Ogata

JAだよりおおがた

5
MAY
2012 No.466

特集 本格バーベキューを手軽に楽しもう！ 4面

今月号の主な内容

2面 表紙紹介・あぐりプラザ情報・今月のいちおし情報
3面 フォトニュース（ＪＡバンク教材贈呈ほか）・気になる風景
6面 営農だより（強風被害報告）・女性部活動だより
7面 インフォメーション・理事会報告
8面 初めてのお誕生日・食のはなし（ソラマメ）

みんなのよい食プロジェクト
食は日本の未来。JAグループ

JA大潟村

JAだよりおおがた
Ogata
5 MAY 2012 No.466

表紙のご紹介「菜の花」

大潟村の春の風物詩。桜とのコントラストが素晴らしい「桜・菜の花ロード」は県内外に知られる観光スポットとなっています。また、4月下旬～5月上旬には毎年「桜と菜の花まつり」が開催され、会場のホテルサンルーラル大潟前の菜の花畑には多くの観光客が訪れます。菜の花畑の中で運行されるミニＳＬは親子連れに大人気で、今年もたくさんの人でにぎわいました。

桜・菜の花ロード

あぐりプラザ トクトク情報

― ５月の特売 ―

★ **５月24･25日**
目玉商品を多数ご用意して
お待ちしております！

★ **５月10･20･30日**
０（ゼロ）のつく日は
ポイント２倍デー！

★ **５月27日～６月８日**
百円均一コーナー開催！

お問い合わせは生活課（45-2214）まで。

今月のいちおし情報　「ひと」「いえ」「くるま」の ＪＡ共済・保障のご確認を！

こんにちは！ＪＡ共済です!!

今年も下記の日程で住区担当職員が訪問させていただきます。自然災害に強い建物更生共済「むてき」をはじめ、「ひと」「いえ」「くるま」それぞれが充実した保障内容となっております。ぜひこの機会に保障の見直しや契約内容についてご検討いただき、ご相談くださいますようお願い申し上げます。

共済一斉訪問期間：６月４日（月）～６月８日（金）の５日間

お問い合わせは共済課（45-3017）まで。

４月３・４日の暴風被害に対し、お見舞い申し上げます

このたびの記録的暴風により、建物のシャッターや屋根の破損など、甚大な被害が発生しました。村内での建物被害報告は、概ね160件ほどとなっており、共済課では被害調査及び共済金支払手続きを進めております。今後も被害が確認されましたら、ご報告をお願いいたします。

自然災害に強い!! 建物更生共済「むてき」

火災はもちろん、地震や台風などの自然災害も保障いたします（地震の場合は、損害額の50%が限度）。

自然災害への備えも万全！

風災・ひょう災・雪災については自然災害共済金のほか●臨時費用共済金●特別費用共済金※1●残存物取り片付け費用共済金※2をプラスしてお支払いします。自然災害に伴う思いがけない出費にも十分対応。

※１：特別費用共済金は損害割合が80％以上の場合にお支払いします。
※２：残存物取り片付け費用共済金は水災の場合もお支払いします。

自然災害による小さな損害も保障！

平成23年度より風災・ひょう災・雪災の支払い要件を「損害額５万円以上」に引き下げ、これまでお支払いできなかった小損害も保障します。

建物更生共済の加入について 再確認をお願いします☑

建物価額に対して加入額が少ない場合、共済金の支払額が低くなることがありますので、今一度保障の確認をお願いいたします。

～建物更生共済チェックポイント～

□所有している住宅・農作業場は「再取得価額」まで満額加入している。
□契約後に増改築をした場合、面積・構造の変更や保障の見直しをしている。
□契約者等の変更があった場合、手続きをしている。

※チェックのない項目があった場合は共済課窓口までお問い合わせ願います。

ご契約の際には「重要事項説明書（契約概要・注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。No.12053530010

食農学習への意欲高めて
JAバンク教材贈呈事業

JAバンクでは、大潟小学校5年生全員に食農教育に関する教材を贈呈。4月6日に贈呈式を行いました。この教材贈呈事業は、JAバンクが取り組む「食農教育応援事業」の一環として平成20年度から実施しているもので、子どもたちに食・環境と農業への理解を深めてもらうことを目的としています。冊子形式の教材は、食と農業、環境と農業、流通や価格などについて総合的に学ぶことができるようになっており、受け取った児童代表は「大切に使わせていただきます」と述べ、学習への意欲を高めていました。

またこの日は、新一年生に向け、生活課より雑誌「ちゃぐりん」が、共済課より「傷害共済付旗」が併せて贈られました。

農業のことをたくさん学んでくださいね！

今後の管理などを確認
育苗ハウス巡回講習

水稲研究会やJA青年部などでは、4月下旬から5月上旬にかけて育苗ハウスを巡回し、水稲苗の生育状況を確認しました。

講習会には、JAの営農指導担当職員が同行して苗の丈や葉色などを観察し、生育状況や今後の管理について助言しました。今年は春先の低温による融雪の遅れや、暴風被害により作業が若干遅れたものの、その後好天が続いたことから、苗の生育はおおむね順調。今後は高温障害が出ないよう温度や水管理などに注意が必要とのこと。参加者は日頃の観察で気になっている点などについて質問や情報交換を行いながら熱心に苗を見守っていました。

順調に生育する苗を前に真剣な表情の参加者

気になる風景 in 大潟 その2

※許可なく立ち入りできない場所もありますのでご注意ください。

毎日目にする風景。実はその中に、重要な役割を担っているものや、意外に知られていない実態を持つものがたくさん隠れています。このコーナーでは、大潟村のそんな「気になる風景」をクイズ風にご紹介。さあ、ふらりと散歩に出かけてみましょう！

「博物館後方の鉄柱」

干拓博物館の後方（西方）400メートルほどの、西５丁目地内にぽつんと立つ高い鉄柱。避雷針？電波塔？その細く長い見た目から、そういったものを思い浮かべますが、果たしてその正体は…？

<答えは来月号に掲載いたします>

～４月号掲載**「巨大鉄塔」**の正体～

これは、携帯電話会社「ＮＴＴドコモ」の電波塔です。今や私たちの生活に欠かせないものとなった携帯電話。その電波を中継している施設です。ＮＴＴドコモによると、大潟地区はもちろん、旧若美地区の一部にまで効果が及んでいるとのこと。ちなみにこの鉄塔の名称は「大潟北」。高さは40メートルあります。

イラスト：松林きょうこ

春の野外料理
本格バーベキューを手軽に楽しもう！

日差しまぶしい春到来です。家族や仲間とバーベキューで楽しいひとときを過ごしませんか。準備から調理までのポイントを押さえ、ひと味違う本格バーベキューに挑戦してみましょう。

取材協力：日本バーベキュー協会（http://www.jbbqa.org/）

道具と炭火使いを知ってバーベキューの達人に！

家族や仲間が集まってのバーベキューは格別に楽しいものです。でも、これまで炭の火おこしが大変だとか、せっかくのお肉が炭みたいに焦げてしまったなどの経験はありませんか。そこで、より手軽に、おいしく焼ける本格バーベキューの基本を紹介します。

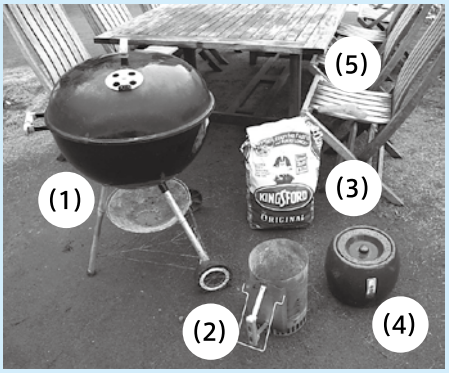
最低限必要なバーベキューの道具を確認してみましょう。バーベキューグリルはいろいろなものが市販されています。その中でもお薦めはふた付きのもの。豚肉や鶏肉など、生焼けにならないよう弱火でじっくり火を通さなければならないものや、スモークしたい場合などに重宝します。また、面倒に思いがちな炭の火おこしですが、煙突の原理をうまく利用したチムニースターターがあると、上部に炭を入れ、下部にもんだ新聞紙1～2枚を丸めて入れ、火を付けるだけで簡単に炭全体に火をおこせます。そして、安全な火の始末には火消しつぼが便利です。火の残った炭を入れてふたをすると、自然に火が消え、消し炭として再利用できます。

さらにもう一つ、ぜひ加えたいのが水鉄砲です。バーベキューは、炭火の遠赤外線効果を使って調理するものなので、肉の油落ちで上がった炎は大敵。焦げの原因になります。ピンポイントに狙いを定めて、楽しく炎を消せる水鉄砲は、子どもを参加させる小道具としても最適です。

バーベキューで重要な炭火は、炭の表面が白くなってから調理を始めます。炭はグリルに均一に敷き詰めるのではなく、片側に山を作るように寄せて、炭のない部分を作ります。山の高いゾーンが強火、低いゾーンが中火、炭のないゾーンが弱火です。強火は肉の皮や表面に焼き目を付け、中火は肉や野菜に火を通す、弱火は保温や間接焼きと、3段階に使い分けることで自在に調理できます。この炭の置き方を専門的には「スリーゾーンファイア」と呼び、炭の配置の基本となります。

もちろん、禁止された場所では行わないこと。環境や周囲の人たちへの優しい配慮、マナーを守りましょう。道具と炭火使いのこつをつかめば、バーベキューはより身近になります。この春、ぜひ挑戦してみてはいかがでしょう。

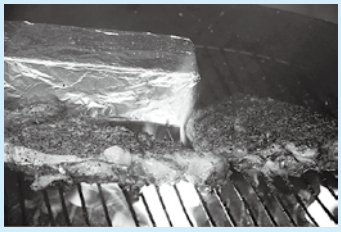
本格バーベキューを楽しむには ここがポイント



道具

(1) ふた付きバーベキューグリル
(2) チムニースターター
(3) 炭
(4) 火消しつぼ
(5) 水鉄砲

※革手袋やトングなど、必要に応じて用具をそろえましょう。



水鉄砲で焦げ知らず

肉を焼くときの油落ちで炎が上がると肉が焦げ付くため、炎は大敵です。そこで水鉄砲で、ピンポイント消火をしましょう。

炭の配置の基本「スリーゾーンファイア」

グリルの中で炭を片側に寄せて、山状に盛り上げて傾斜を付けると、山側から強火・中火・弱火と三つのゾーンができ、使い分けができます。

こつを押さえておいしく調理　初心者向けの簡単レシピ

ペッパーステーキ

ミートハンマーで牛肉をよくたたいて筋切りをし、強火･中火･弱火を使い分け、火を通し過ぎないようにジューシーに軟らかく焼き上げます。

材料

牛肉（肩ロース）
塩・こしょう

作り方

(1) 牛肉はよくたたき、ナイフや包丁で筋を切る
(2) 両面に塩・こしょうをしっかり振る
(3) 強火ゾーンで両面にバーンストライプ（焼き目）を付ける
(4) バーンストライプが付いたら中火ゾーンへ移し、グリルのふたをしてじっくり焼く
(5) 好みの焼き加減に焼き上がったら１分ほど待ち、肉全体に肉汁を行き渡らせてから適当な大きさに切り分ける

牧場チキン

下準備でヨーグルトなどの酸味を加えて塩・こしょうをなじみやすくします。仕上がりはローストチキンのように、強火で皮をパリッと、弱火で中までしっかりと火を通します。

材料

鶏肉（胸・ももどちらでも）
ヨーグルト
…… 鶏肉1kgに250g
みそ…… 大さじ４
塩･こしょう･みりん（適宜）

作り方

(1) 塩・こしょうを多めに振る
(2) ヨーグルトにみそを味を見ながら少しずつ加えて混ぜ、隠し味にみりんを加える
(3) 鶏肉を(2)に30分以上漬ける
(4) バーベキューグリルの炭は両サイドに強火、真ん中に炭を置かずアルミホイルを受け皿として置いた弱火ゾーンに分け、香り付けのためにチャンクス（スモークをかけるための木片。水やビールに漬けておく）を炭の上に入れてスモークする
(5) 強火で皮面をカリカリに焼く
(6) カリッとなったら弱火（アルミホイル上）でふたをしてじっくり火を通す。竹串を刺して澄んだ肉汁が出てくれば完成

牛角切りとズッキーニの串焼き

生焼けや焦げを避けるため、同時に焼ける食材だけを均等な大きさに切って串に刺します。牛肉とズッキーニの組み合わせはお薦めです。

材料

牛肉
ズッキーニ
オリーブオイル
塩・こしょう

作り方

(1) 牛肉とズッキーニをひと口大にそろえて切り、塩・こしょうを振る。ズッキーニにオリーブオイルを塗って、牛肉と交互に串に刺す
(2) 炭はサークルを描くように（グリルが丸い場合）強火と弱火にゾーン分けし、串をグリルに放射状に置く
(3) 何度か串を回して表面が焼けたら、ふたをしてしばらく待つ。約 10 分が目安

〈参考図書〉
『BBQ HACKS！～達人が教える「スマートバーベキュー」のすべて～』（徳間書店刊）

人にも環境にも優しいスマートバーベキューを提唱する日本バーベキュー協会が、道具の扱いや炭のゾーン作り、焼き方のノウハウを分かりやすく教えてくれます。定価：890 円

フルーツ焼き

焼いて甘さを引き立たせてデザートに。かんきつ類は、肉を焼いた匂いを爽やかな香りで吹き払ってくれます。

材　料　オレンジ・キウイフルーツ・バナナなど

作り方

(1) オレンジやキウイフルーツなどは半分に切り、バナナは皮のまま中火で焼く
(2) オレンジやキウイフルーツなどは膨らんで香りが立ったら OK。バナナは皮が黒くなり、果肉が軟らかくなれば完成
(3) バナナは縦に半分に切って、好みでシナモンシュガーを振る

野菜焼き

野菜は切らずに丸ごと焼きます。焦げやすいピーマンなどは、オリーブオイルを塗りながら焼くと焦げません。

材　料　ピーマン・シイタケ・塩

作り方

(1) ピーマンは洗っておく。シイタケは汚れをふき取り、石突きを取っておく
(2) グリル半分に中火に炭を広げる
(3) ピーマンはそのまま置き、オリーブオイルを塗りながら転がして焼く。一度膨らんでしぼんだら出来上がり
(4) シイタケは石突き側を上にして塩を振って焼く。塩が水滴になって、トングでつかんだときに軟らかければ食べごろ

営農だより

※このコーナーは 隔月で掲載致します。

暴風による農業施設への被害についてのご報告

４月３日夜から４日午前中にかけて吹き荒れた暴風による、農業施設への被害状況についてお知らせいたします。

農業施設被害

（単位：千円）

地区	パイプハウス 種類別（棟数）			格納庫 種類別			備考
	ビニール破損	骨組倒壊	合計	シャッター破損	屋根破損	合計	
A･B(一部)	232	87	319				
B（一部）	336	69	405				
C	236	78	314				
園芸団地	14	5	19				
圃場	60	15	75				
格納庫	13	7	20	46	21	67	圃場内含む
実践大	4		4				
合計	895	261	1,156	46	21	67	
単価	50	600	100	600			
見込金額	44,750	156,600	201,350	4,600	12,600	17,200	218,550

格納庫への倒木

強風でめくれ上がったハウスビニール

このほか、住宅（3,000）、防災林（5,350）、公共施設（4,400）被害を合わせると、大潟村の被害総額は231,300,000円となりました。今後、被害に対する助成や支援等が講じられる場合、文書等でおつなぎいたしますので、情報をお待ちください。

お問い合わせは営農支援課（45-3033）まで。

第334号

女性部「活動だより」

各委員会からの報告事項などについてお知らせいたします。

★各委員会からの報告

●加工センター施設有効利用推進委員の公募について

ＪＡ女性部では、冬期間のみそ・とうふ以外に、加工センターの有効利用を考えております。部会では、加工センター利用検討委員会を立ち上げることにしました。大潟村在住で、興味のある方は、お問い合わせ下さい。６月の中頃に、最初の会合を予定しています。**お問い合わせ先：ＪＡ大潟村生活課（あぐりプラザ内 TEL 45-2214 ／担当・木村）**締め切りは５月30日です。

（芹田妙子記）

●敬仁会　評議員会（３月30日）

三浦理事長のあいさつのなかで、大潟村のひだまり苑指定管理についてお話がありました。２月15日に大潟村村長との話し合いがあったそうです。村長は今後の指定管理については、村の結論を９月まで待って欲しいと話されたそうです。三浦理事長は、ひだまり苑の利用者が不利益にならないようにと話したということでした。

（三村敏子記）

●生活モニター会議（３月21日）

始めに農協から平成23年度の実績見込みの話があり、店舗については売り上げが前年より少し増え、商品ロスが低く押さえられた事で23年度は黒字決算の見込みと明るい話題ではじまりました。モニターから○同じ魚で、加工日が同じなのに消費期限日が違うのは何故か？○新しいレジ係の声が小さい『新しいバイトが５人入って、教育はしていくが、少し温かく見てほしい』○商品の陳列棚を替える際替えた場所がわかる様に表示して欲しい○のし袋の種類により欠品が11日、7日の物があり長すぎる○半額シールをレジで見落とす事があるので、バーコードでできないか○豚肉の切り方が変わったが、何か理由があるのか『えーっわかるんですかー！と驚きの声の後で、人件費削減の為、一部パック詰めされた状態で仕入れるように替えた』○終業時間の変更は早めに表示して欲しい『すぐやります』○劣化した青果を見かける事がまだあるので、商品チェックを徹底して欲しい○空瓶の回収をしているのか？『空瓶回収はレジ係が対応しています』皆さんが日頃思っている要望･疑問が中に一つでもあったでしょうか？ご意見のある方はいつでも事務室・レジ係に話して下さいとの事でした。

（小沢美智子記）

●ＪＡ大潟村役員報酬審議委員会（４月６日）

今回は据え置きとなりました。農協職員の待遇改善をすすめるそうです。

（三村敏子記）

Information

湖東総合病院・外来診療のご案内

湖東病院の外来診療についてお知らせいたします。担当医など詳細については湖東病院（TEL 018-875-2100）までお問い合わせください。

外　来　診　療

平成24年４月１日より

受付時間（自動再来機）（正面受付）
- 午前診察各科　7:00～11:30
- 午後診察各科　7:00～15:00
- 初めて診察を受ける方　8:00～

休診日：土曜日・日曜日・祝日・１月２日・１月３日・８月14日・12月31日

一般診療のご案内

外来診療科		月	火	水	木	金	備考
内科	午前	○	○	○	○	○	金曜日：2診（2名の医師による診察）を行っております。
消化器科	午前	■	■	■	■		■平成23年５月より月～木は**新患及び検査**（２次健診による検査も含む）。
	【午後】					■	■金曜日：予約検査のみとなります。
循環器科	午前	○	■	○	○	○	■火曜日：第１・第３・第５
小児科	午前	○	○	○	○	○	
	【午後】	○	○	○	○	○	町の健診終了時間により午後の診察時間が変わります。
外科	午前						現在診療を中止しております。
整形外科	午前	○	○	○	○	○	
リハビリテーション科	午前						現在診療を中止しております。
脳神経外科	午前				○		
産婦人科	午前				○		
泌尿器科	午前	○		○		■	■金曜日：第１・第３・第５
人工透析	午前	○		○		○	
	【午後】	○		○		○	
耳鼻咽喉科	午前				○		火曜日の受付時間：7:00～14:00までとなっております。
	【午後】		○		○		木曜日の受付時間：7:00～14:30までとなっております。
眼科	午前	○	○	○	■	○	■木曜日：予約検査のみとなっております。
皮膚科	午前	○					月曜日：予約制となっております。（直接ご来院下さい。）
心療内科 精神科	【午後】		○				

特殊診療のご案内

特殊診療		月	火	水	木	金	
耳鼻咽喉科 めまい外来	【午後】		○				火曜日の受付時間は７:00～14:00までとなっております。
整形外科 リウマチクリニック	【午後】		○		○		受付時間は７:00～14:00までとなっております。
小児科予防接種	【午後】		○	○		○	予約制となっております。（電話でも予約できます。）
眼科学童クリニック	【午後】					○	

＊　診療体制が変更になる場合もあります。
＊　小児科予防接種については、小児科外来看護師にお問合せください。

湖東総合病院

水田からの濁水流出防止にご協力ください（秋田県からのお知らせ）

４月28日から５月20日の間は、河川や湖の水質を保全するため、重点的に農業排水の削減を呼びかけています。代かきから田植え時期に排水される「濁水」は、湖や河川の下流水域で、富栄養化等の水質悪化の一因となっています。畦畔の補修などにより漏水を防ぐとともに、湛水深を抑えて、浅水での代かきを行いましょう。また、田植え前は浅水として、落水の水量を極力少なくしましょう。

この件に関するお問い合わせは、
秋田県生活環境部環境管理課八郎湖環境対策室
（018-860-1631）へ。

ＪＡ大潟村の概況　24年４月末現在

貯　金 … 230億8,844万円　正組合員数 …… 1,156名
貸出金 … 103億6,078万円　准組合員数 ……　30名
出資金 …　8億7,370万円

理事会報告

４月19日開催

報告事項

・平成23年度資産自己査定の結果報告

議　案

第１号　平成23年度事業における税効果会計の実施に伴う繰延税金資産の回収可能性の判断について
第２号　平成23年度固定資産減損会計における減損損失の要否等について
第３号　棚卸差損・差益及び棚卸評価損の処理について
第４号　平成23年度決算書類の承認について

４月26日開催

報告事項

・業務報告（３月末事業実績等）
・ＡＬＭ委員会報告
・反社会的勢力との取引排除にかかる対応要領の全部改正について
・反社会的勢力との取引排除規則の一部改正について
・反社会的勢力への対応の手引きの一部改正について
・共済端末機運営管理要領の廃止について

議　案

第５号　役員賠償責任保険の加入について
第６号　平成24年度余裕金の運用の方針と運用方法について
第７号　信用評定基準の設定について
第８号　平成24年度信用の供与等の最高限度額の決定について
第９号　平成24年度貸付金の利率の最高限度の決定について
第10号　平成24年度借入金の最高限度について
第11号　平成24年度事業計画について

編集後記

先日、「管理入院」を経験しました。血糖値が高く、食事指導のための入院。１に野菜、２にタンパク、最後の最後にわずかな主食…という食事は、飢餓感すら覚えるほど。「酒好き菓子好き主食好き」だった自分には当然の報いかも…と猛省する毎日に、食べ物のありがたみを思い知らされました。厳しい食事制限は当分続く見込みで、食べ物を見るたび挫けそうになりますが、命がかかっている以上頑張るしかありません。毎日が勉強、そして戦いの日々です…。

さて、来月は職員一同、組合員の皆様宅へ共済の一斉訪問にお伺い致しますが、この機会にぜひ、契約内容をご確認いただければと思います。私のように病気になってから慌てるようなことになりませんように…。　（mi）

農作業安全月間です

農作業事故にご注意ください!!

No.172

初めてのお誕生日おめでとう!!

薄田　結（ゆい）ちゃん

食べる事が大〜好きで、中でもバナナには目がありません！い〜っぱい食べて大きくなってね。色んな事に興味津々！これから一緒に沢山お出掛けしようね♥

このコーナーに掲載希望の方はご連絡お待ちしております。TEL 45−2211　広報担当

ソラマメ

●ソラマメ料理で食卓を華やかに！

さやが空に向かって実るので、ソラマメといいます。春から初夏にかけてはさや付きのものが出回ります。豆はさやから出すと硬くなるので、調理する直前にむきましょう。さやをねじって割り、中の豆を取り出します。ゆでるときは、ホックリとした豆の食感がおいしいので、ゆで過ぎないように注意します。沸騰した湯に塩を入れ、３〜４分ゆでてざるに取って冷まします。

選ぶときのこつは、さや付きの場合はさやの緑色が濃く、ふっくらしているものを。さや付き200gで、正味60gほどになります。すでにむき豆で売られているものは、爪の色が薄いものほど柔らかくておいしいのでお薦めです。保存は、さや付きのものはそのままポリ袋に入れて冷蔵庫の野菜室へ。早めに使います。むき豆は硬くなりやすいので、買ったらなるべく早くゆでましょう。ゆでた豆は冷凍できるので、硬めにゆでて保存しておくと便利です。

食のはなし

ベターホームのお料理教室

Recipe　エビとソラマメのマヨネーズ炒め

■材料（２人分）

ソラマメ正味150g※・エビ（無頭・殻付き）180g・A（塩小さじ1/8・こしょう少々・かたくり粉大さじ１・卵白１個分）・B（マヨネーズ大さじ２・酒大さじ1/2・卵黄１個）・油小さじ１と1/2・塩、こしょう各少々

※さや付きソラマメの場合は、500 〜 600g

■作り方（１人分299kcal）

(1)　ソラマメは、硬めにゆでて皮をむきます。

(2)　エビは殻をむき、背開きにして背わたを取り、Aをもみ込みます。

(3)　Bを合わせます。

(4)　油小さじ1/2で(1)を炒め、塩、こしょうを振って取り出します。

(5)　油小さじ１を足し、(2)を炒めます。色が変わったら(3)を加えてさっと炒め、(4)を加えてひと混ぜします。

撮影：対馬一次

JAだより おおがた
〒010-0443 秋田県南秋田郡大潟村字中央1-5　TEL 0185-45-2211㈹　FAX 0185-45-2273
インターネットアドレス http://www.ja-ogata.or.jp/
発行／大潟村農業協同組合　印刷：㈱八郎潟印刷