

地域と食の未来をつなぐ

2024

JO!N 07

Vol.182

ジョイン





自分のこだわりを大事に
お客さまに応えられるカスミソウ職人へ！



「カスミソウを育て始めて15年経ちますけど、一度も同じように育った年なんてなかったですよ。思った通りに育たなくて思い悩むよりも、次どうするか考えながら全力でカスミソウに向き合っています」と優しい笑顔でお話してくれたのは、杵築市でカスミソウの栽培をしている大田健一さん。

大田さんのほ場では、8月ごろ4回に分けて植え付けを行い、10月下旬から翌年の6月中旬にかけて収穫を行っているそうです。カスミソウは、春先のような暖かい気候が一番育ちやすくなるそうで、少しでも温度調整を間違えると一気に咲いてしまうため、特に温度管理には気をつけているんだとか。

温度以外にもどんなことに気をつけているか尋ねてみると「温度以外だと病気や害虫の予防、あとは水ですね。カスミソウはたくさん水が必要とする作物なので、しっかり水やりをしないと茎の長さが短くなったり、花が少なくなったりするんですよ」と話してくれました。

飾るもよし！
贈るもよし！
カスミソウを楽しんで！



杵築花き研究会
おお た けん いち
大田 健一さん (56)

就農約35年目。代々みかん農家だったという大田さんは、当初みかん栽培をしていたものの15年ほど前に経営改善のためカスミソウ栽培を開始。現在は1人で作業を行っており、30aのほ場でカスミソウやスターチスなどの栽培に心血を注いでいる。

約35年という長い期間、農業に携わってきた大田さんは農業の魅力について「やっぱり作物に向き合った分だけ、還元されるところはいいところですよ。もちろん生き物なので、厳しい面もあります。だけど、厳しさを超えられるように努力をすれば戻ってきます。あとは、自分のやりたいことで収入を得られるところも魅力だと思っています」と教えてくれました。そんな大田さんの夢は息子さんたちが農をつないでくれること。「今、息子2人が農業法人に勤めています。自分がやりたい品目でいいから「農業をやりたい！」って思ってくれればいいなと思います」

大田さんの農業への熱い想いや大きな愛情を感じたところで、最後の質問。大田さんの考える「つくりびと」とは？

「こだわり抜くこと、ですかね。職人気質といいますが、自分なりのこだわりを持ってカスミソウに向き合っていて、できればお客さまに応えられるような商品ができればいいなと思っています」

大田さんの農業に対する熱い想いと信念を持ってカスミソウ栽培に取り組み姿勢につくりびとを感じました。皆さんも、大切に育てられたカスミソウをぜひお部屋に飾ってみてください！

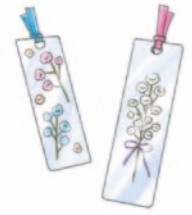
大分のカスミソウについて



カスミソウは県内3地区で栽培され、周年を通して出荷されます。季節ごとに出荷時期が異なり、夏は九重町飯田、秋から春は杵築市と豊後高田市と各地から出荷します。県内はもちろん、九州や関西、関東にも出荷しています。

【主な生産地】
杵築市、豊後高田市、九重町飯田

カスミソウの楽しみ方



カスミソウは花が小さく乾燥させやすいことから、ドライフラワーや押し花などに適した花です。ドライフラワーをインテリアとして飾ったり、押し花をしおりとして使ったり、その楽しみ方は多岐にわたります。

花束の魅力を引き出す
小さな花が愛らしいカスミソウ！



カスミソウの
特徴

カスミソウは、ドライフラワーや花束などによく使われ、約100種類以上あると言われています。細かく分かれた枝先にたくさんの小さな花が咲くことから名づけられたそうです。また、花言葉に「感謝」という意味もあるので、大切な人へのプレゼントにもおすすめです。

カスミソウの
出荷時期

周年

ココに注目！

カラフルなお花を楽しもう！
染めカスミソウのすすめ

染色液で手や洋服が汚れないように注意してね！



小花がかわいらしいカスミソウは、染めやすくきれいに色が発色するのが特徴です。自分の好きな色やプレゼントする相手のことを考えて、染めカスミソウを作ってみませんか？

- ▼用意するもの
- ・カスミソウ (色はホワイトがおすすめ)
 - ・植物専用の染色液 (リーフ液)
 - ・汚れても良い縦長の容器
 - ・はさみ (生花用のはさみがおすすめ)

- 染め方
- ①用意した容器のなかに、染色液を入れる
 - ②カスミソウをお好みの長さに切る
 - ③カスミソウを①の染色液の中に入れる
 - ④カスミソウが染まるまで3~4時間待つと、完成！





テレビ
ハッピーパワージTV
ON AIR! 旬

～地域と食の未来をこなく～

4月放送分ダイジェスト

4/2(火)

大分農業大学卒業式

3月13日、大分県立農業大学で2年間学んだ学生の卒業式が行われました。令和5年度は28名が卒業し、春から就職や就農する卒業生たちへのインタビューなどを放送しました。



4/9(火)

目と舌で感じる
大分県産品の魅力を紹介!

フラワーデザイナーの大谷由美さんとレポーターの首藤まみかさんがフラワーアレンジや県産農畜産物を使ったお弁当作りをする企画。今月は、アルストロメリアを使ったフラワーアレンジを紹介しました。



4/16(火)

大分の農業を支える
“つくりびと”を直撃!

JAおおいた統一広報誌「JOIN」の“つくりびと”とコラボした企画。今回は日田市でわさびを栽培している坂井正満さんを紹介しました。諦めずにわさびを栽培し続ける坂井さんの姿を放送しました。



4/23(火)

おんせん県おおいた
すいか物語

過去の放送にも登場してくれた中島洋介さんと伊藤悠介さんが再び登場。今回はすいかの花の交配やツルの管理作業について紹介しました。



4/30(火)

規格外野菜×楊志館高校

楊志館高校調理科の生徒が企業と連携して規格外野菜を活用した商品開発を行い、パークプレイス大分で開催された発売記念イベントの様子を放送しました。



番組内キーワードを答えて「おおいた和牛」を当てよう!!

番組では5,000円相当の「おおいた和牛」を毎月3名さまにプレゼント。ご応募は、JAおおいたホームページにあるハッピーパワージTVプレゼント応募フォームへ必要事項と、番組最後に発表されるキーワードを入力してください。

応募はこちらから!



YouTubeで見逃し配信中

番組を見逃した! というあなたのために、JAおおいた公式YouTubeでは、「ハッピーパワージTV」を再配信しています。見逃した方はもちろん、一度見た方もぜひもう一度ご覧ください!

チャンネル登録をお願いします!

JAおおいた公式YouTubeはこちらから!



展望台から望む
杵築城もきれい!

1 杵築城

杵築城は1394年に建てられ、日本一小さいお城とされており、600年以上杵築を見守ってきました。杵築城内は見学することもでき、天守閣からの景色は最高です。



杵築城の近くには「中根邸」という杵築藩家老の隠居宅があるんだって



季節ごとに色んな加工品を楽しむことができます!

直売所紹介

風の郷市場

山香町農林産物出荷組合の皆さんが丹精込めて育てた農畜産物をはじめ、惣菜や加工品、工芸品などを取り揃えて販売しています。



7月ごろに入荷予定の商品

【野菜】 トマト、ピーマン、とうもろこし
【果物】 すいか、桃



あま酒で夏バテ防止! 実は夏が旬のあま酒。夏バテ防止や熱中症対策にいかがですか?

2 奈多海岸

白い砂浜と黒松が並ぶ奈多海岸は、「日本の白砂青松100選」に選定されています。沖合に浮かぶ岩礁の上には鳥居が立っており、朝日スポットとして人気があります。



大分県産野菜をお弁当に詰めて海水浴に行こう!

さんぽ 杵築

今月号から新企画「〇〇さんぽ」と題して、つくりびとの取材で訪れた地域の紹介や観光スポットなど、訪れてみたいくなる情報をお伝えしたいと思います。

今号つくりびとで訪れた「杵築市」は、国東半島の南部に位置します。江戸時代には3万2000石の城下町として栄え、杵築城や古い石畳、漆喰の壁が残る武家屋敷など観光地としても人気があります。そして杵築城は、築城当時「木付」と命名されながら、幕府朱印状に誤って「杵築」と記されて以来「杵築」表記されるようになったようです。

らっぱにほ



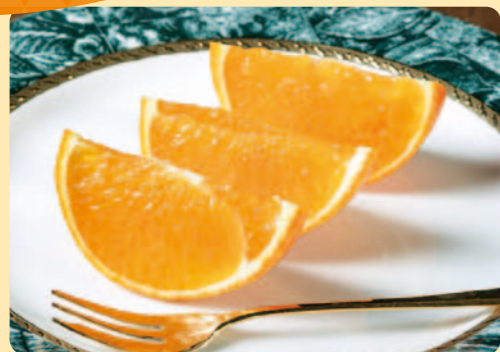
組合員さま限定

2024 サマーキャンペーン プレミアムギフト

定期貯金を500万円以上預入された組合員(新たに手続きされる方も含む)の方に

\\ **3,000円相当の県産品プレゼント!** //

美娘



甘みと酸味のバランスが
絶妙な果物!

美娘は“天草”という品種の大分ブランド名で、杵築で栽培された中晩柑のことを表します。興津早生×清見×ページ(オレンジ)の3種類を掛け合わせてできた品種。果皮が薄く、果汁たっぷり! 糖度と酸味のバランスが取れた味わいです。

※写真はイメージです

シャインマスカット



甘くておいしい!
ミネラル豊富なシャインマスカット

大分県のシャインマスカットは、主に宇佐市、日田市、豊後高田市で栽培されています。平成20年から宇佐市安心院町を中心に、県内各産地に導入が広がり、生産が拡大中です。優しい甘さと薄い果皮で種も無いので食べやすいのが特長です。

※写真はイメージです

組合員加入について

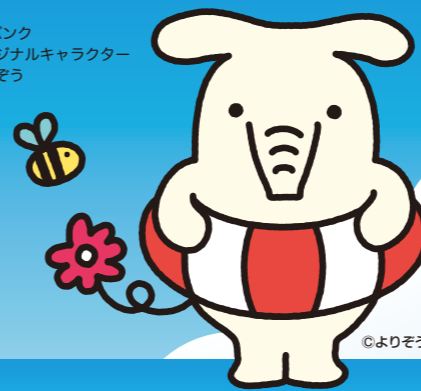
大分県農業協同組合とは農業を営む農家やJA事業の利用者が中心となって出資し、運営している組織です。営農、信用、経済、生活、共済事業など幅広いサービスを展開し、組合員の皆さまにご利用いただいております。これらの事業をよりよくご利用いただくため、多くの皆さまに組合員加入をおすすめしています。



農家以外の方も
お気軽に!

農家の方はもちろん、農家以外の方も組合員になることができます。当組合管内にお住いの方、お勤め先が当組合管内の方は、当組合に出資することで、組合員になることができます。その他、組合員資格の詳細については、当JA窓口までお問い合わせください。

JAバンク
オリジナルキャラクター
よりぞう



JAおおいた

2024

サマー

Summer キャンペーン

期間 令和6年

7月1日月

▶ 8月30日金

キャンペーン対象商品

定期貯金 (自動継続、預入期間1年・3年・5年、預入金額1口10万円以上)
※新規、または、50万円以上の増額のお預け入れに限りです。

定期積金 (契約期間2年以上、契約金額1口50万円以上)

下記対象取引のうち2項目以上該当される方は以下金利とし、該当されない方は半分の金利となります。
(新規でお手続きされた方も含まれます)

対象取引

● 組合員 ● 年金受取 ● JAカード ● JAネットバンク ● 給与振込 ● 公共料金の口座振替

※公共料金は電気・電話(携帯電話含む)・水道・ガス・NHKのいずれか(公共料金は1契約ごとに1項目の契約とみなします。)

定期貯金5年

特別金利 年 **0.34%**
該当されない方 0.17%

定期貯金3年

特別金利 年 **0.28%**
該当されない方 0.14%

定期貯金1年

特別金利 年 **0.17%**
該当されない方 0.085%

定期積金2年以上

特別金利 年 **0.07%**
該当されない方 0.035%

※キャンペーンは個人のお客様を対象といたします。※JAネットバンク・ATMからのお預け入れについては、対象外となります。※優遇金利は、初回満期日までとし、満期日以降は貯金の種類と当初預入期間に応じた店頭表示金利を適用し、自動継続します。※満期日前にやむを得ず中途解約された場合は、優遇金利は適用されず当組合の所定の中途解約利率が適用されます。

※詳しくは店頭窓口にお問合せください。



日田梨未来アカデミーに入校・育成

4月中旬、日田梨部会は新規就農実習制度である「日田梨未来アカデミー」の入校式を日田市役所で行いました。

令和6年度は、梨での就農を決意し北海道から日田市へ移住された日高謙太さん、亜沙美さん夫妻が入校し、これから2年間にわたり栽培技術や管理などを就農コーチのもとで学んでいきます。

謙太さんの力強い決意表明のあと、就農コーチに任命された日田梨部会の森口嗣男さんが「これから予期しなかった困難が多々あるかもしれないが、日田梨部会全体でサポートしていくので、一緒に2年間頑張りましょう」と述べました。

頑張ってください！



芋の苗植え賑やかに

4月下旬、野津かんしょ部会の後藤謙治副部長は臼杵市の野津こども園と野津南保育園の園児61名と一緒に大分県ブランドかんしょ「甘太くん」の苗2,000本の植え付け体験を行いました。

この体験は後藤副部長が、「植え付けから秋の収穫を通して食への関心を深め、楽しんで農業に接してもらいたい」という想いで毎年取り組んでおり、今年で6年目になりました。

野津こども園の流宗哲園長と後藤副部長のあいさつと説明のあと、早速園児たちは苗を手に取り、一斉に植え付けていきました。

楽しく植え付け作業ができました！



JAおおいの各地域での活動やイベントなどを紹介！



みのりウオッチ



JAおおいは、「持続可能な農業の実現」(豊かで暮らしやすい地域社会の実現)に向け「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域活性化」「持続可能な経営基盤の確立・強化」「組合員の「アクティブ・メンバーシップ」の確立」を基本目標とした自己改革に取り組んでいます。自己改革の取り組みを分かりやすくするために、それぞれのマークがあります。



ハウスみかん初出荷

4月中旬、大分県柑橘販売強化対策協議会は大分市公設地方卸売市場で初せり式を開きました。令和6年産は秋の高気温による影響が心配されたものの、糖度も色づきもいい仕上がりとになり、初せりでは1箱(5kg)最高18万円でせり落とされました。平均単価は1kg2,447円でした。

大分県は、初出荷のタイミングを他産地に比べ早く設定しているため、出荷当初は競合が少なく有利販売につながっています。お中元などの贈答品としても人気が高く、需要期に合わせて出荷調整するなど、生産面でも工夫しています。

管内から1,035kgが入荷し、9月上旬まで県内を中心に関東・九州管内にも出荷します。

おいしいハウスみかんがたくさんでできました！



JAおおい「オアシス春夏秋冬」10周年記念祭

4月下旬、中津市の「道の駅なかつ」とJAおおい直売所「オアシス春夏秋冬」はオープン10周年を迎え、皆さまへ日頃の感謝を込めて「10周年記念祭」を開きました。

直売所イベントとして、新鮮野菜のタイムセールや子ども限定のお菓子詰め放題のほか、お楽しみ抽選会も行われ、多くの来店客でにぎわいました。



15周年、20周年に向けてこれからも頑張ります！



高品質生産に向け大分市産柑橘開花調査

5月1日、大分市八幡地区を中心に6カ所の畑で県や市、JA担当者ら5名が温州みかんやポンカン、甘夏などの品種を中心に柑橘類の木の生育状況や開花状況、開花量を調査しました。毎年柑橘類の開花が始まる4月下旬から5月上旬ごろに調査を行っています。花の量や開花状況から満開日や終了日を予想して栽培管理の参考にします。

おいしい大分市産みかんを届けます！



フジ医療器 聴力測定会

4月上旬、豊後高田グリーンセンターでフジ医療器による聴力測定会が開かれました。

日常生活で何度も聞き返したり、話し声の大きいわれたりするなどの悩みがある方が、自身の聴力を測定し、耳の状態を知ることで不安の解消や、補聴器購入の検討に役立てています。また、併せて最新マッサージチェア試乗会も開きました。同センターの春岡智紀センター長は「直売所に来たお客さまにも興味を持ってもらおうと声を掛け、多くの方に体験をしていただいた。聴力測定会を通じて補聴器が選択肢の一つになればと思う」と話しました。

たくさんのお客さまに体験いただきました！



豊後大野白ねぎ部会 定期総会開催

4月下旬、豊後大野白ねぎ部会は令和5年度総会を営農管理センターで開き、部会員、関係機関を含めた約30名が出席しました。

主催者を代表して豊後大野白ねぎ部会の植田文康部会長が「部会として販売目標の達成に向けて頑張ってきた。資材が値上がりするなか、生産単価の向上が求められる。市場、全農を中心にもっと高い単価で販売できるようにしていきたい。そのためには関係機関に情報を発信していただきながら、今年も暑い夏を乗り越えていきましょう」とあいさつしました。

総会では、令和5年度の事業報告・実績報告が行われたほか、令和6年度の活動計画・収支予算案など審議され全ての議案が可決されました。

今年の夏も頑張るぞー！



コラム 農薬容器の排出方法について

農薬容器を排出する場合、ラベル・キャップ・リングを取り外し、容器の中を水でキレイに洗い、それぞれ透明の袋に入れて排出してください。また、プラスチック製のラベルは引き取りできますが、紙製のラベルは引き取ることができませんのでご注意ください。



A ラベルがプラスチック製
B ラベルが紙製
ラベル・キャップ・リングを外す
キレイに洗う
液が残っていない状態にする

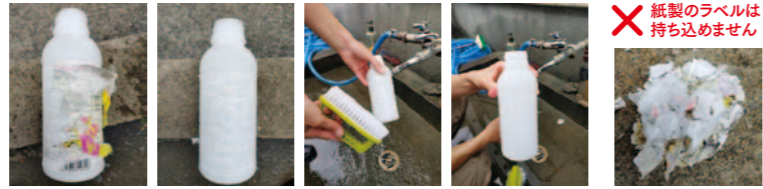
〈A〉ラベルがプラスチック製の場合

ラベル・キャップ・リングを取り外し、容器の中をキレイに洗い、それぞれ透明の袋に入れる。



〈B〉ラベルが紙製の場合

ラベル・キャップ・リングを取り外し、容器の中をキレイに洗い、それぞれ透明の袋に入れる。紙製のラベルは引き取ることができないのでご注意ください。



※ラベルが紙製の場合、ノリの部分がはがれにくいので、たわし等でこするとはがれます。また、農薬を使用したあと早めにはがしていただくこととキレイにはがれます。

回収日やご不明な点がございましたら、各エリア経済課までご連絡ください。

人権啓発コラム 「善意であっても」

「幸せになってほしい人にこの画像を送ると、その人は幸せになり、願いが叶うそうです。そして多くの方にこの画像を送るとよいです。」

先日SNSで上記のようなメッセージとともに、一枚の画像が送られてきました。みなさんお気づきでしょうか、これは「チェーンメール」です。私が前回チェーンメールを見たのは、10年以上前のことでした。当時はメールで一斉送信されていたのですが、それより前の時代には「この手紙を〇〇人に送らないと不幸になる」という恐怖心を煽る「不幸の手紙」もあったとか。現代ではSNSで容易に拡散というスタイルに変わり、時代の流れを感じます。熊本地震の際、ライオンが動物園から脱走したというデマ情報があったという間に拡散されたことを記憶されている人も多いのではないのでしょうか。

SNSで様々な人と瞬時に繋がれるようになり、迷子のペットの情報を拡散してもらうことも可能になりました。見た人が幸せになる画像や熊本地震のライオン脱走情報の拡散には、送った相手に情報を知らせたいという送信側の善意が込められているかもしれませんが。

しかし情報の真偽を確認せずに安易に拡散したり、相手にメッセージの転送を強要したりすることで人間関係に影響することもあります。出どころと真偽が不明の情報を受け取ったら、安易に拡散しないようにしましょう。

大分県『新時代おおい』Vol.142(2022年5月)より

お知らせ

じょいんきッズ6月号の答え



- ①アグリ・ザ・キッズの眉毛
- ②お茶碗の数
- ③お味噌汁のお豆腐
- ④メッセージカードの位置
- ⑤アジサイの色
- ⑥みのりめぐみの髪の毛
- ⑦かぼすの色

全部見つけられたかな？



農業者年金のお知らせ

国が支える。安心が大きくなる。

農業者年金のご案内

農業者年金は、国民年金の第1号被保険者（保険料納付免除者を除く）で、年間60日以上農業に従事する60歳未満の方であれば、どなたでも加入できます。

※農業者年金に加入される方は、国民年金の付加年金（付加保険料月額400円）への加入も必要となります。



掲示板

農業者年金のメリット

1. 少子高齢化時代に強い積立方式の年金です
2. 終身年金で80歳までの保証付きです

自ら納めた保険料とその運用益(付利)を年金の原資として積み立てていき、この年金原資の額に応じて将来受け取る年金額が決まる「積立方式(確定拠出型)」の年金です。

自分が必要とする年金額の目標に向けて、保険料を自由に決められ(月額2万円～6万7千円までの間で千円単位)、経営の状況や老後設計に応じていつでも見直せます。

農業者年金は生涯支給されます。仮に加入者・受給者が80歳前に亡くなった場合でも、死亡した翌月から80歳までに受け取れるはずであった農業者老齢年金の額の現在価値に相当する額が、死亡一時金として遺族に支給されます。

3. 税制上の優遇措置があります

支払った保険料は、全額が社会保険料控除の対象となり、所得税・住民税の節税につながります。

また、保険料の運用益は非課税で、将来受け取る農業者年金は公的年金等控除の対象となり、65歳以上の方であれば公的年金等の合計額が100万円までは非課税です。

4. 政策支援(保険料の国庫補助)があります

認定農業者で青色申告をしている方やその方と家族経営協定を結んだ配偶者・後継者の方など、農業の担い手となる方には国から月額最高1万円の保険料補助があります。

農業者年金の詳細内容や加入については、各エリア・各支店、または各市町村の農業委員会へお問い合わせください。

読者プレゼント

アグリ・ザ・キッズを探せ!

JOIN7月号内に横顔のアグリ・ザ・キッズが何人隠れているか探してね!
正解した方から抽選で5名様にイチドラ5個入り化粧箱プレゼント!
応募締切 7月19日(金) 5月号クイズの答え:10人
(P2・P3・P4・P5・P7・P8・P9・P12・P13・P14)

◎イチドラ5個入り化粧箱



今月からNEW!



ウェブからの応募もお待ちしております

横顔のぼくを探してね!



見本

応募方法

- ①7月号
- ②登場したアグリ・ザ・キッズの横顔の数
- ③イチドラ
- ④郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号
- ⑤ご意見・ご感想
- ⑥ペンネーム

〒870-0846 大分県大分市花園3丁目2番10号
JAおおい本店
ジョイン編集係行

※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。
※提供される個人情報は、当JAの個人情報保護方針に基づいてお取り扱いいたします。

おたより紹介



アンケートにお寄せいただいたご意見や感想の一部をこのコーナーで紹介いたします。

join 旬の話題が多いので助かってます。
大分市 こうちんさん(60歳)

これからも旬の話題をお届けできるよう頑張ってます。

join 毎月楽しみに間違い探しをしています。
佐伯市 おばばさん(72歳)

間違い探し、結構難しいですね。次月号もどうぞご期待ください。

アグリ・ザ・ステーション

組合員の皆さまへ
お役立ち情報をご紹介！



JAのおいたキャラクター
アグリ・ザ・キッド

日本農業新聞 価格改定のお知らせ

いつも日本農業新聞をご愛読いただき誠にありがとうございます。読者の皆さまには大変心苦しい限りですが、昨今の新聞用紙や印刷・輸送に係る費用高騰の影響により、令和6年8月の購読料から下記の価格に改定させていただきます。あらかじめご了承くださいませようお願い申し上げます。今後もより一層、読者の皆さまにご満足いただける紙面を提供できるよう尽力してまいります。

株式会社日本農業新聞

対象サービス	改定前（7月まで）	改定後（8月以降）
紙版	2,623円	3,100円
併読 （電子版+紙版）	3,723円	4,200円
電子版	2,403円（料金据え置き）	

- ・上記料金は全て税込、月単位での価格
- ・併読（電子版+紙版）はクレジットカード払い限定



便利になった電子版もご用意しています

「電子版」は日本農業新聞公式ウェブサイトの有料会員サービスです。ログインをすることで、すべての機能がご利用になれます。

- スマホ・タブレット・PCどれからでも
- 「紙面ビューア」（紙のデザインそのまま）と「テキスト記事」お好みにあわせて
- キーワード検索・気になった記事を保存
- 全国のブロック版（地域版）の紙面が紙面ビューアで読めるようになりました
- 令和6年秋にスマートフォンアプリを公開予定

電子版をお申し込みの際はお近くのJAへお問い合わせください。



【令和5年取り組み実績】

出向く体制の強化による訪問件数
81,864件（TAC、営農指導員）

運営委員会の活性化
各エリア年2回（延べ36回）開催

准組合員運営参画協議会の開催
各エリア年1回（延べ6回）開催



准組合員運営参画協議会であいさつする平間悟代表理事理事長

女性組織活動の活性化
481件以上の活動



食品などを寄贈した女性部のフードドライブ活動

青年組織の設置
ワーキンググループによる
意見交換7回開催



青年部イベントで県産品の魅力発信

地域に根ざしたJAを目指すために正組合員との日々の交流をはじめ、出向く体制による訪問や部会総会、運営委員会などを通して正組合員との対話に取り組みました。
また、正組合員とともに地域農業と地域経済の発展を支える准組合員についても、准組合員運営参画協議会などで出た意見・要望を通じて、組合員の「声」を聞き取り、正組合員、准組合員と一体となったJA運営の実現に取り組みました。

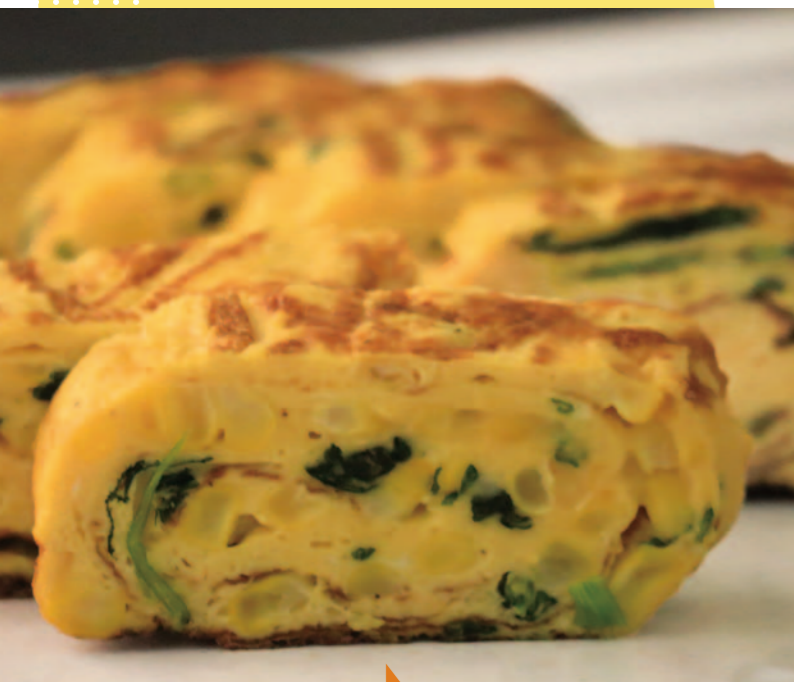


組合員の 「アクティブ・メンバーシップ」の確立 自己改革の実践に向けた組合員の意思反映



JA共済の
地域貢献活動

みのりめぐみの おいしい レシピ帳



具材の量が多すぎると卵が巻きづらくなるので、様子を見て調整してください。

JA全農が運営する産地直送通販サイト「JAタウン」で掲載中の大分の農畜産物を使ったレシピを紹介!

スイーツコーンと ほうれん草の玉子焼き

使用食材と分量 (約1~2人前)

とうもろこし	1/2個
卵	3個
ほうれん草	1束
バター	10g
マヨネーズ	大さじ1
塩こしょう	適量
麵つゆ (2倍濃縮)	大さじ1
A	
マヨネーズ	大さじ1
麵つゆ (2倍濃縮)	大さじ1
ブラックペッパー	適量

作り方

1. とうもろこしをレンジで加熱し、実を外す。
2. ほうれん草を4~5cm程度にカットする。
3. フライパンにバターを溶かし、ほうれん草と塩こしょうを加えて炒める。
4. ③に①と卵を混ぜ合わせる。
5. マヨネーズ (大さじ1) と麵つゆ (大さじ1) を加える
6. フライパンで卵を巻く。
7. Aを混ぜ合わせ、玉子焼きにかけたら完成。



今回使用した食材はこちら!
JAタウンまるっと完全
おおいたショップで販売中
▼商品名
産地直送! スイーツコーン

※時期によって、販売していない可能性があります。ご了承ください。

健康情報

今日の注意が
明日の元気



大分県厚生連健康管理センター
医師

赤嶺 加奈子

熱中症予防について知ろう!

熱中症とは、高温多湿な環境で長時間過ごすことで、体温調節がうまくいかず、体内に熱がこもった状態のことです。熱中症は、これからの暑い季節に増加します。気温が高く風の弱い屋外で激しい労働や長時間作業を行うと特に危険ですし、室内でも気づかないうちに脱水状態になり、熱中症を発症する場合があります。
熱中症患者のおよそ半数は65歳以上の高齢者です。高齢者は暑さや水分不足に対する感覚が低下し、暑さに対する身体の調整機能も低下しているため、特に注意が必要です。
熱中症を防ぐために、それぞれの場所に合った対策を取りましょう。

〈室内〉

- ・扇風機やエアコンで温度を調節
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ・室温をこまめに確認

〈屋外〉

- ・日傘や帽子の着用
- ・日陰の利用、こまめな休憩
- ・天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える
- ・また、身体の蓄熱を避けるために、通気性のよい吸湿・速乾性のある衣服を着用すること、保冷剤や冷たいタオルなどで直接身体を冷やすことも効果的です。

そして、なにより水分補給です。室内でも屋外でも、のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分補給を行ってください(持病で水分制限がある方は、主治医の指示に従ってください)。
環境省熱中症情報サイトでは、全国の暑さ指数や熱中症警戒アラートが発表されています。天気予報や暑さ指数を参考にしながら、適切な熱中症予防を行い、暑い夏を乗り切りましょう。

お問い合わせ先

大分県厚生連健康管理センター

TEL(0977)2317112

Joinstagram

ジョインスタグラム

SDGs



山香女性部

#じゅんあいみそ #これから楽しんで活動します!

♡山香米でおふくろの味

4月17日から20日までの4日間、山香女性部みそ加工グループは町内のみそ加工所でみそを作り、部員ら8名が参加しました。



豊後高田女性部

#ボリューム満点で美味しいお弁当ができました! #野菜たっぷり弁当

♡ボリューム満点弁当

4月12日と13日、豊後高田女性部は豊後高田グリーンセンターで開かれた苗フェアの応援に駆けつけた職員へ弁当を配布しました。



豊後大野女性部

#リラククス効果も抜群 #健康に気を付けましょう!

♡ヨガ教室で体をリフレッシュ!

4月25日、豊後大野女性部フレッシュミズ部会は豊後大野市で、ヨガ教室を開きました。フレッシュミズ部員の土谷渚さんを講師に9名が参加しました。

JAおおいた女性部・青年部の活動をチェック!

女性部は、「常に笑顔の活動」をする組織です。「食生活」「くらし」「文化」などをテーマに、楽しく学び、地域にしあわせの輪を広げる活動を行っています。
青年部は、「地域農業の振興」を目指す組織です。「環境」「文化」「教育」などをテーマに、地域社会に貢献し、食と農の価値を高める活動を行っています。



日田女性部

#約100個のホウ酸団子を作りました #ゴキブリ退治

♡ホウ酸団子作り

4月27日、日田女性部16名は日田市の西有田公民館でゴキブリを駆除するためのホウ酸団子作りを行いました。



日田女性部

#季節ごとのお花を楽しみたい #久しぶりの植え替え作業

♡美化活動

4月26日、日田女性部大鶴支部はよりそいプラザ大明の花壇の植え替え作業を行い、4種類の花を20本植えました。



豊後大野女性部

#かわいい苔玉ができました! #子どもと一緒に楽しい

♡苔玉作りに初挑戦!

4月20日、豊後大野女性部フレッシュミズ部会は豊後大野市緒方町で苔玉作り教室を開き、部員9名と子ども6名が参加しました。



じょりん まっす

まちが さが たな ばた まっ たの
間違い探し「七夕祭りを楽しもう！」

おりひめ ひこぼし ねん いちど であ たなばた ひ
織姫さまと彦星さまが1年に一度だけ出会える七夕の日!

たんざく ねが か さき たけ かさ つ
短冊に願いごとを書いて、笹竹に飾り付けてみよう。

こん かい まちが さが
今回も7つ間違いがあるから探してみてね!

スマートフォンをお持ちの方は、下の二次元コードからも答えを見ることができます。

【手順】

- ①二次元コードをスキャンし、ウェブカメラを起動する
- ②起動したウェブカメラを「した」のイラストにかざすと答えが出てくるよ!



うえ



した



た がつ おし
答えは8月号で教えるよ!