



だいこんと豚肉の炊き込みご飯

炊飯器で簡単に作れる炊き込みご飯。
だいこんと豚肉の相性バツグン!

●材料(4人分)

- だいこん/200g
- 豚肉薄切り(ロース又は小間切れ)/150g
- 米/2合
- わけねぎ(刻んでおく)/適量
- 生姜(すりおろし)/小さじ2
- しょう油/大さじ2
- 刻みのり/適量
- 甘酢生姜/適量



●作り方

- ①豚肉は1cm幅に切り、すりおろした生姜としょう油を入れてもみ込む。
- ②だいこんは皮をむき短冊切りにする。
- ③炊飯器に研いだ米と水を入れて、だいこん・豚肉の順に入れて炊く。
- ④炊き上がったら全体を混ぜて器に盛り、刻んだわけねぎ、刻みのり、甘酢生姜をのせて出来上がり!

POINT!

だいこんの短冊切りが細いと炊いている途中で形がなくなってしまいます。



今号の野菜
だいこん



大根 (だいこん) / Radish

だいこんに含まれる、ジアスターゼが、消化吸収の働きを助ける効果があります。おでんや、サラダ、刺身のつまとしてどうぞ。お酒の後などにはぜひ!

キラリ★職業 農業人!!

昭島地区 / 植田 育宏

昭島市中神町でパンジー、マリーゴールドなど季節に合わせた花卉を栽培しています。現在は家族4人で農業を営んでおり、一つ一つ丁寧に手植えて作業し、高品質な花卉を生産できるよう取り組んでいます。11月以降はパンジー、ガーデニングクラメンを出荷する予定ですので、楽しみにしてください。



植田さんの花卉は、「みどりっ子昭島店」で販売しております。



アンケートプレゼント!

10名様に
プレゼント!

※写真はイメージです。
みのれ立川・みどりっ子各店より
地場産野菜の詰め合わせ
プレゼント!

- ④5市の農業まつり&産業まつりの内、1つでも行ったことがありますか?
1. ある 2. ない
⑤今年の農業まつり&産業まつりへ行ってみたいと思いませんか?
1. 思う 2. 思わない
⑥本誌をご覧いただいたご意見・ご感想・ご要望をお願いします。

●応募方法

はがきに、④・⑤・⑥の回答、①氏名、②年齢、③性別、④職業、⑤住所、⑥電話番号をお書きいただき、下記の宛先までご応募ください。
※アンケートプレゼント商品発送以外の目的では使用いたしません。

●応募締切と発表
令和5年12月8日(金)必着
※当選者の発表は賞品の発送をもって代させていただきます。

●応募先
〒196-0021
東京都昭島市武蔵野2-6-12
JA東京みどり 本店
地域振興部指導課
「アンケートプレゼント」係

婚活パーティー 開催のお知らせ

JA東京みどり管内(国立市・昭島市・立川市・武蔵村山市・東大和市)の農業後継者と独身女性との婚活パーティーを開催致します。
楽しいイベントも企画しておりますので、ぜひ参加をお待ちしております。

- 日時 令和5年11月26日(日)
午後2時00分から
会場 立川駅周辺のホテル
会費 女性 3,000円
参加対象 農業に関心のある
20歳から40歳前後の独身女性
申込先 JA東京みどり本店 地域振興部指導課
TEL/042-542-3684
担当/坂巻・石井
締切り 令和5年11月10日(金)
(定員になり次第締切らせていただきます)

JA東京みどり キャンペーン

JA東京みどり
ウィンター
キャンペーン
定期貯金
75倍
年0.150%
年0.155%

※詳しくは各支店窓口まで、お気軽にお問い合わせください。

店舗所在地一覧

本 店	立川市幸町1-14-1	☎042-535-1011	拝 島 取 次 店	昭島市拜島町1-18-16	☎042-561-4321
地 域 振 興 部	昭島市武蔵野2-6-12	☎042-542-3684	経 済 セ ン タ ー 昭 島 店	昭島市玉川町5-16-17	☎042-543-7406
経 済 セ ン タ ー	武蔵村山市本町1-16-1	☎042-562-2310	幸 町 支 店	立川市幸町1-14-1	☎042-535-2211
ラ イ フ 支 援 課	武蔵村山市本町1-16-1	☎042-562-8111	立 川 取 次 店	立川市砂川町2-44-3	☎042-538-7227
国 立 支 店	国立市谷保6848	☎042-572-2101	西 砂 支 店	立川市一番町2-36-5	☎042-531-0014
富 士 見 支 店	国立市富士見台1-12-8	☎042-572-8151	経 済 セ ン タ ー 立 川 店	立川市幸町1-14-1	☎042-536-1824
経 済 セ ン タ ー 国 立 店	国立市谷保6848	☎042-572-0078	村 山 支 店	武蔵村山市本町1-2-1	☎042-561-1611
昭 島 支 店	昭島市朝日町5-3-1	☎042-541-0021	経 済 セ ン タ ー 村 山 店	武蔵村山市本町1-2-1	☎042-564-7477
東 大 和 支 店	東大和市奈良橋4-602	☎042-561-4321	仲 原 支 店	東大和市仲原4-11-1	☎042-562-2311
経 済 セ ン タ ー 東 大 和 店	東大和市奈良橋4-602	☎042-561-4383	ア ー マ ス セ ン タ ー みのれ立川	立川市砂川町2-1-5	☎042-538-7227
ア ー マ ス セ ン タ ー みのれ立川	立川市砂川町2-1-5	☎042-538-7227	み の れ 立 川 幸 町 支 店	立川市幸町1-14-1	☎042-535-3711
国 立 地 区 農 産 物 直 売 所	国立市富士見台1-12-9	☎042-505-7037	み どり っ 子 昭 島 店	昭島市玉川町5-16-17	☎042-543-8989
み どり っ 子 昭 島 支 店	昭島市玉川町5-16-17	☎042-543-8989	み どり っ 子 村 山 店	武蔵村山市本町1-2-1	☎042-516-1183
み どり っ 子 仲 原 支 店	東大和市仲原4-11-1	☎042-516-9577			

Flower

「太陽、大地、生命、環境、実り」
JA東京みどりは、五つ葉のクローバーを咲かせます。

No.15
JA TOKYO MIDORI
2023 Autumn



今号の野菜
だいこん

お待たせいたしました!
「クローバー」第15号。

地域と ともに歩む、 JA東京みどり。



頭に五つ葉のクローバーを付けた「みどりの妖精」です。
五つ葉のクローバーは「赤:太陽、茶:大地、
青:生命、緑:環境、黄:実り」を意味します。

JA東京みどり公式
facebook
https://www.facebook.com/JAtokymidori/

「Flower ~Five-leaf~」2023 Autumn No.15

発行・企画編集 東京みどり農業協同組合 本店 地域振興部指導課
〒196-0021 東京都昭島市武蔵野2-6-12
☎042-542-3684 https://ja-tokymidori.or.jp

【発行に際して】

JA東京みどりでは、地域の皆様に「農業」や「JAの取り組み」等を知っていただくため、本誌を年2回(4月・10月)発行させていただきます。



国立市
第46回
国立市農業まつり

日時 令和5年
11/11(土)・12(日)
10:00~15:00/9:00~15:00
場所 国立市役所及び谷保第四公園



▲組合員による野菜、花卉の即売会・JAによる物販



▲国立市農業まつりの品評会

新鮮な「くにたち野菜」の販売やパンジー・ビオラの無料配布が行われます！みどりんも遊びに来ますよ！



昭島市
第53回
昭島市産業まつり

日時 令和5年
11/11(土)・12(日)
10:00~16:00/9:00~15:00
場所 FOSTERホール(市民会館)・公民館



▲組合員による野菜、鉢花、鶏卵、植木等の即売会・JAによる物販

農業生産団体連絡協議会による「東京みどり丸」と昭島地区青壮年部による「昭島青壮年丸」の野菜宝船は見所の一つです！



▲昭島市農業特産品共進会

JA東京みどり
農業まつり & 産業まつりへ行ってみよう!

JA東京みどり管内の国立市・昭島市・立川市・武蔵村山市・東大和市の5つの市で農業まつり&産業まつりが開催されます。地場産農畜産物の販売や野菜宝船の展示、品評会など、各地区とも様々な催し物を企画しています。ご家族・ご友人お誘いあわせの上、ぜひお越しください!!



立川市
令和5年度
立川市農業祭

日時 令和5年
11/11(土)・12(日)
10:00~16:00/10:00~16:00
場所 国営昭和記念公園
みどりの文化ゾーン



▲立川市農産物品評会

各団体による地場産農産物や女性部による焼き団子の販売を行います！ぜひお越しください！



▲組合員による野菜、果実、花卉、植木等の即売会、焼き団子の販売・JAによる物販



武蔵村山市
第26回
武蔵村山市農業まつり

日時 令和5年
11/11(土)・12(日)
10:00~15:00/10:00~15:00
場所 武蔵村山市役所
第2駐車場



▲組合員による野菜、果実、花卉、お茶等の即売会、ワークショップ・JAによる物販

地場産みかんの即売や苗木の無料配布、女性部によるクリスマスアレンジのワークショップなど様々な催し物をご用意しています！



▲武蔵村山市農産物品評会



東大和市
第54回
東やまと産業まつり

日時 令和5年
11/4(土)・5(日)
10:00~16:00/9:00~15:30
場所 東大和市役所庁舎周辺



▲東やまと産業まつり共進会



▲組合員による野菜、果実、花卉、お茶等の即売会・JAによる物販

地場産農産物の即売や豚汁&焼き団子などの模擬店を出店します！皆様のお越しをお待ちしております！

