

地域に根差し、人の命と土の文化を育む

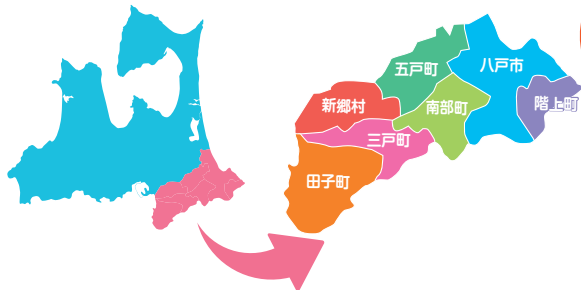
地域住民向け
コミュニティ誌
2025.9
VOL.8

Paljaとは、
Pal=友達・仲間と、
ja=農協で
「みんなJAの仲間」
であることを
表した造語です。

ピーマンはどうやってできるかな？

POINT

はちのへ かんない
JA八戸管内では、
せいさんしゃすう にん
生産者数 **387人**
さいばいめんせき
栽培面積 **43.4ha**
さいばい
栽培しています。



ピーマンの
せいさんしゃ ねんねんぞう か
生産者は年々増加
しています！

4月上旬～4月中旬

ほ場の準備

ど じょうかいりようざい たい ひ
土壌改良剤(堆肥、カルシウム剤、
リン酸)をほ場に施肥し、排水性・
つう き せい よ じょう じゅん び
通気性の良いほ場を準備します。
ち おん かく ほ すい ぶん ほ じ ざつ そう ぼう し
地温確保、水分保持、雑草防止の
ため、ていしよく にち い じょうまえ
定植7日以上前にマルチを張り
ます。



4月下旬～6月下旬

栽培管理

わきめ かき かぜ
わき芽かきや風よけのためネットを
張ります。さらに、こまないうに
えだ は せい り びよう き むし
枝葉の整理をし、病気や虫がつかない
ように薬剤散布を行います。



6月下旬～10月下旬

収穫

そうしゅうりよう かく ほ
総収量を確保する
ため、M、Lサイズ
のピーマンをちゅうしん
に収穫します。



選別作業

サイズ、じゅうりよう き かく せんべつ
重量や規格ごとに選別し、
はこごう
箱詰めします。



袋詰め

はちのへ ふくろづ いたく さぎょう
JA八戸では袋詰め委託作業を
行っています。Mサイズのピーマン
を5個ずつ袋詰めします。



出荷

じ もと し じょう かん とう や
地元の市場、関東や
とう かい かん さい
東海、関西の市場へ。



ピーマンは、栄養満点！

- もうさいけっかん
・毛細血管を
じょうぶ
丈夫にする！
ヘスペリジン
- むくみのかいしょう
・むくみの解消に！
カルウム
- び はだこう か き たい
・美肌効果が期待できる！
ビタミンC
- せいかつしゅうかんびょう よ ぼう
・生活習慣病予防にも！
β-カロテン
- けつえき ころ か
・血液さらさら効果！
ビタミン

ビタミンの栄養を上手にとるコツ

- たね なた あぶら ちようり
・種やワタも食べる ・油で調理する
- せん い そ き にが おさ
・繊維に沿って切る(苦みが抑えられるよ)

おいしいピーマンの見分け方は…

- いろ が
・色が
あざやかで濃く、
ツヤとハリが
あるもの
- へたが みどりあざ
・ヘタが
緑鮮やかで、
ピンとして
ハリのあるもの
- ちゅうしん
・ヘタの中心の
輪の切り口が
みずみずしいもの
- しゅうい
・ヘタの周囲が
盛り上がって
いるもの

農家のお母さん直伝!! ピーマン嫌いの子どもでも食べられる!?

ピーマンハンバーグ

材料(2人分)

ピーマン	2個
ひき肉	500g
ニンジン	100g
塩コショウ	少々
サラダ油	適量

作り方

- ひき肉にニンジンをすって混ぜ、5分程度おく。
- ピーマンをみじん切りし①に入れ、塩コショウを加え混ぜ合わせる。
- ②を小判型に成形する。
- フライパンにサラダ油をしいて、焦がさないよう中に火が通るまで焼く。

ワンポイント 子供用にするときは具を少し長く寝かせると、ピーマンの色がなくなります。



農業のために 地域のために 明日のために

JA 共済の地域貢献活動

ベジ・スーク
JA 八戸共済キャラクター



13時～
じゃんけん大会
新米2kgゲットできるかな



株式会社 ぱるじゃサービス
●全農共同コンバイン展示
●消火器・防災グッズ販売
※消火器の廃棄処分承ります(有料)
●水洗トイレ等の
リフォーム関連展示
パパヘラアイスもあるよ～

12時～
ATV青森テレビ「わっち」でおなじみ！
我満紗千子さんがやってくる♡
パーソナリティーやリポーター
イベント・セミナーの司会 など
青森県を中心に活動中。
主なTV出演
●恋のから騒ぎ ●白木屋CM ●わっち
●青森テレビ わっち など

JA 葬祭コーナー
やすらぎの会ご入会または
事前相談窓口のご利用の方に粗品進呈

無料 TUK 東洋羽毛
測定約60秒！
ぜひご体験
ください。
ご自身の寝姿勢タイプを
知って、より快適な睡眠を
体験して景品をゲットしよう！

お茶等
銅焼きうどん販売

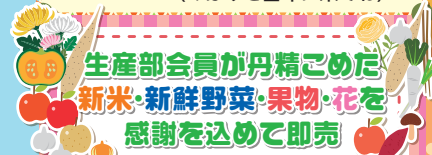
SG GROUP
健康チェック
コーナー
介護用品等販売

会場：SGプラザ(旧新八温泉)

開催日：令和7年10月11日(土) 午前10時～午後3時

JA 八戸グループ感謝祭

9時～米整理券配布
※整理券は無くなり次第終了
場所：会場脇駐車場内
(のぼりを目印に来てね)



10時～野菜・果物・花等
販売開始
11時～米販売開始
整理券が必要となります。



牛乳200ml
無料配布 無くなり
次第終了

数量
限定 大人気!!
田子牛・倉石牛
牛串販売

金融部・共済部各種PR
VR体験
コーナー
たのしい
射的
遊び
コーナー
※天候不順の際、予定が変更又は中止される場合がございます。
※催事内容に変更がある場合もございますのでご了承ください。

【主催】 JA 八戸グループ 八戸農業協同組合・株式会社 ぱるじゃサービス
【後援】 野菜総合部会・果樹総合部会・花き部会・畜産総合部会・女性部・青壮年部・農政対策委員会
【協賛】 全共連青森県本部・SGグループ

お問い合わせ先 八戸農業協同組合 総務部 総務課 TEL：0178-70-7711

ご来場の皆様へ：駐車場内での事故・盗難・トラブル等につきましては一切責任を負いかねますのでご了承ください。
JA 八戸グループ感謝祭当日のお電話対応はできませんのでご了承ください。

JA 八戸
Instagram
フォローお願い
します



地域住民向け
コミュニティ誌

PaJa
発行日/令和7年9月30日

JA 八戸農業協同組合
〒039-1101 青森県八戸市大字尻内町字内矢沢2番地5
TEL. 0178-70-7711 FAX. 0178-70-7716
E-mail: kouhou@ja-hachinohe.or.jp
http://www.ja-hachinohe.or.jp/

JA 八戸



この広報誌は環境対応型植物油インキで印刷しています。



え み
**笑味ちゃん
似顔絵コンテスト**

就学前の部
小学校低学年の部
小学校高学年の部
大人の部

※あてはまる部門へ○をつけてね



笑味ちゃんの似顔絵を上部スペースに描いて、JA 八戸グループ感謝祭当日に、
笑味ちゃんコーナーのブースに持ってきてね！描いてくれた方全員へ

『「笑味ちゃん×ハローキティ」いっしょに国消国産！
オリジナルふりかけセット』をプレゼント

