







## 料理メモ

大根支部 天名農婦会 富田 幸子

## そうめんチャンプルー

## &lt;材料(2人分)&gt;

そうめん2束、エビ5尾、ニンジン1本、ゴーヤー中1本、卵2個、サラダ油適量、塩適量、麺つゆ大さじ2、ごま油大さじ1、酢小さじ1、好みでブロッコリー

## &lt;作り方&gt;

- ①そうめんを通常より30秒ほど短めにゆでる。水を切ってサラダ油で少々絡めておく。
- ②ニンジンは細く拍子木切りにする。エビは殻をむき、さっと湯通しして臭みを取り、半分くらいに切る。ゴーヤーは種を取って2cmくらいの厚さで半月切りにし、塩で軽くもんでから水洗いして苦みを取る。
- ③フライパンに油を入れて熱し、いり卵を作った皿に移しておく。
- ④②の材料を炒めて①と③を混ぜ、麺つゆ、ごま油、酢を絡めて出来上がり。

## &lt;ひとことアドバイス&gt;

飾りとして、塩ゆでしたブロッコリーを添えると彩りが良くなります。

## 楽しく体を動かそう

## 第35回運動会340人楽しむ



女性部は6日、秦野市陸上競技場で第35回女性部運動会を開いた。健康増進と相互の親睦を図ようと、部員ら340人が参加。支部対抗で勝敗を競った結果、上チームが優勝に輝いた。部員らは、綱引きやバーベキューの棒が入った瓶に水を運び食い競争をはじめ、木び入れ、棒を取り出して

水をこぼさないよう裏側に流し込む

の競技に汗を流した。みそだる転がして進むリレー

「樽(たる)ころがし」には、支所長など16種目

の競技が行われた。支所長と常勤役員がチ

ームを組んで

参加し、会場を盛り上げた。

参加者の一

女性部は9月27日、秦野たばこ祭の「たばこ音頭人パレード」に参加した。秦野市レクリエーション協会が主管となり

毎年行っているもの。総勢1000人以上の踊り手が踊りを披露した。

## 女性部を踊りでPR

たばこ祭のパレードに参加



折り紙で花を作る参加者

## 支部対抗で勝敗競う

見事優勝  
上チーム

人は「無理せず気持ちのいい運動をすることが大好きで良かった」と笑顔

支所、2日には本町支所、16日には南支所が交流会を開いた。

大根支所では、折り紙で花飾りを作成。本町支所では舞踊を鑑賞し、南

支所では洗濯ばさみを活用した手芸をして交流を深めた。

大根地区の参加者の一

人は「折り紙など細かい

作業をするのが好きだ

し、こうした機会は知り合いが増えるので楽し

い」と感想を話した。

作業をするのが好きだ

し、こうした機会は知り

合いが増えるので楽し

い」と感想を話した。

結果は次の通り。

▽優勝＝上支部 (46点)  
▽準優勝＝南支部 (39点)  
▽3位＝西支部 (34点)

を見せた。

支所、2日には本町支所、16日には南支所が交

流会を開いた。

大根支所では、折り紙

で花飾りを作成。本町支

所では洗濯ばさみを活

用した手芸をして交流を

深めた。

大根地区の参加者の一

人は「折り紙など細かい

作業をするのが好きだ

し、こうした機会は知り

合いが増えるので楽し

い」と感想を話した。

作業をするのが好きだ

し、こうした機会は知り

合いが増えるので楽し



文芸の窓

△俳句△(酒井 敏光 選)

**評** 墓参りして解つて居てもまたあらためて  
此ご自分の娘を確かめて、いかう。

秋の日のつるべ落としに合わすごと  
夜来香の香り漂う 峰 千村  
評  
枯草の色と化したるかまきりの  
動き鈍くして秋深みゆく

初句、枯草の色、と見て取ったかまきりの表現がよい。やがて土に還る命へのかましみが感じられる。

香、つる性の植物、ジャスミン、あるいは茉莉花などと呼ばれる。

煙にあれば虫なるも華麗なる  
飛翔を見んと青虫を飼う

八木 実(鶴巻北)  
細田 富士千村  
野獸にも負けずて育つ二二ヶを  
残暑をついてうえ絆わりた  
ジャンケンは初めはパーで次もパー  
頭もパンーかと笑い合ふ老人会  
今井  
かめ(羽根)

## J A デイサービスセンターはだの ボランティア活動状況<9月>

利用者募集中

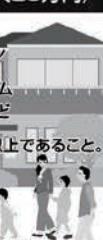
J A デイサービスセンターはだのでは新規利用者募集中です。ぜひ一度見学に来てください。日曜日以外は、営業しております。お気軽にお問い合わせください。 ☎85-5177

日	曜	ボランティア名	内 容
1	火	・石井博行	将棋、オセロ
3	木	・石井博行	将棋、オセロ
5	土	・小島繁義	将棋、オセロ
7	月	・まめの木（渡辺、星野） ・絵手紙愛好会（戸沼、渕上）	お茶出し、話し相手など 絵手紙
8	火	・石井博行 ・絵手紙愛好会（木村、宮前、山田） ・竹とんぼ（奥谷、中山）	将棋 絵手紙 音楽ボランティア
9	水	・笑顔（多田）	腹話術
10	木	・石井博行	将棋
11	金	・石田ヨシ子、まめの木（遠藤、山口）	お茶出し、話し相手など
12	土	・野木三夫 ・まめの木（青木）	将棋 お茶出し、話し相手など
14	月	・まめの木 ・マジッククラブ（山口、他1人）	お茶出し、話し相手など マジックショー
15	火	・石井博行 ・菊池社中（菊池、植木、菊池、永山）	将棋 三味線、民謡など
16	水	・野呂田（2人）	三味線、ハーモニカ、歌など
17	木	・石井博行	将棋
19	土	・野木三夫 ・岩田計枝	将棋 お茶出し、話し相手など
21	月	・劇団太陽（7人）	人形劇など
22	火	・石井博行 ・ラ、ポール（5人）	将棋、オセロ 音楽療法
24	木	・石井博行 ・やまびこ（5人）	将棋、オセロ オカリナ
25	金	・まめの木（山口、青木）	お茶出し、話し相手など
26	土	・小島繁義 ・絵手紙愛好会（穴吹、谷、永村） ・すみれ会（宇山他3人）	将棋、オセロ 絵手紙 ちぎり絵
28	月	・まめの木（関野、諸星）	お茶出し、話し相手など
29	火	・ひばりの会（岩佐、諸星） ・渡辺久江	お茶出し、話し相手など 生け花

# 環境配慮型住宅助成金交付制度

JA住宅ローンなどをご利用いただく方が、環境配慮型住宅・設備を新規取得・設置される場合、JAが一定額を助成いたします。(最大25万円)

<b>助成対象となるローン</b>	JA住宅ローン JA小口住宅ローン JAリフォームローン JA農機ハウスローン
<b>助成対象となる設備</b>	太陽光発電システム HEMS エネファーム エコキュート 蓄電池 長期優良住宅 など
<b>条件</b>	借入額200万円以上かつ借入期間10年以上であること。 資金使途が確認できること、など。



実施期間 2016年3月31日まで

☆その他詳しくは各支所・支店窓口または本所融資課窓口までお問い合わせください。

10月21日に理事会を開催し、次のことを審議しました。

▽半期開不内容(ティスクローラー)について

▽県常例検査結果の通知事項に対する改善状況等の報告(経過報告)について

▽MICCS 提携等の時間拡大に伴うATM顧客手数料の改正について

▽個人情報保護方針の一部改正について

▽個人情報取扱規程の設定について

▽従業員個人情報取扱規程の一部改正について

内事	外事	ま
高木麥子▽東南=北	△小島敏雄=參事 画管理部付(㈱協同コ)	○異動
美(3人)	△小澤昭明=企画部 部付(㈱協同コンサルル	
△東地区	だの支配人(生活福 長兼ケアセンター長)	
▽道場=小泉清治	▽渡部裕美=生活 課長兼ケアセンター長 (信用課貯金係長)	
△城=大多和勝己	▽高梨由依=信用 (鶴巻支店)	
△南地区		
△三協町=加藤秀		
安藤良子、山本貴美		
宮町=草山一之、栗原		

(企) サノサ  
福祉課長 福祉トはトは  
用課  
村満 井 2 ( ) 江▽ 原洋子、

# 大豆を食べよう！～畠から食卓へ～

【材料4人分】  
豚ひき肉200g、肉の下味用調味料（酒大さじ1、しょうゆ大さじ1／2）、大豆150g、ショウガ1片、ごま油大さじ1、三温糖大さじ2～3、みりん大さじ1、酒大さじ2、しょうゆ大さじ3  
【作り方】  
①豚ひき肉に下味を付ける。  
②大豆1／3を粗みじん切りにし、ショウガはみじん切りにする。  
③フライパンにごま油とショウガを入れ、香りが立ったら豚ひき肉を入れる。豚ひき肉の色が変わまるまで炒める。  
④③に大豆を入れて、残りの調味料を加え、煮汁がなくなるまで炒める。  
※このレシピはJ.A.はだの女性部大豆料理コンクールで優秀賞に選ばれた料理です。

学校前】岩田重直▽千村一良▽石岡由美子、石井征子▽千村1B▽荒道雄、藤川孝子▽千村3D(15△) 加藤利雄▽峰辺正長

家の光  
今月の新刊

次世代につなぐ  
美しい農の風景

世界農業遺産  
世界農業遺産BOOK  
編集制作委員会 著

著者特製のソースがた  
の決め手。グラタンやラ  
リア、肉のローストなど  
下ごしらえをして焼くだけ  
の手軽でおいしいオーブ  
ン料理。シンプルな理  
法でワンランク上の味  
が楽しめる。毎日の食事  
やおもてなしにも。

日本が世界に誇る農の  
風景、世界農業遺産の初  
のビジュアルブック。現  
在認定されている5つの  
地域の美しい景観写真と  
み 定価1404円(税込)

特製ソースでおいしい  
絶品グラタンと  
オーブン焼き  
坂田阿希子 著

み 定価2160円(税込)

家の光  
月刊  
新刊

絶品グレタンと  
オーブン焼き

(15人)	学校組	岩田眞理、千村一良
	1▲	石岡由美子、石井
	1▲	石岡由美子、石井
	1B	荒道
	征子▽千村1B	雄、藤川孝子▽千村3B
	加藤利雄▽峠	征子▽千村1B
	正良	雄、藤川孝子▽千村3B
み	紹介。	その他3つの国際
	の認定候補地や海外の公	伊セ
	界農業遺産も掲載。	保全の取り組みを
	定価2160円（税	み



菩提の一福岡

光子さん(80)

菩提で理容室「髪切虫パール」を営む福岡光子さん。東京都で生まれ育ち、埼玉県にある娘の商店を手伝っていたが、結婚を機に秦野市へ移り住んだ。通信教育で理容師の資格を取り、56年前に夫婦で理容室を開業。長年

地域から親しまれ、現

内には来店者らから贈られた草花や雑貨など

がざらりと並び、心安らぎ空間を演出してい

る音楽をかけて髪を切

菩提で理容室「髪切虫パール」を営む福岡光子さん。東京都で生まれ育ち、埼玉県にある娘の商店を手伝っていたが、結婚を機に秦野市へ移り住んだ。通信教育で理容師の資格を取り、56年前に夫婦で理容室を開業。長年

## シャンプーにこだわり



小学生から80歳以上の方まで幅広い年齢の方が来店します。皆さんは親切で、旅行のお土産や手作りの干支のぬいぐるみなどをくれる方も多い、とてもうれしいです。

— こだわりは？ —

シャンプーには特にこだわっています。お客様には気持ち良く帰ってもらいたいの

で、竹炭入りなど約10種類のシャンプーの他

に、専用のブラシを使

います。できるだけ

ラックスしてもらえるよう、お客様の好み

を続けていきたいで

る。

— お客さんは？

— 仕事以外には？

つたりもします。

— 4日には、秦野市畜産

会が東田原の田原ふるさと公園で秦野市畜産まつりを開いた。多くの地域

住民らでにぎわった。

会場では秦野産の豚肉

## 畜産業に理解を

農家が地域と交流

## 酪農体験受け入れ



今泉で酪農を営む白井逸男さんは9月29日、南が丘のコミュニティー保育「しゅっぽっぽ」の酪農体験を受け入れた。家族連れ約20人が牛との触

り合いやアイス作りなどを楽しんだ。

白井さんは牛舎を案内

し、牛の種類の違いなどを説明した他、産まれたばかりの子牛を紹介した。その後、アイス作りやバター作りを指導しながら交流を深めた。

百城幸恵代表は「臭いが気になるイメージだったが、牛舎の中に入つてもほとんど気にならなかつた。子どもも楽しんでいたので、来て良かった」と笑顔で話した。

白井さんは「地域の方

4日には、秦野市畜産会が東田原の田原ふるさと公園で秦野市畜産まつりを開いた。多くの地域住民らでにぎわった。

会場では秦野産の豚肉

**地域と交流深め** 畜産業

4日には、秦野市畜産会が東田原の田原ふるさと公園で秦野市畜産まつりを開いた。多くの地域住民らでにぎわった。

会場では秦野産の豚肉を使った豚汁や豚肉料理、牛ふん堆肥などを販売した。子牛や羊と触れ合った。畜柵の柵を跨いで牛を見たり、牛の鳴き声を聞くなど、多くの来場者が丹精して育てた乳牛12頭を査定。互いの飼養技術や牛の育成状況を競い合った。査定の結果は2面の「受賞おめでとう！」欄に掲載。



牛と触れ合う来場者

多くの方に来ていただき、地域に定着してきていく。畜産業は地域の方の理解が重要なので、交流を大事にしていきたく」と話した。

併せて、第59回畜産共進会を開き、市内の生産者があなづして育てた乳牛12頭を査定。互いの飼養技術や牛の育成状況を競い合った。査定の結果は2面の「受賞おめでとう！」欄に掲載。

JAはだのは9月30日、東京カントリー俱楽部(西大竹)で第29回組合員ゴルフ大会を開いた。組員150人が参

加した。

高橋徹夫会長は「例年

多くの方に来ていただき、地域に定着してきて

いる。畜産業は地域の方の理解が重要なので、交

流を大事にしていきた

い」と話した。

JAはだのも肥料や除

虫剤などの購入費の一部を助成し、食農教育をサ

ポートしている。

JAはだのも肥料や除

虫剤などの購入費の一部を助成し、食農教育をサ



## 体验型の実習が好評 家の光フェスタ93人楽しむ

JAはだの女性部は21日、本所で「JAはだの・家の光クリッキング・フェスタ」を開いた。調理しながら学べる調理体験型の実習が好評で、部員ら93人が参加した。

講師に料理研究家の小川聖子氏を招いた。調理のポイントや手順を教わりながら「大豆入り水餃子(きょうざ)」を作った。小川氏の手元を参考者に見やすくするため、大型スクリーンに写しながら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者提携

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

## プロ招き料理学ぶ

女性部は21日、本所で

## 進めよう地産地消

### 「名水はだの米」PR

じばさんずは3~4月、新米まつりを開いた。秦野産「ギヌヒカリ」100%の「名水はだの米」のPRと、消費

拡大が狙い。2日間で7

350キロを販売した。

内108戸の農家が、丹沢山系から流れ出る清水

を使い、丹精して育てた。同店の他、特産セン

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店

者には、さいこうゲーム

ターナー・森野・波沢両店と西

京市内

に振舞った他、購入

者見やすくなるため、

大型スクリーンに写しな

がら実習を進めた。

40キロを販売した。

炊きたての新米を来店