

FukuFuli

ふくふる No.64

梅みつけ！
ちいさな手で、大きな発見。

2025

8

みんなでいきいき！楽しく交流

女性部 活動

詳しい内容はJA福井県
公式SNSをご覧ください



Instagram



Facebook

福井

6/14 敦賀美支支部三方五湖地区 梅ジャム販売



梅の里会館前で、三方五湖地区の部員手作り「梅ジャム」や地元の「縄文みそ」を販売しました。



6/20、21 若狭支部 甘梅干しづくり

2日間で67人が参加。毎年好評の甘梅干しづくり。粗塩と氷砂糖を入れることで酸味を抑えたまろやかな仕上がりに(甘くはないですよ)♪梅ジャムも作りしました。

嶺南



5/22 福井支部西部エリア 腸活料理教室

午前午後合わせて31人が参加して、腸活サラダなど3種類のメニューを作りました。教室後、自宅でも何度も作っている部員もいるとか!



6/13 福井支部南部エリア 営農教室

酒生地区部員12人が参加。2カ所の畑やハウスで栽培しているトマトやナスの今後の生育や病害虫防除について、講師の嶋田奥左工門顧問が分かりやすく解説しました。



6/16 福井支部南部エリア東郷地区 ミニウォーキング

旧竹田小学校をリノベーションした体験型宿泊施設「ちくちくほんぼん」や国指定重要文化財「千古の家」を散策。古き良きを見て感じる貴重な体験ができました。



6/16 福井支部西部エリア オレンジカリフラワー栽培

見た目も可愛く美味しい!昨年も部員の中で大好評だったオレンジカリフラワー栽培講習会を開催。セルトレイの播種方法など実演して今年もチャレンジです!



6/22 福井支部西部エリア本郷地区 伝承料理講習会

部員ら13人が参加して、ちまき作りに挑戦!午前は笹の葉採りから洗浄作業をして、午後にはちまき作り。笹の香りがよくとても美味しかったと好評でした。



6/19 福井支部中央エリア ハーブ&アロマテラピー

ハーブ・アロマ講師の稲葉美智子さんを迎え、レモングラスやローズマリーを使った防虫効果のあるアロマスプレーを作りました。天然の心地よい香りが部屋中に広がっていました。

JA福井県女性部の仲間になりませんか?

福井	福井営農経済センター	経済課	☎0776-33-8165	担当:野村	丹南	丹南営農経済センター	経済課	☎0778-51-8003	担当:飯田
坂井	坂井営農経済センター	経済課	☎0776-67-8203	担当:堀端	敦賀美方	敦賀支店	営農経済課	☎0770-47-6109	担当:堀部
奥越	大野支店	営農経済課	☎0779-65-8893	担当:竹内	若狭	嶺南営農経済センター	経済課	☎0770-56-5024	担当:古田
	勝山支店	営農経済課	☎0779-88-1333	担当:山内					

お試し参加も大歓迎!お気軽にお問い合わせください。

理事会報告

●とき/令和7年6月24日(火) ●ところ/本店9階 大ホール

【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 特別調査委員会の設置と運営規程の制定について
- 第3号議案 不祥事対応規程の一部変更について
- 第4号議案 役員責任調査委員会設置・運営規程の一部変更について
- 第5号議案 令和6年度業務報告書及び連結業務報告書について
- 第6号議案 令和7年度専門委員の委員について
- 第7号議案 令和7年度夏季賞与支給について
- 第8号議案 給与規程の一部変更について

上記附議事項は可決承認されました。

監事会報告

●とき/令和7年6月23日(月) ●ところ/本店3階 会議室

【審議事項】

- 第1号議案 JAバンク基本方針に基づく「経営管理資料」のうち農林中金が定める事項(財務モニタリング)の監事意見書について
- 第2号議案 令和7年度監事監査の分担について
- 第3号議案 理事と監事の意見交換会の質問事項について
- 第4号議案 令和6年度事業報告等監事監査の結果について
- 第5号議案 令和7年7月重点監査の実施について

上記審議事項は可決承認されました。



直売所向け品種「ピノ・ガール」 作見会を開催

小玉スイカ「ピノ・ガール」の作見会を5月に喜ね舎愛菜館と小浜支店活性化センターの2会場で開催し、合わせて約30人が参加しました。

JAや県の担当者がこれまでの振り返りや今後の管理について説明。「草勢が強い特性があるため、肥料をやり過ぎないように」と指導しました。座学後には会場付近の圃場で現地研修を行い、実際の生育を見ながら解説しました。

今年は県内で33戸が500本の苗を定植し、生産量は2,000個を見込んでいます。

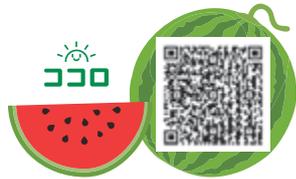
4月から福井市白方町でピノ・ガールを栽培している田中明将さんは「栽培は今回が初めて。品質重視で甘味のあるおいしいものが作れたらうれしい」と笑顔で話していました。



定植作業を行う田中さん



7月上旬から順次出荷しています



焼き芋が楽しみだと児童も話していました

秋の芋掘り楽しみだな♪ サツマイモの苗植え体験

大野市上庄小学校の1年児童15人が6月2日、サツマイモの苗植え体験をしました。農事組合法人稲ノ郷や奥越青壮年部上庄支部のメンバー、大野支店職員らが指導しながら、児童は1人10本ずつ鳴門金時など3種類の苗を植えていきました。10月ころに収穫後、学校で焼き芋をする予定です。



美味しい味噌ができるかな??

栽培から収穫、みそ作りまで 児童が大豆種まき体験

小浜市立今富小学校の3年生58人が6月4日、大豆の種まき体験をしました。総合の学習の一環で児童が栽培管理も行います。

校庭に準備した畑で、JA小浜支店と県嶺南振興局の職員が手順を説明。草取りした畑の土に肥料を混ぜ合わせ、40cm間隔であけた穴に1人4粒の大豆を植えました。秋に収穫した大豆を使い、冬には若狭の特産品「五徳みそ」作りの授業も実施予定です。



秋の実りが楽しみですな♪

大きく育ててね! 児童が梨の袋かけ体験

若狭町みそみ小学校の3年生と野木小学校の5年生の児童が6月6日、若狭町特産の梨の袋かけ作業をしました。児童19人は同町岩屋の吉田清隆さんの圃場で、作業方法を教えてもらいながら20世紀梨に一つずつ袋をかけていきました。

7月に大袋かけ作業を、9月には収穫体験をする予定です。

新嘗祭献穀へ 福井市でモチアワ播種式

皇室の新嘗祭に供える粟の播種式を6月8日、福井市下天下の圃場でありました。奉耕者の宮永政幸さんが豊作を願い播いていきました。

神事には奉耕者家族やJA関係者ら31人が参加。白装束に烏帽子姿の宮永さんから9人がモチアワの種を播きました。9月中旬に抜穂式を行い、収穫した精粟のうち5合(約650g)を10月下旬に献納します。



「無事献上できるよう努めたい」と力強く語る宮永さんでした

全国サンマッシュ生産協議会主催品評会 きのこセンターが奨励賞

今年2月に東京ビッグサイトで開催した菌床しいたけ「サンマッシュ」の出来栄を評価する「第35回品評会」で、おい町のおいきのこセンターが奨励賞を受賞しました。全国から557点の出品があり、県勢では唯一の受賞。(株)北研の西日本営業統括部長の横張大輔さんは「来年は金賞目指して、より一層栽培技術に磨きをかけてほしい」と来年への期待とエールを送っていました。

同センターの谷崎彰彦所長は「今回の受賞を糧に、さらなる品質向上とスキルアップを目指し、高品質なシイタケ栽培に努めたい」と力強く豊富を語りました。



「来年は金賞を目指したい」と話す谷崎所長(前列右)でした



雨の降る中、みずみずしい梅をたくさんもいでいきました



袋いっぱい梅いっぱい おおい町で梅もぎ体験

おい町梅生産組合は6月15日、梅もぎ体験を同町の梅園で開きました。県内外から86人が参加。大きく実った福井梅を袋いっぱいに収穫していきました。JA大飯支店も運営協力しています。

梅干し作りに最適な「紅映」と、梅ジュースなどに向く「剣先」の2種類の実がなる2カ所の梅園で、組合員がもぎ方や良い実の見分け方をアドバイスしながら多くの梅をもいでいきました。

梅もぎ体験は今年で20回目。県内嶺北や京都府、滋賀県など多方面から多くの参加がある大人気企画です。

5月の寒暖差の影響も おおい町で水稻作見会

大飯支店と県嶺南振興局は6月17日、水稻の生育状況を学ぶ現地作見会をおおい町の2カ所の圃場で開きました。生産者ら30人が参加して、苗の状態を見ながら説明やアドバイスを受けました。

同町の佐分利、本郷地区で振興局の担当者が概況と今後の管理方法を説明。「5月の寒暖差が影響して草丈や茎数の伸び悩みが見られる。6月中旬からの病害虫防除や、とりこぼし雑草対策のため適切な除草剤を選択・使用してほしい」と解説しました。



現地で水稻の状況を確認しました

良質な「福井梅」皇室献上 若狭町で選果式

皇室に献上する福井梅の選果式が6月18日、若狭町のリブラ若狭で行われました。町梅振興連絡協議会会長の渡辺英朗町長やJA敦賀美方梅生産部会の山田豊部会長ら7人が、梅干しに適した「紅映」の3Lサイズ秀品の中から、傷の有無や形など一つずつ丁寧に確認し選果。19日午前には町職員が秋篠宮家、三笠宮家、常陸宮家に20kgずつ合計60kgを届けました。

渡辺町長は「今年はたくさんの福井梅が収穫でき大変嬉しい。皇室にお届けできる誉を励みにしながら、生産者、町をあげて特産梅の振興に努めたい」と話していました。



梅の献上は三笠宮妃殿下の来福をきっかけに始まり今年で48回目です



主役でも脇役でも! いろんな料理に

6/5 丹南 初夏どりブロッコリー



花持ち&発色良く大人気の奥越品質!

6/30 奥越 キク



赤肉でシコシコ!!
濃厚な甘みがクセになる!

6/2 坂井 花咲紅瓜



福井の初夏の
青い宝石!

6/5 嶺南 福井梅



シヤキシヤキ食感!!
甘みもGOOD

6/6 福井 五領玉ねぎ

初出荷&目揃え会特集

各目揃え会や
初出荷のようすを
写真で紹介します!



甘くはつぷりな
味わいをぜひ!

6/10 丹南 吉川ナス



ほろやか甘みの金福と
爽やか風味の銀福を

6/10 福井 金福すいか・銀福すいか



ツヤつとお肌の
美人野菜!

6/12 奥越 ナス・ピーマン



赤、黄、オレンジの
宝石箱や!★

6/12 全域 越の宝石



シャリッ感が
たまらなごっ!

6/12 坂井 夏の天使



フルーツのような甘み!!
冷やして食べるとおて

6/30 福井 永平寺スイートコーン

ツヤツヤな“黒い宝石”も
手に入れよう!

つつじの里
さばえ
編

旅する
直売所

シーズン2

自慢の名品を紹介

シーズン2は、直売所の推しの逸品を紹介します。若手職員が「これ食べてみたい!」と試食もしました!



各直売所の
ようすは
こちらの動画を
チェック!



つつじの里さばえ
金子所長



★今月の旅人①★

出来は上々、
料理にどんどん使って

吉川ナス

特大、大、中、小の
4サイズ規格で販売

鯖江市の伝統野菜「吉川ナス」を一度食べてみて。

ソフトボール大のナスで、まるまるした形が手にフィットする愛らしい野菜です。水分が多く甘みもじゅうぶん。農林水産省の地理的表示 (GI) 保護制度、特許庁の地域団体商標にそれぞれ登録されているんですよ。

所長おし

※撮影のため通常勤務時の
服装ではありません

🏠 レシピチェック!

「吉川ナス」の明太🍱のご焼
[https://cookpad.com/jp/
recipes/21944628](https://cookpad.com/jp/recipes/21944628)



みんなに食べさせたいくなる
チーズケーキ発見!

つつじの里さばえはスイーツコーナーも充実しています。旅人のおすすめは鯖江市東鯖江にあるカフェ「あお」さんがお届けしてくれるチーズケーキ。香ばしい焦げ目つきのバスクチーズケーキは入荷を待つ人もい

たべおし



手作りスイーツ「あお」さん

ニューヨークチーズケーキ

380円(税込)

バスクチーズケーキ

380円(税込)





さばえさんどりむ
ブロッコリー
1株 100円(税込)~

形も大きさも ドーム級!

1個1個生産者さんの手作業で収穫されています。みずみずしく、花蕾が大きくて茎もしっかりしていて重量感もあります。こんもりしたアーチ状から「サンドーム福井」にちなんで名づけられました。

ゲキおし

★今月の旅人②★

※撮影のため通常勤務時の服装ではありません

🍳 レシピチェック!

ブロッコリーたくあんタルタル
<https://cookpad.com/jp/recipes/20688525>



推しが集まる店はココ!

つつじの里さばえ

住所: 鯖江市丸山町1丁目7-31
電話番号: 0778-52-4800
営業時間: 9:00~18:00
定休日: 年中無休(年末年始除く)



周辺地図



イベント予定

10月中旬
オープン1周年祭
11月中旬
収穫感謝祭

ゲキおし



さばえ夢7まり
ご好評につき
現在は販売を
終了しています。



鯖江生まれ、売り切れ必至な人気メロン

鯖江特産マルセイユメロンは、目にも鮮やかなオレンジ色の果肉と、香り高くしっとりした肉質が特徴です。鯖江市で試験栽培が行われ今では名物に!形が整った糖度14度以上のものを「さばえ夢てまり」ブランドとして出荷しています。

③ 営農指導員育成研修
(JA営農指導員×専門学生)



5/23 あぐり探究授業 (テーマ: サツマイモ)
合同開催: L'ecole des gourmands Fukui
(旧福井製菓専門学校)



坂井
三国支店
管内

川合本八さん^④、水元専任TAC^⑤、長谷川営農指導員^⑥

園芸 ミディトマト・マルセイユメロン

川合 本八さん

●栽培面積: ミディトマト6棟 / マルセイユメロン4棟

今年の4月から就農された若手の生産者で、色々としりごとくしながらひたむきに頑張っています。作型としては春夏はミディトマト、マルセイユメロン、秋冬はミディトマト、こかぶを中心に行います。まだまだ手探り状態であり、毎日がチャレンジの連続ですが、地域の皆様に喜んで頂ける作物を育て、美味しいと言ってもらえる瞬間を目指して全力で頑張ります。

園芸 ネギ・ナス 純ちゃん農園

●栽培面積: ネギ35.0a / 里芋60.0a / 水稲550.0a

祖父に憧れて、幼い頃から農業を始め、時間を見つけては畑で作業に没頭しています。令和5年に就農して3年目を迎え、里芋とネギを中心に栽培しJAに出荷しています。失敗も多いですが、「七転八起」の精神で農作物と真摯に向き合い、高品質な農作物をお届けしたく、日々栽培技術を模索中です。一日も早く栽培・経営面で自立し、奥越地区の農業を盛り上げられるよう努めています。



奥越
大野支店
管内

純ちゃん農園代表の牧野純也さん^②2人目、古川営農指導員^④1人目、濱営農指導員^⑥2人目、富田営農指導員^①1人目



丹南
鯖江北支店
管内

山本武尚さん^④、中矢営農指導員^⑥、山田専任TAC^⑤

園芸 吉川ナス 山本 武尚さん

●栽培面積: 吉川ナス・ブロッコリー2.4a (ハウス栽培)
ズッキーニ・エダマメ・オクラ等5.0a (露地栽培)

会社勤めを辞め、今年から新規就農しました。ハウスでは鯖江市のブランド野菜である吉川ナスを、露地ではズッキーニをはじめ数種類の野菜を栽培しています。経験不足は、地域の生産者やJA指導員に相談しながら補っています。農業を志すきっかけとなった有機栽培にも取り組み、多くの方に喜んでもらえる農産物づくりに意欲を燃やしています。

1. 農業者の所得増大に向けた営農指導強化

農業者の所得増大に向けた取り組みとして、営農指導員のレベルアップに向けた階層別の専門チーム活動を行っています。活動では、県域の情報や課題共有を図り、指導員歴の少ない若手に対してはU-5研修会を開催し、営農指導の強化に継続して取り組んでおります。

また今年度よりリーダー層、若手層の間にミドルクラスを設け、営農活動内での課題解決、優良事例学習等の活動を通して、更なるレベルアップを目指します。

① 営農指導員(R7)

136名
★内、専任TAC
5名



② 営農指導員レベルアップ(育成)活動

役職	グループ	活動内容
課長代理 課長補佐	米穀：水稲・雑穀リーダー／専任TAC 園芸：戦略品目別チーム	県域営農指導の検討 (情報・各種大会)
係長 主任	ミドルグループ	営農指導員活動実践 発表大会
一般	営農指導員歴U-5研修会	育成研修会 営農指導員資格認証取得

2. JA重点品目生産者紹介



丹南
鯖江西支店
管内

(農)ファーム当田代表の小嶋健雄さん、山田専任TAC
⑥、田中営農指導員⑥

水稲・大麦・大豆 大豆

農事組合法人 ファーム当田

●栽培面積：水稲15.0ha / 大麦10.0ha / 大豆7.0ha

農事組合法人ファーム当田では、水稲を15ha、大麦(はなうまもち)を10ha、大麦の裏作として7haほどの大豆を作付しています。

農事組合法人ファーム当田は設立してから今年で18年目となり、長きにわたり当田地区の水田を守ってきた組織です。現在の小嶋代表は50代と若く、次の世代へとバトンを繋いでいます。

水稲・雑穀・白ネギ

コシヒカリ

池田 雅史さん

●栽培面積：水稲10.0ha / 大豆0.3ha / ソバ0.8ha / 白ネギ0.3ha

祖父の農作業を手伝う中で魅力を感じ、平成24年から専業農家として農業に従事しています。現在は小浜市農地利用最適化推進委員として、農作業受託を通じて農地の保全活動に取組む傍ら、小浜地区白ネギ生産部会の会長も務め、園芸振興にも励んでいます。私のモットーは「晴耕雨読」晴れた日は農作業に励み、雨の日には読書で知識を蓄え、それを晴れの日の農業に活かしています。



嶺南
小浜支店
管内

池田雅史さん⑥、宮川営農指導員⑥、北川専任TAC⑥



福井
福井中央支店
管内

南江守生産組合の皆さん、木下専任TAC②人目、中橋
営農指導員①人目

水稲・大麦・大豆

いちほまれ

南江守生産組合

●栽培面積：水稲40.5ha / 大麦15.2ha / 大豆15.2ha

水稲においては作期分散による負担軽減を念頭に福井米はもちろん多収品種の作付けにおいても積極的に取り組み、昨年は「シャインパール」、本年からは「にじのきらめき」の作付けを決めました。

夏の高温が恒常化する中、栽培管理は年々難しくなってきましたが反収10俵以上を目標にしながら更に1俵でも多くとれるように頑張っています。



JA共済の地域貢献活動

©2017 JA-KYOSAI

JA共済では「組合員や利用者が安心して暮らせる地域社会づくりを」をテーマに、地域の皆さんの暮らしに貢献できる活動を行っています。JA福井県でも、JA共済の地域・農業活性化積立金を活用したさまざまな活動を展開中です。このページでは各地区で行う地域貢献活動をご紹介します。



打って投げて走って青春！ 学童野球大会

JA主催の野球大会を6月21と22日の両日、県内2カ所で開催しました。あわら市のトリムパークかなづでは「JA共済presents第5回JA福井県坂井・あわらブロック杯争奪学童軟式野球大会」を開催。管内の13チームが出場し熱戦を繰り広げました。おおい町総合運動公園では「第5回JA福井県若狭杯争奪学童軟式野球大会」を開催。嶺南の11チームが参加しました。各大会の結果は以下の通りです。

坂井
あわら

順位	氏名	地区
優勝	三国南ライナース	三国
準優勝	加戸スピリッツ	三国

おおい

順位	氏名	地区
優勝	三方レイカーズ	三方
準優勝	若狭JBC	小浜

FukuFull Information

スタッフ募集

- 業務内容
 - ①ガソリンスタンドでの給油（セルフ監視業務）ピット作業
 - ②配送ローリーの配達業務
 - ③LPガス保安業務
 - ④自動車販売・整備業務
 ※本人の希望等を考慮し決定します。
- 勤務地

県内の①JA-SS（ガソリンスタンド）

 - ②LPガスセンター
 - ③オートパル（自動車整備工場）
 ※本人の希望等を考慮し決定します。
- 応募資格

年齢60歳まで・学歴：高校卒業（健康で活力がある方）
普通自動車運転免許

 ※資格保持者（危険物取扱者、高圧ガス第二種販売主任者、自動車整備士）は優遇させていただきます。
- 採用予定人数 若干名
- 選考方法 履歴書、面接（随時）
- その他 交通費、資格手当 ※資格取得の助成制度があります。
- 応募方法 履歴書を下記応募先までご提出ください（労働条件、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 福井市開発5丁目215
福井県農業協同組合 自動車燃料部
TEL：0776-54-7184 担当：小村・川端

農業を意味する「アグリカルチャー」と「ラジオ」を合わせて「あぐラジ」



福井県内の魅力ある農産物などを紹介します

放送中!

6月10日 メロン

今年度から、紹介した品目の試食販売会を生産者と共に行っています。メロンの試食販売会は6月14日にトレスで開催し、約250人が来場しました。
(この試食販売会は福井県からの受託事業です。)



JA福井県坂井地区園芸組織協議会メロン専門部会の上出儀作部会長



Youtubeでもあぐラジをお楽しみいただけます!!

◀左のQRコードからご覧ください▶



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。



お酒の飲み方について

●お酒の適量について

アルコールを分解する能力は人によってそれぞれ違います。また、年齢、性別、体質などの違いによっても影響を受けます。通常のアルコール代謝能力を持った日本人の適量は、1日平均純アルコール量で約20gとされています。お酒に含まれる純アルコール量は以下の計算式で算出できます。

摂取量(ml) × アルコール濃度(度数/100) × 0.8(アルコールの比重)

例) ビール500ml(5%) の場合の純アルコール量

→ 500(ml) × 0.05 × 0.8 = 20(g)

他には、日本酒(15度) 1合(180ml) で純アルコール量22g、
ワイン(12度) 200mlで純アルコール量19g、焼酎(35度)
70mlで純アルコール量20g程度になります。



ただし、この量はあくまでも目安であって、誰にでも当てはまるわけではありません。女性は一般的に男性と比較して体内の水分量が少なく、分解できるアルコール量も男性に比べて少ないとされています。高齢者の場合も若い時と比べて体内の水分量の減少などで、同じアルコール量でも酔いやすいなど影響を受けやすくなります。

●太らないために

毎日お酒を飲む、1回にたくさんの量を飲む、夕食と一緒にお酒を飲むなどの習慣がある場合はどうしても太りやすい原因になります。また、アルコールには食欲増進作用があるので、飲むと食べる量が増えやすくなります。飲む時間や頻度、量、飲み方の工夫をしてもらうことが重要です。以下対策の一例です。



- ・週2日は休肝日を設ける
- ・21時以降は飲まない
- ・長時間は飲まない
- ・水やお茶、ノンアルコールを組み合わせる
- ・おつまみを食べながら飲む
(ただし、脂っこい物は避けて、サラダや冷奴、野菜の煮物、枝豆などがおすすめ)
- ・空腹では飲まない



リクエスト多数により掲載決定!

やさい美的レシピコンテスト 入賞レシピ

夏バテにも最適! そうめんのトマトつけ汁

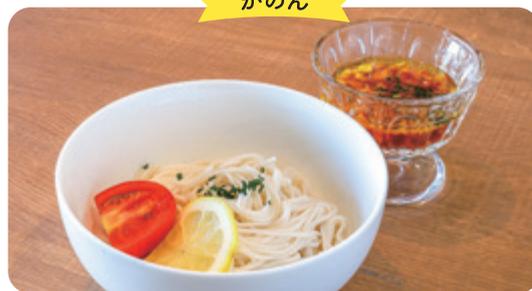
かのん



- 材料 (4人分)
- ・そうめん …4束
 - ・トマト …2個
 - ・オリーブオイル …大さじ2
 - ・めんつゆ …大さじ3
 - ・水 …大さじ6
 - ・塩こしょう …少々
 - ・レモン汁 …小さじ1



- 作り方
- ① トマトを細かく刻み、ボウルに入れる。
 - ② オリーブオイル、めんつゆ、水、塩こしょう、レモン汁を入れる。
 - ③ 鍋に湯を沸かし、そうめんを入れ、表記時間どおりにゆでる。



福井の幸せタイカレー

アップルミント



- 材料 (4人分)
- ・赤・黄パプリカ …各1個
 - ・なす …5個
 - ・ピーマン …10個
 - ・さやいんげん …20本
 - 鶏モモ肉 …600g
 - ・塩こしょう …少々
 - ・ニョクマム …大さじ2
 - ・チキンスープ(濃い目) …900ml
 - ・ココナッツミルク …400ml
 - ・クミン、カルダモン …各3振り
 - ・ごはん(ややかため) …2合分



- 作り方
- ① パプリカは一口大、なすは乱切りし水につけアクを抜く。ピーマンは5mm幅、さやいんげんはヘタと筋をとり下茹でする。
 - ② 鶏肉を一口大に切り、深めのフライパンで皮目から強火で焼き、焼き目が付いたら返して中火にし、3分焼く。
 - ③ ②にニョクマムを入れ、鶏肉になじんだら火を止め取り出す。
 - ④ フライパンに野菜を入れ、残った油と絡めながら中火で5分炒める。
 - ⑤ 鶏肉を戻し、強火で2分炒め、チキンスープを加え沸騰したら、弱火で20分煮る。
 - ⑥ ココナッツミルクを加え混ぜ、沸騰したら弱火で5分煮る。
 - ⑦ クミン、カルダモン、いんげんを加え火を止め、ごはんにかける。



クイズに答えて
JA福井県の特産品をゲット!!

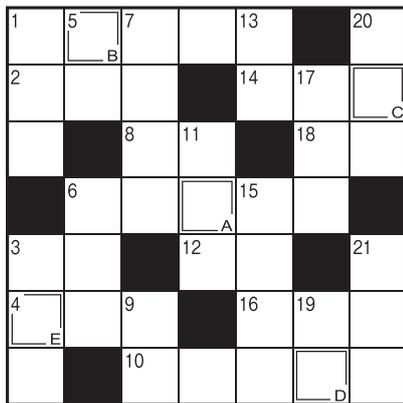
読者プレゼント

つつじの里さばえより
手作りスイーツ「あお」さんの
スイーツ詰合せ



クイズ正解者の中から
抽選で10名様

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 ミーンミン、シャワシャワ、カナカナカナ……
- 2 物事にかかわりを持つこと
- 3 代金は今度まとめて払うね
- 4 西田佐知子のヒット曲、『コーヒー・——』
- 6 さだまさしの名曲『——流し』で歌われているのは、長崎県などですのお盆の行事
- 8 スイカにかける人もいます
- 10 2分の1がハーフなら4分の1は
- 12 チョウが吸うもの
- 14 台木にくっつけたり挟んだりして育てます
- 16 もう一杯、お——!
- 18 鼻の長い動物

↓ タテのカギ

- 1 国際博覧会(万博)には——各国が出展します
- 3 朝顔に——とられてもらひ水(千代女)
- 5 官の対義語
- 6 合格を目指して受けることも
- 7 二十四節気のひとつ。令和7年は8月23日です
- 9 悪夢を食べるといわれる想像上の動物
- 11 旧国名のひとつ。今の滋賀県あたり
- 13 人が並んで作るもの
- 15 コイン——に荷物を入れた
- 17 紙幣のすかしは——防止策のひとつです
- 19 魚などの内臓のこと
- 20 あぶく。ソーダ水からたくさん出ます
- 21 半透明でプルプルした洋菓子

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

応募先

《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→
※読み取れない場合はメールアドレスを手入力またはハガキでご応募ください



《7月号の答え》ネガイゴト



※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。

応募締切

8月20日(水)

6月号 応募数:601 正解数:594

読者からのメッセージをご紹介します♪

れんげの里の特集が良かったです! よもぎ餅美味しそうでした!
福井市・Yさん(60代)

当日の撮影時に食べましたが…
めっちゃうまでした♪

医大受診の際は必ずれんげの里に寄ります。今月の旅人さん、すごく笑顔のステキな人ですね。スイーツコーン買いに行きます。
坂井市・Yさん(70代)

毎回フレッシュでステキな職員に直売所散策を楽しんでもらっています!

福井の味噌汁は具もしっかり入っていて、美味しかったです。特に里芋の味噌汁がよかったです。
福井市・Iさん(60代)

ありがとうございます!
福井の旨味をギュッと詰め込んでいます♪

Dream農叶、素敵な母娘のパン屋さんこだわりもあって、機会があれば行ってみたいと思いました。
敦賀市・Yさん(60代)

ぜひぜひ! 別日に訪問した時は店内超満員! でした♪

ふくフルメール

テレビなどでは県外の美味しいものの情報ばかりですが、県内にもたくさんの美味しいものがあるとFukuFullで知りました。県内の美味しいもの、食べてみます!
大野市・Mさん(50代)

福井にあるたくさんの旨いもん! 今後もお楽しみにしてくださいね♪

編集後記

- 第6回通常総代会を6月28日に開催し、無事に終了いたしました。ありがとうございました。地区別説明会や総代会でいただいたご意見やご要望に対する回答は、ふくふる9月号に掲載する予定です。
- 6月号表紙の味噌汁に添えられた手、実は私でした。撮影前にハンドクリームを塗らなかったので保湿はパッチリでしたが、元からお肉でムチムチしているのが気になり…。実際はあまり目立たなかったので安心しております(笑)
クリームパンのようなお手々のぶり

JA福井県
https://www.ja-fukuiken.or.jp/

SNSで旬な情報
投稿中!!



FukuFull 2025.8 No.064

【発行】福井県農業協同組合 【編集・制作】総務部 総務課 【TEL】0776-50-7600 【FAX】0776-50-7602 https://www.ja-fukuiken.or.jp/
【印刷】福井県経済農業協同組合連合会 購買事業部 印刷課 〒910-0842 福井市開発5丁目204番地 【TEL】0776-54-7105 【FAX】0776-54-7543