

# つなぐ

— J A と わ た し —




2022.10 vol.6

秋限定「きなこホイップシフォン」(右)「抹茶ホイップシフォン」(左)。  
米粉パン工房「姫の穂」にて販売。1個250円(税込)。

## 米粉の**7**変化!

### 米粉ひとつで食感いろいろ

もちもち感：パン・麺 など  
サクサク感：天ぷら・唐揚げ など  
とろとろ感：シチュー・スープ など  
ほろほろ感：クッキー など  
ふわふわ感：ケーキ など

 米粉には無限の可能性があるんだね!

### 米粉の主な活用方法

- ①菓子・料理用  
シフォンケーキ・クッキー・天ぷら・お好み焼き・唐揚げ・スープのトロみつけ など
- ②パン用  
パン全般 
- ③麺用     
うどん・ラーメン・パスタ・ビーフン など

## むなかた産の米粉

JAむなかたは、お米の消費拡大に向けて米粉パン工房「姫の穂」を運営しています。「姫の穂」が使う米粉は、むなかた産米100%。安全・安心にこだわり、パンや焼き菓子など約60種類の商品を製造、販売しています。

米粉は家庭用としても販売中。むなかた産の米粉で、いろんなものを作ってみてはいかがですか？

※「姫の穂」の商品は、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。

### 販売場所

姫の穂・はたるの里・サンリブくりえいと宗像店  
・楽天市場（ネット通販） など



### 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。



### お米パール店

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

グルテンも18%  
含まれます。



パン用 500g  
360円(税込)

グルテン不使用。  
料理用としても  
使えます。



菓子用 250g  
180円(税込)

※店舗により価格が異なる場合がございます。

## 食欲の**秋!** 新米の**秋!**

ここまで米粉についてご紹介してきましたが、新米の時期ということもお忘れなく!おいしいむなかた産米は、ぜひお米パール店にてお買い求めください☆

### お米パール店の**知っ得**情報♪

- 常に300円引き  
准組合員の皆さんは、組合員価格でお買い求めいただけます(一部、対象外あり)。
- 配達無料  
1袋(2kg)からOK!ご注文は電話・WEB・FAXから承ります(宗像市・福津市内のみ)。
- お米友の会  
ポイントを集めると、ステキな賞品がもらえます。入会費・年会費は無料!

＼ご登録はこちら／



詳しくは、お米パール店までお問合わせください。

# 新発見の**米粉の魅力**

いま、日本で“第2次米粉ブーム”が巻き起こっているのを知っていますか？  
米粉用米の開発などによって、レベルアップした米粉。いまや「米粉でも」ではなく「米粉だから」と魅力が見直されているんです。

この記事を読めば、きっとあなたも米粉のトリコになりますよ♪

米粉の魅力を  
たくさん紹介します!



## 第2次米粉ブーム?

奈良時代から和菓子などに使われていたという米粉ですが、2009年に利用拡大を図る法律が施行されたことで、初のブームが起きました。しかし、パンが膨らまないなどの課題があり、需要は一時停滞。その後、米粉用米の開発や粉砕技術の向上が進み、「もちもちしておいしい」などと評価されるようになりました。

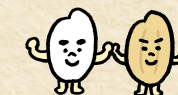
そして2017年、農林水産省は普及に向けて「米粉の用途別基準」を定め、消費者が目的に応じて選べるよう「菓子・料理用」など3種に分類して示すようにしました。そこから“第2次米粉ブーム”に突入し、昨今の小麦の値上がりによってさらに注目を集めることとなりました。



## 米粉はとってもステキな粉

米粉にはステキなポイントがたくさん。その一部をご紹介します。

ボクたちステキな  
米粉になります!



### 国産で安全・安心

国内消費の約9割が外国産である小麦粉に対し、米粉は9割以上が国産。品質・価格・供給が安定し、食料自給率の向上にもつながります。

### アミノ酸バランス◎

身体に必要なアミノ酸がバランスよく含まれています。  
〈アミノ酸スコア〉小麦：41 お米：65

### ヘルシー

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

### 栄養満点

お米と栄養価が変わらず、ビタミンB1やたんぱく質などが含まれています。

### いろんな料理に利用できる

パンやお菓子、揚げ物、スープなど幅広く利用でき、いろんな食感が楽しめます。

### ダマになりにくい

ダマになりにくいいため、ふるいにかける手間が省けます。

## 各種相談会のご案内

JAむなかたでは、下記のとおりさまざまな相談会を実施しています。ご相談はもちろん無料！どなたでもご参加いただけます♪

「どこに相談したら良いかわからない」というときには、まずは各支店へお越しください！

- ①相談できること ②頻度 ③場所 ④参加方法 ⑤今後の予定 ⑥お問合わせ先

### 法律相談会

〈顧問弁護士が対応〉

- ①不動産賃貸借・各種契約におけるトラブル など
- ②2か月に1回（偶数月）
- ③本店
- ④電話で事前予約
- ⑤10月14日（金）・12月16日（金）・2023年2月17日（金）
- ⑥開発相談課 ☎36-4456



### 相続相談会

〈顧問税理士が対応〉

- ①相続・遺言 など
- ②2か月に1回（奇数月）
- ③本店
- ④電話で事前予約
- ⑤11月18日（金）  
※2023年1月以降の開催日は、JA広報誌「べじたふる」にてお知らせいたします。
- ⑥開発相談課 ☎36-4456



### 税務相談会

〈派遣税理士が対応〉

- ①所得税や相続税など、税に関すること全般
- ②毎月4回
- ③本店・福間支店・津屋崎支店・田島支店
- ④先着順（予約不要）
- ⑤10月11日（火）福間支店・17日（月）本店・20日（木）津屋崎支店・25日（火）田島支店
- ⑥営農企画課 ☎36-2374



### 年金相談会

〈社会保険労務士が対応〉

- ①年金に関すること全般
- ②各支店、年2回程度
- ③本店・各支店
- ④電話で事前予約
- ⑤10月15日（土）本店・11月12日（土）東郷支店  
※2023年1月以降の開催日は、JAむなかたHPにてご確認ください。
- ⑥本店（推進企画課 ☎36-4456）または各支店  
※参加をご希望の店舗へご連絡をお願いいたします。



### 葬儀事前相談

〈葬祭ディレクター（職員）が対応〉

- ①葬儀に関すること全般（事前見積含む）
- ②随時
- ③野ぎく会館本館・福津斎場
- ④電話で事前予約
- ⑤随時受付中
- ⑥野ぎく会館 ☎0120-686-300（フリーダイヤル）



### 総合相談コーナー

- ①税務、法務、資産運用など生活に関わること全般（専門外のご相談についても、各機関におつなぎするなどできる限りの対応をいたします）
- ②随時
- ③各支店
- ④各支店にお越しください
- ⑤随時受付中
- ⑥各支店



## JAむなかたに相談するメリットって何？

#### メリット1

部署間の連携や総合相談機能の発揮により“ワンストップ”で相談できる！

#### メリット2

専門的なアドバイスを無料で受けられる！

#### メリット3

野ぎく会館で葬儀をされた際、葬儀後に必要な手続きまで全面的にサポートを受けられる！

#### メリット4

支店での開催が多いため、ご自宅から通いやすい！



お気軽にご相談ください！

## 相談内容をちょっとご紹介

### 相続相談会の場合

昨年父親が亡くなり、母親が父親名義の貯金や不動産などすべての資産を相続したが、母親が亡くなったとき（2次相続）に相続税が発生しそう。相続税の試算額と対策を教えてください。



60代男性



税理士

試算の結果、所有不動産の評価（土地）が高く、相続税は1,000万円以上かかります。まずは、生命共済（保険）の死亡共済金控除などできる対策をしたあと、資産活用を通じた対策などについてご家族で話し合うことをおすすめします。

### 年金相談会の場合

老齢基礎年金を繰上げ受給する際の、デメリットを教えてください。



60代女性



社労士

繰上げ受給をすると年金は減額され、その減額率は一生変わりません。また、受給権の発生後は取消や変更ができない・障害基礎年金や寡婦年金の受給権が発生しない・遺族厚生年金との併給ができないといったデメリットがあります。

このほかにもさまざまなご相談がありますが、その方のおかれる状況により回答も異なります。相談会では、具体的な対策などを個別でご案内いたします。

各種相談会は、正組合員、准組合員、組合員でない方関係なく、多くの方にお役立ていただいています。私たちは、皆さんに寄り添い、一緒に考えます。皆さんのお越しをお待ちしています。



**LINE** 登録無料  
ご登録はコチラ



イベント情報などを配信しています。  
登録者数は2300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**



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。

## クローバー 定期貯金

**取扱期間** 皆さまの明るくハッピーな未来を願って…  
令和4年 **10月3日**月 預入金額 **50万円**～  
～12月30日金 預入期間 **1年間**

組合員またはご加入いただける方 組合員以外の方  
**金利 0.10%** (税引前) 0.08% (税引前)

※出資金額3,000円以上。  
(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。

**50倍お得です!**  
100万円を1年間お預け入れの場合  
キャンペーン金利0.1%では**1,000円**(税引前)  
◎よりそう 店頭金利0.002%(変動する場合もございませ)では**20円**(税引前)

★お問合わせ…推進企画課 ☎36-4456 または各支店

## 無料年金セミナー & 相談会のご案内

10月は、本誌5ページでもご紹介している年金相談  
会に加え、年に一度の年金セミナーも開催いたします。  
社会保険労務士の先生が、皆さんの疑問を解決して  
くれます。ぜひこの機会にご参加ください!

**年金セミナー**  
【日時】10月15日(土) 10:00～12:00  
【場所】JAむなかた本店  
【定員】20名様 (ご質問もお受けいたします!)

**年金相談会**  
【日時】10月15日(土) 13:00～17:00  
【場所】JAむなかた本店  
【定員】8名様 (個別で皆さんの疑問に  
お答えします。)

※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。

★お問合わせ…推進企画課 ☎36-4456

## 農業まつり2022 中止のお知らせ

11月に開催を予定しておりました「農業まつり2022」は、  
新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止させていただ  
くこととなりました。

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お願  
いいたします。

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! お楽しみに♪



## ほたるの里でお買い物しませんか?


対象期間中、農産物直売所「ほたるの里」でのお支払い時に  
JAカードをご利用いただくと、ご利用金額合計の10%相当  
分がポイントで還元されます! 通常の5%割引と合わせると、  
15%もおトクに♪この機会に、ぜひご利用ください!  
※還元ポイントの上限は2,500ポイント(10,000円相当)です。

**対象期間** 2022年10月31日(月)まで  
**還元時期** 2023年1月

いつでもおトク 請求時5%割引! + 期間限定 ご利用金額の10%相当を  
ポイントで還元!

※どちらもJA直売所をご利用の場合に限りです。

「ほたるの里」では、宗像市商工  
会が発行する電子版プレミアム付  
き商品券「むなかたPay」もご利  
用いただけます♪  
[全店共通券] or [中小店専用券]



★JAカードに関するお問合わせ…推進企画課 ☎36-4456

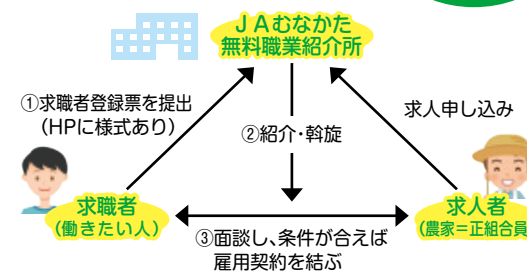
## 農業の現場で働いてみませんか?

農業の現場で働きたい方に「農作業ヘルパー」として登録  
していただき、人手不足で困っているむなかた管内の農家(正  
組合員)へと紹介する「職業紹介事業」を展開しています。  
魅力たっぷりの農作業で、一緒に汗を流しませんか?

**【作業内容】**  
農産物の定植・収穫・管理作業など(農作業未経験の方でも大丈夫!)

**【雇用までの流れ】**  
①JAへ求職者登録票を提出(HPに様式あり)  
②JAが条件の合いそうな求人者(農家)を選定  
③求人者と面談  
④条件が合えば雇用契約を結ぶ

※雇用期間・勤務時間・賃金などは、求人者により異なります。



詳細につきましては、下記までお気軽にお問合わせください!

★お問合わせ…無料職業紹介所(園芸課内) ☎36-2119

旬を楽しむ♪かんたんクッキング



# サクッとおいしい米粉スコーン

## はじめに…

オーブンを  
170℃に予熱しておきましょう！



- 1 アーモンドチョコを粗めに砕く。
- 2 ボウルに米粉、ベーキングパウダー、砂糖をふるい入れ、ゴムベラで良く混ぜ合わせる。
- 3 ②に砕いたチョコ、牛乳、サラダ油を入れ、粉っぽさがなくなるまで混ぜ合わせる。
- 4 厚さ2cmほどの四角を作り、4等分の三角形になるよう切る。クッキングシートを敷いた天板にのせ、170℃のオーブンで焼き色がつくまで15分ほど焼く。

## 材料(4個分)

米粉……………100g  
 ベーキングパウダー……………5g  
 砂糖……………20g  
 アーモンドチョコ……………50g  
 牛乳……………50ml  
 サラダ油……………30g

菓子用米粉を  
使いました♪



※写真は4等分したうちの2個です。



★正解者の中から抽選で  
プレゼント!

## プレゼントクイズ

## PRESENT QUIZ

### 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。



米粉パン工房「姫の穂」が  
こんなに買えますよ!

※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

JAむなかたは、●●●●という強みを活かして、各種無料相談会を実施しています。  
●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(月) 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.6

2022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



送付が不要な方はコチラ▶

JAむなかたは、「へじたふる」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。

