

# つなぐ

— JJAとわたし —



2021.10 vol.4

自家製のパイ生地でリンゴ半玉を贅沢に包んだ「ビッグアップル」。  
米粉パン工房「姫の穂」にて販売。1個 280円(税込)。



## 「姫の穂」のこだわり\*

- むなかた産米100%でできた米粉を使用
- むなかた産の農・海産物や、地元企業の商品を積極的に使用
- 理想の米粉を求め、熊本県で製粉
- 塩やバターなど、調味料も良質なものを使用

### こだわりが詰まった商品の一部をご紹介します!!

人気米粉はサンリブ  
くりえいと宗像店でも  
販売しています!

グルテンを  
18%含みます。

菓子用 250g 180円

パン用 500g 360円

グルテン  
不使用

※店舗により価格が異なる場合がございます。

8ページで紹介しています!

地元企業  
「海千」の  
明太子

リピーター  
続出!!

明太フランス  
250円

JAむなかたテンペ大豆  
加工グループが作る

むなかた産  
大豆100%の  
きなこ

きなことあんこの食パン  
380円 など

「テンペ」とは  
蒸した大豆をテンペ菌で発酵させ  
たインドネシア由来の食品です。

玄界灘で  
獲れた  
新鮮な魚

魚のサンド 350円

タイ・サワラなど、季節によって  
魚の種類が異なります。旬の味  
をお楽しみください。

むなかた産の  
たまご

焼きドーナツ  
350円 など

農協  
牛乳

なめらかプリン  
200円 など

地元の  
農産物

トマトピザ  
240円

いちじくの焼きドーナツ  
380円 など

※価格はすべて税込です。

太陽と風の恵みだけで結  
晶化させ、手作業で収穫さ  
れる海塩です。

本場フランスの  
逸品をフランスパン  
生地に使用

よつ葉バター

北海道産の生乳からつくら  
れた贅沢な味わいが楽し  
めるバターです。

ゲランドの塩

※「姫の穂」の米粉パンは、グルテンフリーではございません。  
小麦アレルギーをお持ちの方は、ご注意ください。

## 准組さん必見

第2弾

# JAむなかたの手引き

前号の「つなぐ」vol.3に引き続き、JAむなかたの施設についてご紹介します。

今回は、米粉パン工房「姫の穂」とお米パール店。これらの施設を利用いただく

ことは、地産地消につながります。どんどん利用して、地域農業を応援しましょう!

## JAだからできること!

● 収穫している「姫の穂」専用トマトを使用

● JAむなかたいちご部会が誇る「博多あまおう」を買取り、「あまおうスムージー」として販売

● JAむなかたが、むなかた管内で栽培した安全・安心な農産物を使用

● JAふくおか八女の抹茶を使うなど、他JAとも連携した“県産県消”への取り組み

※部会：JAむなかたに農産物を出荷している農家(正組員)の集まりのこと。

## 姫の穂

お米の消費  
量拡大を目指し  
てオープンした  
「姫の穂」では、  
むなかた産米

100%でできた米粉でパンをつくり販売しています。

安全・安心にこだわることが「姫の穂」のこだわり。そのこだわりをぜひ、見て!食べて!感じてみてください。



※「姫の穂」の米粉パンは、グルテンフリーではございません。小麦アレルギーをお持ちの方は、ご注意ください。

## 米粉の魅力

### ★ヘルシー

小麦粉に比べて油の吸収率が低いので、揚げ物に使うとサクッとヘルシーに仕上がります。



### ★アミノ酸バランス◎

身体に必要なアミノ酸をバランスよく含み、アミノ酸スコアは小麦が41なのに対し、お米は65と高いんです。

### ★いろんなメニューに利用できる

パンやお菓子、揚げ物、スープなどに幅広く使え、いろんな食感が楽しめます。

米粉パンはしっとり&もちもち食感で、生地そのものの甘味が楽しめます!



### ★栄養満点

お米と栄養価が変わらず、ビタミンB1やE、たんぱく質が含まれています。



## ここでも買えます!

●JA農産物直売所「ほたるの里」

- JA福岡支店 毎週木曜日
- JA津屋崎支店 第1・3月曜日
- 宗像市役所 毎週金曜日

10時頃に  
焼きたてパンが  
到着します♪  
(市役所は12時頃です。)



米粉パン工房「姫の穂」

所)宗像市江口1172

☎)34-6200

営)9:00~17:00

※パンが無くなり次第閉店。

休)毎月第4月曜日・盆・年末年始

※道の駅むなかたに準ずる。



## むなかた産のお米



県産ではなくむなかた産だから、より安全・安心♡

JAむなかたは「美味しいむなかた産米は良質な土作りから」を合言葉に、高品質米の生産に取り組む農家(正組合員)を積極的に支援しています。

さまざまな品種を取り揃えておりますので、ぜひお気に入りを見つけてみてくださいね♪

むなかたの里  
ひのひかり



お米友の会  
会員限定  
会員特別価格 1,750円  
より多くの方に食べていただくために特別価格でお届け。

ひのひかり



定価2,150円  
組合員価格 1,850円  
甘み・コシ・粘りが強く、上質な食味。

ひのひかり  
無洗米



定価2,250円  
組合員価格 1,950円  
洗う必要がないため、手間が省ける。

金賞健康米  
ひのひかり



定価2,260円  
組合員価格 1,960円  
新しい方法で精米したもので、白米よりも栄養価が高い。

夢つくし



定価2,300円  
組合員価格 2,000円  
艶と粘りがあり、もちもち食感が味わえる。

こしひかり



定価2,300円  
組合員価格 2,000円  
艶があり、粘り・甘み・香りなどの食味バランスが優れている。

元気つくし



定価2,330円  
組合員価格 2,030円  
艶と粘りがあり、冷めても食味を維持。

つくしろまん



定価2,300円  
希少品種  
組合員価格 2,100円  
艶と粘りがあり、やわらかい。  
※組合員価格はございません。

ミルクークイーン



定価 2,900円  
希少品種  
もち米のようなもちもち食感と甘みが際立つ。  
※割引対象外。

※すべて5kgの税込価格です。  
※価格は2021年8月末時点のものです。新米入荷に伴い、変更となる場合がございます。

## ここでも買えます!

- JA農産物直売所「ほたるの里」
- 道の駅むなかた
- とれとれプラザかのこの里
- ふれあい広場ふくま
- あんずの里市
- サンリブくりえいと宗像店

※店舗により、お取り扱いのない品種もございます。  
※「お米友の会」のポイント付与や組合員及び会員価格適用は、お米パール店でご購入いただいた方が対象となります。



お米パール店  
所)宗像市東郷四丁目4-5  
☎)37-3171 FAX)37-3006  
フリーダイヤル)0120-80-3171  
営)9:00~17:00  
休)毎週日曜日・祝日・  
年末年始・3月末



## カントリーエレベーターを知っていますか?

現在、宗像市光岡に「宗像カントリーエレベーター」を建設しています。カントリーエレベーターとは、農家(正組合員)が収穫した米・麦・大豆を持ち込む施設で、乾燥・調製・貯蔵から出荷までを行います。2022年5月から稼働を始める予定です。完成をお楽しみに♪



HPで米や大豆ができるまでの工程を紹介しています♪



## お米パール店

日本人の主食であるお米。皆さんは毎日しっかり食べていますか?  
ここでは、むなかた管内の農家(正組合員)の皆さんが丹精込めて作ったお米を販売する「お米パール店」をご紹介します。お得な情報もありますので、お見逃しなく!

## 知って得する! パール情報

### 常に300円引き!

准組合員の皆さんは、組合員特典として、お米を定価から300円引きの“組合員価格”でお買い求めいただくことができます。  
※一部、割引対象外の商品もございます。

### おいしいお米の配達料が無料!

お米は重たくて運ぶのが大変ですよね。そんなお米が欲しい時にご自宅に届いたら、とっても便利で楽だと思いませんか?  
お米パール店は、むなかた産のおいしいお米を無料でご自宅やお勤め先までお届けします!! 1袋(2kg)から配達可能&定期購入でなくてもOK!  
ご注文は、お電話・WEB・FAXから承ります。お気軽にご注文ください♪  
※配達には宗像市・福津市内のみとさせていただきます。



### ご購入時に精米

店内でご購入いただいた玄米を、お好みに合わせて精米することができます。最近では、健康志向の高まりで5分づきや7分づきが人気!お気軽にお申し付けください♪  
※持ち込みの精米はできません。

### ご注文受付時間

平日……8:45~17:00  
土曜日…8:45~15:30

※ご注文は、配達ご希望日の前日までをお願いいたします。  
※WEB・FAXでのご注文は、24時間365日承っております。

### 配達時間

平日……9:30~16:30  
土曜日…9:30~16:30



会員数約3,000人!

## お米友の会

新規会員大募集!!



お米友の会にご入会いただくと、お米1袋ご購入につき1ポイント(シール1枚)が貯まり、10・20・30ポイントで各ポイントに応じたお好きな賞品がもらえます♪入会費・年会費は無料!ぜひこの機会にご入会下さい。

ポイント(シール)を貯めて賞品をGETしよう!



### 10ポイント

- みそ(800g)  
※合わせ・米・麦のいずれか。
- ジャム(140g。いちじくは200g)  
※あまおう・いちじく・とまとのいずれか。
- もち麦(12袋入) など



### 20ポイント

- お米(2kg)
- 醤油(1ℓ) など



### 30ポイント

- JA共通商品券(1,000円分)
- 純米酒(720ml) など





**LINE** **登録無料**  
ご登録は **コチラ**

イベント情報を中心に配信しています。  
登録者数は2200人超え!!

**facebook** **登録無料**  
ご登録は **コチラ**



なかなか見ることのできない選果中の動画や、  
イベント情報などを配信しています。

**ホームページ**  
JAむなかた で検索、  
もしくはQRコードからアクセス!



管内の農産物に関することや広報誌のバックナ  
ンバーなど、さまざまな情報を掲載しています。

**ふるさと納税**  
お任せ野菜 偶数月 11~12月 送料110円

ふるさと納税の返礼品として、農産物やお  
米などを各サイトに出品しています。

宗像市や福津市に納税して、JAむなかた  
の返礼品を受け取りませんか?

お問い合わせ…パッケージセンター  
☎36-4120

※お住まいの自治体に納税しても、返礼品を受け取  
ることはできません。宗像市在住の方は福津市へ、  
福津市在住の方は宗像市へ納税することをお勧め  
いたします。

**参加費 無料**  
**ご予約制 (先着順)**  
**年金相談会**  
のお知らせ

社会保険労務士の先生が、年金に関す  
るさまざまなご質問に面談形式でお答え  
します。

「年金はいつ請求すれば良いの?」「手続き方法は?」  
「いつからどのくらい受け取れるの?」など、何でもお気軽  
にご相談ください。

2021年	
●10月10日(日)……	上西郷支店
●10月30日(土)……	福間・津屋崎支店
●11月13日(土)……	東郷支店
●12月11日(土)……	南郷支店

9:00  
17:00  
※お一人様 30分程度。

2022年	
●1月22日(土)……	上西郷支店
●2月19日(土)……	赤間・河東・福間・津屋崎・田島支店

※新型コロナウイルスの影響により中止させていただく場  
合がございます。中止の場合は、ご予約いただいた方へ  
個別にご連絡いたします。

★お問い合わせ…推進企画課 ☎36-4456  
または各支店

家族の夢を応援します!  
ジャックス保証型 **マイホーム優遇**

**フリーローン**  
年 **4.0%** 保証料込

住宅所有の方または  
その同居親族の方 **特別金利**

金利有効期間  
2021年 4月1日(木) ▶ 2022年 3月31日(木)

融資期間  
6か月以上 10年以内 (1か月単位)

ご融資金額 <b>500</b> 万円以内	おまとめ 借り換え <b>可能</b>	お使いみち <b>自由!</b>
-----------------------------	---------------------------	---------------------

※申込年齢満 20 歳以上、完済時年齢 75 歳以下。  
※事業性資金は除きます。

詳細につきましては、下記までお問い合わせください。

★お問い合わせ…融資課 ☎36-4456  
または各支店

**農業まつり2021**  
**中止のお知らせ**

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、11月  
に開催を予定しておりました「農業まつり2021」  
を中止とさせていただくことになりました。

ご来場を楽しみにしていただいていた皆さまに  
は残念なお知らせとなりますが、皆さまの健康と安  
全を最優先に考えた上での対応でございますの  
で、何卒ご理解の程よろしく願いたします。

まいまいちゃん わがまちくん

今年は残念ながら中止となってしま  
いましたが、また来年、  
再来年と皆さまに  
楽しんでいただける  
ような農業まつりを  
企画いたします!

**定期貯金 スマイル** 取扱期間 2021年9月1日(水)~12月30日(木)

お気軽にご来店ください! **組合員またはご加入いただける方**

金利(税引前) **0.12%**  
預入期間 1年間  
預入金額 50万円~  
組合員以外の方:金利0.1%(税引前)

比べてみると、お利息に大きな差が!  
100万円を1年間お預け入れの場合  
キャンペーン金利 0.12% だと、  
**1,200円(税引前)**  
店頭金利0.002%  
(変動する場合もございます)の  
**60倍!!**

※組合員へのご加入は、契約時に同時加入お手続き  
ができます。  
※既に当JAにお預けいただいている他の貯金から  
のお預け替えはできません。

★お問い合わせ…推進企画課 ☎36-4456 または各支店

**JAむなかた 優遇プログラム** が始まります!

2021年10月25日(月)より、JAキャッシュ  
カードなどによるコンビニ(セブン銀行、イーネット、  
ローソン銀行)、ゆうちょ銀行のATMご利用手  
数料が変更になります。  
※ローンカードを使用した出金取引も対象です。

これに伴い、JAむなかたのお取引内容に  
よって**手数料が一定回数無料になるサービス「JA  
むなかた優遇プログラム」を開始**します。詳細  
につきましては、折込チラシをご確認ください。

JAバンクATMの  
ご利用手数料は、  
これまでどおり  
土・日も終日無料です!!

JAむなかたのATMは、  
管内10か所に  
設置しておりますので、  
ぜひご利用ください!

※JAむなかた優遇プログラムは、JAむなかたとお取引のある個人すべて  
の方が対象です。  
※直売所などに設置している「つなぐ」には折込がございません。最寄りの  
支店にてご確認ください。



旬を楽しむ♪かんたんクッキング



# 米粉でつくる チーズチヂミ



- 1 ニラは3cmほどの長さに切り、タマネギはスライス、ニンジンは千切りにする。たれの材料を混ぜ合わせる。
- 2 ボウルに卵を溶いてAを入れ、よく混ぜ合わせたらニラ、タマネギ、ニンジン、チーズを加え混ぜる。
- 3 フライパンでごま油を温め、生地を入れる。中火で全体が固まり焼き色が付いたら裏返し、両面を焼く。
- 4 食べやすい大きさに切り、器に盛る。

材料(2~3人分)

菓子用米粉を  
使いました♪

- ニラ.....1/3束
- タマネギ...1/2個
- ニンジン...1/4個
- 卵.....1個
- ピザ用チーズ...40g
- ごま油.....大さじ1

- A
- 米粉.....80g
  - 片栗粉...20g
  - 水.....100ml
  - 塩.....小さじ1/2



- たれ
- 酢.....大さじ2
  - しょうゆ...大さじ2
  - はちみつ...小さじ1
  - いりごま...小さじ2



※写真は9等分したうちの5枚です。



★正解者の中から抽選で  
プレゼント!

## プレゼントクイズ

**A** JA共通商品券  
2,000円分

5名様



商品券が使えるところ

- 米粉パン工房「姫の穂」
- お米パール店
- 農産物直売所「ほたるの里」
- グリーンセンター全店
- JA-SS(給油所)全店
- 農機センター

※お釣りは出ませんので、ご注意ください。



米粉の工房「姫の穂」だと  
こんなに買えます♪

※お釣りが出ないよう2,300円  
程度の詰め合わせにしています。

問題

お米パール店の●●●●●に入会すると  
ポイントが貯まり、賞品がもらえます。  
●に入る言葉は何でしょう?

応募  
方法

ハガキに以下の内容をご記入の上ご応募ください。  
専用応募フォームからもご応募いただけます。  
①クイズの答え ②ご希望の賞品(いずれか1つ)  
③住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥電話番号  
⑦本誌やJAむなかたに対するご意見・ご感想など

専用応募フォームからのご応募はコチラ▶



**B** 金賞健康米 5kg

5名様



むなかた産米「ひのひかり」  
を新しい方法で精米したも  
ので、白米よりも栄養価が  
高いのが特徴のお米です。



宛先

〒811-3436  
宗像市東郷四丁目3-1  
JAむなかた「つなぐ」係



■応募締切/10月31日(日) 当日消印有効

※当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。  
また、賞品は担当部署よりお届けいたします。  
※個人情報厳重に管理し、賞品の発送以外の目的では使用しません。

つなぐ

vol.4  
2021年10月発行

発行/宗像農業協同組合(JAむなかた) 経営企画部 企画広報課  
〒811-3436 福岡県宗像市東郷四丁目3-1  
TEL 0940-36-4110 FAX 0940-37-3003  
HPはコチラ▶  
HP <https://www.ja-munakata.or.jp>



JAむなかたは、「べじたふる」や  
「すいとろ」も発行しています。  
管内の農産物直売所やコミュ  
ニティセンター、宗像ユリッ  
クスなどに置いています。

