

■展示コーナーへの出展者募集のお知らせ

J Aでは本店1階ロビーの展示コーナーへ出展いただける方（JA管内の個人・団体）を募集しています。

・展示内容

工芸品や絵画、趣味のハンドメイド品など

・展示期間 約1ヶ月（月末に展示し、次月末に展示終了）

○展示のお申込み・お問い合わせ

J A津軽みらい 総務課

TEL : 0172-44-6081

MAIL : kouhou@ja-tsugaru-mirai.or.jp



J Aカルチャー講座 編物講座作品展（3月29日まで）

読者の声

自分でイヌもネコも飼えない
ので、よそ様のペットの写真を見て
ほんわかした気分になっています。

（田舎館村 M・J 71歳）

編 可愛い動物は見てるだけで心が癒されますね♪今後も我が家
のペットのコーナーをよろしくお願いします！

発刊200号あめでとうございます！毎月楽しみにしています！

（板柳町 S・M 76歳）

編 読者の皆さんから多くの嬉しい言葉をいただきました。今後もJAの広報誌をよろしくお願ひいたします。

毎日のメニューについて考えることが多くなってきました。そんな時、
水嶋先生のレシピはとても参考になっています。

（平川市 M・S 70歳）

編 レシピを活用してくださりありがとうございます。今後も皆さんに
よろこばれるレシピを掲載していきます。

2月のテーマ「揚げ物料理」をご紹介

我が家では「ナスのフライ」をよく作ります。少し手間はかかりますが、日持ちはするしナスが余っているときは消費するのにとても良いです。

（田舎館村 S・S 46歳）

天つゆで食べる揚げ出し豆腐が好きです。米油で揚げる
とカラッと揚がります。（田舎館村 N・T 72歳）

愛知県はやはり味噌カツです。豚カツに味噌をかけた
ものですが、専用の味噌がのっています。

（愛知県 K・H 51歳）

我が家は揚げ物大好き家族です。カロリーが気になりますが、畠で収穫した野菜をたくさん使って食
べます。（平川市 A・S 57歳）

色々な味の源タレを使って作る唐揚げが我が家は大好き
です。（黒石市 Y・N 41歳）

我が家ではポテトフライをじゃがいもではなく、さつまいもで作って食べています。（板柳町 S・A 65歳）

幼馴染みが教えてくれたタマネギとちくわのかき揚げが
美味しいです。（田舎館村 S・A 60歳）

お母さんが作ってくれる唐揚げと、カリカリさつまいもス
ティックが美味しいです。（藤崎町 Y・A 12歳）

賞味期限が切れた納豆を天ぷらにしています。みじん切りにしたねぎや大葉を入れると美味しいになります。

（黒石市 S・S 62歳）

揚げ物はやっぱり大好きです。食べ過ぎないようにして
いますが、月に2回ほどエビフライ、コロッケ、唐揚げ
を作っています。（板柳町 S・H 62歳）

3月号のテーマは「私の昼休憩」です。
皆さんのがお昼の休憩時間にしていることを教えてください！
例：たっぷり昼寝をする。ストレッチをする。音楽を聴いてリラックスする。