

JA女性組織って？

JA女性組織は、JA（農協、農業協同組合）をよりどころとして、食や農、くらしに関心のある女性が集まって活動する組織（JA女性部、JA女性会とも呼ばれます）です。農家でも、農家でなくても、何歳でも女性であればOK!

JA女性組織は全国のほとんどのJAにあり、20代から90代まで、幅広い世代の約60万人のメンバーが活動しています。活動は食や農業に関するを中心にメンバーで企画。料理や手芸、健康の維持・向上のためのスポーツ、伝統食の継承、農産物の生産や加工、子どもたちに農業や食の大切さを教えること、介護のボランティア、環境保全活動など、多岐にわたる活動に取り組んでいます。



JA女性組織の詳しい情報はWEBサイトをご覧ください

<http://www.ja-zenjyokyo.jp/> ←全国各地の楽しい活動を掲載中♪

～ JA 女性組織の若手グループ～

「フレッシュミズ」も活動中!

JA女性組織の中には、若い世代（おおむね45歳くらいまで）でつくる組織「フレッシュミズ（略してフレミズ）」があります。フレッシュミズも農家でなくても参加可能! 若い世代の女性が集まり、農業技術の習得、農産物の加工、料理や手芸、スポーツ、親子での農業体験など、自分たちでやりたいことを企画し、活動しています。

また、子育て中のメンバーも多いので、子どもと一緒に取り組める企画もたくさんあります!



食や農業、地域のことに興味のある方、わたしたちと一緒に活動しませんか。JAの店舗・施設などを拠点に活動しています。まずはお近くのJAにお問い合わせください。



お近くのJAはこちらから確認できます

<https://org.ja-group.jp/find>

いっしょに活動しませんか?

60万人のメンバーがいきいき

JA女性組織



どうやったら参加できるの?

お近くのJAにご連絡ください



いつもは参加できないかも

無理せず参加できるときで大丈夫です



農家でないと参加できないの?

農家でなくても女性であれば大丈夫です

JA全国女性組織協議会

郷土に伝わる味を守る活動もしています

JA女性組織では、郷土の伝統食、古くから伝わる家庭の味を次の世代につなげるための活動もしています。たんに料理を継承するだけでなく、なかには希少になった在来種の農産物の生産から携わる組織もあります。

全国各地JA女性組織のメンバーから寄せられた305品（平成30年2月末時点）の「郷土に伝わる味」のレシピは、下記のWEBサイトに掲載しています。伝統食を作りたい！知りたい！という方はぜひご覧ください。

「郷土に伝わる味」のレシピはWEBサイトに掲載しています

<http://www.ja-zenjyokyo.jp/tradition/>



3月11日(日)ご提供



だんごのもちもち感がたまらない だんご汁

作り方

- ①Aをボールに入れ、水と塩を加え、まとまるまでこねる。
- ②耳たぶ程度のやわらかさになったら人差し指大の団子にしてぬれ布きんをかけて30分ほど寝かせる。
- ③大根と人参は5mm幅のいちょう切り、ごぼうはやや大きめのささがき、里芋は5mm幅の半月切り、白菜は1cm幅のざく切り、椎茸は5mm幅に切る。
- ④少し大きめの鍋に③を入れて煮る。
- ⑤②を下の「やせうま」の写真を参考にうすく麺状に伸ばす。
- ⑥野菜が煮えたら⑤を入れる。
- ⑦最後にみそ、だしで味を調え、器に盛り付けたら小ねぎをちらす。

【材 料（4人分）】

A 中力粉……………100g
 水……………40～50ml
 塩……………少々
 大根……………80g
 人参……………20g
 里芋……………80g
 ごぼう……………50g
 白菜……………70g
 生椎茸……………2枚
 （干椎茸でも可）
 水……………1000ml
 みそ……………50～60g
 だし（顆粒）……………適宜
 小ねぎ……………適宜

作り方

- ①豚肉は2～3cm幅、白菜は2cm幅、里芋は食べやすい大きさに切る。大根、人参はいちょう切り、ごぼうはささがきにして水にさらしアクを抜く。こんにゃくは下ゆでしたのち3cm幅の棒状に切り、手で一口大にちぎる。
- ②鍋にサラダ油を熱し豚肉を炒める。火が通ったら残りの①も入れ油をなじませ、Aを加え煮る。
- ③煮いたら火を弱めアクを取り除き15～20分煮る。
- ④みそを溶かし加え、一口大に切った豆腐、1cm幅の斜め切りにしたねぎを入れ、ひと煮立ちさせて器に盛る。

※芋煮は青森県をのぞく東北各地で広く食べられている。里芋の収穫期である秋に家族や友人、職場などのグループの親睦を深めるために野外で行われる芋煮会の人気は高い。味や具材は地域によって差があり、山形県内陸部では牛肉を使用し、醤油味である。



3月10日(土)ご提供



豚肉と味噌が仙台風 芋煮

【材 料（4人分）】

豚肉（こま切れ）…100g
 白菜……………1/4個
 里芋……………150g
 大根……………300g
 人参……………100g
 こんにゃく……………1/2枚

サラダ油……………適量
 ねぎ……………2/3本
 豆腐……………1/2丁
 A 水……………1200ml
 だし（顆粒）…小さじ1
 みそ……………100g

だんごで作る 素朴な味 やせうま

作り方

- ①だんご汁の【作り方】の⑥をゆで、ざるに上げて器に盛る。
- ②きな粉に砂糖、塩を好みで加え、①にふりかける。

※「やせうま」は、平安時代に京から大分に落ちのびた貴族の幼君が乳母の八瀬に「やせうま！（うまはおいしいものの意）」と作るようねだったことに由来するという。

