

女性会かへ新聞 Vol.120

女性が元気！ 地域が元気!!

令和元年10月4日発行
発行/総合企画室
ふれあい広報課



JA兵庫みらいは10月1日、小野営農生活センターで読み聞かせ講習会を開きました。講習会は、JA兵庫みらい女性会会員を対象に開講。読み聞かせスキルを身につけ、慰問活動や子育て支援活動などに活かしたいと小野連絡協議会の会員を中心に7名が参加しました。



JA兵庫みらい女性会 読み聞かせ講習会



三木連絡協議会は9月27日、志染支店できいき健康教室を開き、会員8名が参加しました。この日は、音楽に合わせて優雅に踊るフラダンスに挑戦しました。講師の松浦美紀さんが「太ももを引き締めたり体幹を鍛えたりすることができ。また、手と足の両方を動かすので脳トレにもなる」とフラダンスの魅力を説明。会員は基本姿勢やステップ、ハンド・モーションなど一つ一つ丁寧に練習した後、「Ke Aloha」の曲に合わせて楽しく踊りました。

三木連絡協議会 フラダンスで健康促進



りかかりました。たたいて空気を抜いた粘土を均等な厚さに伸ばしたり、型に合わせてかたどったりして作業を進め、仕上げに表面を滑らかにして完成。会員は焼き上がりを楽しみにしていました。



三木連絡協議会 お気に入りの 陶芸作品作り!

三木連絡協議会は8月17日、三木市志染町にある陶芸工房「櫻寿窯」で陶芸の一日体験教室を開きました。会員12名が参加しました。この日は、粘土を板状に伸ばして成形する「たたき作り」とろくろを使った成形を体験。同工房の稲葉広樹さんから手順やポイントを聞いた会員は、皿や湯飲みなど作りたいものを考え、作業に取りかかれました。



加西連絡協議会 地域に交通安全を呼びかけ



加西連絡協議会は9月30日、農産物直売所「かさい愛菜館」で交通事故防止啓発活動をおこないました。同活動は今年で3年目。地域貢献活動の一環として、会員お手製の交通安全用マスコット「みらいちゃん」を配り、地域住民に対して交通安全の意識づけを高めようと取り組んでいます。この日は、加西警察署の協力のもと役員3名が来店客に「安全運転をお願いします」と呼びかけながら、マスコット約100体と啓発チラシを手渡しました。

女性会をホームページで紹介!

▶最新情報はホームページで配信中。右記のQRコードを読み取ってアクセスしよう!



地域の食材をいただきます

女性会では、食農教育活動の一環として、旬の食材や特産品など身近にあるものを使って料理を作り、地産地消に取り組んでいます。今回は、ハロウィンにピッタリの「かぼちゃ」を使ったレシピをご紹介します!



パンプキンパイ

【材料(4人分)】

- カボチャ・・・1/8個
 - 冷凍パイシート・・・1枚
 - A
 - 生クリーム・・・100cc
 - 卵・・・1個
 - 砂糖・・・40g
- マフィン型



- 【下準備】
- ・カボチャは種とわたを除き、ゆでやすい大きさに切る。
 - ・冷凍のパイシートを常温に出して解凍する。

【作り方】

- ① カボチャは皮ごと鍋にいれ、水から約20分、やわらかくなるまでゆでる。
- ② 粗熱がとれたら皮を剥いて身の部分だけをこす。
- ③ ②を大きめのボウルに入れ、その脇にAを入れる。ハンドミキサーで、少しずつカボチャとも混ぜあわせていく。
- ④ パイシートを4等分にして麺棒で1.5倍くらいの大きさに伸ばし、マフィン型に敷き詰める。
- ⑤ 200℃で余熱したオーブンに入れて10分焼き、アルミホイルをかぶせて、さらに180℃で10分焼く。
- ⑥ マフィン型ごと網に乗せて冷まし、型とパイシートの間からナイフを入れて型から外して出来上がり♪

加西連絡協議会 加工教室

「カボチャをふんだんに使ったクリームをパイ生地で包み焼き上げました。ボリュームたっぷりです、1つでお腹がいっぱいになりますよ」



JA兵庫みらい女性会

ボウリング大会

日時 11月6日(水)

【オープン受付】 10:00～
【開会】 10:30～

会場 社スポーツレーン(加東市社1189-1)
会場までの送迎はございません。各自、乗り合わせてお越しください。

定員 JA兵庫みらい女性会会員60人
(先着順とし、定員になり次第締め切ります)

参加費 1人 1,000円(参加費は当日集金)
※1人2ゲームおこないます。靴レンタル費用は参加費に含まれます。

持ち物 タオル・動きやすい服装

申込方法 各営農生活センターに備え付けの申込用紙に氏名(ふりがな)、住所・ご連絡先・所属をご記入のうえ、お申し込みいただくか、ふれあい広報課宛にFAXまたはメールでお申し込みください。

申込締切
～10/23(水)

【応募先・お問い合わせ】

☎0790-47-1279 総合企画室 ふれあい広報課(担当小池)
FAX. 0790-47-1672 Eメール info@hyogomirai.com

参加者には、
ステキな賞品
をプレゼント!

※ご都合でキャンセルする場合は、10月30日(水)までにふれあい広報課へご連絡ください。
※変更等がある場合は、代表者にご連絡いたします。代表者よりメンバーにご連絡ください。