

stem

特集：一緒に考えよう「こくしょうこくさん国消国産」のこと



JA江刺



知って欲しい。
感動する旨さ。

生きるために欠かせない食料は日本で作ったほうが安心

新型コロナウイルス感染症が広がり始めた時、マスクが不足して大きな問題になりました。国内生産のためさまざまな企業が奮闘したり、身近な材料で手作りしたり、安定的に買えるようになるまで、数カ月かかりました。

もしこれが食料だったらどうなっていたでしょうか。私たちが生きていくためには、食料が欠かせません。しかし、農畜産物を作るためには、農地を耕し、自然と調和しながら、時間をかけて育てていく必要があります。**不足したからといって、すぐに作れるわけではありません。**

日本の「食」をとりまく5つのリスク

食料自給率の低迷

食料の多くを輸入に頼っている

農業生産基盤の弱体化

生産者の減少と高齢化、農地の減少が進む

自然災害の多発

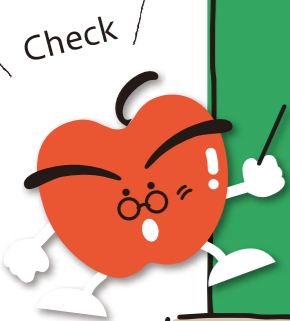
多くの災害が世界と日本の農業にダメージ

世界的な人口増加

世界の人口増加による食料不足

国際化の進展

輸入増加で食料自給率低下の可能性



日本の自給率は わずか38%

(※出典:「令和3年度食料需給表」農林水産省)



今、日本は食料の約6割を海外に頼っています。

その要因の一つは、農家の減少や高齢化など、生産基盤の弱体化です。さらに、日本も含めた世界中で自然災害が多発しています。

日本が多くの食料を輸入している国で自然災害などが発生した場合、食料生産が難しくなったり、自国内の供給を優先することになったりするかもしれません。

そうなってしまった時、日本では食料の輸入が難しくなり、食料不足になってしまうリスクがあるのです。



「国消国産」で次の世代に「繋ぐ」「育む」

このように多くのリスクにさらされている中で、JAグループが提起したのが「国消国産」です。私たちの毎日の「食」の安心はもちろん、子どもや孫、さらにその先の世代まで、この日本という土地を、豊かな実りが絶えることのないように繋いでいきたいとの想いを込めています。



特集

一緒に考えよう

「国消国産」のこと



©みんなのよい食プロジェクト

皆さんは「国消国産」という言葉を聞いたことがありますか？

「国消国産」とは、JAグループが提起している「国」民が必要として「消」費する食料は、できるだけその「国」で生「産」するという考え方です。

日本の食・農は今、多くの課題を抱えています。「国消国産」について、一緒に考えてみましょう。

10月16日は国消国産の日

10月16日は、1945年に国連食糧農業機関（FAO）が誕生した日であり、国連が「世界食糧デー」と定めた日です。この日をJAグループは「国消国産」の日として日本記念日協会に登録しました。JAグループは皆さんとともに「国消国産」をすすめ、持続可能な社会の実現を目指していきます。

CONTENTS

We Love Esashi
2022
9
No.486

2 表紙紹介

特集 一緒に考えよう

「国消国産」のこと

6 令和4年度秋期営農座談会

7 生産コスト高騰支援に関するお知らせ

8 J A Esashi News File

10 営農ファイル

▷畜産 8月子牛市場成績

10月キャトルセンター受入日

▷米穀 秋耕のススメ

▷園芸 江刺ブランドを支える仕事をしてみませんか？

▷お知らせ

12 J A旬レシピ

▷絶品ご飯のおとも！お手軽カンタン熟成ぬか漬

13 みんなの声

▷今月のテーマ「好きなコーナー」

4コマまんが▷ひつじのひじき

クロスワードクイズ

14 気軽にチャレンジ！健康体操

▷太ももとお尻の運動

15 今月のお知らせ

理事会だより

編集後記/行事予定

16 江刺まるごと探険隊

表紙紹介

【米里地区】



木細工小学校のみんな

野菜部会女性部の皆さんに教えてもらいながら、ピーマンの収穫を体験しました。

「実はピーマンが苦手！」という子もいましたが、袋一杯のピーマンを抱えて「食べるのが楽しみ」とにっこり。どんな料理にしたらいいか、野菜部会女性部の皆さんにも教えてもらいました♪（収穫体験の様子は9ページでもご紹介しています）

農業はいのちを繋ぎ未来を育む

私たちが生きていくために、「食」はなくてはならないものです。そして、その食を支える「農業」も、なくてはならない仕事です。

農家の減少や高齢化などによる担い手不足が課題となっている中で、昨今は、気候変動による自然災害の多発、新型コロナウイルス感染拡大による農畜産物の需要・消費への影響、国際社会での紛争、戦争の勃発による資材・燃料価格高騰などの影響も重なり、農業をとりまく状況は、ますます厳しいものとなってきています。

そんな中でも、営農を続ける農家の皆さま一人ひとりの日々の積み重ねが、多くの人々のいのちを未来に繋いでいます。

農業はいのちを繋ぎ未来を育む、唯一無二の仕事です。JAグループ一体となって「国消国産」を掲げながら、組合員の皆さまの営農を支え、農業と地域を未来に繋いでいく取り組みを展開してまいります。



組合員の営農継続に向けて

JAグループではめまぐるしく変わる農業情勢を的確にとらえ、情報を発信・共有するとともに、農業者一人では解決できない課題や意見を集約し、行政に伝えていく「農政活動」に取り組んでいます。

【 農政活動の継続 】

JA江刺は8月29日、国会議員・岩手県議会議員の視察を受け入れるとともに、意見交換会に参加しました。藤原崇衆議院議員、広瀬めぐみ参議院議員をはじめ、岩手県議会議員がJA施設や管内の農地を視察したあと、意見交換会を行いました。



JAいわてグループは「令和5年度岩手県農業・農村関連施策に関する要請」を行いました。生産現場の要望・意見について、国や県の農業施策・予算への繁栄を目指すための要請を行うもので、9月5日には岩手県議会議長、副議長、農林水産委員へ、12日には岩手県知事へ要請書を手渡しました。



JA江刺として、JAいわてグループとして、JAグループとして、現場の声や現場が求めている政策提言を継続して行ってまいります。

【 生産コスト高騰支援 】

肥料、飼料の価格高騰をうけ、国や奥州市による支援事業が実施されます。
JA江刺においても、行政の支援内容を吟味した上で独自支援を実施する方針です。
※行政の支援内容についての概要は7ページに掲載しています。



「地産地消」「国消国産」そして「SDGs」へ

「国消国産という言葉は初めて聞いた」「地産地消と何が違うのだろう?」と思う方もいらっしゃるかもしれません。国消国産はまだまだ新しい言葉ですが、JAグループではこの考え方を広めていきたいと考えています。なぜなら、国消国産を進めていくことは、SDGs（持続可能な開発目標）の達成にも繋がっていくからです。私たちが立ち止まって考え、一つひとつ取り組むことは、地域から、日本へ、そして世界へと広がっていきます。

Step1

地域で

地産地消 地元のを地元で食べよう!

その地域で生産された農畜産物を、その地域内で消費することを「地産地消」といいます。

例えばJA江刺の産直「江刺ふるさと市場」では、新鮮な地元江刺の農産物に出会えます。旬の新鮮な農産物をおいしく食べられるのはもちろん、地元のを地元で消費することで、食材を長距離輸送する必要がなく、CO₂排出量の削減（環境への負荷の軽減）にも繋がります。



江刺ふるさと市場で
お買い物しよう♪



Step2

日本で

国消国産 国産の食材を選んで食べよう!

このまま日本が国内生産を増やさず、食料を海外に頼り続けたら、私たちのいのちを繋ぐ「食」の未来はどうなってしまうのでしょうか。

多くの課題を抱えている中でも、まずは「食材を選んで消費する」ことから始めましょう。

地元江刺の食材を消費する「地産地消」をはじめ、江刺にない食材は、なるべく「国産」のものを選んで消費していく——、国内の様々な産地のものを消費し、互いに認め合い、支え合いながら食の安全・安心を進めていくことが「国消国産」の第一歩です。



お茶は
JA掛川市の
ものを選んで
みたよ!

茶助くん

Step3

世界に

ESDGs 持続可能な世界を育み、次の世代に繋げよう!

「地産地消」や「国消国産」をすすめることは、持続可能な食料、農業、地域社会、環境など、SDGsの達成に貢献します。

食料自給率が低下し、多くを輸入に頼っている日本ですが、多くのフードロス（食料廃棄）の問題も抱えています。開発途上国から必要以上に輸入をすることで、その国の人々にとって必要な分の食料が不足してしまうかもしれません。

自分の国で必要として消費する食料を、できるだけ自分たちの国で生産していくことは、持続可能な世界の構築にも繋がっていくのです。



未来に
繋げよう!

生産コスト高騰支援に関するお知らせ (概要)

肥料、飼料の価格高騰をうけ、国や奥州市により支援事業が実施されます。実施内容について未確定な部分がありますが、今回は概要をご案内いたします。

J A江刺では、行政の支援内容を吟味した上で独自に支援を実施する方針です。コスト低減のためにも肥料・飼料購入においては予約申込をご利用下さるようお願いいたします。

●肥料支援【国と奥州市の支援概要】

項目	国の支援	奥州市の支援
事業名	肥料価格高騰対策事業	奥州市農業用肥料高騰対策支援事業
対象者	化学肥料の使用料低減に取り組む農家（15の取組メニューから2つ以上取り組む）	市内に住所を有する個人農家、法人および集落営農組織で、販売を目的に農作物を栽培し、令和5年以降も継続する方
支援対象	令和4年6月から令和5年5月に購入したものの	令和3年分税申告に用いた肥料費 肥料費1万円を超える方が対象
助成額	当年の肥料コストから一定の計算式により前年からの増加分を算出し、その7割を補てん	令和3年分税申告に用いた肥料費×増加率（40%）×助成率（25%） 上限100万円
申請方法	J Aから購入（予約）した生産者をまとめ、J A江刺が一括申請する（現段階での仮方針）	法人、集落営農組織、農業収入500万円以上の農家に市から申請書を送付 上記以外の方は江刺総合支所・J Aへ申請書を用意 必要書類を添付し返信用封筒で提出
申請に必要なもの	購入価格が分かる注文票や領収書（または請求書）	申請書および、令和3年分の肥料費が確認できる書類、振込通帳の写しを添付
その他	15の取組メニューでは、既に取り組んでいるものがあればカウントできる	詳細は、広報おうしゅう（9月お知らせ版）および市公式ホームページに掲載
問い合わせ先	J A江刺営農振興課（31-1321） または 経済部（31-1211）	奥州市農林部農政課 0197-34-1583（直通）

※国の支援内容は農林水産省のホームページの「肥料価格高騰対策事業」に掲載されています
 ※化学肥料の使用量低減では、土壌診断や生育診断による施肥設計などがメニューにあり、本年に取り組めない場合は来年の実施で可としています。
 ※生産物の品質・出荷量を確保するうえで、作物ごとに示されている栽培指針に沿った資材投入をお願いします。

●飼料支援【奥州市の支援】

飼料高騰について奥州市により支援が示されており、肥育牛と繁殖牛（子牛分含む）で各1頭当たり1万1,000円、乳牛が1万2,000円の助成が行われる見込みです。現在、J A江刺の畜産課で対象となる頭数調査を終えたところです。

J A江刺をご利用いただいた生産者が一人でも多く事業の対象となるよう、申請等についてご支援いたします。また、事業の情報提供についても詳細が分かり次第、組合員の皆様へご案内いたします。

令和4年度秋期営農座談会



8月26日から31日まで、管内26会場で秋期営農座談会を開催し、令和4年産米の栽培・生育概況、収穫・乾燥調製・出荷の注意点などについてお知らせいたしました。

主な質問Qと解答A

Q 銀河のしずくは誰でも取り組めるものなのか。

A 標高120m以上での栽培との制限があるため、山間地での推進を図っていく予定です。コンタミ（異品種混入）を防ぐため、いずれかのライスセンターを銀河のしずくに切り替えなければならない等、施設の問題もあるので、今後の作付けについては十分に検討協議を重ね、冬期座談会等で示したいと考えています。

Q 銀河のしずくに江刺で取り組む場合、特別栽培を行うのか。

A 特別栽培に取り組めます。県内で銀河のしずくの特別栽培に取り組んでいる事例はなく、付加価値となると考えます。

Q SDGsに積極的に取り組むべき。園芸関係では、プラスチックコーティング肥料から、運動性機能のある肥料への切り替えを早い段階で行っている。水稻肥料についても、プラスチックを含まない肥料の選定等、少しでもプラスチックを減らす取り組みを考えてほしい。

A 現在、水稻肥料の一部でマイクロプラスチックを使用しておりますが、昨年度より自然由来の被覆を使用した肥料試験を行っております。
SDGsに沿い、より環境に配慮した肥料を提供できるよう製品化をすすめてまいります。

Q 注文書には穀類専用肥料が記載されていなかったが、注文できるのか。

A 記載されていない肥料は、注文書の空欄に記載をお願いいたします。（現物については、在庫確認いたします）

Q 米の生産調整・水田活用の取り組みについて、令和4年から令和8年の間に水張り（水稻作付）が求められているが、せっかく牧草作付として整備した圃場を再び水稻に戻すことは現実的ではない。農家目線ではないため、政策の見直しを要望してほしい。

A 国が示した水田活用の直接支払交付金の見直しにおいて、今後5年間のうちに水稻作付けが基本となるとされています。「現場の課題を検証しつつ」とあるものの、どのようなことを示すのかいまだ不透明なのが現状です。J Aグループを通じ、農業生産現場の現状を訴えながら、農家目線での見直しを行うよう、要請活動を行ってまいります。

Q 「米集荷対策助成」に該当する人が「米品質向上対策助成」も同時に受けられるのか。

A 「米集荷対策助成」「米品質向上対策助成」の助成についてはいずれかの助成となり、J Aにて両対策の助成金額を計算した結果生産者に有利となる方を選択し助成します。

Q 令和5年用春肥料・資材の予約申込の注文書にある水稻用の肥料と園芸用の肥料は、どちらも価格高騰支援対策の助成対象となるか。

A どちらも対象になりますので、是非予約注文をお願いします。

Q 園芸課で取りまとめる野菜関係の肥料注文も、価格高騰支援対策の助成対象となるか。

A 支援要件を満たす取り組みにより、助成対象いたしますので、予約注文をお願いいたします。

江刺りんご「紅ロマン」から 出荷スタート

鮮やかな仕上がりが高評価



(左から) J A江刺りんご部会の伊藤勇副部長、
落札した榎松紀の小原映さん、小川組合長

令和4年産「江刺りんご」の出荷が始まりました。8月19日に大阪、20日に東京、盛岡で極早生品種「紅ロマン」の初競りが行われ、盛岡市中央卸売市場では最高ランク「秀」32玉が1ケース（10キロ）15万円で落札されました。

「紅ロマン」は高野卓郎さん（愛宕）が育成した江刺オリジナル品種で、平成22年から市場流通が始まりました。現在では岩手県産りんごのトップバッターとしてその名を轟かせています。

今年も真っ赤に色づいた自慢の「紅ロマン」がお披露目されると、市場関係者からは感嘆の声が漏れました。落札した榎松紀の小原映さんは「美しい仕上がりで、先陣を切るにふさわしいりんご。味、品質ともに間違いないものと信頼している」と太鼓判を押しました。

袋いっぱい ピーマンを収穫して笑顔♪

木細工小学校児童&野菜部会女性部



野菜女性部と一緒に
ピーマンを収穫する児童



「おいしい食べ方を教えてください」と質問中。自分で収穫したピーマンは特別な味かも♪

9月5日、木細工小学校の全校児童5人がピーマンの収穫を体験しました。

この日はJ A江刺野菜部会女性部と、遠藤正彦さん（米里）が先生となり、ピーマンの品種のことや、育て方などを学んだあと、収穫を行いました。

同校の工藤ひまりさんは、「ピーマンを持ち上げると、簡単にとれておもしろかった。自分でとったピーマンなので、いっぱい食べたい！」と袋いっぱいピーマンを抱えてにっこり。「ピーマンが苦手」という児童も「おいしい食べ方を教えてください」と質問をして、オスメレシビを教えてくださいました。

同女性部の佐々木のり子部長は「皆が楽しんでくれてよかった。地元はおいしい野菜に恵まれている。体験を通じて野菜に興味をもってもらえたらうれしい」と目を細めました。

奥州市と連携協定を締結 活力ある地域づくり目指し連携

J A江刺とJ A岩手ふるさととは、奥州市と地域創生に関する包括連携協定を締結しました。

これまでも農業分野で連携していましたが、健康づくりや災害対策、くらし支援などの分野でもさらに連携を深めながら、活力ある地域づくりに取り組んでまいります。

8月8日に奥州市役所で協定締結式が行われ、奥州市の倉成淳市長、J A江刺の小川節男組合長、J A岩手ふるさとの後藤元夫経営管理委員会会長が協定書に署名して取り交わしました。協定書には、「スマート農業の普及促進に関すること」「地域の安全・安心や防災に関すること」「食農、食育に関すること」などの6項目が挙げられています。小川組合長は「協定を契機として農業を基幹とした、持続可能な地域共生の未来に繋げたい」と力を込めました。



(左から) J A岩手ふるさと後藤会長、
奥州市倉成市長、J A江刺小川組合長

和人の思い出語る 記念講演講師に及川晴景さん（玉里）

和人の思い出語る

8月21日、奥州市牛の博物館は企画展記念講演会「和人・恒徳・菊谷の思い出」を、前沢ふれあいセンターで開催しました。及川晴景さん（玉里）が講師を務め、県南地方の畜産振興に大きな実績を残した種雄牛、和人・恒徳・菊谷との思い出を語りました。

及川さんはJ A江刺和牛部会長、江刺和牛生産改良組合長を歴任し、産地形成における中心的存在として活躍してきました。

及川さんは当時の県南地方の畜産事情と、肉用牛産地としての発展を支えた経緯を細やかに語りながら、「和牛の飼養管理について、種雄牛の産地で個体管理や調教技術などの指導を受け、懸命に学んだ。産地づくりは、人づくりである」など当時を懐かしみましました。

牛の博物館では、10月23日まで第30回企画展「黒毛和種の源流をさぐる〜但馬地方の『蔓牛』と飼養文化〜」を開催しています。



和人・恒徳・菊谷との思い出や
産地形成について語った及川さん

第18回江刺地区 小学生図画コンクール

最優秀賞に江刺愛宕小3年草壁航平さん



▲作品を講評する審査員の皆さん

大きくいっぱい書くことや、
土の色をていねいにぬることを
頑張りました！（草壁さん）



▲最優秀賞に輝いた草壁さんの作品

8月29日、江刺産直組合が主催する第18回江刺地区小学生図画コンクールの審査会が、岩谷堂支店で行われました。

今年も管内の小学生から多数の力作が応募され、審査の結果、江刺愛宕小学校草壁航平さんの「力いっぱい、しゅうかくだ」が最優秀賞に輝きました。

審査員を務めた小松原英さんと及川利春さんは「爪など細部までしっかりと描けており、人の顔の血色も良い色合い。人目を引く技術と力強さを感じる。非常に完成度が高い作品」と講評しました。

受賞作を始め、応募いただいた作品は9月末まで江刺ふるさと市場・新館に展示しています。是非ご覧ください。

華やかな壁飾りの フラワーアレンジメント

J A江刺女性部梁川支部が講習会



色とりどりの素敵な作品を仕上げた女性部梁川支部のみなさん

8月21日、J A江刺女性部梁川支部はフラワーアレンジメント講習会を梁川地区センターで開きました。

菅原悦子さん（水沢）を講師に、麦わら帽子と造花を使用した壁飾りのフラワーアレンジメントに挑戦しました。

菅原さんから飾りつけのポイントについて説明を受けた参加者は、全体のバランスを見ながら花を配置していき、熱心に取り組みました。

華やかなアレンジを完成させた菅原優美子さんは「花がたくさんあって豪華な出来栄になった。素敵な壁飾りなので、玄関に飾りたい」と話しました。

完成した作品は、10月中旬に行われる梁川地区の文化祭に展示する予定です。



秋耕のススメ

○秋耕の効果

1. 稲わらのすき込みによる土づくり

本田への稲わらのすき込みはケイ酸分などが補給され、十分に腐熟させることが出来れば堆肥と同じような土づくり効果が期待できます。

稲わらは①酸素がある ②地温が高い ③土と良く接触する ④分解に必要な窒素があるといった環境で分解が進みますので、気温が高くわらの水分が高い秋の出来るだけ早いうち(刈取後すぐ)に腐熟促進資材(金札秋一番等)を散布し、すき込みを行う事が重要です。

《すき込みのポイント》

酸素供給や春先の土壌の乾燥促進などの面から5~10cm程度の浅うちにしましょう。

※注意 ①排水性の悪い湿田では、わらはは施用せず堆肥を施用しましょう。

②春のすき込みなどは、わらの分解不良によりワキ(わら等の分解により発生するガス)の発生を助長し、根腐れや初期成育不良の恐れがあります。

2. 雑草防除

多年生雑草のオモダカ、クログワイ、シズイ等は、薬剤のみでは防除が困難な雑草ですが、低温や乾燥に弱く、秋耕により栄養繁殖器官(通称:イモ)を土壌表面に露出させ冬期に死滅させる事で、同雑草の発生が抑制されます。

作業終了後は、今年1年間を振り返り、雑草・病害虫の発生具合、葉色や倒伏具合などを検討し、来年に活かしていきましょう。

8月子牛市場の状況と成績

地区名	性別	売 買			平 均		
		頭数	最高(千円)	最低(千円)	平均(円)	体重(kg)	単価(kg当円)
岩合堂	雌	3	659	409	540,333	299	1,807
	去	6	690	520	624,166	325	1,915
愛宕	雌						
	去						
田原	雌	3	656	634	647,333	345	1,876
	去	2	670	663	666,500	332	2,007
藤里	雌	4	707	584	646,500	301	2,146
	去	6	667	524	606,500	332	1,824
伊手	雌	3	582	496	531,333	316	1,677
	去	3	760	602	682,333	318	2,145
米里	雌	2	668	450	559,000	307	1,820
	去	3	701	600	664,333	316	2,100
玉里	雌	10	707	427	580,000	304	1,907
	去	18	706	450	605,611	316	1,911
梁川	雌	2	626	498	562,000	279	2,014
	去	6	738	577	664,166	315	2,108
広瀬	雌	4	701	464	566,000	299	1,889
	去	5	736	550	644,000	320	2,012
稲瀬	雌	1	484	484	484,000	260	1,861
	去						
江刺計	雌	32	707	409	579,156	304	1,899
	去	49	760	450	629,857	320	1,964
	計	81	760	409	609,827	314	1,939
ふるさと	雌	49	724	322	542,694	288	1,882
	去	84	951	285	629,357	327	1,927
磐井	雌	70	755	315	557,414	292	1,908
	去	133	1,003	414	646,962	322	2,012

(税抜価格)

※当月の市場成績は畜産課のほかJA各事務所に設置しています。

○令和4年度除角作業の実施について

- 実施期間: 令和4年11月から12月の間
- 受付先: 畜産課窓口にて受付
- 申込期限: 令和4年10月31日(月)
- 料 金: 4,700円/頭(税込)

○登録審査について

11月期登録審査は11月24日(木)午後1時より県南家畜市場で開催いたします。

○幹旋会 妊娠牛の上場について

市場開設日より1か月以内に分娩予定がある妊娠牛につきましても、事故等のトラブルが懸念されるため、上場不可となっています。

○公共牧野閉牧日

- 阿原山…11月 2日(水)
- 種山高原…10月31日(月)

10月キャトルセンター受入日

- ▶子 牛…10月18日(火)
- ▶繁殖育成…10月25日(火)

※事前に申込のあった方のみ。なお、預託料の支払いは口座振替を原則としています。

※詳しくはキャトルセンターまでお問合せください。

☎TEL070-7421-7099

市場で出荷・引き出しされる方はヘルメットを着用してください。

危険!



キャトルセンターの預託料金改定について

飼料費の高騰により10月1日(土)より下記の通り改定いたします。(税抜表記)

固定費については据え置いております。

《預託料金》

- 子 牛…1,180円
(飼料費640円+固定費540円)
- 成 牛…910円
(飼料費370円+固定費540円)

授精受付について

「家の牛が発情かも…?」
「発情が来ない…?」
と思ったら…



平 日 ☎TEL35-1006
土 日 祝 ☎TEL090-8927-1041

※令和4年4月1日から、土日祝の授精受付番号が変更になりましたのでご注意ください。

江刺ブランドを支える仕事をしてみませんか?

出荷現場を支える人になろう!

園芸センタースタッフ募集

「江刺りんご」ブランドを支えるお仕事です!

- 勤務時間: 8:30~17:30
- 作業内容: りんご選別や箱詰めなど
- 時 給: 850円~(※9月現在)
(その他手当、交通費、雇用保険、労災保険有)
- 年 齢: 18歳以上(性別不問)

簡単な面接を行います(履歴書をご用意ください)
※土日みの勤務や短時間勤務(3~5時間)も可能です。ご相談ください!

☎園芸課 TEL36-3127
(担当: 谷)

フォークリフト
有資格者
大歓迎!!

生産現場を支える人になろう!

JA江刺職業紹介事業

産地江刺農援隊

お申込み・お問い合わせ

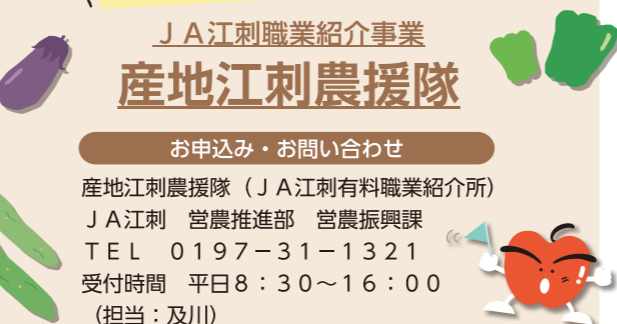
産地江刺農援隊(JA江刺有料職業紹介所)

JA江刺 営農推進部 営農振興課

TEL 0197-31-1321

受付時間 平日8:30~16:00

(担当: 及川)



JA江刺が行う「農家(求人者)」と「農業分野で働いてみたい方(求職者)」を繋ぐ職業紹介事業です。JAが農家と求職者の間を繋いで、現地見学や面談の日程を調整します。



サンマーケット江刺で取り扱い開始!

ふれあいセンターの人気商品を詰め合わせにしました。 URL: http://sun-m.shop/



おやつセット3,300円(税込・送料別)

おやつにピッタリな商品を詰め合わせました。
いろいろなお菓子作りにチャレンジしてみませんか?



《おやつセットの内容》

蒸しパンミックス(500g) / ゼリーの素(ぶどう・青りんご各1袋)
飲む黒酢(りんご) / カステラミックス(240g)
わらび餅の素(黒みつ・きな粉付き)(130g) / 農協牛乳キャラメル
江刺りんごジュース(ジョナ5・藤原5・ふじ5各2缶ずつ)

食卓セット2,700円(税込・送料別)

食卓を彩る商品をご用意いたしました。
簡単お手軽にお召し上がりいただけます。



《食卓セットの内容》

手づくりつくだ煮(100g) / レンジで簡単楽チンご飯(3食)
卓上味付けのり(8切れ40枚) / マーボー豆腐の素(中辛)(2~3人用×2つ)
レトルトカレー(中辛)(2袋) / ほめられ酢(卓上酢)(300ml)
ごま和えの素 / 焼うどん2人前(しょうゆ味・ソース味各1袋)

お手軽カンタン熟成ぬか漬

白いご飯にぴったり！
簡単にぬか漬けができてしまいます！



女性部玉里支部
会計 菊池 恵子さん
支部長 佐藤 黎子さん
副支部長 及川 幸子さん



【材料】

- ・熟成ぬか床……1kg (1袋)
- ・生鮭の切り身…2切れ
- ・豚肉 ……2切れ
- ・チーズ ……2切れ
- ・うずらの卵……5個
- ・きゅうり……1本
- ・なす ……1本
- ・ミニトマト…10個
- その他お好みの野菜

【作り方】

- 1、生鮭と豚肉は、熟成ぬか床からぬかを取り出し、身が隠れるくらいまんべんなく塗り込む。ラップで包み込み、冷蔵庫で寝かせる。
- 2、野菜はヘタを取り、皮をむく。
- 3、2とチーズ、うずらの卵は熟成ぬか床の袋の中で、具材がぬかに隠れるように漬けておく。
- 4、袋の空気をしっかり抜いて、チャックを閉め、冷蔵庫で寝かせる。
- 5、袋から具材を取り出し、水でぬかを落とす。生鮭と豚肉は軽くぬかを落とし、グリルやフライパンで加熱する。
- 6、食べやすい大きさに切り、お皿に盛り付けて完成！



今月のオススメ
エーコープ
熟成ぬか床
1kg

季節の野菜、お肉、お魚などすぐに漬けることができます。

ポイント!
肉、魚、野菜は別の容器にわけて漬けます。
漬ける時間は、肉、魚、野菜は18～24時間。
チーズとうずらの卵は3時間。

＜販売先＞

- ・江刺ふるさと市場
 - ・JA江刺 ふれあいセンター (本店隣)
- TEL 31-1211 配達も承ります！

みんなの声

今月のテーマは

「好きなコーナ」

クロスワードクイズが好きです！当選するとすぐくうれしいです。他には、写真を見て、知っている人が載っているのを見るのも好きです！

田原 佐藤さん

▼ダントツ人気はクロスワードクイズ。これからも皆様の応募お待ちしております！

JA旬レシピを、エーコープ商品を利用したレシピを毎回感動してみています。まだ作ったことはありませんが、今度挑戦しようと思っています。

田原 及川さん

JA旬レシピです。参考にして作っていますよ。8月号のトマトピクルス、おいしかったです。

田原 及川さん

▼国産材料にこだわった安全・安心のエーコープ商品を活用したレシピを紹介する「JA旬レシピ」。是非皆さんも作ってみてください！

10月のテーマは

「いほんのおとも」

もうすぐ新米シーズン。10月の特集では、皆さんのオススメの「いほんのおとも」を紹介しますので、是非教えてください。なお、引き続きJAに対するご意見・ご感想もごしとお寄せください。

サトイモの花が咲きました！
初めて見てびっくり！



稲瀬 川口さん宅にて

stemは表紙がすてきです。「農に生きる」特集「繋ぐ」では、生産者さんの思いや意気込みが感じられ、応援したくなります。健康体操もやってみていますし、JA旬レシピも作ってみています。江刺まるごと探検隊は今月のハイライトを見る感じで、すてきです。

稲瀬 弥生の月さんがとうございます。皆さんこれからもよろしくお願いします！

メールもお待ちしております!!
messagetostem@jaesashi.or.jp



ひじきのヒジキ☆

WCSは長く保存できるので、冬でもウシさんたちは栄養たっぷりのご飯を食べられるんだよ。(ヒジキは牧草のサイレージが好きだよ！)

クロスワードクイズ

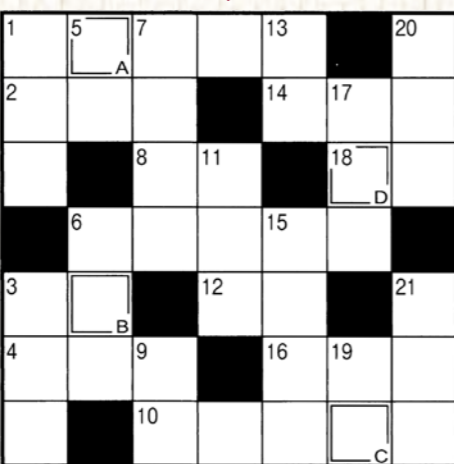
タテのカギ

- 1 機械などのパーツのこと
- 3 オクトーバーフェスト発祥の国です
- 5 中国の大きな打楽器
- 6 好・始・娘・妹は——偏の漢字
- 7 池の——によって、土地を増やした
- 9 日本国憲法では——の下の平等が保障されています
- 11 学校の運動会で踊ることもあります
- 13 視聴——、円周——
- 15 海水の影響で塩分を含む湖
- 17 台所のこと。漢字で書くと「厨」
- 19 たんすやソファなどのこと
- 20 ノーの反対語
- 21 阿寒湖のものは国の特別天然記念物

ヨコのカギ

- 1 巨峰やピオーネ、デラウェアなどの収穫体験ができます
- 2 竜宮城で舞う魚
- 3 卵と鶏肉とご飯で親子——を作った
- 4 実るほど頭(こうべ)を垂れる——かな
- 6 コロコロと気分が変わる人のこと
- 8 無料です。代金はいりません
- 10 秋の空にぼこぼこ浮かびます
- 12 ろうそくの炎にガラス板を近づけると付きます
- 14 学校の教室に並べるもの
- 16 船が停泊するときに下ろします
- 18 クルミが似合うげっ歯類

二重マスの文字をA～Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



▶ハガキ 〒023-1101 江刺岩谷堂字反町362-1
JA江刺 組合員くらしの活動課行
▶Eメール messagetostem@jaesashi.or.jp

締め切り 9月30日(金) (当日消印有効)

※賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。

8月号の答え
A B C D E
ツキミザケ

応募総数31人 正解数29人



抽選で正解者5人に JA商品券を プレゼント!

クイズの答え、住所、氏名(ペンネーム)、年齢、テーマに寄せた内容、または感想等をお書きのうえ、ハガキかEメールでご応募ください。

お待ちしております!!



秋分 -しゅうぶん- (9月23日~10月7日頃)

秋分の日前後3日を合わせた、7日間を「秋彼岸」という。「暑さ寒さも彼岸まで」という言葉の通り、この時期を境に季節は少しずつ冬へと向かう。



9月

江刺まるごと探険隊



①ひと休み中のトンボ。秋を迎え、トンボが飛び交う季節となりました。 ②取材を受けているのは小泉花衣さん(稲瀬)。取材をもとにした記事は、10月16日の岩手日報J A版に掲載予定です是非ご覧ください ③牛の像がじっと座っているのは前沢ふれあいセンター。8月21日、この会場で行われた講演会にお邪魔してきました(9ページをご覧ください) ④ピーマンを取替えてにっこり♪どんな料理にして食べるのかな? ⑤団ピカピカに輝くのは紅ロマン!夏の暑い盛りにも鮮やかに色づくりんごです。令和4年産りんごのトップバッターとして堂々お披露目! (8ページをご覧ください) ⑥第一回SDGsミニ講座ではSDGsにもなだ! 7色のビーズを使ってプレズットを作りました。 ⑦J A岩手県女性組織協議会ではオリジナルポロシャツを作成♪女性部の皆さんもさっそく着てみました! ⑧女性部奥川支部ではフラワーアレンジメントに挑戦。造花なので、擺掛けとして長く楽しめます♪ (9ページをご覧ください)

気軽にチャレンジ!健康体操

16

普段使わない筋肉を動かして運動習慣を身につけよう!

太ももとお尻の運動

左右 10回ずつ

NG

足を曲げすぎない!

足をおろします。この時、完全に床につけないようにします。2に戻りくり返します。

少し浮かす

太ももと床が平行になる位置まで上げます。

足を軽く開いて、壁に片手をつけ正面を向いて立ちます。

左右 10回ずつ

曲げた位置から足を伸ばします。2に戻りくり返します。

90度

太ももと床が平行になる位置まで上げます。

足を軽く開いて、壁に片手をつけ正面を向いて立ちます。

左右 10回ずつ

NG

足は開き過ぎない!

足は90度の位置で上にあげます。1に戻りくり返します。

足を後ろに上げます。

健康寿命は足から!定期的に運動を行って、何歳になっても自分の足で元気に歩けるように頑張りましょう!

!今月の先生は...

奥州市スポーツ推進委員 高橋 裕二さん(愛宕)

とろろ

お手紙ですが、とろろを添えてお送りしています