

りんごの森

2023

11

No.496

特集

ありがとう

相馬ハンタークラブ



表紙の写真：小学生と中学生、笑顔花マル  相馬っ子！



JA.SOUMAMURA

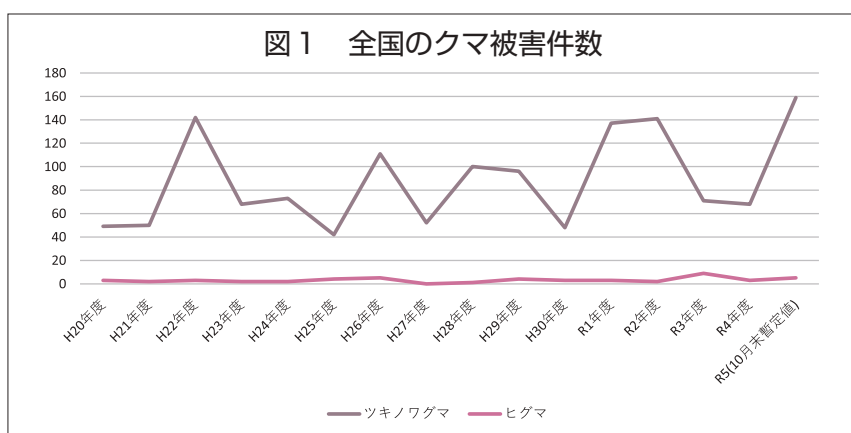
ありがとう 相馬ハンタークラブ



令和4年5月28日 相馬ハンタークラブによる鳥獣供養祭に撮影

令和5年産リンゴは、気象による不作に加え、鳥の食害、また、管内でもクマによる園地被害が多発し「クマ、どんぐら?」という会話があいさつ代わりになっている。図1を参照してほしい。当JA管内に出没するツキノワグマの、日本全国における被害件数の推移だ。平成26年まではピークが1年で終わっているが、平成28年から

図1 全国のクマ被害件数



はピークが2年続いている。この推移を見ると、来年も注意が必要なのは明らかだが、捕獲以外に明確な対策が無いのが現状だ。

ハンターになるには?

ところで、ハンターになり狩猟を行うためにはどんな手順を踏めばいいのだろうか。

法定猟法(使用できる猟具)の種類に応じて、次の4種類がある。

1. 網猟免許(もてつ網、はり網、つき網、なげ網)
2. わな猟免許(くくりわな、はこわな、はこおとし、囲いわな)
3. 第一種銃猟免許(ライフル銃・散弾銃・空気銃・圧縮ガス銃)
4. 第二種銃猟免許(空気銃・圧縮ガス銃)

1と2に関しては、それに加えて狩猟登録をすれば、以上で準備完了である。

狩猟免許はどんな人がとるの?

図2を見ると、年代別の狩猟免許交付数は、平成に新規参入者が大きく減少したことから、結果として狩猟者全体数の減少と高齢化比率の増加となっている。だが近

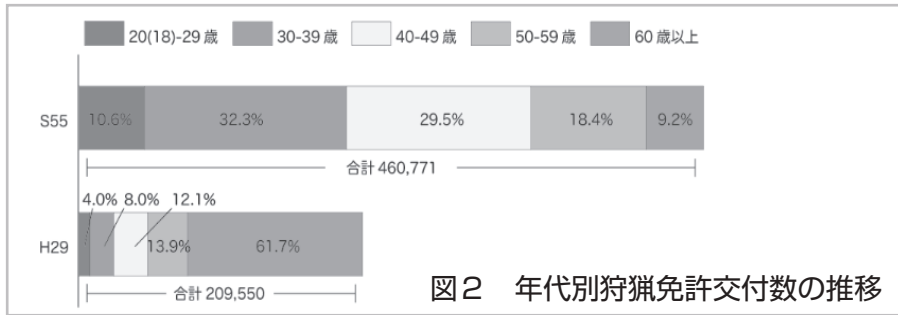


図2 年代別狩猟免許交付数の推移

図3 弘前市における狩猟免許取得費用等助成対象経費

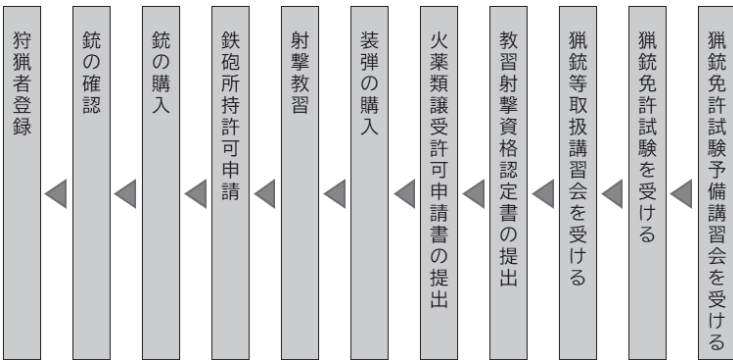
- | | |
|------------------------------|----------------------------|
| (1) 狩猟免許試験予備講習会受講料 | (5) 火薬類譲受許可申請手数料 |
| (2) 狩猟免許試験手数料
(上限10,400円) | (6) 射撃講習受講料
(上限29,200円) |
| (3) 猟銃等取扱講習会受講料 | (7) 銃所持許可申請手数料 |
| (4) 教習射撃資格認定申請手数料 | (8) 狩猟者登録手数料 |

これらが
助成されると

3割弱の
負担でOK

はじめて狩猟免許を取得するときの費用		
	銃猟のみ取得	わな・銃猟両方取得
必要経費	97,462	112,662
助成対象	73,200	80,200
実質負担金額	24,262	32,462

狩猟免許及び猟銃取得までの流れ(R4年度概算)



年、国や地方自治体、大日本猟友会などの取組みもあり、わな猟免許を取得する若者や女性が増えてきているという。未来のクマの脅威に備えるため、まずはハンターの裾野を広げる意味でも、わな猟免許を取得する人を増やすのも、ひとつの手かも知れない。

若者や女性に人気のわな猟?
そのわな猟に注目してご紹介したい。捕獲できるのは、鳥類と、クマを除く獣類だ。いきなりクマが除外されてしまったが、ハンター入門編として捉えてほしい。一度にかけていいわなの数が30基までで、大量に仕掛けることが出来る。また銃猟とは違い、狩猟

期間や時間に制約がない。ただ、捕獲できた際には接近戦になることが多く、相手が大型獣となると力が相当強いためかなり危険だ。その予防をするために、日頃のわなの点検や、捕獲できた時のイメージをしておくなど対策をとることが必要だ。更に、止め刺しで一番安全と言われている銃を扱えるよ

うに、銃猟免許の取得も視野に入れておくとう完璧だろう。

費用について

弘前市では、ハンターの育成・確保を目的に、市民向けハンター体験セミナーや射撃講習会を無料で開催している。また、市民であれば免許の新規取得に対しての経費支援もある(図3)ため、興味のある方は農村整備課鳥獣対策係(40-4155)まで問合せてみてほしい。

こうしてそれぞれの手順を踏み、試験に合格し、必要な免許や許可書を揃えたら、晴れてあなたもハンターだ。ただ、猟銃を扱ったため、その人格は厳しく判断される。相馬ハンタークラブも例外なく、人物重視の側面があることを頭においておこう。



地域の頼もしい守人であるハンター。農地の未来をつなぎ、生産量の確保と高品質生産につなげるためにも、一度その世界に飛び込んでみませんか?

クリスマススイーツ

監修：陣田靖子（粋-Sui-キッチンスタジオ&カフェ オーナー）
https://yasming.net

てスイーツを作ってみませんか。
ツとも好相性。グルテンフリーだからアレルギーを持つ人にも安心です。

★★★

芳醇（ほうじゅん）な香りを楽しむ大人のスイーツ

クリスマスグリーンマフィン



材 料 6個（マフィンカップ直径6cm×高さ4.5cm）

米粉	300g
ベーキングパウダー（アルミニウムフリー）	大さじ1
抹茶パウダー	2g
成分無調整豆乳または成分無調整牛乳	230ml
菜種油	大さじ6
てんさい糖	50g
メープルシロップ	大さじ2
ラム酒（豆乳または牛乳で代用可）	大さじ1
自然塩	小さじ1/3
ドライフルーツ（ラム酒漬け）	大さじ3+飾り用適量
ナッツ類（お好みの2種）	各大さじ2+飾り用適量

作り方

- ①米粉、ベーキングパウダー、抹茶パウダーをボウルで混ぜておく。
- ②ドライフルーツとナッツ以外の残りの材料を全て混ぜ合わせ、①を加えて混ぜる。
- ③ドライフルーツとナッツを加えてさらに混ぜ、マフィンカップに入れて飾り用ドライフルーツとナッツを散らす。
- ④170度に温めたオーブンで約25分焼く（竹串を刺して生焼けの生地が付かなければOK）。

POINT

写真は右上から時計回りにカボチャの種、レーズン、クランベリー、マンゴー、ヒマワリの種。ドライフルーツは、1カ月～1週間前までにラム酒に漬けておく（りんごジュースでもOK。長く漬けると発酵するので前日からがよい）。



★★★

フルーツの風味と生おからが好相性

米粉とおからのヘルシーケーキ



材 料 直径15cm×高さ6cmのケーキ型1台分

米粉	100g	塩こうじ	大さじ1
生おから	100g	A 白みそ	大さじ1
ベーキングパウダー（アルミニウムフリー）	小さじ2	レモンの皮	1/2個分
成分無調整豆乳または成分無調整牛乳	80ml	あんずジャム	大さじ2～3
菜種油	大さじ4	ココナツパウダー	大さじ2～3
A てんさい糖	50g	飾り	
メープルシロップ	大さじ1	リンゴ（蒸し煮用）	1個
レモン汁	大さじ1	ミント（葉）	適量

作り方

- ①よく搾った生おからと米粉をブレンダーにかけ、よく混ぜたらベーキングパウダーを加えてさらに混ぜる。
- ②Aの材料を全てボウルでよく混ぜ、①を加えてさらに混ぜる。生地はボテツとした感じになるように豆乳または牛乳（分量外）で調整する。
- ③オーブンペーパーを敷いた焼き型に入れ、表面を平らに整える。
- ④180度に温めたオーブンで30～35分焼く（竹串を刺して生焼けの生地が付かなければOK）。
- ⑤表面にあんずジャムを塗り、再度オーブンで2分焼き、取り出してからココナツパウダーを振る。
- ⑥焼き型に入れたまま、網（ケーキクーラー）の上にのせて冷ます。
- ⑦⑥を焼き型から抜き、リンゴの蒸し煮3切れでバラの花の形を作つてのせ、ミントの葉を飾る。

POINT

リンゴの蒸し煮

- ①リンゴをよく洗ってから8等分し、芯の部分を取る。
- ②塩水にくぐらせてから、厚さ2mmぐらいにスライスして鍋に平らになるように入れ、弱火で約18分蒸し煮する。





米粉で

今年のクリスマスは米粉を使っ
米粉ならではの食感はスー

★★★
クリスマスムード満点の人形お菓子

ジンジャーマンクッキー



材 料 45枚(クッキー型3.8cm×4.8cm)

米粉	150g
きな粉	20g
ベーキングパウダー	小さじ1/4
シナモンパウダー	小さじ1
菜種油	大さじ3
メープルシロップ	60ml
成分無調整豆乳または成分無調整牛乳	40ml
ショウガのすりおろし汁	大さじ1
自然塩	小さじ1/8

作り方

- ①米粉、きな粉、ベーキングパウダー、シナモンパウダーをボウルに入れて混ぜる。
- ②①に菜種油を入れて手でこすり合わせながら、粉全体に行き渡るようになじませる。
- ③液体類(メープルシロップ、豆乳または牛乳、しょうが汁)と塩を混ぜて②に加え、生地をまとめる。粉っぽさが残ったら豆乳(分量外)で調整する。
- ④厚さ2、3mmに麺棒で延ばし、型抜きして、オーブンペーパーを敷いた天板に並べる。
- ⑤160度に温めたオーブンで25分焼き、天板の上でそのまま冷ます。
- ⑥お好みで冷めたクッキーにチョコペン(材料外)で顔を描く。

POINT

米粉にはグルテンが含まれていないので生地が割れやすい。慎重に扱うこと。



★★★
彩りと味わいのアンサンブル

イチゴのトライフル



材 料 4人分

生おから	200g	寒天パウダー	2g
菜種油	大さじ2	てんさい糖	60g
りんごジュース	200ml	成分無調整豆乳または成分無調整牛乳	400ml
レーズン(粗みじんにつけておく)	20g	レモン汁	大さじ1
自然塩	1つまみ+1つまみ	イチゴ	18粒
ラム酒(りんごジュースで代用可)	大さじ2	ミント(葉)	適量
米粉	20g		

作り方

- ①生おからはフライパンで乾いりし、パラパラになったら菜種油を加え、全体になじませる。
- ②①にりんごジュース、レーズン、塩1つまみを加え、しっとりする状態になるまで水分を飛ばす。
- ③②にラム酒を加えていき、火から下ろす。
- ④米粉と寒天パウダー、てんさい糖、塩1つまみをボウルに入れて混ぜる。
- ⑤クリームを作る。豆乳または牛乳、レモン汁を④に加えてよく混ぜ、こし器に通してから鍋に入れる。
- ⑥鍋を火にかけ、へらでかき混ぜながら沸騰させる。
- ⑦火を弱めてクツクツと1分ほどかき混ぜながら煮て、火を止める。
- ⑧③と⑦のクリーム、イチゴを交互に200mlの器に入れ、最後にイチゴとミントの葉を盛り付けて出来上がり。

POINT

作り方③の火から下ろすタイミングは、写真のようにおから煮のような状態がベスト。



販売課
田村 慎平

10月の果実販売動向ですが、一般的に流通量は少なめとなり、価格は高めでの販売となりました。

ミカンに関しては柿と同様に、販売の中心として売場は広く確保されており、食味の評価の高さもあり強い引き合いがありました。高糖度など上位等級品に関しては入荷が少なく高値基調での販売となりましたが、全般的に入荷量はやや不足気味でも値ごろ感のある価格設定が出来ており、安定した荷動きとなりました。

は終盤となりましたが総体量は少なく、売場も他品目に比べまだ広くなかったため特に売価高となっている大玉を中心に鈍い荷動きが続きました。サンつがるの残量が例年より極端に少なく、その為高値基調での販売となりましたが、そのことが鈍い荷動きに拍車をかけてしまいました。そのような中でも企画販売の組まれやすい36玉・40玉に関しては一定の引き合いが見られました。

当農協では10月は国内向けの早生ふじ、海外向けのトキが販売の中心となりました。どちらに関し

今後リングに関しては、本県産早生ふじ、長野県産シナノスイートの終了とともに、一時的に市場の流通量が減少することが予想されます。その後、他県産ふじから順次晩生種の出荷が始まりますが、末端では売価高を理由に特に大玉果を中心に堅調な販売が続く見通しです。ただし、出荷が不安定になる期間があるため、在庫確保に向けて一定の引き合いはあるものと思われまゝ。輸出に関して今後

はシナノスイート・むつ・世界一名月が中心となり、台湾・タイ・フィリピン・ベトナム・香港などへ出荷される見通しです。

11月下旬からは国内外の贈答向けがスタートし年末に向けて企画販売も組まれやすいシーズンとなってくるため、厳しい販売が続く令和5年産ですが少しでも有利販売を目指してまいります。

6

4年続くご縁に感謝

10月6～8日の3日間、日本航空㈱のパイロットと客室乗務員の有志7名が管内に訪れ、管内のリンゴ園にて援農作業を行った。

2020年から始まった援農作業だが、今は、プライベートな活動として休暇を取得して園地を訪れている。それでも援農希望者が継続しているのは、口コミの力も大きい。今回の班長である吉田全さんは、社内でも「りんごの作業をしているときは無心になれる。自然を感じてピュアになれる体験は貴重」と、援農作業について、その良さを周囲に話しているという。今回初めて参加した客室乗務員の小林雅代さんは「素晴らしい体験だ」と同じ興味を持った。また別の季節にも園地を訪れ作業を行いたい」と笑顔を見せた。



空飛ぶ農業応援団との交流もまた貴重な体験だ

4年ぶりの視察研修

10月10日、北海道東北エリア最大のスーパーマーケットチェーンであるアークスグループのバイヤーや青果担当社員ら6名の視察研修を受け入れた。コロナ以前は毎年受け入れていた同研修だが、今年は4年ぶりの実施となった。

雨の降る中、清野一基さんの園地で早生ふじの収穫作業を行うとバイヤーらは「リンゴ農家は毎日大変。短い時間ではあったが、この経験を店頭スタッフにも共有し販売していきたい」と話した。

その後、販売課三上悟行部長の案内で選果場と冷蔵庫の見学をしたバイヤーらは、最後はリンゴ詰め作業を経験した。



慎重にリンゴを段ボールに詰めるバイヤーら

全共連職員による援農

10月12日から2日間、また19日から2日間、当JA管内リンゴ園で全国共連青森県本部職員延べ8名によるリンゴ栽培作業研修が行われた。これは毎年実施されており、受け入れ農家がその時の作業を指導し、職員は体験を持って現場を理解するとともに、農繁期の労働力不足解消の一端を担っている。今回の受入先は、管内4園地で、それぞれ着色管理や収穫作業を行った。

成田信一さんの園地を訪れた職員は「リンゴが大好き。学生時代の授業で体験して以来の収穫作業。実を落とさないように気を付けた」と慎重に作業にあたった。



成田さんに作業を教わる全共連職員（奥2名）

農水省若手職員研修

10月12日、農林水産省の職員2名が、選果場の見学に訪れた。これは9月下旬から4週間、弘前市に滞在してリンゴ作業などを通して果樹栽培や地域について理解を深める研修の一部。販売課山内耕平センター長の案内と説明を聞き、同省経営局の工藤加奈さんは「単純に機械化を進めることは、良いことばかりではないと分かった。今回の研修を通して実感した農業の力強さを、これからの仕事に活かしていきたい」と感想を話した。農林水産省では、地域農林漁業の実態の理解促進を目的に56年前から全国を対象とした同研修に取り組んでおり、入省2～4年目の若手職員が各地を訪れている。



熱心に山内センター長の話を聞く農水省職員

東京から農作業に

10月28日から3日間、転職活動中の男性、所田裕樹さん（33）が紙漉沢の清野一基さんの園地でリンゴ作業をした。この方は以前、夏に津軽地方を訪れた際、リンゴが実った季節にまた弘前を訪れたいと感じ、デイワークで求人を探すも、駅からの移動や距離感が分からず、当JAの無料職業紹介所へ電話で問合せをしたという。フランスに5年間住んでいた経験から「津軽弁の発音はフランス語と似ている。弘前の街も相馬のりんご畑も心安らぐ。受入れてもらえて感謝しかない」と話した。

都市部在住者の農作業への興味関心が増しているときに、果樹産業は強いと実感した。この先も振興課では裾野を広く捉え、労働力不足解消および、リンゴ産業への理解促進に尽力する。



収穫をする所田さんと清野さん

企業援農ボランティア

11月4日、今年で10回目のJA青森中央会が行っている企業援農ボランティアが行われた。日本原燃株式会社や関連会社のNURの職員ら22名の参加者がそれぞれ管内10か所のリンゴ園地で作業にあたった。

日本原燃で企業援農ボランティアの募集をかけると、相馬の援農が人気だという。その理由として担当者の大潤さんは「受け入れ態勢があたたかいのと、なにより相馬のリンゴが美味しいから」と話した。収穫作業は各園地で王林、サンふじ、サン金星、飛馬ホワイトなど様々。参加者に話を聞くと、皆リンゴが大好きだと教えてくれた。「短い青森赴任期間中に、リンゴがこんなに美味しいと知ることができて嬉しい。来年も異動してйнаければ、同僚を誘ってまた参加したい」と笑顔で意欲をみせた。



ご夫婦で収穫作業に参加した方も

あなたのうちへ

福をマネ〜く

『家の光』12月号・1月号
購読申込受付中!

1月号
別冊付録

12月号
第1・第2
別冊付録

定価(税込)

- 普通月号 629円
- 付録月号(1・4・5・7・9月号) 922円
- 家計簿付き12月号 1,027円

お申し込みは
お近くのJAへ

©umetigiri

JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷河原町11 TEL 03-3266-9039 <http://www.ienohikari.net>

直売所「林檎の森」

所員 山田理圭



いつも直売所『林檎の森』をご利用いただきありがとうございます。

現在直売所では、赤カブ、菊芋、大根といった根菜や、色とりどりの食用菊が多数入荷されています。赤カブは嶺地区で収穫されたもので、約5キロで600円前後の値段で販売しています。食感がとても良く赤カブ漬けや浅漬け、薄くスライスしてサラダにするなど様々な用途に適しています。

果物に関しては、柿や洋梨、リンゴなど様々な秋の味覚が陳列棚から溢れ出して並んでいます。リンゴは中生種の早生ふじ系やトキ、紅玉などの品種から切り替わり、現在売り場には、サンふじや王林、シナノゴールド、名月や星の金貨などの晩生種品種が多数並んでいます。

その他、林檎の森のイベントとして毎年恒例の『りんご祭り』が今年も11月11日から開催されています。会員もたくさんのリンゴを

入荷してくれています。会員のリンゴの産地は主に相馬地区、下湯口地区、岩木地区となっております。品種に関してはサンふじ、王林、シナノゴールドなどをメインに家庭用から贈答品まで幅広く揃えていますので、お歳暮にいかがでしょうか？ たくさんのご来店をお待ちしております。

また、直売所では11月6日から12月30日まで、朝8時30分から17時までの営業になります。1月4日から3月中旬あたりまでは朝9時から17時までの営業になりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。会員の搬入時間も開店時間の15分前となりますので、ご了承ください。

皆様のたくさんのご来店を心よりお待ちしております。



ほかにも秋の味覚もりたくさん♡



そまりん



◀香りの良い菊はみんな大好き

農協青年部「もち米」 予約販売のお知らせ

毎年たくさんのお客様にお買い上げいただきありがとうございます。
今年も農協青年部のもち米収穫も無事終わることが出来ました。

予約販売を行います。受付は、11月27日(月)までに
農業振興課、佐々木 までご連絡くださるようお願いいたします。

※12月1日(金)からは、「りんごの森」にて通常販売致します。



今年も、
良い出来だんでねえ？



今年もみんなさ
食べてほしいなあ！

＜料金＞予約： **1 kg 400円**

※キロ単位での予約となります。

※支払いは、現金または貯金となります。

【お問い合わせ先】

相馬村農協青年部事務局 佐々木
(農業振興課内)

☎0172-84-3215



いつも湯口SSSをご利用いただき誠にありがとうございます。組合員の皆様、平素、携行缶へのガソリンの販売記録にご協力いただきありがとうございます。

11月に入り、タイヤ交換をされるお客様が多くいらっしゃいます。その際には空気圧の点検をして、しっかり空気を補充しています。空気圧の点検と補充は、随時サービスで実施しているので、いつでもお気軽にご利用下さい。

Payday キャンペーン

11月30日までpaydayでお支払いすると最大3%戻ってくるクーポンを事前に手に入れることができます。スタンドに掲載してるポスターのバーコードリーダーから取得できます。ぜひご利用下さい

JASSの日キャンペーン

抽選で合計300名に当たる! **スタッドレスタイヤ** 令和5年12/31日まで

この冬はスタッドレスタイヤ4本セットで素敵な賞品をもらっちゃおう!!

JAギフトカード 5万円分 (1,000円×50枚)
P&G ナノバブルシャワーヘッド BIRAKU (VANESS)
45℃ 洗剤
235℃ レース 焼そば1箱 (2人前×5個入り)



▲ JASSの日キャンペーン
今回の景品はコチラ!

12月31日まで、スタッドレスタイヤキャンペーンを行っております。
引き続き、みなさまのご来店をお待ちしております。

ポイントを貯めて 景品をGET

☆会員の方は、ハイオク/レギュラー/軽油/灯油1ℓにつき1ポイント貯まります!

☆300ポイントためると以下の景品と交換できます

箱ティッシュ
トイレットペーパー
林檎の森商品券

お知らせ

- セルフ洗車
700円以上で燃料2円引きレシート!
- 10・20・30日は灯油の日。
店頭販売がお得です。
- 都合により特売日が変更になることもあります。

12月 イベント情報

JA SS

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5 ポイント 3倍	6	7 特売日	8 JASSの日	9
10 灯油の日	11	12 ポイント 3倍	13	14 特売日	15	16
17	18	19 ポイント 3倍	20 灯油の日	21 特売日	22	23
24/31	25	26 ポイント 3倍	27	28 特売日	29	30 灯油の日

いきいき女性部通信

事務局 石田 有希子



女性部では、10月24日に五所の山内牧さん園地にて、相馬小学校3年生 16名が『リンゴ学習』で春から育ててきたふじの収穫作業をお手伝いしました。今回はなんと、相馬中学校2年生の生徒16名も一緒です！ 中学生と一緒に参加することは初めての試みです。

小3児童らは自分が貼った絵入りリンゴを収穫してシールをはがすと「わぁ」「キレイにうつった！」など喜びの声を上げ、中2生徒らはその様子を温かく見守りながら「小3で学習して以来の収穫作業」「小学生がかわいくて、一緒に学習できてうれしかった」と話し、5

学年下の児童らの成長ぶりを感じていました。生徒数が少ない分、上学年が優しく面倒を見てくれる、相馬地区ならではの光景でした☆ 質疑応答の時間に「リンゴ園のやりがいは何ですか？」の質問に園主の山内牧さんは「一生懸命育てたリンゴでお金がとれたとき。ずっと取り組んでいると、良いも

のがどこに出来るか、どうすると良いのかが分かってくる。自分の育てたリンゴに高い価値をつけてもらえる嬉しい」と話していて、その言葉に、実直に技を磨いてこられた年月を感じました。

最後は、女性部員がカットしてくれたリンゴの食べ比べ。みんなが次々に4種類のリンゴを口にほおばり笑顔に♪ 子ども達が笑っているって最高ですね！（給食前におなかいっぱいになった子も?!）



お世話になった山内さんと、孫の瀧真くん、風奈ちゃん



世界にひとつのリンゴに笑顔！



どの品種から先に食べようかな～♪



頼もしさと可愛さいっぱいの相中生！



そっくり兄妹み～つけ！

地域おこし協力隊 活動記 Vol.93

ついこの間までの暑さが嘘のように秋と冬がいつぱんに来たような気候になりましたね。皆さん、体調のほうは大丈夫でしょうか。こんにちは、地域おこし協力隊の加賀です。

農家の皆さんは収穫の最盛期で、忙しさがピークのことと思います。お祭りも一段落し協力隊は暇でしょ、とお思われるかもしれませんが、そんなことはございせん（笑）。二月に行われる沢田ろうそくまつりの準備や、次号で穂坂修基隊員が詳報するかと思いますが、りんご公園で開かれるりんご収穫祭での出店の準備でなにかと忙しいのです。

十月十九日（木）には、弘前商工会議所青年部の十月定例会に穂坂隊員とお招きいただき、それぞれ二十分ほど、移住者から見た相馬の魅力、弘前の魅力、みたいなテーマで講演をしてみました。

弘前商工会議所は市街地の方が多く相馬についてはあまり知らないようでした。皆さん興味深そうに聞いていただき、とくに相馬に伝わる伝承には、「もっと教えてほしい」という声をいただきました。定例会に先立って沢田神明宮に数名の方



10月19日、弘前パークホテルで行われた弘前商工会議所青年部の10月定例会で講演

をご案内した時も、皆さん「前々から興味はあったけど、初めて来ました。すごいですね」と興味津々で祠まで登っていました。

ところで、相馬にお住いの方はご存じでしょうか、八月に相馬の郷土史を研究するサークル「相馬凸凹学会」というのを立ち上げ、月一回会報紙を発行しています。意外だったのは、相馬地区以外からの問い合わせが思いのほか多かったこと。陸奥新報さん、東奥日報さん、朝日新聞さんに取り上げていただいたこともあって、弘前市内はもちろん、遠くは今別町、青森市、五所川原市の方々から「相馬について知りたいので、『凸凹新聞』



10月24日、相馬小3年生・相馬中2年生の合同りんご体験学習（収穫）に同行しました

を送ってほしい」とのお声をいただきました。青森県立図書館からは、「当館でも所蔵したいので毎号送ってほしい」とのことで毎号送付しています。

弘前商工会議所の件と合わせて思ったのは、「相馬に興味のある人って意外と多いんだな」ということです。りんごをはじめ、地域に残るおもしろい伝承や史跡など、相馬には人を引き付けるような魅力・価値があるということではないでしょうか。そんな魅力・価値をもっと多くの人に、そして地域の人たちにも知ってほしいと願っていますし、そのため取り組みを進めていこうと思っています。



農協役員室で——ネズミ盗聴記

元農協学園長
秋田 義信



農協の役員室。ホライチとママシと放送局が来ている。いずれも畠から逃げてきて…。

放送局「ロシアのプーチン。あのウクライナを攻撃して…。教会（キリスト教）などまで爆破して…プーチンの目つきを見る！まるで狼のような…」

ホライチ「ロシア…さかのぼれば旧ソ連時代のスターリンが悪いのだ。彼は「宗教はアヘンなり」と言つて弾圧した…」

放送局「ロシアには美人が多い。ところが、それは四十才代ぐらいまでで、それがすぎると、太って、まるでドラム缶だな…」

ママシ「ロシア…北方領土（北千島）を日本へ還えすと思つか？」

ホライチ「ナンボ日本が力ネを出しても還えさないと思つな…」

ママシ「ナシデヤ」

ホライチ「日本とアメリカの日米軍事同盟があるからよ。沖縄と同様、アメリカが北方領土を軍事基地として使つからよ」

失敗成功

内村鑑三

共に神の手とし
機会なり

義信

JA 相馬村概況

〈令和5年10月末日現在〉

組合員数…………… 858 人
 (うち准組合員数 …… 389 人)
 出 資 金……………604,235 千円
 貯 金 額…………… 10,085,105 千円
 共済保有高……………3,008,837 万円

理事会だより

10月20日(金)

- 1) 9月末残高試算表について
- 2) 組合員の名義変更及び脱退について
- 3) 退任理事に対する退任給与金の支払いについて
- 4) 職員給与規定の変更について
- 5) 令和6年用春肥料・りんご袋取扱要領について
- 6) 直売所りんご祭り開催要領について
- 7) 令和5年産米共同計算取扱要領の一部改正について
- 8) 不良債権四半期報告
- 9) 貸付関係について
- 10) りんご販売関係について
- 11) 固定資産取得について

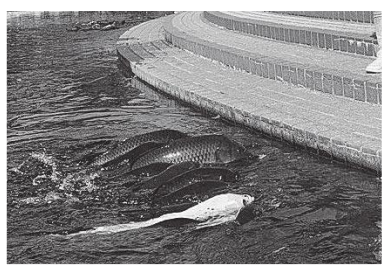
編集部つばきく編集後記

10月初旬の日曜日に、板柳のふるさとセンターに娘とその友達と一緒に立ち寄りまして、私はほぼずっと足湯に浸かっていました。娘たちは「絶対鯉にエサやりしたい!」とのことで、なんだかかわいいわい騒ぎながらエサやりをしていました。

「なにそんな騒いでんの?」と言って近づくと、今にも階段を上ってくるかのような勢いでエサを求めてひしめき合う鯉の集団があるではありませんか! これはすごい!

最終的に私も一緒にエサやり(笑)いながらバシバシ写真を撮りました。

あの池に水が張ってしまいう前に、また遊びに行きたいなあと思っています。あ、平川の猿賀公園でも同じ遊びができますね! 相馬地区近辺での足湯とエサやりの旅、手軽で楽しくて最高。ハマるかもしれません。



階段を上る勢いの鯉たち

最後に、12月2日(土)開催の年金友の会は、西目屋の白神館での開催です。創作膳が出て、黒石八郎さんのトークショーもあります。温泉も入れば、毎日がなびついている身体と心のチャージは完璧です◎ みなさまのご参加お待ちしております!

今月のあなたの運勢・12月

《モナ・カサンドラ》

◆ 全体運 ● 健康運 ★ 幸運の食べ物

牡羊座 3/21~4/19

- ◆ 視野が広がり「なんだ、そういつことか」という気付きがありそう。早めに修正を。臨機応変な行動にツキ
- とてもパワフル。力仕事も積極的に引き受けて
- ★ カボチャ

牡牛座 4/20~5/20

- ◆ 予定を詰め込み過ぎないように。できることから一つ一つ。下旬からは運気が上昇。良い年越しになりそう
- 食べ過ぎに気を付けて。よくかんで食べると◎
- ★ 野沢菜

双子座 5/21~6/21

- ◆ 対人運が活発化。急に忙しくなり右往左往することが。優先順位を考えて予定を調整。体調とも相談して無理なく
- 慌ててけがをしないように。呼吸を整えて
- ★ キヤベツ

蟹座 6/22~7/22

- ◆ 少し神経質になりがちなくさ。あまり重要でないことは相手に合わせるとスムーズに進みストレスも軽減
- ミネラルたっぷりの食事で元気を回復
- ★ クワイ

獅子座 7/23~8/22

- ◆ 勢いのある好調運。強気で押せばなんとかなりそう。大事なことから取り組んで。外食、レジャーが吉
- スポーツを楽しんで。夜は早めに就寝を
- ★ 水菜

乙女座 8/23~9/22

- ◆ イレギュラーな対応が必要になり戸惑いがち。非常時こそ冷静に。下旬には状況が改善へ。焦って答えを出さないで
- 発酵食品が多めのメニューで腸内環境を改善
- ★ ナガイモ

天秤座 9/23~10/23

- ◆ 楽しい時間を持てます。金運も好調で、いつもより良いメニューを選ぶと◎。連絡は早めに。素早く動くと開運に
- 人と会う予定を。笑顔での会話でストレス解消
- ★ 小松菜

蠍座 10/24~11/22

- ◆ 運勢は穏やか。人に助けられながらうまくいきます。あなたもできるだけ力になってあげて。おしやれにツキあり
- 食事は量より質が大切。バランス良く食べて
- ★ セリ

射手座 11/23~12/21

- ◆ 勢いがあります。強行突破で勝利を収められますが、人を振り回してしまうことも。周囲への配慮も忘れないで
- フェースケアに力を入れて。髪トリートメントを
- ★ フロッコリー

山羊座 12/22~1/19

- ◆ 上昇運。足の引っ張り合いがありそうですが、不毛なので関わらないように。独自路線で行くのが成功の秘訣(ひみつ)
- 心とお茶と香りの良いお茶でリラックス
- ★ ミカン

水瓶座 1/20~2/18

- ◆ 良い話が舞い込みますが、勘違いからおかしな雰囲気になることも。相手の話をよく聞き、落ち着いて動いて
- 友人たちとのおしゃべりで気分が向上に
- ★ 長ネギ

魚座 2/19~3/20

- ◆ 問題が山積みで頭の痛いときですが、有益な助言をくれる人も。信頼できる人を見極めましょう。運勢は下旬に回復
- カルシウム補給と関節のストレッチで骨を大切に
- ★ セロリ



やみつきチキン、油淋鶏、麻婆豆腐、のり弁、やきにく、なすの揚げびたし、にくやさいたため、サンドイッチ、系コンのチャプチェ風、かにたま、オムライス、2色のそばろ井、おにぎり、まよから井など、その種類の多さに目移りしてしまうこと間違いなし



1. 店の外観
2. 店内に並ぶ惣菜や弁当の数々
3. バターライスが絶品！
オムライス
4. 5. 注文を受けた時などに作る弁当。惣菜の配置は日々勉強をしている。

「中学生の時まで実家のすぐ隣が食堂で、具材を刻むことや皿洗いの手伝いが日課だった」
石岡さんが営む『なちゅら』は、取材日の令和5年11月7日で9周年を迎えた。ほぼ毎日、朝2時から約5時間かけて25種類ほどの弁当や惣菜を作っている。
弘前市大清水の会社でも販売しているが、他には林檎の森、中三デパートの地下1階総菜売り場、弘前学院大学の購買部へ納品していて、直売所での取扱いは、林檎の森だけである。
前述の食堂はなんでも美味しかったそうだが、経営者のご夫婦のことも大好きだったという。今はなくなってしまった、弘高下駅近くの天金（てんきん）食堂。「特にラーメンが好きだった。今はどんな料理でも作るが、ラーメンの出汁だけはレシビがあってもうまく作れない。きつと感覚の世界なんだろう」
林檎の森スタッフに勧められた、なちゅらさんのオムライスは、香り良いバターライスが特徴だった。「この値段でこの品質のご飯が食べられるなんて！」というのが率直な感想。やみつきチキンも味が染みていて、幸せな気持ちになった。みなさんにもぜひ食べてほしい。

JA相馬村広報

りんごの森

2023.11 Vol.496

■ 発行者 相馬村農業協同組合
〒036-1593 青森県弘前市大字五所字野沢23-1
TEL.0172-84-3215 FAX.0172-84-3497

■ 編集 総務課広報
ホームページURL <http://www.ja-souma.or.jp/>
e-mail:soumuka@ja-souma.or.jp

■ 発行日 2023年11月15日

本所	0172-84-3215(代)
本所フルーツステーション	0172-84-3293(代)
本所フルーツステーション特産販売	0172-84-3218(代)
JA共済事故受付センター	0120-258931
湯口支所・機械化センター	0172-84-2470(代)
湯口セルフスタンド	0172-84-2550(代)
直売所「林檎の森」	0172-84-3411(代)
津軽LPガス保安センター	0172-36-0404(代)
ライスセンター	0172-84-2217(代)
りんご加工センターA棟	0172-84-3380(代)
相馬支所・フルーツステーション	0172-84-2534(代)
JA津軽葬祭センター	0120-7676-60