ふれあいを大切に あなたと育む JAえひめ南 広報誌

みなみかぜ

2020
6
No.279
JA EHIME MINAMI
MINAMIKAZE

特集

もっと知りたい！ ブラッドオレンジ

特集

もっと知りたい！ブラッドオレンジ

宇和島市で生産量日本一を誇るかんきつ「ブラッドオレンジ」。今回はブラッドオレンジについて紹介します。

主な品種

モロ

食べ頃：２月上旬～３月上旬
果皮・果肉の赤みが強く、すっきりとした酸味があります。

タロッコ

食べ頃：３月中旬～５月下旬
モロに比べるとオレンジ色で、酸味がまろやかで甘味が強いです。

栽培導入の経緯は？

県内のかんきつは、1960年代の生産過剰による価格暴落、1991年の牛肉・オレンジの輸入自由化などで、大きな打撃を受けてきました。県は打開策を求め、世界中のかんきつから愛媛の風土に合った高単価が見込める新品種導入の検討を始めました。

2000年代、地球温暖化に対応する品種として、ブラッドオレンジに注目が集まるようになりました。気候やリアス式海岸など原産地のイタリアとの類似点に着目したことから、2004年にＪＡ管内の生産者６人が、県果樹研究センターと連携して栽培に乗り出しました。

赤みを引き出すには…

ブラッドオレンジはその名の通り、真っ赤な色が特徴です。この色はアントシアニンによるもので、一般的なオレンジに比べ、抗酸化効果が強いとされています。赤みを引き出すために、通常より２カ月ほど遅い８～９月に摘果を行います。こうすることで、樹に軽い着果ストレスを与え、糖度を12度以上に高めるように栽培しています。

ブラッドオレンジピールと瀬戸内の天然塩「伯方の塩」をブレンドしたチョコレート（尾崎食品）

加工品の魅力も強み！

生食はもちろん、ジュースや酒、スイーツにとどまらず、香料などにも用いられ、果実を余すことなく活かすことができるのが魅力です。

カルディオリジナルのブラッドオレンジサワー（三幸食品工業）

果汁とピールを使用した季節限定のチーズデザート（六甲バター）

ＪＡえひめ南はジュースやワインを販売

ブラッドオレンジを使った美味しいお菓子

宇和島市 おのがみ菓子舗

「ブラッドオレンジを初めて見た時は果肉が真っ赤で驚いた。甘さと酸味のバランスが良く、加工に向いていると思った。他のかんきつには代え難い爽やかな酸味が魅力」と語るのは、宇和島市・おのがみ菓子舗の小野上功さん(63)です。同店では、ブラッドオレンジを使った菓子を提供しています。

和菓子屋の同店は、イタリア原産のブラッドオレンジを使って〝和洋折衷〟の菓子を作ろうと試行錯誤。水饅頭やようかんなど試作を重ね、ブラッドオレンジのペーストを練り込んだタルトで赤あんを包んだ「御恋路(おれんじ)ロード」を考案しました。

ブラッドオレンジ×赤あん

和洋折衷のお菓子
御恋路(おれんじ)ロード

【バラ売り】1個 130円(税込)
【箱売り】5個 724円(税込)・10個 1,415円(税込)

あんを挟んでひと手間かけることで、ブラッドオレンジの酸味と調和させました。和と洋の絶妙なバランスが癖になるお菓子です。店舗のほか、宇和島市の道の駅で販売しています。

おのがみ菓子舗

宇和島市中央町1-6-10　TEL 0895-22-0874
営業時間／9:00～18:00　定休日／木曜日

85年の伝統を守る和菓子店。宇和島の三代銘菓(大番・唐饅頭・蜜饅頭)をはじめ、地元の農産物を使ったオリジナル菓子が揃う。

会社員から農家へ
祖父の作る味を目指す

愛南町
澤近（さわちか） 瑛平（ようへい） さん（32）

会社員から農家へ

愛南町で河内晩柑を栽培するかんきつ農家・澤近瑛平さん。27歳の時にUターン就農して6年目になりました。現在、河内晩柑のほか9品種を、1ヘクタールの園地で妻の奈緒さんと栽培しています。

澤近さんは以前、兵庫県で会社員として働いていました。かんきつ農家の祖父が高齢になり、次第に就農を考え始めました。澤近さんはかんきつの収穫アルバイトの経験があり、農業の大変さを肌で感じていたため、当時は地元に戻って就農することに迷いがありました。しかし、「祖父の作るミカンが昔から好き。園地が耕作放棄地になるのはもったいない」という強い思いから、農業の道に踏み出しました。

落果軽減し、美味しく

落果しやすい特性を持つ河内晩柑の栽培では、防風対策が欠かせません。澤近さんの園地では、防風林を設置しているだけでなく、最終の消毒を終えた11月上旬頃に防風ネットを掛けることで落果軽減の対策をしています。今年は3月25日から収穫を始めた澤近さん。夏に生育遅れが見られましたが、暖冬の影響で肥大・着色ともに良好な仕上がりです。無事に収穫を迎え、「自分が作ったかんきつを食べた人に〝美味しい〟と言ってもらえた時に農業のやりがいを感じる」と話し、作業に汗を流します。

澤近さんは「今後はアルバイトを雇って栽培面積や品種を増やしていくこと、祖父が作るような美味しい果実を作ることが目標です」と意気込んでいます。

河内晩柑は、昭和10年に熊本県の河内町で発見され、地名の「河内」と、遅い時期に採れる柑橘の総称「晩柑」を組み合わせて名付けられました。

果実は黄色く短卵型で、爽やかな酸味と程よい苦味、香りの強さが特徴です。JAえひめ南管内では、4月上旬から5月下旬にかけて収穫が最盛期を迎えます。

河内晩柑を使った美味しいレシピ♪

Recipe.No.5

河内晩柑とスモークサーモンのサラダピザ

河内晩柑にスモークサーモンの塩味が絡まってやみつきになる

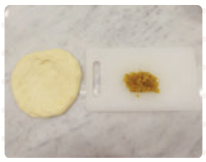
材料(直径20㎝2枚分)

＊生地
- ●河内晩柑果皮のﾊﾁﾐﾂ漬　30g
- ●中力粉　200g　●砂糖　10g
- ●塩　小さじ1/2
- ●インスタントドライイースト　小さじ2
- ●ぬるま湯　120g　●オリーブオイル　大さじ1

＊具材
- ●ホワイトソース(市販品)　70g　●クリームチーズ　50g
- ●オレガノ(ドライ)　適量　●ブラックペッパー　適量
- ●ベビーリーフ　適量　●カマンベールチーズ　適量
- ●スモークサーモン　適量　●河内晩柑の果肉　適量
- ●くるみ(ロースト)　適量

【作り方】

1. ボウルに中力粉、砂糖、塩、インスタントドライイースト、ぬるま湯、オリーブオイル、果皮のハチミツ漬を入れて、ゴムべらでざっくり混ぜる。
2. 台に取り出し、なめらかになる程度に捏ねつける。
3. 果皮のハチミツ漬の余分な水気をペーパーで押さえて粗みじん切りにし、生地と合わせ捏ねつける。
4. ボウルに入れて、ラップし15分間生地を休ませる。
5. 余分なガスを抜き、直径25cmの円形に伸ばしフォークでまんべんなく穴をあける。
6. 220℃のオーブンで5分間下焼きする。
7. ホワイトソース、クリームチーズを混ぜてソースを作り粗熱のとれた6に塗って、オレガノ、ブラックペッパーを振り、ふちにオリーブオイル(分量外)を塗り、220℃のオーブンでこんがりするまで焼く(10～12分間)
8. 焼き上がったら、残りの具材を彩りよく盛り付ける。
9. 軽くブラックペッパーを振りかけて、出来上がり。

1
2 
3
4
5
6
7
8
9

レシピ作成／愛媛学園愛媛調理製菓専門学校

ＪＡえひめ南は種芋の増殖専用産地！

ＪＡえひめ南は、愛媛県内の６ＪＡとＪＡ全農えひめが取り組むサトイモ「伊予美人」の広域事業体制において、種芋増殖専用産地に認定されています。同ＪＡ管内では、６人が１・07ヘクタールで「伊予美人」の種芋を栽培。昨年度から東予地区の５ＪＡ（うま、新居浜市、おちいまばり、西条、周桑）に出荷しています。昨年の夏場の曇天により順調に生育し、３月２日から20日にかけて、昨年より10トン増の16・２トンを出荷しました。

生産者が規格外と種・食用に分けて選果場に持ち込み、作業員が大きさごとに選別します。種芋の出荷規格は、芽が約２㌢以内としています。

東予地区の５ＪＡに出荷

ＪＡえひめ南

昨年から本格的に種芋の出荷を始め、「伊予美人」のブランド化に貢献。

ＪＡうま　ＪＡ新居浜市
ＪＡおちいまばり　ＪＡ西条
ＪＡ周桑

ＪＡえひめ南が出荷した種芋で栽培

三間町の農家　安波智延さんの圃場

11月下旬

種芋の株を割らないように、圃場からハウスへ移動させます。株に土をつけたまま運ぶため、大変な作業です。運び終わった株は温度を調節する被覆資材（エナジーキーパー）を掛けて春まで保存します。

３月上旬

❶ 出荷前に親と子芋を分離する
❷ 腐敗を防ぐためにかぎ口を３日程度乾かせて出荷
❸ 土は圃場に戻す

JAトピックス

topics

3/25 早期米田植始まる

愛南町で3月25日、早期米の田植えが始まりました。毎年、JAえひめ南管内で最も早い3月末に始まり、5月中旬まで続きます。同町管内では約400㌶を作付けします。

苗は育苗期の気温が高かったことで順調に生育しました。根張りも良く苗立ちは良好です。南宇和育苗センターでは、2月上旬から5月下旬にかけて約6万枚を播種する予定です。品種は「コシヒカリ」が約85%で、その他、「ときめきもち」「ヒメノモチ」など。順調に生育すれば、7月下旬から稲刈りが始まります。

4/3 決意新たに進発式

共済部は4月3日、LA(ライファアドバイザー)進発式をJA本所で開きました。役職員62人が参加し、組合員・利用者の保障充実と目標達成に向けて熱い気持ちを一つにしました。式では、今年度の推進要領などを協議したほか、新任・再任LAの紹介や、体験発表が行われました。決意表明では、チームリーダーを代表し、宇和島支所LAリーダーの是澤俊治さんが「役職員が心を一つに、目標の早期達成に向けて取り組みます」と力強く決意を述べました。

4/6 教材本を贈呈

JAえひめ南信用部は4月6日、宇和島市教育委員会に小学校高学年用教材本「農業とわたしたちのくらし」を贈呈しました。2008年度から食農教育の取り組みを実践する「JAバンク食農教育応援事業」の一環で、子どもに食・環境や農業理解を深めてもらうことが目的です。JAバンクから全国の小学校5年生を中心とする高学年に贈呈しており、同JAは管内の48校に1169部を配布しました。

4/9 早掘りバレイショ収穫

宇和島市遊子水荷浦の段々畑で、4月4日から早掘りバレイショの収穫が始まりました。今年は積雪もなく順調に生育し、色、艶、形が良く高品質に仕上がっています。昨年並みの6000箱(1箱5㌔)の出荷を見込んでいます。

NPO法人段畑を守ろう会に所属する生産者の福島久光さんは9日、約20㌃の圃場で掘り取りに汗を流し、「昨年に負けないくらい良く育った。たくさんの人に味わってもらい、新型コロナウイルスにも負けない健康な身体づくりに役立ててほしい」と話しました。

JAトピックス

topics

4/10 南津海収穫始まる

JAえひめ南管内で4月中旬、南津海（なつみ）の収穫が最盛期を迎えました。夏の降雨量が多く品質に影響が出ると思われましたが、暖冬で順調に生育し、糖度は高いもので16度を超えます。3月下旬の降雨により酸抜けも良好です。

宇和島市三浦地区の山本一徳さんは、1日から20㌃の園地で「南津海」の収穫に励んでいます。約10㌧の出荷を見込み、多い日で1日に1・4㌧を出荷します。山本さんは「南津海特有のジューシーで濃厚な味をぜひ味わってほしい」と話しています。

4/14 石こうで濁水軽減へ

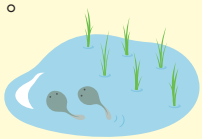
県やJAえひめ南、関係市町村などで組織する広見川等農業排水対策協議会は4月14日、石膏資材を使った水田濁水の軽減試験を始めました。石膏資材を散布し、代かき後の濁水軽減と水稲の品質向上効果を実証します。

使うのは硫酸カルシウムを主成分とする土壌改良材。中性で環境に優しいだけでなく、ホウ素を配合しているため、作物の体質強化や食味向上に効果があるとされています。

宇和島市三間町、松野町、鬼北町の8カ所220㌃を試験圃場とし、各圃場で散布回数を分けて適切な生産コストを測定します。

同日は同協議会のメンバー8人が、三間町の農家・渡辺吉男さんの水田30㌃で散布試験を行いました。1回目の代かき後、動力散布機で10㌃あたり30㌔を散布し、作業時間は約15分でした。今後は水田の濁度、生育状況、品質、収量などを調査します。

松野町農林振興課の小西亨課長は「濁水軽減だけでなく、石膏資材を散布することで、倒伏軽減や品質向上といったメリットが実証できれば普及していきたい」と期待しています。



4/21 河川の透視度調査

広見川等農業排水対策協議会は4月21日、四万十川支流の河川の透明度を調査しました。調査結果から、田植えが始まっている三間地区で、水が濁っていることが分かりました。

広見川などの流域では、2267戸が約1210㌶で水稲を栽培。例年4月中旬から5月下旬の田植え時期に河川の透明度悪化が見られ、代かきや田植えによる圃場からの濁水流出が原因だとされています。この状況を踏まえ、同協議会は2009年から毎年3回河川の透視度を調査しています。

同日は、宇和島市三間町の農村生活文化ふれあい交流館前に、河川18カ所で採取した水をペットボトルに入れて持ち寄り、一つずつ透視度計を使って透明度を調べました。水田の土質により大差が見られ、奈良川1カ所、広見川2カ所では高い透明度を記録しました。

同協議会によると、浅水代かきの実施や止水板の設置といった対策により、濁り具合は年々軽減されているといいます。調査結果から現状を把握し、今後も四万十川への濁水流出軽減対策に取り組みます。

新任 ライフアドバイザー

宇和島支所
菅　信太郎

宇和島支所
谷口　大輔

宇和島支所
土居　芳美

宇和島支所
中川　志保

立間中央支所
宮本　和修

三間町支所
杉浦　照美

鬼北支所
上甲　真由美

津島支所
吉良　美代子

南宇和支所
池田　幸司

南宇和支所
大森　亜利沙

南宇和支所
坂本　麻衣

南宇和支所
松本　翔

地域のみなさまに安心と笑顔をお届けします。

新任 マネーアドバイザー

宇和島支所
石崎　悦子

宇和島支所
片山　久美

宇和島支所
前田　隆満

宇和島支所
水間　光

宇和島支所
山下　慎介

立間中央支所
田村　紀美

立間中央支所
西野　誌穂子

鬼北支所
岡村　太一

津島支所
河野　翔太

津島支所
菅原　弘治

南宇和支所
津々木　美里

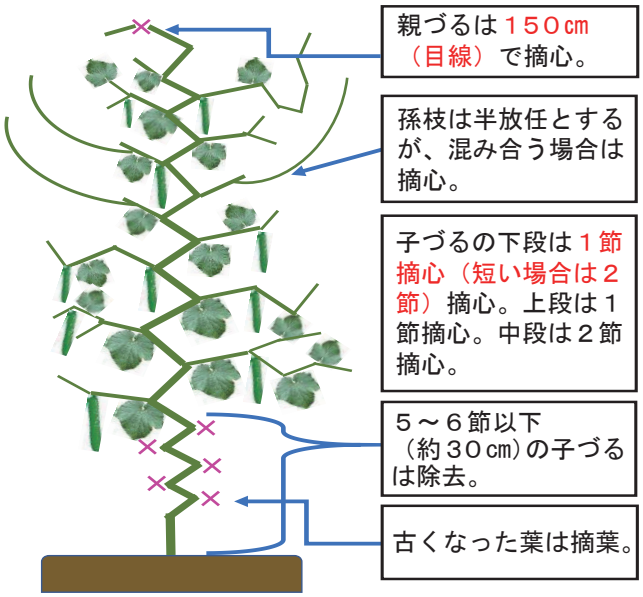
南宇和支所
米澤　裕幸

野菜講座

農産指導販売課
奥藤（おくふじ）　純（じゅん）　課長

夏野菜の管理について

キュウリ



○追肥

収穫開始頃に、10 日に 1 回の間隔で化成 4-4-4 を 2kg/1a 施用しましょう。収穫は長さ 20cm で若どりし、樹の負担を減らします。また、梅雨前に株元へ敷き藁・枯草等を敷いて泥の跳ね返りを防ぐことで病気の予防効果と高温期の地温上昇と乾燥を抑えることで、樹を長持ちさせます。

○病害虫防除

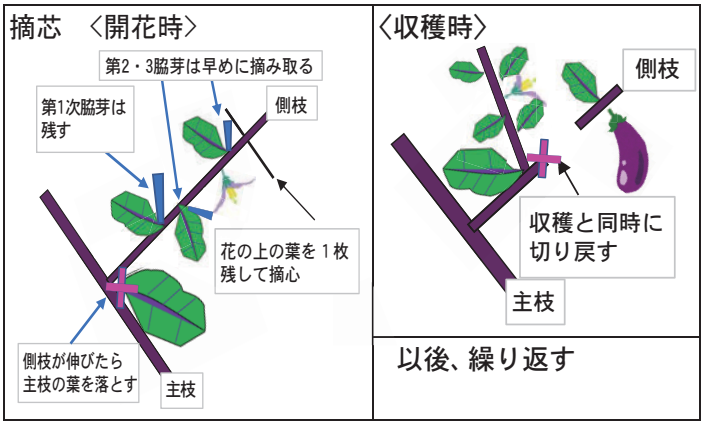
病害虫が発生したら、早めに防除しましょう。

病害虫名		薬剤	使用方法	希釈倍率	使用時期	使用回数
害虫	アブラムシ類	スタークル顆粒水溶剤	散布	2, 000～3, 000倍	収穫前日迄	2 回以内
	アザミウマ類	ディアナＳＣ		2, 500～5, 000倍		2 回以内
	ハモグリバエ類	プレバソンフロアブル５		1, 000～2, 000倍		3 回以内
病気	べと病	ダコニール1000	散布	1, 000倍	収穫前日迄	8 回以内
	炭そ病	トップジンＭ水和剤		1, 500～2, 000倍		5 回以内
	灰色カビ病	ベンレート水和剤		2, 000～3, 000倍		3 回以内

ナス

○追肥

2 番果の着果後を目安とし、2 週間に 1 回の間隔で化成 4-4-4 を 2kg/1a 施用し、収穫量が多くなってきたら施肥量を増やしましょう。



○潅水

ナスは多くの水を必要とし、晴天が続く場合は潅水をしましょう。低温期は午前中に高温期は夕方に行いましょう。

○病害虫防除

病害虫名		薬剤	使用方法	希釈倍率	使用時期	使用回数
害虫	アブラムシ類	スタークル顆粒水溶剤	散布	3, 000倍	収穫前日迄	2 回以内
	ハモグリバエ類	ディアナＳＣ		2, 500～5, 000倍		2 回以内
	オオタバコガ	プレバソンフロアブル５		2, 000倍		2 回以内
病気	うどんこ病	ダコニール1000	散布	1, 000倍	収穫前日迄	4 回以内
	灰色カビ病	トップジンＭ水和剤		1, 500～2, 000倍		5 回以内
	褐紋病	ベンレート水和剤		2, 000倍		3 回以内

かんきつの重点作業を学ぼう!!

柑橘講座

みかん指導課
果樹専門指導員　立間担当
清家（せいけ）　敬喜（たかよし）　指導員

柑橘重点作業　6月

6 月中旬からは早期の粗摘果を行うことで初期肥大を促しましょう。初期肥大は後期まで影響しますので安定的に肥大させられます。また、6 月上旬に夏肥の施用時期になります。

1、品種ごとの管理

品種	重点作業
温州類	6月上旬：夏肥の施用、アザミウマ類・黒点病防除 6月中旬：粗摘果、黒点病防除、ゴマダラカミキリ防除
中晩柑類	6月上旬：夏肥の施用、アザミウマ類・黒点病・かいよう病防除 6月中旬：粗摘果、黒点病・ゴマダラカミキリ・かいよう病防除

2、早期摘果、粗摘果

◆ **温州みかん**

樹毎の着果状態を確認し、**摘果量と摘果開始時期を見極める。**摘果遅れの原因となる極早生の摘果は早めの取り掛かりが重要です。

極早生＝内裾部の小玉、着色が遅くなりそうな果実を全摘果する。

早生温州、普通温州＝樹上部、表なりの果実を摘果し、葉っぱ一枚内側に果実を配置する。

◆ **中晩柑**

内裾部を全摘果する。**ちぎりすぎ**がちょうど良い。

3、夏肥

気温が上がり、根が活発に動く上、梅雨の雨により樹にとって吸収しやすい肥料が夏肥です。果実の肥大促進、樹の樹勢維持にも大切な肥料ですので遅れないよう適期・適量施用を行って下さい。

品種名	反当施用量（袋数）	施用時期	肥料銘柄(N-P-K)【何れかを使用】
温州類	100kg（5袋）	6月上旬	宇和サマーエース【8-6-6】
中晩柑類	130kg（6.5袋）		宇和有機入り配合【8-6-6】
全品種	50～160kg ※温州類120kg		宇和ポンアミノ（夏肥）【7-6-6】

4、病害虫防除

6月は不安定な天候の中での防除が予想されます。週間天気予報等を十分確認し、「タイミング」を意識して防除して下さい。

病害虫名		主な発生時期と防除適期	防除薬剤	希釈倍数
虫害	カイガラムシ類	発生：5月～8月 防除：6月上旬～中旬	トランスフォームフロアブル又は スプラサイド乳剤	2,000倍 1,500倍
	チャノキイロアザミウマ	発生：5月～9月 防除：6月上旬～中旬	モスピランSL液剤	4,000倍
	ゴマダラキミキリ	発生：6月～7月 防除：6月上旬～中旬	モスピランSL液剤又は エクシレルSE	3,000倍 5,000倍
病害	黒点病	発生：5月～10月 防除：6月 （降雨が250ミリ以上あれば再散布）	エムダイファー水和剤又は ジマンダイセン水和剤	600倍 600倍
	かいよう病	発生：4月～11月 防除：6月中旬	ICボルドー６６D　※	80倍

※平均気温 25 度以上の日が続く場合はアプロン（炭酸カルシウム剤）200 倍を加用する。
注意：アプロンには芽ヤケ防止の効果はなく、アビオンＥには銅の薬害を防ぐ効果はありません。

ＪＡ宇和島営農センター(0895-22-8175)　ＪＡ伊予吉田営農センター(0895-52-2939)　ＪＡ三間営農センター(0895-58-3322)
ＪＡ鬼北営農センター(0895-45-1313)　ＪＡ津島営農センター(0895-32-5951)　ＪＡ南宇和営農センター(0895-72-1122)

パズル？頭の体操

出題●ニコリ

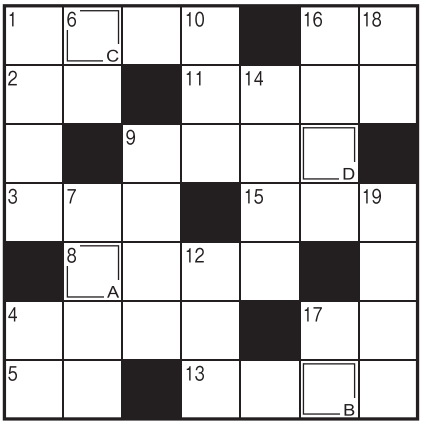
二重マスの文字をA～Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

タテのカギ

①そんなの簡単さ、――前だよ
④6月ごろの長雨のこと
⑥東京と北京では1時間、東京とモスクワなら6時間
⑦ラブレターです
⑨漢字で書くと金糸雀。美しい声で鳴く小鳥です
⑩学級――の進行で学級会が行われた
⑫下仁田ネギや水沢うどんで知られる県
⑭――は210円、往復で420円です
⑯ホッキョクグマの別名です
⑰黒、赤玉、鹿沼といえば
⑱停留所に止まりながら客を運びます
⑲宴会によく使われる飲食店

ヨコのカギ

①初夏にピンクや紫色の花を咲かせます
②パンダの餌になる植物
③相撲取りのリングネーム
④煮た小豆に砂糖を混ぜて作ります
⑤那須与一はこれの名手
⑧出口の反対語
⑨湖などの水を取り除いて陸地にすること
⑪ギリシャ神話の登場人物。鳥の羽根をろうで固めて翼を作り、空を飛びました
⑬臼でひいて粉にした茶
⑮入院した友人のお――に行った
⑯『桃太郎』でおじいさんが刈りに行った物
⑰刀の手で持つ部分



4月号の答え

たくさんのご応募ありがとうございます。４月号の答えは「ホタルイカ」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、賞品の発送に代えさせていただきます。

※氏名にふりがなの記載をお願いします。

〒798-0031
宇和島市栄町港
三―三〇三
ＪＡえひめ南
総務課行き

・○月号の答え○○○○○
・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。

メール　eminami@ja-eminami.or.jp

【応募締切】 6月30日

集金時のお取り扱いについて　ご利用者の皆様へお知らせ

当ＪＡでは、職員が皆様から現金や通帳および書類等をお預かりする際には、必ずＪＡ専用の受取書を発行することとしております。

ご留意いただきたい事項

①職員が、受取書を交付しないこと、または受取書以外の名刺やメモ等で現金や通帳等をお預かりすることはありません。
②発行した受取書の記載内容に誤りがないか十分ご確認ください。
③いかなる場合もご印鑑をお預かりすることはありません。
④職員から返却された通帳や証書などは、内容に間違いがないか、その場でご確認をお願いいたします。
⑤受取書は、後日、お客さまへ現金をお届けあるいは重要書類等をご返却する際に必要となりますので、大切に保管してください。

お問い合わせ　コンプライアンス対策室　0895－22－8111（9：00 ～ 17：00）

「令和元年度　年金友の会総会」延期のお知らせ

令和２年６月３日、４日、５日に開催を予定しておりました「年金友の会総会」は、新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、延期いたします。

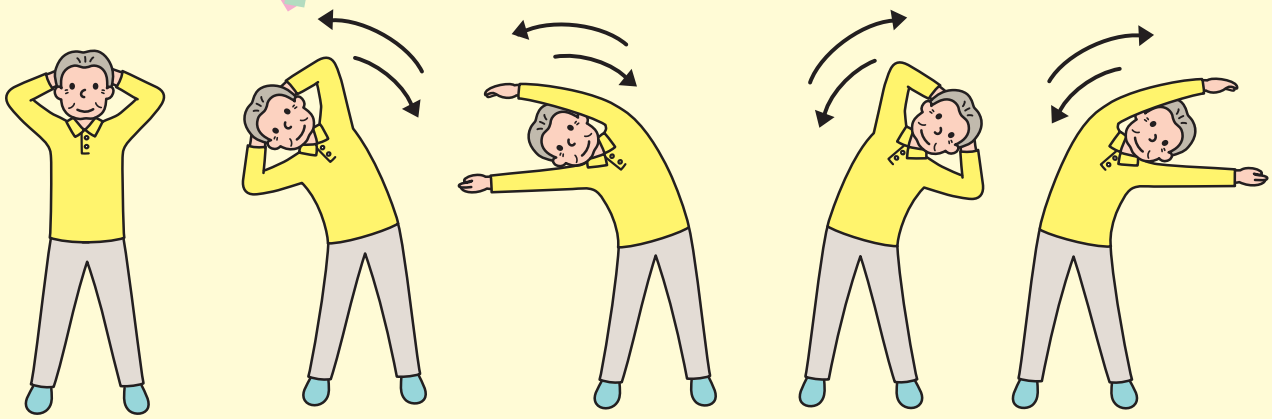
なお、延期の日程に関しましては、新型コロナウイルス感染症の状況により決定いたしますが、今後の状況によっては中止となる可能性がございます。

今回の対応は、ご来場される会員様の健康と安全を最優先に考えたうえでの対応となりますので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

いつでもどこでも
手軽に体操

体側部横曲げ

日本体育大学教授●荒木達雄
（公財）日本体操協会「The Taiso」



① 脚を肩幅に開き、両手を頭の後ろで組みます。

② 上体を右に 2 回曲げます。

③ 両腕を上に伸ばし、右に 1 回曲げます。

④ 再び両手を頭の後ろで組んで左に上体を 2 回曲げ、両腕を上に伸ばし、左に 1 回曲げます。

※「イチ、ニ、イチ、ニ」とリズミカルに動きます。いすに座って行う場合も脚を開き、同じ運動をします。

運営委員会・座談会の中止について

今般の新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況を踏まえ、組合員の皆様のご健康と営農活動・くらしを最優先に考え、例年５～６月に開催しておりました運営委員会・座談会を、やむを得ず中止することといたしました。

このような社会情勢であり、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

理事会報告　令和２年度　第１回理事会

令和２年４月28日（火）

（協議事項）

第１号議案　令和２年度事業計画基本方針・重点方針の一部変更について
第２号議案　令和２年３月末決算結果及び事業実績報告について
第３号議案　総代会の運営方法について
第４号議案　第23回通常総代会開催日程及び提出議案について
第５号議案　財務基盤強化積立金規程の一部変更について
第６号議案　令和元年度剰余金処分案について
第７号議案　定款の一部変更について
第８号議案　定款附属書総代選挙規程の一部変更について
第９号議案　信用事業規程の一部変更について
第10号議案　農地利用集積円滑化事業規程の廃止について
第11号議案　農業経営規程の一部変更について
第12号議案　令和２年度における理事及び監事の報酬について
第13号議案　付帯決議について
第14号議案　内部統制システム基本方針にかかる運用状況評価について
第15号議案　ＪＡバンクえひめ園地復旧支援資金要領の制定について
第16号議案　令和元年度愛媛県常例検査の回答について
第17号議案　令和２年度監査室方針及び計画について
第18号議案　鬼北町農業委員の候補者推薦について
第19号議案　愛南町農業委員の候補者推薦について
第20号議案　愛媛県農業信用基金協会に対する特別出資について
第21号議案　利益相反取引の承認について

（報告事項）

①総体的なリスク量管理表の報告について
②疑わしい取引の届出状況について
③反社勢力との取引排除にかかる対応状況について
④利用者保護等管理に係る対応状況について
⑤事務ミス・相談苦情・ヒヤリハット報告について
⑥自主検査半期報告について
⑦令和２年度監事監査方針及び計画について
⑧令和元年度内部監査回答書について
⑨令和元年度内部監査確認結果について
⑩組合員加入脱退の状況について
⑪令和元年度第４四半期余裕金運用状況及び令和２年度第１四半期運用計画・運用方針について
⑫連休におけるＡＴＭの取扱いについて
⑬支所生活店舗・移動購買車・拠点のＧＷ営業対応について
⑭令和元年度移動購買車実績について
⑮「緊急事態宣言」を受けての会議・イベント等の対応について
⑯各事業部の今後の取り組みについて

（その他）

①次回理事会開催予定について
令和２年５月28日（木）　午後１時30分～

新型コロナウイルスの発生により影響を受けている皆様に対しまして、心よりお見舞いを申し上げます。

当組合では、影響を受けた皆様に対し以下の取扱いを実施しております。

【信用部】

① 農業経営の安定化を支援する事を目的として、この度「ＪＡバンクえひめ新型コロナウイルス対策資金」を創設いたしました。

相談窓口	ＪＡえひめ南ローンセンター （ＴＥＬ０８９５－２８－６０２２） 宇和島支所・立間中央支所・三間町支所・鬼北支所・津島支所・南宇和支所
ご利用いただける方	新型コロナウイルスの影響により経営の維持安定が困難な農業者等 （組合員・准組合員の資格が必要となります。）
資金使途	・新型コロナウイルスの影響による生産量の低下や販売数量の減少等により生じた農畜産物等の損失額 ・その他、新型コロナウイルスの影響により生じた費用で農業経営の維持においてＪＡが必要と認めた資金
取扱期間	令和３年３月３１日まで
そ の 他	生活に必要なお借り入れに関するご相談も受け付けております。

※ 詳細はホームページまたは相談窓口へお問い合わせください。

【共済部】

① 共済掛金の払込猶予期間を延長、継続契約の締結手続き及び共済掛金の払込を猶予いたします。

長期共済	共済掛金の払込猶予期間を最長で令和２年９月１６日まで延長します。
短期共済	共済掛金の払込猶予期間、継続契約の締結手続き及び共済掛金の払込の猶予を最長で令和２年９月１６日まで延長します。

② 新規の共済証書貸付について次のとおり金利免除を行います。

借入利率	年０.００％
適用期間	貸付期間と同じ（貸付日から最長１年間）
取扱期間	令和２年５月３１日まで

※ 詳細は各多機能基幹支所共済担当者までお問い合わせください。

読者からひとこと

イチゴのミルクかんてんと、豆乳スムージーを作りました。簡単にできて、とても美味でした。今度はミニグラスチョコレートに挑戦します。
（愛南町　T・Tさん　67歳）

イチゴのスイーツ、簡単にできて美味しいですよね♪たくさん活用してもらえて嬉しいです♡

姉妹JAいわて中央との交流で、かんきつ類販売の売り手と買い手の信頼感あふれる、微笑ましい様子が伝わってきて、あったかい気持ちになりました。
（松野町　A・Oさん　70歳）

JAいわて中央の広報担当さんから提供していただいた写真です♡

今月は手軽にできる体操を実行します。肩凝り予防があれば教えてください。
（三間町　M・Iさん　62歳）

肩凝りには、肩回しが効くと思います!!肘を肩の高さまで上げて、指先を肩に付ける↓肘をゆっくりと大きく後ろ向きに回す　試してみて下さい♪

学校が休校になり、勉強にやる気がでませんが、頭の体操と土いじりはやる気がでます。
（宇和島市　S・Aさん　14歳）

みなみかぜを読んで、頭の体操を解いて、リフレッシュしてくださいね☆

どのページも楽しく見ていますが、料理やスイーツが載っていると興味深く、作ってみようと思います。
（宇和島市　K・Iさん　62歳）

ありがとうございます♡レシピのコーナーは読者の皆さんから特に人気です☺今月号にも掲載しているので、ぜひ作ってみてください♪

4月号が編集された時は、まだコロナが侵入してなかったのでしょうか。子どもたちやみんなの楽しそうな、生き生きとしたスナップから、とても元気がもらえます。早くコロナが終息することを願うばかりです。
（吉田町　M・Kさん　72歳）

読者の皆さんに少しでも元気になってもらえるような広報誌をお届けできるように、頑張ります!!

おたより募集中！

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）

今月の朝ご飯

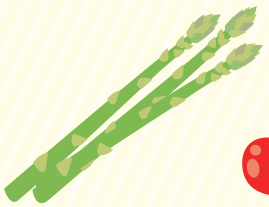
新ジャガとアスパラのバター煮

材料（２人分）

新ジャガイモ	ゆでた物2個
アスパラガス	ゆでた物5本
トマト	中1個（4等分）
紫芽（むらめ、赤シソの若芽）	適宜
サラダ油	適宜
かつおだし汁	2カップ
バター	大さじ1
塩・こしょう	適宜
しょうゆ	小さじ1/2

作り方

1. ゆでた新ジャガイモは厚めに輪切りにしサラダ油で素揚げする。
2. 鍋にだし汁とバターを入れて中火にかけ、沸いたところに素揚げした新ジャガイモを入れて弱火にして10分ほど煮る。
3. 同じ鍋にアスパラガスとトマトを入れ3分ほど煮る。
4. 仕上げにしょうゆを入れ、塩・こしょうで味を調え器に盛り、紫芽を散らして出来上がり。



シェフ永井のおすすめ

永井智一
（ながい・ともかず）

茨城県笠間市にある
「天晴（旧キッチン晴人）」
オーナーシェフ

えんぴつ

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、休日は「stay home」。私は先日、おやつにパンケーキを作って食べました♡みなさんは何をして過ごしていますか～？☺
（藤田）

【お詫びと訂正】

みなみかぜ5月号（№278）5ページ「人事異動」の記事内を訂正させていただきます。大変失礼いたしました。

［誤］営農振興部　農産指導販売課
愛南町支援センター駐在　松本英之

［正］営農振興部　農産指導販売課
松本英之

今月の表紙

今月の表紙は、ブラッドオレンジ栽培の第一人者、児玉恵さんです。「ブラッドオレンジは、さまざまな用途で使える変化自在の魔法のかんきつ。赤く光る果肉には無限の可能性がある」と魅力を語ってくださりました☆

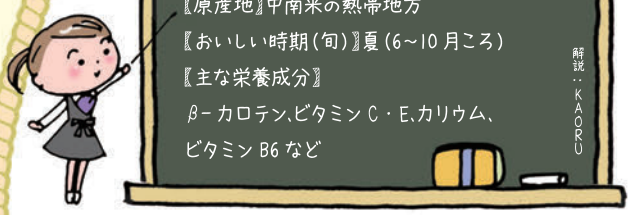
みなみかぜ
No.279 June 2020

野菜ソムリエ上級プロ
KAORUの
ベジタブルライフ

イラスト：小林裕美子

シシトウガラシ（シシトウ）

～食べ方いろいろ「甘トウガラシ」～



シシトウのいろいろ

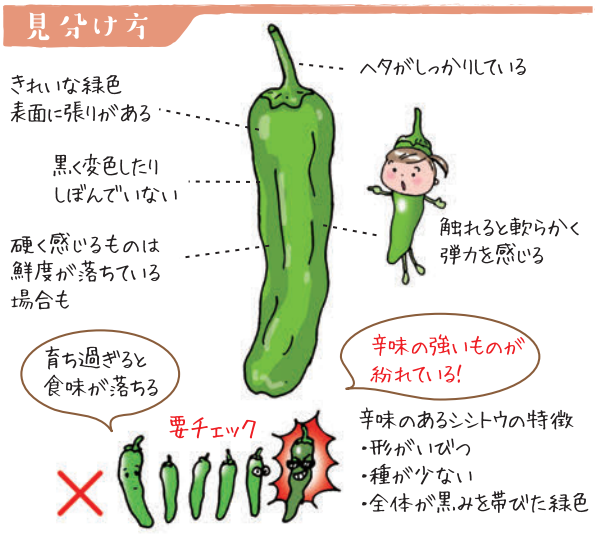
ししとうがらし
緑色で5cmほどの細長い形の見た目は青トウガラシに似ており、通常、辛味はほぼなく、特有の香りとほろ苦さが特徴

伏見甘長とうがらし
15cmほどもある細長い甘味種。京都府伏見地区で江戸時代から作られており、京野菜の一つ。現在でも主に関西で栽培

万願寺とうがらし
10cmほどの大型の甘味種。京都府舞鶴市万願寺地区で栽培されていたことが名前の由来。京野菜

ひもとうがらし
10cmほどの細長いトウガラシ。サヤインゲンに似た形のれごと炒め物や天ぷら、煮物などにも利用される。主に奈良県で栽培

見分け方



辛味のあるシシトウの特徴
- 形がいびつ
- 種が少ない
- 全体が黒みを帯びた緑色

保存方法

新鮮なうちに食べるのが一番おいしい！

冷蔵庫で保存
4～5日を目安に使いきろう！

数本まとめて新聞紙またはペーパータオルで包み、ジッパー付きの保存袋かポリ袋に入れて野菜室へ

暖かい環境で育った野菜なので、冷蔵庫に長時間入れておくと低温障害を起こし、傷みが進み風味や食感が落ちる

冷凍保存
保存目安 1カ月程度

水洗いした後、水気を拭き取り、冷凍用保存袋に並べて入れて冷凍庫へ

ポイント
1本ずつ凍ってから保存袋などに入れて冷凍のバラバラになり使いやすい

シシトウの力

注目成分

カプサイシン
脂肪燃焼や血行を促進する作用がある。辛味種のトウガラシに多く含まれる成分

ビタミンC
風邪予防や疲労回復、肌荒れ予防などに効果的

β-カロテン
体内でビタミンAに変換され、髪の健康維持、粘膜や皮膚の健康維持、視力維持、喉・肺など呼吸器系統を守る働きがあるといわれている。抗がん作用にも期待できる

ビタミンE
老化予防、血行促進、冷え改善、美肌などに役立つ。強い抗酸化作用があり、β-カロテンやビタミンCと一緒に取ると、相乗効果が期待できる

その他
血圧の上昇を抑える作用のあるカリウム、エネルギー代謝に関わるビタミンB6も比較的多めに含有

楽しみ方・食べ方のコツ

1 洗ってしっかり水気をふるか拭き取り、へたを切り落とす
2 縦に切り込みを入れるか、竹串などで穴を開ける

ポイント
そのまま加熱調理すると破裂する恐れがあるので、必ず切り込みを入れるか穴を開ける
種ごと食べられるが、時々辛味が強いものに当たることも。気になる場合は種を取り除いてから調理する

種を取る際は、半分にカットして開口面から種を取り除くか、丸い形を残す場合はつまようじや細いマドラーなどを使って種を出す

調理法

生
伏見とうがらしや万願寺とうがらしは、みそやコチジャンを付けてかじると、歯触りも良く美味

炒め物
油との相性が良好。ジャコ、ごま、おかかなどと油で炒め、酒、みりん、しょうゆなどを加えて炒め煮に。強火でさっと炒めると食感や風味が良い

煮物
さっと炒めてから煮る炒め煮が一般的。ジャコなどと煮物にするとご飯に合うおかずに。くたくたに軟らかく煮てもおいしい

揚げ物
シシトウや万願寺とうがらしなどは天ぷらや素揚げに。素揚げをだしが効いた調味液に浸して、揚げびたしにしても美味

焼き物
万願寺とうがらしや伏見とうがらしは、炭火で素焼きにしてしょうがじょうゆやかつお節を掛けるのが定番

シシトウのヒミツ

歴史
15世紀にコロンブスによって中南米からスペインにもたらされ、その後欧州の涼しい環境で辛味の少ない品種が誕生したといわれている

16世紀に日本伝来
江戸時代に辛味のあるトウガラシの栽培が始まる
明治時代以降に甘味種が導入

名の由来
漢字では「獅子（しし）唐辛子」と書く。起伏のある形が獅子の頭に似ていることが由来

未熟な野菜
完熟すると赤くなる

シシトウもピーマンと同様、未熟な緑色のうちに食用とする野菜

発行人/えひめ南農業協同組合
令和2年6月1日発行
印刷/広文社印刷株式会社

http://www.ja-eminami.or.jp/
〒798-0031 愛媛県宇和島市栄町3丁目303
Tel 0895(22)8111 Fax 0895(22)4608