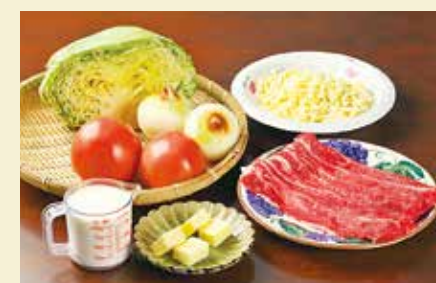




春キャベツと肉の重ね煮

ボリューム満点☆
簡単調理で野菜がたっぷり摂れます!



●材料(4人分)

- 春キャベツ／半分
- 玉ねぎ／中2個
- 牛うす切り(豚肉可)／200g
- トマト／中2個
- ピザ用のとろけるチーズ／適量
- バター／20g
- 塩・こしょう／適量
- 牛乳／200cc(1カップ)

●作り方

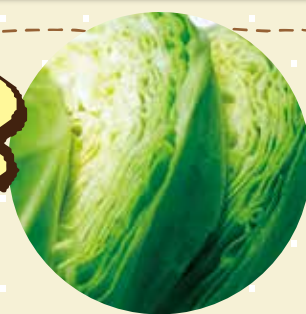
- ①春キャベツはざく切りにして、鍋に敷き詰める。
- ②玉ねぎは輪切りにして、春キャベツの上にのせる。
- ③牛肉を玉ねぎの上にのせ、塩・こしょうで味を調える。さらにトマトの輪切りをのせる。
- ④ピザ用のとろけるチーズを下に材料がかくれるくらいにのせ、バターを5gずつ4カ所にのせる。
- ⑤蓋をして20～30分くらい弱火で蒸す。出来上がる寸前に牛乳を入れる。

よい「春キャベツ」の選び方!

春キャベツは、巻きがふんわりしていて軽いものを。それ以外は、葉がしっかり巻いて重く感じるものが良品です。また、切り口がみずみずしく、割れたりしていないものを選びましょう。

今号の旬野菜 春キャベツ

春・夏の旬野菜
春キャベツ (はるきやべつ)
Spring cabbage



東大和地区 / 比留間 清

東大和市芋窪でホウレンソウ・小松菜・キャベツ・トマトなど、季節に合わせたさまざまな『旬』な野菜を栽培。
新鮮で安全・安心な野菜を直売所で販売しています。

比留間さんの野菜は、
「みどりっ子仲原店」で販売しております。



アンケートプレゼント!



20名様
に
プレゼント!

※写真はイメージです。

みの〜れ立川・みどりっ子各店より 地場産野菜の詰め合わせ

①創刊号をご覧になった後、JA東京みどりを利用されましたか?

1. 前から利用している
2. 初めて利用した
3. まだ利用したことがない

②JA東京みどりのホームページをご覧になったことはありますか?

1. 定期的にしている
2. 見たことがある
3. 見たことがない

③本誌をご覧いただいたご意見・ご感想・ご要望をお願いします。

●応募方法

はがきに、①A・②B・③Cの回答、④氏名、⑤年齢、⑥性別、⑦職業、⑧住所、⑨電話番号をお書きいただき、下記の宛先までご応募ください。

※アンケートプレゼント商品発送以外の目的では使用いたしません。

●応募締切と発表

平成29年5月31日(水)必着

※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

●応募先

〒196-0021 東京都昭島市武蔵野2-6-12

JA東京みどり 本店 企画広報課

「アンケートプレゼント」係

※季節によりメニューの変更があります。

●立川ブランド「葉菜」の特製肉うどん

●野菜のビタミンホットサンド

●野菜のビタミンサラダ

●ヨーヨー・ゼリー・VVAア他

●大地の恵みのスムージー

※季節によりメニューの変更があります。

●立川ブランド「葉菜」の特製肉うどん

●野菜のビタミンホットサンド

●野菜のビタミンサラダ

●ヨーヨー・ゼリー・VVAア他

●大地の恵みのスムージー

※季節によりメニューの変更があります。

●立川ブランド「葉菜」の特製肉うどん

●野菜のビタミンホットサンド

●野菜のビタミンサラダ

●ヨーヨー・ゼリー・VVAア他

●大地の恵みのスムージー

※季節によりメニューの変更があります。

●立川ブランド「葉菜」の特製肉うどん

●野菜のビタミンホットサンド

●野菜のビタミンサラダ

●ヨーヨー・ゼリー・VVAア他

●大地の恵みのスムージー

※季節によりメニューの変更があります。



「太陽、大地、生命、環境、実り」
JA東京みどりは、五つ葉のクローバーを咲かせます。

Clover

F i v e - l e a f

No.02

JA TOKYO MIDORI
2017 Spring

今号の旬野菜
春キャベツ

こんにちは! 「クローバー」待望の第2号。

地域とともに歩む、 JA東京みどり。

頭に五つ葉のクローバーを付けた「みどりの妖精」です。
五つ葉のクローバーは「赤:太陽、茶:大地、
青:生命、緑:環境、黄:実り」を意味します。



店舗所在地一覧



本
ライ
フ支
援室
店
〒196-0021 昭島市武蔵野2-6-12
〒196-0021 昭島市武蔵野2-6-12
経済センター 店
〒208-0004 武蔵村山市本町1-16-1
ファーマーズセンターみの〜れ立川
店
〒190-0031 立川市砂川町2-1-5
国立支店
〒186-0011 国立市谷保6848
富士見台支店
〒186-0003 国立市富士見台1-12-8
経済センター国立店
〒186-0011 国立市谷保6848
昭島支店
〒196-0025 昭島市朝日町5-3-1
昭島支店
〒196-0002 昭島市井島町1-18-16
経済センター昭島店
〒196-0034 昭島市玉川町5-16-17
みどりっ子昭島店
〒196-0034 昭島市玉川町5-16-17

042-542-3221
042-542-4455
042-562-2310
042-538-7227
042-572-2101
042-572-8151
042-572-0078
042-541-0021
042-541-1050
042-543-7406
042-543-8989

立川支店
〒190-0031 立川市砂川町2-44-3
幸町支店
〒190-0002 立川市幸町1-14-1
西砂支店
〒190-0033 立川市一番町2-36-5
経済センター立川店
〒190-0031 立川市砂川町2-44-3
村山支店
〒208-0004 武蔵村山市本町1-2-1
学園支店
〒208-0011 武蔵村山市学園3-63-1
経済センター村山店
〒208-0004 武蔵村山市本町1-2-1
みどりっ子村山店
〒208-0004 武蔵村山市本町1-2-1
東大和支店
〒207-0031 東大和市奈奈橋4-602
仲原支店
〒207-0016 東大和市仲原4-11-1
経済センター東大和店
〒207-0031 東大和市奈奈橋4-602
みどりっ子仲原店
〒207-0016 東大和市仲原4-11-1

042-536-1821
042-535-2211
042-531-0014
042-536-1824
042-561-1611
042-561-0975
042-564-7477
042-516-1183
042-561-4321
042-562-2311
042-561-4383
042-516-9577

JA東京みどり

「Clover ~Five-leaf~」 2017 Spring No.02

発行:企画編集
東京みどり農業協同組合
〒196-0021 東京都昭島市武蔵野2-6-12
042-542-3221 http://tokyomidori.jatokyo.or.jp

発行に際して

JA東京みどりは、地域のみなさまに「農業」や「JAの取り組み」等を知っていただくため、本誌を年2回(4月・10月)発行させていただきます。



こんにちは!「JA東京みどり」です。

いつもご利用いただきありがとうございます。地域の活性化、みなさまの暮らしを応援します!

JA東京みどりのご紹介

平成4年4月1日に、国立市・昭島市・立川市・武蔵村山市・東大和市の5市のJAが合併して「JA東京みどり」が誕生しました。
地域の皆様の金融機関として、暮らしの相談役として、組合員はもとより、どなた様にも、ご利用いただけます。



西砂支店
〒190-0033 立川市一番町2-36-5
☎042-531-0014
営業時間 平日/8:45~15:00
土日祝/定休



押島支店
〒196-0002 昭島市押島町1-18-16
☎042-541-1050
営業時間 平日/8:45~15:00
土日祝/定休



リニューアルオープン!!

経済センター昭島店・みどりっ子昭島店



経済センター昭島店と農産物直売所「みどりっ子昭島店」がリニューアルオープンしました。安心・安全なおいしい地元農産物が豊富に揃っています。



仲原支店
〒207-0016 東大和市仲原4-11-1
☎042-562-2311
営業時間 平日/8:45~15:00
土日祝/定休



学園支店
〒208-0011 武蔵村山市学園3-63-1
☎042-561-0975
営業時間 平日/8:45~15:00
土日祝/定休



幸町支店
〒190-0002 立川市幸町1-14-1
☎042-535-2211
営業時間 平日/8:45~15:00
土日祝/定休



富士見台支店
〒186-0003 国立市富士見台1-12-8
☎042-572-8151
営業時間 平日/8:45~15:00
土日祝/定休

信用事業

●JA貯金
地域の皆様に身近で、より便利なメインバンクとなるように、おサイフがわりに便利な総合口座をはじめ、お客様のニーズに合わせたさまざまな貯蓄メニューをご用意しています。

●JAローン
住宅購入やリフォーム、お子さまの教育や車の購入など、お客様のライフプランニングやニーズに合わせて、さまざまなローンをご用意しています。

共済事業

JA共済は、いざというときに困らないよう、みんなで協力して命や財産を守る「助け合い」の制度です。「ひと・いえ・くるま」の総合保障で、組合員・地域の皆様の暮らしのパートナーでありたいと考えています。

- ひとの共済
- いえの共済
- くるまの共済
- 介護共済
- 一時介護共済

購買事業

組合員のニーズと事業環境の変化に対応し、生産資材・生活物資等の購買品を供給しています。

- 生産資材販売
- 食品販売

指導事業

農業者と地域住民の交流の場として農業祭や生産部会による研修会等を開催しています。

販売事業

食の安全を第一に考え、安心していただくための体制づくりを確立し、安全・安心な地元野菜と手作り加工品の販売活動を行っています。また、消費者の皆様から厚い信頼を得られるように高品質な農産物の供給につとめ、豊かな食生活を実現するためのサポートをいたします。

- 農産物直売所

資産管理事業

当JAの資産管理課では、組合員の皆様の大切な資産を守るため、信頼と安心を心掛けお手伝いいたします。「農と住の調和したまちづくり」を目標とし、さまざまなご相談に対応いたします。

●農産物直売所

利用事業

●葬祭事業
大切なご家族との別れ...どう対応したらいいの...。悲しみの中、葬儀の準備を歯々と執り行うことは大変な事です。私たちJAでは、故人さまの旅立ちが最良になるよう、組合員さま、ご家族さまの悼情の念を同様を持つべき姿勢で取り組んでまいります。また、葬儀に対する不安や、心配を少しでも解消できるようサポートさせていただきます。組合員以外の方も、ご相談ください。



あなたもJA東京みどりの組合員になりませんか!

組合員になると配当金を受け取れるなど、さまざまな特典があります!

加入方法

組合員には「正組合員」と「准組合員」の2種類があります。

「正組合員」はJAの運営に関与することはできませんが、地域を支える協同組合の仲間です。また、組合員でない方もJAの事業や施設を利用することができますので、お気軽にご来店ください!!



一定の条件がございますので、詳しくは各支店窓口へお問い合わせください。

都市農地の多面的機能について

「緑」を守ることも農家の大切な仕事です。JAとともに農家を応援しましょう。



地産地消

地域で作られた農畜産物を地域で食べる。これを「地産地消」といいます。地産地消は、「フードマイレージ」という考え方の観点から、二酸化炭素排出量の削減に役立ち、地球を守る環境保護活動にも大きく役立っています。



安全

災害発生時の避難場所や火災の延焼防止など都市住民の安全のために機能します。



災害が発生して食糧や水が不足した際に、都市農地があると農作物や井戸水が手に入りやすくなります。

食と農の教育・交流創出

市民農園や農業体験農園は、地域住民同士や農家との交流を生み、コミュニティ形成の場となります。



農業体験を通じた「食と農」の教育は、子供たちに自然や生命の尊さ、環境問題などを伝え、人間形成に大きな効果が期待されています。

景観創出と環境保全



都市の中にも良好な景観を作り出し、癒しの空間を与えてくれます。

地表面がアスファルト等で覆われていることの多い都市部では、夏にはとても暑くなりますが、都市農地の土や緑は気温の上昇を抑えてくれます。また、鳥や昆虫などの生き物のすみかとなることで生態系を維持します。



教えて! みーどりん!!

フードマイレージ



輸送にかかる地球への負担に注目した

(輸送)距離×(食料)重さ

フードマイレージという考え方



フードマイレージが大きくなると環境汚染や温暖化の原因に!!



減らそう!!

2017年5月13日(土) 開催時間/AM9:00~PM4:00

先着順事前予約制 住宅ローン相談会開催!

新規購入や住宅ローン見直しをご検討中の方お待ちしております!
マイカー・教育ローンのご相談も大歓迎!

ご予約いただいたお客様へ記念品をプレゼントいたします!

開催店舗 国立支店・富士見台支店・昭島支店・立川支店・幸町支店・西砂支店・村山支店・学園支店・東大和支店・仲原支店
※ご予約状況によりご希望に添えない場合もございます。

お子様をサポートする!!

JA東京みどりが大切なお子様の夢をしっかりとサポート!子育てを応援いたします!!



JA東京みどりで年金を受け取ると、特典がいっぱい!!

年金受給日から1週間までに来店いただくと地場産野菜などをプレゼント!



年金無料相談会も随時開催しております。お気軽にご相談ください!!



年金友の会 日帰り旅行

お手頃な旅行代金で日帰り旅行にご参加いただけます!

