統括本部だより ながと

「米づくり農家の自信作」の試食、販売イベント

長門統括本部は1月30日、アルク長門店で特別栽培米「米づくり農家の自信作」試食販売イベントを行いました。

「米づくり農家の自信作」は、長門大津地区農業法人連絡協議会の会員が栽培するお米で、平成23年度に商品化された長門独自のブランド米として、県内外の丸久グループ店舗で販売しています。

現在、5つの集落営農法人が43ヘクタールの圃場で「ひとめぼれ」と「きぬむすめ」の2品種を栽培しており「化学肥料・化学合成農薬の使用を山口県の慣行基準より50パーセント以上削減」「地元の鶏糞堆肥を使用した土づくり」「色彩選別機による米の選別」の3つのこだわりを持って生産に取り組んでいます。

当日は、江原市長、㈱丸久の宇多村専務取締役、蒲副本部長があいさつした後、生産者と一緒におにぎりを配布し、お米のPR活動をしました。

また、「米づくり農家の自信作」を使ったおにぎりとお弁当の販売も行いました。

「ゆうきまる長門米」販売イベント

道の駅センザキッチンで2月8日、「ゆうきまる長門米を食べちゃろうwith共創おにぎり」の販売イベントが行われました。

このイベントは、令和7年3月に発足した「長門有機農業生産部会」が無農薬で栽培した「ゆうきまる長門米」を多くの人に知ってもらうことを目的に今回、令和7年大阪・関西万博（Local Japan）展で長門市を含む5市の自慢の食材を生かした「共創おにぎり」を再現し販売しました。

当日は、雪の降る寒さの中で、多くの人が、お目当てのおにぎりを買い求めました。おにぎりを食べた人は「お米がもちもちしておいしく、各市自慢の具もおいしかった」と話しました。また、おにぎりの他にも飲食テナントで「ゆうきまる長門米」を使った料理やお米の販売も行いました。

女性部

2/3 恵方巻作り

2/17 茶話会（米粉ピザ作り）

仙崎支部

2/3 恵方巻作り

2/12~15 みそ作り

Medical Advice

長門総合病院看護科

お酒と健康

お花見の季節となりました。今月はアルコールと健康について考えてみましょう。古くからお酒は、祝いの席や人との交流を深める場で親しまれてきました。適量であれば気分を和らげ、食欲を高める働きがあります。しかし、飲み過ぎはさまざまな健康問題を引き起こす可能性があります。

アルコールは体内で分解されるときに肝臓へ大きな負担をかけます。長期間の多量のお酒を飲むと脂肪肝やアルコール性肝炎、肝硬変などにつながります。また、高血圧や糖尿病、心疾患、脳卒中などの生活習慣病のリスクを高めます。さらに、アルコールは依存性があり、自分では適量と思っていても徐々に量が増えてしまうことがあります。

厚生労働省は「節度ある適度な飲酒」として、1日平均純アルコール約20g程度を目安としています。ただし、高齢者や女性、体質的に弱い方はより少ない量が望ましいとされています。

お酒と上手につきあうためには、空腹で飲まない、水やお茶をはさみながらゆっくり飲む、量をあらかじめ決めておくといった工夫が有効です。眠れないからと寝酒に頼るのは逆効果で、睡眠の質を下げてしまいます。また、週に2日程度の休肝日を設けることも推奨されています。

自分や家族の健康を守るために、飲酒習慣を振り返ってみましょう。健診で肝機能の数値を確認することも効果的です。お酒は「百薬の長」と言われることもありますが、健康のためには適量を守ることが大切です。

【参考：厚生労働省「健康に配慮した飲酒に関するガイドライン」】

【1日の飲酒量の目安】

種類	量（ml） アルコール量（g）
ビール	500ml（ロング缶1本） 20g
日本酒	180ml（1合） 22g
焼酎（25%）	100ml（0.6合） 20g
缶チューハイ（7%）	350ml（1缶） 20g
ワイン	240ml（グラス2杯） 24g
ウイスキー	60ml 19g

JA法律無料相談会 ～お気軽にご相談ください～

法律に関する疑問・質問に弁護士が、わかりやすくお答えします。当日は十分なご相談ができますように事前予約とさせていただきます。

日時　5月13日(水) 午前10時～正午
場所　ＪＡ山口県　深川支所　TEL　22-8870

JA年金無料相談会

※次回開催は5月20日㈬を予定していますが変更になる場合もあります。

年金に関する疑問・質問に社会保険労務士が、わかりやすくお答えします。当日は十分なご相談ができますように事前予約とさせていただきます。

日時　4月15日(水) 正午～午後5時
場所　ＪＡ山口県　深川支所　TEL 22-8872

Aコープ長門店

サッポロ一番 秋のディスプレイコンテスト

グランプリ受賞

Aコープ長門店はサンヨー食品㈱「サッポロ一番　秋のディスプレイコンテスト2025」のボリュームコースで見事グランプリを受賞しました。2月19日にサンヨー食品㈱の代表取締役水上社長から宗本本部長へ賞状が手渡されました。

グランプリを獲得した要因として紅葉のPOPと栗やサツマイモのイラストPOPで季節感を演出し「秋の味覚と一緒に作ろう！食べよう」と秋のアレンジレシピをアピールした点が評価されました。

株式会社Aコープながと　Aコープ長門店様（山口県）

テーマは、「「サッポロ一番の秋」到来!」、紅葉のPOPと栗やサツマイモのイラストPOPを使用して季節感を演出し、「秋の味覚と一緒につくろう!食べよう」と秋のアレンジレシピをアピールする売場。手前のかごに「キノコとサッポロ一番みそラーメン」「ナスとサッポロ一番みそラーメン監修」「キノコとサッポロ一番こま味ラーメン」を陳列し、料理写真と一緒にレシピサイトにアクセスできるQRコードを表示するなど、購買意欲を高める工夫があります。

米作りライン

LINE公式アカウント友達募集中!
～病害虫情報やお知らせを配信!～

4月 女性部 行事予定

9日　絵手紙教室（深川）
15日　女性部総会（全体）
22日　地区長会議（深川）