉強会終了後には、お弁当を食べながら部員相互の交流を深め、フレッシュミズコミュニティの参加にご協力頂きました。ご家族の皆様ありがとうございました。今後ともご協力よろしくお願ひ致します。

〔営農課 上野〕



## めまんへつ産黒毛和牛肉販売

6月29日(土)、旭ファーム(旭正氏)の黒毛和牛肉販売がシティーマー ト女満別店前で行われました。今年は、女満別町和牛生産組合の浜田英己氏、梅田敏則組合長、羽生直樹氏が生産し、旭ファームで肥育された黒毛和牛肉を販売致しました。

当日は最高気温が30℃を超える真夏日となりましたが、そんな中でも販売前からロースステーキや焼き肉スライスを買い求める来場者で列ができました。

殆どの商品が売り切れとなり、地場産牛肉販売として恒例のイベントとなっております。

〔畜産課 河田〕



## 軟白ねぎの選別始まる

7月18日(木)より令和6年産の軟白ねぎの選別が始まりました。本年産は比較的冷涼に推移してきたこともあり、順調な生育となっております。

収穫は生産部会で計画収穫としており、7月20日〜10月下旬まで安定した数量を出荷しています。

生産者が抜き取った軟白ねぎは選果場にて根切り・皮むきを行い、鮮度を維持できる機能を持った専用の袋に入れられ、東京・名古屋を中心に出荷されます。

〔青果課 下山〕



## 農業用資材展示即売会の開催

7月10日(水)〜11日(木)、農協資材店舗倉庫にて農業用資材の展示即売会を開催致しました。今回の展示会では、(株)長谷川熊吉商店、MSK農業機械(株)に出店して頂き、電気工具やグリース、脚立、冷感資材等、幅広く展示しました。また、鈴庵様(おやき・たこ焼きの販売)のご協力もあり、多くの組合員の皆様にご来場して頂き、展示会場は賑わいを見せました。

今後も定期的開催し、組合員の皆様のニーズにえられる商品を取り揃えて参ります。ご来店して頂き、誠に有難う御座いました。

〔資材課 藤野木〕



## 水稲ヘリ・ドローンによる空散防除

7月23日、7月31日の2日間で、例年行われている無人ヘリコプターと、農協所有のドローンによるいもち病防除作業が行われました。風も弱く空散防除に適した天候の中、蔬菜と隣接する水田や自らのドローンで防除される生産者を除く、10戸127筆を空中散布ならではの超速でしっかりと防除が行われました。

秋には良品質な女満別産米が収穫されます。

〔農産課 鈴木〕



## 北見管内総合家畜共進会(肉牛部門)の結果について

7月18日(木)、訓子府の北見管内畜産総合施設において、第72回北見管内総合家畜共進会(肉牛部門)が開催され、当組合より9頭の出品となりました。第2部出品の小野真司さん(豊里)所有「こんべい908」、第3部出品の小野真司さん(豊里)所有「ひでみつ」、羽生直樹さん(豊里)所有「はるこ」、第5部出品(3頭1群)の曾根直弥さん(本郷)所有「さんさん」、小野真司さん所有「きたなかまる」、斎藤宏幸さん(豊里)所有「きたよし」が1等に入賞致しました。

また、同一種雄牛「北美津久」の産子群として田中浩さん(本郷)所有の「みつこ」、斎藤宏幸さん「きたよし」が、繁殖雌牛群として朝妻隆志さん(湖南)所有の「ゆうさくら」が北見管内和牛振興協議会を代表し選抜されました。他の上位入賞牛とともに、8月31日(土)音更町で開催される第33回北海道肉用牛共進会に出品となります。

各部の成績は以下の通りです。

### 〈出品牛成績〉

第2部1等1席	こんべい908号	小野 真司 氏	全道出場
2等1席	かつゆみ号	朝妻 隆志 氏	
2等2席	さんさん号	曾根 直弥 氏	
2等3席	みつこ号	田中 浩 氏	全道出場(父系群)
第3部1等1席	ひでみつ号	小野 真司 氏	全道出場
1等2席	はるこ号	羽生 直樹 氏	全道出場
2等1席	きたよし号	斎藤 宏幸 氏	全道出場(父系群)
3等2席	きたなかまる号	小野 真司 氏	
第4部2等1席	ゆうさくら号	朝妻 隆志 氏	全道出場(繁殖群)
第5部1等1席	さんさん号	曾根 直弥 氏	
	きたなかまる号	小野 真司 氏	
	きたよし号	斎藤 宏幸 氏	

〔畜産課 河田〕



## 水稻現地講習会開催

7月5日に網走農業改良普及センターを講師に迎え、本年も女満別地区と美幌地区の合同で美幌町生産者の圃場にて水稻の現地講習会が開催されました。圃場を実際に例にしながら生育等について確認を行いました。

本年も高品質なもち米生産に向けた栽培技術を熱心に聞かれました。

〔農産課 鈴木〕



 大空町女満別学校給食センター				
☆牛乳は毎日つきます。(ふろさと給食の日びん牛乳です) ☆都合により献立や食材の一部を変更する場合があります。 ☆小学校のエネルギー量(kcal)は、3-4年生のものを表示しています。				
1日(月) 小学生 624kcal 中学生 756kcal	2日(火) 小学生 701kcal 中学生 721kcal	3日(水) 小学生 685kcal 中学生 850kcal	4日(木) 小学生 694kcal 中学生 822kcal	5日(金) 小学生 684kcal 中学生 782kcal
ごはん チンジャオロース 春雨サラダ ワタンスープ	塩ラーメン はんぺんチーズフライ 厚揚げの中華炒め	ハンシライス もやしとハムのサラダ	黒糖パン 照り焼きチキン 小松菜サラダ ミネストローネ	七夕献立 まぜこみいなり 星のコロッケ 七夕汁 七夕デザート(クレープ)
8日(月) 小学生 634kcal 中学生 787kcal	9日(火) 小学生 596kcal 中学生 712kcal	10日(水) 小学生 586kcal 中学生 705kcal	11日(木) 小学生 596kcal 中学生 758kcal	12日(金) 小学生 651kcal 中学生 807kcal
チャーハン ぎょうざ 春雨とミートボールのスープ	カレーうどん ほっけフライ もやしのうめかつおおえ	ピビンパ しゅうまい わかめスープ	コッパン チキンとペンネのトマト煮 ピーフとツナのサラダ 野菜スープ	ごはん 和風おろしハンバーグ 切り干し大根の和え物 豚汁
15日(月)	16日(火) 小学生 745kcal 中学生 930kcal	17日(水) 小学生 701kcal 中学生 830kcal	18日(木) 小学生 613kcal 中学生 759kcal	19日(金) 小学生 764kcal 中学生 942kcal
海の日の献立 JAのまんべつ様から 安満別産牛ひき肉の提供	ミートソースパゲッティ フルーツゼリー	ごはん すき焼き風煮 いわしの梅煮 いももち汁	ソフトフランスパン 野菜もっチーズフライ マカロニサラダ コーンポタージュ	ふるさと給食 ごはん さくら豚のみそ炒め たたききゅうり すまし汁
22日(月) 小学生 602kcal 中学生 741kcal	23日(火) 小学生 554kcal 中学生 701kcal	24日(水) 小学生 725kcal 中学生 894kcal	<b>19日はふるさと給食です</b> 7月のふるさと給食は、女満別産「さくら豚」を産業 開発公社さんがつくっている「まんべんも」で味付 けて「さくら豚のみそ炒め」を作ります。女満別産 おぼろぎのごはんがすすむ一品です。お楽しみに!!	
わかめごはん コロッケ 五目ひじき みそ汁	しょうゆラーメン 春巻き ほうれん草のサラダ	カレーライス ブロッコリー シークワサーゼリー		
JAのまんべつ様から 安満別産ブロッコリーの提供				
<b>JAのまんべつ様から食材のプレゼント</b> 毎年JAのまんべつ様から「ブロッコリー、セリリー、軟白ねぎ、じゃがいも、たまねぎ、牛肉、豚肉」とたくさんのおいしい女満別産食材 をご厚意で提供していただいています。今年も7月から提供していただけることになりました。7月16日は女満別産「牛ひき肉」を提供 していただき、ミートソースを作ります。また24日にはブロッコリーを提供していただく予定になっています。JAのまんべつ様からの食 材提供は7月以降も続いています。感謝の気持ちを忘れずに、女満別のおいしい食材をいただきますよう!!				

# 令和6年度 第1回 地元食材の 提供について

女満別農業の理解を深めてもらいたいとの思いから本年  
で8年目となる地元女満別の小学校、中学校給食への地元  
食材の提供が本年も始まりました。

本年第1回目は7月16日に女満別産和牛のひき肉を提供  
24日にはブロッコリーを提供しました。

提供した食材により、牛ひき肉を使ったミートソース  
パゲッティ、ブロッコリーサラダという献立となりました。  
ご対応頂きました給食センターのスタッフの皆様、感謝  
申し上げます。

8月は女満別産軟白ねぎ、セリリーの提供。9月には「令  
和6年度地域牛乳・乳製品需要拡大事業」の一環で乳製品  
のご提供を考えています。

「管理課 石川」



7月3日で職員に対する接遇研修会  
を実施しました。

係長未満の職員を対象に来客時等の  
応対について研修を行いました。  
(株)インソース平泉由美氏を講師に招  
き、お客様の満足度が上がるマナーを  
意識付けするためにアドバイスをいた  
だきました。

今回受けた内容を身に着け、組合員  
の皆様にご気持ちよく来所していただ  
けるよう心がけます。

「管理課 日置」

## 令和6年度 職員の接遇研修会を実施



7月17日～18日、地区懇談会が開催  
されました

今回は、第31回JA北海道大会にか  
かる組合員意見の取りまとめ、令和6  
年産農産物集荷要領を中心に説明  
を行いました。

各地区から様々な質問や意見などを  
頂きました。これらのご意見は、今後  
の農協運営に活用させていただきます。

「管理課 石川」

## 地区懇談会が開催されました

# 第1回 JA めまんべつ BEER PARTY 開催



7月5日(金)に、農協駐車場にて第1回JAめまんべつビールパーティーを開催いたしました。開場前から来場者の長蛇の列ができ、およそ400人の方がお越しくださいました。

ビールパーティーに合わせ用意した「長芋ラガー」が大変好評で、用意した100ℓがあっという間になくなりました。今後は商品化も考えております。

催し物では、子供たちを対象にしたじゃんけん大会と抽選会を行いました。優勝したお子様は景品の花火セットを嬉しそうに抱え、抽選会では1等のTVを当選された方も笑顔で抱えてお帰りになりました。

この度は、天候に恵まれ最高のビールパーティー日和となり、「楽しかった」や「またやってほしい」などの声を掛けていただき、皆様の笑顔がみられ大変満足して頂いたと感じております。また、いろいろと不行き届きな部分もあり反省点も多々ありますが、来年も皆様に満足していただけるようなビールパーティーを企画してまいりますので、開催した際にはぜひお越し頂きます様、よろしくお願いたします。来場いただいた皆様ありがとうございます。

「営農課 南部」





JA北海道厚生連

# 今も昔も JA配置薬



昭和時代の  
配置薬箱

## JA配置薬の歴史

「JA配置薬」は、開拓時代(大正十二年)にいわゆる家庭薬として農村部に浸透しており、産業組合によるクミアイ家庭薬の配給から始まりました。

昭和二十八年にJA北海道厚生連のクミアイ家庭薬の取扱いを農協運営のもとで開始。昭和五十六年には農協からJA北海道厚生連に業務を移管しました。配置薬の定番でもある「マステグンドリンク」(昭和四十二年販売)や「かぜぐすりカプセル」(昭和五十八年販売)は、販売から四十年以上経った現在でも愛され続けています。

日本の家庭薬と共に歩んできた「JA配置薬」は、これからも健康で豊かな暮らしを応援していきます。



家庭薬を配置している風景



普及推進のため農村に行くクミアイ家庭薬車

## これからも、JA配置薬

JA配置薬はご家庭に本会の救急箱をお預けして、お薬を使った分だけ料金をお支払いいただくシステムです。

お申込みで  
救急箱を  
無料でお届け

定期的に  
ご自宅へ  
推進員が訪問

使った  
お薬分だけ  
ご清算＆補充



【お取扱い品目】

- かぜ薬 ●解熱鎮痛剤 ●胃腸薬 ●便秘薬 ●下痢・食あたり
- 鼻炎薬 ●漢方薬 ●外用薬 ●ドリンク剤 ●保険薬
- 健康食品 ●各医療機器 ●介護用品 ●その他



北海道厚生農業協同組合連合会  
〒060-0004 札幌市中央区北4条西1丁目1番地  
受付時間 平日 8:30~17:00



救急の よい クスリー  
0120-99-41-93

JA配置薬  
LINE公式  
アカウント





記事活用で楽しく  
読み応えある記事に

イ  
キ  
イ  
キ  
ワ  
ク  
ワ  
ク

家の光

IE no HIKARI

お申し込みはお近くのJAへ

ぜひ  
ご購入  
ください!



# 花火による子どもの事故にご注意!

子どもが花火で遊んでいる際やけ  
どを負う事故が発生しています。

【事例1】手持ちの吹き出すような  
花火の火をつかんだ(1歳6カ月)。

【事例2】手持ち花火が終わって下  
に落ちていたものを触ってしまった  
(1歳6カ月)。

【事例3】保護者が一瞬目を離して  
いる隙に左足のサンダルに火の粉が  
移り、燃えていた(3歳2カ月)。

【事例4】花火を振り回し、直後に  
風で火花がスカートに飛んで着火  
し、燃え上がった(6歳8カ月)。

いずれも水膨れができるほどのや  
けどを負っています。事故情報を収  
集する医療機関ネットワークによれ  
ば、花火による事故の被害者の半数  
以上は1〜3歳児で「火に触った」  
ことをきっかけとするものが他の年  
代より多くなっています。

一方、国民生活センターのテスト



により次のことが分かりました。

- ①向かい風で花火を持った場合、肌  
の露出が多い服装や履き物では、火  
花などによりやけどを負う危険性が  
高い。
- ②ぬれたコンクリートや地面、バケ  
ツの水などに線香花火の火球が落ち  
ると、はげて火花などが飛び散りや  
けどを負う危険性がある。
- ③スカートや浴衣など裾の広がった  
衣服でしゃがみ、下に水平な面がで  
きると、そこに落下した燃えかすに  
より衣服に着火する可能性がある。
- ④温度が低いように見える燃えかす  
であっても、落下や消火後しばらく  
は高温である。

花火のパッケージや取扱説明書に  
は対象年齢や風に関する注意の記載  
があります。それらに従い、3歳以  
下の子どもに花火を持たせることは  
避け、子どもの服装や風の向き・強  
さに注意しましょう。花火が消えた  
らすぐに水に漬けられるよう水を  
張ったバケツなどを用意しておきま  
しょう。なお、衣服に着火した場合、  
すぐに地面に倒れて転がるなど、燃  
えている部分を地面に押し付けるこ  
とで消火しやすくなることも覚えて  
おきましょう。



# 夏の胃腸のトラブル対策で美しく

夏になると下痢、食欲不振、胃も  
たれなどの不調が現れることがあり  
ます。原因は、冷たい食べ物や飲み  
物の過剰摂取で胃腸が冷え、機能が  
低下するためです。今回は夏の胃腸  
トラブル対策にお薦めの食べ物をも  
つお伝えします。

■夏ダイコン  
夏ダイコンには、さまざまな消化  
酵素が豊富に含まれています。でん  
ぶんの消化を助けるアミラーゼ(ジ  
アスターゼ)、タンパク質を分解す  
るプロテアーゼ、脂質を分解するリ  
パーゼなどが含まれているため、夏  
の胃腸トラブル対策にお薦めです。  
夏ダイコンには染み対策として、コ  
ラーゲンの合成には欠かせないビタ  
ミンCも含まれています。美肌にな  
りたい方にもお薦めです。温かいご  
飯に大根おろし、しらすをのせて食



べると暑い夏でもおいしく食べられ  
ます。

■スズキ  
スズキは低脂肪の白身魚のため、  
胃腸に負担がかかりにくいです。サ  
バ、牛肉などの脂質が多く含まれる  
魚や肉は、消化に時間がかかってし  
まいます。下痢、胃もたれなどの不  
調があるときは控えると良いです。  
スズキには、糖質の代謝を助け  
るビタミンB1が含まれており、不  
足すると疲労物質の乳酸が体内に蓄  
積されてしまいます。エネルギーの  
代謝が活発になれば体の機能も高ま  
り、夏バテに負けない体になるで  
しょう。胃腸の不調があるときは、  
煮る、蒸すといった調理法がお勧め  
です。料理が苦手な方は、耐熱皿に  
スズキをのせ、少量の酒を振り、電  
子レンジで加熱すると手軽に食べら  
れます。

暑い夏は、かき氷、アイスコー  
ヒー、ビール、そうめんなど、冷た  
いものを取る人も多いでしょう。し  
かし、過剰に取ると胃腸のトラブル  
を招くため、日々の食事にみそ汁な  
どの温かい食べ物を取り入れるよう  
にしましょう。おいしく食べて元氣  
に暑い夏を乗り切りたいですね。

# フレッシュJ A職員



しん どう ま い  
**進 藤 麻 衣**

金融部 金融課  
5年目

〈年 齢〉 23歳

〈出 身 地〉 美 幌 町

〈担 当 業 務〉 金融窓口

〈特 技〉 水 泳

〈趣 味〉 体を動かすこと

〈好きな言葉〉 やればできる

〈自分の性格〉 負けず嫌い

〈抱 負〉 窓口業務を正確かつ丁寧に速く処理できるように頑張ります。



いわ おか ゆめ の  
**岩 岡 夢 乃**

管理部 管理課  
5年目

〈年 齢〉 22歳

〈出 身 地〉 網 走 市

〈担 当 業 務〉 郵便業務、マネーロンダリング2線担当者、  
旅費精算、理事会関係等

〈特 技〉 早 起 き

〈趣 味〉 音楽を聴く、推しの動画を見る、  
ゲーム

〈好きな言葉〉 なんとかなる

〈自分の性格〉 割と気にしてしまう性格です。

〈抱 負〉 初心の気持ちを忘れず頑張りたいです。  
よろしくお願いいたします。

# 理事会レポート

## 第6回 7/8開催

### ◇議案

- ① 令和6年度 第1四半期監査報告について  
全議案原案通り承認されました。

### 組合員状況 7月末日現在

組合員数	前月対比
正組合員 418名 (内27法人含む)	(±0)
戸数 252戸	(±0)
准組合員	
団体 162団体	(±0)
個人 324名	(+1)

### ＝協議報告事項＝

- 令和6年7月 地区懇談会の開催及び提出議案について
- JAバンク基本方針に基づく体制整備モニタリングの報告について
- 職員の異動について
- 組合員の異動について
- その他
  - 令和6年8月理事会のスケジュールについて
  - その他の事項について

### 7月1日開催 北見黒毛和牛 市場成績

(価格 円)

		市場全体		女満別	
		本年実績	前年同期	本年実績	前年同期
去勢牛	平均価格	575,104	712,245	622,398	723,700
	出場頭数	240	213	51	33
	成立頭数	225	206	49	33
雌牛	平均価格	425,825	606,025	481,350	629,017
	出場頭数	191	124	26	12
	成立頭数	176	120	22	12

※価格は1頭平均・税込価格

# New Face

- ①氏名(フリガナ) ②年齢 ③出身校 ④出身地  
⑤所属部署 ⑥趣味 ⑦特技 ⑧長所 ⑨短所  
⑩好きな有名人 ⑪理想のタイプ ⑫抱負

7月1日付で新たに職員が採用され、畜産課に配属されました!!



- ①山崎 琉衣 (ヤマザキ ルイ)  
②23歳  
③旭川農業高校  
④旭川市  
⑤経済部 畜産課  
⑥アニメ鑑賞、サウナに行くこと  
⑦サッカー  
⑧何事にも全力で取り組むこと

- ⑨心配性  
⑩メッシ  
⑪一緒にいて楽しい人  
⑫1日でも早く仕事を覚え、組合員の皆さんのために一生懸命頑張ります。よろしく願いいたします。

## JAめまんべつ野球部 オホーツクJA野球大会1回戦結果

オホーツクJA野球大会が開催されました。

6月30日(日)、満運動公園野球場にてJAきたみらいと戦いました。

JAきたみらいとの試合は気温30度という炎天下で、必死のプレーにより途中まで拮抗していましたが2-15で敗れてしまいました。

昨年の決勝戦のリベンジということで選手一同気合を入れて試合に臨んでいましたが、大変悔しい結果となりました。

今回の悔しさを糧に来年度以降も練習を重ね、優勝を目指して努めて参ります。

「野球部監督 小本」



## 読者の声

今朝ATMに早い時間行きま  
した。

その中で、清掃の方が正面  
玄関の清掃とフランチの花  
の手入れをなさっていました。  
「おはようございます。」と声  
を掛けたら、うなずく様に頭  
を下げてくれました。ほほえ  
ましく、清々しい朝でした。

(anen you)

挨拶をすることもいい気持ち  
になりますよね。挨拶をする  
ことで人に元気を与えること  
ができるなどメリットもたく  
さんあります。これからも挨  
拶を続けていきたいと思いますね。

このコーナーでは、色々な話  
題を載せたいと思いますので、  
折り込んでいる応募用紙に記  
入し応募をお願いします。当  
選者にはめまんべつのお菓子  
や加工品など当選者へお渡し  
してしますのでみなさんの心  
募お待ちしております。

### 7月号の答え



- 1……ホテルが多く飛んでいる
- 3……家の明かりが消えている
- 8……魚がない
- 10……ジュースが違ふ
- 12……ホテルの光が大きい

正解された中から抽選で2名の方に景品を進呈  
します。尚、当選者の発表は発送をもってか  
えさせていただきます。

## 編集後記

麦収穫も終わっているころでしょうか？組合員の皆  
様、暑い中、お疲れさまでした。これから、色々な  
作物の収穫が始まりますね。身体に気をつけて収穫  
期に向けて備えてください。また、農作業事故には  
十分気をつけてください。

JAめまんべつ 営農課



発行／女満別町農業協同組合  
 〒099-2324 網走郡大空町女満別西4条5丁目1番27号 TEL 0152-74-2131・FAX 0152-74-3344  
 編集／営農部営農課 印刷／有限会社 サンケイグラフィック



夏野菜の南蛮漬け



シェフ永井のおすすめ



作り方

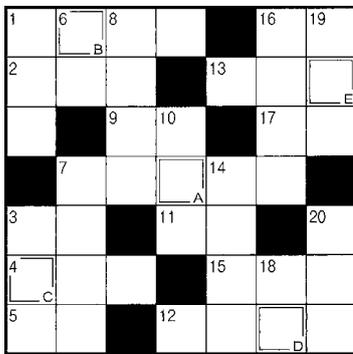
- ポウルに新タマネギ、赤・黄パプリカ、輪切りトウガラシ、薄力粉をまぶし油で揚げた鶏もも肉、カボチャを入れる。
- 小鍋に南蛮酢の材料を沸かし、(1)に熱のまま注ぎ入れ、クッキングシートを落としラップで密封する。
- (2)の粗熱を取ってから冷蔵庫で冷やして器に盛り付け、オクラを飾り出来上がり。

材料(4人分)

- 鶏もも肉(薄切り) …… 1枚
- カボチャ(1cm幅) …… 1/4個
- パプリカ赤、黄(5mm幅) 各1/2個
- 新タマネギ(薄切り) …… 1個
- オクラ(下ゆでしたもの) …… 4個
- 輪切りトウガラシ …… 適宜
- 南蛮酢
  - かつおだし …… 450ml
  - 酢 …… 270ml
  - みりん …… 180ml
  - 薄口しょうゆ …… 90ml
- 揚げ油 …… 適宜
- 薄力粉 …… 適宜

クロスワードパズル

二重マスの文字をA～Eの順次並べてできる言葉は何でしょうか？



ヨコのカギ

- トマトやスイカに含まれる赤い色素
- 海で水上——を楽しんだ
- 独特の香りから香魚とも書く川魚
- 無駄遣いをする事
- セーラー服のものは大きめ
- 孫悟空の乗り物です
- 酒などを入れる四角い容器
- ザーザー、しとしとと降ります
- 夏にはズボン下
- アップの反対語。イメージ——
- パンダの遊具にも使われるゴム製品
- 小さな船を数えるときに使う言葉
- MB=——バイト、GB=ギガバイト

タテのカギ

- 文系より——系の教科の方が好きです
- 医者いらずと呼ばれることもある植物
- 数え年70歳の祝い
- 精霊馬に使われる野菜の1つ
- 肉詰めにするのも定番の夏野菜
- コンビニエンス——、チェーン——
- 関西国際空港や中部国際空港は、——地に造られています
- 夏場によく食べられる麺
- 座は嶺(さそり)座と山羊(やぎ)座の間にあります
- バナマヤスエズのものがある
- エビに見た目が似ているすしネタ

たくさんの応募  
お待ちしてま〜す!!

応募要項

正解者の中から抽選で2名の方に景品を差し上げます。  
 締め切りは8月23日(金)、JA正面玄関の応募箱に投函するかFAXにて応募下さい。FAX番号は応募用紙に記載しています。

JAめまんべつ  
ホームページQR



JAめまんべつ  
インスタグラムQR



JAめまんべつ  
フェイスブックQR



JAめまんべつ  
オンラインショップQR

