

管理部

福島が誇る美味しい旬を全国へ
JAタウン JA全農福島 ショップ

《JAタウンとは?》
全国農業協同組合連合会 (JA全農) が運営する、インターネットの通信販売サイトです。「もともと近くに美味しいニッポン」をテーマに、全国の農協 (JA)・生産者などが、各産地で育む農畜産物や特産品を、産地直送でお届けします。

《JAタウン JA全農福島 ショップ》
JA全農福島はJAタウンを通して、福島が誇る美味しい旬の農畜産物を、全国各地にお届けしています。「離れて暮らしている息子・娘に、福島のお米を送ってあげたい」「贈答用に福島牛を贈りたい」「家でもお取り寄せしたい」... そんな方にオススメです。



福島県産米、福島牛や麓山高原豚、加工品のほか、季節の野菜や果物をご購入することができます。(2月はあんぼ柿を販売中です。)
詳しくは、インターネットで「JAタウン福島 ショップ」とご検索ください!

JA ひとあい食材
おすすめ
レシピ

いかとかぶのさっと煮

2月にお届けする材料を使用したレシピです



- 材料**
- 調理用するめいか (下足無).....1尾
 - かぶ.....2個
 - だし汁.....1カップ
 - 酒.....大さじ3
 - みりん.....大さじ2
 - 砂糖.....大さじ2
 - しょうゆ.....大さじ2

- 作り方**
- 1 解凍したするめいかは水気をふき、輪切りにする。かぶはくし形切りに、茎はざく切りにする。
 - 2 鍋にだし汁、酒、みりん、砂糖、しょう油を合わせて煮立てる。いかを加えさっと煮て、いったん取り出す。
 - 3 そのままの鍋にくし形切りにしたかぶを加え、落とし蓋をして強めの中火で煮る。
 - 4 煮汁が少なくなったら強火にし、するめいか、かぶ茎を加え、さっと煮る。

●材料は1人分が基準になっております。
●盛付例はイメージです。
※材料の野菜がない場合は家庭にあるお好きな野菜をお使い下さい。

東北地方の長期予報

＜予想される向こう1か月の天候＞
向こう1か月の出現の可能性が最も大きい天候と、特徴のある気温、降水量等の確率は以下のとおりです。
東北日本海側では、平年と同様に曇りや雪の日が多いでしょう。東北太平洋側では、平年に比べ晴れの日が少ないでしょう。
向こう1か月の平均気温は、平年並または低い確率ともに40%です。降水量は、平年並または多い確率ともに40%です。日照時間は、東北太平洋側で平年並または少ない確率ともに40%です。東北日本海側の降雪量は、多い確率50%です。
週別の気温は、1週目は、平年並の確率50%です。2週目は、低い確率60%です。

＜気温、降水量、日照時間の各階級の確率(%)＞

1月26日～2月25日			
【気温】東北地方	40	40	20
【降水量】東北地方	20	40	40
【日照時間】東北日本海側	40	30	30
【日照時間】東北太平洋側	40	40	20
【降雪量】東北日本海側	20	30	50

＜気温経過の各階級の確率(%)＞

1月26日～2月1日	20	50	30
2月2日～2月8日	60	30	10
2月9日～2月22日	40	30	30

凡例： 低い(少ない) 平年並 高い(多い)
(仙台管区気象台 発表)

今月の主な行事予定

2月1日	畜産部	JAグループ福島養豚飼育者協議会 全体研修会 (～2日)
2月3日	管理部	ダノンネーションズカップ2019 東北エリア大会
2月6日	園芸部	平成30年度養蚕振興セミナー
2月8日	園芸部	花き品評会表彰式・振興セミナー
2月8日	畜産部	JAグループ福島肉牛振興協議会 全体研修会 (～9日)
2月13日	畜産部	JAグループ和牛繁殖農家全体研修会
2月15日	畜産部	JAグループ福島酪農家全体研修会
2月18日	米穀部	第4回米穀事業推進委員会
2月19日	燃料部	JA-SS運営者研修会
2月21日	営農企画部	農業三団体との意見交換会

ラジオ福島 午前5時15分～25分 放・送・予・定

「農家の皆さんへ」

- 2月4日 畜産部 生乳販売情勢について
- 2月5日 園芸部 営農相談室(種苗情報：春まき種子)
- 2月11日 生産資材部 農業機械レンタル事業について
- 2月12日 米穀部 営農相談室
- 2月18日 JARライフワーク福島 配置家庭菜について
- 2月25日 営農企画部 JAグループ福島GAP推進状況

編集後記
2月です。北海道では今年も「さっぽろ雪まつり」が開催されるそうです。全国的にも有名なこの催しは、今年でなんと70回目。様々な雪像が、大勢の観光客の目を楽しませてくれるそうです。
一方、静岡県河津町ではこの季節に「河津桜(カワズザクラ)」という早咲きの桜が咲くそうです。少し濃いピンク色の花が咲き誇る「河津桜まつり」には、多くの花見客が訪れ、賑わいをみせるのだとか。
南北に長い日本列島、冬と春が混在していて、興味が尽きないですね。福島はこの季節はまだまだ真冬の様相。会津を中心に雪まつりの開催もあり、桜の季節はまだ先のようです。寒さは続きますが、ロウバイや福寿草の開花の便りも届きましたので、春は少しずつ近づいているのでしょうか。春までもう一歩の今の季節を、各々楽しみたいものですね。

Farming Information

今月の営農情報

営農企画部

農作物の栄養成分

農業技術センター 技術常任参与 荒川市郎

お米や野菜などの農産物は、私たちが健康な生活をする上で重要な食べ物です。したがって、単に量だけでなく、食べた時の栄養としての価値が求められます。
近年、消費者の健康志向の高まりによって、食品の成分のうち、炭水化物・タンパク質や脂質などの含量だけでなく、ミネラル成分やビタミン類、機能性成分などへの関心が高まっています。
栄養成分と栽培法
野菜類の成分は、品種や栽培法、季節によって異なる例が報告されています。たとえば、ホウレンソウのビタミンCは、夏採りが100g当たり20mg、冬採りが60mgと差があります。また、カロテン含量は、土壌中の肥料成分含量と一定の関係が認められています。トマトのリコピン含量も品種間差が見られます。
測ってみよう
農業技術センターでは、土壌分析や残留農薬分析のほか、農産物の栄養成分である糖度、カリウム・カルシウム・マグネシウム・リン・鉄などのミネラル、ビタミンC、リコピンやカロテンの分析をしています。
農産物の栄養成分を分析して、有利販売につなげてはいかがでしょうか。

ホウレンソウ葉の栄養成分 (100g 当たり)

時期	エネルギー (kcal)	灰分 (g)	鉄 (mg)	βカロテン (μg)	ビタミンC (mg)
夏採り 生	20	1.7	2.0	4200	20
冬採り 生	20	1.7	2.0	4200	60

七訂 日本食品標準成分表より抜粋