

JAと地域の人々をむすぶ広報誌

2022

5

月号

No.510

# 東美の里

TOMINOSATO

特集

うま味・栄養価が増す  
干し野菜を作ってみよう

## CONTENTS

農家組合長会定期総会を開催	P 2
営農情報	P 4
特集	P 6・7
富里俳壇	P 9
シェフ永井のおすすめ	P 12



 JA富里市

旧岩崎家末廣別邸



J A 農家組合長会は 4 月 27 日 (水)、令和 4 年度富里市農家組合長会定期総会を開催しました。

【新役員・監事の皆さま】

- 会 長 堀越 薫 (宮内)
  - 副会長 橋本 芳夫 (七栄第二)
  - 大澤 弘 (実の口)
  - 下田 靖人 (三区)
  - 評議員 戸澤 弘 (大和台)
  - 皆川 忠 (高松入)
  - 皆川 晋吾 (二重堀)
  - 藤代 照義 (二区)
  - 柳田 民男 (武州)
  - 鈴木 孝 (十倉)
  - 監 事 三橋 修 (日吉新田)
  - 田中 茂 (金堀)
  - 金田 雅明 (両国)
- 前年度の農家組合長さま方におかれましては、1 年間ありがとうございました。

# 小学校でスイカ授業

J A 営農指導課は 4 月 12 日 (水)、富里第一小学校でスイカの出前授業を行いました。

総合学習の一環として、食育と富里の特産物を知る為に先生からの依頼を受け行いました。

J A 職員の他、篠原進一さん (立沢)、印旛農業事務所職員も講師として参加しました。

授業ではスイカの成長過程を説明した後、2 人 1 組で実際に定植し、摘心や苗の遮光を行いました。摘心は葉っぱの数を数えて 4 枚目



これから定植



説明をする JA 職員



の葉のところで茎を切らなければいけないので、生徒たちは真剣に取り組んでいました。今後は、換気や除草作業等を行い、育てていきます。次回はスイカの交配時に授業を予定しています。担当した J A 職員は「スイカ作りの大変さを知ってもらいたい。また、その価値を知ってもらいたい。また、もしスイカの生産者になった時にこの経験を思い出して、活かしてもらえたら嬉しい」と話しました。

# ラッピングポスト 設置



ラッピングされたポスト



J A 富里市と富里市観光協会とは、「馬のふるさとすいかの里」をモチーフにラッピングを市内 6 か所の郵便ポストに行い、通行人などの注目を集めています。市の公式キャラクター「とみちゃん」のイラストが全面に配置され、J A 前のポストにも同様にラッピングがされています。市政 20 周年を記念して地域振興や新たな観光資源の創出を目的として行われました。根本実組合長は「郵便ポストに、とみちゃんが描かれたことは、スイカ産地として大変名誉なこと。富里スイカに携わる農家や関係者の励みになる」と話しました。

# 「子ども食堂とみさと お弁当配布」



「子ども食堂とみさと」は4月10日(日)、中部ふれあいセンターでお弁当60食を配布しました。この日のメニューは子どもたちに人気のカレーと卵焼きや、富里の旬の農産物を使った手作りの惣菜やデザートなどで、子どもたちは「ありがとうございます!」と嬉しそうに受け取っていました。

JAでは「地域・農業活性化積立金」を活用し、産直センターの食材を提供しています。



富里の食材が彩るお弁当



愛情たっぷりのお弁当作り



子どもたちにお弁当を手渡し



約50人のボランティアスタッフが、約16人が調理を担当しました。コロナ禍で、センター内で食事が提供できない中でも、月2回のお弁当の配布を続けてきました。代表の宮本和子さんは「JAなど食材を提供してくれる方や、施設を貸して下さっている富里市のお陰で続けて来られた。これからも子どもたちに、富里の安全安心な農畜産物を食べてもらいたい」と話しました。

# 養豚場がロケ地に



豚舎前で撮影

NHKの連続テレビ小説「ちむどんどん」の放送が4月11日(月)よりスタートしました。物語中では堀江ファーム(末広地区)の豚舎等が撮影に使われました。「ちむどんどん」は沖縄県生まれの主人公が高校を卒業し、上京してレストランで修行に励み、遠く離れても家族の絆に励まされながら、沖縄料理に夢をかけ、東京の地で奮闘していくストーリー。

同ファームの堀江光洋さんは養豚の知識を見込まれ、一部台本監修を行っているそうです。ドラマは1970年代という時代背景であることから、古い木造豚舎が残っているのも今回の撮影理由の一つです。

# ちばエコ農産物 現地巡回



JAは4月21日(火)、県と全農ちば職員と共に「ちばエコ農産物」生産圃場の巡回を行いました。「ちばエコ農産物」認証制度は環境保全と食の安全・安心に配慮した千葉県独自の農産物認証制度で、この日は春ニンジンとスイカの生産圃場を訪れ、事前に提出された計画に沿った栽培がなされているか、聞き取りを行いました。

確認を受けた生産者は「資材費高騰への対策も考慮し、よりエコな栽培方法をとっていきたい」と話しました。



聞き取りを受ける生産者







# お天気カレンダー

## 予想雨量何ミリで、危険か

気象予報士●檜山 靖洋

今年も長雨の季節がやって来ます。ここ近年は、毎年のように、梅雨時から台風シーズンに大雨による災害が発生します。大雨に対する備えを確認しておきましょう。

大雨が予想されるときには、気象庁から予想雨量が発表されます。「今日6時から明日6時までの24時間に降る雨量は、関東甲信で〇〇〇 mm です」というようにテレビなどの気象情報でも伝えていきます。この数字をどのように受け止めれば良いのでしょうか。



それは地域によっても違います。もともと雨の少ない地域では100mmでも危険な場合がありますし、雨の多い地域では100mmくらいではそれほど危険ではない所もあります。それぞれの地域の過去の雨量の記録や過去の災害時の雨量と比べることをお勧めします。この雨量なら危険、これ以下なら安全と線引きできるわけではありませんが、目安の一つにはなると思います。

気象予報士・防災士  
檜山靖洋 ひやまやすひろ

1973年横浜市生まれ。  
明治大学政治経済学部政治学科を卒業後、印刷会社に就職。  
1999年に気象予報士を取得し気象会社へ転職。  
2005年からNHKの気象キャスターに。  
朝のニュース番組「おはよう日本」の気象情報に出演中。

# 知りタイガーの JA 虎の巻

第29回  
JA全国大会決議  
JAグループの実践

【今回のテーマ】



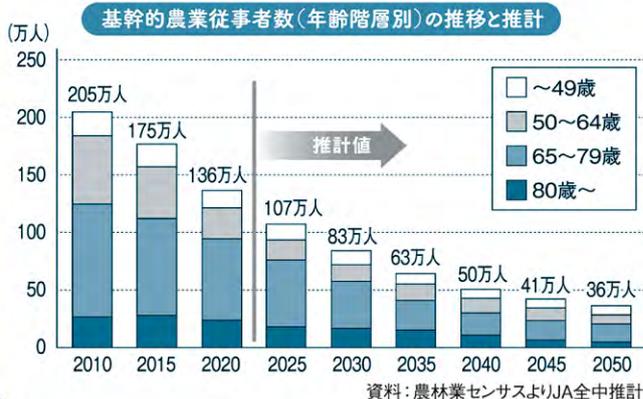
全国のJAで「次世代総点検運動」がスタートしているね。私たちの身近な食と農を未来につなぐとても大事な運動みたい。どんな取り組みなの？

いま地域農業は、世代交代期にあり、地域農業を支える次世代の担い手を育成・確保していくことが課題です。



「次世代総点検運動」は、組合員とJA役職員が、共に地域農業の現状や将来を見通し、農業生産を維持していくために必要な次世代組合員数の目標等を設定し、その実現に向けた具体策(事業承継支援や新規就農者支援など)を策定する取り組みです。

JAグループは次世代組合員を戦略的に支援することで、持続可能な食と農の実現を目指します。



耕そう、大地と地域の未来。

濃厚な甘味・  
うま味に感動

# トマト

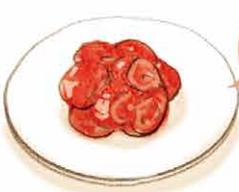
## 作り方

### 下処理

へたを取って、皮付きのまま横半分になり、種を取り除く。

### 干す時間、完成の目安

皮を下にして、半日～2日程度干す。全体的にしわが寄り、クタツとなったら取り込む。



お薦め料理

サラダ、マリネ、スープ、揚げ物、炒め物、煮物など

ニンニクやハーブの風味を加えたオイルマリネは、バゲットやサラダに。

生とは違う  
食感に驚き

# キュウリ

## 作り方

### 下処理

皮付きのまま、斜め切り、輪切り、棒状などに切る。

### 干す時間、完成の目安

半日～1日程度干す。表面が乾いて、全体的にしんなりしてきたら取り込む。



お薦め料理

マリネ、ピクルス、あえ物、炒め物、漬物など

干しキュウリのめんたいバター炒め。加熱しても水っぽくならず、癖になる歯応えです。



監修:KAORU  
イラスト:小林裕美子

### 基本の干し野菜の作り方

- 1 野菜を洗って水気を拭き、用途や好みに合わせて切る。
- 2 表面の水分をペーパータオルで拭き取り、ざるなどに重ならないように並べる。
- 3 天気が良い日に風通しの良い場所で干す。好みの状態まで乾燥したら取り込む。
- 4 そのまま調理に利用、または保存して活用する。

干し野菜とは、野菜を切って天日干しまたは陰干ししたものを「干す」という一手間を加えた野菜は、うま味や甘味が凝縮され歯応えがアップします。残り野菜も無駄なく利用できる、時短調理が可能になる、栄養価が増すなど生の野菜とは違う魅力が生まれます。ぜひ作ってみませんか。

辛味が和らぎ  
うま味アップ

# タマネギ

## 作り方

### 下処理

皮をむいて根を取り、串切りや輪切りなどに切る。

### 干す時間、完成の目安

半日～1日程度干す。表面にしわが寄り、全体的にしんなりしたら完成。



お薦め料理

サラダ、マリネ、あえ物、炒め物、揚げ物、煮物など

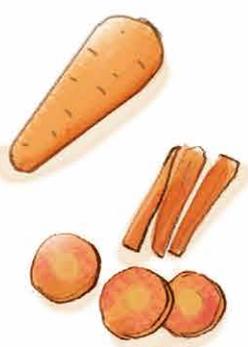
甘味が増したタマネギと豚肉をごま油で炒めるだけ。調味料も少なめで味が整います。



特 集

ニンジン  
嫌いも克服

# ニンジン



## 作り方

### 下処理

皮はそのままか薄くむき(皮部分が黒っぽくなるため)、1cm程度の輪切り、いちょう切り、棒状の細切りなどにする。

### 干す時間、完成の目安

半日~1日程度干す。表面が乾いて白っぽくなり、しんなりしたら取り込む。



**お薦め料理** ソテー、ピクルス、炒め物、あえ物、漬物、煮物など

油でさっと炒め、ツナ缶としょうゆで調味。干すことで炒め時間が短縮し、甘味がアップします。

かさが減り  
うま味が凝縮

# キノコ



## 作り方

### 下処理

シイタケは軸を取り、かさを下にして半日~1日ほど干す。シメジは石づきを取り小房に分け、エリンギは縦切りにして半日程度干す。

### 干す時間、完成の目安

表面が乾いて、程よく縮んだら取り込む。



**お薦め料理** だし、スープ、マリネ、炒め物、煮物など

キノコ、ホタテ缶、水を鍋で煮立たせ、みそを溶かせば、だしいらすの即席みそ汁に。

特有の香りが  
優しく穏やかに

# ピーマン パプリカ



## 作り方

### 下処理

へたと種を取り除き、縦半割り、四つ割りなどにする。

### 干す時間、完成の目安

皮を下にして半日~1日程度干す。表面にしわが寄り、全体にしんなりしたら完成。



**お薦め料理** マリネ、ピクルス、あえ物、炒め物、漬物など

皮目をあぶり、オリーブ油、塩、こしょうで味をなじませれば、華やかな一品に。

料理の幅が  
グンと広がる

# キャベツ ハクサイ



## 作り方

### 下処理

葉を1枚ずつ剥がすか根元を付けたくし切りにする。

### 干す時間、完成の目安

葉を広げて半日~1日程度干す。葉がしんなりしてきたら取り込む。



**お薦め料理** ソテー、グリル、煮込み(ロールキャベツ・ハクサイ)、あえ物、漬物など

葉でウインナーを巻き、トマト入りコンソメスープで煮る。下ゆでせずに巻くことができます。

## 《金融営業課から 知っ得コーナー!》



私たちは皆さまに「安心」と「満足」をお届けするため、日々の活動を行っています。どうぞお気軽にお声掛けください。



【お問い合わせ先】 金融営業課 TEL:93-2112

### 【5月のおすすめ情報】

- ◎JAの「自動車共済」こんなに安くなるの!?  
車の購入を検討されている方や、他社にご加入されている方はぜひお見積りください!
- ◎資料請求いただいた方にもれなく  
アンパンマン KIDS ソックスをプレゼント!  
お子様、お孫様にかわいいプレゼント、喜ばれています!
- ◎新型コロナウイルス感染症の被患に伴う共済金のお支払いに関する相談もお受けしております。
- ◎もしもの時に備えて、契約内容を確認しませんか?  
ご相談は下記までお気軽にお問い合わせください。





### JA 葬祭

## 事前相談会&見学会

虹のホール富里にて  
月2回開催しております

開催 時間 : 10時~14時迄  
開催予定日 : 6月8日(水) 6月26日(日)  
7月7日(木) 7月13日(水)



---

## JA虹の友

### 会員募集中

入会金 **3,000**円

詳しくはこちら 

JA 富里市 購買生活課 ☎0476-93-2900  
JA 葬祭 ☎0120-580-983

## 令和5年新採用職員 募集

富里の農畜産物を、全国のみなさんに喜んで食べていただくためのやがいのある仕事です。

☆ やる気のある方大歓迎 ☆

【職 種】  
金融・共済・販売・産直センター・購買・農機・総務

【待 遇】  
健康保険・厚生年金・雇用保険・  
労災保険加入 有

退職金制度 有

【時 間】  
8:30~17:00 実働7.5時間  
(休憩1時間)

詳しくはホームページの採用情報をご覧ください。

【連絡先】総務課(採用担当)  
0476-93-2111



## COOLBIZ

クールビズ

### 夏期の節電対策「クールビズ」の取り組み

《実施期間》令和4年5月2日(月)~令和4年10月31日(月)

期間中は軽装(ノーネクタイ・ノー上着)にて失礼いたします。

# 富里俳壇

仏生会戦禍の子等を目に浮かべ  
 遠国へ寄付したる日や仏生会  
 野も山も満たして桜吹雪かな  
 花筏乗るが叶ふは風ばかり  
 七十路や妻の手をとる花月夜  
 泡沫や野遊びの姫惚ぼるる  
 空堀も緑の絨毯敷き尽くす  
 春の来て仕事始めか蟻の群  
 道の辺に踏まれて強し犬ふぐり  
 手を休め鶯の声聴きほれる  
 鶯はなんと洒落たる声なのか  
 燕来て戸を閉めきれぬ農機具庫  
 朝寝する気儘が通る隠居かな  
 卒業や傷いつぱいのランドセル  
 春の耳右はお笑い左ジャズ

秋葉 紅陽  
 寒郡 政雄  
 鈴木 遊琴  
 水野 俊徳  
 古川 一步  
 長野 芳枝  
 迎田 正子  
 八森 英夫  
 山本 和子  
 須藤ちづ子  
 小林 昭治  
 稲毛 信子  
 高橋 文江  
 樋口 寧子  
 池田 悦子  
 南陽俳句会

## JA富里市直通電話番号一覧表

営 農 部 (販売・指導)	TEL	0476-93-5652	FAX	0476-92-0225
購 買 生 活 課 (購買店舗)	TEL	0476-93-1911	FAX	0476-92-4832
購 買 生 活 課 (生活事業)	TEL	0476-93-5651	FAX	0476-92-0225
金 融 部 (金融・共済)	TEL	0476-93-2112	FAX	0476-92-5819
機 械 セ ン タ ー	TEL	0476-93-8683	FAX	0476-93-8481
産直センター1号店	TEL	0476-91-0520	FAX	0476-91-0521
産直センター2号店	TEL	0476-90-3331	FAX	0476-90-3332
総 務 部	TEL	0476-93-2111	FAX	0476-92-5819

※緊急事故連絡先(夜間・休日) TEL 0120-258-931・葬祭等 TEL 0476-92-0983

◎間違い電話により、ご迷惑を被っている方がいらっしゃいます。番号をよくお確かめの上、おかけ下さい。

## ☆☆☆☆☆☆ 6月のあなたの運勢 ☆☆☆☆☆☆

<p><b>山羊座</b> 12/19 ~ 1/22</p> <p>【全体運】表面的には穏やかでもはらわたが煮えくり返るようなことがあるかも。よく観察し冷静に。相手の術中にはまらないで</p> <p>【健康運】やり過ぎは駄目。無理せずスローペースで</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】オクラ</p>	<p><b>天秤座</b> 9/23 ~ 10/23</p> <p>【全体運】吉凶混合運。判断に迷ったときは初心に戻って。目的を再認識すれば答えが見えてきます。即断即決で動いて</p> <p>【健康運】刃物など器具の取り扱いには慎重を心がけて</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】ソラマメ</p>	<p><b>蟹座</b> 6/22 ~ 7/22</p> <p>【全体運】忙しくなりそう。問題が多いですが解決に向かう兆しも見えています。交渉事は慌てずじっくり進めると吉</p> <p>【健康運】頑張り過ぎに注意。適度に休息を取って</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】ミツバ</p>	<p><b>牡羊座</b> 3/20 ~ 4/21</p> <p>【全体運】良好運。パワフルなのでエネルギーを注ぐ目標を定めるとより開運。笑顔を心がけ自分から話しかけていって</p> <p>【健康運】歯科検診などお口の健康チェックを最優先</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】サヤエンドウ</p>
<p><b>水瓶座</b> 1/18 ~ 2/20</p> <p>【全体運】状況が好転。良い知らせが届きそう。旅行など遊びに行く計画を立てるのがお勧め。思いやりあふれる言動にツキ</p> <p>【健康運】友人たちとスポーツを楽しみましよう</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】パプリカ</p>	<p><b>蠍座</b> 10/22 ~ 11/24</p> <p>【全体運】周りの状況に振り回されがち。怒りは抑えつつも主張すべきところは主張して。丁寧な作業を心がけると好転</p> <p>【健康運】いつものペースで。規則正しい生活が一番</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】ゴーヤー</p>	<p><b>獅子座</b> 7/22 ~ 8/22</p> <p>【全体運】交流の機会が増え活動範囲が広がります。分からないことは人に聞いてみると「目からうろこ」のアドバイスが</p> <p>【健康運】体力増進のチャンス。筋トレもお勧め</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】ニンニク</p>	<p><b>牡牛座</b> 4/21 ~ 5/21</p> <p>【全体運】多少の無理なら聞いてもらえそう。あなたができることは率先して行うようにするとい関係が築けます</p> <p>【健康運】香りの良いお茶でリラックスタイムを</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】ジュンサイ</p>
<p><b>魚座</b> 2/19 ~ 3/20</p> <p>【全体運】お金で解決できる問題なら出し惜しみしないのが得策。終わらせることで新しい道が開けます。部屋の片付け吉</p> <p>【健康運】腹も身の内。腹八分目を心がけましよう</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】キュウリ</p>	<p><b>射手座</b> 11/21 ~ 12/23</p> <p>【全体運】やった者勝ちなところがあるので先んじて動いて。問題が出てきたら後からフォローしていきましょう</p> <p>【健康運】ハードなスポーツも楽しめる好機です</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】ミョウガ</p>	<p><b>乙女座</b> 8/22 ~ 9/23</p> <p>【全体運】問題が表面化しがち。ただ表に出てきたことで解決に向かうケースも多々。ポジティブシンキングが開運の鍵</p> <p>【健康運】美しい景色を眺めて気分転換。深呼吸も◎</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】サイヤインゲン</p>	<p><b>双子座</b> 5/21 ~ 6/22</p> <p>【全体運】好調運。優先順位を決め効率的に動くよう心がけて。諦めずに挑戦し続ければ念願もかなう予感です</p> <p>【健康運】ヘアケアに力を入れて。髪形を変えるのも吉</p> <p>【幸運を呼ぶ食べ物】ツルムラサキ</p>



ふれあいひろば



## 有害鳥獣被害状況について (令和4年4月末現在)

獣別農作物被害額 (令和4年4月からの概算累積額)		
アライグマ		0千円
ハクビシン		0千円
タヌキ		0千円
イノシシ		0千円
ノネズミ		0千円
カラス		0千円
合計		0千円



アライグマ被害スイカ



アライグマ被害トウモロコシ

捕獲頭数 (令和4年4月からの累積数)		
アライグマ		7頭
ハクビシン		3頭
タヌキ		2頭
カラス		0頭
合計		12頭

- ◎イノシシ目撃情報 0件：
- ◎イノシシ足跡・痕跡等 0件：
- ◎イノシシによる被害 0件：



【参考】山武市との行政界付近でのイノシシ捕獲頭数累計22頭  
【令和4年4月末時点】

<情報提供元>富里市有害鳥獣被害防止対策協議会事務局

### 情報の提供をお願いします

有害鳥獣による農産物被害の軽減を図っていくためには、皆さまからの情報が重要になります。鳥獣の足跡や被害（小さな被害でも構いません）を見つけたら、下記までご連絡ください。地域一丸となって鳥獣害対策に取り組んでいきましょう！

【連絡先】富里市有害鳥獣被害防止対策協議会事務局（富里市農政課）TEL：93-4943  
JA富里市営農指導課 TEL：93-5652

## 今月の表紙



### 旧岩崎家末廣別邸

平成24年、三菱地所株式会社より、末永く大切にしたいとの申し出により、富里市に寄附されました。市では、寄附後直ちに、歴史的価値が非常に高いことから、国登録文化財への申請を行い、平成25年12月24日に正式に国登録有形文化財となりました。  
大正から昭和にかけて当時の末廣農場内に建てられ、三菱の社長が自ら経営した農場です。

## JA 富里市に新採用職員が入組しました。どうぞよろしくお願ひします。



### 総務課

イシヤマ タケシ  
石山 健

【趣味・特技】ドライブ

【抱負】北海道出身。39歳です。早く仕事を覚え、皆さまのお役にたてるよう頑張ります。



### 産直事業課

シマネ タクミ  
島根 巧

【趣味・特技】読書

【抱負】頑張りたいと思います。



### 購買生活課

イシバシ タクミ  
石橋 拓実

【趣味・特技】散歩

【抱負】地域の皆さまのお役に立てるよう、明るく元気に頑張ります。

# 農ライフ

「農に生きる」

富里は豊かな恵みに富み、その恵みの数だけ生産者の想いがあります。農業にこだわり、農業に懸けるみなさんをこのコーナーでご紹介していきます。

## 今月の生産者さん

かわぐち こういち  
川口 浩一さん  
(実の口地区)

### PROFILE

川口さんは農業歴20年。両親、妻と共に春大根50a、人参180aの他、じゃがいも、落花生、ブロッコリー、里芋などを栽培している。(総面積約400a) 中一、小三の2人の娘のお父さんで、趣味はドライブ。



## 作物が育つ喜び

川口さんは、短大卒業後に就農し20年目。子ども頃から近くで見えていたとはいえ、就農当初は覚えることが多くで大変だったそうです。「作物が順調に育って収穫できる瞬間に喜びを感じた」と話します。



換気中の春大根のトンネル

## 春大根の播種

川口さんが一番得意な作物は大根で「春大根はトンネルを設置する手間がかかるが、秋作のように暑い時期の消毒作業がなく作りやすい」と話します。

一番手の春大根の播種は、人参の収穫が終わった年末頃で、播種時の畑の水分量が大量の出来に大きく影響するため、乾燥していれば水を撒くこともあるそうです。播種後はトンネル

を密閉し温度を上げて生育を促し、4月中旬から出荷します。



収穫前の春大根の畑



肌艶良く収穫できた新品種

## 天候の影響に対処するために

また、春大根は「降雨の後に晴れるなど、天候によっては数日で大きくなってしまおう」と話し、予定通りに出荷できるように生育ペースを調整する技術も重要です。天候や生育状況を確認しながら、トンネルの換気や、ビニールを外すタイミングを見極めます。

天候や自然災害の影響を受けてしまうのが農業の難しさですが、年々夏の暑さが厳しくなっており「厳しい天候でもこれまで通りの収量を維持する事が課題」と、川口さんは話します。昔から培ってきた栽培技術に加え、新品種も取り入れながら、高品質な作物を作り続けるべく川口さんは挑戦を続けます。

ふれあいひろば



新連載

Chef Nagai's

Recommended Recipes

シェフ永井の  
おすすめ

## 納豆とナガイモのチャーハン

### ◆作り方

- (1) ナガイモは3cm 幅のさいの目切り、青ネギは小口切りにする。カリカリ梅は種を取り除き細かく切っておく。
- (2) ボウルに卵を割りかき混ぜ、白飯を入れよく混ぜ合わせる。
- (3) テフロン加工のフライパンにサラダ油を熱し、(2)を入れ強火でパラパラになるまで炒める。
- (4) (3)にナガイモ、カリカリ梅を入れ塩、こしょうをして混ぜながら軽く炒め、最後に納豆を入れフライパンの周りからしょうゆを入れサッと混ぜる。
- (5) 器に(4)のチャーハンを盛り付け、青ネギを散らし出来上がり。

### ◆材料 (2人分)

- 白飯…茶わん軽く2膳分
- 卵…1個
- 納豆…1パック
- ナガイモ…3cm幅
- カリカリ梅…6個
- 青ネギ…適宜
- 塩、こしょう…少々
- しょうゆ…小さじ1
- サラダ油…大さじ1と1/2

永井智一 (ながい・ともかず)  
茨城県笠間市にある「天晴 (旧キッチン晴人) オーナーシェフ」



### 3月末の事業実績

貯金残高	24,322,906千円
貸出金残高	7,124,809千円
長期共済保有高	96,606,060千円
販売品販売高	1,551,136千円
直売所売上高	112,424千円
購買品供給高	526,931千円
出資金	582,193千円
組合員数	2,922人

(正組合員：1,684人／

准組合員：1,238)

出資金名義、組合員資格等の変更が生じた場合、総務課までご連絡ください。

ごんには。藤田です。  
5月と言えば子どもの日ーそして鯉のぼり！我が家でも小さいですが、鯉のぼりを飾りました。  
過ぎやすい季節になったので、また子どもといるお出かけしようと思います。まずは潮干狩りがいかなと計画しています。

### 編集後記

1. ディスクロージャー誌2022について
  2. 個人情報保護法関連規程の一部変更について
  3. 給与規程の一部変更について
  4. 役員賠償責任保険への加入について
  5. 大口融資先の金利見直しについて
- 令和4年4月27日に理事会が開催され、次の事項が審議されました。

### 理事会メモ

