



さつまいもの豚肉巻き

コクがあって、ボリュームいっぱい!
お弁当のおかずにもピッタリ!!



●材料(4~5人分)

- 豚バラ肉/200g
- さつまいも/200g
- ＜調味料＞
- みそ/大さじ2 ●しょう油/大さじ2
- 砂糖/大さじ1 ●みりん/大さじ2
- 酒/大さじ2

●作り方

- ①さつまいもは、長さ4cm位の太めの棒状に切り揃え、お皿に並べてラップで軽く包み、電子レンジで約4~5分加熱する。
- ②豚肉は一枚ずつ広げ、片栗粉を軽く振っておく。加熱したさつまいもを等分にのせて綺麗に巻いていく。
- ③フライパンを熱し、適量の油を引き、巻き終わりを下にして焼いていく。
- ④こんがり焼き色がついたら、合わせておいた調味料Aを入れる。照りがつくように調味料を良く絡め合わせる。

よい“さつまいも”の選び方!

皮の色が鮮やかで傷や黒ずみがなく、ヒゲ根が少ないものを選びましょう。年明けから春にかけて出荷される貯蔵ものさつまいもは、デンプン質が糖化し、水分も抜けることで甘さが濃くなります。

今号の旬野菜 さつまいも

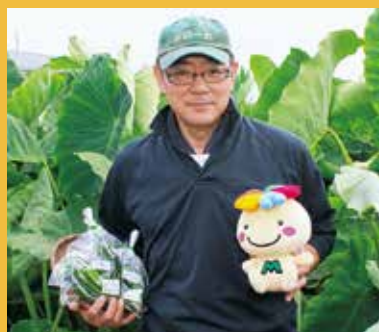


秋・冬の旬野菜
薩摩芋(さつまいも) / Sweet potato

武蔵村山地区 / 栗原 秀夫

武蔵村山市中央で白菜・大根・枝豆・ほうれん草・里芋などの他、ルッコラやパクチーなども栽培。東京都が認証する「東京都エコ農作物」という、化学合成農薬と化学肥料を削減して作られる農作物の栽培に取り組んでおり、新鮮で安全・安心な野菜を販売しています。

栗原さんの野菜は、「みどりっ子村山店」・「みのーれ立川」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。

みのーれ立川・みどりっ子各店より 地場産野菜の詰め合わせ

- 農業体験農園を利用したことはありますか?
1.現在利用している 2.過去に利用していた
3.利用したことはない 4.今後利用してみたい
- 農業まつり・産業まつりに行ったことはありますか?
1.毎年行っている 2.行ったことがある
3.行ったことがない 4.今年に行きたい
- 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

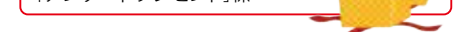
はがきに、A・B・Cの回答、①氏名、②年齢、③性別、④職業、⑤住所、⑥電話番号をお書きいただき、下記の宛先までご応募ください。
※アンケートプレゼント商品発送以外の目的では使用いたしません。

●応募締切と発表

平成29年11月30日(木)必着
※当選者の発表は賞品の発送をもって代え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 企画広報課
「アンケートプレゼント」係



キラリ★職業 農業人!!



みどりっ子 村山店 (武蔵村山地区農産物直売所)

〒048-0004 武蔵村山市本町1-2-1
☎042-516-1183

営業詳細 月～金曜日/9:30～15:00 土・日曜日・祝日/休業



みどりっ子 昭島店 (昭島地区農産物直売所)

〒196-0034 昭島市玉川町5-16-17
☎042-543-8989

営業詳細 月～金曜日/9:00～15:00 土・日曜日・祝日/休業



みどりっ子 仲原店 (東大和市地区農産物直売所)

〒207-0016 東大和市仲原4-11-1
☎042-516-9577

営業詳細 月～金曜日/9:30～15:00 土・日曜日・祝日/休業



ファーマーズセンター みのーれ立川

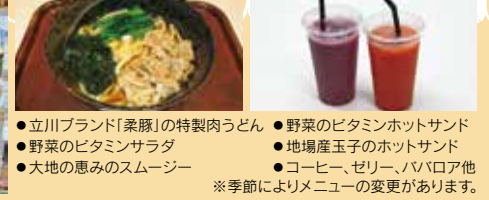
〒190-0031 立川市砂川町2-1-5
☎042-538-7227

営業詳細 夏季(4/1～10/31)/10:00～18:00 年中無休(12/31～1/4除く)
冬季(11/1～3/31)/10:00～17:00



みのーれCafe ファーマーズセンターみのーれ立川 内

「みのーれCafe」は、地場産の食材を使ったメニューが揃っています!



●立川ブランド「菜豚」の特製うどん ●野菜のビタミンホットサンド
●野菜のビタミンサラダ ●地場産玉子のホットサンド
●大地の恵みのスムージー ●コーヒー、ゼリー、ババロア他
※季節によりメニューの変更があります。

信用事業

●JA貯金
地域の皆様に身近で、より便利なメインバンクとなるように、おサイフがわりに便利な総合口座をはじめ、お客様のニーズに合わせたさまざまな貯蓄メニューをご用意しています。

●JAローン

住宅購入やリフォーム、お子さまの教育や車の購入など、お客様のライフプランニングやニーズに合わせて、さまざまなローンをご用意しています。

共済事業

JA共済は、いざというときに困らないよう、みんなで協力して命や財産を守る「助け合い」の制度です。「ひと・いえ・くるま」の総合保障で、組合員・地域の皆様の暮らしのパートナーでありたいと考えています。

●ひとの共済

- いへの共済
- くるまの共済
- 介護共済
- 一時払介護共済

購買事業

組合員のニーズと事業環境の変化に対応し、生産資材、生活物資等の購買品を供給しています。

- 生産資材販売
- 食品販売

指導事業

農業者と地域住民の交流の場として農業祭や生産部会による研修会等を開催しています。

販売事業

食の安全を第一に考え、安心してひとつひとつの商品をお選びいただけるような体制づくりを確立し、安全・安心な地元野菜と手作り加工品の販売活動を行っています。
また、消費者の皆様から厚い信頼を得られるように高品質な農産物の供給に力をつけ、豊かな食生活を実現するためのサポートをいたします。

- 農産物直売所

資産管理事業

当JAの資産管理課では、組合員の皆様の大切な資産を守るため、信頼と安心を心掛けお手伝いいたします。
「農と住の調和したまちづくり」を目標とし、さまざまなご相談に対応いたします。



利用事業

●葬祭事業
大切なご家族との別れ...どう対処したらいいのかわからない...
悲しみの中、葬儀の準備を粛々と執り行うことは大変な事です。
私たちJAでは、故人さまの旅立ちが最良になるよう、組合員さま、ご家族さまの悔悟の念を同様に持つべき姿勢で取り組んでまいります。
また、葬儀に対する不安や心配を少しでも解消できるようサポートさせていただきます。
組合員以外の方も、ご相談ください。

Clover

F i v e - l e a f

No.03

JA TOKYO MIDORI 2017 Autumn

「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。

今号の旬野菜
さつまいも

お待たせいたしました!「クローバー」話題の第3号。

地域とともに歩む、 JA東京みどり。

JA東京みどり キャラクター
みーどりん

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。

ゆるキャラグランプリ 2017

ゆるキャラグランプリ みーどりん 検索

「Clover ~Five-leaf~」 2017 Autumn No.03

発行:企画編集

東京みどり農業協同組合
〒196-0021 東京都昭島市武蔵野2-6-12
☎042-542-3221 http://tokyomidori.jatokyo.or.jp

発行に際して
JA東京みどりで、地域のみなさまに「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。

店舗所在地一覧

本 ライ フ 支 店	昭島市武蔵野2-6-12	☎042-542-3221	拝 島 支 店	昭島市拝島町1-18-16	☎042-541-1050	学 園 支 店	武蔵村山市学園3-63-1	☎042-561-0975
支 店	昭島市武蔵野2-6-12	☎042-542-4455	支 店	昭島市玉川町5-16-17	☎042-543-7406	支 店	武蔵村山市本町1-2-1	☎042-564-7477
経 済 セ ン ター	武蔵村山市本町1-16-1	☎042-562-2310	経 済 セ ン ター	昭島市玉川町5-16-17	☎042-543-8989	み ど り っ 子	武蔵村山市本町1-2-1	☎042-516-1183
支 店	立川市砂川町2-1-5	☎042-538-7227	支 店	立川市砂川町2-44-3	☎042-536-1821	東 大 和 支 店	東大和市奈良橋4-602	☎042-561-4321
国 立 支 店	国立市谷保6848	☎042-572-2101	幸 町 支 店	立川市幸町1-14-1	☎042-535-2211	仲 原 支 店	東大和市仲原4-11-1	☎042-562-2311
富 士 見 台 支 店	国立市富士見台1-12-8	☎042-572-8151	西 砂 支 店	立川市一番町2-36-5	☎042-531-0014	経 済 セ ン ター	東大和市奈良橋4-602	☎042-561-4383
経 済 セ ン ター	国立市谷保6848	☎042-572-0078	経 済 セ ン ター	立川市砂川町2-44-3	☎042-536-1824	み ど り っ 子	東大和市仲原4-11-1	☎042-516-9577
昭 島 支 店	昭島市朝日町5-3-1	☎042-541-0021	村 山 支 店	武蔵村山市本町1-2-1	☎042-561-1611			

