

JA通信

No.573

しがおい

鹿追産グリーンアスパラガス収穫最盛期!!



2024
6月

中鹿追

(写真左から) 上嶋美咲さん(恵くん)、上嶋祐貴さん(晴くん)、上嶋浩之さん

今が旬!

鹿追町産アスパラガス



一本一本を丁寧に手作業で収穫されます

今年のグリーンアスパラガスの収穫は、春先の平均気温が高かった事から平年より早い4月27日より始まりました。

アスパラ部会の生産者は15戸・収穫面積7・5ha・生産量28tを見込み、収穫作業は6月下旬まで続きます。

生産工程では、町内の酪農家や畜産農家から供給される堆肥を畑に散布する事で地域資源を最大限活用した循環型農業を目指すと共に栄養豊富な畑作りに取り組んでいます。また、化学肥料を低減させる事で環境



「甘く柔らかく仕上がった「鹿追町産グリーンアスパラガス」を是非ご賞味下さい😊



負荷軽減と安全・安心な農産物の供給の責務を果たすよう取り組んでいます。

グリーンアスパラガスは、一本一本丁寧に収穫されており、「風味豊か」で「甘く、

「柔らかい食感」が特色です。量が販店やギフトとして全国へ出荷し、ご講評頂いております。

今が旬のグリーンアスパラガスはAコープ鹿追店で取り扱っておりますので、是非お召し上がり下さい!!

今が旬の味

鹿追産

グリーンアスパラガス

収穫最盛期!!

中鹿追 上嶋 浩之さん

今が旬の「鹿追産グリーンアスパラガス」を生産している中鹿追地区の上嶋浩之さんから消費者に向けてメッセージを頂きました。

「鹿追産のアスパラは堆肥をふんだんに使用し、土作りに拘った、安全安心なアスパラです。良質なものだけをお届けしますので、是非ご賞味ください!」



上嶋 浩之さん



牡羊座 3/21~4/19

【全体運】コミュニケーション運が活発化。耳寄りな情報が入ってきそうです。家族と出かける予定を立てて。模様替えも◎

【健康運】飲み過ぎ食べ過ぎに注意。胃腸をいたわって

【幸運を呼ぶ食べ物】サヤエンドウ

実りの秋に向けて 植付作業が無事完了!



今年は3月の積雪が多かったものの、4月の平均気温が高かった事から平年並みの4月23日より植付が開始となりました。降雨が少なく好天に恵まれた事から5月上旬に植付が完了しました。豊穡の秋に向けて肥培管理を行い、良質な馬鈴しょ生産に向け作業が進められます。
収穫：8月下旬～10月中頃

《馬鈴しょ植付》



《スタート直播・移植》

馬鈴しょ同様に好天に恵まれ、順調に作業が開始されました。直播栽培の播種作業は平年並みの4月21日より開始となりました。ペーパーポット苗の移植作業は平年と比較し3日早い4月21日より開始されました。5月上旬の早朝の低温や霜害を懸念する日もありましたが、気温が暖かく推移し順調に発芽、生育しています。

収穫：10月頃



4月中旬から8月上旬まで定植作業が行われます。7月中旬より収穫作業が開始され、鹿追町産のキャベツが全国各地に出荷されます。

収穫：7月中旬～10月末

《キャベツ定植》



《飼料用とうもろこし播種》

コントラ課では5月3日より飼料用とうもろこしの播種作業を本格的に開始しました。作業は耕起・整地・播種の一連の作業を7班集体で行い、天候にも恵まれた事から、約1,229haの播種作業を5月22日に終了しました。

今後は、一番草の収穫に向け体制整備を行い良質粗飼料確保に努めてまいります。



🐮 牡牛座 4/20～5/20

【全体運】次第に周囲が騒がしくなってくるそうですが、おおむね順調です。親交を深めるには一緒に食事をするのがお勧め

【健康運】歯の検診へ。正しい歯磨きの仕方も再チェック

【幸運を呼ぶ食べ物】アスパラガス

第21回春のJA整備工場フェア開催

～各種営農支援商品を展示～

「第21回春のJA整備工場フェア」を4月20日（土）10時より、花火を合図に開催しました。当日は強風の中でしたが、多くの方にご来場頂きました。Aコープでは、特に鹿追牛を特価販売し大盛況となり、多くの方々にお買い上げを頂きました。また、恒例の来場者への花の苗プレゼントも好評でした。

会場内では、新車や中古車を展示し、中でも外車（アウディ・フォルクスワーゲン等）には、足を止めて見られる方が多くおられました。

また、新型トラクター・タイヤシヨベルの展示、春作業に向け小農具・各種工具類を展示販売致しました。タイヤコーナーでは、夏タイヤを特別価格で販売し、沢山のご注文を



頂きました。

お食事コーナーでは、新町のカレー・から揚げと小柳食品の美味しいたい焼・たこ焼を買い求めるお客様で賑わいました。

今回は営農支援商品として、豆乾燥機・牛舎施設のクラス対策製品の鳥獣レーザーを展示しました。随時注文販売を行っておりますので、ご検討頂きますようお願い致します。

本年も整備工場フェアに多くのご来場を賜り、ご利用頂きました事に厚くお礼申し上げます。今後ともより一層のご利用をお願い致します。

Aコープ野菜・花苗即売会

Aコープ鹿追店では、5月10～11日、17～18日の二週に亘り野菜・花苗即売会を実施しました。

昨年引き続き、当JA公

用車の車庫を活用し、約40種類以上の苗を販売しました。

今年4月の日照時間は平年並みで、気温も高く推移したことから、根張りが良く、茎のしつかりとした丈夫な苗を確保する事が出来、当JA野菜センターのいちごの苗他、Aコープが厳選した「安全・安心」な苗を来場頂いた方々にご利用頂きました。



沢山のお客様にご利用頂きました！

農作業等でお忙しい組合員の皆様を始め、多くのお客様にご利用頂きました事に心から感謝申し上げます。

Aコープでは次年度も苗の販売を企画して参りますので、またのご利用をお待ちしております。

II 双子座 5/21～6/21

【全体運】非常に勢いのあるラッキー一月です。気になることは物は試しとやってみて。面白い発見がありそう。旅行も吉

【健康運】ゆったりする時間も大切。ハーブティーにツキ

【幸運を呼ぶ食べ物】アジタバ

ホクレン新人職員の農協実習受入



丁寧な搾乳作業



てん菜の補植作業の様子

今回は、下鹿追地区の三田村和弘農場、中鹿追地区の松浦寿嗣牧場、笹川地区の笹川北斗農場にご協力頂き、3名の職員はそれぞれの農場に分かれ、今までに経験した事の無いてん菜の補植作業や搾乳作業、牛の導入

5月7日〜24日までの日程でホクレン新人職員の農協実習が行われました。当JAでは3名の新人職員を受け入れし、鹿追町農業の概要説明や当JAが取り組む事業概要の研修、Aコープ・スタンド・野菜施設業務といった現場部門での作業体験を行いました。また、農業者の生活や日常業務の理解を深めるため生産者宅での農業実習も行われました。



導入牛へのタグや耳標の装着作業

時の立会作業といった生産現場でしか味わえない体験を行い、消費者が求める安全・安心な農畜産物を生産する事の大変さを感じる貴重な機会となりました。今回、農協実習をした新人職員たちは、6月1日より、それぞれホクレンの各部署に配属され、北海道農業を支える職員として活躍する事を期待しています。

【生年月日】 平成11年2月7日
 【出身地】 長万部町
 【出身校】 藤女子大学
 【抱負】 融資に関する知識をたくさん吸収し、できるだけ早く鹿追町農業に貢献できるよう、日々努力していきたいです。



佐藤 ゆりな

JA期待の 新戦力

♯ 蟹座 6/22~7/22

【全体運】 トラブルが解消に向かう上昇運。相手の話をよく聞いて。美術展やコンサートに行くのも◎。心豊かに過ごせます

【健康運】 血液がサラサラになる食事を心がけましょう

【幸運を呼ぶ食べ物】 ジャガイモ

J A鹿追町 町民農園が今年も開園しました！



今年も北町2丁目（JA穀類集荷施設北側）でJA鹿追町町民農園を開園しました。この事業は町民の皆様と土に触れ、収穫する喜びを通して、農業・JA事業に理解を深めて頂く事を目的に実施しています。

全34区画の内（1区画幅約5.5m×長さ約8m）、14名の方から申込みを頂き、既に27区画が決まっていますが、無料で貸し出していますので、利用を希望される方は、お気軽に経営課（☎66-3923）迄お問い合わせ下さい。

今後とも、地域に密着した事業に取り組んで参りますので、ご意見・ご要望等ございましたら、JA通信のご意見記入用紙にご記入下さい。

夏期放牧始まる (乳牛育成牧場)

令和6年度の夏期入牧を5月10日より実施しました。

春先の気温は平年より高く推移しましたが、放牧地の牧草は平年並みで生育した事から、例年通りの日程で夏期入牧を開始しました。

延べ4回の受け入れで2,400頭余りが入牧し、放牧地に放たれた牛たちは、日光を沢山浴び栄養豊富な青草をふんだんに食べ、足腰を鍛え生産性の高い乳牛に成長します。

この後、約5カ月間の放牧期間を終えた10月中旬頃に委託された酪農家の元へ戻る予定となっています。

乳牛育成牧場では、集約放牧により安定的に青草を摂取させ増体量の向上に努め、また、飼養管理の徹底により、乳牛の疾病及び事故防止に努め、生産性が高く健康な乳牛の育成に努めて参ります。



栄養豊富な青草を飽食



脳トレ！ 手足の体操

指先ストレッチ&爪先上げで 脳活性化と転倒予防

指には脳につながる多くの神経が集まっているため「第二の脳」といわれます。指を動かすことで脳に信号が送られ、この信号が脳の中樞神経を刺激し、思考力や言語力などを鍛えます。

指先には全身の健康に密接な関係があるつばも集中しています。離れた指先を合わせる動きは集中力と平衡感覚を鍛えることができ、さまざまな効果が期待できる健康体操といえます。

今回の体操では爪先も上げること

指先に集中!



(1) 背筋を伸ばしてすに座り、足の裏を床にしっかり着けます。膝の間はこがし一つ分隙間を空けます。腕を曲げ、肩の高さで視界に入らない位置まで外に広げて軽く握ります。



(2) 人さし指だけを伸ばし、できるだけ指を見ないようにしながら左右から指先を近づけます。指先に集中して指の腹同士をできるだけ正確に合わせて軽く押し、人さし指の内側のストレッチを行います。同時に、足の爪先を上げます。



【応用】
人さし指での体操に慣れたら、小指でもやってみましょう。

で、すねの筋肉も鍛えられます。年を重ねると数回や小さな段差につまづきやすくなります。転倒を防ぐ一助にもなりますので、ぜひ楽しみながら覚えてください。

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

獅子座 7/23~8/22

【全体運】ちょっとした行き違いが大ごとになってしまうかも。予定の確認は念入りに。細部までこだわるという方向へ
【健康運】張り切り過ぎてダウンしないよう休憩を入れて
【幸運を呼ぶ食べ物】ノビル



今こそ 青年部



～このコーナーでは青年部活動や部員が今伝えたい事等を写真でわかり易く紹介していきます～

ノー！作業事故

組合員に農作業安全グッズを配布！！

J A鹿追町青年部では、農作業事故防止への意識を高める為、安全グッズを製作し、6月の例会で組合員全戸に配布します。

この取り組みは、農政営農部が中心となり、農作業事故を防止するにはどのような物を配布すれば良いか、役員・支部長で協議を重ねながら、毎年グッズを考案しています。

今年度は、「マグネット付2WAYライト」を製作しましたので、常に安全意識を持って農作業に従事しましょう！！



J A鹿追町青年部で製作した安全グッズの「マグネット付2WAYライト」

色：ブラック



農政営農部 国島大喜部長

農業は今も昔も体が資本だと思っています。特に繁忙期で注意力が疎かになりやすい時こそ安全第一を念頭に置き、出来秋を願って、事故なく農作業を頑張ってください！！

新入部員の紹介

J A鹿追町青年部では、新たに1名の部員が入部しましたのでご紹介致します。



幌内支部 国島 陸斗

生年月日 平成12年6月28日
地区名 幌内
経営形態 畑作
趣味 PCゲーム
抱負 父親に追いつく

♫ 乙女座 8/23～9/22

【全体運】 試練を乗り越えていける力強い運氣。大きな課題に取り組みましょう。時間のかかる計画のスタートがお勧め

【健康運】 体調が改善へ。スポーツを楽しんで体力アップ！

【幸運を呼ぶ食べ物】 ソラマメ



美蔓 (有)デーリィファーム武者
武者 颯さん

時代を 切り拓く

目指すは “超ハイテク酪農家”



搾乳ロボットの掃除も欠かせません！

美蔓地区の(有)デーリィファーム武者の武者颯さんは父・康弘さん、母・佳子さんと共に酪農業を営んでいます。

現在の総飼養頭数は401頭(うち経産牛195頭、未経産牛206頭)、年間生乳出荷量(令和5年1月〜12月)は1,945tになります。

颯さんは北海道帯広農業高等学校を卒業後、平成25年から就農されています。今回は颯さんに今後の夢や経営ビジョン等をお聞きしました。

○農業を行う上で心掛けている事や力を入れている事は何ですか？

牛にとってどの環境が一番過ごしやすいか、もし自分が牛だったらどういう気持ちなのかを考えながら作業をしています。酪農全般で言うと、今の時代に合ったハイテクノロジーな酪農業を取り入れるの力を入れています。

○やりがいを感じる時はどんな時ですか？

乳量が地道に上がっていつの間にか「乳量が上がると健康」であると思ってるので、上がった時はとても嬉しいです。また、NO SAI(北海道農業共済組合)や削跡師の方々から「治療牛が少ないですね」「足の治療が少なくて助かります」等言われた時

はとても嬉しく思います。

○将来の経営ビジョンは何ですか？

常に最先端の機械や技術を活用し、牛や人が無理せず健康でいられるよう少しずつ規模拡大をしていきたいと思っています。

○今後の夢は何ですか？

自分自身コンピュータ系が好きなので、人が作業しなくても管理できるような超ハイテク酪農家を実現したいです。



GPSを活用し、圃場の整地作業中

天秤座 9/23~10/23

【全体運】状況が変化しやすい月。早い判断が求められそう。日頃から情報収集を心がけて。語学の勉強や技術の習慣にツキ
【健康運】無理をしないことが大事。体の弱い部分はケアを
【幸運を呼ぶ食べ物】レタス

Dear WOMAN



でいあう-まん

～キーワードは
“楽しい農作業”～



下鹿追 太田 よしえ 美絵さん

下鹿追地区の太田美絵さんは岩見沢市出身で夫の広光さんと共に南太田農場の一員として、畜産〔肥育牛1, 765頭（うち乳用種1, 692頭、交雑種73頭）を営む他、豆類等を作付けする畑作との複合経営をしています。また、長女・愛々さん（18歳）、長男・成さん（17歳）、次女・莉伊さん（15歳）、次男・壮さん（12歳）の母として家族を支えています。

美絵さんに女性農業者としての考えや今後の目標等についてお聞きしました。



アスパラガスの収穫作業中

○趣味
今年には気軽に野菜収穫が出来るよう牛乳パックや袋等を使ったベランダ栽培を行っています。趣味であり、挑戦中でもあります！

○仕事内容はどのような事をされていますか？
畑仕事全般です。たまにトラクタ作業も行っています。

○農業を行う上でのやりがいは何ですか？
天気の良い日はたくさん汗でデトックスし、普段気付かない素敵な風景を見て癒されています。

○女性の視点から考える理想の農業

農業は体力を使う仕事なので、子育て世帯は精神的にも肉体的にも大変な時期がきつとあると思います。『辛い農作業』ではなく、『楽しい農作業』と考えるように毎日の作業が出来たらいいなと思います。

○これからの目標
子供達にはまだまだ手はかかりますが、少しずつ子育てや仕事にも時間に余裕が作れるようになってきたので、もっと趣味を増やし、楽しんでいきたいです。

○家族の目標
家族みんなでUSJへ行き、思いっきり遊んで食べ歩きやショッピング等の旅行がしたいです。



でめんさんの方々には感謝の気持ちで一杯です。いつもありがとうございます！

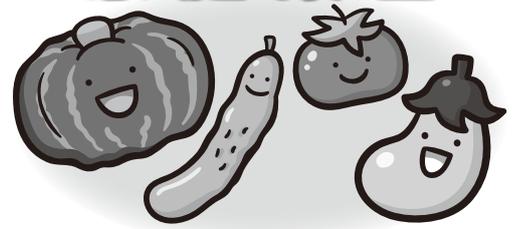
♎ 蠍座 10/24～11/22

【全体運】 気がせくもの急な変化は避けたいとき。計画は時間をかける方向で見直しを。博物館や古都を巡るのはお勧め

【健康運】 刃物や器具の取り扱いには慎重に。準備運動は◎

【幸運を呼ぶ食べ物】 キュウリ

病気や害虫に侵されない育て方①



チェックポイントと対策

こまめなチェックで病害虫を予防しましょう。

◎環境を整える

多くの野菜は日当たりと風通し、水はけが良い場所を好みます。畑は出来るだけ条件が良い場所に造った方が結果的に野菜は丈夫に育ち、トラブルも少なくなります。また、レタスやホウレンソウは日が長いと花が咲く性質があるので、夜間、門灯や街灯が当たる場所では健全に育ちません。日中の日当たり具合だけではなく、夜間の環境もチェックすると良いでしょう。



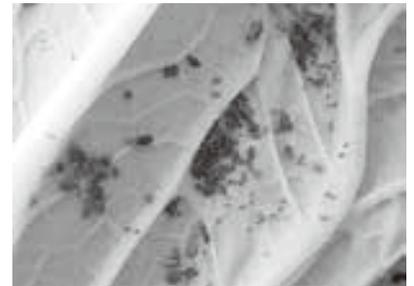
◎適期を守って栽培する

それぞれの野菜は生育するのに適する時期があります。例えば寒さに弱いナスやピーマンを気温が下がる秋から冬に屋外で育てる事は出来ません。育てる野菜の栽培適期をチェックし、その時期に向く野菜をピックアップしましょう。



◎マルチやトンネルでガード

降雨や水やりの水が跳ねて野菜の葉に付くと病原菌が付着する事があります。出来るだけ泥跳ねを防ぐ為に予め畝にマルチを張っておく事が有効です。また、害虫は様々な所から飛んできて野菜に害を及ぼします。苗を植え付けたらすぐに寒冷紗のトンネルでカバーすると害虫から野菜を守る事が出来ます。特にアブラムシやアザミウマ等、一度かかると治らないウイルス病を媒介する害虫もいます。



病気を予防する為にまずは害虫を予防する事も必要です。



マルチ栽培

畑の土壌を覆う事で雑草の抑制や土壌の保温・保湿を図る栽培方法
※マルチ栽培が有効な野菜
長ねぎを除く、ほとんどのもの

トンネル栽培

防寒用シートを畝にトンネル状にかけて冷気を遮る栽培方法
※トンネル栽培が有効な野菜
ホウレンソウ・コマツナ・キャベツ
ハクサイ・カブ等



マルチ栽培って？
トンネル栽培って？



本田技研工業株式会社HP「家庭菜園のコツ」より引用

[474回]



クロスワードパズル

タテのカギ

- ②うちの——は稲、裏作はキャベツです

- ⑤時には相手の——になつて考えることも大切だ

- ⑦シカと大仏が有名な県

- ⑧耕したり肥やしたりします

- ⑨カウボーイが首に巻きます

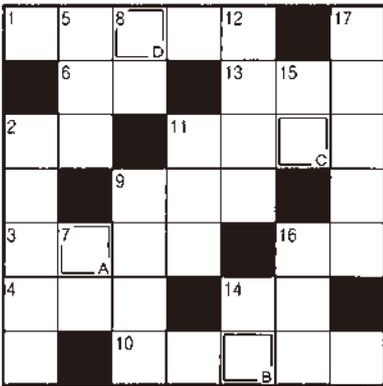
- ⑪スポーツ紙では打棒と書かれることも

- ⑫LDKのLです

- ⑭たる、おけにはめられています

- ⑮部屋の模様替えのときに動かすこともあります

二重枠に入った文字を、A→Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



- ⑬もち米に具材を入れて炊いたもの
- ⑰昭和の名曲『青い——』。同名映画の主題歌としても知られています

ヨコのカギ

- ①アジサイに似合いそうな生き物。文部省唱歌の曲名にもなっています

- ②いとこのお母さんです

- ③空き店舗に——募集の看板が付いた

- ④野菜とハムやゆで卵などを盛り合わせて作ります

- ⑥6月の第3日曜日は——の日です

- ⑨ポシエットやリュックもこの一種

- ⑩梅雨時に洗濯物を干すとパリッと乾かずこうなることも

- ⑪テレビ・ラジオ欄にたくさん載っています

- ⑬倉敷市の——地区を歩いて回った

- ⑭足が8本あります

- ⑯手前の反対側

〈応募方法〉

別紙の解答用紙に答えを記入し、J A 鹿追町経営課、金融店舗、A コープ鹿追店、ホクレン鹿追給油所、瓜幕事業所、東瓜幕事業所に設置してあります応募BOXに投函して下さい。応募の締め切りは6月10日ですので、以降は無効となります。

毎月正解者の中から抽選により20名の方にAコープ商品をプレゼントします。

今月のプレゼント商品は、「エバラ焼肉ザクだれ塩だれガーリック90g」です。多数のご応募お待ちしております。

〈5月の正解〉



正解者124名(応募総数134名)の中から抽選により次の方々が当選されましたので、お手数ですが6月末日までにAコープ鹿追店サービスカウンターでお受取り下さい。

なお、期日までにお引取りにならないければ無効とさせていただきますので、お早目にお引取り下さい。

〈当選者〉

(敬称略)

- 新町2丁目 小林 みどり
- 泉町2丁目 吉田 真奈美
- 下鹿追 五十嵐 喜美子
- 泉町3丁目 伊藤 みつ子
- 新町4丁目 三坂 寿子
- 泉町2丁目 清水 浩徳
- 北町2丁目 河野 陽乃
- 上然別 西嶋 富美代
- 仲町1丁目 宮川 久美湖
- 泉町2丁目 菅原 恵美子
- 上然別 中川 花子
- 仲町1丁目 桑田 とし子
- 西町2丁目 辻本 うい
- 仲町2丁目 西村 文雄
- 緑町1丁目 上村 啓子
- 新町3丁目 千葉 啓悟
- 瓜幕 宮下 裕司
- 緑町2丁目 松本 保男
- 泉町2丁目 山本 花則
- 北鹿追 佐藤 重則



〈今月の抽選者は私です〉

新町3丁目 高橋 葵輝くん(4歳)

快適な住まいづくりに、よりそう。

JAリフォームローン

変動金利

年 2.175 %

店頭標準金利

2.775 %より

(令和6年5月28日現在)

年 0.60 % 引下げ

下記の **金利引下げ条件** を必ずお読みください。

金利引下げ条件

以下 ① ~ ④ のいずれか2項目以上のお取引条件を満たすお客さま

- ① 組合員勘定取引がある
- ② 給与振込又は年金振込口座の指定
- ③ 5大公共料金(電気・電話・水道・ガス・NHK受信料等)のうち、2つ以上の自動振替契約
- ④ 定期貯金(10万円以上・1年以上)又は定期積金(毎月5,000円以上・2年以上)

※ 上記金利は令和6年5月28日現在のものです。市場金利の動向により、上記金利を変更する場合がございます。

※ ローンのご利用にあたっては、保証機関の審査が必要です。審査の結果によってはお客様のご希望に添えない場合がございます。

※ 保証料は別途一括前払いにてお支払いいただけます。

※ お借入の際には、准組合員にご加入いただけます。(一口5,000円)

※ ご返済額の試算やその他詳細については、当JA窓口までお問合せください。

おトクな補助金のお知らせ

4月12日より、鹿追町では太陽光発電などの再エネ等設備の導入に対する補助金の申請受付を行っています。

上記補助金に加え、

JAリフォームローンを借りて再エネ等設備を導入すると最大10年間借入金利と保証料に対する補助が受けられます。
補助内容~10年間分の利息と保証料(利息:年2.2%を上限)



詳しくは

JAネットローンホームページへ

<https://ja-netloan.jp/guides/reform/>



お問い合わせはJA窓口または当JAホームページへ

TEL
0156-66-3400

JA鹿追町

<https://www.ja-shikai.com>

JAバンク
担当：融資課 菅原

「JAとの取引はこれから」というお客さまも気軽に問い合わせ・ご相談ください。

水瓶座 1/20~2/18

【全体運】運勢には勢いがあります。滞っていたことが動き出し、連絡もスムーズに。ただ油断は禁物。やり過ぎには注意

【健康運】働き過ぎに気を付けて。ストレッチで体をほぐして

【幸運を呼ぶ食べ物】夏ミカン

あなたらしいカーライフに、よりそう。

JAマイカーローン

変動金利

年 1.40%

店頭標準金利

2.00%より

(令和6年5月28日現在)

年 0.60%引下げ

下記の **金利引下げ条件** を必ずお読みください。

金利引下げ条件

以下の①～④の2項目以上のお取引条件を満たすお客さま

- ① 組合員勘定取引がある
- ② 給与振込又は年金振込口座の指定
- ③ 5大公共料金(電気・電話・水道・ガス・NHK受信料等)のうち、2つ以上の自動振替契約
- ④ 定期貯金(10万円以上・1年以上)又は定期積金(毎月5,000円以上・2年以上)

※ 上記金利は令和6年5月28日現在のもので、市場金利の動向により、上記金利を変更する場合がございます。

※ ローンのご利用にあたっては、保証機関の審査が必要です。審査の結果によってはお客様のご希望に添えない場合がございます。

※ 保証料は別途一括前払いにてお支払いいただきます。

※ お借入の際には、准組合員にご加入いただきます。(一口5,000円)

※ ご返済額の試算やその他詳細については、当JA窓口までお問合せください。



お問い合わせはJA窓口または当JAホームページへ

TEL

0156-66-3400

JA鹿追町

<https://www.ja-shikaoui.com>



JAバンク

担当：融資課 菅原

「JAとのお取引はこれから」というお客さまもお気軽にお問い合わせご相談ください。

♻️ 魚座 2/19～3/20

【全体運】考え過ぎは禁物。流れに任せてみると思った以上にうまくいきそうです。友人との会話も楽しめます。外出が吉

【健康運】早朝の散歩がお勧め。歩き方と姿勢をチェック

【幸運を呼ぶ食べ物】キクラゲ



わが家の
自慢



笹川地区
大下 幸希さんの

『スノーボード道具
(ボード・ブーツ)』



愛用しているボードとブーツ

(注1) バックカントリーとは、人工的に整備されたスキー場ではなく、自然そのままの雪山を滑ること

【始めようと思ったきっかけ】
小学生の頃にスノーボードをやっている人がかっこよく見えたからです。

【スノーボードの魅力】
バックカントリー(注1)が好きで、様々なコンディションの雪を自然な状態で攻略するのが面白く、冒険心が生まれます。自然の地形そのままに斜面のバリエーションは無尽大で、『正解がない自由さ』が魅力であり、最高に刺激的です。

細いアスパラの肉巻きフライ



北鹿追 渡辺 ゆかりさん



おてがるクッキング



材 料

- 細いアスパラ……………好みの量
- 豚バラ肉……………好みの量
- 小麦粉……………適量
- 卵……………適量
- パン粉……………適量
- 揚げ油……………適量

作り方

- ①アスパラは固いところから折る。
- ②5～6本束ねて、豚バラ肉で巻く。
- ③②に小麦粉、卵、パン粉の順でつけて、油で揚げれば出来上がり。