

ふれあいを大切に、あなたと育む JAえひめ南 広報紙

みなみかぜ

2018

1

No.250
JA EHIME MINAMI
MINAMIKAZE



特集

・3姉妹JA新春対談

3姉妹JA新春対談

「自己改革に向けた取り組み」



JA栗っこ 代表理事専務
大内 一也 氏

JAいわて中央 代表理事専務
浅沼 清一 氏

JAえひめ南 代表理事専務
清家 治 氏

JA栗っこ 代表理事組合長 JAいわて中央 代表理事組合長 JA全中 専務理事 JAえひめ南 代表理事組合長
吉尾 三郎 氏 久慈 宗悦 氏 比嘉 政浩 氏 黒田 義人 氏

政府による農協改革の議論が刻々と進むなか、それぞれに条件の異なるJAは、自ら考え方行動することが求められています。

11月27日、姉妹提携を結ぶ、JAえひめ南・JA栗っこ(宮城県)・JAいわて中央(岩手県)は、組合長・専務によるトップ対談を東京都新宿区にある「家の光会館」で行いました。

そこでは、規制改革推進会議の提言に端を発した一連の農協改革に焦点を当て、全国農業協同組合中央会の比嘉政浩専務の問題提起とともに、各JAが取り組んでいる自己改革について現場の実態を踏まえた活発な議論が展開されました。

今年で6年目を迎えた対談の様子をご紹介します。

●久慈 東北と四国で、環境の異なるJAが交流することで、それぞの農業の事情が分かることは大変勉強になります。当時はJAや農業をどうするべきかでしたが、今は新しい時代へ向け

て、自己改革をどのように進めるにはどうすべきか、そしてJAにはどうすべきか、そしてJAがあって良かつたと言っていただくにはどうしていくべきかが問われています。こうした問題について3JAが連携して対処することは非常に有意義なことだと思います。

●黒田 戦後の食糧確保に農業が果たした役割はたいへん大きなものがあります。これまで日本農業の基本であつた家族経営に対して、国が距離を置くようになったことには、憤りを感じるところに寂しい思いがしています。そのなかで、我々3JAが連携し手を取り合うことは意義があると思っています。距離的には離れ



JAいわて中央 代表理事組合長
久慈 宗悦 氏

●比嘉 ここで3JAの自己改革の取り組みを伺いたいと思います。

●久慈 いわて中央では、経済事業を中心にかなりの成果を上げてきたと思っています。職員のやる気を促すため、アンケートを取つて経営理念を見直し、それを徹底するようにしています。当組合はこれまで生産指導には力を入れてきましたが、今後は販売をどう進めるかが課題です。

●吉尾 全国共通の課題解決に向けたJAや組合員の力の結集が今は必要ない時はありません。

●吉尾 今JAは非常に厳しい環境のもとに置かれています。経営そのものも厳しく、組合員と心を一つにしてやつていかなけれどなりません。当地区では8JAによる広域合併の話が進んでいますが、今よりもさらに規模が大きくなつた場合、いかに組合員とのつながりを維持していくのか、これについては非常に重要なことだと思います。



がつてきましたと思つています。

販売面ではリンゴの輸出をベ

トナム、台湾、タイの3か国に拡

大しました。また、生産現場の労働力不足を補うため「労力支援センター」を設置し、今年度は同セ

ンターの斡旋で約40組のマッチングが成立しました。くらしの活動の「1支所1協同活動」や、支所広報のコンクール、員外セミナー、などもいい方向に進んでいます。今年は中期3か年計画の中間年です。専務を中心に金融渉外や利用事業の見直しを行ない、次期3か年計画に向けて走り始めなかつたという反省をもとに、支所のくらしの活動などを通じて准組合員への働きかけを強めるなど、それぞれ着実に成果が上

てているところです。自己改革は全中の方針より、できれば半歩先を行きたいと考えています。

●吉尾 農業所得の増大に関しては、それぞれ品目別に戦略を持った生産者組織とするため、園芸で7部会、米では3つの専門部会に再編をしました。とりわけ米については、独自米販売で新しい販路を開拓しながら、生産者手取りを増やす努力を重ねてきており、生産資材の引き下げにつ



いては、品目を絞り注文書を農家の皆さんに分かりやすい形にするなど工夫を凝らしています。また米の流通合理化のため、8万5000俵を収容できる高機能倉庫を新たに建設し、この秋から稼働を開始しました。

●吉尾 農業所得の増大に関しては、それぞれ品目別に戦略を持った生産者組織とするため、園芸で7部会、米では3つの専門部会に再編をしました。とりわけ米については、独自米販売で新しい販路を開拓しながら、生産者手取りを増やす努力を重ねてきており、生産資材の引き下げにつ

ます。今年、宮城県で開かれた全



JA栗っこ 代表理事専務
大内 一也 氏

国和牛能力共進会が刺激になつて、若い人が畜産に意欲を示し、和牛繁殖の新規就農者が増えており、農協としても積極的に支援しています。地域活性化では8つの支店を核とした「JAフェスティバル」が盛況で地域との結びつきを強めています。また事務所周辺の清掃活動や、職員の地区消防団への加入を促すなど地域貢献にも力を入れています。

●大内 部会の再編に至った経緯は、当組合も合併から20年を経過し、農家組合員の皆さんの中農の形も、昔とはだいぶ変わってきたことが背景にあります。それぞれの部会は自主的に運営され、JAはそれをサポートするという位置付けです。資材の品目選定



JAえひめ南 代表理事専務
清家 治 氏

や肥料施設などは部会が主導して行い、価格交渉などについてはJAが責任をもつてしつかりやるということです。この秋稼働を開始した高機能倉庫についてはフレコン対応で最新の精米施設も導入し、そこを拠点とした販売戦略を今後展開していく予定です。エンドユーザーの声を聞きながら「作って売るコメ」から「売れるコメづくり」への転換を目指します。特産のキュウリは、規格外品を加工業者に原料として提供し「栗駒漬」を作っていただけであります。ご飯に非常によく合うと評判で、各所で開催する販売イベントでも飛びように売っています。

フォローしています。平成21年には
柑橘の専門農協を合併し、それまで
で大変だった経営が、総合農協にな
ることで資金繰りが順調にな
りました。マーケットインの販売
は専門農協時代からの伝統を引
き継ぎ、南柑20号、ポンカン、ブ
ラッドオレンジ、河内晩柑などは
生産量日本一と自負しています。
新規就農者も増えています。くら

●比嘉 各JJAから今後に向けた展望をお願いします。

●黒田 有名な和菓子メーカーが、管内に進出してくれました。実質的な稼働は年明け1月になる予定で、明るい話題です。当組合では、柑橘のほか栗、ビワ、渋柿なども原料用に契約栽培したいと考えています。自己改革について

考えていきます。自己改革について
は信用・共済事業の機能を再編し
て、現在融資を取り扱う6店舗以
外は、貯金に特化した店舗にした
いと思ってます。買い物難民対
策で移動購買車も増台しました。
営農・生活資材等の仕入れ単価を
できるだけ安くするとともに、内
部の流通改革にも取り組むつも

高です。販売高1億円の品目を3つつくるよう、生産拡大を呼びかけています。

りです。

●吉尾 やはりコメの販売対策が一丁目1番地で、販路拡大と業務用米「萌えみのり」の生産に力を入れます。現在、「萌えみのり」の作付けは全作付面積7000haのうち、400haですが、平成30年産ではこれを1000haに伸ばすことが目標です。また新しい精米施設が来年3月に完成す

J Aを発足させることを目標に話し合いが行われていますが、非常にタイトな日程となっております。10年後、20年後も組合員とともに地域を支えられるJ Aであり続けるために、最善の手立てを講じていきたいと思つています。

る予定で、関東圏のJAと連絡を取りながら、ゆくゆくは学校給食にコメを提供できればと考えています。また信用事業では、貸付けを伸ばすため子牛市場や農機具の販売会などに、金融の融資担当者を派遣して資金相談に応じる体制を整備したいと考えています。一方で、宮城県北部の



J Aいわて中央 代表理事専務
浅沼 清一 氏

8JAによる合併の協議も進んでいます。平成31年4月に合併JAを発足させることを目標に

話します。10年後、20年後も組合員とともに地域を支えられるJAがあり続けるために、最善の手立てを講じていきたいと思つています。

●清家 河内晩柑のジュースは認知症により成分があるということで、愛媛大、県とコラボしているといわれますが、全中の教育センターのマスターコースの修了者をリーダーに職員7、8人のプロジェクトチームをつくり、事業改革を検討しています。併せてその職員らには経営感覚を持つてもらおうということです。高い意識づけを行っています。

●久慈 生産資材等の価格について、いわて中央では、担い手や農業法人などにも入っていただきます。「生産資材委員会」というものを組織しています。ここでは農協が扱う肥料や生産資材について、膝を突き合わせて協議することができます。農協に対する組合員の理解を深めるため、来年もこうした組織活動を大事にしていこう

きないかという点についても内

部で検討をしています。いずれにしても、役職員が改革について共通の認識、一定の理解を持つています。

なれば、当然のことながら組合員の皆さんへ周知・浸透は図れないと考えますので、職員教育に力を入れていきたいと思います。

●清家 河内晩柑のジュースは認知症により成分があるということで、愛媛大、県とコラボして試作品をつくりました。来年はそのジュースも積極的にPRしていきたいと考えています。

●久慈 生産資材等の価格について、いわて中央では、担い手や農業法人などにも入っていただきます。「生産資材委員会」というものを組織しています。ここでは農協が扱う肥料や生産資材について、膝を突き合わせて協議することができます。農協に対する組合員の理解を深めるため、来年もこうした組織活動を大事にしていこう

●比嘉 JAでもそれぞれ違ったことがあります。全国にいろいろなJAがあります。あるなかで、今日お集まりのJAには、その取り組みが他のJAの刺激・模範となり、改革のけん引役を担つて頂きたいと思

います。期待しています。



11/3

ゆずまつり開催　日吉夢産地



11月3日、道の駅「日吉夢産地」で「秋の大収穫まつり＆ゆずまつり」が開かれました。JAえひめ南からは、搾った果汁の量を競う「ゆず搾りゲーム」を開催したほか、ゆずの加工品、お茶、

焼き栗や自然薯の販売をしました。更なるPRにと、お買い上げいただいたお客様にはゆずドレッシングやゆず味噌などをプレゼントしました。また、「蛇口からゆずジュース」として、約1000杯分のゆずジュースを振る舞い、大好評でした。

11/7

早生ミカン収穫

管内では10月下旬から早生ミカンの収穫が始まり、11月中旬にピークを迎え、11月下旬まで続きました。早生ミカンは10月30日に関東の市場で初売りとなり、初売り価格は平年並みの275円/kgでした。

管内の早生ミカンの生育状況は、4～5月にかけての気温が平年よりやや高く、3～5日ほど開花が遅く開花期間も短く推移し、着花は少なめで、着果数も裏年傾向の園地が多くありました。7月から8月にかけての降水量が少なかったため、糖度、酸度とともに高く、果実肥大も平年並みと順調に推移していましたが、10月に入ってからの降雨により、平年並みの品質となりました。

11月1日時点での同JA管内の早生ミカン生産予想量は7240tで、温州類合計では2155tを見込んでいます。



11/11

あぐりスクール　ミカン収穫体験



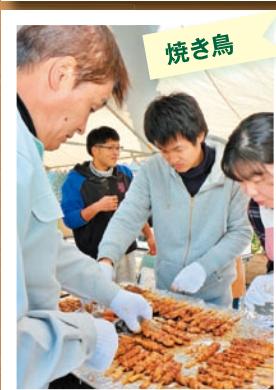
食農体験教室「あぐりスクール」では11月11日、吉田町の愛媛県農林水産研究所・果樹研究センターみかん研究所で、早生ミカンの収穫体験を開きました。収穫作業の大変さやミカンのおいしさを、次世代を担う子どもたちに伝えるのが目的で、スクール生25人が参加しました。

同研究所の奥定丈博主任研究員から、研究所の概要や管内で栽培されているかんきつの品種、収穫時期について学び、園地で収穫時の注意点を教わりながらミカン狩りを楽しみました。収穫体験後には、「紅まどんな」や「愛媛果試46号」の試食をしました。

今後は12月にもちつき大会、1月にはいちごの収穫体験を予定しています。生活事業本部酒井洋部長は「体験を通じて農業に興味を持ってもらい、未来のJAファンを増やしていきたい」と展望を語っています。

11/11

JA フェスティバル2017 in 南宇和



11/17

歯の健康願い8020ヨーグルト贈呈 篠山小学校



信用部は11月17日、高知県宿毛市愛媛県南宇和郡愛南町篠山小中学校組合立篠山小学校で、虫歯予防や歯周病予防効果のある「8020ヨーグルト(四国乳業製品)」の贈呈式を行いました。「いい歯の日」にちなみ、11月8日から17日にかけ、管内の国公立小学校55校の児童や教職員に5471個のヨーグルトと、食農教育に役立つ小冊子「食と農のおはなし」を贈りました。

贈呈式は、末永く歯の健康に关心を持つてもらうため、日本一長い小学校名を持つ同校で行いました。JAバンクえひめが2015年度から実施する「将来のファン作り応援企画・8020運動」の一環で、将来を担う子どもたちの農業への興味・理解を広げることを目的としています。

同校5年の植松奏多さんは「ヨーグルトを食べ、80歳になんでも20本の健康な歯を保てるよう大事にしたい」と謝辞を述べました。

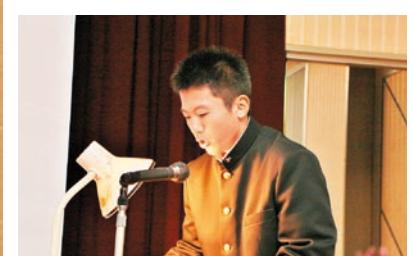
11/19

JAフェスティバル津島



11/21

ブロック大会三間



女性部鬼北支所と三間町支所は11月21日、三間町支所で「第49回鬼北ブロックJA女性部大会」を開き、女性部員や役職員140人が参加しました。

大会では家の光普及功労者を表彰したほか、愛媛県立三間高等学校3年の生徒から「放置竹林から地域に光を」、「柑橘農家の5代目としての決意」と題した特別発表がありました。また家の光記事を活用し、教育文化活動としての読書会や、手芸を楽しみました。

昼食をはさみ、唄や踊り、演奏などのアトラクションも楽しみました。

また「冬の感染症」と題してJA愛媛厚生連健康管理部健康指導課保健師の山路裕子さんから記念講演があり、クイズをしながら感染症について学んだほか、同健康運動実践指導者の高市大輝さんから健康体操を教わりました。

11/23

宇和島シーズンワーク秋受入式



11月23日、吉田公民館で「宇和島シーズンワーク秋」の受入式があり、全国からの応募者31人が参加しました。吉田町を中心とした10件の受入農家のものとで26日まで収穫作業等を手伝って頂きます。シーズンワーク受入は

宇和島市商工観光課主催で、今年で10年目を迎えました。農家と参加者の交流、市内への移住促進などを目的としています。

今回で3回目の参加となる塚原好さんからは「初めは田舎暮らしの本を見て応募した。2回目、3回目に来て思うのは、農家さんによって作業方法が違うということ。皆さんこだわりがあっておもしろい。」との感想を頂きました。

11/24

寿楽荘を慰問 エルダー部会



11/25

みなみくん大感謝祭



魅力野菜で自家菜園の活性化を

一年の計は元旦にありといいますが、とくにマンネリになりやすい自家菜園を活性化するため、今年お薦めしたい野菜の種類や品種、育て方などについて考えてみましょう。

早春から夏にかけて

一番育てやすく、冬から春まで長い間取れるのはナバナです。改良品種の「花飾り」などは耐寒性が強く花ぞろいも良く美味です。

3月植えのジャガイモは、小粒ながら黄金色で味の良い「インカのめざめ」「インカカルージュ」の3兄弟で、話題

性もあります。ピーマンは苦味や臭いが少なくキュートな小型で、子どもにも好まれる新品种「ピート郎」、赤・黄・だいだい色をそろえ、平型の「フルーツパプリカ」などで新しい魅力が加わりました。

大型トマトを立派に作り上げるのは大変難しいですが、耐病性

で育てやすくなつた「ホーム桃太郎」「桃太郎ホープ」「麗容」などが味も優れています。

育てやすくよく取れる5月まきのつる性インゲンはぜひ取り組んでください。品種は古くから味に定評のあるインゲン「ケンタッキーワンダー」などです。

しつかり交差させた支柱を立て、つるが伸び始めたら遅れずに支柱へ誘引し、半月に1回、少量の追肥をするだけで、朝夕2回、2カ月ぐら収穫し続けられ、新鮮な格別な味を楽しむことができます。

夏から秋にかけて

夏の青物としては、強健で連作にも耐え作りやすい小松菜が一

番のお薦めです。身近な菜園なら、抜き取り収穫だけでなく、株をそのまま残して、下の方の葉から1~2枚ずつ葉かき収穫すれば、数カ月以上も長い間収穫し続けることができます。「きよすみ」

は強健で夏に強く美味。私の庭先菜園では6月まきで7月下旬から実に8カ月間も取り続け、最後は4月初めにとう立ちしたもの

を、ナバナ同様におひたしで食べました。

9月まきの小カブは、色白で色つやが良く肉質が緻密で味の良い「たかね」、大きくなつてもす入りせず味の良い強健な「耐病ひかり」、上が赤紫色、下が白色でサラダや酢漬けに好適な「あやめ雪」などがお薦め

です。ニンジン

は芯までオレンジ色になり甘さと風味に優れ、煮物やサラダにして彩りの良い「ベタリーチ」が

魅力的です。



※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

園ならではの食味を楽しみたいものです。「九条太」を筆頭とし、「下仁田」「松本一本太」など全国的に在来系の味の良い品種があり、それらを考え選ぶことが大切です。「あじばわー」（全農で筆者育成）は下仁田と湘南の交雑育種系で、その軟らかな味から直売用として評価されてきました。

鬼北ゆず部会長の一言



JAえひめ南 鬼北ゆず部会 部会長
金谷 一(かなたに はじめ)

<プロフィール>

経歴：平成13年6月～16年6月 JAえひめ南非常勤理事を務める
：平成22年6月～28年6月
：平成16年6月～22年6月 JAえひめ南常務理事を務める
：平成24年10月～現在 松野町教育委員会委員を務める
：平成29年3月～現在 JAえひめ南ゆず部会部会長を務める

趣味：野菜作り
休日の過ごし方：農業
尊敬する人物：妻

「しっかりととした意識を持ち 組織強化へ」

鬼北ゆず部会は平成29年3月に、農林水産省主催の「平成28年度環境保全型農業推進コンクール（中国四国地域）」において優秀賞を受賞しました。全ての農家が化学農薬・化学肥料を使わずに栽培に取り組む「人にも環境にも優しい農業をする部会として、またこれを励みに部会員一同頑張っております。

今年のゆずは小玉傾向でしたが、酸味・香りは高く品質は良好。収量は裏年ということもあり部会全体で約1,200㌧でした。

当部会の前身は、昭和48年から平成元年にかけて日吉・松野・広見で立ち上げられたゆず生産組合で、平成23年にこれらの支部を一本化したもののが「鬼北ゆず部会」になっています。現在、部会員は約600人と非常に大きな部会となりました。

ゆずには、普通の長靴で踏むと簡単に突き抜けるほど頑丈なトゲがあります。4年前からトゲの少ないゆず苗に改良し配布するなど、作業時の負担を軽減する工夫もしています。しかし、重たいキャリーを運搬しなければならないという重労働です。近年は部会員の高齢化も著しく、専業でやっている若い人はほとんどいません。できれば若い人に生産に従事してもらいたいという思いがあります。

ゆずはJAに委託して、集荷・販売してもらっていますが、運営自体は部会がしていません。大事なのは「JAに買い取ってもらつてなければいいゆずは作れない」と思います。組織が大きくなつた今こそ、部会員全員がしっかりと意識を持ち、もっと強い組織になれるよう努力しなければならないと考えています。

理事会報告
平成29年度 第8回理事会 次第

平成29年11月29日(水)

J A 全国監査機構期中監査改善指示書について
平成29年度上期監事監査報告について

(委員会報告)
農産青果本部委員会
生活本部委員会
管理本部委員会

（協議事項）

第1号議案 第2号議案 第3号議案
経済事業再編について
貸出の承認について
平成29年度「農業経営資金」の取扱について

第4号議案 第5号議案
支所生活店舗（委託店）の廃止について
土地の売買仮契約について

（報告事項）

第1号議案 第2号議案 第3号議案
平成29年9月末経営分析結果について
平成29年9月末財務基盤向上プラン実績について

第4号議案 第5号議案
平成29年10月末事業実績について
平成29年9月末財務基盤向上プラン実績について

第6号議案 第7号議案 第8号議案
平成29年度中期経営計画進捗状況報告（平成29年度上半期）について

第10号議案 第11号議案 第12号議案
平成29年度認定農業者訪問状況について
経済事業内部統制整備の進捗状況報告について

第13号議案 第14号議案 第15号議案
平成29年度監事監査外部確認結果について
平成29年度温州みかん出荷計画及び出荷実績について

第16号議案 第17号議案 第18号議案
平成29年度産主食用米集荷実績について
共栄火災海上保険株式会社の株式売却について

第19号議案 第20号議案 第21号議案
平成29年度産主食用米集荷実績について

（その他）
丸之内駐車場について
次回理事会開催予定について
平成29年12月22日(金) 午後1時30分

組織ふれあい推進室では11月末現在で、管内の認定農業者219人を訪問しています。今回は、これまでに頂いた意見の一部分と、その回答をお繋ぎさせていただきます。



組織ふれあい推進室
山本 久幸 室長

間米については、独自販売に向けて協議しています。一般的の米と差別化が必要となるため、食味計の導入・土壤診断等の検討をしております。また、その他の地域においても、今後、検討してまいりますので、ご理解をお願いします。

新規採用者に限ったことではないが、農協職員が長続きせず、中途半端な年齢で辞めていくことに問題がある。

- 生産資材（農薬・肥料等）の価格は安くならないか。
- 肥料については、8割の商品が安く供給できていると思います。品目については高いものもありますので、予約注文することで価格を引き下げております。また、「しあわせ化成」に代わる肥料については、平成30年1月より予約注文を頂けると2割ほど安く購入できます。農薬については、予約注文にて価格を引き下げていますので、ご理解・ご協力をお願いします。

米の価格が安いのでもう少し高く買えないのか。

全農と協議のうえ、ここ3年間米の買い取り価格を上げております。平成29年度のコシヒカリ一等米については、前年比1200円高(60kg)で買い取りしております。引き続き来年以降も全農と協議してまいりますので、ご理解願います。

米のブランド化に取り組んでほしい。

平成30年度のモデル地区として、三

農地を購入したくても、當農資金の条件が厳しく購入することができない。もう少し弾力的な融資条件にしてもらえないか。初めて農業に取り組む農家は、収入が少ないため緩和してもらいたい。

● 農業所得増大・地域活性化に資する商品として、シンプルかつ有利にご利用いただける「JA農業おまかせ資金」があります。なお、要領や基準に照らし、保証人の必要や融資額の上限が決まりますので、一度支所にご相談ください。

● TACが専任指導できるような体制整備（要員配置等）を整えてもらいたい。

支所再編等の取り組みを行い、當農センターへ増員をし、TACが外に出で指導でくるよう検討してまいりますので、ご理解を願います。



全国の旬のおいしさを毎月お届けします。

皆様に存分にご満足していただける旬の品々をご用意いたしました。旬の味覚が満喫できる月別商品や贈り物に適した歳時商品、年間を通じて味わえる通年商品まで、ご希望に合わせてお選びいただけます。

お申込受付中!!



果実・生鮮品・加工品（お肉・お魚・惣菜・種類・デザートなど）を多数掲載しています。※左の写真はほんの一例です。

● お申込方法について

・商品は、毎月1品以上お選びいただき、平成30年4月より平成31年3月までの毎月1回、計12回お届けします。3,400円～16,400円の商品を取り揃えています。（送料・税込価格）
・1枚の購入申込書につき3ヶ所までのお届けの指定ができます。
・ちょっとしたご贈答・プレゼントにもご利用いただけます。
(7月・8月と12月の発送商品には簡易的小貼付も、あります。簡易のしのぬ、名前等はお入れできません。)
・カタログおよび購入申込書はお近くのJA（農協）にご用意しております。
・カタログに掲載している月別商品または、歳時商品、通年商品の中から各月1品以上、年間一括でお申込みください。

● お届けについて

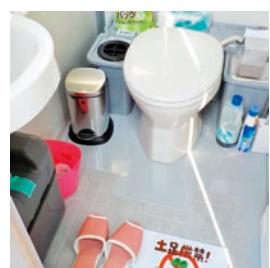
・毎月、申込商品を宅急便にて産地（加工センター）よりお届けいたします。
夜間お届け（18:00～20:00頃）も、お受けいたします。
●お支払い方法について
・月々のお支払いは、JA（農協）にお持ちの貯金口座から自動振替となります。なお、JAに貯金口座をおもちでない方は、新たに口座を開設していただきますようお願いいたします。

会員様の声



「旬鮮俱楽部」のお問合せ・お申込みは、お近くのJA（農協）へお問い合わせください。

樹園地にきれいな簡易水洗トイレを試験設置



宇和島地区農業改良普及事業推進協議会（宇和島市・JAえひめ南・南予地方局）は、若い柑橘女性農業者と共同で農作業環境の改善に取り組んでいます。今回は農繁期の4か月間（10月4日～2月4日）、宇和島市吉田町玉津地区に簡易水洗トイレを試験設置しています。

これは、若い女性農業者から強い要望があり試験的に設置したもので、どなたでも使用できます。このトイレは、高齢者にも使いやすい洋式便器を採用し、中で着替えもできるようにフィッティングボードも設置しています。設置されたトイレを視察した若い女性農業者らは、「清潔で使いやすそう。収穫時期は、収穫作業に加え家事、保育園のお迎え等忙しいので、トイレが園地の近くにあると作業時間の短縮にもなっていいですね。」とトイレの試験設置を歓迎しました。

どなたでも利用できますので、是非一度利用してみてください。このトイレに関してご質問等がございましたら、南予地方局産業振興課地域農業室 田辺（28-6117）まで、お問い合わせください。

統音からひとこと

本誌の感想をはじめ、皆さん自身のまわりで起きた小さなニュースをお送りください。掲載させて頂いた方にはもれなく、お近くの支所店舗でお使い頂ける500円分の商品券をお贈りします。(お送りいただいた内容は主旨を変更しない範囲で語句を修正させていただく場合があります)

退職して6年、家庭菜園を始めていますが、當農センターだよりを参考にすることにより、毎年野菜の出来がよくなっています。何事も経験が大切ですね。

(宇和島市 Y・Sさん 45歳)

スケートの羽生結弦選手が「陰陽体選手らに鯛入り炊き込みご飯ふるました。女性部役員さん、お疲れ様でした。地元の大きなPRになつたと思います。卓球選手の笑顔がいいですね。

(吉田町 M・Sさん 55歳)

信用部のM・窓口ロールプレイング大会の結果発表のページを拝見しました。知人の写真を見つけてうれしくなりました。皆様とても頑張つておられるのですね。これからも応援しています。

(鬼北町 Y・Kさん 60歳)

国体選手らに鯛入り炊き込みご飯ふるました。女性部役員さん、お疲れ様でした。地元の大きなPRになつたと思います。卓球選手の笑顔がいいですね。

先日、北海道の知人よりゴボウやジャガイモを送つて頂き、その時に「みなみかぜ」を頂き、その中にゴボウのかき揚げ丼が載つていましたので、早速作りました。おいしかったです。いろいろとまたお願ひします。

(宇和島市 T・Kさん 68歳)

「**あ**ぐりスクール」はとても貴重な体験ですね。生徒はもちろん若い保護者の方も食の根幹である農業の大切さを学ぶことができたと思います。(愛南町 T・Tさん 65歳)

考にすることにより、毎年野菜の出来がよくなっています。何事も経験が大切ですね。

(愛南町 M・Tさん 66歳)

薬になる根菜ゴボウ。食品の中でも根菜の中でも私はゴボウが一番好きです。そのせいか便秘、高血圧、風邪、貧血の予防に役立っています。ありがたいです。

(三間町 S・Nさん 69歳)

ゴボウ大好き!水にさらさず風味を生かしてキンピラに。残ったら翌日かき揚げにしています。ゴボウサラダ、豚汁、お出し、巻きずしの具にも。歯ごたえがあつておいしいですね。

(吉田町 K・Mさん 65歳)

いつも余分なお金があつたら農協に預けるようと思つています。利息がとてもいいからです。でも、余分なお金はなく、いつも空振りになってしまいます。もう少し考えてから預金に回したいと思っています。

(宇和島市 M・Sさん 61歳)

お便りを掲載させて頂いた方にはもれなく、お近くの支所店舗でお使い頂ける500円分の商品券をお贈ります。

おなじみ収穫

Cooking



●POINT 炊き込みご飯を万能の合わせだしで、具材を変えいろいろ炊いてみましょう。

●材料(3人分)

米	2合	合わせだし
ダイコン	10cmほど	かつおだし 3/4カップ
ニンジン	1/4本	薄口しょうゆ 小さじ2
乾燥ひじき	大さじ1	みりん 小さじ2
		料理酒 小さじ2

●作り方

- (1)米をといで、ざるにあげておく。ダイコン・ニンジンはさいの目に、ひじきは水に漬けて戻しておく。
- (2)(1)の材料と合わせだしを炊飯器に入れ、炊き込みモードで炊き上げる。
- (3)炊き上がったら蒸らしてかき混ぜ、器に盛り付ける。



今日の表紙

以前、テレビ番組で「涙活」という言葉を耳にしました。涙を流すことできることでストレス解消することができます。涙もろい人は簡単にできそうですが、そうではない人はどうすれば?そっちの方が気になつて調べてみると「基本的に泣けない人はいない」そうです。「泣けない理由はその人のツボにハマらないかつただけ」とのこと。友情、子ども、動物など、誰でも泣けるツボはあるはずです。大人になり、あまり機会がありませんが、たまには「泣く」という行為も必要なのかかもしれませんね。

(松浦)



今月の表紙はあぐりスクール生ミカン収穫体験の様子です。みんな上手にミカンの収穫をしていました。中には「農家さんですか?」と疑うほどのハイスピードで次々と収穫していく強者生徒の姿も。農繁期には戦力になること間違いなしです。



ダイコンのプロフィール

解説: KAORU

【分類】アブラナ科

【原産地】地中海沿岸、中央アジア、中国

【和名】すずしろ、おおね

【おいしい時期(旬)】冬 10~3月

【主な栄養成分】アミラーゼ、ジアスターーゼ、イソチオシアネート、カリウム、カルシウム、ビタミンC、食物繊維など

保存方法

葉付きの場合は、必ず根と葉を切り離して保存。葉が水分に栄養を奪い風味や食感が落ちる

葉はゆでて水気を絞り刻んで冷凍保存



ダイコンのチカラ

葉は緑黄色野菜(ビタミン類など栄養豊富)

根は淡色野菜(水分が多く低カロリー)

カリウム、カルシウム、β-カロテン、ビタミンC-E、食物繊維

根は淡色野菜(水分が多く低カロリー)

カリウム、ビタミン、

食物繊維、アミラーゼ、

ジアスターーゼ、オキシダーゼ、

イソチオシアネート



消化を促進する酵素が含まれるアミラーゼやジアスターーゼは胃もたれや胸焼けに効果がある

オキシダーゼは、がん予防にも効果があり期待できることで注目されている辛味成分のイソチオシアネートは胃液の分泌を促す効果がある

ジアスターーゼは熱に弱いため生食でより効果を発揮!

楽しみ方・食べ方のコツ



葉に近い部分ほど甘く、先に近い下の部分ほど辛味が強くなる

大根おろしを極める

おろし金はギザギザした刃が鋭いものを使うのがお筋め

鬼おろし(竹製)は存在感のある粗めの食感のおえ物やサラダ、そばなどに

葉も栄養が豊富なため細かく刻んで油で炒め、しょうゆやかつお節、ごまなどで調味するとぶりかけに

葉に近い部分は辛味が少なく硬めなのでサラダや炒め物に

中央部分は甘味がありみずみずしく柔らかいのでおでんや風呂吹き大根に最適

先端はみその具、煮込み物、漬物に便利に

下処理 茶こし袋にスプーン1杯程度のお米を入れて一緒にゆでよう。あくや苦味が取れてよりおいしくなる。おでん汁でもOK

むいた皮はきんがらやかき揚げ、漬物などで無駄なく食べよう

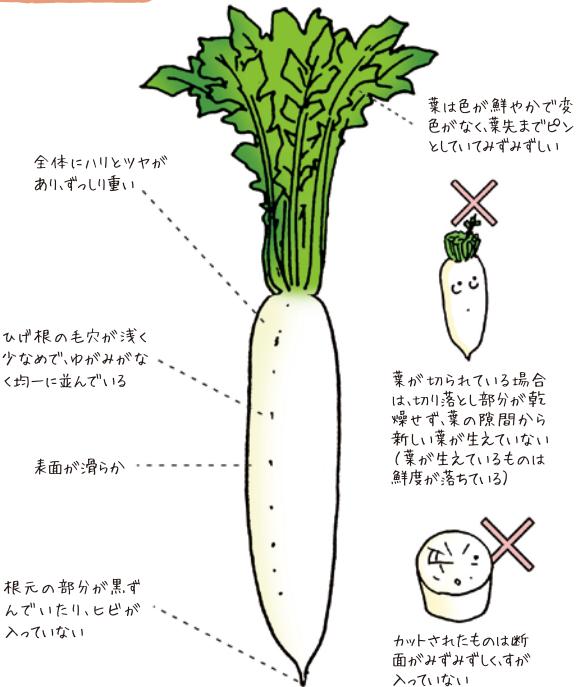
煮物の隠し技

隠し丁は、中まで味が染み込むように、ダイコンの繊維に沿って格子状に切り込みを入れる技。風呂吹きやおでん、ボトフなど煮物に有孔の角を面取りすると煮崩れしき形がきれいに仕上がる

ダイコン

～消化吸収を助ける、春の七草「スズシロ」～

見分け方



ダイコンのいろいろ

青首大根

市場に最も多く出回っている。首の部分が緑色なので青首といわれる。甘味がありみずみずしく、おでんや風呂吹き大根をはじめサラダや漬物、炒め干し大根など幅広く使える



辛味大根

辛味の強いダイコンの総称。水分が少なく、おろしてそのままの味として使う。長野県や京都府などで栽培



聖護院大根

京都の伝統野菜。肉質は緻密で柔らかく、甘味が強い。煮崩れしにくく味もよく、染み込み、煮物に最適。千秋漬けにしてもおいしく食べられる



亀戸大根

重さが7kgにもなる大型のダイコン。鹿児島県の特産で江戸時代から栽培されている。肉質は柔らかく、煮崩れしにくい。おでんや風呂吹き大根に最適



種馬大根

東京都の練馬地方で江戸時代から栽培されている伝統野菜。上部が緑色にならない白首大根で、長いのが特徴



ラディッシュ

欧洲生まれのダイコンで、和名はハツカダイコン。2cmほどの丸形が主流。生のままサラダにしたり、酢漬けなどに



ダイコンのヒミツ

エジプト

紀元前3000~2000年
ヨルには食用に



日本へは中国、朝鮮半島を経て奈良時代には伝わったと考えられている



『古事記』の仁徳天皇の系に「大根(於富泥(おほね))」の文字を含む歌が見られる

春の七草

春の七草の一つ「スズシロダイコン」