



—地域と共に未来へつなぐ—

ごしょうがる

1

January 2025
vol.187



謹賀新年

Contents

年始のご挨拶 …………… 2	お答えします 特別編 … 8	お正月パズル① …………… 13
年末年始の営業について … 3	Instagramランキング … 10	お正月パズル② …………… 14
フォトニュース …………… 4	金融課からのお知らせ … 11	食卓を彩る旬のレシピ … 15
2024年JAごしょうがるの 主なできごと …………… 6	購買課からのお知らせ … 12	コラム『身近な草木』 … 16

年末年始の営業について

年末年始の営業時間をご確認の上、ご利用くださいますようお願いいたします。

	JA各店舗・施設 (スタンド除く)	ガソリンスタンド ※洗車機の営業時間については各店舗でご確認ください。					灯油 配達
		本店 SS	木造 SS	南 SS	北 SS		
12月27日 (金曜日)		通常営業				通常配達	
12月28日 (土曜日)	休業	通常営業				通常配達	
12月29日 (日曜日)	休業	通常営業	休業				
12月30日 (月曜日)		通常営業				通常配達	
12月31日 (火曜日)	休業	8:30 ~ 12:00				休業	
1月1日 (水曜日)	休業						
1月2日 (木曜日)	休業	8:30 ~ 17:00				休業	
1月3日 (金曜日)	休業	8:30 ~ 17:00				休業	
1月4日 (土曜日)	休業	通常営業				通常配達	
1月5日 (日曜日)	休業	通常営業	休業				

●**スタンド**：灯油・軽油の通常配送は、1月4日からとなります。

●**LPガス緊急連絡先**

【JAあしんセンター】TEL.0120-182-571

年始のご挨拶



代表理事組合長
山本 康樹

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。
組合員の皆様をはじめ、ご家族の皆様、そして地域の皆様におかれましては、健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。また常日頃より、当JAの事業運営にご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げますとともに、深く感謝申し上げます。

さて、令和6年は前年の猛暑の影響などにより、米不足が深刻化し、国内各地においてはスーパールの商品棚から米の姿が消え、「令和の米騒動」として騒がれました。
我が国の農業情勢は厳しい状況の中ではありますが、農家の所得向上のため、米の販売においては庭先集荷業者に負けないくらいの追加払いが

その影響から令和6年産米は全国的にも高値で推移し、特に庭先集荷業者においては近年にない高値で取引され、JAの集荷業務に大きく影響をもたらしました。
また、長引くロシアのウクライナ侵攻に加え、長期化する円安により肥料、燃油等の農業資材の高止まりが農業経営を大きくひっ迫しております。
令和5年度決算につきましては、記録的な猛暑の影響により、米の品質低下、りんごの収量低下などの影響を受けましたが、高値基調で推移したこともあり当期剰余金計画8千600万円に対し、1億119万円を確保することができました。組合員および地域の皆様のご理解とご協力のもと達成できたものと感謝申し上げます。

結びとなりますが、組合員をはじめとする利用者、地域住民の皆様のご健勝とご多幸、地域農業の更なる発展をお祈り申し上げます。

代表理事組合長 山本 康樹
代表理事専務(信用担当) 齊藤 勝徳
代表理事専務(経済担当) 工藤 良二
理事 秋田谷 廣次
今 伸 寿
野 呂 重 正
工 藤 敏 彦
成 田 義 彦
木 村 やさ子
木 村 一 雄
浜 山 敏 彦
小 林 史 昭
小 野 善 仁
笠 井 利 治
小 野 哲 義
館 山 邦 仁
三 浦 勝 裕
新 谷 勝 文
吉 田 秀 美

できるような販売努力をしてまいります。他の農産物についても高値販売に努め、生産者の皆様へ少しでも多く還元できるように全力で取り組んでまいります。

謹賀新年

令和七年 元旦



11月28日

リンゴ樹 抜根・植替作業

りんご課では、リンゴ樹の抜根・植替作業の希望をとりまとめ、作業を実施しています。この日、リンゴの収穫も終わり静まり返った園地では、重機を動かす音が鳴り響いていました。

J Aでは、農産物の販売のみならず、生産者の営農支援にも積極的に取り組んでいます。営農指導はもちろん、重機が無ければ出来ない抜根・植替作業でも生産者をサポート。今季の申し込み分の秋作業は終了し、残りは春作業となります。りんご部会員は通常価格よりもお得にご利用いただけます。



リンゴ樹の植替作業

12月3日

メロン販売5億を達成

当J AとJ Aつがるにきたで構成されるつがるメロン協議会は、つがる市で2024年度メロンの販売報告会を開き、販売金額が5億537万円となり目標金額を達成し、販売単価は3413円（1箱8キ）で過去最高単価となったことを報告しました。手軽に買えるカット売りが人気となったことなどが要因です。

17年に設立した同会は、2J Aによる選果施設の共同利用、共同販売を行ってきましたが、一方で講習会や販売報告などは各J Aで実施し、生産者間の意識共有が課題の1つになっていました。今後の産地維持のためには会全体の意識共有が必要であり、今回初めて合同で販売報告会を開きました。

報告会には、生産者や取引市場関係者ら約140人が参加し、本年度の振り返りと市場からの要望などを共有し、次年度の栽培に向けて決意を新たにしました。

同会の会長を務める当J Aの山本康樹組合長は「みんなで協力して、つがるメロンの産地を守っていきましょう」とあいさつ。

報告会では、秀品率の部と総出荷数の部の2部門で優良生産者を表彰し、8人の生産者が受賞しました。



総出荷数の部で表彰された須藤助十郎さん

12月4日

ネギ 栽培講習

ねぎ部会は2025年の生産に向け、トキタ種苗(株)の小原悠真さんを講師に招き栽培講習会を開きました。

小原さんは品種特性を説明し、近年の気候に合わせながら、生育の特徴を生かして栽培するよう提案しました。

部会員は土づくりについても興味を示し、小原さんに質問するなど、25年産の栽培に向けて意欲を見せていました。



ネギ栽培講習会の様子

12月5日

希望持てる 農業を

J Aグループ青森は、青森市で第30回J A青森県大会を開き、当J Aからも30人の役員が出席しました。農業人口の減少や高齢化による生産や経営基盤の弱体化など、県内農業の現状と課題を共有し、今後3年間で取り組む4つの重点目標を決議しました。

4つの重点目標のうち、「食料・農業基盤の確立と担い手支援」「農政活動の強化と豊かな暮らしの実現」についてを土台の重点目標と位置づけ、そのうえで「組織の経営基盤の強化」と「農業・J Aに対する理解・共感の醸成」に取り組みます。



J A県大会に出席した役員ら

12月7日・8日

地元でもジュースでPR

10月に続き、プロバスケットボールチーム「青森ワッツ」のつがる市ホーム戦でも、来場者に対し「たちねぶたりんごジュース」を無料配布し、J AをPRしました。両日先着500人の来場者へ配ると、来場者は嬉しそうにりんごジュースを受け取っていました。

12日には、中央りんごセンターと豊成りんごセンターで、りんごジュースの原料となる2024年産加工用りんごの籠空け作業を行いました。りんごジュースは9000箱（1箱30缶）の製造を計画。この日、製造を委託しているJ Aアオレンに原料を引き渡すため、各課から職員が集まり作業にあたりました。

当J Aオリジナルの「たちねぶたりんごジュース」は「ふじ」「王林」「ジョナゴールド」をブレンドし、甘味と酸味が程よく調和した味が特徴で、ふるさと納税の返礼品としても人気が高いです。収穫する年の天候によってりんごの味や収穫量が変わるため、毎年ジュースを製造する前にその年の味や風味を吟味しています。今回も2度の試飲会を経て24年産ジュースの配合を決定しました。



来場者へりんごジュースを手渡す職員



職員によるりんご籠空け作業

12月10日・11日

スイカ栽培講習

野菜振興協議会とすいか部会はそれぞれ栽培講習会を開き、2025年の生産に向けて栽培技術を確認しました。

野菜振興協議会では、西北地域県民局農業普及振興室と協力して小玉スイカの収穫適期調査を実施しており、その結果報告を受けました。調査は、スイカの収穫適期をこれまで着果日からの経過日数で判断していたものを、近年は生育が早まり収穫適期の把握が難しいことから、着果日からの積算温度を利用して収穫適期の把握が可能かを検討したものです。今後も引き続きデータを収集して、精度を高めていく予定です。



本店

木造総合支店

2024年！JAごしょつがるの主なできごと

1月



2日：青年部「新春もちつき」(立佞武多の館)
4年ぶりの開催。地元親子連れや多くの帰省客、観光客の前で、力強いもちつきパフォーマンスを披露しました。

4月



1日：「辞令交付式」(本店)
本・支店合わせて54人が異動となり、山本組合長から辞令を受け取りました。人材確保が難しい中ではありますが、役職員一丸となって事業推進に努めています。

7月



2日：「メロン共選スタート」
(メロン選果施設)
今年から高温対策や輸送問題の対応策として新たに「鮮度保持装置」を導入しました。

10月



25日：「合同施設見学会」(精米施設ほか)
JAつがるにしきたと合同で、五所川原農林高校の生物生産科1年生を対象に、合同施設見学会を実施しました。

初

2月



15日：年金受給日「来店感謝イベント」(各店舗)
2ヵ月に1度の年金受給日に合わせた来店感謝イベントをスタートさせました！まるっと新鮮館の出張販売や共済相談会などを実施し、立ち寄りやすい店舗づくりを目指しています。

5月



14日：「各地で田植え」(管内)
2024年産米は全国的にも高値で推移し、JAでは「まっしぐら」と「はれわたり」で、JA全農あおもりが示した生産者概算金の目安額に、独自に2,000円を上乗せしました。

8月



31日：「ノウフクマルシェごしょつがる」
(水造総合支店)
当日の悪天候により、急遽倉庫を使用しての開催となりましたが、1,000人近い方にご来場いただき、イベントは大いに盛り上がりました。

11月



22日：「QOL健診」(本店)
女性部がQOL健診を受診しました。その日のうちに結果を受け取り、改善すべき生活習慣を確認しました。

3月



18日：「モモシンクイガ対策要望書提出」
(五所川原市役所)
要望書提出後五所川原市は、リンゴに使用する交信攪乱剤購入費用の4分の1以内を上限に補助することを決定しました。

6月



12日：「ミニトマト合同講習会」(つがる市)
JAつがるにしきたと同じ「サンチェリー」という品種を栽培していることから、合同でミニトマト栽培講習会を開きました。全3回開催し、栽培技術の共有を図りました。

9月



28日：「親子稲刈り体験」(五所川原市)
農業のこと、JAのことをより理解してもらうことを目的に、管内に住む親子を対象に稲刈り体験イベントを行いました。

12月

初



「JAごしょつがる公式キャラクター誕生」
2025年からは、このキャラクターを中心に、当JA、当JAの農産物と生産者をどんどんPRしていきます！

備えあれば憂いなし。防災は日頃からの準備が大切です！

4 ベビー用品・介護用品

赤ちゃんのおむつや肌着、ベビーフードなどは、日頃利用しているものが安心です。介護用品も同様です。「これしか駄目」な製品は、多めにストックしておいた方が良いでしょう。



3 衛生用品

トイレトーパーやティッシュペーパーは多めに買っておくようにしましょう。ウェットティッシュ、せっけん、消毒用アルコールも役立ちます。女性は生理用品やおりものシートも多めに備えましょう。



2 生活用品

ラップ、ポリ袋、ゴミ袋、ガムテープなどは、避難生活で何通りにも使えます。カセットボンベ、乾電池、軍手やビニール手袋なども多めに備えておきましょう。



1 食料品・飲料

食料・水の備蓄は、最低3日分を目安に食べ慣れたもの・好きなものを少し多めに買ってストック。賞味期限の近い順に食べていき、減った分はその都度補充します。最低3日分、さらに先も見越して備えましょう。



災害が発生した瞬間に持ち出すものと、避難生活に必要なものを分けておきましょう

すぐに避難しなければならぬとき

避難生活であると便利なもの

緊急避難時には、大きくて重いバッグは文字通り重荷になってしまいます。本当に必要なものだけを緊急避難リュックに入れて、すぐに持ち出せるように玄関などに準備しておきましょう。

在宅避難する場合や、避難所から一時帰宅する場合に備えることも大切です。避難生活用には、以下のリストにあるものを準備しておくといでしょう。

チェックリスト

- 携帯トイレ
- ヘッドライト
- ヘルメット（折り畳み式が便利）
- レインコート
- 防災用ホイッスル
- タオル
- 水（500mlのペットボトルを1、2本）
- 掃除用具
- マスク
- ゼリー飲料など
- 応急手当用品
- モバイルバッテリー
- 給水器
- 乾電池

チェックリスト

- 携帯トイレ・簡易トイレ
- ウェットティッシュ
- 液体歯磨き
- マスク
- 飲料（1週間分）
- 長期保存できる食べ物（1週間分）
- カセットコンロ・ボンベ
- 給水袋
- 掃除用具
- 水を運ぶ道具（ポリタンクなど）
- ランタン
- アイマスク・耳栓

「おうちキャンプ」のススメ

普段からキャンプを楽しんでいる人は、「おうちキャンプ」を試してみましょう。被災してライフラインが途絶えたとき、自宅どう過ごすか。アウトドア感覚で実践してみると「あれも用意しておけば良かった」などと、気が付くことが多いものです。カセットコンロや備蓄品で食事タイムを楽しむ、簡易トイレを使ってみる、電源や明かりを確保するなど、被災生活を疑似体験してみましょう。



チェックリスト

- 持ち歩いてそのまま食べられるもの
あめ・チョコレート（リラックス効果大）／ナッツ（カロリー・栄養価が高い）／チーズ（栄養価・満足度が高い）／ドライフルーツ（ビタミン・ミネラルが豊富）
- 火や水を使わなくても食べられるもの
肉・魚加工品（おかずに最適、パワーが付く）／缶詰（保存食の王様、家族の好みに合わせる）
- お湯を注ぐか、温めるだけで食べられるもの
レトルト・フリーズドライ食品（日持ちする上、パラエティーに富む）／細い麺（ゆで時間が短いそうめんや極細の Pasta など、麺つゆや Pasta ソースも一緒に）
- 食欲を促す菓子など
せんべい（香ばしさで食欲増進、個包装のもの）／ようかん（小腹が空いたときに一口タイプを）／野菜・果物チップス（ビタミン補給に）
- 栄養バランスを整えるもの
シリアル・バランス栄養食（手軽な栄養補給）／栄養機能食品（食事で取れない栄養をカバー）
- 災害時にもお薦めの飲み物
野菜ジュース（野菜不足を解消）／粉末スープ（みそ汁など、体が温まる）／機能性飲料（健康保持に）

家族の大好物をストックしよう

お父さんはトマトジュース、お母さんは豆乳、娘はカフェオレ…など、家族が好きなものを箱買いしてはいかがでしょうか。好きな飲み物が箱買いされていたら、幸せな気分になりますよね。「次は何にしようかな！」なんて、日常備蓄が楽しみになりますよ。



「いつもよりちょっと多め」がポイント

お買い物で賢く防災

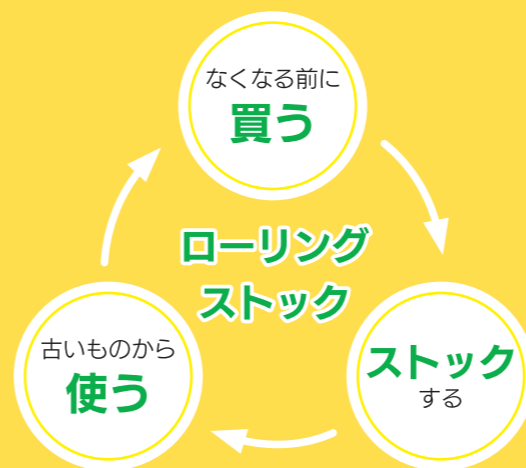
日常 ローリングストック 備蓄

おすすめ

皆さん、災害への備えは万全ですか？ 大切なのは日頃の心構えです。いつもの買い物を少しだけ変えることが防災につながります。

日常備蓄とは？

「日常備蓄」とは、食料品や生活必需品など、普段から食べている・使っているものを少し多めに購入してストックしておくこと。災害時は、食料品や生活必需品が一時的に入手しにくくなるのが考えられます。「買って・ストックして・使う」ため、**ローリングストック**とも呼ばれています。



広報担当

最近地震が多くてコワイです。JAさんでも防災用のグッズとか紹介してくれたりいいかも…

能登半島地震の発生から1年。9月の豪雨災害と二重に被災した人も多く、継続的な支援が求められています。地震や津波などの自然災害は、時として想像を超える力で襲ってきます。しかし、日頃から防災対策をしておくことで、被害を少なくすることはできます。今回、グッズの紹介ではありませんが、余計なお金や手間をかけずに行うことができる、家庭の防災備蓄方法「日常備蓄（ローリングストック）」をご紹介します。

◎お答えします◎

特別編

個人・企業の方も大歓迎

JAごしょつがる

お取扱期間 12月28日 金

冬の貯金キャンペーン

適用金利 1年のスーパー定期貯金

ご契約期間 1年

0.15%

(12月2日現在の店頭表示金利に+0.025%上乘せ)

粗品をプレゼント! お楽しみ!

貯金の種類
この貯金は、預入期間1年のスーパー定期貯金、大口定期貯金の自動継続型でお預りします。
預入金額・預入単位
スーパー定期貯金は1口50万円以上1,000万円未満、大口定期貯金は1口1,000万円以上、1円単位とします。
利率
預入時の1年のスーパー定期貯金店頭表示金利に0.025%上乘せとします。(同額書替による預け入れは対象となりません。)
増額書替
期間中に満期が到来した定期貯金を預入期間1年のスーパー定期貯金、大口定期貯金の自動継続型に増額書替する場合(10万円以上の純増契約)も、1年のスーパー定期貯金店頭表示金利に0.025%上乘せとします。(増額後の残高が50万円以上を対象とさせていただきます。)
～詳しくは、JA窓口へおたずねください～

大口定期貯金 1,000万円以上

スーパー定期貯金 50万円以上

2024年12月1日現在

JAバンク青森

キャンペーン期間: 2024 12/1日 → 2025 4/30水

表示金利の適用期間: 2024 12/1日 → 2024 12/31火 申込分

金利引き下げ! WEBからの申込みがおトク!

JAバンク青森ローンキャンペーン

JAネットローン マイカーローン

条件を満たしたお客さま(引下げ後金利)

変動 年1.65%

保証料込

JAネットローン 教育ローン

条件を満たしたお客さま(引下げ後金利)

変動 年1.65%

保証料込

上記以外のお客さま(店頭金利)

変動 年2.80%

保証料込

変動 年3.05%

保証料込

保証機関: 三菱UFJニコス株式会社

※以下のとおり、ご融資時に一括して保証料をお支払いいただくタイプの商品もご用意しております(保証機関:青森県農業信用基金協会)。詳しい内容につきましては、JAの窓口へお問い合わせください。

マイカーローン(変動) 店頭金利 年1.50%~3.80% 引下げ幅 年0.50%~2.80% 引下げ後金利 年0.70%~1.65%(保証料別/年0.572%)

教育ローン(変動) 店頭金利 年1.50%~3.05% 引下げ幅 年0.00%~1.80% 引下げ後金利 年0.70%~1.65%(保証料別/年0.472%)

JAごしょつがる Instagramランキング 2024

2023年3月からスタートした公式Instagram! イベント告知やキャンペーン情報、JAの仕事内容等々…

JAの情報・魅力をどんどん発信中

2024年の投稿内容を分析! 人気投稿はコレだ!!

フォロワー数: 385人 (12月17日現在)

★閲覧数

(見られた合計の回数)

No.1

【1,752回】

★リーチ数

(閲覧したアカウント数)

No.1

【967人】※2件



- 5月31日投稿
イベント告知: 6/14 開催
「年金受給日イベント」



- 11月10日ストーリー
11/10 開催
「まるっとの日」
スタート!



- 8月31日投稿
8/31 開催
「ノウクマルシェ
ごしょつがる」

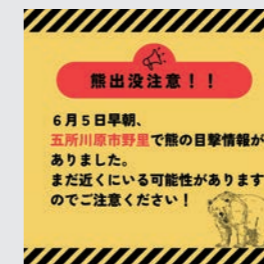
★いいね

No.1

【58いいね】

- 6月5日投稿
6/5 「熊目撃情報」

熊情報は関心が
高かったようです!



新春スペシャル

お正月パズル①

お正月ぼけを吹き飛ばすパズルで頭スッキリ。
気持ちを新たに幸先の良い一年のスタートを切りましょう！

出題：ニコリ イラスト：信吉

シークワーズ

盤面に隠された言葉を見つけ出すパズルです。探すべき言葉は、タテ、ヨコ、ナナメ45度で、一直線に読めるように入っています。途中で文字を飛び越えたり、折れ曲がって読んだりしてはいけません。同じ文字を何度か使うこともあります。

例題では「はつゆめ」だけを探しますが、右の問題では「おめでとう」「おとしだま」2種類の言葉を、それぞれいくつあるか探してください。どちらの言葉のほうがたくさん入っているのでしょうか？

例題

はつゆめは
めつめめは
はゆゆつつ
つつつめゆ
はっははめ

はつゆめは
めつめめは
はゆゆつつ
つつつめゆ
はっははめ

例題の答え：6個

問題 「おめでとう」と「おとしだま」は、どちらが多いでしょうか？

おおまおめでとう
めとおだとでめお
おしおおしおでと
まだめとめとめし
だまのでめでおだ
しおとしだまとま
とうとでめおう
おとおうとでめお

× (キリトリ)

郵便はがき

037-0690

料金受取人払郵便

五所川原局
承認
112

(受取人)

五所川原市大字
野里字奥野100番地

差出有効期限
令和7年
12月27日まで

切手不要

JAごしょつがる
企画管理課広報 係

× (キリトリ)

！新春！ お年玉 企画

お正月パズル①・②それぞれ
正解者の中から抽選で5名様に
QUOカード **2,000円**分を
プレゼント！

時間を使ってゆっくりクイズ
にチャレンジ！
たくさんのご応募お待ちしております！！



〒		
ご住所	市	
ふりがな		年齢
お名前		
お近くの店舗名	本店 ・ 木造総合支店 ・ 北支店	

購買課からのお知らせ

果樹剪定用品は1・2月がお買得！！

2025年1月～2月まで、果樹剪定用品を予約価格にて販売いたします。購入、買い替えをお考えの方は、ぜひご検討を！

【お問い合わせ】 本店グリーンセンター ☎27-3330



「3年連続日記」販売終了のお知らせ

長年にわたり販売しておりました「3年連続日記」ですが、この度、発行元の業務終了に伴い販売を終了することとなりました。

ご愛用いただいていたお客様には多大なご迷惑をおかけしますこと、心よりお詫び申し上げます。

現在販売している「3年連続日記」の受注受付は
令和7年1月15日(水)まで
となっております。

お早めにご購入ください！





材料 4人分

豚バラ肉 (塊)	1 kg
ショウガ (薄切り)	4、5 枚
ネギ (青い部分)	1 本分
酒	400 ml
ダイコン	200 g
ニンジン	1 本
みりん	大さじ 4
しょうゆ	大さじ 3
砂糖	大さじ 3
ゆで卵 (半熟)	4 個

ポイント

調味料の代わりに、すき焼きのたれを加えると味が染み込みやすく、つや良く仕上がります。圧力鍋を使うと30分くらいで軟らかく仕上がります。

作り方

- 豚バラ肉は沸騰した湯に入れて、さっとゆでこぼす。
- 鍋に湯を沸かし①の肉、ショウガ、ネギを入れて、1時間ゆでる (このとき、湯が減ったら肉が漬かるくらいに湯を足しながらゆでる)。火を止めて、ひと晩冷ます。
- ②の鍋に浮いた脂を取り除き、肉を取り出し一口大に切る。ゆで汁は取っておく。
- 鍋に一口大に切った肉を入れて、酒を加えて強火で火にかける。アルコールが飛んだらゆで汁を加え、肉が漬かるようにして火にかける。1時間煮たら火を止めて冷ます。
- ダイコンは2cm厚さの半月切り、ニンジンは1cm厚さの輪切りにする。
- ④の鍋の脂を取り除き、⑤とみりん、しょうゆ、砂糖を加えて煮る。沸騰したら、弱火にして約30分煮含める。
- 最後にゆで卵を加えて煮含める。

豚角煮

とっておいき旬のレシピ

新春スペシャル

お正月パズル②

お正月ぼけを吹き飛ばすパズルで頭スッキリ。
気持ちを新たに幸先の良い一年のスタートを切りましょう！

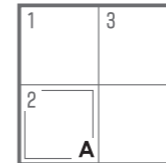
出題：ニコリ イラスト：信吉

漢字ミニクロス

カナではなく漢字を入れるクロスワードです。ヒントを頼りに、1マスに漢字を1文字ずつ入れましょう。

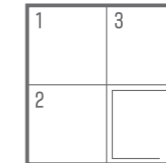
問題

二重ワク (2つあります) に入った漢字を、A・Bの順に並べると、ある言葉になります。その言葉は何でしょうか？



横の鍵

- これから訪れます。近〇〇、〇〇予想図
- 夜空でまんまるに光るフルムーン



横の鍵

- とつてもでっかい、2025年の干支 (えと) の生きもの
- 〇〇を伸ばして、大の字になって寝る

縦の鍵

- 18歳〇〇の人は、17歳以下です
- 30日ほどたつと訪れます

縦の鍵

- 誰にはばかることもなく、〇〇を振ってまかり通る
- あつても無駄な、よけいな付け足しをいう言葉

応募締切

当日消印有効

1月25日(土)

引き続きメールでのご応募もお待ちしております。

kanri@ja-goshotsugaru.or.jp

※12月号の解答・当選者については、2月号の紙面で発表いたします。



京風雑煮

丸餅と白みそ仕立ての優しいおいしさ

材料 4人分

だし	600ml	ダイコン	4 cm
※水 1ℓ に対し、昆布 5g、かつお節 8g		白みそ	200 g
サトイモ	4 個	丸餅	4 個
		糸がつお	適宜

作り方

- だしを作る。水に昆布を入れて3時間置く。その後火にかけて沸く前に昆布を取り出し、かつお節を入れて沸騰直前に火を止め30秒置く。これを布巾でこし、絞らずにそのまま水が切れるまで置く。
- サトイモは亀甲形になるようにむき、5mm厚さに切る。ダイコンは5mm厚さのいちょう切りにし、それぞれ米の研ぎ汁でゆでる。軟らかくなったら、水で洗う。
- 白みそを鍋に入れ、火に付けずに①のだしを加えて溶く。丸餅を入れて中火で5分煮て、火を止めて5分蒸らし、おわんに盛る。
- 鍋に②のサトイモ、ダイコンを入れて温め、おわんに盛り、糸がつおをのせる。



松風焼き

2度ひきのひき肉を使って作る、おせちの定番

材料 6人分

鶏ひき肉 (2度ひき)	400 g	B	酒	大さじ 3
A	おろしショウガ 5g	しょうゆ	小さじ 2	
しょうゆ	大さじ 1	片栗粉	小さじ 1/4	
塩	小さじ 1/4	砂糖	大さじ 1	
卵	1/2 個	ケシの実	少々	
砂糖	小さじ 1			
小麦粉	大さじ 1			

作り方

- ボウルに鶏ひき肉とAを入れてよく混ぜ合わせる。
- ①をクッキングシートに1.5cm厚さの四角になるよう広げ、フライパンで両面を焼く。
- Bを混ぜ、鍋に入れて火にかき、とろみがついたら②に塗り、ケシの実を振りかける。
- ③を扇形に切って、鉄扇串に刺す。

J A 共済連から

非常用発電機

が寄贈されました。



近年、自然災害の頻度と規模が増加しており、私たちの生活やインフラに大きな影響を与えています。その影響を最小限に抑えるため、自然災害等による停電時に、JA施設を電力供給の拠点として活用することを目的として寄贈されました。

- 本店 1台
- 木造総合支店 1台

に設置し、いざという時に役立てていきます。



お正月パズル①のこたえ 【 】

お正月パズル②のこたえ 【 】

※ こたえがどちらかひとつでもご応募いただけます

- 興味を持った記事はありましたか ● (2つまで)
- 2024年JAごしよつがるの主なできごと
- フォトニュース ローリングストック
- お正月パズル 食卓を彩る旬のレシピ
- その他 ()

● おたより掲示板へのコメントなど ●



PayPayクーポンを事前にゲット!

PayPayでお支払いをすると
PayPayポイント

最大 **5%** 5回まで

PayPayポイント

戻ってくる PayPayクーポン

2/1(土) ▶ 2/28(金)

[付与上限]500ポイント/回、1,500ポイント/期間
*条件あり *後日、PayPayポイントを付与。出金・譲渡不可
*詳細はアプリ内のクーポン詳細画面をご確認ください
[クーポン発行者]全国農業協同組合連合会 [業務受託者]PayPay株式会社

JA/SS

JAごしよつがる

本店セルフSS、南SS、木造セルフSS限定!

(※北SSはQR決済システム導入をしていないため)



スタンドからのお得情報

身近な草木 和ハーブ入門

植物民俗研究家/和ハーブ協会副理事長 ● 平川美鶴

春の七草 新年を祝う和ハーブ7種のレシピ

「セリ ナズナ ゴギョウ
ハコベラ ホトケノザ スズナ
スズシロ これぞ七草」
5・7・5・7・7のリズム
で、子どもの頃は自然と七草た
ちの名前を覚ええました。

実際のところ、現在の暦で1
月上旬は若葉摘みにはまだ早
く、旧暦1月7日(人日の節句)
に当たる2月上旬ごろになって
ようやく、野にセリやハコベラ
の若葉がひょっこり顔を出して
きます。

7種類の和ハーブを細かく刻
んで炊きたてのおかゆに混ぜて
いただく「七草がゆ」は、ミネ
ラルや食物繊維の補給の意味で
も理にかなっています。今回
はちよつと変化球。この時期に
なるとスーパーマーケットなど
で手に入る「七草セット」を活
用した「和ハーブ七種みぞれス
ープ」をご紹介します。1月7
日の朝、年末年始の胃腸の疲れ
を癒やしつつ、無病息災と豊穡
(ほうじょう)を願っていただ
きましよう。

■和ハーブ七種みぞれスープ
■材料(作りやすい分量)
○七草セット(市販) 1パック

① ダイコン(またはカブ)と
シヨウガをそれぞれすりお
ろす。

② かつおだしに①を加えて火
にかけ、塩としょうゆで味
を調える。

③ ②に刻んだ七草セットを全
て加え、ひと煮立ちさせて
出来上がり。

七草セットがない場合は、ミ
ツバやセリ、シユンギクなどの
香味野菜で代用できます。焼い
た餅や、刻んだユズの皮を加え
るのもお勧めです。ぜひお試
しください。

体を温め、消化を助けます

編集室

ココだけのバナッ

乙巳(きのと・み)

2025年は60年に一度の「乙巳(きのと・み)」の年だそうです。乙は木を、巳は蛇を意味し、木が成長する様子や蛇が脱皮をすることなどから「発展・成長の年」になると言われているようです。当JAにとって、そして皆様にとって飛躍の一年になりますように…。本年も何卒お願い申し上げます。

ホームページ

Instagram

JAGOSHOTSUGARU

◎ 広報誌等の作成にご協力をお願いします
企画管理課では、広報誌等に使用するため、各行事で写真撮影を行っております。お見かけした際にはご協力をお願いいたします。