

## 全地区合同 家の光クッキングフェスタ

11月27日、JA本店で「家の光クッキングフェスタ」を管内の女性部全地区合同で開催し、参加した約90人が出品された全9品の料理を試食しました。

今回は家の光100周年をテーマに、総合家庭雑誌「家の光」に掲載されたレシピを参考に地元の農畜産物を使用した料理を女性部員が考案し、それぞれの支部から持ち寄りました。

地産地消の大切さを実感するとともに、地域を超えた部員間の交流ができました。



出品された料理



支部活動  
浅羽支部

## 減塩って どうすればいいの？

11月29日、袋井市のメロプラザに遠州病院の管理栄養士を招き、健康料理教室を開催しました。

減塩をテーマにみんなで意見交換をした後、味付けを工夫してテーマに沿った料理を作りました。

おしゃべりしながら楽しい時間を過ごし、減塩についてもプロの方から学べる貴重な機会となりました。



当日の調理の様子

このページや女性部に関するお問い合わせ  
営農企画課 ☎0538-36-7014

## SDGsと女性部



### 森町農業小学校

森町女性部は、青年部と女性部合同で地元小学生を対象とした『森町農業小学校』を2025年5月に開校しました。

今回は、エダマメとスイカ、サツマイモの種まきと収穫に挑戦しました。子どもたちは、最初から最後まで責任をもって作物を育てることの大変さだけでなく、野菜の形の良し悪しに関わらず、すべての野菜はおいしく食べられる『食の大切さ』を学びました。



サツマイモの収穫の様子

## 私の女性部エピソード！

絵手紙は、目で見たり触ったりしながら、五感を働かせて描き、子どもからお年寄りまで気軽に楽しむことができます。少しくらい線が曲がっても大丈夫。心を込めて描くことが大切です。描いた絵に合わせて言葉を添えれば、より温かみを感じることができます。

自分で描いた絵手紙を誰かに送ることで、人と人の心をつなぐことができます。日常の生活に楽しみを増やしてみませんか。

### 心をつなぐ絵手紙

4年ほど前から女性部で絵手紙教室の講師として活動しています。絵手紙を始めたのは約18年前、ケアマネージャーとして働いていた時に利用者さんに教えてもらったことがきっかけです。



福田支部  
しましずこ  
嶋 静子さん