

# 網代だより

## 田植え体験

食農教育の一環として網代小学校3年生の11名の児童の皆さんと6月8日に田植えの勉強会、6月10日に田植えを行いました。6月8日の田植えの勉強会ではお米や田んぼについて学習した後、田植えの練習を行いました。6月10日の田植え体験の当日では田植えの勉強会で習ったように間隔に気を付けて、泥だらけになりながら、一生懸命田植えを行いました。

勉強会の様子



田植え体験の様子



## 女性部活動～絵手紙～

偶数月の第一火曜日に網代支店の2階で糸会手紙を行っています。初回は6月2日に「行いました。コロナウイルスの影響で開催が危ぶまれましたが、無事行うことができました。喜んで絵手紙を作成して行きました。



## 女性部活動～寄植え～

6月12日に網代支店の外で寄植えを行いました。21名の方が参加されました。綺麗な出来上がりでした。



## サマーカーン

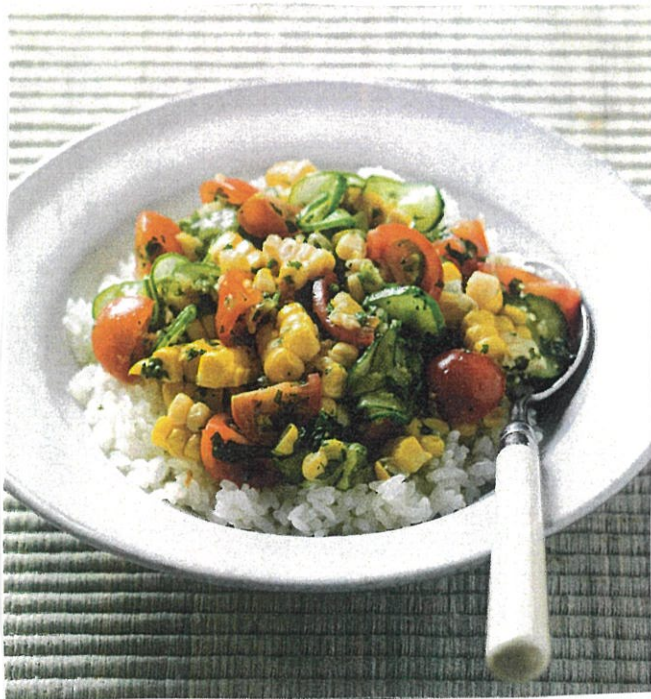
6月29日から8月31日まで定期貯金のキャンペーンが月間1催されます。ご来所規1年ものの、20万円以上、1,000万円までの個人のお客様の金利アップの定期貯金です。詳しくはJAぎふ、網代支店までお問い合わせください。



# 家の光 7月号掲載

## フレッシュサラダ ピラフ

夏野菜をたっぷり使った、  
日本らしいライスサラダ



### 材料 (4人分)

- ・ 温かいご飯 … 2合分
- ・ トウモロコシ … 1本 (250g)
- ・ キュウリ … 2本 (200g)
- ・ ミニトマト … 15個 (200g)
- ・ ハセリ … 20g
- ・ 青ジソ … 10枚
- ・ ニンニク (みじん切り) …  $\frac{1}{2}$  かけ (3g)
- ・ A [ おろしショウガ … 小さじ 1 (6g)  
おろしニンニク … 小さじ  $\frac{1}{2}$  (3g)
- ・ オリーブオイル
- ・ 塩

### 作り方

- ① トウモロコシは半分に切り、芯から実をこそげる。沸騰した湯で約4分ゆでたら、ざるに上げて水けを切る。
- ② キュウリは薄切りにし、塩少々をふり10分おき、水けを切る。
- ③ ミニトマトはハタを切り落とし、縦に4~6等分に切る。ハセリ、青ジソはみじん切りにする。
- ④ Aと①、②、③、オリーブオイル大さじ1、塩小さじ $\frac{1}{2}$ を混ぜ合わせる。
- ⑤ フライパンを強火で十分に熱し、オリーブオイル大さじ1でニンニクとご飯を炒め、塩少々を加え香りが立つまで炒める。
- ⑥ 皿に⑤を盛りつけ、その上に④をのせる。