

【募集】JAフレミズの活動報告や行事予定を載せてみませんか？活動報告や行事予定は県JA女性部事務局まで！

今年の冬は例年にない暖かさや少ない雪でした。もう所々で春の芽が顔を出しているのを見かけます。

東日本大震災から8年…山形は昨年、豪雨による被害を受けたり大変な1年になりましたが、今年こそ平穏な1年になることを願わずにはられません。

いよいよ農作業もスタート！元気を出して頑張っていきましょう(^^)

今年度最後の通信になります。忙しい中でも、一息つきながら読んでいただけたら嬉しいです。(大場)

平成30年度フレッシュミズ部会を開催しました

2月1日に天童市にて「フレッシュミズ部会ならびにフレッシュミズ研修会」を開催しました。

県内から4JA13名の方が参加しました。今年は例年になく雪も少なく感じますが、インフルエンザ等での欠席者もあり、少人数での開催になりました。

部会にて皆さんからいただいた貴重な声・意見を大切に、来年度が更なる良い一年になるよう頑張っていきたいと思っております。

今回は、日頃の活動・ご協力への感謝も込めてケーキ🍰とコーヒー☕をいただきながらの部会ができました😊

甘いもので癒されながら、たまにはいいですね😊

研修会では、JA全農・JA全国女性協の協同企画「どんぶり47プロジェクト」への出品作品を試作・選考をしました！

スポーツを頑張る子ども達にむけて、地元食材を生かしたどんぶりということで、今回はフレミズで出品させていただくことになりました。事前に要項をお伝えし、考えていただいたどんぶりを各々調理開始！お互い声を掛け合いながら、とにかく手は動かし合間に洗いや片付けを…皆さんホントにスーパー主婦😊味や食感、見栄えを考えながら、作品完成！

県女性協の高橋会長にもいらしていただき、皆さんで試食タイム(ちょっと遅めの豪華？🌟ランチ😊)となりました。小丼にしたとは言え、五種類はかなりのボリューム😊

どんぶりには地元の特産品や食材をたっぷり使っているため、どれも美味しく甲乙つけがたい作品でした😊

ぜひ「どんぶり47プロジェクト」山形のどんぶりをご覧くださいね！お楽しみに♡

【協議・報告事項と結果】

- ✓ 平成31年度フレミズ研修会の開催について

第1回(夏～秋)は県内の視察研修、第2回(冬季)は身になる(知識が増えるような)研修を行うこととしました。

- ✓ 今後のフレッシュミズ通信について

各女性部の活動報告を寄稿いただくこととしました。

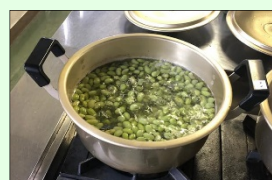
※今後の会議等で寄稿のお願いをしますので、ご協力をお願いします。

- ✓ 平成31年度フレッシュミズ部会長・副部会長の選任について

部会長：大場ゆみ子さん(やまがた：再任)

副部会長：八鍬和泉さん(おいしいもがみ：再任)

副部会長：高橋慎知子さん(おいしいもがみ：新任)



北海道フレミズ部会長の南さんからお米をいただきました /

銘柄は「ふっくりんこ」
お米いっぱい食べてくださ〜い

ぜひ北海道のお米も食べてほしいということで、声をかけていただきました！本当にありがたい繋がりで。

稲とたわむれる息子さんやフレミズ活動で作ったハーバリウムなども紹介いただきました。

「ふっくりんこ」の感想をいただきました。

何でも単に「うまいうまい」と食べる主人が、「お？いつものご飯と違う！」と驚きの表情でした。いつも「うまい」とは言いますが、違いに気がつくことは殆ど無いのです。

甘くてつやつや、おいしいさを増す力強い弾力。とても特徴がありました。家族みんながおいしいおいしいと食べました。こちらでは手に入らない貴重な珍しいお米をありがとうございました。御馳走様でした。
(JAやまがた 岸さん)

お米の粒もふっくらしていて大きく、とても甘くておいしいお米だと思いました。塩むすび…最高に美味しかったです。

(JAやまがた 田中さん)



ふっくりんこいただきま〜す(^O^)/



「どんぶり47プロジェクト」出品・試作品たちのご紹介

今回の研修では、5種類のどんぶりを試作し、全国女性協へ出品する作品を決定しました。出品作品のレシピをご紹介します。とってもおいしいのでみなさんもお賞味あれ！

出品作: 山形ピピン丼 (JAやまがた田中さん作)

○調理時間 15分

○材料 (4人分) 雪若丸3合 / 豚バラ肉 100g / 豚ひき肉 150g
豆もやし 1/2袋 / にんじん 1本 / 青菜漬 150g / にんにく 1かけ半
ラジウム卵 1個 / りんご 1個半 / 塩こうじ・みそ・だし醤油大さじ1
(お好みで) 食べるラー油・ごま少々

○作り方

①ごはんを炊く。 / ②りんご、にんにくをすりおろし、ひき肉といっしょに炒め煮にする。ひき肉に火が通ったら、みそ・だし醤油を入れてしっとりとしたそぼろにする。 / ③もやし、にんじんの千切りをさっと湯通しする。 / ④青菜漬をみじん切りにする。 / ⑤もやし、にんじん、青菜漬を混ぜ混ぜ。 / ⑥豚バラ肉を塩こうじに漬け、揉んでから焼く。 / ⑦どんぶりに盛り付けて、りんご・ラジウム卵をのせて、お好みで食べるラー油・ごまをかけてできあがり。

○ポイント・代替品

ポロポロのそぼろではなく、りんごの水分を少し残して、しっとりとしたそぼろにするとおいしいです！
青菜漬→野沢菜、たくあん、豚ひき肉→鶏ひき肉、豆もやし→もやし、ラジウム卵→温泉卵でもよし◎



※左上から順に 山形三元豚とお麩の蒲焼き丼 / 三元豚の角煮丼 / きのこたっぷりあんかけ丼 / ひっぱりうどんチリコンカン風丼 / 山形ピピン丼

フレミズ活動報告:JAてんどう

○平成30年12月22日に、農協加工所にて「おせち作り講習会」を開催しました。ゴールドさんより、黒豆とこぶ巻き、たづくりごんぼの作り方を教えて頂きました。県外出身のメンバーや参加者もあり、「どこで、こんぶ買えばいい？」などの声もありました。「身内から教えてもらおうとロゲンかになるよねー」なんていう笑い話をしながら、楽しく教えて頂きました。年末年始は、自分で作ったおせち料理を食べながら家族で過ごせたメンバー達です。



○てんどうフレミズ立ち上げから行っている年金受給日にあわせた活動。1年目はぼたもち、2年目からはメンバーが作っているりんごとA-COOPむしパンミックスで作る地場産りんごの蒸しパンをプレゼントしています。今年も私たちが、地域にたずさわってまいります。



○平成31年1月26日、てんどうフレミズ初の研修会を開催することができました。メンバー10名子ども9名の大家族(^o^)
①平清水で焼き物体験→②味工房すずにてランチ♪→③コストコ



初の研修会。新メンバーも増え、笑顔の絶えないてんどうフレミズ。今年も子連れで、あちこちとみんなで楽しく活動していきます。

第64回JA全国女性大会に参加しました

1月23~24日に、第64回JA全国女性大会が、ホテルイースト21東京にて開催されました。

今年も、約600名が参加され、学びや交流を楽しむことができました。

活動発表では、各ブロックから6名の方々が発表されました。

その中に今回はフレミズさんの発表があり、女性組織“ツナガル化”への取り組みがわかりやすく紹介されていました。

これから私達にできることについてみんなで考え、今回お聞きした体験を活かしていきたいと思えます。

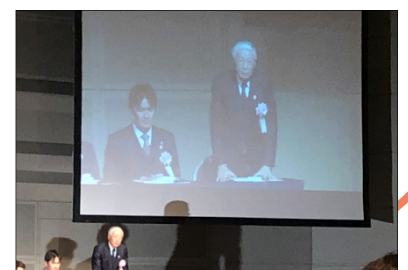
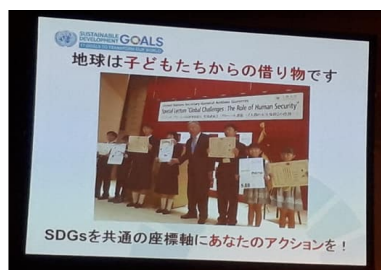


“わたしの一步”作文コンクール最優秀賞を受賞した工藤さんの発表。工藤さんの人柄から、周りに人が集まり、支えてくれる仲間が出来る理由がわかるように思いました。震災、そして未だに続く地震で大変な時ですが、復興に向けて、是非これからも頑張してほしいですし、応援していきたいと思えました。素敵な発表でした◎

今回の全国女性大会で、講演、事例発表、ワールドカフェに共通していることは、SDGsを実践していこう！ということ。ワールドカフェを通して、日々のフレミズ活動や地域での活動は、SDGsの17の項目に置き換えることができ、すでに何かしらのアクションを実践していると気づくことができました。

懇親会では、日頃から支えていただいている先輩の皆さんとの大切な時間を過ごすことができました。いつも活動を応援していただき、本当に感謝感謝です。楽しい時間の中でも、情報を共有したり、アイデアをいただいたり、話が尽きませんでした◎

今年も、新しい出会いと再会を楽しんだ貴重な2日間。沢山パワーをいただいて帰ってきました◎ありがとうございます😊😊



県内フレミス活躍してます！

JAてんどうの結城さんと山崎さんが、それぞれ福岡県と岡山県の研修会で講師を務められました。その様子を報告いたします！

JA 福岡フレミス冬季研修に参加しました。福岡県では県内のフレミスが集まる機会は年に2度あり、その研修内容はフレミスネットワーク委員（以後 FN 委員）が企画しています。FN 委員は各フレミス組織から1名選出され、県の行事やイベントの企画・運営をしています。その話しあいの中で、映画「いただきます」の舞台でもある福岡で上映会を開催したい、そして JA てんどうフレミズの事例も皆に聞いてもらいたい、と意見が出たことで今回呼んで頂きました。

研修では、県内のフレミス組織化状況や今後の対応を確認、SDGs の勉強、その後フレミス作文コンクール最優秀賞の工藤さん（JA 阿蘇）の発表を皆でビデオ鑑賞し感動に包まれました。最後に私から事例報告をさせていただき「少ない部員でも思いきって上映会を開催して良かった。老若男女多くの笑顔に出会うことができたこと、はじめは地域の為にと思い企画をしたが、実は私達自身の成長や幸せにも繋がっていたこと、未来の子供のため、地域の為に、フレミスとして何ができるのか？フレミス活動の可能性は無限大、共に考え一歩踏み出しましょう！」とお伝えし皆で映画を観ました。学びあり、笑いあり、涙ありの素敵な研修会に参加させていただき感謝しております。（結城さん）

初めて行った岡上で、右も左もわからず不安でしたが、岡山駅に降り立つと暖かい風が吹いていて、少し春を感じ嬉しく思いました。

研修会場に着けば、知ってるフレミスメンバーの笑顔。一気に嬉しくなりました。

午前中は、ヘルプマークについての研修会でした。私は、マークは知っていましたが、マークの内容までもしっかり理解しておらず、とても良い研修に参加させていただきました。山形では導入されていますが、まだまだ普及されていないように感じました。

午後からは、事例報告として作文発表と、てんどうフレミズの活動報告をさせていただきました。伝統料理教室などゴールドさんや女性部、地域との繋がりをお話しました。また、私達を No とは言わずに必ず力になって下さる事務局さんは、なくてはならない存在だと話をさせていただきました。

事例報告後は、「いただきます」の上映会があり、笑いあり涙ありの上映会となりました。岡山の女性部さんでも、「上映会をしよう」と話をして下さっていた事が、大変嬉しくなり、県は違えど繋がっているという思いと、岡山フレミスさんの仲間で話している笑顔を見ていたら、私もフレミズの仲間になりたいと思いました。これからも、私達らしく、私達ができる活動を楽しんでいきたいと思えます。（山崎さん）



❀❀ 副会長を退任される富田さんから後文をいただきました ❀❀

今まで発刊したフレミス通信を読み返してみました。懐かしさでいっぱいになりました♡

この度、長く務めた県の役員を卒業しました。あっという間の月日でした。県内フレミスメンバー皆様には色々な場面でお世話になりました。本当にありがとうございました。これからも地元のフレミス活動を仲間と元気に頑張っていきます。ありがとうございました。新しい役員さん達！頑張ってください！応援してまーす！（富田）

県内フレミスの皆様へ

【募 集】○Facebook を開設しています。フレミス部会の Facebook ページに「いいね！」をお願いします。

「いいね！」をすると、フレミス部会の新規投稿のお知らせを受け取ることができます。

※フレッシュミズ通信に掲載した写真は、県女性協のホームページまたはフェイスブックに載せているものもあります。

URL : http://www.nokyo.jp/modules/601jyoseibu/index.php?content_id=1



フレミス部員、随時募集中です！！お気軽に近くのフレミス部員までお声掛けください♪

【お問い合わせ先】 県 JA 女性協事務局(担当:芦野、鈴木) TEL:023-634-8116 E-mail:kurashi@nokyo.jp