

いきいき女性部通信

農業振興課 女性部担当 繁田 美智子



このほど、青森県野辺地町にある「まかど観光ホテル」において青森県家の光大会と女性組織協議会冬期研修会が開催されました。

家の光大会では、JA津軽みらい女性部石川支部の對馬照子さんが、「家の光」との出会いから50年、その中でたくさんの方の記事活用を行ない、女性部の魅力を部員内外に示し、女性部員や購読者の増加に貢献したことが評価され全国大会へのキップを手に入れました。

冬期研修会については、「食の安全を学び地域に発信する」と題し、食政策センター「ビジョン21」代表 安田節子氏による記念講演が開催されました。「食べることは、生きること。生きることは、食べること。食べられると食べられること。食べられること。今の日本15分後に何が起きるかわからない、食



講師の安田節子氏

べておけば誰かのために動ける。」とおっしゃったのが、印象に残りました。

そして、この食べることについて、いろいろな問題があります。種子法廃止（農家の危機）、食の安全規制の緩和（農薬まみれの食品輸入、食品添加物の増大、遺伝子組み換え食品の増大、狂牛病や成長ホルモン剤を使用した輸入肉、養殖や飼料に添加物使用）などです。特に、食の安全規制の緩和によって、体に害となる農薬や食品添加物などが食品に多く含まれることになり、私たちの食生活に影響をきたします。普段スーパーなどで手にするものがたくさんあります。輸入食品や加工食品をまるっきり食べないということではできませんが、慎重に選び、出来るだけ少なくしたいものです。「安心、安全は作る人と食べる人の距離が短いこと」地産地消が一番だそうですね。

このお話を聞いて、改めて日本の農業の大切さ、ありがたみを感じることができました。

今月のあなたの運勢 ★ 2月 ★

モナ・カサンドラ



♈ 牡羊座 * 3/21 ~ 4/19

全体運
人間関係に恵まれそう。特に趣味や習い事などを通じた交流から得るものが多いはず。SNSにも出会いあり

健康運
スポーツで体調UP! 腕が上達しやすい

幸運を呼ぶ食べ物
伊予カン

♉ 牡牛座 * 4/20 ~ 5/20

全体運
思う通りにならないことが多く、ストレスを感じがち。でも、笑顔と優しさを忘れないければ開運のきっかけに

健康運
体を動かす習慣を付けると、ラッキー

幸運を呼ぶ食べ物
ヤリイカ

♊ 双子座 * 5/21 ~ 6/21

全体運
行動力が高まる兆し。以前からやってみたかったことに挑戦を。攻めの気持ちで動けば、手応えを得られるはず

健康運
スキンケアを丁寧に。肌も心も潤いそう

幸運を呼ぶ食べ物
カラシナ

♋ 蟹座 * 6/22 ~ 7/22

全体運
物事を邪推しやすく、素直になれない気配。ゆっくり息を吐き、気持ちを静めましょう。いい香りをかぐのも◎

健康運
健康法に凝り過ぎてしまいがち。ほどほどに

幸運を呼ぶ食べ物
豆腐

♌ 獅子座 * 7/23 ~ 8/22

全体運
あれこれ迷いが生じやすい月。信頼できる人に話を聞いてもらい、一人で悩まないで。芸術鑑賞で気晴らしを

健康運
ほぼ順調。散歩や体操などの運動につき

幸運を呼ぶ食べ物
セリ

♍ 乙女座 * 8/23 ~ 9/22

全体運
神経質になる暗示。周囲の悪い面ばかり目に付きやすいので、意識を変えて。気分転換にはハーブティーが有効

健康運
リラックスして過ごすことで上向くはず

幸運を呼ぶ食べ物
カブ

♎ 天秤座 * 9/23 ~ 10/23

全体運
レジャー運が活性化。気の合う仲間たちとにぎやかに楽しんで。絵を描くなど、創造的な活動にも幸運がある予感

健康運
口コミで体質に合う食材を発見しよう

幸運を呼ぶ食べ物
ナバナ

♏ 蠍座 * 10/24 ~ 11/22

全体運
さいなことでイライラするかも。一人の時間をもち、心を安定させて。手作りの趣味を満喫するのもお勧め

健康運
暴飲暴食に注意。栄養バランスも大切に

幸運を呼ぶ食べ物
フキノとう

♐ 射手座 * 11/23 ~ 12/21

全体運
興味を持っているジャンルについて情報収集を。耳寄りな話題をキャッチできる可能性大。人脈拡大にもベスト

健康運
疲労のため込みやすいので、休息が大事

幸運を呼ぶ食べ物
タイ

♑ 山羊座 * 12/22 ~ 1/19

全体運
プライベートの充実を図るのに向いています。やるべき作業を片付けたら、好きなことに打ち込んでみましょう

健康運
生活リズムを整えると調子が上向き予感

幸運を呼ぶ食べ物
ハクサイ

♒ 水瓶座 * 1/20 ~ 2/18

全体運
いつも以上に魅力が輝く月。積極的に自己アピールしていくと好結果に。新しいことへのチャレンジも大賛成!

健康運
血行を促進させることで、より健康体に

幸運を呼ぶ食べ物
セロリ

♓ 魚座 * 2/19 ~ 3/20

全体運
インスピレーションがさえる時期。ふとしたひらめきを大切に。人間関係は皆の調和を第一に考えると好転

健康運
ストレスを感じやすい。ゆったり構えて

幸運を呼ぶ食べ物
オレンジ