

五島(しま)と共に五島(しま)と生きる



ごとう



ごはんちゃん©

※ 5 ページ掲載 五島和牛育種組合ミ二現地検討会

3 月号

JA ごとう
2018 No. 145

CONTENTS 目次

☆TOP NEWS

クッキングフェスタ

- ④ 肉用牛生産振興大会、五島和牛育種組合ミ二現地検討会
五島産素牛枝肉共励会
- ⑥ 4月2日から運行開始！移動店舗車
- ⑨ 五島市民駅伝大会参加

6年ぶりの

クッキングフェスタ

JA と女性部、一般社団法人家の光協会は2月4日、福江総合福祉保健センターで料理を通して地域の皆さんと触れ合い、食の大切さや食を支える農業の役割・尊さを感じていただくことを目的にクッキングフェスタを開催しました。

当日は五島産食材を使った料理の試食会と料理研究家の きじまりゅうた先生による講演会を行いました。試食会の料理はきじま先生考案の5品と五島の郷土料理1品を、実習協力者として女性部から30名がきじま先生指導のもと、前日の午後から2日かかりで160人分の料理を作りました。

参加者は振る舞われた料理に舌鼓を打ち、『家族がよろこぶ幸せおうちごはん』と題して行われたきじま先生の講演を楽しんでいました。講演では鶏から揚げのデモンストレーションも行われました。

また、クッキングフェスタ前日にきじま先生は五島産農産物の生産現場を視察。包丁を使わず手でちぎったパプリカの美味しさに感動されていました。



きじま先生の軽妙な語り口で講演会は大好評でした



油から上げて休ませながら揚げると2度揚げしなくてもカリッとジューシーな仕上がりに

美味しい五島産農産物の生産現場を視察しました



スナップエンドウ



実習協力者の皆さんときじま先生



パプリカ



五島ルビー

完成した唐揚げを見せて回るきじま先生





- ①炊き込みチャーハン
(うんまか米、ごとう美豚、卵、長ネギ、大根葉)
- ②豚肉のカラフルすき煮
(ごとう美豚、長ネギ、ブロッコリー、パプリカ)
- ③五島牛と里いもの和風コロッケ
(五島牛、じゃがいも、里いも、タマネギ)
- ④高菜とスナップえんどうの和風サンラータン
(高菜、スナップエンドウ、あごだし、卵)
- ⑤緑茶ミルクプリン トマトソース
(五島茶、五島ルビー)
- ⑥煮合え《五島の郷土料理》
(大根、人参、こんにゃく、厚揚げ)

五島がくれたごちそう

きじま先生に指導を受けながら試食会用に160人分の料理を作りました。



綺麗に盛り付けて完成です。地元五島産農畜産物を使ったきじま先生考案のオリジナルレシピで作った料理と五島の郷土料理を美味しく頂きました。



家の光

暮らしに役立つ連載記事
(2017年12月号～)

- クイズで学ぶ JA基本の「き」
- OH! 農! 熱血ハイスクール
- 楽しい活動見つけよう! フレミズnavi
- 1日1分でOK! 朝イチ顔ヨガ
- 石原新菜先生の未病クリニック
- エコーブマーク品でミニミニおやつ

※記事タイトル・内容は変更することがあります。

人・JA・地域が元氣 定価(税込) ●普通月号 617円
●付録月号(1・4・5・7・9月号) 906円
●家計簿付き12月号 1,008円

お申し込みはお近くのJAへ

JAグループ 家の光協会 TEL 03-3266-9039 <http://www.lenohikari.net>

さまざまなテーマを掘り下げて紹介する別冊付録

年6回付きます

繁殖牛五千頭へ着々

(※四五〇〇頭)

今年度目標達成見込み

肉用牛生産振興大会

J Aは二月二十日、五島家畜市場で平成二十九年度肉用牛生産振興大会を開催。畜産

い四四八四頭で年度目標は達成する見込みです。

が、二十五年度末には農家戸数三〇三戸、飼養頭数四〇九三頭と減少、五〇〇〇頭は高く遠い目標となりました。

クラスター事業等により長年の目標である『繁殖牛五〇〇

J A畜産担当者は「繁殖牛五〇〇〇頭の目標を立ててから十二年ほどが経過している。

減少し続けていますが、皆様ご承知の通り子牛相場の高値

〇頭』達成に向けて順調に増頭していることを報告、早期

活用し、新規で牛を飼いたいという若者もでてきており、

推移と畜産クラスター事業を追い風に、目標は手の届く所

達成を生産者とJ A、関係機関が一体となって達成するこ

とを改めて確認しました。

までできています。

J Aでは繁殖牛飼養頭数を今年度中に四五〇〇頭、三十

長年掲げてきた目標の達成に

高価格販売者の表彰や繁殖成績向上を目的とした有識者による講演等を行いました。

年度中に四七〇〇頭、三十一

計画当時は農家戸数三七五

戸で飼養頭数三八一〇頭、一時は四三〇〇頭ほどまで増頭

年度中に四九〇〇頭と数値目標を設定。一月末現在の繁殖

牛は年度当初より一六八頭多

牛は年度当初より一六八頭多

していました(二十一年度)

5等級率は前回より11ポイント高い68%に

五島産素牛枝肉共励会

J Aは二月十五日、佐世保食肉センター(佐世保市千尽町)で第十一回五島産素牛枝肉共励会を開催しました。毎年恒例の共励会では年々枝肉重量と肉質成績が向上しており、特に今回は六八%(出品四七頭中三二頭)が肉質等級で最高の五等級、前回の五七%から十一ポイント向上しています。最高賞となる金賞には喜々津昭さんが出品した枝肉(父は平茂晴、母の父は安福久、母の祖父は勝忠平)が選ばれました。枝肉重量五二・七キ、ロース芯面積一〇〇cm²、バラの厚さが八・二センチ、霜降り度合いを示すBMSは最高のNo.十二でした。



昨年の講演が好評でしたので、今年もみやざき農業共済組合家畜診療部生産獣医療課の上松瑞穂課長をお招きし、講演していただきました。



百合幸の産子調査



勝乃幸の産子調査

特色ある牛づくりを

種雄牛、母牛群造成

―五島和牛育種組合ミニ現地検討会―

五島和牛育種組合は二月二十日、五島家畜市場にてミニ現地検討会を開催しました。種雄牛を造成する育種牛認定候補牛五頭（うち一頭欠場）の調査と五島家畜市場では昨年十一月せり市より産子が上場され始めた、長崎県の新規種雄牛である百合幸の産子五頭（うち一頭欠場）と勝乃幸の産子五頭の調査を、公益社団法人全国和牛登録協会の職員が行いました。

五島和牛育種組合の組合長を務める橋詰覚組合長は「今後、五島ならではの五島産まれ五島育ちの種雄牛造成・母牛群造成が課題となってくる」と冒頭の挨拶で語り、その為には繁殖農家や関係機関の協力が不可欠としました。

現地検討会後の全体討議で公益社団法人和牛登録協会の穴田勝人専務理事は、同組合では平成二十六年度から毎年行っている育種牛認定について「種雄牛を造る、あるいは雌が産まれたら地域に残す、これが大事。県の基礎雌牛として協力していただいで、その産子の調査まで確認できればいいなと思っています」と認定の意義を語り、今後の課題として協力を呼び掛けました。

五島産素牛の評価高める

枝肉重量、肉質成績向上。

JA畜産担当者は「五島産素牛の評価向上に繋がる良い共励会となりました。新たな取り組みとして五島の子牛生産者十名が参加、自ら生産した子牛がどんな枝肉となるのかを見ることは良い研修となるし、肥育農家からも喜ばれる」と話しています。次回も子牛生産者へ参加を呼びかけますので、ご参加よろしく願い致します。

第11回五島産素牛枝肉共励会 結果

褒賞	地区	出品者氏名	素牛生産者	血統			性別	出荷体重	枝肉重量	BMS	格付け
				父	母の父	母の祖父					
金賞	JA ながさき県央	喜々津 昭	山口 茂明	平茂晴	安福久	勝忠平	去勢	789	522.7	12	A-5
銀賞	JA 長崎せいひ	田口 辰也	中尾 吉春	安茂晴	安福久	勝忠平	去勢	847	576.9	12	A-5
銀賞	佐賀県 JA さが(みどり)	(株)桑原畜産	出口 弘美	隆之國	安福久	百合茂	去勢	750	528.4	11	A-5
銅賞	佐賀県伊万里市	(株)松尾勝馬牧場	岩谷 大吾	平茂晴	安福久	平茂勝	去勢	843	569.1	12	A-5
銅賞	JA ながさき県央	山口 英也	尾野上祐子	百合茂	安福久	平茂晴	去勢	756	522.8	12	A-5

車の運行を開始します！

四月二日から組合員・利用者皆様のサービスの充実を図るため、また支店・出張所等の再編整備の補完措置としてJAごとうの移動店舗車が運行を開始します。

移動店舗車では当座性貯金の入金や税金・公共料金のお支払い、買い物（日用品・食糧品）ができます。県内のJAでは当座性貯金の入出金などの信用事業のみを取扱う移動店舗車は昨年から一台運行していますが、信用事業に加え、買い物もできる移動店舗車は県内のJAでは先駆けとなります。

車両は三月三日に五島へ到着、四月二日の運行開始に向けて機器の確認や試行運転などを行い、安全運行と円滑な業務遂行ができるよう、しっかりと準備していきます。

移動店舗車の取扱業務

信用事業

①当座性貯金の入出金

現金による払出しは、おひとり様あたり50万円とさせていただきます。

②定期性貯金の受入れ

通帳式の定期性貯金の受入れや、定期積金の掛け込みができます。

③通帳記帳・繰越

④事故登録等の受付

通帳・証書・カード・印鑑を紛失された場合お知らせください。

⑤税金・公共料金収納

購買事業

日用品・食糧品等の販売

利用者皆様の要望を聞きながら、ニーズの高い商品を揃えていきます。



4月2日(月)から移動店舗



移動店舗車の巡回日程は次の通りです

巡回ルート

曜日	巡回時間・場所		
月			14時～15時 中須生活館
火			14時～15時 小川生活館
水	9時15分～10時45分 大津出張所	11時30分～12時30分 大浜店舗	14時～15時 幾久山集会所
木			14時～14時45分 旧大宝中学校跡地
金			14時～15時 玉之浦出張所

※道路状況により、時間が遅れたり巡回ができない場合があります

※祝日は巡回しません

ハウスびわ、春芽アスパラガス、低温で生育が遅れています

ハウスびわ出荷目揃会

J Aは二月二十七日、J A本店で平成三十年産ハウスびわ出荷目揃会を開催しました。生産状況や市場情勢を報告、出荷計画を協議し出荷規格を確認しました。今年産ハウスびわは前年と同じ一七四[㍉]（長崎早生一四六[㍉]、長崎甘香二八[㍉]）を栽培、前年対比一〇%となる一四[㍉]の生産を予想しています。初出荷は二月上旬を予測していましたが、年末年始に低温が続いたことから二月十三日となりました。出荷のピークは四月上旬になると予想しています。

J Aでは的確な出荷数量把握と計画出荷の励行や食味を重視し品質・品位・規格の統一を図るなど銘柄確立に向けた対策を講じます。J A担当者は有利販売するために「毎週の出荷計画を確実に出していただきたい」と生産者に念を押ししていました。

春芽アスパラガス

出荷会議

J Aは二月二十七日、J A本店で平成三十年産春芽アスパラガス出荷会議を開催しました。二十九年産アスパラガス出荷実績や三十年産の栽培状況、市場情勢を報告、三十年産春芽の出荷計画を協議し出荷規格の確認も行いました。

今年産春芽の出荷量は前年対比一六六%の一五・七[㍉]を計画しています。前年が不作だったこともあり、数値だけを比較すると大幅増の計画ですが、一部の圃場^{ほらば}で病害が発生していることから例年より少ない出荷計画です。出荷のピークは三月下旬から四月上旬頃と予想しています。

J A担当者は「天候に応じた品質管理を徹底し、重点市場への計画出荷に努め、五島産アスパラガスの銘柄を確立する」としています。

ベランダでできるキッチンガーデニング

ナス（ナス科ナス属）

土壌医 ● 藤巻久志

野菜の品種は交配種が主流となり、固定種の地方品種はほとんど少なくなっています。そんな中、ナスはいまだに地方独特の品種が栽培されています。大長、中長、小丸など形の違いだけでなく、果皮が白や緑のナスもあります。

家庭菜園では好きな品種の種を取り寄せて栽培するのが一番ですが、ナスは育苗が難しいです。インド原産のナスの発芽適温は25〜30度、生育適温は20〜30度です。種まき・育苗期の2〜4月に適温を長期間確保するには、加温施設が必要です。

ベランダ菜園では5月に苗を購入して栽培するのが一般的です。以前は中長ナスと米ナスくらいでしたが、今は数多くの品種の苗が店頭に並んでいます。

日当たりと風通しの良いベランダで、10号（30cm）以上の鉢に市販の培養土



を入れます。深植えにならないように苗を植え、倒れないように仮支柱を立てて軽くひもで縛っておきます。追肥は1週間に1度、1000倍の液肥を施します。

活着すると1番花が咲き始め、側枝が伸びてきます。主枝と1番花のすぐ下から出てくる側枝2本を残して、他はかき取ります。仮支柱を50〜60cmの3本の支柱に替え、各枝を誘引します。ナスは水で太る野菜です。水切れさせないように毎日たっぷり水やりし、乾燥防止のために株元にわらやピートモスなどを敷いておきます。

開花後、最初の頃は25〜30日、最盛期は15日以内で収穫できるので、はさみで切り取ります。

7月中旬ころ、暑さで株が弱ってきたら、思い切って枝の半分くらいを切り詰めます。主枝と2本の側枝に2枚以上の葉が残るようにします。しばらくすると元気な新芽が伸びてきて、9月いっぱい収穫できます。数百円の苗で、その数倍の価値のある栽培が楽しめます。

取りたて新鮮なナスを、和食なら漬物や天ぷらに、イタリアンならパスタやピザに、中華ならマザーなどにご利用ください。

女子の部 2位



写真左から濱尾さん、松尾さん、川下職員、小澤職員、塚本職員



初出場ながら大健闘

同じJAグループとして農林中央金庫長崎支店とJA長崎県中央会から一名ずつ参加していただき、ともに区間賞（松尾さんは区間新）の素晴らしい走りを見せていただきました。順位を守り切ることはできませんでした。順位を一生懸命にゴールを目指す、襷を繋げる走りは素晴らしい姿でした。

区間新



区間	距離(km)	選手名	所属	タイム	区間順位	通過順位
1区	1.7	濱尾 志帆	農林中央金庫 長崎支店	7分36秒	1	1
2区	2.1	松尾 尚美	JA 長崎県中央会	8分4秒	1	1
3区	1	川下真奈美	Aコープ崎山店	4分16秒	3	1
4区	1.1	小澤みゆき	〃	5分16秒	3	1
5区	1.8	塚本さとみ	本店 共済部 共済課	8分52秒	5	2
合計	7.7			34分4秒		

※順位は全6チーム中の順位
※五島市ホームページより

五島市民駅伝大会

応援ありがとうございました



写真左から本谷職員、原職員、鍋内職員、吉村職員、具志堅職員、坂井職員

男子の部 3位

(職場対抗の部)

男子チームは昨年よりも順位を落とす結果となりましたが、タイムを昨年より三秒縮めることができました。チームの監督を務めた山口重章職員（本店総務部）は「沿道からの力強いご声援、誠にありがとうございました。選手が怪我無く無事に走り終えることができ、「ホッ」としてあります」と話しています。JAでは五島のくらしへの貢献として、これからも地域の各種イベントへ積極的に参加して参ります。



区間	距離(km)	選手名	所属	タイム	区間順位	通過順位
1区	4.9	本谷 卓也	上地区営農経済生活センター	16分57秒	3	3
2区	2.2	原 依吹	福江支店 管理金融課	8分14秒	3	3
3区	3	鍋内 豊海	直売部「産直市場五島がうまい」	11分36秒	3	3
4区	2.5	吉村 晃一	本店 農産園芸部 農産園芸課	9分23秒	6	3
5区	3.8	具志堅将太	福江支店 営農課	14分21秒	3	2
6区	3.9	坂井 善久	坂の上事業所 自動車課	15分52秒	8	4
合計	20.3			76分23秒		

※順位はオープン参加を除く全21チーム中の順位
※五島市ホームページより

ベジタブルライフ

イラスト：小林裕美子

キャベツ

～世界中で愛される定番の万能野菜～

キャベツのプロフィール

【分類】アブラナ科
 【原産地】大西洋沿岸、地中海沿岸の欧州
 【和名】甘藍、玉菜
 【おいしい時期(旬)】春キャベツ3～5月ころ、夏キャベツ7～8月ころ、冬キャベツ1～3月ころ
 【主な栄養成分】ビタミンC・K・U、カルシウム、カリウム、ジアスターゼ、イソチオシアネート、食物繊維など

解説：KAORU



保存方法

丸ごとの場合はポリ袋に入れて、カットしたらラップに包んで冷蔵庫の野菜室で保存する



切り口(芯)、カットした断面を下にして保存

寒い時期は丸ごとであれば冷暗所での保存もOK(乾燥しないように必ず新聞紙に包むこと)



新聞紙は軽く湿らせると乾燥防止に◎

カットすると断面が変色して傷みやすい。外側の葉からはがして使うと日持ちする。一番外側の葉を捨てずに残し、その葉で全体を覆って保存すると乾燥しにくい

キャベツのチカラ

期待される効能
風邪予防、がん予防、胃潰瘍予防など

ビタミンC

風邪予防や肌荒れの改善に



カルシウム
骨を丈夫にする作用がある

ビタミンK

血液を凝固させる作用や、骨にカルシウムを沈着させる働き

ビタミンUは別名「キャベジン」。胃の粘膜を修復し、胃潰瘍や十二指腸潰瘍の予防に効果が期待できる。また消化酵素のジアスターゼは、胃酸過多、胃もたれや胸焼けなどの緩和に効果がある



楽しみ方・食べ方のコツ

通年さまざまな料理に幅広く使える



切り方によってさまざまな味わいや食感が楽しめるよ



煮崩れしにくい、アツくないため、下ごしらえなども必要がなく便利

キャベツに含まれるビタミンCやビタミンUは加熱すると溶け出してしまうため、ゆでて食べる際には短時間で上げること

お薦め! みじん切り

ザンザンや肉団子、チャーハンに加えても美味。歯触りも良く、食後の胃もたれも解消される。じっくり炒めてスープや煮込み料理に使うと、甘味とコクが増す



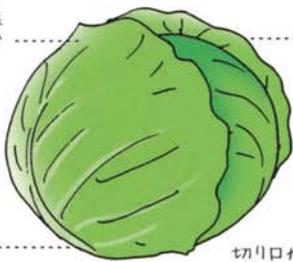
春キャベツは生食向き。加熱する場合は歯触りが損なわれない程度に短時間でさっと仕上げると、甘味や食感が残りおいしい



冬キャベツは加熱調理向けのロールキャベツやポトフなどの煮込み料理、焼きそばやホイコーローなどの炒め物に

見分け方

葉が鮮やかな緑色で張りつつやがある



乾燥によるしおれや凸凹割れなどが少ないかもチェック

切り口のサイズは500円玉より小さい方がよいといわれている

切り口は白くて変色がなく、みずみずしいものが新鮮

切り口が大きく過ぎるものは、収穫適期を過ぎて葉が堅い場合がある

春キャベツは葉の巻きが緩く、見た目より軽いものが良い



冬キャベツはしっかりと葉が巻かれてずしりと重みがあるものが良い

キャベツのいろいろ

春キャベツ(春玉)

春に収穫する品種で「新キャベツ」とも呼ばれる。巻きが緩やかで葉が柔らかく、中心部まで黄緑色でみずみずしく生でも甘味がある。サラダや漬物、蒸したり炒めたり、さまざまな食べ方で楽しめる



サボイキャベツ(ちりめんキャベツ)

フランスのサボア地方が原産の葉の表面がちりめん状に縮れていることから日本ではちりめんキャベツとも呼ばれる。繊維が堅めで日持ちが良く、主に煮込み料理に使われる。煮込むと甘味が出て風味豊か



冬キャベツ(寒玉)

冬に収穫する品種で冬玉(寒玉)ともいわれ、1～3月ころに収穫される。形はへんべい。色が薄く、葉がぎゅっと詰まっていて重みがある。葉はやや堅めの糖度が高く日持ちが良く、加熱しても形崩れしにくい



芽キャベツ

茎に付く脇芽が丸くなったもので、サイズは2～4cm程度の少し苦味があるが、ビタミンCが豊富で特有の甘味もあり、加熱するとホクホクとした食感が楽しめる。出回り時期は12～3月ころ



夏キャベツ(高原キャベツ)

長野県や群馬県などの高地で栽培され、初夏～秋に収穫される品種。高原キャベツとも呼ばれる。基本的に冬キャベツ(寒玉)の改良品種で、寒玉と春玉の中間的な特徴を持つ。甘味があり、保存性に優れる



パチヴェール

非結球型の芽キャベツで、葉が開いて丸くならない。ケールと芽キャベツを交配して育成。大きさは5cm前後で、ほんのり甘く苦味はない。軽くゆでるなどしてサラダやシチューなどに利用できる



キャベツのヒミツ

原産地はギリシャやイタリアなど欧州の大西洋・地中海沿岸と考えられている



結球したキャベツの登場は12～13世紀ころ

日本への伝来は江戸時代
疫来当時まだ結球していない



『大和本草』(1709年)に「紅夷菘(おらんぼな)」の記述

第2次世界大戦以降、洋食文化と共に一般家庭に普及した



キャベツのような見た目に納得

シュークリームの名の由来

お菓子のシュークリームの由来は、実はキャベツの「シュー」のシュークリームはフランスで「シュー-アラ-クレーム(chou a la creme)」といい、直訳するとクリームが詰まったキャベツという意味になる

平成29年度長崎県農業協同組合資格認定試験結果報告

この試験は、JA や中央会及び県域組織等の職員の能力向上をはかることで、JA の発展に資することを目的としています。営農指導員の結果が届きましたので報告します。今後とも職員一同、各種資格取得に挑戦するなど、自己研鑽に励みます。

営農指導員合格者

増田慎太郎（畜産部 生産指導課） 出口 大輔（福江支店 営農課）
 具志堅将太（福江支店 営農課） 吉村 嗣宏（有川支店 次長）

人事異動

平成30年2月28日付

依願退職 樽角 幸則 [総務部ごとう葬祭出向（支配人）]

次第

1 議案事項

議案No.1 不祥事対応要領の一部改訂について
 議案No.2 固定資産の処分について
 議案No.3 県常例検査指摘事項に対する改善報告について
 議案No.4 貯金保険機構による立入検査指摘事項に対する改善状況について
 議案No.5 貸付金の審査について
 議案その他

2 報告事項

報告No.1 主要事業一ヶ月末計画と実績について
 報告No.2 産直市場「五島がうまい」について
 報告No.3 一月末実績について
 報告No.4 平成三十年一月末食肉販売実績について
 報告No.5 平成三十年一～二月期県内家畜市場について
 報告No.6 平成二十九年度五島産素牛枝肉共励会成績について
 報告No.7 固定資産（取得）の入札結果について
 報告No.8 平成二十九年度第3四半期コンプライアンス・プログラムの実施状況について
 報告No.9 平成二十九年度第3四半期相談・苦情等対応状況について
 報告No.10 平成二十九年度債権管理委員会の結果について
 報告No.11 平成二十九年度十二月末自己査定結果について
 報告No.12 平成二十九年度第3四半期自主検査の結果について
 報告No.13 貸付金の実行について
 報告その他
 ① 提訴請求の結果について

平成二十九年
第十一回理事会
 平成三十年二月二十三日(金)開催

いつでもどこでも、みんなのJA

知って納得JA

—協同組合の力—

Q JAグループが広報活動をしているのはなぜ?

A JAの事業や活動を紹介し仲間の輪を広げるためです。

JAグループの広報活動には二つの目的があります。一つはJAの組合員の皆さんに、JAの事業や活動を知らせること。もう一つは、地域の皆さんにJAの取り組みを知らせることです。

JAではさまざまな事業や活動を行っており、JAの広報誌や支店だよりなどを通じて地域の皆さんにお知らせしています。また、日本農業新聞や、家の光協会の定期刊行物などを通じて、全国のJAの仲間の取り組みも伝えていきます。

そして、JAの事業や活動は、地域の皆さんも幅広く利用・参加することができます。地域を支えるJAの取り組みをより広く知ってもらい、地域に仲間の輪を広げる。これもJAグループの大事な広報活動の目的です。

(監修=広島大学 助教 小林元)

組合員が活動する姿で
 “協同組合”を伝えよう



耕そう、大地と地域の暮らし。

JA ごとう青年部富江支部制作

JA 青年組織手づくり看板全国コンクールで JA 共済連賞を受賞しました！



↑ 賞状を受け取る近藤部長（JA 全国青年大会にて）
全国の舞台で表彰



女性部上五島支部が初めての取り組み



保育園児と地元産農産物を使っておやつ（おはぎと大福）を作りました。

編集後記

JAごとうを代表して、地域の為に、JAごとうのPRの為に市民駅伝に参加した選手並びに出場を目指して練習してきた控え選手の皆さんお疲れ様でした。メンバーは十一月から週二回の全体練習と毎週土曜日の記録会、私的な時間を削って一生懸命に頑張ってくれました。私はほとんど練習に参加できず選手選考から早々に脱落しました。

昨年、は駅伝練習の成果で、一年の間に結婚をしたこととで生活がガラリと変わり、見る見るうちに体重は10kg以上増加、服のサイズアップをするか踏みとどまるかの瀬戸際です。幸いにして日を追うごとに寒さも和らいできており、外で運動するハードルが低くなっています。自分の弱さに打ち勝ち、健康体へと踏み出す春がすぐそこまで来ている。 (竹山幸弘)



住所：〒853-0041 五島市籠淵町2450番地 1

電話：0959-88-9933 FAX：0959-88-9922

営業時間：9時～19時

※農家レストランは10時30分～15時（予約については別途）

※土日限定バイキング 11時～15時

料金 大人：1,080円 子ども：600円（小学生以下）

定休日：原則年中無休

葬儀のことなら誠意と真心で奉仕する



株式会社JAごとう葬祭
斎場 浄倫会館

【本店】

〒853-0041 長崎県五島市籠淵町2450

TEL 0959(72)8211 FAX 0959(74)5266

【上五島支店】

〒857-4404 長崎県南松浦郡新上五島町青方郷355-7

TEL 0959(52)2417 FAX 0959(43)1955