

宇久支店だより

ながさき西海農協 宇久支店 9月号 TEL: 0959-57-3161

こんにちは、夏も終わり、虫の鳴き声も虫鳴から鈴虫やコオロギなどの鳴き声へと変わり季節はすっかり秋になろうとしています。組合員、地域の皆様いかがお過ごしでしょうか？季節の変わり目で体調などが崩されていませんか？9月といってもまだまだ暑い日が続いています。熱中症など気をつけてお過ごし下さいませ。



8月。牛市結果

平戸市場	価格(円)	体重(kg)	kg単価	D G	最高値	前回比
めす	388,429	281	1,382	0.98	629,200	95.66
去勢	516,391	303	1,704	1.11	939,400	91.91
計	464,208	294	1,578	1.08	939,400	94.49
宇久	価格(円)	本重(kg)	kg単価	D G	最高値	前回比
めす	380,828	273	1,395	0.96	528,000	99.32
去勢	544,662	303	1,797	1.12	836,000	87.64
計	469,246	289	1,622	1.05	836,000	94.22
小直賀	価格(円)	本重(kg)	kg単価	D G	最高値	前回比
めす	376,462	272	1,384	0.96	629,200	95.40
去勢	508,441	295	1,726	1.08	785,400	83.53
計	456,147	286	1,597	1.03	785,400	93.21

家の光



快眠 夢のような
 今後また在田の中で眠れない
 辛い夜を過ごしていませんか？
 厚生労働省によれば、日本の成人
 の3~4割が、なんらかの不眠症状
 を有しているといわれています。昨日も今日も
 朝からだるかったり、昼間に強烈な
 睡魔におそわれたり...あなたを夢のおな
 快眠に誘うための方法を考えてみませんか？
 柿が赤くなると医者も青くなる」とい
 うことわざがある(まど、栄養価の高い柿
 しが最近は大変な人気でとて美味なり
 といまたらかしくなっていることも。そこで
 手間がかかり、自然を変えて果しめる絶品に
 産地利便の子柿の作り方をたどり紹介

購入にて購読受付中



こんやの一品にフライパンでたまりのこのちせんちせん火焼きはいかがですか？



- ☺材料☺(2人前)
- 魚生(生魚計160g) → 2切れ
 - キャベツ → 100g
 - もまたけ → 100g
 - しめじ → 100g
 - えのき → 100g
 - みそ → 大さじ2
 - 料理酒 → 大さじ1
 - しょうゆ → 小さじ1
 - すり味噌 → 小さじ1
 - 有塩バター → 10g
 - 小ネギ(小口切り) → 適量

- ☺作り方☺
- キャベツは一口大に切り、きのこは石づきをかり落とし手でまぐします。
 - ①の調味料をボウルに入れて混ぜ合わせます。
 - 中火で熱したフライパンに有塩バターを入れて溶かし、魚生を入れて両面に焼き色が付くまで3分程火焼きします。
 - キャベツときのこを入れ蓋をし、中火のまま5分程蒸し焼きにします。
 - 魚生に火が通ったら中火のまま2分混ぜ合わせた調味料を加えて蓋をして3分程加熱し、全体に味がなじんだら、火からおろします。
 - お皿に盛り付け、小ネギをちらして完成です。

きのこは美しいだけでなく、ビタミンやミネラルが豊富で腸内環境を整える効果がある食物繊維や免疫力を高めるビタミンDが豊富に含まれていることが特徴です。

小学生と青年部の稲刈り



手を切らないよう
かまの使い方に気をつけてね

コンバインの操縦
楽しいが緊張するー!!

稲刈りする時には
こういう道具を使って
やるんだよねー!!

小学生と青年部の皆さん
稲刈りお疲れ様でした。

たくさん稲を
刈って帰ってこー!!!

今日は一緒に稲刈りを
させていただきありがとうございました。
稲刈りのやり方などたくさん
教えていただき勉強になりました。

落ちてる稲も
みんな拾うよー!!!

☺ 9月3日(火) ☺

宇小小学校5・6年生の皆さんと
青年部で稲刈りを行いました。
当日は、天候にも恵まれ、5・6年生
の皆さんは初めての稲刈りでは
ありましたが、青年部の皆さんに
道具の使い方などを教えてもら
いながら一生懸命稲刈りを頑張
っていました。また、手刈りだけ
でなく、コンバインに乗っての作業も
体験することができてとても良い
経験になったのではないでしょう。

稲刈り始めて行くよー!!
わからないことあったらいいね。

(本誌・質問タイム)

稲の根は土に
残してあげる

稲を下道さんの所に
どんどん運び行くよー!!

コンバインで稲穂から
もみだけを外していくよ!
稲を運ってきてねー!!!