

みなみかせ



・全国からの支援に感謝

吉田町でボランティアが活躍

・収穫、運搬諦めない

1つでも多くの出荷を目指して

・ミカンPR

JR や地元スーパーで配布

特集

全国からの支援に感謝

—吉田町でボランティアが活躍—



かんきつ農家
(吉田町法花津)
西村保人さん



1月7日で西日本豪雨から半年を迎えました。甚大な被害を受けた吉田町では、全国各地から訪れたボランティアやアルバイトが活躍し、被災農家の支えになっています。

ボランティアやアルバイトは、JAえひめ南吉田営農経済センターにあるみかんボランティアセンターが10月1日から募集。同JAが運営する共同宿泊施設や空き家を利用して、ミカンの収穫や運搬を手伝っています。10月1日以降、県内外から延べ991人(ボランティア939人・アルバイト52人)が集まり活動しました(12月5日時点)。

農家の支え



左から：黒岩さん、古川さん
(福岡県朝倉市)

愛媛にようこそ

昨年11月25日、吉田町法花津のかんきつ農家・西村保人さん(51)はボランティアを出迎えました。宇和島の魅力を知ってもらおうと、吉田町と宇和海を一望できる自慢の園地に案内しました。従事した古川夏代子さんと黒岩直美さんは福岡県朝倉市在住。活動を知り、2017年7月の九州北部豪雨の際に自身が全国各地から受けた支援の恩返しをしたいという思いで駆け付けてくれました。愛媛に訪れるのもこのボランティアが初めての2人。休憩中に宇和島のミカンを味わい「甘くて美味しい」と笑顔を見せていました。ミカンの収穫もボランティアを通して初めて経験したそうです。



みんなで乗り越える

西村さんは、園地250坪のうち約3割が被災。土砂崩れでモノレールやミカンの木を流失しました。災害直後は土砂崩れで農道がふさがれ、山に上ることさえできませんでした。しかし、地域住民が一丸となって、できることから」と、災害2日後から復旧作業を開始。周囲の生活再建を手伝う傍ら、近隣

の農家と園地の復旧作業に奔走した日々を振り返り「被害に遭い、復旧作業に追われ園地に行けなかった間にできたこともたくさんあった。ミカンは手をかけた分だけ品質に現れるから時間は取り戻せないと思っていたけど、多くの方々のおかげで収穫を迎えることができた」と話します。



それぞれの思い

3人は交流を深めながら、鮮やかなオレンジ色に実ったミカンの摘みに汗を流しました。西村さんは「収穫は人間の手でないとできない作業。だから一人でも二人でも助けてくれると本当に助かる」と感謝。例年10日〜2週間ほどかかる収穫作業が、ボランティアの2人のおかげで2、3日早く終わりそうだと胸を撫で下ろしていました。

古川さん、黒岩さんは「これからも決して諦めず元気で農業を続けてほしい。私たちも、少しでも力になれば」と作業に励んでいました。

一つでも多くの出荷を目指して奮闘

収穫、運搬 諦めない

運搬アルバイター活躍

農業用モノレールが被災したかんきつ農家の園地では、JAえひめ南が11月から募集している「みかん運搬アルバイター」がミカンの運び出しに汗を流しています。主力の南柑20号の収穫が最盛期中、モノレールが破損し自ら復旧作業をしている状況の被災農家。各地から訪れたアルバイターは、収穫物を砂利やがれきで足場が悪くなった場所から手作業で持ち出



運搬に汗を流すアルバイター



したり、パワカート(電動一輪車)に載せて軽トラックまで運ぶなどの支援をしています。賃金は、国や県、市の補助金を利用し、農家は約1割を負担します。アルバイターを導入した農家は「手を貸してもらい助かっている。モノレールの復旧が間に合わない不安も解消され、例年通りに収穫できそうだ」と安堵した様子でした。

策道を使って

吉田町白井谷のかんきつ農家・赤松耕治さんの園地35^{アール}では、空からミカンを運び出す「索道」を使った運搬に取り組みました。赤松さんの園地ではモノレールの復旧が遅れており、クローラー(小型運搬車)や人力による運搬も困難な状況でした。農家やJA、県などが協議し、最終手段として「索道」の利用に乗り出しました。被災園地で初の取り組みです。12月初旬に伊予郡砥部町の(株)ニシイチが設置しました。20日間のレンタルで費用は83万円。補助

金(負担割合は、国が2分の1、県と市が5分の1ずつ)を利用し農家は1割を負担します。

「索道」は、モノレールが開発される以前の昭和30〜40年代に主力だった運搬方法。装置はエンジンで稼働し、リモコンを使って搬器を上下させます。一度に6キヤリ(90^{キロ})積載可能。高さ100^{メートル}、距離200^{メートル}で、園地の最上段から片道約4分間で地上に届きます。モノレールに比べ時間はかかりますが、安全に運搬することができます。



策道を使って地上に運び出されるミカン

JRや地元スーパーで配布

ミカンPR

南予への旅路にどうぞ

11月17日、JR四国や地方自治体と協力し、「がんばってますー南予 南予観光きっぷ」発売を記念して特急列車の乗客に管内の温州ミカン配布しました。

切符は、JR四国が発売する松山〜宇和島駅の区間の特急・普通列車の自由席が11月17日〜12月16日の土、日、祝のみ1日1000円で自由に乗り降り可能なフリータイプで、1日50枚限定で発売しました。愛媛県を訪れた観光客に南予まで足を延ばしてもらうことが狙いです。

法被姿の黒田義人組合長や岡原文彰市長、佐伯登志男南予地方局長らが宇和島駅の特急列車「宇和海9号」の乗客約50人に「ようこそ宇和島へ！」と声を掛けパンフレットと共に温州ミカンを手渡し歓迎しました。



左から：岡原宇和島市長
黒田組合長
佐伯南予地方局長



スーパーの入り口でミカンを手渡すJA職員ら

地元スーパーと連携

11月30日、1967年にフジ1号店として始まった宇和島市恵美須町のフジ宇和島店リニューアルオープンを記念し、管内のミカンをPRしました。

開店前から長蛇の列で、オープンと同時に大勢の客が来店。愛媛県のイメージアップキャラクターみきゃんの袋に包んだ南柑20号を1人1個限りで先着600人に無料配布しました。法被姿のJA職員らが店員と協力し、入り口で「JAえひめ南のミカンです！」と声をかけながら手渡しました。

同店では、リニューアルオープンに伴い店内のかんきつ販売コーナーを拡大。管内の紅マドンナや復興ミカンなどをはじめ品揃えが充実しています！同日はJA職員が南柑20号の試食宣伝を行い、多くの人が「甘くて美味しい」と笑顔を見せていました。



12/1

谷口さん農林水産大臣賞

大洲市のJA えひめアイパックス(株)で12月1日、2018年度県総合畜産共進会(県畜産協会主催)「肉牛・肉豚の部」「交雑種・乳用種の部」の審査・表彰式が行われました。管内農家5戸が出品し、谷口貴さん(写真Ⓔ)が農林水産大臣賞(優等賞首席)に輝きました。谷口さんは「今後も牛にストレスをかけないように、丁寧な飼養管理に努めたい」と審査結果を喜ばれていました。

【肉牛枝肉部門】 第一部 黒毛和牛(去勢・雌)

優等賞首席 谷口 貴 (去勢)花久幸

1等賞3席 氏原 清時 (去勢)春之国

(情報提供:農産指導課・酒井優)



12/2

鳥取中央「大農業祭」でPR

JA えひめ南は12月2日、JA 鳥取中央の本所で開かれた合併20周年「大農業祭」に参加しました。JA 鳥取中央職員の協力のもと、「みなみ会」こだわりグループの早生ミカンを販売し、170箱が完売しました。また、宇和島市の特産品じゃこ天の販売も行い、来場者が列を作って並びました。日本海ケーブルネットワーク(NCN)の生中継でPRも行いました。

両JAは今後も交流を深め、地域農業の活性化に向け連携します。営農経済事業本部の吉見一弥本部長は「今後もJA間の交流を大切に、地域のために協同の力を発揮する」と話しました。



- ・田舎巻
- ・吉田コロッケ
- ・お味噌汁
- ・紅マドンナ



12/8

伝統料理に挑戦

女子大学「おれんじキャンパス」は12月8日、カリキュラム第4回目の料理講習会を立間中央支所で開きました。11人が参加し、地元伝統料理の田舎巻と吉田コロッケを作りました。

女性部が献立を考案し、講師を務めました。野菜や魚のすり身など地元の食材で調理しました。講師のお手本を見ながら作り方を学び約1時間で完成させ、講習会後に昼食として美味しく味わいました。参加者は、「思ったより簡単にできてびっくり。家でも作りたい」と話していました。



12/9 交通安全たのしく学ぶ

共済部は12月9日、JA本所で「JA共済アンパンマン交通安全キャラバン」を開き、たくさんの親子連れで賑わいました。

アンパンマンの大きな掛け声で始まったショーでは、子どもたちに「道路を渡る時は左右を確認して、手を挙げて渡ろう」と呼び掛けました。歌や踊りを交えながら楽しく交通ルールを学び、アンパンマンたちと一緒に踊る子どもたちの姿もありました。また、イベントの最後にはアンパンマンたちとの握手会が行われました。

12/11 イチゴとれたよ

青壮年部・津島青壮年部は12月11日、宇和島市津島町清満の西田知史さんの圃場に同市立清満幼稚園の園児6人を招き、イチゴの収穫体験イベントを開きました。

園児は西田さんから収穫法を教わり、「紅い罎」を楽しそうに摘み取りました。とれたてを味わい、「甘くておいしい」と笑顔でした。イチゴは9月28日に園児が定植し、西田さんが管理したものです。体験をきっかけに、苦手だったイチゴが食べられるようになった園児もいました。同幼稚園では翌日、西田さんが育てたイチゴをクリスマス会のケーキにも使ったそうです。



12/15 あん餅上手に完成

あぐりスクールは12月15日、最終カリキュラムのもちつき体験を三間町元宗のJA三間ライスセンター横葉たばこ集荷場で開きました。

スクール生33人が参加し、女性部員の指導できねを使って餅をつきました。餅をちぎり、あんこを包み丸める作業も体験しました。第5回目のカリキュラムで刈取りしたもち米30^{kg}で、約700個のあん入り餅やきなこ餅を作りました。スクール生らは「自分で収穫したもち米で作ったおもちはおいしい！」とつきたての餅を味わいました。



12/15

心込め伊達家墓所清掃

12月15日、宇和島藩伊達家墓所菩提寺の金剛山大隆寺で清掃ボランティアがあり、JA職員10人が参加しました。歴代藩主らが眠るこけむした墓所で、竹ぼうきや軍手を手に落ち葉をかき集めたり、雑草を抜き取ったりしました。本年も引き続きボランティア活動に参加し、地域貢献・地域活性化に取り組みます。
(情報提供:総務課・岡部)



12/18

ヨガでママ友づくり

子ども倶楽部は12月18日、1歳未満のお子さんを持つお母さんを対象に「産後YOGA」を開き、13人が参加しました。

インストラクターの松浦波津子さん指導のもと約1時間ヨガを体験。参加者はアロマの香りに包まれながらリラックスした様子で取り組んでいました。シェイプアップや疲労回復、ストレス解消に効くポーズなどを実践し、「心身ともにスッキリした」と大好評でした。



12/18

シェイクアウトえひめに参加

JAえひめ南は12月18日、南海トラフ巨大地震を想定した地震防災訓練「シェイクアウトえひめ」に参加しました。支所長会の終了後、日本シェイクアウト提唱会議が作成したアナウンスを利用して訓練し、約1分間机の下で頭を守り動かないなど、身を守るための安全行動をとりました。黒田義人組合長は「日頃から身の安全を守る場所を確認し、実践して欲しい」と呼び掛けました。



12/20

水稲担当者会議

営農振興部農産指導課は12月20日、JA本所で水稲担当者会議を開催し、各支所の水稲担当者らが参加しました。会議では、2019年の栽培指針を確認し、水管理や防除の時期、除草剤使用基準など栽培技術のポイントを共有しました。また、2019年秋に導入される水稲新品種「ひめの凜」の生産振興や認定栽培者募集要領について把握しました。



12/22

お節料理に挑戦

女性部エルダー部会津島支部は12月22日、岩松支所でお節料理作りを行い部員11人が参加しました。家の光に掲載されている伊達巻や紅白なますなど、13品に挑戦。役割分担し、約3時間で完成させました。参加者は「みんなで楽しく作れてよかった。来年も挑戦したい」と笑顔でした。エルダー部会津島支部は昨年発足し、会長を中心に活発に活動しています。



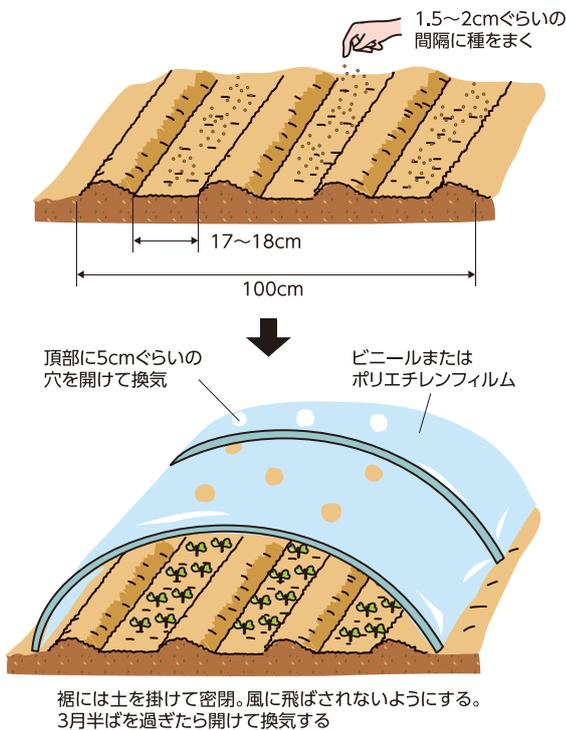
あなたもチャレンジ！家庭菜園／坂木技術士事務所／坂木利隆

春取り小カブのトンネル栽培

立春が過ぎ、日差しの強まりを感じ始める頃になると、今年の家庭菜園の仕事始めです。一番先に種まきできるお薦めの野菜は小カブです。

トンネルで被覆し、保湿すれば4～5月に白肌できめ細かく肌触りの良い、おいしい小カブが楽しめます。

種のまきどきは2月中旬で



す。寒い地域では気温差を考慮して種まきを遅らせましょう。

種のまき方は、畑に1m幅のベッドを作り、全面に完熟堆肥と菜種油かす、化成肥料を均一になるようにばらまき、15cmほどの深さによく耕し込みます。そしてまき溝をくわ幅よりやや広め(17～18cmぐらい)に3列、溝底が平らになるよう丁寧

り、溝の外にはみ出さないよう注意しながら、ジョウロでたっぷり灌水(かんすい)しておきます。発芽ぞろいまでトンネルは除覆しないので、このことを考えて十分に灌水してください。

種まきはまき溝の中に種間隔が1.5～2cm離して満遍なくまき、その上に1cmぐらいの厚さに覆土します。トンネルの裾には土を掛けて密閉して発芽を促します。種まきしたらすぐ密閉してしまうので、発芽と初期生育に必要な量を十分灌水しましょう。

発芽して本葉2～3枚に育ったら、トンネルの頂部に小穴を開けて換気し、さらに内部が日中30度を超すようになればトンネルの裾も開けて気温の上昇を防ぎます。

育つにつれて株間が込み合わ

ないよう間引きをし、灌水を適宜に行つて乾き過ぎないように注意してください。また、生育中は、葉の緑が淡くなりかけた頃に、溝の外側に化成肥料をばらまいて追肥します。

球径が5cm内外に育ったら収穫開始です。途中で間引いた物も上手に利用しましょう。春の小カブは葉も柔らかかですので、汁の実や漬物にしてもおいしくいただけます。

トンネル換気、除覆すると、コナガ、アブラムシ、ヨトウムシの幼虫などが害するので、発生状態に注意し、初期に適応殺虫剤を散布して防ぎましょう。
小カブはその後も次々に種をまいて栽培できます。

※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。

JAえひめ南組合員

自己改革に関する組合員調査結果

特集

No.7

自己改革への挑戦

JAえひめ南の取り組み

🍊 調査の概要

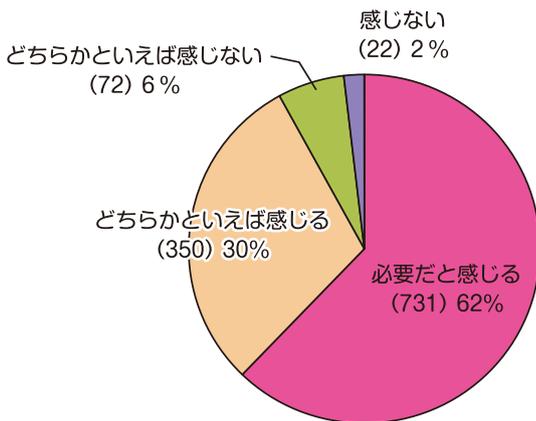


- 調査実施期間 平成30年1月～3月
- 調査方法 訪問による調査票の配布・回収
- 調査実施数 1,500名（正組合員750名 准組合員750名）とし、無作為抽出
- 回収率 正組合員：86.6% 准組合員：71.0%

🍊 調査の結果

🌱 JAの必要性について

【正組合員・准組合員】



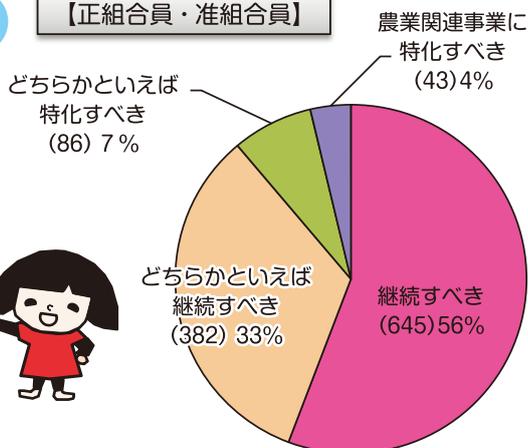
「JAの必要性」について、アンケートに答えていただいた92%の組合員の方から、この地域においてJAが必要であると回答をいただきました。もっと感じていただけるよう自己改革に邁進いたします。



🌱 総合事業の継続について

【正組合員・准組合員】

「総合事業の継続」についても、アンケートに答えていただいた89%の組合員の方から、総合事業は継続すべきと回答をいただきました。総合事業を通じて。農業振興・地域活性化に取り組みます。

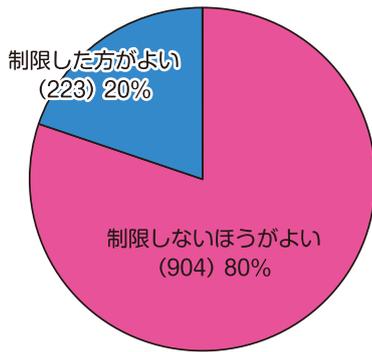


総合事業とは？

JAえひめ南では、農業関連事業のほか、生活関連事業（ガソリンスタンド等）や信用事業（貯金や貸出業務等）、共済業務（ひと・いえ・くるまの総合保障）など、様々な事業をおこなっております。これを「総合事業」と呼んでいます。

准組合員の事業利用制限について

【正組合員・准組合員】



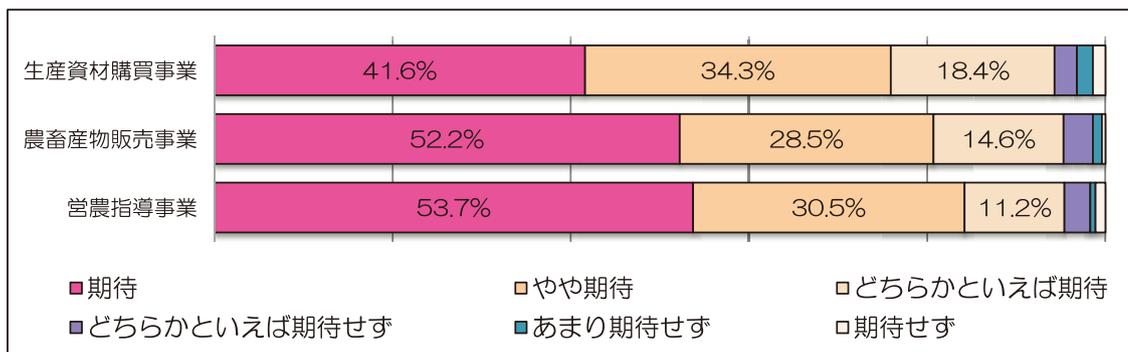
「准組合員の事業利用制限」については、准組合員のくらしの利便性や正組合員の農業やくらしに大きな影響が出ることが懸念されます。アンケートにおいても、80%の方から制限しないほうが良いとの回答をいただきました。



農業関連事業について

【正組合員】

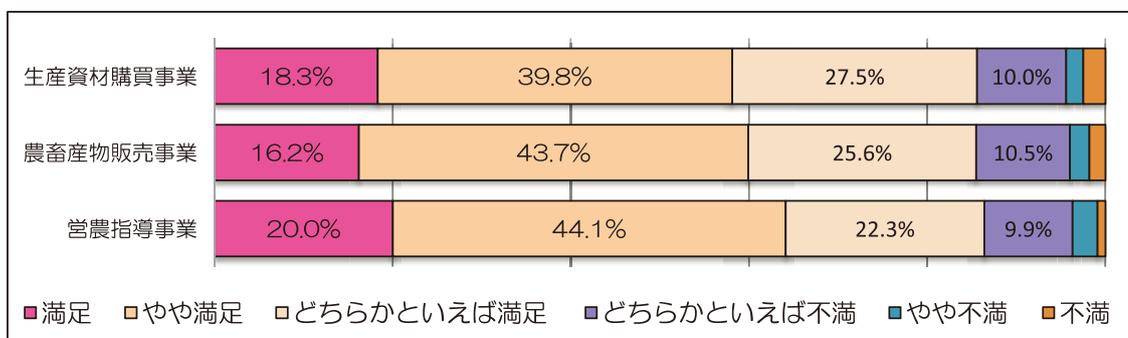
(1) JA農業関連事業の期待度



生産資材購買事業や販売事業、営農指導事業などは、アンケートに答えていただいた正組合員の95%以上の方が、期待をしていると回答をいただきました。期待に応えるよう営農関連事業の改革を積極的に展開していきます。



(2) JA農業関連事業の満足度



生産資材購買事業や販売事業、営農指導事業など85%を越える満足をいただきました。これに当組合は満足することなく、さらなる高い満足をいただけるよう自己改革に取り組みます。

パズル？ 頭の体操

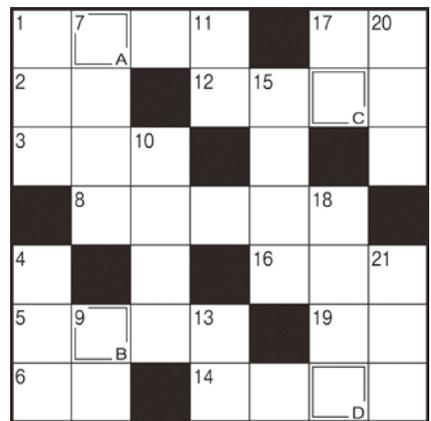
出題●ニコリ

タテのカギ

- ① 佐々木小次郎はとても長い物を使っていたか
- ④ うわさが広がる際につくことも
- ⑦ 鉄道のレールの下に並べます
- ⑨ 人数を数えるときに使う言葉
- ⑩ パソコンのマウスのボタンを力チツと押すこと
- ⑪ 子羊の肉のこと
- ⑬ 3・14・159……と続く円周――
- ⑮ 道端のこと。――駐車
- ⑰ 寝不足で目の下ができる人もいます
- ⑱ 小説家・尾崎紅葉の代表作『――夜叉』
- ⑳ ショートケーキによく似合う赤い果実
- ㉑ マンションの――人さんにあいさつをして出掛けた

ヨコのカギ

- ① 雪を積み上げ、中を掘って作る雪室
- ② マージャンをするとき囲みます
- ③ 劇場の舞台や花道の地下にあります
- ⑤ 1日に1枚ずつ剥がすカレンダー
- ⑥ 起立！――着席！
- ⑧ バレンタインデー、彼氏や夫へではなく知人や上司へ、感謝の気持ちを込めて贈ります
- ⑫ 足利尊氏が開いた――幕府
- ⑭ 片時もそばを離れませぬ
- ⑯ 漢字で書くくと浮塵子。稲の害虫です
- ⑰ 地面につちなで打ち込みます
- ⑲ カクテルのベースに使う蒸留酒の二つ



12月号の答え



たくさんのご応募ありがとうございます。12月号の答えは「トシワスレ」でした。正解者の中から抽選で5名の方に、JA支所店舗などでお使いいただける1500円分の商品券をお贈りします。なお当選者の発表は、賞品の発送に代えてさせていただきます。(〆切2月28日)

メール eminami@ja-eminami.or.jp

〒798-0031 宇和島市栄町港 三三〇三 JAえひめ南 総務課行き

〇月号の答え〇〇〇〇〇〇〇〇
郵便番号 住所
氏名(年齢) 電話番号
本誌に関する感想やご意見などをお聞かせください。

JAえひめ南旅行センター からのお知らせ

JAえひめ南旅行センター 九州再発見の旅 最終章

今回は九州再発見の旅 最終章についてご紹介いたします。今回は以前にもご紹介した神宿の島宗像や炭鉱で栄えた旧伊藤伝右衛門邸をご紹介します。

「世界文化遺産に登録された宗像」

「神宿の島」宗像・沖ノ島と関連遺産群(かみやどるしま)むなかつたおきのしまかんれんいさんぐんは、2017年、文化遺産に登録されました。登録資産は、沖ノ島の3つの岩礁・小屋島、御門柱・天狗岩を含めた8資産。3つの岩礁は、沖ノ島の南東約1km程にあります。九州北部に位置する宗像・沖ノ島地域には、国内最大級の祭祀遺跡である沖ノ島やその祭祀に関わった古代有力氏族の古墳群が保存されています。

宗像・沖ノ島と関連遺産群は、4世紀後半から9世紀末までの約500年間、航海の安全などを願い多くの装飾品などを用いた祭祀が行われていたことや、それが日本固有の信仰として今に伝えられていること、祭祀権を掌握した古代有力氏族に関連する遺跡群が遺され、現在でもその信仰が継続されていることが評価されています。



農協観光 愛媛支店
田代 雅裕

「旧伊藤伝右衛門邸」

この建物は筑豊の著名な炭鉱経営者であった伊藤伝右衛門の本邸として明治30年代後半に建造。大正初期、昭和初期に数度の増改築が行われました。高い塀は旧長崎街道に面しており、昭和2年に焼失した福岡市天神町にあった別邸、通称銅御殿から移築された長屋門や、伊藤商店の事務所が目を引きます。

邸宅は南棟(正面)、北棟(庭側)、両者を結ぶ角之間・中之間棟、玄関、食堂棟、繫棟の家屋5棟と土蔵3棟からなり、池を配した広大な回遊式庭園を持つ近代和風住宅です。和洋折衷の調和のとれた美しさ、当時先進的だった建築技術や、繊細で優美な装飾を随所に見ることが出来ます。また、柳原輝子(白蓮)が伝右衛門の妻として約10年間を過ごしたゆかりの地で、伝右衛門や白蓮に思いをはせる場でもあります。筑豊における石炭産業の歴史と、これに関わった伝右衛門たちの人生を物語る貴重な遺産をごゆっくりご覧ください。



旧伊藤伝右衛門(イメージ)

出発日：平成31年3月5日(火)〜6日(水)
募集人員：120名(最少催行人員70名)
旅行代金：39800円
お申し込みはお近くのJA各支所まで
九州再発見最終章となりますのでお誘いあわせの上ご参加ください。

敷地面積 約7570平方メートル(約2300坪)
建物延床面積 約10220平方メートル(約300坪)
飯塚市有形文化財平成18年9月26日指定
国の名勝指定(庭園)平成23年9月21日指定

詳しい内容についてはJAえひめ南旅行センターにお問い合わせください。住所：宇和島市栄町港3丁目303番地 TEL：0895-24-5905 FAX：0895-24-5906

辛いとき、悲しいとき、片付け作業の毎日で心がくじけそうになったとき、家族と一緒に食べる夕飯は、心が休まるいやしのひとときでした。

できることは何でもしよう！と意気込んで奮んだボランティア。作業をしたお家の方のおもてなしに、私がエネルギーをもらいました。

あなたを励まし助けてくれた人は誰ですか？

エピソード 作品

南予 いやしのものがたり

写真 作品

向かいの景色、励まし助けてくれたお家の方などどこですか？

作品募集

募集締切 平成31年2月4日(月)

主催 愛媛県南予地方局、南予地方局南予地域活性化支援チーム **がんばってます！南予**

南予いやしのものがたり 作品募集

豊かな自然に、素朴で温かい人情があふれる南予。
平成30年7月豪雨により、南予も甚大な被害を受けました。失ったものは大きく、苦しいときもあるけれど、「1日も早く復興したい」。この気持ちは1つです。
辛いとき、悲しいとき、あなたを励まし助けてくれた人は誰ですか。
頑張りたいとき、前を向きたいとき、あなたの背中を押してくれた場所、風景はどこですか。
南予であなたが体験した心が温まる「いやしのエピソード」、あなたが撮った「いやしの写真」をお寄せください。

エピソードの部

募集内容 災害からの復興過程において心が温まったエピソード
例えば、家族や友人に元気づけられた、災害ボランティアで南予に行ったときに温かいおもてなしを受けたなど
募集規定 日本語で400字以下の作品（つぶやき程度の短文作品も可）※タイトル、氏名は文字数に含めない
応募方法 郵送、電子メール、SNS（ツイッター）でのハッシュタグ投稿（#南予いやしのものがたり）

写真の部

募集内容 災害からの復興過程において、心が温まると感じた場面・風景を写した写真
例えば、心がいやされる・背中を押してくれる風景、家族と過ごすいやしのひとときなど
募集規定 A3に引き伸ばしても画像が荒くならない程度の画素数の写真 ※紙媒体での提出不可
応募方法 電子メール、SNS（ツイッター、インスタグラム）でのハッシュタグ投稿（#南予いやしのものがたり）

募集期間 平成30年12月3日（月）～平成31年2月4日（月）
賞 最優秀賞1名（5千円相当の記念品）、優秀賞2名（3千円相当の記念品）
審査委員 南予地方局長、南予地方局南予地域活性化支援チーム ほか
選考 平成31年2月中
発表 平成31年2月下旬～3月上旬頃（受賞者へ通知またはSNS上のDMにより連絡）
※作品は県HPで公開するほか、県内施設での展示等を予定
注意事項（詳細は愛媛県ホームページをご覧ください）
○応募作品は自作・未発表のものに限ります。類似作を含め二重投稿はお断りします。
○作品は返却いたしませんので、ご注意ください。○応募作品の著作権は愛媛県に帰属します。
○応募先・お問合せ先
〒798-8511 宇和島市天神町7-1 愛媛県南予地方局地域政策課「南予いやしのものがたり」作品募集係
TEL 0895-28-6143 FAX 0895-25-3724 E-MAIL nan-seisaku@pref.ehime.lg.jp
URL <https://www.pref.ehime.jp/nan54144/nanyoishinomonogatari.html> →QRコードから移動できます

南予いやしのものがたり		応募要	
タイトル		部門	「エピソードの部」 「写真の部」 ※応募部門に○をつけてください
生年月日	年 月 日 性別 男・女	学校名	(年)
(ふりがな) 氏名		学年	
自宅住所等	〒		
	TEL () -		

理事会報告
平成30年度 第9回理事会

平成30年12月26日(水)

(研修)
コンプライアンス研修

(協議事項)

- 第1号議案 内部統制システム基本方針の制定について
- 第2号議案 共済規程の一部変更について
- 第3号議案 出資金の減口について

(報告事項)

- ① 平成30年11月末事業実績について
- ② (株)えひめ南汽船 会社解散に伴う関係書類の保存について
- ③ 平成30年度温州みかん出荷計画及び出荷実績について

(その他)

- ① 次回理事会開催予定について
平成31年1月30日(水)午後1時30分

良質米生産は土づくりから

～地力を高め異常気象にも安定した稲作を～

水稻の収量は地力に依存する割合が6割と大きく、また近年の異常気象にも耐えうる稲作をするためにも、土づくりは非常に重要な作業になります。

水稻土づくりのポイント



土づくりの基本(土の性質)

土づくりの3つのポイント

- 化学性の改良
(土づくり肥料の施用)
- 生物性の改良
(稲わらのすき込み、堆肥の施用)
- 物理性の改良
(深耕による根域の拡大)

○化学性の改良「鉄強化美土里の施用」

鉄強化美土里に含まれるケイ酸は、雨などの水にはすぐに溶けず、水稻の根から出る酸や、有機物が分解する過程で生じる有機酸などに溶けて徐々に水稻の根から吸収されるため、早めに散布してもケイ酸分が流亡する心配はほとんどありません。



土づくりは“1等米”生産の基本です

★JAのおすすめ 水稻肥料農薬★問合せは各営農経済センターまで

	用途	品名	規格	当用価格(税込)	特徴
肥料	土壤改良材	鉄強化美土里	20kg	1,555 円	米づくりに必要なケイ酸・鉄の補給に
	基肥＋穂肥	化成肥料444	20kg	1,482 円	生産資材価格引き下げ取組肥料
	基肥一発	早期作用スーパーSRコート802	20kg	3,110 円	早期作・短期作専用一発肥料
		普通期作用スーパーSRコート802	20kg	3,110 円	普通期作専用一発肥料
農薬	箱処理剤	デジタルコラトップアクタラ箱粒剤	1kg	3,716 円	箱剤処理が高品質なお米づくりの第一歩
	除草剤	カチボシ1キロ粒剤	1kg	2,992 円	粒タイプの除草剤
		ビクトリーZフロアブル	500ml	3,014 円	フロアブルタイプの除草剤
		ナギナタジャンボ	250g	3,068 円	ジャンボタイプの除草剤

本誌の感想をはじめ、皆さんの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ちろん、お近くの支所店舗でも使い頂ける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)

ゆず・柿・みかんなど、秋の収穫に喜ばしい写真が並んで1年の移り変わりの早さにたまげざるばかりです。毎年よい笑顔で迎えられるよう頑張っていきたいと思います。

(宇和島市 M・Sさん 62歳)

実りの秋：よりよいものを消費者に届けようと生産者の方々が日々努力されていることが、表紙をはじめ、それぞれの写真や記事から伝わってきました。

(鬼北町 N・Yさん 62歳)

今が旬の「ゆず」。果樹にはトゲがあるので収穫作業は大変だと思いましたが、私は皮を細く切って果汁、はちみつで「ゆず茶」を作って飲むのが大好き！他にも、すまし汁、酢物、漬物に入れておいしく頂いています。

(吉田町 K・Mさん 66歳)

みなみかぜ12月号の表紙でおいしそうな柿を拝見し、この間みなみくんで買った渋柿がちょうどよい具合の干し柿になりました。甘柿、渋柿、食べ方は違うけれど秋の恵みに、生産者さんに感謝です。

(宇和島市 T・Sさん 82歳)

私は柿が大好きです。表紙の美しいような柿、やさしい表情のお父さんの手。いろいろ苦勞あり、こんな立派な柿になったのですね。食べてみたくまりました。

(松野町 A・Oさん 68歳)

やっぱり愛媛のみかん、特に、南予のみかんは美味しい。県外の知人から「甘くて美味しい」と言われると嬉しくて、毎年送ってしまいます。

(鬼北町 S・Sさん 63歳)

先日、友達と吉田町で行われた歌謡ショーに行きました。吉田町出身のスターたちは、心に響くすばらしい歌やトークでお客様を和ませ、勇気を与えてくださりました。楽しいひとときでした。

(三間町 R・Iさん ?歳)

6月にJA観光の広告を見て北海道旅行に行ってきました。一生の思い出となるよい旅でした。感謝です。

(鬼北町 M・Hさん 67歳)

いろいろな情報が載っていて、とてもいいなと思いつつながら毎月見えています。

(宇和島市 K・Mさん 29歳)

温室みかん協議会が紹介されてましたね。温室の被害は大丈夫だったのでしょうか。燃料も高騰し大変と思いますが、私たち消費者は購入して食べて応援しようと思います。おいしいハウスみかんを待っています。

(三間町 M・Tさん 54歳)

おたより集り

お便りを掲載させて頂いた方にはもちろん、お近くの支所店舗でもお使い頂ける500円分の商品券をお贈りします。

朝ご飯の献立

カブとシュンギク、リンゴのサラダ レシピ
若鶏のゆずごしょう焼き

カブとシュンギク、リンゴのサラダ

●材料(1人分)

- カブ.....1個
- リンゴ.....1/2個
- シュンギク.....1本
- ベーコンブロック.....100g
- バルサミコ酢.....小さじ2
- パルメザンチーズ.....適宜
- クルミ.....適宜

【ドレッシング】

- 米酢.....大さじ2
- サラダ油.....大さじ4
- オリーブ油.....大さじ2
- 塩.....小さじ1/2
- こしょう.....少々
- すりおろしたまねぎ.....1/4個分
- マヨネーズ.....小さじ2

●作り方

- (1)ドレッシングの材料を合わせミキサーにかけておく。
- (2)カブは半月切り、リンゴは一口大に、シュンギクは葉をちぎり(飾り用に半分ほど残す)ボウルに入れ、出来上がったドレッシング大さじ3であえる。
- (3)(2)を器に盛り付け、炒めたベーコン、残っていたシュンギクをのせ、バルサミコ酢とパルメザンチーズ、クルミを掛けて出来上がり。お好みでペビーリーフ(材料外)を散らす。

今月の朝ご飯



茨城県笠間市にある「キッチン晴人(ハレジン)」のオーナーシェフ・永井智一さんに、元気が湧いてくる朝ご飯を教えていただきます。

永井智一 (ながい・ともかず)



今日の表紙



今月の表紙は、あぐりスクールでの一コマです。年末年始の風物詩とも言える餅つきを体験！皆で「よいしょ〜！」と声を掛け合いながら楽しんで餅をつきました。

【お詫びと訂正】

みなみかぜ1月号(No.262)8ページ「11/12子どもたちの健康づくり支援」の7行目を訂正させていただきます。大変失礼いたしました。

〔誤〕同校とJAえひめ南は
〔正〕同校は



1月7日で西日本豪雨から半年を迎えました。被害の爪痕は大きく完全な復旧はまだ先ですが、支援の輪は着実に広がっています。今月の特集では、被災園地で奮闘する農家の様子やボランティア・アルバイターの姿を通して、共に助け合い、支え合う心が伝わればと思います。

(藤田)



ナバナのプロフィール 解説: KAORU

【分類】アブラナ科アブラナ属
【原産地】地中海沿岸
【おいしい時期(旬)】12~4月ごろ
【主な栄養成分】
β-カロテン、ビタミンB1・B2・C・K、葉酸、
カルシウム、鉄分、カリウムなど



見分け方

葉と茎の色が鮮やかで、
柔らかくて張りがある

つぼみが開いておらず、堅く
小さく締まっている

切り口がみずみずしく、
変色がない

鮮度が落ちて乾かすと
切り口が白っぽくなり
空洞ができる

保存方法

2~3日を目安に
使い切ろう

乾燥を防ぐため、
湿らせた新聞紙
やペーパータオル
などに包んでポリ
袋に入れ冷蔵庫
の野菜室に入れる

自然解凍して
おひたしやあ
え物などに

たくさんある場合は冷凍して
長期保存も可能
堅めにゆでた後、水気をよく
切って保存
小分けにしておくと便利!

根を下にして立
てて入れておく
と持ちが良い

ナバナのいろいろ

菜の花(在来種系)
主に花茎・つぼみを食
用とする。濃い緑色。
15cmほどの長さで束ね
て販売されることが多
く、昔ながらの在来種、また改良品
種もある。北関東の「かき菜」も在来
種の一つ

**アスパラ菜
(オータムポエム)**
中国野菜の紅葉苔
(ニうさいたいい)と菜
心(さいりん)を掛
け合わせた品種の
アスパラガスよう
な風味があり、甘
味が強い

菜花(セイヨウアブラナ系)
主に花茎と葉を食用とする。濃い緑色の癖や苦味が少
なく、在来種系に比べて甘味がある。博多のブランド菜
花「おいしい菜」、江戸東京野菜「のらぼう菜」などがある

ナバナ

~春を告げる栄養満点野菜~

ナバナのチカラ

さまざまな栄養を豊富に含む優れた
野菜のおひたしやあえ物、炒め物な
どにすると食べやすくてたくさん食べら
れるので、心が率よく摂取できる

主な栄養成分

β-カロテン
抗酸化作用があり
活性酸素を除去
カルシウムやビタミン
骨の健康維持

その他、造血作用のある葉酸や鉄
分、整腸作用のある食物繊維も多
く、高血圧予防に良いとされるカリウ
ムも多い。美容に良いとされるビタ
ミンCも含有

期待される効能

心筋梗塞
予防

動脈硬化
予防

がん予防

風邪予防

便秘予防

骨粗しょう症予防

冷え症予防

貧血予防

β-カロテンは体内でビタミンA
に変換され、皮膚や粘膜を保護したり、活性酸素を除去する
などの働きがあり、免疫力を高
めたり、風邪やがん予防などに
効果があるといわれているよ

楽しみ方・食べ方のコツ

ゆでる 30秒~1分程度
塩を一つまみ入れた熱湯でゆでる
少し歯応えが残るくらいの硬さ
で、お湯からあげると良い

特有のほろ苦さがあるが、ゆ
でると甘味が出ておひたしや
あえ物などに向く

バターやニンニクを利か
せたオリーブ油、またごま
油など、味付けして油とあ
えてもおいしい

炒める
β-カロテンが豊富
油で炒めるとより効果
よく摂取できる

パスタの具材にするときは
さつと下ゆでしてから

アツが気にな
らなくなるよ

卵との合わせ
メニューも
お薦め

豚肉 パン
コ
ごま ナッツ

油脂分があって香
りの強いものと相
性抜群

色合いがきれい

揚げる
下ゆで不要!
軸の根元を持ち天
ぷらの生地に花芽
をくぐらせて熱した
油にそっと落とす

下ぶらも美味

ナバナのじみツ

ナバナはアブラナ科の花
の総称「菜の花」や「花
菜(はなな)」とも、小松菜
やハクサイ、チンゲンサイな
どもアブラナ科の野菜。
収穫せずにそのまま育てると
ナバナとして食べられる

歴史 地中海沿岸が原産地

奈良時代以前
日本に伝来。食
用されていたと考
えられている

江戸時代
照明などの用途に使う菜種油が
使われていた。農家の人は古くから
食用として利用していた

明治/昭和時代
明治時代に西洋種のナバナが導入
され、昭和になると食用としての品種
改良が進む

菜の花には観賞用の
他、菜種油用のナタ
木、食用のナバナがあ
り、それぞれ品種が異
なる

