

ふく ふる

3 Mar.2024
No.47



SNSで
旬な情報
投稿中!!

◆附議事項◆

- 第1号議案 出資口数の減少について
第2号議案 役員報酬審議会の委員委嘱について
第3号議案 固定資産取得額の変更について
第4号議案 職制規程(職務権限表)の一部変更について
第5号議案 (株)フード福井の令和6年度事業計画設定について
第6号議案 共済特別災害見舞規程を活用した見舞金支払いについて
上記附議事項は可決承認されました。

◆審議事項◆

- 第1号議案 令和5年12月末棚卸監事監査の報告について
第2号議案 令和5年12月末資産自己査定監事監査について
上記審議事項は可決承認されました。



JA福井県を
目一杯=FULLにお届け

Contents
No.047 2024.03

- 02 ふくいのでがんばる生産者
Atoji彩培園
阿閉 誠さん
04 直売所&出荷者コーナー
05 今月のトピックス
09 家庭菜園
11 あぐラジ放送中!
12 健康ライフ・ふくメール
13 クロスワード・今月のレシピ

今月号の青壮年部・女性部活動コーナーは
お休みさせていただきます。

表紙紹介

Atoji彩培園

あとじ

まこと

阿閉 誠さん (あわら市城)

Instagramで
発信中
@atoji.saibaien



日本海にほど近い丘陵地に並ぶハウスの中で美しい花々が栽培されています。フルーツの採れない冬の生産物として花卉栽培が盛んになったあわら市で、花卉専用栽培にいそしむご夫婦にお話を伺いました。



花の寿命のはじまりは お客様の手に届いてから。 長く楽しめる花を作りたい

日持ちもして香りもよい
感動される花づくり

阿閉さんの栽培には2つ特徴があります。ひとつは「農薬だけに頼らない栽培」であること。「電照栽培で夜に電灯をつけて開花を調整しています。光防虫器を吊るして虫を寄せ付けず、作物の免疫力を高める乳酸菌を土壌に混ぜて菌の繁殖を抑えています」と栽培術を駆使して花に最適な環境づくりに努めています。もうひとつは「日持ちをよくすること」。収穫後、花に吸わせる水（品質保持剤）にこだわり、品種ごとに溶液を変えるなど手間を惜しみません。抗菌剤、栄養剤をおりませ「きれいに咲くよう



に、花の鑑賞期間が長くなるように」研究、実践しています。

直接お客様と話ができる きっかけを多く持ちたい

農薬を使わない土壌で育てているのは食用キンセンカです。食べられる花、いわゆるエディブルフラワーが評判になり、地元店舗の薬膳茶やお菓子に活用されています。また規格外の花を使ってドライフラワーにしてワークショップを開いたり、花摘み体験を行ったりと栽培だけにとどまりません。「お客様と直接触れあうチャンスを作り、花のトレンドや志向を知って栽培計画に取り入れたい」と意欲的です。

栽培も販売も農業継続のため 目安となる数値は必要

実は富山県出身の阿閉さん。住んでいた京都から福井へ移住し、脱サラして園芸カレッジに入り新規就農したというやる気に満ちた方です。しかし就農後は花卉農家が少なく「栽培情報が少ないことが大変だった」と振り返ります。特に悩んだのは水やりの仕方や量。そこで勘に頼らない栽培を目指し土壌水分計を導入、数値を見える化すると育成のコツが見えてきました。「移住就農して周囲に助けられながら地域とつながりができ、いろんな関係が増えるとともに楽しさも増えてきま

した」と阿閉さん。そんな姿を見て奥様の和子さんは「一緒に何でもやれると思う」と参画、現在はおふたりで長く鑑賞できる美しい花を育てています。



栽培品種：

1-3月…ストック、アスター、ヒマワリ、キンセンカ
4-6月…トルコギキョウ、デルフィニウム
7-9月…トルコギキョウ、アスター、ヒマワリ、ケイトウ、千日紅、キク
10-12月…アスター、ハボタン

栽培面積：露地14a、ハウス5棟(18a) 7万本

販売：市場(関西、名古屋、金沢方面)、直売所など

旬の農産物を
めいっばいお届けする
素敵なお店を
ご紹介します♪

梅の里会館

- 住所／三方上中郡若狭町成出17-4-1
- TEL／0770-46-1501
- 営業時間／8:30～17:00
- 定休日／年中無休(年末年始を除く)
- WEBサイト／<https://shop-ja-tsurugamikata.com>



JA職員が紹介

宇野 通洋 館長

昔ながらの塩とシソだけで漬け込んだものや、ハチミツ入りのお菓子感覚で食べられる梅干しなど6種類の味がズバリ!

製造過程で実が破れた「くずれ梅(味は通常品と全く変わりません)」は、当会館でしか購入できないお値打ち価格の超お買い得品です。他にも地元若狭町のお土産から県内の特産品までバリエーション豊かな商品を揃えてお待ちしております!

す～っぱい!から
甘いまで
美味しい梅干し
揃ってます!



優勝カシに
贈呈の
トロフィーも
展示してます!



梅茶の試飲も
できますよ♪

スタッフ
村上 萌



すべての人に
健康と福祉を



飢餓をゼロに



貧困をなくそう

北陸3県ファミマで限定販売!

女性部考案「五目寿司おむすび」

女性部たんなん支部が考案した「五目寿司」おむすびが、2月6日から北陸3県のファミリーマート全店舗で販売されました。

県内製造の油揚げとシイタケ、ニンジンやひじき、たけのこをバランスよく酢飯と合わせ、素朴でなつかしい味に仕上がっています。考案した女性

部の高島美津子部長は「昔ながらの“おばあちゃんの味”を思い出せる優しい味付け。手軽に味わってほしい」と魅力を語ります。

同商品は、JA全農とJA全国女性組織協議会、ファミリーマートが昨年に続き企画。県下の各女性組織から12件エントリーした中から採用され、商品化しました。

1個138円(税込)で4週間の限定販売を予定しています。



素朴で優しいお味に仕上がっています



女性部の高島美津子部長

JA福井県
×
岡本善七製菓

“若狭の甘味”いかが?

ふれあい大福&福どら新登場

若狭産のフルーツを使った「ふれあい大福」と県産米粉使用の「福どら」の販売が1月22日からスタートしました。若狭町の和菓子店、岡本善七製菓とJAがコラボしたお菓子です。

「ふれあい大福」は若狭産のブルーベリーと、「柑橘の大トロ」と呼ばれコクと甘みが抜群の、せとかを生クリームとで包んだ大福です。「福どら」は、米粉を使った皮で、栗と餅やクルミ、生クリームを挟んだ一品。どちらも甘さの中に素材の美味しさが加わり、上品な味に仕上がっています。

どちらも小浜市の農産物直売所「若狭ふれあい市場」で好評販売中です。



1時間ほど冷蔵解凍してお召し上がりください

ペットボトルキャップでワクチンを 美山出張所でエコキャップ運動



集まったペットボトルキャップ

美山出張所（旧美山支店）では、エコ活動としてペットボトル飲料のキャップ集めを行っています。回収活動は15年以上前から行い、各職員が飲み終わったペットボトルを簡易洗浄、仕分けして収集。1月12日には、福井テレビ内の「ふくいエコキャップ運動委員会」に17.7kg、7611個のキャップを寄贈しました。

集まったペットボトルキャップはリサイクル業者で換金し、認定NPO法人に送られ、海外の子どもの命を救うワクチン購入に使われるということです。



身近なものでSDGs活動に貢献

スマート農業で生産・経営向上を アグリネットが研修会



各メーカーのデモ体験もありました

若狭地区の認定農業者らでつくるJA若狭アグリネットは1月17日、スマート農業技術活用による生産・経営向上に向けた研修会を小浜支店で開催しました。同ネット会員や関係者ら60人が参加して、営農支援システムについて学びました。

「生産・経営管理システムとスマート農機の連携による生産効率化と経営向上」と題した講演では、システムを開発するメーカー3社の担当者が、特徴や導入事例を紹介しました。これらのシステムを導入・実践する管内3経営体の意見交換では、使用感や使用後の変化など発表。遠隔でもスマホで作業指示できることや、データ蓄積による分析のしやすさなど、使用感を話していました。

食育スマートボール完成！ 遊びながら大豆づくり学ぶ

子供たちの食育の一環で、遊びながら福井の大豆づくりが学べる「食育スマートボール」をJAと地元遊具メーカーで製作しました。

盤上に播種、収穫時期など生育時期や作業ポイントが分かるようイラストが描かれています。得点を大豆の収量に見立てて、高得点を大豊作、低得点を不作としています。

昨年11月に福井市内で開催された、あげフェス2023の会場でも設置。子供たちはゲームを楽しみ、大人からは懐かしいという声や、ゲーム構成がJAらしいと好評でした。スマートボールは、喜ね金愛菜館に設置して、遊びながら大豆づくりを伝えるツールとして活用しています。



楽しく遊びながら大豆づくりを学びましょう



今年度を振り返って 多収米部会全体研修会

令和5年 多収米共励会表彰者 (最多収量賞)

品種	部門	表彰者名	備考	
			支店	地区
つくばSD1号	倉前	吉岡 義光	福井西部	大安寺
	カントリー	農事組合法人コスモスファーム	福井西部	大安寺
ICS 6号	倉前	農事組合法人砂子田ファーム	福井西部	鶉
	カントリー	宮浦 邦也	福井南部	酒生
	カントリー(直播)	内山梨子町生産組合	福井西部	大安寺
しきゆたか	倉前	齊藤 和栄	福井東部	円山西
	カントリー	五十嵐 一美	福井南部	酒生
	カントリー(直播)	久喜津生産組合	福井中央	社
シャインパール	倉前	農事組合法人コスモスファーム	福井西部	大安寺

この日、部会員をはじめ管内のJA営農指導員・AACなどの職員、約40人が参加。2023年度の栽培状況を振り返り、次年度の栽培に向けた取り組みについて確認しました。また、この日の研修会と併せて、令和5年産の多収米共励会の表彰が行われました。



渡辺部会長と表彰された各代表者、JA担当営農指導員ら

福井営農経済センター多収米部会は、12月14日、全体研修会を福井中央支店大ホールで開きました。福井地区管内では、農家所得向上を目的に多収米品種「つくばSD1号」、「しきゆたか」、「ICS6号」、「シャインパール」等を栽培しています。

楽しく美味しく食品ロス削減 美山エリアで料理教室



雑談しながらレシピ決定！さすがです



完成した料理



女性部福井支部美山エリアで1月19日、フードロス削減を目的とした料理教室を開催しました。参加した部員11人が、冷蔵庫の中で使わずに眠っている食材などを持ち寄りしました。

食のよさず研究所の出倉弘子さんを講師に迎え、その場で食材を吟味しながら、部員みんなでワイワイ楽しくレシピを決めて調理開始。なめこうどん、打ち豆と豆腐とオクラの白和え、そうめんのかた焼きそば風など8品が完成しました。みんなで美味しく食べて食品ロス削減！今後も継続して開催する予定です。

郷土料理「へしこ」を使って おおい地区で太巻き寿司作り



女性部若狭支部おおい地区で1月23日、節分を前にした太巻き寿司作りを、おおい町ふるさと交流センターで開き、部員11人が参加しました。福井の郷土料理「へしこ」を使った太巻きや、家の光掲載の「砂糖(さ・塩(し・酢(す))で漬けた梅の汁、さしす漬の梅酢を使った太巻き、シイタケ鍋を作りました。高浜町の時岡好枝さんオリジナルの「へしこのつず巻き鮭」をはじめ、地元の名産、地元の美味しい食材をふんだんに使った料理が完成しました。

完成した料理

保証料負担

0円

※条件変更等により保証料の追加が発生した場合、追加分についてはお借入者の負担となります。



農業の未来をお手伝いします。

地域農業応援資金

当初3年間 固定金利 年**0.2%** お借入金額 100万円以上の場合
(JAバンク利子補給後金利) ※4年目以降の金利については、JA所定の金利となります。

ご融資金額 事業費の100%の範囲内かつ 5億円以内

ご融資期間 **25年以内** ご融資方法 **証書貸付**

ご利用いただける方 ●組合員 ●組合員の組織する団体、法人

お使いみち
 ①設備資金
 ○農地取得・改良・造成 ○農機具の購入等
 ○農業用施設等の建設 ○発電・蓄電設備機器の購入
 ②運転資金
 ③借換資金

農業近代化資金

当初5年間 固定金利 年**0%** お借入金額 100万円以上の場合
(JAバンク利子補給後金利) ※5年目以降の金利については、JA所定の金利となります。

ご融資金額 個人…1,800万円以内
 法人・集落営農組織等…2億円以内
 農業参入法人…1億5,000万円以内

ご融資期間 **15年以内** ご融資方法 **証書貸付**

ご利用いただける方 ●組合員 ●組合員の組織する団体、法人
※別途所定の条件がございます。

お使いみち
 ①設備資金
 ○農機具・農舎等の取得・改良・復旧 ○果樹等の植栽・育成
 ○1,800万円以内の小規模な農地改良等
 ②運転資金

【お借入期間】

令和6年
1月4日 木 ▶ 12月30日 月

【担保および保証】

福井県農業信用基金協会の保証をご利用いただけます。また必要に応じて、担保・保証人をいただく場合がございます。

【お申込み時にご用意いただくもの】

▶事業費を確認できる書類
 (事業計画書・設計書・見積書など)
 ▶その他JAが必要とする書類

【保証料支払方法】

一括前払いのみ

※繰上返済を行なう場合や返済条件を変更する場合には、別途JA所定の手数料が必要となります。※ご返済額の試算については、店頭にお申しつけください。※詳しくは、店頭へお申しつけください。

JAバンク 福井県JAバンク 検索



パートナーシップで
 目標を達成しよう



平和と公正を
 すべての人に



陸の豊かさも
 守ろう



海の豊かさを
 守ろう

図1 加温育苗

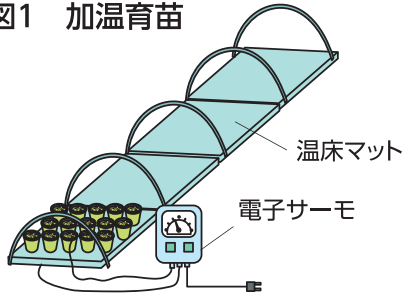


図2 畑の準備

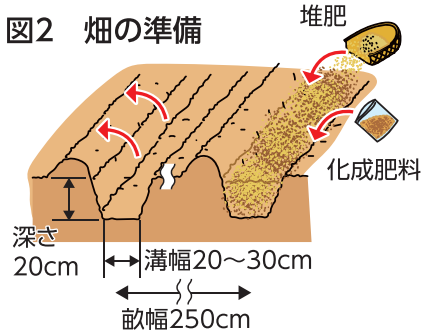


図3 植え付け

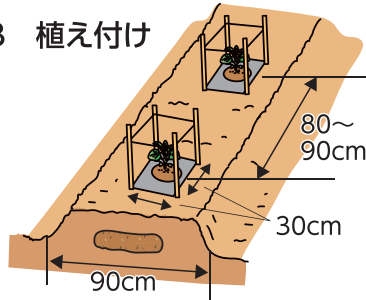


図4 整枝

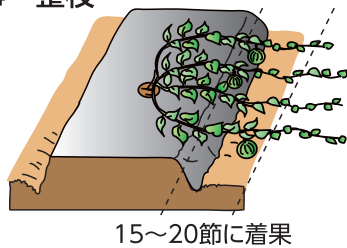
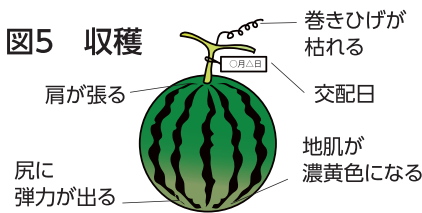


図5 収穫



栽培カレンダー (小玉スイカ)

	3	4	5	6	7	8
冷涼地		●		▲	——	■
中間地		●		▲	——	■
暖地	●		▲	——	■	

● 種まき 苗作り ▲ 植え付け —— 生育 ■ 収穫

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

【畑の準備】植え付け2週間前までに1平方m当たり100g程度の苦土石灰を散布し、土とよく混ぜておきます。次に、畝幅250cm、深さ20cmの溝を掘り、この溝1平

【種まき】温床マットなどで25〜30度に加温したトンネル内(図1)で培養土を詰めた9cmポリポットに3粒ずつ種をまきます。本葉が出始めた頃には夜温15〜20度に下げます。その後、良い苗を残し間引いて1本にし、本葉4、5枚の苗にまで育てます。

【品種】家庭菜園では重さ2、3kg程度の小玉スイカがおすすめです。赤肉球形では「姫甘泉」(丸種)、「紅しずく」(タキイ種苗)、「紅こだま」(サカタのタネ)など、赤肉楕円(だえん)形では「姫まくら」(丸種)、「マダーボール」(ヴィルモランみかど)などがあります。

【整枝・敷きわら・追肥】本葉5、6枚で摘心し、強い子づる4本を伸ばします。つるが伸びていく場所にわらやつるが絡むシートを敷き、つるを片方に振り向けて重ならないように配置します(図4)。つるの長さが50cm程度と果実が卵大程度するとき、1株当たり化成肥料50g程度をつる先に散布します。

【人工交配・摘果】強い子づる3本に着果させるため、親づるから数えて15〜20節目の雌花全てに交配します。早朝

方m当たり化成肥料(NPK各成分10%)100gと堆肥2kgを施します。この溝を中心に土を戻して幅90cm、高さ10cm程度のベッド(栽培床を作り(図2)、黒マルチを張り

ます。

【植え付けと保温】風のない暖かい日に、深植えにならないよう株間80〜90cmに植え付けます。植え付け後は保温と風よけのために、ビニールで30cm角の「あんどん」やドーム状のホットキャップをかぶせます(図3)。あんどんの中が茎葉でいっぱいになったら取り外します。

【病害虫の防除】茎葉が日中しおれ、茎が割れるつる割れ病には、接ぎ木苗を使います。うどんこ病、アブラムシ、ハダニなどが発生したら登録農薬で防除します。

【収穫】小玉スイカは開花後(交配後)35〜40日で熟してきます。収穫適期は、①巻きひげが枯れている②果実の肩が張り光沢が出ている③果実の尻の部分へこみ、指で押すと弾力を感じる④地面に付く果皮が濃黄色となるなどでも判断できます(図5)。



小玉スイカ

甘みが強く手頃な大きさ

園芸研究家 ● 成松次郎



誰かの助けを借りて家で介護が続けられるようにできないかしら？



最近つまづきやすくなって外を歩くのも不安になってきた。足腰が弱ってきたのか心配



テレビや新聞もあまり見たくないし、物忘れが増えてきた気がする。認知症にならないようにしたい



高齢の両親が二人で暮らしているので、家の手伝いをしてくれるようなサービスはないかしら？



JA福井県のケアマネジャーにご相談ください



ご自身・ご家族の介護や生活のサポートなど、介護についてのご質問やお悩みがありましたら、お気軽にご連絡ください。介護保険全般、その他介護方法など専門職員（ケアマネジャー）が丁寧にご相談に応じます。

相談は
無料です

ケアプランセンター あい愛 TEL 0776-29-0116

〒910-0068 福井市舟橋新1丁目106番地

主任ケアマネジャー	竹内美奈恵	ケアマネジャー	室田 保子
主任ケアマネジャー	吉田 昌史	ケアマネジャー	五十嵐貴子
主任ケアマネジャー	浅野ゆき恵	ケアマネジャー	松本ひとみ

ケアプランセンター はなさき TEL 0776-67-8730

〒919-0522 坂井市坂井町上新庄42-19

主任ケアマネジャー	大久保博基	ケアマネジャー	神保優佳里
主任ケアマネジャー	後藤 恵子	ケアマネジャー	鈴木ゆかり
主任ケアマネジャー	阪口美由紀	ケアマネジャー	古川 富子
ケアマネジャー	東 路	ケアマネジャー	岡野 紀江

ケアプランセンター テラルのほほえみ TEL 0779-64-5035

〒912-0015 大野市中挾1丁目1401

主任ケアマネジャー	坪田 泰美	ケアマネジャー	南部比沙枝
主任ケアマネジャー	石井 由美		

ケアプランセンター みのり TEL 0770-56-3940

〒917-0241 小浜市遠敷8-1-1

主任ケアマネジャー	木崎 友介	主任ケアマネジャー	河村 智子
主任ケアマネジャー	古谷 佳子	ケアマネジャー	大谷由利子

スタッフ募集

勤務地

- 県内の①JA-SSおよび配送センター
 - ②LPガスセンター
 - ③オートパル
- （本人の希望等を考慮し決定します。）

選考方法

履歴書、面接（随時）

その他

交通費、資格手当（危険物乙4類・第2種販売・自動車整備士保有者）
希望者には正職員登用制度有ります。

業務内容

- ①ガソリンスタンドでの給油・エリア内配送業務
- ②LPガス保安業務
- ③自動車販売・整備業務

応募資格

年齢・学歴不問（健康で活力がある方）
普通自動車運転免許（AT限定不可）
※資格保持者は優遇させていただきます。

採用予定人数

若干名

応募方法

履歴書を下記までご提出ください。
（面接のご案内をさせていただきます。）

応募先および問い合わせ先

〒910-0804 福井市高木中央2丁目4202
福井県農業協同組合 自動車燃料部
TEL：0776-54-7184 担当：加藤・渡邊



農業を意味する「アグリカルチャー」と
「ラジオ」を合わせて『あぐらじ』

FBCラジオで放送中!

農畜産物やJAの魅力ある“あぐり”情報をお届けします。

1月9日 白ネギ



内江農園の内江元泰代表(写真左から3番目)、坂井宮農経済センター園芸振興課の上口大貴(写真左から2番目)



1月23日

幸福ねぎ・五徳みそ

幸福ねぎ
電話出演

合同会社ファーム・スリー・ユーの木村秀樹
さん、嶺南宮農経済センター園芸振興課の
渡辺弘毅主任

五徳みそ
電話出演

小浜加工センターの
清水孝宏所長

第2・第4火曜日「良ーいドン!!」の中で放送(AM10:35~10:50)

聴き逃した方は、スマートフォンやパソコンで聴ける無料のサービス

『radiko(ラジコ)』をご利用ください。(1週間以内に放送された番組が聴けます)



『家の光』
4月号のご案内

特集

春らんまん!
ハッピー
おうちずし



別冊付録

人気夏野菜の作り方ガイド付き
ひと目でわかる
家庭菜園カレンダー2024

お申し込みは、お近くの支店までお問い合わせください

Aコープ堀ノ宮店 閉店のお知らせ

いつもAコープ堀ノ宮店をご利用いただき、誠にありがとうございます。

Aコープ堀ノ宮店は令和6年3月31日(日)をもちまして閉店することとなりました。

昭和60年の開店以来40年もの永きに亘り営業できましたのも、ひとえに温かくご支援いただきましたお客様のお力添えがあったからこそと心より感謝申し上げます。本当にありがとうございました。

今後も、引き続きAコープ各店舗をご利用いただけますよう、お願い申し上げます。

尚、ココロくんカードやJA商品券は、各Aコープ店舗並びにJA支店・事業所、農産物直売所でもご利用いただけますので、宜しくお願いいたします。

(株)フード福井
福井県農業協同組合

Health Life 健康ライフ



JA福岡県厚生連
保健師
横山 潤美

こころの健康のために～今日からできるセルフケア～

私たちは、日常生活の中でとても多くのストレスにさらされています。ストレスは抑うつや不安といったこころの健康だけではなく、ストレスによる生活習慣の乱れから身体面へも影響があるといわれています。

セルフケアとは、ストレスへの気づきと対処

「ストレス」に早めに気づき、うまく付き合うためのセルフケアを身につけましょう！

★生活習慣編★

- バランスの取れた食事を心がける
- 適度に体を動かす
- 意識して生活リズムを整える
- タバコやお酒に頼らない

★余暇の充実編★

- 好きなことを楽しもう
- 笑ったり、愚痴を言える相手をつくろう
- リフレッシュタイムで、こころのスイッチを切り替えよう

【腹式呼吸のすすめ】

ゆっくりと息を吐く深い呼吸を意識してリラックスしましょう。

周囲の人からの気づき、専門職への相談を

ストレス対処法を実践したり、家族や友人などに話を聞いてもらっても、気持ちが落ち込む、何をしてもおっくうといった症状が続く場合は、一人で抱え込まず、専門職に相談しましょう。

こころの相談：総合福祉相談所・最寄りの保健所など

日本人は睡眠による休養が足りていない!!

経済協力開発機構が行った調査では、日本人の1日の睡眠時間は7時間22分で最低との報告があります。厚生労働省は、質の高い睡眠をとることで心身の健康を保つことを目標に掲げています。

★睡眠編★

不眠は不安や抑うつなど、こころの不調を招くといわれています。「よく眠れて、疲れがとれている」という満足感が、感情をうまくコントロールする等、こころの調子を整えてくれます。

【睡眠による休養感を高める工夫】

- ① 日中の身体活動量を増やす
- ② 就寝前にリラックスし、副交感神経のスイッチを入れる
(就寝前の食事、カフェイン、スマホは控えましょう)
- ③ 寝室の環境を整える(光・温度・音)
・朝起きたら日光を浴び、夜は暗い環境を心がけることで体内時計が整う
・寝る1時間位前に入浴することで、その後体温が下がり、眠りにつきやすくなる
- ④ 眠れないときは無理に寝ようとせず、一度は寢床を出て、静かな音楽を聴く、腹式呼吸法など試みましょう。



参考資料：厚生労働省「健康づくりのための睡眠指針」・「知っているようで知らない睡眠のこと」、福岡県総合福祉相談所「ホッとサポートふくい」



読者からの声

● ふくふるのニューストピックスを見ると、子どもとJAのふれあいがよく分かります。心がほっこりします。

(40代)

● 最近料理を作ってみるようになり、今月のレシピのほうれん草グラタンも作ってみました！ Goodでした!!

(60代)

● 今月のトピックスの皆さんの活動報告が楽しくそうに参加したくなりました！地震など悲しいニュースも届いてますが日々感謝して生活していきたいと思っています。皆さんも健康で素敵に一年でありますようにお祈りしております。

(50代)

● 健康ライフがとても参考になりました。緑内障は失明の危険性もある怖い病気だと思っていましたが、点眼薬の治療も可能と知れて安心しました。毎月楽しく拝見しております。

(40代)

● 幼い頃におばあちゃんを作ってくれた、にしのの寿しが懐かしくて感動しました！

(60代)

● ほうれん草のグラタン作りしました！そのままだのほうれん草だと子どもたちは食べてくれないのですが、グラタンに入れて出したら、完食してくれました！

(40代)

● J A News & Topicsのゆず収穫体験でトゲもあって大変だっただろうなと思いました。私も実家のゆずの実を収穫して、ゆず茶を作ったので、関心をもめました。また、健康ライフも興味深いです。友が白内障の手術をします。でも緑内障が怖いのです。早めに眼科に受診するようにしたいと思いました。

(60代)

● 丹生膳野菜リニールオープン興味深く読みました。いつも面白い物している場所です。

(80代)

● 初めて手にしました。各地の活動をととても興味深く見ました。女性部コーナーの各活動を母に教えて、近くである活動に参加するように伝えたいと思いました。

(30代)

クイズに答えて
JA福井県の
特産品をゲット!!

梅の里会館より

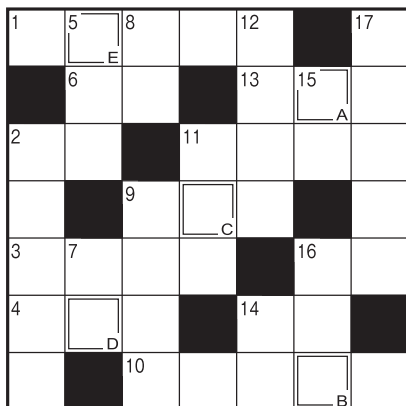
梅お花見!大満足セット



クイズ正解者の中から
抽選で10名様

読者
プレゼント

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?



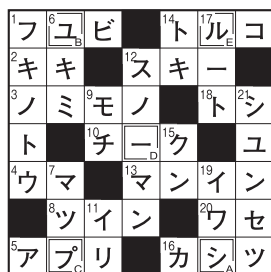
→ ヨコのカギ

- 1 3月下旬から4月上旬までの学校の休暇
- 2 イエスの反対語
- 3 俳句や和歌で規定より音数が多いもののこと
- 4 いいかげんなことはしません
- 6 海に潜って貝などを採ります
- 9 どこからか梅の花の——が漂ってきた
- 10 卒業生が校長から卒業——を授与された
- 11 捕手とバッテリーを組みます
- 13 原稿——、投票——
- 14 雨宿りのときに借ります
- 16 姫路や彦根、松本のものが有名

↓ タテのカギ

- 2 歌のうまさを競うイベント
- 5 釣りで使う擬餌針のこと
- 7 舌で感じ取るもの
- 8 日本一高いものは3776mあります
- 9 「峠の——」は群馬県・JR横川駅の名物駅弁です
- 11 人や車が行き来する道のこと
- 12 このような役を演じられるとは役者——に
尽きます
- 14 ものを記憶する器官
- 15 ホルスタイン、ジャージーといえ
- 16 寄せ書きに使ったりサインをもらったり
- 17 ホワイトデーに贈ることもある、ふわふわと
軟らかいお菓子

〈2月号の答え〉シユプール



※当選者の発表は賞品の発送を
もってかえさせていただきます。
※読者の皆様からいただいた個人
情報は、プレゼントの発送以外
には使用しません。

応募方法

下記の必要事項をご記入いただき、
ハガキまたはEメールにてご応募ください。

①パズルの答え

②郵便番号・住所・氏名・年齢・職業・電話番号

※記入もれが多数あります。必ずご記入ください。

③今月号の感想など

《ハガキ》

〒910-0005 福井市大手3丁目2番18号

JA福井県 総務部 総務課

《メール》

fuku-full@ja-fukuiken.or.jp

QRコードからでもご応募できます→



応募先

応募締切

3月21日(木)

1月号 応募数:549 正解数:548

今月の
レシピ

淡いピンクに色づいた、爽やかな混ぜごはん

福井梅のまぜごはん



作り方

- ①ショウガの甘酢づけをせん切りにする。甘酢は絞らない
- ②ごはんをしゃもじでほぐし、①と梅干し、しらすを加えて
さっくり混ぜる。
- ③茶碗に盛り、大葉のせん切りと白ごまを天盛りにする。

材料

(4人分)

- ・ごはん …2合
- ・福井梅の梅干し(しそ梅) …4個
- ・越前しょうがの甘酢漬け★ …50g
- ・白ごま …大さじ1
- ・しらす …大さじ4
- ・大葉のせん切り …4枚分



★越前しょうがの甘酢漬け
【クックパッドID:6517337】



その他のレシピも
クックパッドで公開中!



JA福井県 広報誌

検索

こちらから、広報誌のバックナンバーをご覧ください。

「ねんきん定期便」が届いたら ぜひJAにご相談ください!



年金の振込口座を
どうしよう?

まもなく年金を お受け取りの方へ!

節目年齢**満59歳**の誕生日月になると
全ての加入者に日本年金機構から
「ねんきん定期便」(水色の封筒)
が届きます。届きましたら最寄りの
窓口・渉外係にご相談ください!

年金事務所等で見込額を試算してくれます。50歳以上の方は年金事務所などで、年金の加入記録と見込額を調べることができます。(電話または日本年金機構のホームページから依頼することも可能) 老齢基礎年金を受けるには、原則10年(120月)の受給資格期間を満たす必要があります。

各種特典をご用意して
お待ちしております。

素朴な疑問、ちょっと聞きたいことなど、
お気軽にお問い合わせください。

詳しくは、お近くの支店窓口へお気軽にお問合せください。

JA福井県

JA福井県

検索