

「食べるお酒」で 産地復活へ



特集

大豆のマメ辞典

目次

- 3. お米を美味しく楽しもう
数独
- 4. 農ある暮らし
- 6. 特集
大豆のマメ知識
- 7. 営農アドバイス
- 8. TOPICS in いすみ
- 10. ごはん・お米とわたし作文・図画
コンクール 作文部門入賞作品
- 12. 愛デアキッチン
- 13. かわいいかぞく
- 14. みんなのひろば
- 15. JAINフオメーション
理事会報告
- 16. 羽ばたけいすみキッズ
グリーンスパ便り

※「家庭菜園」「ぼくの夢、わたしの夢」は休載します。



女性の力

学んで
生かす

J A管内は現在、女性が目覚ましく活躍し、
地域や暮らし、農業を盛り上げようと、
日頃から色々な知識を学んでいます。



♥ J A商品で生活豊かに

女性部は2月23日、J A福祉センターで女性部短期大学の第2回講座を開き、短大生と女性部員の約50人がJ Aグループの取扱商品を学びました。

当日はメーカー担当者を招き、主にエコープの酢や新茶、補聴器についての説明を受けました。酢を有効活用したレシピや美味しいお茶の注目を集め、メモを取る様子も。短大生は「酢はいつも使うので、早速エコープの酢を試してみよう。補聴器などについても興味があった」と話していました。



♥ 農業の主力へ

夷隅農業事務所は2月29日、いすみ市内の園地で女性対象の栽培技術講習会を開き、一宮・岬梨組合に所属する女性3人が花芽整理を実践しました。花芽整理とは、開花前に余分な芽を取り除いて貯蔵養分の浪費をなくす作業です。生産者は農業事務所の普及技術員から説明を受けながら作業し、「自分の園地で実践する前に復習できて良かった。学んだことを活かして頑張りたい」と話していました。

同組合の梨栽培は従来、男性が営農の中心を担うことがほとんどでしたが、近年は女性からも「知識・技術を身に付けたい」と声が上がリ、女性後継者も誕生したため、農業事務所は2022年から女性対象の講習会を行っています。



お米を美味しく

楽しもう

五ツ星お米マイスター 小池理雄



「ご飯」って何だろう？

さて突然ですが……。皆さん、「ご飯」って知っていますか？

「……ご、ご飯？ だって毎日食べているもの。朝ご飯はパンで、昼ご飯はご飯で……」「あれ、そういえばなんでお米のことも食事のこともご飯って言うんだろう……？」と不思議に思ったことはありませんか。

パンやそばのように、お米を使っていなくてもご飯と呼ぶこともありますね。

実は日本語においてご飯とは、いくつかの違う意味を持つ言葉なのです。この言葉がお米を指す場合と食事全般を指す場合がありますが、その理には日本の歴史と文化が影響しているのです。

日本では長い間、主食としてお米を食べてきました。まずお米があつて、その周りにみそ汁があつて、おかずがあつて……といった風に。

そういった歴史があるから、ご飯といえはお米を指したり、食事全般を指したりします。

そんな国、他にあるでしょうか。例えば英語で

はお米は「Rice」ですが、食事は「Meal」。英語では別の意味ですが、日本人は同じ意味で使います。

日本人が一人当たり一日で取るカロリーのうち、最も多いのはやはりお米。全体の20%も占めています。

しかもお米は98%が国産です。お米以外の穀物だと、小麦は17%、大豆は7%で、いかにお米が日本人にとってなくてはならない大事な食糧であるかが分かります。

それなのに……。日本人が年間で食べるお米の量は、実はここ60年くらいで半分以下に。これほどまでにお米を食べなくなった理由は色々あり、お米が身近すぎて興味がなくなった人が多いということがあります。

でもちよつと待って！ お米って本当はとても楽しいし、とてもすごい食べ物なのです。この連載を通じてお米の楽しさやすごさ、おいしさを一緒に見ていきましょう。

数独

出題：ニコリ

Q 二重枠に入った数字の合計はいくつ？

ルール

- 空いているマスに、1から9までの数字のどれかを入れます。
- タテ列（9列）、ヨコ列（9列）、太線で囲まれた3×3のブロックのいずれにも、1から9までの数字が1つずつ入ります。

3				1			5	
	1				2			6
		4				3		
	2				4			
9				3				1
			5				8	
		5				4		
8			1				3	
	9			6				2

3月号の答え 8

9	4	2	6	1	8	7	3	5
6	5	3	9	7	2	4	1	8
1	7	8	5	3	4	2	9	6
5	3	1	4	8	9	6	2	7
2	6	9	7	5	3	8	4	1
4	8	7	1	2	6	3	5	9
3	9	5	8	4	7	1	6	2
8	2	6	3	9	1	5	7	4
7	1	4	2	6	5	9	8	3

◆問題の答えは来月号で

【考え方】

タテ列やヨコ列、3×3マスの各ブロックで、同じ数字が重複しないように数字を入れていくパズルです。計算は不要ですよ。例題で解き方を覚えましょう。右下のブロックには、まだ2が入っていないので、4つある空きマスのどれかが2になるはず。同じタテ列やヨコ列に2がない空きマスは、6のすぐ右のマスしかないので、2の入る場所はここだと決められます。このように、確実に数字が決められる場所を、注意深く根気強く探していきましょう。

例題

	7	2	9		5	8		6
	1			3			4	
4	9				1	3		
		7	8		9	2		5
	2			5			7	
6		3	7		4	1		
		1	4				5	3
	3			1			6	
5		4	3		2	9	8	

【例題の答え】

3	7	2	9	4	5	8	1	6
8	1	6	2	3	7	5	4	9
4	9	5	6	8	1	3	2	7
1	4	7	8	6	9	2	3	5
9	2	8	1	5	3	6	7	4
6	5	3	7	2	4	1	9	8
2	8	1	4	9	6	7	5	3
7	3	9	5	1	8	4	6	2
5	6	4	3	7	2	9	8	1

大豆のフメ辞典

なんとなく地味だけれど、日本人の食生活に欠かせない存在。それが大豆！ 私たちを支えてきた大豆の底力に、ぜひご注目を。

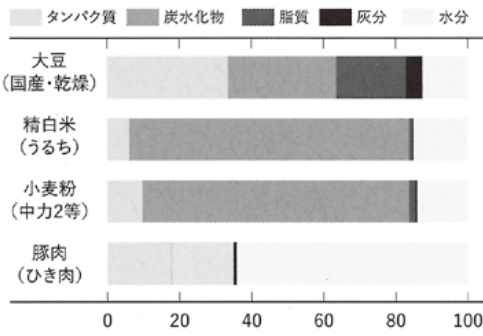


偉いぞ！ 大豆

大豆は、日本では弥生時代頃から栽培されていたと考えられています。豆として食べるだけでなく、古くから親しまれている納豆、豆腐、油揚げ、きな粉、豆乳、湯葉など……。若い実を枝豆としても食べますし、豆ももやしも美味しいです。

そして、最も注目すべき大豆製品

可食部 100g 当たりの主要成分割合



資料：文部科学省「日本食品標準成分表2020年版(八訂)」

私たちの暮らしに欠かせない大豆食品



品がみそ、しょうゆ。これは塩と共に日本の食の基本となる調味料です。日本人は古来、主食としての米や雑穀、芋と共に、知恵を尽くした大豆加工品によって独自の食文化を紡いできたのです。

大豆の栄養とは？

大豆は「畑の肉」とも言われる通り、タンパク質が豊富に含まれています。わずか3分の1丁の豆腐で卵1個分と同じタンパク質を

大豆の種類は膨大 数えきれない品種を大きく分けると、まず色。私たちが大豆として思い浮かべるクリーム色の品種には、煮豆や豆腐、しょうゆ、枝豆に向くものがあります。小粒の品種は豆もやしや納豆にされます。また丹波黒など黒い大豆は煮豆や甘納豆に。茶豆は枝豆として人気で、どれも、一番美味しく食べられる方法をその土地で考えてきた結果としての伝統食です。いま一度、普段食べている大豆に目を向けてみませんか。

水稲

●**硬化**
 温度は昼間20℃以下、夜間は最低5℃以上を保ちましょう。かん水は1日1回、午前中にたっぷり均一に行います。水の掛けすぎは軟弱苗の原因になります。

●**ムレ苗への対策**
 ①3月上旬まで無加温出芽の場合は、3月の天候が安定せず、低気温に遭遇するリスクが高いため、可能であれば、は種時期を遅らせます。

②は種または加温出芽後、ハウスへ苗箱を出してから5℃以下の低気温に遭うと根の活力が低下します。育苗前半は日中ハウス内の苗箱付近の温度は25℃程度、夜間は5℃以下にならないように温度管理します。

③ハウスの換気不足による30℃以上の高温や、夜間の冷え込みの寒暖差の繰り返しは、ムレ苗の発生を助長します。

④被覆資材は、加温資材、加温と保温兼用資材、遮熱と保温兼用資材があるので、時期により使い分けます。

⑤出芽2〜5日後にフジワン粒剤を育苗箱1箱当たり25〜50g散布し予防します。ムレ苗が発生した場合はタチガレエースM液剤を育苗箱1箱当たり500〜1000倍希釈で500mlかん注します。

●**元肥**
 地力によって加減します。5月中旬以降に植える場合は、元肥の窒素量を4月下旬移植の慣行栽培の窒素量より1kg程度減らします。

●**田植え**
 ①植え付け時期
 稚苗が活着できる温度は平均気温で13℃以上です。この温度になる時期は例年、4月中旬頃が多いです。悪天候での田植えは避けましょう。

②栽植密度
 標準は55〜60株/坪ですが、最近では苗のコストを軽減するため、株間を広くした粗植栽培（40〜50株/坪）が増えていきます。植え付け本数は1株3〜5本植えにします。

●**初期水管理**
 寒さから守るため深水で、晴れた日は浅水にして地温を上げ、6月上旬までの分けつを促進します。

農繁期の休日営業について

農繁期に伴い、購買店舗と農機整備工場（農機センター）は、土曜日または日曜日に以下のとおり休日営業をします。

【営業日】○…8:30〜17:00まで △…8:30〜12:00まで ×…営業しません

※ご不明な点は最寄りの購買店舗までお問い合わせください。

購買店舗	3月		4月						
	30(土)	6(土)	7(日)	13(土)	14(日)	20(土)	21(日)	27(土)	28(日)
勝浦地区購買店舗	×	×	○	×	○	×	○	×	○
大多喜地区購買店舗	×	×	○	×	○	×	○	×	○
大原・御宿地区購買店舗	×	×	×	△	×	△	×	△	×
夷隅地区購買店舗	△	△	×	△	×	△	×	×	×
岬地区購買店舗	×	△	×	△	×	△	×	△	×
農機整備工場(第一・第二共通)	×	×	×	○	○	○	○	○	○

ソラマメ

●**側枝摘心**
 下位節の莢（さや）が5〜6cmに生長し、一つの側枝に5〜10莢付いた頃に側枝の先端を切り取ります。一番下の莢から11節程度を摘心することで莢の肥大を促進し、収穫率の向上に繋がります。しかし、生長点を全て摘心してしまうと、株の老化が早まってしまいますので、側枝の先端は1〜2本程度は残すようにしましょう。

●**摘莢**
 莢が5cm前後までに行います。3粒莢を残して、1枝当たりの莢数10莢前後を目安に摘心します。

●**アブラムシ対策**
 アブラムシは主に生長点や葉の裏側に群生するので、確認した場合、は防除を徹底しましょう。万が一ウイルス病を発生して葉が縮む症状が出たら、株を抜き取って処分してください。

アブラムシに有効な薬剤

薬剤名	効果	倍率	使用時期	使用回数
アディオン乳剤	残効性 浸透移行性	3000倍	収穫7日前まで	3回以内
アドマイヤーフロアブル	残効性 即効性	4000倍	収穫7日前まで	3回以内
スミチオン乳剤	残効性 接触・食毒性	1000倍 2000倍	収穫3日前まで	3回以内
モスピラン顆粒水溶剤	即効性 浸透移行性	4000倍	収穫7日前まで	3回以内

※定植時にアドマイヤー1粒剤を使用した場合は、アドマイヤーフロアブルの使用回数に注意してください。

2月中旬

米への想いを作品に

※文中の学年は受賞当時



作文部門 全国優秀賞・千葉県特別賞



花崎組合長から賞状を渡しました

大原中学校2年
勝見 流々さん

「Aグループ千葉は、小中学生を対象に行った第48回「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクールの入賞者を発表しました。県内からは作文部門で1,540点、図画部門で1,399点の応募があり、当「A管内からも多くの作品が集まりました。たくさんのご応募ありがとうございました。県内各地から力作が集まる中、当「A管内は5人が入選以上を受賞するな

図画部門 千葉県教育委員会教育長賞



東海小学校2年
木村 まいさん

ど素晴らしい結果に。そのうちの1人である勝見流々さん（大原中2年）は、その後の全国審査で全国優秀賞も受賞しました。当「Aの花崎隆組合長は、受賞者に直接賞状を手渡し「将来性を感じる作品の応募に感謝している。これからも心のこもった作品をお待ちしている」と話していました。

作文部門 入選



東小学校4年
吉野 夢さん



上野小学校2年
蓬田 葵士さん



大原中学校2年
伊藤 蒼生さん

図画部門 入賞作品

千葉県教育委員会教育長賞 「お米をいっぱいたべて大きくなろう」

東海小学校2年
木村 まい



作文部門の作品は
10・11ページへ



おとめ座
8/23~9/22

全体運

あれこれ多忙なときですが上昇運。めどの立たないことは下旬に動きがある兆し。待ってみるのも良いでしょう。

健康運

うっかりのケガに気を付けて。食事は腹八分目。

幸運の食べ物

フキノトウ



2月中旬 食べるお酒! いすみキウイものがたり発売



生産者の立場から商品をPRする鈴木部会長。リキュールの原料は小玉で出荷できなかった果実を活用しています。

JA いすみキウイフルーツ生産部会やいすみ市、酒類卸売業者などで構成する「いすみ市×やねだん」キウイリキュールプロジェクトは、同部会のキウイフルーツを活用したりキユール「いすみキウイものがたり」を発売しました。

「酒楽喜(さけらっきい)」で販売中。「キウイがとても濃厚」「後味に芋焼酎の風味があり、良いアクセントになっている」と早速好評です。プロジェクトは、かつて一大産地だった夷隅郡市のキウイフルーツ栽培を再び盛り上げようと、六次産業化で地域再生に成功した鹿児島県の柳谷集落(通称やねだん)の協力のもと、商品開発に取り組んでいます。鈴木忍部会長は「酒を通じてキウイに興味が集まり、生産者の増加につながってほしい」と期待を寄せていました。

いすみキウイものがたり 商品情報

価格 1,980円(税込2,178円)
内容量 720ml
度数 5%
販売店 酒楽喜(いすみ市大原9005-1)

完売次第、今年の販売は終了します。お求めの方はお早めに。



3月3日 安全装備に 関心



JAは自動車センターで自動車展示会を行いました。限定価格車や様々な車種をたくさん揃え、来場者はじっくりと使い勝手をチェックしたり、試乗したりと実際に触って確認していました。また、軽トラックの安全装備である誤発進防止や衝突回避などの機能について関心を持つ方が多かったです。



全国優秀賞・千葉県特別賞

秘密のおにぎり

大原中学校

2年

勝見

流々



「こっちで一緒に食べよう」友達の家族が声をかけてくれた。運動会のお弁当といえど一番の楽しみといても過言ではない。しかし、私にとってはどうだったのだろうか。

私の家は自営業で土日は忙しい。特に昼が一番忙しい時間帯のため、運動会では昼前に帰ってしまう。だから友達の家に入れてもらって一緒に食べるのが恒例となっていたのだ。友達の家とはいえ、やっぱり気が引ける。レジャーシートの端の方で母さんに渡された大きな箱を開ける。いつもお母さんはお弁当の身を秘密にしているのだが、気になって聞いてみると「開けるまでワクワクするでしょう?」と答えた。確かに開けるまでは毎回ワクワクしていた記憶がある。母は運動会のお弁当のために前日から何か作業をしていた。当日も朝早くから起きて忙しそうだった。私が学校に行くまで慌ただしく動いていたのを思い出す。

一段目は私の好きなおかずがいっぱいだ。二段目を開けて目を引いたのは、かわいいおにぎり達。ある時は赤白黄色のハチマキをつけた子供達の顔、ある時は栗の形そっくりのおにぎりがお行儀よく並んでいる。一緒に食べてくれる友達もかわいいと言ってくれて、嬉しいような照れるような気持ちで寂しいお弁当の時間もやり過ごすことができた。

中学生となった今、運動会は親と食べる事はなくなった。ただ今でも秘密のおにぎりは続いている。数人のおじさんがニコニコしている半分嫌がらせじゃないかと思うユーモアたっぷりのおにぎりが並んでいる時もあり、私は一人お弁当を覗いてニヤニヤしてしまふ。次の日がお弁当だと忘れていたお母さんに、「適当でいいよ」と言うと「大丈夫」と言い、やっぱりかわいいおにぎりが入っている。

家族で囲んで食べるご飯も最高だが、私が寂しくないうようにと作ってくれた母の愛情たっぷりのおにぎりは一人でも最高だった。

そういえば、母のお弁当はパンではなく必ずお米だ。パンよりもお米の方が力が出るという理由らしい。確かに、朝食でパンを食べた時よりごはんの方が腹持ちが良く、健康にもいい。炊き過ぎて残ってしまった時には冷凍にもできる。一人暮らしをしている姉も、休み日には冷凍にもできる。一人暮らしをしている姉も、休みの日にまとめて炊いて冷凍していると聞いたことがある。家の冷凍庫にも冷凍したごはんとおもちが必ず入っている。

私はおもちも大好きだ。もち米と水だけでできていくのに、なんであんなに美味しいんだろう。おかずが無くても醤油につけて海苔を巻けば一品になるし、お雑煮にすれば野菜も取れて一石二鳥だ。

ただ今年の夏は暑く、雨も少ないため田んぼの水も枯れて収穫前の稲が倒れてしまったというニュースを見た。それを聞いて私の好きなお米は大丈夫か心配になった。調べてみると、暑さに強い品種、冷夏でも影響の少ない品種などもあるようだ。それでも毎年違う環境での米作りは難しく大変だろう。農家の親戚のおじさんも、今年は虫が多くて苦労したと言っていたのを思い出した。田植えから収穫するまで大切に育てたお米が天候に左右されるのを知ると、更に感謝して大切に頂こうと思う。

この先、減っていくと予想される日本の米農家。知恵と技術を組み合わせ、持続可能な農業を実現してほしい。お母さんの秘密のおにぎりはまだこれからも続きそうだが、私の子供や孫にも美味しいおにぎりが食べられる未来であってほしいと強く願うばかりだ。

入選

家族と私とお米

東小学校

4年

吉野

夢



わたしにとってお米はすごく大切な物だと思います。わたしと家族は、毎日お米を食べます。おじいちゃんとおばあちゃんも、きつと多くの人も食べていると思います。毎日毎日当たり前のように入れているお米ですが、作るの大変なのです。

お父さんとおじいちゃんはお米を作っていて、私と家族はみんなを手伝っています。まず、四月の終わりごろに田植

えをします。それから、なえ運びをします。田植えは、機械で出来るけれど、なえを機械の所まで運ばないといけないので、家族みんなが協力して運びます。田植えが終わると、水がなくならないように、田んぼにあなを開けて水をぬいたり、川からポンプという機械で水をとったりして水の量をコントロールしています。なえ以外の草を取って、草が生えないようにします。いのししは、水をきらうので、水を入れていのししに食べられないようにします。毎朝、草刈りと水の量を調節して、いねかりの時まで続けているそうです。八月の終わりごろにやるので、とても暑くて、大変です。

いねかりは、コンバインでお父さんがやるけれど、コンバインが

入らない所は、手でかります。いのししよけの電気の線でガードをするそうです。大きな田んぼを一周かかります。

いねかりが終わったら、コンバインをそうじします。ホースなどでどろをとらないと、もみがらなどがつまってしまい、こわれてしまうそうです。もみがらがついてると体中がかゆくなってしまうので、コンバインのそうじは大変です。

また、九月ごろになると、来年の田植えに向けて、じゅんぴを始めます。育てて、食べられるようになったお米は、一定の温度で冷凍庫ですずと保冷しておきます。

こうして、苦ろうしたお米は、いろいろな所に売っています。農協がしゅうかして、私達がいつも行っているスーパーにも、当たり前のように売っています。

当たり前のように食べているお米は、このように苦ろうして作られたからこそおいしいと思う事を、わすれずにいてほしいです。今、ニュースでやっている「日本人のお米ばなれ」も少しずつなくなっていくのではないのでしょうか。一生けん命お米を作るからこそ、私と家族はうれしく思います。



第48回「ごはん・お米とわたし」作文・図画

入選

豊作を祈って

大原中学校

2年

伊藤

蒼生



あと十分、炊飯器の前でご飯が炊けるのをまだかまだかとじっと待っていた。今日はカツ丼。もうカツの玉子とじの煮えた甘い匂いがしているのに、ご飯がまだ炊けていない。あと十分と炊飯器の画面に表示された。こんなに十分が長く感じることはない。英語の授業の最後の十分と同じくらい長く感じる。何度も時計をみてまだかまだかと思う。その時の感覚に似ているのだ。炊飯器の画面が、「1」を表示した。あと一分、この一分がまた長い。柔道の乱取りのラスト一分と同じくらい長く感じる。息を切らして、もう少し、もう少しと必死になっている時の感じだ。部活後の僕の腹は、もう我慢ができないくらいいぺこぺこに減っているのだ。「いぺこいぺこ」とようやくご飯が炊けた。炊飯器のふたを開けると、ご飯の炊けたいい匂いが湯気と一緒にたち込める。早く早くと急いでご飯をよそってその上に具を乗せる。「旨そう。」「ごくりとつばを飲む。」「いただきます。」「と言うと同時に口にかきこむ。」「旨っ。」「はしがとまらない。僕の腹は満たされた。」「いっ。」

僕は、ご飯が大好きだ。ご飯のない生活は考えたことがないが、多分無理だと思う。ご飯は、肉、魚、卵、その他の料理にも何にでも合う。カツ丼、親子丼、天丼、海鮮丼、丼ぶり飯も、めちゃくちゃ旨い。でも僕は、その中でもおにぎりが一番好きかもしれない。部活とその後に行く、柔道の稽古の間に食べるおにぎりは最高に旨い。しっとりとしたのりと塩味がご飯をまたおいしくさせる。空腹を満たすだけでなく、パワーの源ともなる。

そんな大好きなご飯と同じくらい、僕を夢中にさせるものがある。「大原はだか祭り」だ。毎年、九月二

十三日、二十四日の二日間、大原の十八社の神社で行われる。一年の中でこの日を一番楽しみにしているといってもおかしくない。幼い頃からずっと参加している。祭り当日の朝、みこしをおたすきできれいにかざりつける。僕の気分もどんどん上がってくる。そして、仕上げに稲穂をくわえさせたほうおうをみこしのてっぺんのおつむりの上にとりつける。これから祭りが始まるぞ、とわくわくすると同時に、少し引き締まった気持ちもわいてくる。毎年、米の豊作を祈って又、感謝して、ほうおうの口ばしに稲穂をくわえさせるそう。はだか祭りは、五穀豊穡大漁を祈願して、江戸時代の昔からずっと続いている。そしてその祭りに、花をそえているのが祭り唄だ。昔から代々受け継がれ、子供から年寄りまでみんなで歌い、はやして祭りを盛り上げるのだ。祭り唄の中にこんな歌詞の唄がある。「米のなる木でわらじをつくり、踏めば小判の跡がつく」

「今年は豊年穂に穂が咲いて、道の小草に米がなる」「そろったそろったよ、踊り子そろった、稲の出穂よりなおそろった」など、豊作を祈る唄、豊作を祝う唄がまだまだまだたくさんある。大原はだか祭りは、この何年か、新型コロナウイルス感染症予防のため中止、縮小されていた。久しぶりの祭りがいよいよ来月行われる。今から胸の奥が熱くなる。今までは、ただただ楽しいだけの祭りだったが、今年の祭りは少し違う。今まであたり前のように毎日食べていたご飯。農家の方々の色々なことに感謝して参加しようと思う。今年もみこしのほうおうの口ばしに稲穂がくわえられるのを祈って…

入選

田んぼとじいじとぼく

上野小学校2年

蓬田

葵士



ぼくのじいじは、田んぼでおこめをつくっています。ぼくが小学校へ行くときには、田んぼにいます。じっくりと田んぼをながめて見まわりをしています。さむい日も、あつい日も、田んぼのみまわりは、かならずしています。

春に、じいじは、たねまきをしました。ハウスの中にたねをまいたはこをいれました。

じいじが、

「これが、おこめになるんだぞ。」と、おしえてくれました。ぼくは、そつとハウスのそこから、ときどき見てみました。だんだんと、みどり色のめが出てきて、大きくなっていききました。そのいねを、田んぼにうえました。ぼくは、父さんと、けいトラックにのって、田んぼまでいねをはこびました。じいじのたうえきの近くまで、手でもって、トレーニンングだと思いつながら、はりきって、はこびました。

た。

ふゆには、ちゃ色だった田んぼがみどり色になりました。だんだんと黄みどり色になって、今は金色です。

金色の田んぼから、いなほを一本とってきました。たくさんみながなっていて、たれ下がっていました。おじぎをしてみたいです。みをおいてみると、いつものおこめが出てきました。

ことしはいとこといっしょに、いねかりをてつだいました。じいじのうんでんするコンバインから出てくるおこめをふくろにつめました。あつておもくてたいへんでした。がんばったので、まっ白なおおにぎりがたべられました。

ぼくは金色の田んぼが大好きです。ぼくのじいじの田んぼは金メダルです。

じいじのつくるおこめがおいしくて、大きいです。

佳作 入賞者 (敬称略)

【作文部門】

長者小学校5年

月見里 葵

大多喜小学校1年

戸田 琴心

大多喜小学校5年

西尾 千里

【図画部門】

大多喜小学校4年

山崎 ひまり

上野小学校5年

川嶋 凪

コンクールについては8ページをご覧ください。



みんなで作る

手づくり豆腐

がんばるぞー!



ミキサーで大豆をペースト状に

女性部は2月15日、大原小学校で大豆の加工教室を開き、5年生59人が豆腐づくりに挑戦しました。

原料の大豆は、女性部員と児童が昨年7月に校庭の畑にまき、育てて収穫した「フクユタカ」です。それをミキサーでペースト状にした後、鍋で煮て豆乳を絞りとし、火にかけて豆乳ににがりを入れて作ります。

児童は女性部員に作り方を聞きながら、豆乳の温度を小まめに測り、にがりを入れるタイミングを計っていました。豆腐の香りが強くなるにつれて、「面白い!」と笑顔いっぱい。最後に出てきた白いかたまりを型に入れて押し固めると、ついに手作り豆腐が完成し、みそ汁に入れてみんなで美味しく味わいました。



豆乳から出てきた白いかたまりを型に入れ、押し固めると...



完成!



よく煮る!

煮てから豆乳を絞りとす



おからはクレープ生地づくりに



うまく焼けた!



おいしーい!



愛デアキッチン



すりおろしレンコンのスープ

材料(6人分)

- 鶏ひき肉...240g レンコン(皮をむく)...210g
- 長ネギ(みじん切り)...15cm ニンジン...120g
- カブ(葉付き)...1.5個 小松菜...6株
- かつおと昆布のだし汁...1200cc 料理酒...大さじ1
- A(ショウガ(すりおろし)、しょうゆ、料理酒...各大さじ1)
- B(みそ、しょうゆ...各大さじ3)

作り方

- ①レンコンは60g分を粗みじん切りにし、長ネギはみじん切りにします。
- ②①、鶏ひき肉、Aを合わせてよくこねます。
- ③ニンジン(葉の部分)はくし形切りにします。
- ④小松菜は3cmの長さに切り、カブの葉は刻み、レンコン150g分はすりおろします。
- ⑤鍋にだし汁を入れて煮立たせ、料理酒を加えて②を丸めて鍋に入れます。火が通ったら③を加えて煮て、ニンジンがやわらかくなったら、④を加えてさっと煮ます。
- ⑥Bを加え、混ぜて味を調えたら完成です。



レンコンの力で免疫力アップ!

女性部布施支部
滝口 すみ子さん 永石 馨さん
渡邊 好江さん 植村 佳子さん



やぎ座 12/22~1/19

全体運 前半はやや厳しいものの上昇運。部屋の中をすっきりきれいに片付けると懸念事項も解決へと向かいます。

健康運 春を感じながら散歩を。血行の良くなる体操も吉。

幸運の食べ物 タラの芽

作品 コーナー

女性部の
夷隅支部で
作りました

相次ぐ
地震の影響?



「梅の花咲きました」
いすみ市松丸 緩鹿 公さん



「夫婦岩 崩れる」
いすみ市岬町椎木 ひかりさん

作品コーナーに載せる 「身近な写真」「絵(絵はがきなど)」を 募集しています

①お名前②ご住所③ご連絡先を明記の上、作品を添えて毎月10日(土日祝の場合は前営業日)までに郵送またはEメールでご応募ください。

※作品にタイトルがある場合は併せてご記入ください。

郵送の場合

〒298-0112

いすみ市国府台1515-1

」Aいすみ 総務部企画管理課

「作品コーナー」係

Eメールの場合

アドレス：kouhou@jaisumi.or.jp

※メールに「作品コーナー応募」と記載し、画像データを添付してください。

●ご応募いただいた作品はお返しできません。●1回の応募につき、おひとり様1作品でお願いいたします。●応募多数の場合は抽選となり、掲載できない作品がございます。●印刷の都合上、掲載時は色合いが実物と異なる可能性があります。予めご了承ください。

かわいいかぞく

泳ぐのも食べるのも得意!

クーパーくん

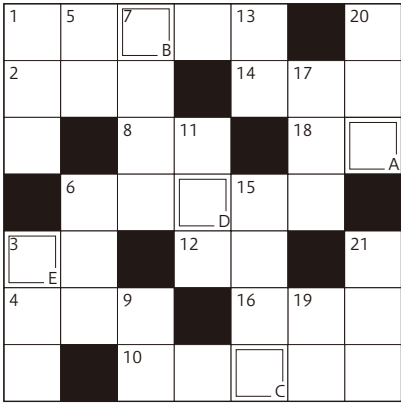
飼い主：宮城 昌子さん

(いすみ市岬町岩熊)



長年、保護犬2匹を飼っていた宮城家で「また犬を飼うときは子犬の頃から育ててみたい」と探していた7年前。そんなときにやってきたのが、当時生後3カ月のラブラドルレトリバー・クーパーくんです。トマトやキュウリなどの野菜も好き嫌いなく食べ、とても食いしん坊な男の子に育ちました。ご飯を食べているときに人が近づくと「ぼくのぞ！」と言わんばかりに吠えます。けれど、普段はとても人懐っこく、愛嬌たっぷり。家にお客さんが来ると、体重37kgの大きな体で豪快に飛び跳ねて歓迎します。好きな遊びは泳ぐことで、犬用プールに行ったときは大はしゃぎです。家では、ご主人に作ってもらったドッグランでボール遊びも。いつでも元気あふれるクーパーくんです。

Q 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 冬がウインターなら、春は
- 2 天ぷらやフライに付けられています
- 3 煮物をつくるときにすくうこともあります
- 4 水中をふわふわと漂う生き物
- 6 平面は2次元、立体は
- 8 桃太郎がきび団子を着けていた場所
- 10 入学式で胸に着けるお母さんもいます
- 12 メジロやヒヨドリが吸うもの
- 14 関東——、——裁判所
- 16 漢字で書くと土筆。春の山菜です
- 18 オンの反対語

- 21 20 19 17 15 13 11 9 7 6 5 3 1
- タテのカギ
- 1 ゴルフプレーヤーがカードに記録します
- 眠いときに出ます
- アマではありません
- お花見といえはこの花
- テレビやエアコンの操作に使います
- お酒は飲めません
- みそ汁の具にしてもおいしい二枚貝
- ストレスがたまることばしなくなることも
- ダブルプレーともいいます
- 湯が冷めないよう——ポットに入れた
- 当たりかな、外れかな
- 山梨県の県庁所在地である市
- 馬に乗る人のこと

タテのカギ

★応募方法★
クロスワードパズルを解き、このページ右下の必要事項をご記入の上、応募締切日までにハガキ、FAX、Eメールのいずれかでお送りください(ハガキやFAXの場合は、右下の応募用紙を利用すると便利です)。正解者の中から抽選で5人の方に「シリコンマルチラップ2枚組」をプレゼントいたします。
※本誌への投稿・応募に際して取得した個人情報(「個人情報保護法」に基づき、掲載目的(プレゼントの当選等)以外には、無許可では一切掲載いたしません)

●ハガキ(当日消印有効)
〒298-0112
いすみ市国府台1515-1
JAいすみ総務部企画管理課 宛
●FAX 0470-86-3204
●Eメール kouhou@jaisumi.or.jp



【当選者プレゼント】

シリコンマルチラップ2枚組



何度でも使える!
大小2枚入り



応募締切 4月10日(水)

3月号の答え

ABCDE
ウシオジル



当選後、各支所職員から景品をお届けします。

3月号当選者

(順不同・敬称略)

- 関 まさ子 (いすみ市)
- 工藤 康代 (いすみ市)
- 渡辺 芳江 (勝浦市)
- 嶋野 幸子 (大多喜町)
- 井上 由美子 (御宿町)

メールボックス



- ♥ 「ぼくの夢、わたしの夢」で若さがいすみ市 K・Sさん
- ♥ 東京といすみ市の2拠点生活ですが、旬の野菜の美味しさに魅せられています。この広報誌も情報収集で役立てております。
- ♥ 裏表紙の「ベーコンしらすゆかり」のおにぎり食べてみたいので、ファミマで探してみようと思います。美味しそうです。 勝浦市 A・Mさん
- ♥ 女性部の料理がコンビニで売られることは素晴らしいですね! 野菜のつるし雛は素晴らしい。よくできていますね。 いすみ市 C・Aさん

- ♥ 「農ある暮らし」「営農アドバイザー」「家庭菜園」いつも楽しみです。必要なところはメーカーペンで切り抜き活用しています。 御宿町 Y・Iさん
- ♥ 家庭菜園で3年前からスイカに挑戦しています。収穫の時期が分からず難しいところでした。今回は大変参考になり、今年も頑張つて美味しいスイカづくりをしています。 大多喜町 Y・Kさん
- ♥ らめくはつらつとした笑顔がとても素敵です。もう一回人生をやり直してみたい! と思いました。 大多喜町 H・Sさん

※コメントは、先月号に対して寄せられたご感想・ご意見などです。

●クロスワードパズルの答え

●ご住所 〒

●お名前 (ふりがな)

(歳)
(男・女)

●電話番号

●JAや広報誌に対するご意見、ご要望、ご感想など (必ずお書きください)

**JAいすみ旅行センター
お気軽ツアーのご案内**

旅行代金は、全てお一人様の代金です

日帰り あしががフラワーパーク～ふじのはな物語～

旅行期日：5月1日(水) 旅行代金：21,800円

日帰り 箱根 つつじ・しゃくなげフェアとガラスの森美術館

旅行期日：5月10日(金)
旅行代金：18,900円

◆◆◆予告◆◆◆
6月上～中旬 さくらんぼ狩り(日帰り)
7月中旬 北海道新幹線で行くラベンダー鑑賞
(詳細が決まりましたらお知らせします)

《農協観光企画》 ※この広報誌の折込チラシをご覧ください

★初夏の富良野・知床半島・摩周湖・釧路湿原 絶景!秘境!4日間

★みちのく三大半島 秘境探訪と十和田湖周遊4日間

※農協観光企画旅行のお申込みは、コールセンター(☎086-201-1665)へお願いいたします。
ご不明な点等ございましたら、旅行センター(☎86-3211)までお問い合わせください。

気の合う仲間同士・
少人数グループの
ご旅行も承ります

詳しいパンフレットをご用意しております
お問合せ・お申込み

JAいすみ 旅行センター ☎86-3211

健康ふれあい館

期間限定で開館中

※4月末までを予定



30分間
座るだけ

大人気!
高性能の治療器を
何度でも無料で体験!

場所 勝浦地区購買店舗(勝浦市植野489-1)
2階 特設会場

開館時間(月～金) ※土曜日、日曜日、祝日は休館日です。

1部 9:30～13:00 **2部** 14:00～17:00

【お問い合わせ】勝浦地区購買店舗 ☎76-0831

夷隅農業事務所 農業講座のご案内

目的別に以下①～④の農業講座を開講予定です。

詳細は夷隅農業事務所ホームページ(<https://www.pref.chiba.lg.jp/ap-isumi/index.html>)の新着情報をご覧ください。電話でお問い合わせください。

開講時期 令和6年5月中旬予定

申込方法 事前申し込み(電話、FAX、メール等)

問合せ先 夷隅農業事務所改良普及課 電話：0470-82-2213

①夷隅農業経営体育成セミナー

農業後継者、新規就農者等、これから本格的に農業経営を始める方向けの講座です。農業経営の基本となる栽培技術(園芸の基礎、土壌・肥料、病害虫防除)や農業経営の知識・事例を学ぶ3年間の講座です。

②目指せ直売農業!実践講座

「半農半Xを模索している」「所有している畑を使って出荷までチャレンジしたい」など…「農産物直売所出荷を主体とした“小さな農業”」を始めるための講座です。

③おしゃれ果実生活+出荷に挑戦 ブルーベリー栽培講座

美味しい・ヘルシーな果物 ブルーベリーを簡単に栽培できる針葉樹樹皮栽培の紹介と技術指導を行い、ブルーベリーの出荷を目指す講座です。

④いすみの野山で仕事づくり 枝物・草花栽培講座

自然な雰囲気を出すための「枝物」や「草花」が花業界の流行となっています。「草刈りしているだけの土地がある」「野山を活用した仕事づくりがしたい」「地域振興に興味がある」など…この「枝物」「草花」の栽培を始めるための講座です。

理事会報告

◇2月の定例理事会が2月28日にJA福祉センターで開催、次の5議案を審議し、全案可決・承認されました。
①令和5年度決算の承認について
②第24回通常総代会招集および上程議案等について
③不良債権の処理方針について
④指定訪問介護事業及び第一号訪問事業運営規程、および指定居宅介護支援事業運営規程の一部変更について
⑤子会社(株)ジェイエイスみサービスへの役員派遣について

編集後記

☆キウイリキュールのプロジェクトで生まれたお酒「いすみキウイものがたり」は本当に美味しいです(詳細は9ページへ)。キウイフルーツの果肉感を活かした商品で、女性も飲みやすい甘酸っぱいお酒。炭酸割りにするなどの飲み方も楽しめますし、食事との相性が抜群に良いですよ。この前、試しにバナライスにかけて食べてみたら、キウイフルーツの爽やかな風味とアイスの甘味がマッチして、これもまた絶品でした!少しでも気になった方は、売り切れる前に酒楽喜さんへGO!

羽ばたけ いすみキッズ!

御宿町久保

すずき そうた
鈴木 湊太くん(2歳)



湊太くんはたくさんお話してくれたり、外遊びが大好きだったり元気いっぱい。いつも犬と仲良くサッカーをしたり、追いかけてをしています。電車や車にも夢中で、家の近くの線路や、いすみ鉄道を眺めては大喜び！ 外房線、特急、新幹線など電車の種類をたくさん覚えていて、名前を言うことができます。3月には弟が生まれ、お兄ちゃんになりました。

お子様の写真を募集中

広報「いすみ」の裏面に思い出の1枚を載せませんか？

掲載対象はいすみ市、勝浦市、大多喜町、御宿町に住む0～12歳頃のお子様です。

写真の応募方法

①お子様の氏名(ふりがな)②性別③生年月日④ご両親の氏名⑤住所⑥電話番号⑦お子様の好きな遊びや頑張っていることなどをご記入のうえ、写真(1年以内に撮影した写真。郵送の場合は現像したもの)を添えて下記までご応募ください。

郵送の場合

〒298-0112

いすみ市国府台1515-1

J A いすみ 総務部企画管理課

※写真は広報誌への掲載後に返します。

Eメールの場合

アドレス: kouhou@jaisumi.or.jp

広報担当による撮影をご希望の場合

企画管理課 広報担当(☎86-3713)までお電話ください。

JA'ss LINE 始めました

友達登録すると
キャンペーン情報や
限定クーポンなどをお届け!

クーポンを利用して
お得に給油

LINE友達登録は
こちらから



【対象SS】

- ・ジャスポート千町 7:00~20:00
いすみ市能実36-1 ☎86-2010
- ・ジャスポート勝浦 7:00~20:00
勝浦市大楠1569-1 ☎77-0710
- ・ジャスポート中根 8:00~18:30(日曜定休)
いすみ市岬町中滝986-1 ☎87-9341

※クーポンの取得・ご利用にはLINEのアプリが必要です。スマートフォンなどの端末にあらかじめアプリをダウンロードしてください。

iPhone版 → AppStoreからダウンロード
Android版 → PlayStoreからダウンロード

※端末・アプリの不具合に関しては、携帯キャリア会社やアプリの運営会社にお問い合わせください。

※クーポンには利用期限があります。期限を過ぎたクーポンはご利用できません。



いこいの直売所

グリーンスパ便利り

毎日
9:00~17:00
営業

大人気のタケノコが出番

グリーンスパいすみで、タケノコの販売が4月ごろから始まります。粘質土で育ったえぐみのないタケノコで、毎年大人気の商品です。この時期だけの旬の味をお見逃しなく!

予告

4/21日
8:45~

大感謝祭

苗ものまつり



掘り立て!



トマトカード
ポイント2倍

エコープなど
特売品多数

ほしい野菜苗や
花苗が見つかります☆

グリーンスパいすみの
出荷者募集中

詳しくは最寄りの支所まで

JAいすみ大原農産物直売所
「グリーンスパいすみ」

いすみ市若山411 ☎60-9820

