



出張所企画!!



石橋文化センターの庭園  
と  
筑後酒造めぐり  
平成30年9月1日(土)出発



高橋商店にて  
割れせんべいの詰め放題  
最高は30枚!!



2人の熱が...  
アイアイ☆



料亭こがね荘では豪華なお昼が☆



池亀酒造の見学中☆



あいにくのお天気にもかかわらずたくさんのご参加ありがとうございました♡  
また来年も一緒に楽しい一時を過ごせますように♡



マユちゃんの簡単工作  
～ハーバリウムの作り方～

- 用意するもの**
- ふた付きの空瓶 (ジップロックや漬け物の空瓶など)
  - 中に入れる花 (ドライフラワーや造花も可)
  - 中に入れる保存用の液体 (ベビーオイルやグリセリンでも可)

- 作り方**
- まずは空瓶をハイターなどで殺菌・消毒し、カビをつくらないようにします。
  - 空瓶に小さめにカットした花を入れていきます。この時、入れすぎに注意しましょう。また、あまりに少ないとオイルを入れた時に浮き上がってしまうのでバランスよく
  - オイルを瓶のふちに添わせてゆっくりと流し入れ、ふたを少し下まで入れたらできあがり♡



当JAの積立をご紹介します  
JAの積立は**1,000**円から  
掛けていくことができ、みなさまの  
目的や目標に添って様々な  
商品を取揃えています♡

ご家族の冠婚葬祭費用の割引  
や金利上乘せの特典がついた  
**ひまわり**  
年金のお受取をJAで始めた方は  
老後の楽しみにこれも!

まずは!  
・18歳未満のお子様がいるご家族へ  
金利上乘せのある **のびのび2**

他にも車検代の積立や旅行の  
積立、100万円を貯めたい!!という夢  
のお手伝いをさせていただきます!!



来週の **きずな** かんたん  
ちいきの **朝活** のすすめ  
旧を気持ちよく過ごすためのポイント  
をおさえて、気力や体力が充実した日が  
送れるようにしましょう☆

- 「朝活」のポイント**
- ① すっきり目覚めること。 (元氣)
  - ② 栄養バランスのよい食事で「チャージ」
  - ③ 翌朝の目覚めのためにぐっすり眠ること。

より詳しい内容は出張所窓口にある。  
「ちいきのきずな」をご覧ください♡



親子でCooking&工作

平成30年8月24日(金)に当出張所2階にて、女性部による親子クッキング&工作が行われました。  
ここ数年、子供を対象とした活動が行えなかったことから、今回夏休みを利用した活動をと考えられたそうです。



JAの購読誌のちびりんをもとに  
Aコープ商品を使ってたくさんお料理  
を作って食べました♡

お母さんや女性部  
の方の話を真剣に聞きながら、すて  
きな作品を作り上げていました。



おじめきな3人娘♡



取っつかしがって  
たよがよか作品を  
撮らせてくれない  
男の子たち♡

Cook menu のご紹介

揚げ鶏とレンコン  
のサラダ♡



- 材料** 4人分
- とり胸肉 1枚
  - レンコン 1節(180g)
  - トマト 2個(300g)
  - キュウリ 1本
  - リーフレタス 4枚分
  - はめられ酢 適量
  - 塩 コショウ コムギ粉 揚げ油

- 作り方**
- ① とり肉はひと口大にそぎ切りして、めん棒などでたたいて薄くのばす。塩、コショウをすり振り、コムギ粉を薄くまぶす。
  - ② レンコンは皮をむいて薄い輪切りにし、トマトはざく切りにする。キュウリは皮の縞目にむいて小口切りにし、リーフレタスはちぎる。
  - ③ フライパンに少なめの油を入

れ、弱火のうちにレンコンを入れて揚げ焼きし、取り出す。次にとり肉を入れ、揚げ焼きする。  
④ 全ての食材を混ぜ合わせ、はめられ酢をかいたら完成♡