

名 前：古川 竜我（こがわ りゅうが）

配属先：沿川グリーンセンター

好きな農産物：アボカド

■趣味

最近はランニングにハマっているので週3回くらいを目標に続けていきたいです。

■休日の過ごし方

ネットフリックスなどでドラマなど見て過ごしています。映画などは面白くて時間を忘れてしまう時があります。

■JA勤めて感じたこと・意気込み

これからも沢山の知識を身につけていき、組合員の方たちから頼られるような職員を目指します。



読者の声

昔「がっぱもち」を作ったのを思い出して尾上支部の女性部の写真を見てさっそく作り、家族みんな喜んで食べました。

（板柳町 O・T 76歳）

④もちもちした食感でおいしいですよ♪青森県の伝統料理を多くの人に知って食べてほしいです！

「若いチカラ」が大好きです。若い人の新鮮で前向きなコメントを読むと昔の自分を思い出させる気がするからです。若者、頑張れ。（大阪府 O・S 40代）

④いつもたくさんさんのコーナーをご覧くださいありがとうございます！これからも元気な若い職員を紹介していきますね♪



お盆に孫らがとうもろこしの収穫を楽しみました。帰省時に収穫できるのがあってよかったです。来年も出来るかな？（黒石市 T・R）

④とても大きなとうもろこしですね！来年もみんなで楽しく収穫できたらいいですね♪

8月号のテーマ 「肉料理」をご紹介します

「平川サガリ」の焼き肉こそ郷土の立派な肉料理と言えるでしょう。（平川市 S・Y 71歳）

疲れに良いとされる豚肉を食べるようにしています。アスパラに巻いたり、ナスと炒めたりとおいしいです。（板柳町 N・T 83歳）

焼き鳥は具材が各種あり、味付けも様々出来るので食べ飽きないと思います。（黒石市 T・M 64歳）

家ではハンバーグと唐揚げが多いです。唐揚げは、その時でいろいろな味付けをしています。肉を食べて暑さに負けず仕事がんばろう。（板柳町 S・T 67歳）

BBQをする時に「ピーマンのチーズ焼き」と「レタスの肉巻き」を必ず作り、大変高評です。ぜひ皆様もやってみてください。（平川市 H・K 78歳）

大学生の間では「サムギョプサル」が流行しています！（宮城県 S・K 21歳）

家族の為に作るのが「ポークソテー」や鶏肉の「テリヤキ」です。ポークソテーは味噌や塩こうじを使用して焼いて食べるとおいしいですよ。（平川市 K・Y 54歳）

薄切りの豚バラロースに大葉、とろけるチーズをのせて、塩コショウをし、くるくる巻いてカツにして食べるのが好きです。（黒石市 S・S 60歳）

唐揚げが好きです。食卓に唐揚げが出るとテンション上がります（笑）（黒石市 Y・N 39歳）

小さい頃から豚肉が大好きで、今でもすき焼きに豚バラ肉を使っています。肉と脂の具合が丁度よく、固くならないのが良いです。（平川市 N・T 75歳）

○9月のテーマは「さつまいも」です。皆さんのさつまいもの調理方法やおすすめの食べ方を教えてください♪