



2025 いわみざわ 情熱フェスティバル

9月13日(土) 14日(日)

2025 10:00-18:00 10:00-17:00

会場 岩見沢駅東市民広場公園 イベントホール赤れんが (岩見沢市有明町南1-7)

タマネギ詰め放題・農産物販売



1回150円!
どれだけ詰められるかな?



いわみざわ産の
新鮮な野菜を特価で販売

数量限定 消費拡大PR



米、冷凍食品の
タイムセールを開催

スケジュール

9.13(土)		9.14(日)	
11:00 ~	ななつぼし 5kg	11:00 ~	ななつぼし 5kg
16:00 ~	ニチレイ 冷凍食品	14:00 ~	ニチレイ 冷凍食品

特産品販売



米や小麦粉など自慢の
特産品を販売

新米



情熱フェスティバル
限定価格で
新米を販売!

青年部



いわみざわ産の米を使用した
米ドンの無料配布

女性部

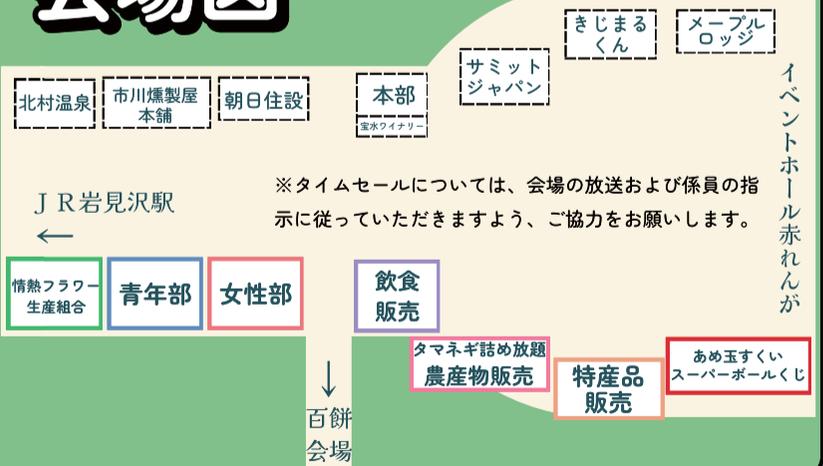


漬物、味噌、焼き菓子などの
加工品を販売

飲食販売

焼き鳥やいわみざわ産のタマネギを使用した
オニオンリングなどを販売

会場図



あめ玉すくい スーパーボールくじ できます!

公式Instagram

公式アプリ



JAIいわみざわ
公式Instagram
フォロー
または
公式アプリ
インストールが
条件です!

各日、先着100名様に牛乳200mlプレゼント!

みなさまのお越しを お待ちしております!



ベジタブルライフ

今回のテーマは…

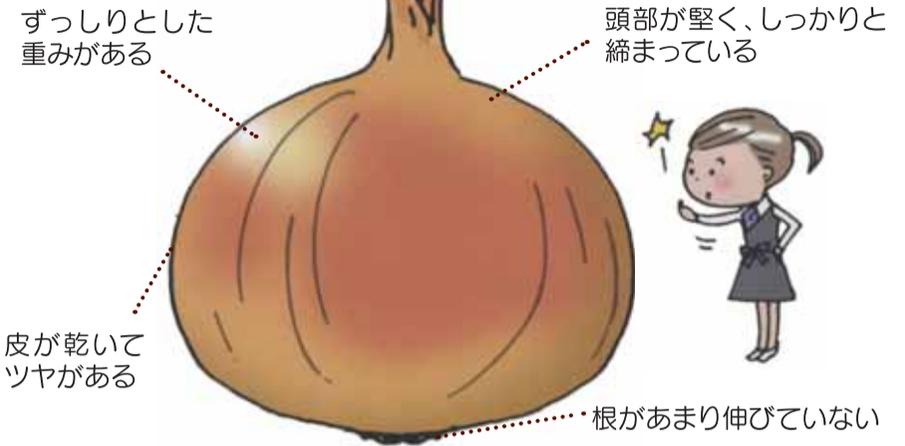
タマネギ

タマネギのプロフィール

- 【分類】ユリ科
- 【原産地】中央アジア～地中海沿岸
- 【和名】玉葱、葱頭
- 【おいしい時期(旬)】秋～冬(新タマネギは4～6月)
- 【主な栄養成分】硫化アリル、ケルセチン、ビタミンB6、カリウムなど

解説
KAORU

見分け方



楽しみ方・食べ方のコツ

和洋中どんな料理にも欠かせない定番野菜だよ！
料理のうま味や隠し味としても♪

皮をむくときは、丸ごと水に浸しておくことで表面の皮が軟らかくなり、むきやすいよ



切れ味の悪い包丁で切ると細胞がつぶれ涙を誘発する成分が出やすくなるので、切れ味の悪い包丁を使って断面をきれいに切ることで刺激を抑えられるよ



切る前に冷蔵庫で冷やしておくと、硫化アリルの揮発が減り、目への刺激が少なく涙が出にくくなる

保存方法

日の当たらない通気性の良い場所でするして保存



新聞紙に1つずつ包み、風通しの良い場所で保存

薄切りやみじん切りを冷凍して、料理に活用する



新タマネギは水分が多く日持ちしないので、冷蔵庫で保存

タマネギのいろいろ

黄タマネギ



最も多く出回っている品種群で、辛味があり、保存性が高いのが特徴。収穫後1ヵ月ほど乾燥させて出荷される

新タマネギ



春先に出回る早生種。乾燥させずにフレッシュなまま出荷される。扁平で柔らかく、辛味が少ない。生食に向いている

白タマネギ



辛味や刺激臭が少ない。生でサラダなどに。春先に出回る「サラダタマネギ」と呼ばれるものも白玉種

赤タマネギ(紫タマネギ)

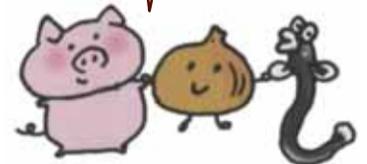


水分が多く甘味がある。彩りを生かしてサラダに利用される。酢に漬けると美しいピンク色に

タマネギのチカラ

ビタミンB1が豊富な豚肉やウナギと一緒によ

独特の香りの成分、辛味成分「硫化アリル」がビタミンB1の吸収を助け、新陳代謝を高める



ひとくちメモコーナー



みなさんは「タマネギを切ったら目が染みた」という経験はありますか？実はその原因となるのが、タマネギに含まれている「硫化アリル」という成分です。硫化アリルはタマネギ特有の匂いや辛みの成分で、血液をサラサラにする働きや血中の脂質を減らす働きがあります。硫化アリルは熱に弱く水に溶けやすい性質があるため、効果を期待するならば生で食べることをオススメします。ただし、生のタマネギは刺激が強いため、1日50g(中くらいのタマネギ1/4程度)の摂取にするようにしましょう。

栽培のポイント

- 比較的冷涼な気候で良く生育し、生育適温は12～20℃前後です。生育できる温度幅はかなり広く、5℃以上から生育しますが、25℃以上では肥大が抑制されます。
- 移植は一般的に4月末から5月中旬までに行います。タマネギは干ばつに弱いため、生育初期～球肥大期までのかん水が収量・品質の向上に効果的です。
- 根切り処理後10～15日程度で首部が枯れ、切っても汁が出なくなってから収穫を始めます。作業は天気の良い日に丁寧に行い、色のを良くするため遅くとも9月末までには終了させましょう。

家族で楽しむおいしい一皿

残暑の時期 カレー粉を使った料理で野菜をおいしく食べよう



ドルマ

ピーマンの甘さに
カレー粉がマッチ

(トルコ風ピーマンの肉詰め)

材料(3人分)

ピーマン……………6個
タマネギ……………1/4個(50g)
昆布……………適宜
水……………500ml
合いびき肉……………150g
ご飯……………100g

作り方

- ①ピーマンはへたの部分を少し厚めに落として、軽く種を取る。へたはふたとして使うので取っておく。タマネギをみじん切りにする。昆布は水に浸しておく。
- ②ボウルに合いびき肉と①のタマネギ、ご飯、Aを入れてよく練る。
- ③②を①のピーマンに詰め、ピーマンのへたをふたのようにかぶせてようじで留める。
- ④③を重ならないように鍋に並べて、①の昆布と水、Bを入れて弱火で20分煮込んで出来上がり。

A カレー粉……………小さじ1/4
塩……………小さじ1/4
ケチャップ……………小さじ1
ローリエ……………適宜
酒……………大さじ2
みりん……………大さじ1
薄口しょうゆ……………大さじ1
塩……………小さじ1/2

アレンジ

●お好みの野菜と一緒に煮込む

ポイント

じっくり煮込むことでピーマンの甘さが引き出されるので、子どもも食べやすい一品です。ピーマンの種は食べられるためきっちり取らなくてもOKです。



カボチャの

カレー風味サラダ

カレー粉の風味が食欲そそる
栄養レシピ

材料(4人分)

カボチャ……………1/4個(350g)
ミックスナッツ……………20g
ベーコン……………2枚
クリームチーズ……………30g
マヨネーズ……………大さじ2
しょうゆ……………小さじ1
カレー粉……………1つまみ
塩……………小さじ1/2

作り方

- ①カボチャは種を取り、所々皮をむき、3cm角くらいの大きさに切る。すっと串が通るまで蒸し(電子レンジを使う場合は水にくぐらせてラップをかけ600Wで5分程度加熱)、軽くつぶしておく。
- ②ベーコンは1cm幅に切ってカリッとするまで炒め、ナッツは粗く刻んでおく。
- ③粗熱が取れた①と②をボウルに移し、Aとあえて出来上がり。

ポイント

ご飯にもパンにもお酒にも合う便利な副菜です。カボチャは皮にも栄養が多いため、むき過ぎないようにするのがお勧めです。

アレンジ

●チーズをかけてオープンなどで焼く
●衣をつけてコロッケに

ぬか臭を吸わせないように 短時間でしっかりと

お米は1分で10%の水分を吸ってしまいます。「洗う(とぐ)」は時間との勝負。水を加えたら素早く水を切り、手のひらでこすり合わせるように洗い、ぬか臭い水を吸わせないために素早くざるに上げて水を切ります。これを2分以内で終了するのが理想です。

冷水に2時間つけ置きすると ふっくらおいしいお米に

洗米後、冷水に2時間つけ置きします。浸漬して米にしっかりと吸水させ、冷水から加熱することでゆるやかな温度上昇により、お米のおいしさを引き出すことができます。

お米をおいしく炊くためのコツ



新米の ギモン

新米は水分が多いと言われるそうですがそうではありません。お米は収穫後、保存が利くように乾燥させており、保存状態が良ければ数値が極端に下がることはありません。一方で新米の組織は古米に比べて硬化していないので、通常の水加減だと軟らかくなることはあります。ただ、近年は新米だから柔らかいとは限りません。その原因の1つが猛暑です。あまりに暑いと米粒のでんぷんが充実しないため、弾力性がなくなります。そのため新米であってもじっくりと時間をかけて水を浸透させないと、ふっくらと仕上がらないのです。

SPOT LIGHT -スポットライト-



SERVAL COFFEE
サーバルコーヒー

牛すじカレー
1,000円(税込)



北村支所 金融課：中田編集担当

じっくり煮込んだ牛すじが口の中でほろほろととろけます。程よい辛さがクセになる一皿でした!

おいしいコーヒーと軽食、そしてアートや雑貨に癒されるひとときを、「SERVAL COFFEE」で過ごしてみませんか?

こだわりのコーヒーと地元食材の味を楽しめる「SERVAL COFFEE」をご紹介します。

このお店では、ハンドドリップで丁寧にいれた6種類のコーヒーと、パスタやピザトーストなどの軽食、ワッフルやケーキなどのスイーツが楽しめます。

1番人気は、牛すじと野菜をじっくり煮込んだ「牛すじカレー」。季節限定メニューもあり、訪れるたびに新しい味に出会えます。

食材は岩見沢産にこだわり、ミニサラダのトマトはJAいわみざわの「もぎたて市」から仕入れた新鮮なもの。店頭ではコーヒー豆の販売もしており、自宅でも本格的な味が楽しめます。

店内では、不定期で絵画などの作品展が開催されるほか、地元作家による雑貨も販売されており、可愛い空間でゆったりとした時間を過ごせます。



営業時間 11:00~19:00
定休日 日曜日
住所 岩見沢市3条西4丁目8番
第2ビル1F
電話 090-5987-0135(予約可)
駐車場 有(であえーる駐車場)
ご利用で1時間無料



JAいわみざわ公式アプリで「SERVAL COFFEE」のコーヒー100円引きクーポンを配布中!

使用期限:令和7年9月20日(土)まで

※コーヒーを注文の方のみ、1杯あたり100円引きとさせていただきます。(テイクアウト可)
※お会計時にクーポンの画面を提示してください。
※ご利用は1回のみ。

公式アプリのインストールはこちら!



JAいわみざわホクレンSS お申し込み受付期間 **12.31** 日まで
お家も家計もあつたか
キャンペーン

新規ご契約のお客様
3コースの中からおひとつ選べます!

Aコース 灯油定期配送価格により 10円/ℓ引き! 初回配送から 令和8年4月30日まで	Bコース BOXティッシュ 60箱+ 灯油定期配送価格により 5円/ℓ引き! 初回配送から 令和8年4月30日まで	Cコース ホクレンSSポイント 3,000pt+ 灯油定期配送価格により 5円/ℓ引き! 初回配送から 令和8年4月30日まで
--	---	---

さらに
おトク **65歳以上の方は** さらに **1円/ℓ引き!**

※お問い合わせ・お申し込みは
 石油配送センター(☎0126-20-2208)または各給油所まで

JAいわみざわ水稲部会 **稲わらの無償提供**

無償提供期間 9月20日(土)~23日(火)

のご案内!

水稲部会では環境と調和したクリーン農業を推進しており、今年も岩見沢市内1カ所(図参照)で、稲わらの無償提供を実施します。
 稲わら堆肥、ベットの敷きわら、稲わらマルチ等、使い道いろいろの稲わらをご希望の方は、この機会をぜひご利用ください!!



「情熱米」ののぼりが目印!
 ※私有地に付き、提供期間以外の立ち入りはご遠慮ください。
 ※なくなり次第終了いたします。

※お問い合わせは販売促進部門(☎0126-22-0435)まで

知って納得JA 一協同組合のカー

Q JAがさまざまな事業を行うのはなぜ?
A 農家が安心して農業に専念できるよう、暮らしの基盤を支えるためです。

日本の農業の大部分は家族経営で支えられています。農家は、所有する土地や農機具、家族の労働力などを使って農作物を作り、販売して収入を得ます。これらの収入の一部を家計に回して生活必需品を購入するほか、貯蓄したり共済に加入したりしています。

JAは、組合員である農家が安心して農業に専念し、所得を向上させて豊かな暮らしを実現できるよう、多様な事業で支援しています。これらの事業は組合員以外も利用ができ、地域住民の生活を支えています。

毛陽・万美 紅葉祭り

日時:10月12日(日) 10:00~15:00
 場所:毛陽交流センター駐車場
 (岩見沢市毛陽町534-11)

地元野菜・果物などの直売はもちろん、ステージでは多数のイベントをご用意して、みなさまのご来場をお待ちしております。

※お問い合わせはMO-connect 長坂さん(☎090-8630-2156)まで

? クロスワード ?

新米ななつぼし 5kg

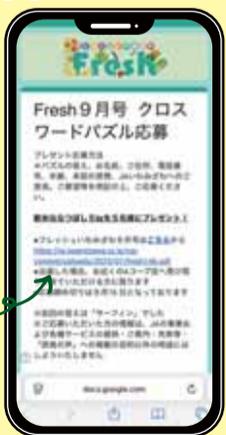
を5名様にプレゼント!
 JAいわみざわ公式アプリから
 応募いただくと当選確率UP!

JAいわみざわ公式アプリから応募できます!
 当選通知もアプリで受け取れます



①「クロスワードパズルのご応募はこちらから」をタップ!

②画面に表示される質問事項に情報を入力し、送信をタップすれば応募完了!



ヨコのカギ

- ① 香り高い高級キノコ
- ② 環境問題に世界 _____ で取り組む
- ③ のどの _____ を覚えて水分を取った
- ④ 財布やスマホを入れます
- ⑤ 表ではありません
- ⑦ レインボートラウトとも呼ばれる魚
- ⑩ 古代人は木の棒と板をすり合わせて行いました
- ⑫ 命を持つもののこと
- ⑭ バンガローやロッジより設備が充実しています
- ⑯ 港を示す地図記号はこの形
- ⑰ 富有、次郎、市田といえは
- ⑲ 地震のときに感じるもの

タテのカギ

- ① たき火やかまどにくべるもの
- ③ 葛根湯(かっこんとう)は _____ の薬
- ⑥ 建物や壁に囲まれた小さな庭
- ⑧ 土の中で「ジーツー」と鳴く虫
- ⑨ 印刷ではなく _____ のサイン
- ⑪ 将棋の駒で、表側に動物を表わす漢字が入っているもの
- ⑬ _____ 心と秋の空?それとも女心?
- ⑮ 海水と淡水が混じり合っている湖
- ⑰ アヒルの原種です
- ⑲ 勾玉(まがたま)のよう形状をした _____
- ⑳ パンダが好きな遊びの1つ。落ちない心配
- ㉑ 近頃はセルフで済ませられるスーパーも増えました

二重マスの文字をA~Fの順に並べてできる言葉は何でしょうか?

1	6		11		17	20
		D				
2			12	15		E
	7	9			A	
3				16	18	
			10	13		
4	8				19	21
	B					
5			14			C

プレゼント応募方法

☆パズルの答え、ご住所、お名前、電話番号、年齢、本紙の感想、JAいわみざわへのご意見・ご要望等を明記の上、ご応募ください。
 ☎068-0058 岩見沢市桜木1条1丁目1番地
 JAいわみざわ「フレッシュクイズ」係
 Eメール: info@ja-iwamizawa.or.jp
 ●アプリからも応募できます。
 ●アプリから応募いただき、当選された方には、9月19日午前10時に当選通知をいたします。(当選者のみ通知をいたします)
 ●お近くのAコープ店サービスカウンターでも受け付けています。
 ●当選した場合、お近くのAコープ店へ受け取りに来ていただける方に限ります。
 ●応募締め切りは、9月16日(当日消印有効)
 ※前号の答えは「サーフィン」でした。
 ※ご応募いただいた方の情報は、JAの事業および各種サービスの提供・ご案内・充実等の目的以外の用途には使用いたしません。

JAいわみざわ公式アプリのインストールはこちらから!



2025年9月6日発行 ☎068-0058 岩見沢市桜木1条1丁目1番地
 発行/いわみざわ農業協同組合 ☎0126-25-2211
 ホームページ: https://ja-iwamizawa.or.jp
 e-mail: info@ja-iwamizawa.or.jp