

ひまわり

2015年
9月21日
No. 1131

生活協同組合 あいコープふくしま

郡山市安積町日出山1-110-1
Tel 024-956-0011 Fax 024-956-0055
フリーコール 0120-910-408

- もくじ
- 1 地元生産者との交流 - ニラの花摘け体験、娘はつぼけをパクパク、春巻が好評。
 - 2 ニラの花摘け冬の収穫時に栄養を残すために、私のレシピ・豚肉とニラの炒め物・桃摘け交流。
 - 3 桃摘け交流しつき、食べ物を兼ねて摘んで食べてやさき! 生産者の吉田さん。
 - 4 生産者からのお便り、異常低温、除草霜、ローカル品注文数20ヶ以上・測って牢心(138)
 - 5 南会津尾瀬沼ツアー、田の尾瀬沼、天気の良い時111ベンジ、大江漁原、アヒザ尾瀬
 - 6 ハラハラ花火の花に燃えさせ、夕食も美味しい、親切なお姉さんお兄さん
 - 7 尾瀬の花火花に燃えさせ、夕食も美味しい、親切なお姉さんお兄さん
 - 8 尾瀬の花火花に燃えさせ、夕食も美味しい、親切なお姉さんお兄さん
 - 9~11 ローカル品の二案内、丁寧なカーデ、私の注文品空えメモ

ローカル商品のご案内(10月1回)はうしろのページからです ホームページ <http://icoop-fukushima.jp> CO・OP共済に関するお問合せは、フリーダイヤル 0120-212-107

地元生産者との交流～ニラの花摘み

念願だった“花摘み”体験



娘は
つぼけをパクパク



森さんの長男
(右から2人目)と
あいコープの子どもたち

念願だった“ニラの花摘み”を体験できました! 初心者の私でも簡単に摘み取ることができ、楽しかったです。当時は雨で涼しかったのですが、少し前の気温を考えると、あの暑さビビーリハウスでの作業は、さぞや大変だろ…と農家の方々は改めてスゴイ!! と思いました。また、ニラの高さ的に手の届かないところをかがめての作業だと見つめて、ニラまたじ苦労されていることだろ…と、いたでかけることに感謝しています。摘むのはもちろん、食べるのも楽しかっていて、帰って早速おひたしにしていただきました! 久しぶりの森さんのニラ、肉厚で甘くて…美味しい!! 2歳の娘もパクパク…目を離さない、ほんとうに食べられてしましました。つぼけを天ぷらにしていただきましたが、こちらも何とも香ばしくておしゃれでした。娘達もこちらもパクパク…冬が待ち遠しいです。お話をかけた近所の皆さん様から、「あのニラ、甘いですね。」と言っていました! 「甘いから」と言ってアピールかけていたのに、やっぱり違いは分かるのですね!! さすが森さんのニラ!! ますますファンになりました。

(郡山市)

ニラ鍋 / ニラまんじゅう
家族には春巻が好評

ニラの花つけ、お世話になりました。初めてのニラの花つけ、虫が苦手な子ども達は、さわやかに畑の中に入っていましたが、森さんの息子さんがずっと声をかけてくださり、畑の中に入り、花つけをする事ができました。ありがとうございました。

帰ってきておひたしにして頂きました。やっぱり甘くておいしいです。他には、モツナゲ風ニラ鍋、ニラまんじゅう、スープ、春巻などいろいろ食べました!! まだ食べていませんが、ニラじゅくも作りました。家族には春巻が好評でした。

(郡山市)



生産者
森文男さん

「ニラの花摘み」～冬の収穫時に栄養を残すため～

8/29 森農園さんの「ニラの花つみ交流」に参加してきました。

あいにくの雨でしたが、今年も参加者の皆さんとおしゃべりしながら、楽しくニラの花つみができました。

今年の夏は、かなりの猛暑だったため、水を頻繁にまいたり、乾燥防止の対策が大変だったそうです。ニラの花を摘み取ってしまう理由は、葉っぱを冬に収穫するまでそのままにしておくと子孫を残す為に栄養価が花にだけ集中してしまうからだそうです。森さんのニラが甘くて濃厚なわけは、肥料に発酵肥料だけでなく、漢方薬の搾りかすなどを使用しているからなんですね。

また、化学肥料不使用だけでなく、殺虫剤は使わず、米酢を使用しているので、安全安心です。恒例のお浸しにして食べたら、4歳の娘は一人でどんぶり一杯分をたいらげ、幼稚園のお弁当にも入れて行く!とせがまれました。森さん、今年もありがとうございました。そして、お浸しばかり食卓に出すわけにはいきませんので、あい豚会の美味しい豚肉を使ってチャプチエも作ってみました。これも、家族に大好評で、あつという間にお皿が空になってしまいました。



(あいコープふくしま理事 宮本)

☆豚肉とニラのチャプチエ☆

【材料(4人分)】

豚肉	200g
(小間切、バラなど)	
ニラ	1本(150g)
ごぼう	1束(200g)
にんじん	1/2本(80g)
春雨	100g
◆こんにちは料理酒	大さじ1
◆しょうゆ	大さじ2と1/2
◆砂糖	大さじ2と1/2
(花見糖やてんさい糖など)	
◆みりん	大さじ2と1/2
塩・こしょう	適宜
ごま油	大さじ2
白いりごマ	大さじ1

おまんま通信

49	ニラ	200g	155円(税別)
262	はるさめ(国産原料)	100g	122円(…)
<あい豚会の豚肉> 猪 ど中にする?			
171	豚バラスライス	280g	424円(…)
176	豚小間切	200g	278円(…)
181	豚カレー用サクセロカット	400g	526円(…)

美味しいと
評判の
冷蔵お肉

【下準備】

- ・豚肉:一口大か細切りにして、◆の調味料を加え手で揉みこんで味をなじませておく。
- ・ごぼう:皮をたわしなどでこすり、ピーラーなどでせん切りにして、水に2分ほどさらす。
- ・にんじん:ごぼうと同様せん切りにする。
- ・ニラ:4~5cm長さに切っておく。
- ・春雨:熱湯でゆでて、食べやすい長さに切る。

【作り方】

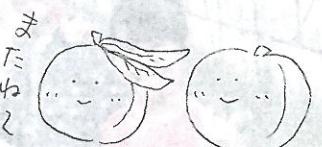
- ①鍋にごま油を中火で熱し、ごぼうを入れて、1分ほど炒める。
- ②にんじんを加え、しんなりしたら、豚肉をたれごと加え、肉の色が変わるものまで炒める。
- ③ニラを加えてさっと炒めたら、春雨、塩、こしょうを加えて、全体を混ぜ合わせる。
- ④全体がムラなく混ざったら、白いりごまを加え、器に盛って出来上がり!

地元生産者交流～桃摘み交流

黄金桃 トロットロでジューシー

モモの交流会お世話になりました。心配した天候も持ち直し、夏休み最後の日曜日、楽しく過ぎました。今回は「川中島」「くにか」「黄金桃」の3種類で、初めて食べた黄金桃は、取づいた時、ボタッと落ちてきたくらい完熟状態だったのでトロットロ～でジューシーで甘くビックリ。

帰りに直売所で味見させていただいたぶどう「あづましづく」も初めて食べましたが、大粒でも種がなく、甘くておいしいかったです。また来年が楽しみです。(須賀川市)



楽しい桃摘みでした

8月22日(土)須賀川市の吉田果樹園で桃の摘み取り体験と、生産者の吉田さんとの交流会が開催されました。当日の朝は雨で☔でしたが、桃摘みの時間には天気は晴り Airways、温かい気候での開催となりました。

吉田さんは土作りや、肥料・佐農薬など多くの時間をかけて桃を栽培しているというお話を聞きました。

摘み取りが始まると子供たちの楽しそうな声が響き渡りました。私は写真撮影を任せられたので、どんな楽しい桃を取り風景やおいしさに頬張る姿をカメラに記録することができました。

今年は暑さと雨不足の影響もあり前季よりサイズが小さめでしたが甘みが強くとても美味しく頂きました。あつさは終了していましたが、黄金桃と川中島という品種が食べごろでした。

前季より世代交代が進んできていたが人手不足や果樹の老木化などで来季の摘み取り交流は未定とのことです。組合員さんの喜び顔が見られて良かったです。今年ありがとうございました。来年もぜひ美味しい桃の出荷をお願い致します。(あいコープ職員 熊田)

桃摘み交流つき



女の子たちは 桃色コーデネート (●) かわいい



生産者の吉田さん。 ありがとうございます。

食べず嫌いが 摘んで食べて好きに

★ 桃狩り お世話になりました。ありがとうございます。昨年の梨狩りの際に息子2人が食べず嫌いだった梨を自分でもぐことによって一口食べると「美味しい！」と。実は桃も食べず嫌いだったのですが、もいで食べました (●)

実際に畠に入り、生産者さんのお話を聞いて、自分の手でもげるのは
ことにもって良い経験になりますね。あいコープで行って、お母さん的にも
いろはす面で安心です。

★ 岩瀬牧場でのとうもろこし収穫。スーパーのとうもろこしとの食べ比べは、全然味が
違います。ニドモ達も、かじってだけでスーパーのものと分かり、食べます。
岩瀬牧場のものは、おかわりまで！
また来年とうもろこしを楽しめています。 (須賀川市)



高い所も…

たのしかった～

*生産者からのお便り

異常低温 トマト・きゅうりの育ち止まる！ 収穫祭は11月8日(日)

異常低温続きでトマトの色付きやきゅうりの育ちが止まるなど、野菜の生育も異常になっています。野菜の育ちは悪いが、雑草は良く伸びます。草に負けてしまうのではないかと案じながら草取りの毎日です。米も早生イネが10日後には刈り取りが始まります。収量も大事ですが、異常天候のもとどのような食味の米が出来るかが心配です。愛農会の今年度の収穫祭を11月8日(日)二本松会場で行います。有機農業の現場を見て、理解していただく良い機会です。餅つきや農産物のお土産を沢山用意しています。今から予定に組み込んでください。

石沢 重吉

ローカル品
000503 愛菜箱

無農薬グループ。愛農会の皆さんの農産物です。品目・量目は生産者の畠におまかせください。😊

注文の参考に

9月2回お届け品
かぼちゃ1個
枝豆200g・きゅうり3本
ナス1袋
ピーマン1袋

9月3回予定品
ミニトマト
きゅうり・ナス
ピーマン・玉ねぎ

9月2回ローカル品・注文数20ヶ以上

① 小松菜 467束 ② ちび友ま 364袋 ③ きゅうり5本 212袋

商品名	供給数量
地元の小松菜	467
ミニトマト ちびあま	364
ブルームきゅうり5本	212
ブルームきゅうり3本	198
地元のなす	187
おこげ煎餅(塩味)	181
地元の京菜(みず菜)	137
夏人參(洗い)	136
地元の梨 ハネもの	114
中玉トマト ララフルティカ	108
地元のピーマン	100
満点！あおばちゃん6切	99
生芋板こんにゃく	90
大玉トマト(重力トマト)	90
生芋糸こんにゃく	70
地元のジャガイモ(農薬不使用)	51

商品名	供給数量
ミルクコーヒー	44
野菜セット「愛菜箱」	44
シャボン玉浴用	42
板こんにゃく1/2×2	40
三陸唐桑 生わかめ(茎付き)	38
地元の梨 4個	35
いちごとまと	34
金笛だしの素 1リットルボトル	28
まるごと人參ジュース200ml	26
枕崎牛 切り落とし	25
満点！あおばちゃん12切	25
キッチンスポンジ	25
枕崎牛 カットステーキ	24
豆 コーヒーギャラリーブレンド	22
シャボン玉純石けん	22
満点！あおばちゃんノンスライス1.5斤	20

測って安心、測って対処 ~家庭菜園・もいもの測定 138

2015年

単位:ベクレル/kg

測定日	場所	品目	量目	結果 cs137/cs134	検出下限値 cs137/cs134	測定時間
9/2	岩手県 釜ヶ崎町	玄米	1010g	3.65 (F)	2.19 / 2.05 (2H)	7200S
"	鏡石町	ブルーベリー	390g	5.04 (F)	3.96 (2H)	7200S
"	郡山市静町	キャベツ	920g	2.92 (F)	2.42 / 2.26 (2H)	7200S
"	鏡石町	青じそ	540g	3.58 (F)	2.84 (2H)	7200S

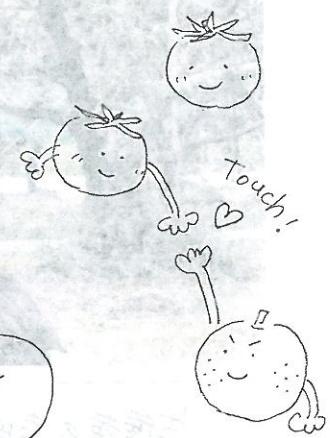
《補足説明》

1. 郡山市静町キャベツ CS-137 が 2.92 ベクレル
二の方の家庭菜園からは、どの品目の野菜でも「微量ですが」「検出下限値」を超えていました。
2. 岩手県の玄米 2014年産も微量ですが CS-137 が「下限値」を超えていました。精米して白米にしますと「不検出」になる数値です。白米で食べた方が安心感があります。

浪江町からの強制避難者支援
本宮市仮設住宅 65戸へ

9月2回 中玉トマトの売り上げの5% 785円
これまでの残高 25,205円
計 25,990円

かい
COOP
9月中旬に須賀川市・水野さんの梨をお届けする予定です。



南会津・尾瀬沼ツアーリ

雨の尾瀬沼...天気の良い時に

2日間、星専務をはじめ、阿部理事、廣中さん、参加者の皆さんには大変お世話になりました。ありがとうございました。
子供たちも多くの友達ができてうれしかったようです。旅館では食べきれない程のおいしいお料理、やわらかい
お湯の温泉、スタッフの笑顔と心のこもったおもてなしに感動し、心地よいことができました。

次の朝、いよいよ出発!! 日頃の運動不足がたたり、歩きはじめて1分もしないうちから心臓はバクバク、
息があがってハアハア、貧血臭味で頭はクラクラ…。参加したことの一瞬後悔しましたが、なんとか無事に
尾瀬沼に到着。あいにくの雨で尾瀬沼散策ができず残念でしたが、家族で楽しいひとときをすごすことができ
ました。初めて尾瀬に行きたかった子供たちも、今度お天気の良い時リベンジしたいと言っています。
来年もぜひ参加させていただきたいです。秋にはどこかハイキングにいくと思います。家族共通の趣味に
なります。ありがとうございました。

時間的に余裕はないと思いますが、尾瀬沼でゆっくりできたら
うれしいなと思いました。

(福島市)

スタッフの方々の対応が良く、専務を中心4チームワークが
素晴らしいです。そんなあいコープの商品は信じて食べられる
と思いました。旅館も居心地がよく、温泉がめちゃ気持ち
がいいです。天気は残念だったけど、「お来てね」と天から
言われていろと良い方に解釈。来年もまた参加したいので是非
企画して下さい。よろしくお願いします。



おせに行ったり、やどで
あそんだりして、たのしかったです。
来年も行ってみたいです。
山のまでは、はじめてではなくた
ので、けっこかんたんだとおもった
けど行きと帰りでじごく
でした。また行ってみたいです。
あいコープの方々ありがとうございます。

たのしかったのは、おせにいったことです。
おせでは、いろいろな花や草がたくさん
あって自撮りができます。

またいきたいです。あいコープの
方々ありがとうございます。

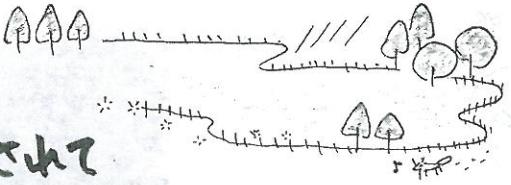


《大沼湿原の小川に架かる木橋にて》
橋の下の水中をとこと見てみると…
かわいい岩魚に出会えました。



《アルゼ尾瀬にて》
プールや温泉、檜枝岐の村内散策など
とやかく楽しめました。

南会津・尾瀬沼ツアーツキ



① 足元の可憐な小花に癒されて

南会津ツアーファミリーde尾瀬ハイキングに参加させていただきました。1日目、桧枝岐到着と同時に雨も上がりレンタサイクルにて村内散策満喫し、2日目はあいにくの雨模様でしたが、組合員の皆様と励まし合いの中、足元の可憐な小花に癒され、尾瀬沼までのハイキング楽しく、無事達成することになりました。

スタッフの方々の随所にわたらぬ心ばかりに感心し、「旅館へのえまた」のおもてなしの心に癒され2日間とってもリフレッシュできました。参加させていただきありがとうございました。(郡山市)

② 夕食も美味しいで

一泊のツアーは初めてで、夕食も美味しく頂き、大変楽しくかつのんびりさせて頂きありがとうございました。ただ尾瀬の湿原へは、雨のために断念したことには非常に残念に思いました。今後、尾瀬についてはニッコウキスゲの時期に企画して頂けると非常にありがとうございます。

是非参加させて頂きます。(須賀川市)

③ 親切なお姉さん、お兄さんに感心

今回、2才の息子と2人で参加させて頂きました。あいにくの雨となり、尾瀬散策には行けず、入山手前の売店でみんなの帰りを待つ事になりました。約5時間でしたが同じく3才の男の子と一緒に留守番だったので、一緒に遊んでもらったり、お弁当を食べたり、お風呂に入ったりと、また別の遊び方が出来て、あとという間の5時間でした。友達と遊べた事で息子も満足のようでした。

前日のアルザ尾瀬も、プールでお姉ちゃん、お兄ちゃん達と大ハッスル。いつも保養は親切なお姉さん、お兄さんばかりなので感じています。息子も学んでもらえた嬉しいです。

南会津、しかも尾瀬、とても空気がキレイで、雨降りでも日頃の放射能がリセットされたと思います。参加させて頂きましたありがとうございました。

(郡山市)

もやの大江湿原...幻想的

今日は昨年の晴天とはうって変わって、梅雨の様な天気となり、最後まで「二日以上悪天候に耐りませんように!!」と祈る気持ちで2日間を過しました。そんな中、長持ちの良い笑顔で出迎えて下さった旅館ひめまたの主人を見て、まるで我が家に帰った様な気分となりました。夕食時、最初に頂いた「はっとう」の味は、ひめまたの方々のおもてなしを感じさせるやさしい味でした。交流会では、初めての尾瀬を楽しめていますとの声があちこちで聞かれ、天候の回復を願わざといらすとせんでした。しかししながら、翌日も朝から小雨状態。残念ながら全員参加の尾瀬にはなりませんでしたが、もやのかかった大江湿原と尾瀬沼は、おとぎ話に出てきそうな幻想的な景色で、何度も雨の中、シャツを切りました。(おかげでレンズの中が曇っていました。)

木道も滑りやすく雨具を身につけての帰り道、驚いたのは、川が疲れてきたお子さんに寄り添うように、他のお子さんが「大丈夫? やんばれ!!」と励ましている姿に感動しました。大変だった分、家族同士、子供同士の結びつきも強くねたツアーとなりました。

運営面について
今回の様に、悪天候により行動が分かならぬ場合、3名の運営では限界を感じた。

次回は、悪天候の場合の計画と、人員の確保(4~5名)は必要かを感じた。

足元に咲く花を見つけた

おーるがやんのしかったです。
おともだちと行くさんあとび
ました。おぜをあるくのは
くつねがぬれてた!!へん
でした。かねたくんと
いっしょにきのこをひつけて
たのしかった。

南会津ツアーハイキングに主人と3人で初めて参加しました。長男はすぐに友達と入り、バスの中で楽しくお話ししたり、アルザ尾瀬の里のナードで一緒に遊んだりと初日からとても楽しんでいました。大人も温泉に食べきれない程のおいしい夕食の山人料理と大満足でした。2日目は雨の中での尾瀬ハイキングとなってしまいましたが、遠くの景色が見えない分、足元に咲く様々な花をたくさん見つけたり、子供達はさわやかに夢中になっていたと楽しそうがら歩くことができました。息子が(私も)最後まで歩けるか心配していましたが、みんなと一緒に頑張れたと思う。お母さんにとっても親切にしていただき、楽しくリフレッシュできた旅となりました。

ありがとうございました。息子は「来年も行きたい」と今から計画しています。(郡山市)

⑥



花火のお届けに感動

いつもお世話にかけております。今日は生協さんに
おれが言いたくてお便りさせていただきました。

お金に実家に帰省した時に、近所に住む伯母が、
子ども達が樂しめるようにと生協さんで取り扱っていた日本製の
花火を用意してくれました。子ども達は大喜びで早速火をつけて樂しき
ました。話によると、本当は、お金の次の週に配達予定の花火を、「お金に
せっかく皆で樂しむために購入された物なのでお届けしました。」と、配達が
お休みの週だったにもかかわらず、その花火1つのためにわざわざ生協さんが届けて
くれた物だったのです。生協さんのお心遣いに感動しました。子ども達も嬉しく
倍増で、さすがあいコープの日本の花火だから、煙もいいにおいがするねー!」と
花火を樂していました。上品な花火でとてもきれいだ、これがあたりまる花火でした。
本当にありがとうございました!!

(郡山市)

シフォンケーキ「お金払からまた作って」

今年も暑い夏でしたが、冷房などない暑い厨房で料理を提供している知人へ、
夏休み中の娘に手伝ってもらひながらシフォンケーキを作り、お届けしました。後日、
「お金払からまた作って！」と言われてとても嬉しいです。でも、材料をかけた
のは私ですが、ハンドミキサーで泡立てたのは小4の娘。きっとプロの料理人には花見園
の卵などの素材の良さ（味）がわかり絶賛して下さったのですが…。

当たり前に食べているあいコープの食材ですが、安心安全でプロもおいしいと言ふれる食べ物を
作って下さる生産者さんにおうため感謝 Heidiと思ひました。

(郡山市)

出来た!!

小梅の測定、4バケル等でしたので、初、小梅干し作りに挑戦！

我が家のかずちやて菜園は、勝手に出てきたミニトマトが幅をきかせています。
胡瓜、ナス、オクラ、じゃがいも、いんげん…。測定などの量がよく、ま、今までの結果
をもとに、OKだよ!!と食べています。肥料として埋めた野菜クズからかぼちゃが
芽を出しとっても立派なかぼちゃが実りました。もうけに良命!!

(二本松市)

また70年の平和を

いつもお世話にかけております。二の度は「高校生平和大使」における
貴重な「カレンダー」を頂き有難うございました。東京大空襲を逃げて
来た者として、平和に対する心は人一倍と自負しているつもりです。
戦後70年ですが、また、70年の平和を願っております。

(郡山市)

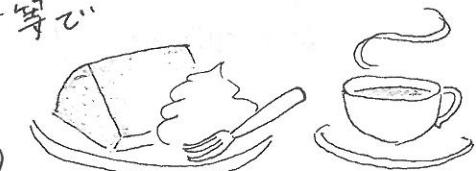
庄内浜ツアーの感想

①先日の庄内浜ツアーで、月山パイロットファームのだだちゃ豆収穫体験をさせて
頂いた時に、ちわと傷が付いているものは、B級品として引き取ってくれている
ところが多かったのですが、最近はもう引き取れない、と言われ、食べたり全然
変わらない味なのに残念… というお話を聞きました。ローカル商品で
少し価格を位めにして扱ってみることを検討してみるとどうでしょうか。
あの猛暑の中で、安心安全にこだわって作業されている月山パイロットファームさん
の努力が報われるよう、見た目だけで選ばないという私たち消費者の姿勢
も大事ではないでしょうか。

(郡山市)

②庄内浜ツアーは天気にも恵まれ、海水浴をおもしろく楽しむことが
できました。海で遊びながら、おいしいメロンやスイカ・タイムとなり、
子どもも大人も笑顔がほほえました。又、だだちゃ豆の収穫体験では
ひき抜いた豆を機械にかけると枝や茎がとれて豆だけにする姿を見れて
娘も「おもしろ～」と感心していました。

田んぼの生き物観察で、タモを持って田んぼに入ったりも初めてで
貴重な体験でした。庄内協同ファームと月山パイロットファームの川村さんが
準備をして、あたたかく迎えてくれたおかげで充実の2泊3日でした。
心から感謝します。ツアー中、仲良くしてくれた参加者の川村さんにも
感謝します。また祭や交流会、ツアー等で
再会できるのを楽しみにしています。



(須賀川市)

(7)

庄内浜ツアーツづき

えぐせなく 苗ひ！

生の枝豆を食べた

今回初めて参加した庄内浜ツア。月山ハイロットファームで「だだちゃ豆を“えい”と引っこ抜くと、2本くついた形で抜けました。相馬さんによると、間引きせずくっつくより成長すると、お互いに競い合ひるので、その方がいいく育つようです。

そして、「生で食べてどうん」とさやから出した豆を食べると甘いではありますか!! 「だだちゃ豆は他の枝豆と違い“えぐせ”が無いから生で食べられるし、収穫のタイミングを見た時も、食べる事があります!!」と目を輝かせて教えて頂きました。

相馬さんのお母さんがゆびでだだちゃ豆の口味は格別でした。高校以来遠ざかっていた庄内弁のなつかしさと庄内の方々のあたたかい心に触れました。

今回のツアーワーに準備して下さった月山ハイロットファーム、庄内協同ファームの皆様、ありがとうございました。

(あいコープ職員
廣中)

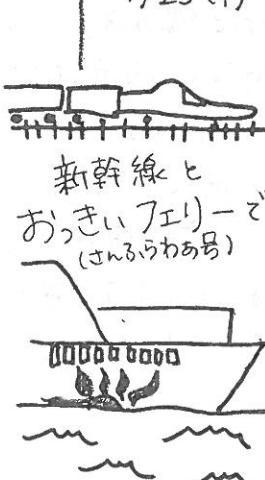
わくわく由布院 ワクワクレポート

わくわく
ゆふいん
2015

7/23～7/29 の丸一週間。

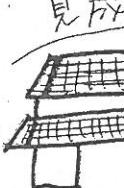
あいコープふくしま から
大人3名、子供9名
参加させていたしました!

7/23 (木)



新幹線と
おっきいフェリーで
(JRふくわい号)

見成(金)!



見成寺到着!
二日はゆっくり
オレンジテニション
だけ。

25 (土)



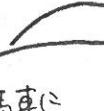
朝起きられ
大内さんと
お葉をもぐる
飲みました。

26 (日)



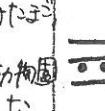
うなぎみり
宇奈岐田
神社へ
行きました。

27 (月)



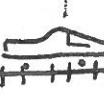
由馬車に
乗ってみ
あ馬さんは
“ゆきちやん”
との子です。

28 (火)



水族館“けいこう”
や
高山市山自然動物園
にも行きました。

29 (水)



午後、郡山に
到着♪

大阪南港から大分県の
別府観光港 まざ

Let's GO !!

お父さんお母さん
いいこまーす!

Mizuki Satori



Yoshino Keisuke Ruito Eito

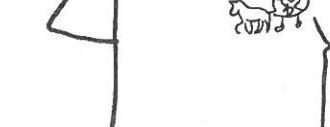
スイカ割りも
いつけ!

おもしろい「ゆふわくTシャツ」と
フレゼントしてくわす!



Yuto Yosuke Koharu

Front



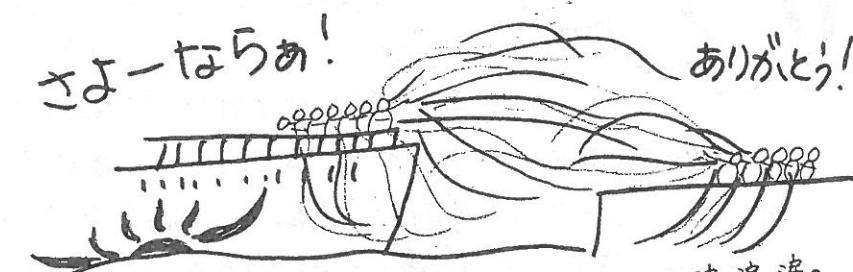
Back



わくわく湯布院

やぶかる

さよーならあ!



ありがとう!

涙、涙、涙の
お別れです。