きらめき

ＪＡ京都中央女性部だより
【Vol.7】2023/8/1 発行

島守 敏子 淀支店女性部長より メッセージをいただきました

梅雨が明けて祇園祭のコンチキチンの音色が聞こえてくると京都に暑い夏がやってきます。
淀支店女性部は６月の日帰り旅行に11名参加させていただきました。今後の予定として、９月に生活教室（スマホ立て作り）、11月には家の光大会で大正琴の演奏を披露いたします。
少しずつですが、活動をしています。暑さ厳しき折、熱中症に気をつけて夏を乗り越えましょう！

各支部の活動について（６月～７月）

✿過去の活動報告✿

神　足；	サークル活動（ウエルネスダーツ・パッチワーク・健康体操）
乙　訓；	役員会（7/4）
海印寺；	役員会（7/20）、サークル活動（体操・絵手紙）
大山崎；	文化サークル(7/11)、サークル活動（生け花）
大原野；	「え⁉ 今頃ひまわり大原野」種まき作業（7/22）・苗植え作業（7/29）
羽束師；	陽気妃体操(7/11)
洛　南；	味覚友の会(東華菜館、7/6)、役員・支部長会（7/18）
向　島；	役員会（6/26、7/4）

✿今後の活動予定✿

※予定は状況により変更となる場合があります

神　足	月２回程;サークル活動(ウエルネスダーツ・健康体操・パッチワーク)
乙　訓	役員会(8/1)、料理教室（押し寿司等、9/25・26）
海印寺	サークル活動(カラオケ、8/2・絵手紙、9/11)
大山崎	サークル活動（生け花）
大原野	親睦食事会(亀岡市「がんこ」、8/2)
淀	役員会(9/7)、生活教室（スマホ立て作成、9/27）
洛　南	社会見学（9月）、サークル活動(気功、第2・4火曜日)
向　島	料理教室（8/30）
岩　倉	サークル活動(健康教室、8/8・コーラス、8/29)

女性部本部の行事；11月8日、家の光大会（京都 テルサ）

ご応募お待ちしています。応募用紙は支店にございます。

洛南支部の活動をPick UP

洛南支店女性部は今年度役員改選があり、新たな顔ぶれでスタート。総会を終えて部員みんなが参加したくなるような行事を考えています。

去る７月６日には味覚友の会に参加しました。行き先を考える際には、普段行かない（行けない？）ようなたくさんのお店が候補に挙がりなかなか決められず…。

その中から今回は四条にある北京料理『東華菜館』へ行きました。東華菜館は今も活躍する日本最古のエレベーターがあります。そんな歴史あるお店の雰囲気も味わいながら参加者41名で楽しい会食のスタートです。普段は食べる機会が少ない料理が振る舞われ、部員みんなで和気あいあいとお料理を楽しみました。

最後にはお店からのご好意で予定にはなかった北京ダックをいただき思い出に残る会となりました。

これから更に暑くなる季節。仕事に家事に前向きに取り組んでいきましょう！　　城内維子支部長・談

JA京都中央女性部親睦日帰り旅行　～～滋賀県～～

６月３０日（金）女性部本部主催の親睦日帰り旅行を実施しました。今年は滋賀県のローザンベリー多和田・ラコリーナ・めんたいパークに行ってきました。
101名の部員の参加があり、賑やかに交流を深められました。楽しみの昼食は「三大牛食べ放題」と題し、近江牛・飛騨牛・松阪牛をたらふく戴く予定でしたが、学生の頃ではないんでそんなに食べられないよぉ～（笑）
でも、久しぶりに多くの部員が集い、楽しい旅行ができて良かったです。
次回は、もう少しゆっくりとした行程を組みますネ。

料理レシピ

『きゅうりと切干大根のゆかり和え・キウイとブルーベリーの甘酒ヨーグルト』

右記の料理教室でのレシピを2品ご紹介します。

ホントに簡単に作れますよ。お試しあれ！

キウイはもっと細かく切って下さいねぇ

材料（2人分）

- きゅうり：1/2本（50g）　ハサミで細めの乱切り
- 切干大根（乾燥）：5g　さっと水洗いする
- すし酢・小さじ：1
- ゆかりふりかけ：小さじ1/3（1g）

- キウイフルーツ：1/2個
- ブルーベリー（生または冷凍）：30g
- プレーンヨーグルト：160g
- 甘酒（2倍濃縮タイプ）：大さじ2（30ml）　ストレートタイプなら大さじ4（60ml）

作り方

（1）ポリ袋にきゅうりをハサミで長めの乱切りにして入れ、切干し大根も3cmに切って加える。
（2）すし酢、ゆかりふりかけを加えてもみ、袋の空気を抜いて10分以上置いておく。

（1）器にプレーンヨーグルトを入れ、甘酒を加える。
（2）1に細かく切ったキウイフルーツとブルーベリーをのせる。

料理教室を開催しました

7月13日（向日会場）と18日（岩倉会場）に支店調理室を使用し、野菜ソムリエ上級プロの西村秋保先生をお招きし、「時短でできる手軽な料理」と題して料理教室を開催しました。45名の部員の方が参加されました。

向日会場

西村先生

全員お揃いの「笑味ちゃんエプロン」をしています。

岩倉会場

みんなで作った5品

部員１人１声運動 実施中

★加入特典★　新規加入者とご紹介者様にオリジナル「エコバック」プレゼント中

おたよりやご感想をお待ちしています

発　行：JA京都中央女性部事務局
住　所：〒617-0826
京都府長岡京市開田4-14-8
電　話：075-955-8571
ＦＡＸ：075-955-3491
メール：info@kyo-ja.com
Ｈ　Ｐ：https://kyo-ja.com