

みなみかぜ

2020

11

No.284

JA EHIME MINAMI
MINAMIKAZE

特集

かんきつ収穫期の労働力確保へ JAえひめ南の取り組み



Instagram
JAえひめ南 [公式]



- 2. 特集
- 6. JATピックアップ
- 8. 女性部活動
- 9. 手作りパン工房みなみでスイーツを楽しもう!
- 10. 営農センターだより
- 11. 柑橘講座
- 12. クロスワード 他
- 14. タイヤキャンペーンのお知らせ
- 15. 読者からのひとこと 他

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、かんきつ産地では収穫繁忙期の労働力不足が懸念されています。このような深刻な状況を乗り越えるため産地の労働力確保に向けた取り組みをご紹介します。



{ 基本方針 }

1. 人命の 最優先

組合員・職員並びにその家族、地域住民の人命を優先し、**愛媛県内在住者に限定**した受け入れを行います。

2. 感染拡大 の防止

有償ボランティアやアルバイトの受け入れ時には、**健康状態の確認**や送迎時の「**3密**」を**避ける**といった感染拡大防止策を講じます。また、受け入れ時の感染防止対策の周知も徹底します。

3. 労働力 確保支援

県内の学生やJA・行政OB、農閑期に当たる農家に参加を呼び掛け、労働力確保に繋がります。

令和元年度10～12月の労働力確保実績

	アルバイト		有償 ボランティア	合計
	県外	県内		
収穫・運搬	1,638人	312人	231人	2,181人

令和2年度目標

	アルバイト		有償 ボランティア	合計
	県外	県内		
収穫・運搬	0人	1,500人	500人	2,000人

J A え ひ め 南 の 取 り 組 み 柑橘収穫繁忙期の労働力確保へ

コロナ禍で懸念される有償ボランティアやアルバイトの受け入れはどうなる？



今シーズンの方針を農家に理解してもらうため、9月16日、17日の両日、管内の4カ所で説明会を開きました。宇和島市内の農家100人が参加し、繁忙期に向けて理解を深めました。

労働力確保 対策プロジェクト 会議を開催



ＪＡえひめ南は、行政と有償ボランティアやアルバイトの受け入れを協議する「労働力確保対策プロジェクト」を７月に立ち上げました。

ＪＡ本所で月に１度開いている会議では、県、市、ＪＡの役職員が労働力受け入れ時の対応について話し合いました。その結果、共同宿泊施設の利用中止、集合場所での検温や健康状態の確認などを徹底することが決まりました。学生や団体の大型バスでの移動は、状況によって判断することとしました。

アルバイト・ ボランティアの 送迎と宿泊を無料に



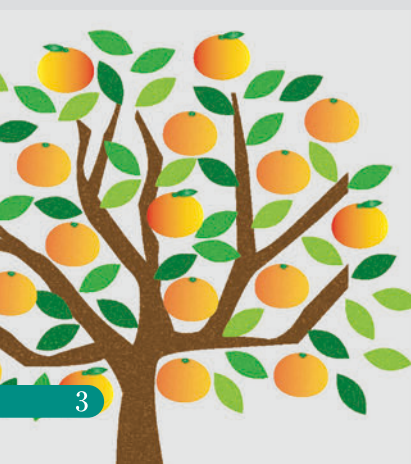
ＪＡえひめ南、県、市は、愛媛県内から訪れる有償ボランティアやアルバイトの宿泊費を助成することを決めました。松山市などから通う参加者には、ＪＡが無料の送迎バスを手配します。県、市、ＪＡがそれぞれの費用を負担し、無料で参加することができます。

日帰りで従事するアルバイトや有償ボランティアに対しては、松山から宇和島間の無料バスを運行し、移動手段をサポートします。

宿泊の助成制度 について

- 管外の愛媛県内在住者が対象
- 宿泊場所は市内のビジネスホテル

- １０月から５００泊分を補助
(利用回数制限は設けない)



有償ボランティアやアルバイトの参加者が安心して訪れられる体制を整え、労働力確保に取り組んでいます。現在、有償ボランティアの申込みが多数あり、土日の参加者数は昨年度を上回る見込みです。一方で、平日は需要に追い付いていない状況が続いています。今後一人でも多くの参加者を集め、労働力不足を解消したいと思っております。ご協力よろしく申し上げます。



営農企画振興課
善家 慎介 課長



愛媛県内
在住の
みなさん

みかん収穫・運搬・選果などの

有償ボランティア、アルバイトに 参加してみませんか？

募集期間：令和2年9月～令和3年3月まで

農作業を手伝いたい、ボランティア活動をしたい愛媛県内在住の方を幅広く募集中です！
サラリーマン、OL、主婦、学生、シニアの方など真面目に取り組んでいただける方、
企業のCSR活動としての参加も大歓迎です！

有償ボランティア (宇和島お手伝いプロジェクト)

- ◎期間／平日・週末(日帰り可)
- ◎作業時間／8:00～16:30
※受け入れ農家によって異なります
- ◎作業内容／ミカンの収穫、選果、袋かけなど
- ◎対象／県内在住の20歳以上
心身ともに健康な方
- ◎報酬／愛媛県内の加盟店で使えるクーポン券
※作業時間によって金額が異なります

アルバイト

- ◎期間／1週間程度の中長期間
- ◎作業時間／8:00～16:30
※受け入れ農家によって異なります
- ◎作業内容／ミカンの収穫、選果、袋かけなど
- ◎対象／県内在住の18歳以上
心身ともに健康な方
- ◎報酬／自給、現金で日払い
※受け入れ農家によって異なります

※集合場所で体温チェックと問診表の記入をしていただきます。
※体温が高い場合は、受け入れをお断りする場合があります。
※宿泊期間中は毎日、検温等の体調チェックをしていただきます。



お問い合わせ先

営農企画振興課

電話 0895-22-8151(平日9:00～16:00)

FAX 0895-22-8750 メール eino@ja-eminami.or.jp



愛媛みかん
発祥の地
人も耕す
宇和島お手伝い
プロジェクト

みんな
美味しいみかんを
つくってませんか？



uwajima
otetsudai
project



宇和島 お手伝いプロジェクト

2018年西日本豪雨は先達から大切にしてきたみかん畑を土砂で1000か所以上も崩してしまいました。

それでも農家仲間も若手もみんなが地域を見直すきっかけにして、力を合わせて1つずつ困難を乗り越えてきました。そして農業ボランティアの力と交流は勇気になりました。

時に厳しく、時に優しい宇和島の自然と、人の優しさで、50年100年後までみかん作りを続けたい！

だから令和元年宇和島お手伝いプロジェクトが始まりました。

※宇和島お手伝いプロジェクトとは、みかんづくりのお手伝いを通して、生産者と消費者の距離を縮め、また、地域の活性化を目的としている取り組みです。

教
育
の
一
環
と
し
て
進
め
ら
れ
て
い
ま
す

み
か
ん
で
つ
な
が
る
!!



「宇和島お手伝いプロジェクト」では参加者を募集しています！

お手伝いワーカーさん 有償ボランティア

空いた時間や休日を利用してみかんづくりを手伝いたい、ボランティア活動をしたい、人と交流したい、物づくりや農業に興味がある、宇和島に興味があるなど、みかんづくりのお手伝いをしていただける方を募集しています。OL、学生、会社員、主婦など20歳以上の方ならどなたでもOK。経験者・未経験者は問いません。研修会にて作業訓練をしますので安心して応募してください。※大学生・専門学校生の方は20歳以上でなくても参加可能です。

みかん農家さん

人手を必要としている農家さん、日本一のみかんづくりを続けたいけど担い手が見つからないという農家さんなど、お手伝いワーカーさんを受け入れていただけるみかん農家さんを募集しています。

クーポン利用店舗

お手伝いワーカーさんの報酬であるクーポン券が利用できる、宇和島のお店や施設を募集しています。



■お問合せはこちらに
宇和島お手伝いプロジェクト協議会
えひめ南農業協同組合

〒790-0811 松山市本町3丁目2-14(株式会社VOCE内)

TEL.089-934-1722

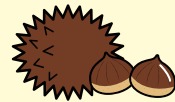
<http://www.yawatahama-otetsudai.com>

facebookもやっています！

八幡浜お手伝いプロジェクト

検索





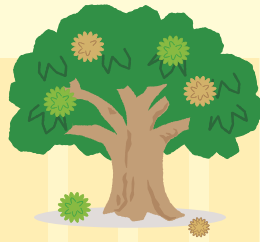
9/2

栗の収穫始まる

J A えひめ南管内で9月上旬、栗の出荷が始まりました。表年にあたる今年は、昨年より約20ト増の約50トの出荷を見込んでいます。関西方面の市場のほか、約20トを岡山県の菓子メーカー・源吉兆庵に出荷する計画です。

鬼北くり同志会では、生産者約300人が約100畝で栗を栽培。鬼北町の選果場に、多い日に1日で5トが持ち込まれています。鬼北宮農センターによると、7月の長雨と梅雨明け後の干ばつにより小玉傾向ですが、品質に影響はないといっています。早生品種の「日向」「丹

沢」「大峰」は9月中旬頃まで出荷され、その後は中生品種の「筑波」「銀寄」が始まります。



9/4

宇和島共選中晩柑部会 園地互評会開催



宇和島共選中晩柑部会は9月4日、園地互評会を開き、部会員20人が園地を巡回して日頃の努力を互いに評価しました。栽培技術や意欲の向上を目的に2017年に始め、3回目。2グループに分かれ、宇和島市内の15カ所の園地状況を視察し、「整枝・剪定」や「摘果」「土作り」などの5項目を3段階で評価しました。参加者は「樹が独立していて樹勢が良い」「除草がしっかりできている」など意見を交わしました。評価外の部分でも気になった点は指摘し合いました。巡回後は、みかん指導課の果樹専門指導員が、各園地の総評と今後の栽培管理などを指導し、上位3人を表彰しました。同部会が精品率向上を目指して実施している剪定・摘果講習や農薬・肥料についての座学講習で学んだ成果が表れていました。

結果

- 第1位 林 正照さん（甘平）
- 第2位 松本英雄さん（愛果28号）
- 同2位 武田寛司さん（不知火）

中晩柑部会では、部会活動の意思統一を目的に帽子を作りました！





JAトピックス



9/8

サトイモ出荷打ち合わせ

宮農振興部農産指導販売課は9月8日、9日の両日、管内の4地区で生食用サトイモ「伊予美人」の出荷打ち合わせを開きました。荷受けを前に、生産者に出荷規格を共有しました。

三間町の選果場では、JAや南予地方局の職員、宇和島市内の生産者20人が集まりました。山口麻由美指導員が、収穫・出荷の注意点について説明。収穫・出荷時の注意点について、「腐敗防止のため、雨天時は掘り取らない」「収穫後は日光に当ててよく乾燥させてから出荷する」などの対応を呼び掛けました。その後、生産者が持ち寄ったサトイモの品質や大きさなどを確認し、1株あたり1kgを目安に収穫することとしました。



9/10

豊作祈りみかん祭り

ミカンの収穫シーズンを迎えたJAえひめ南は9月10日、宇和島市吉田町の大乘寺で第72回みかん祭りを開きました。祭りは、同寺が祭るかんきつ栽培の先祖「田道間守公」やかんきつ栽培の先覚者の霊に感謝をささげる伝統行事。JAの役員や関係者ら約40人が参列し、祭壇にミカンを供え、1人ずつ焼香して産地の発展と今年産の豊作を祈りました。

山本長雄組合長は「コロナ禍の中、県内での労働力確保や赤箱ミカンのイメージアップを図る厳選出荷に取り組んでいる。かんきつ産地の発展と農家所得増大に向け、これまで以上の有利販売に尽力したい」と話しました。



9/10

極早生出荷始まる

宇和島市吉田町の味楽共選場で9月10日、極早生ミカンの出荷が始まりました。品種は「N-1」（日南早生）。選果場では、作業員が果実の色づきや傷の有無を確認した後、選果機で大きさや糖度を選別し、段ボール箱に詰めています。初日は、同共選場で6トを出荷しました。

みかん指導販売部によると、2020年産の市場出荷計画は、極早生3340ト（2019年産比1%増）、早生温州5410ト、南柑20号・普通温州5660ト（同3%増）を見込んでいます。極早生の出荷は10月下旬まで続き、その後は早生温州、11月下旬から南柑20号・普通温州の出荷が始まります。





えびめ南の女性部活動



9/8

営農購買部会（宇和島・吉田）

営農購買部会は9月8日、立間中央支所で料理研修会を開き、部員14人が地元の食材を使った巻き寿司を作りました。同部会の活動テーマ「ステイホーム！地産地消で手作り料理」に沿った取り組み。部員がアイデアを出し合い、食材はミカンブリや真珠貝の貝柱、じゃこ天など、全て地元産を使いました。見た目にもこだわり、ミカンの花やバラ、五輪をイメージした色鮮やかな巻き寿司に仕上げました。約3時間半で11種類を完成させました。



9/9

生活文化部会（津島・南宇和）

生活文化部会は9月9日、津島町の道の駅・津島やすらぎの里でエコバッグ作りに挑戦しました。部員、生活指導員20人が集まり、新聞紙や使わなくなったTシャツを使ってオリジナルのエコバッグを作りました。個性豊かな作品が出来上がったので、日常で楽しく使用する考えです。（情報提供：津島支所・池田）



9/10

鬼北支所みつば会

鬼北支所みつば会は9月10日、支所別研修会を開き、布マスク作りに取り組みました。コロナ禍の中、みつば会員はこれまでも様々な自分好みのマスクを作ってきました。今回は役員指導のもと、マスクの上下が分かるようにビーズを付ける工夫を凝らしました。一針一針丁寧に縫い、オリジナル作品を完成させました。（情報提供：鬼北支所・松浦）



9/17

鬼北ブロック大会

三間町支所と鬼北支所は17日、鬼北支所で第52回鬼北ブロック大会を開き、部員やJA役職員約70人が参加しました。今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、手作り加工品の即売・アトラクションを中止するなど、規模を縮小して行ないました。

毎年恒例の特別発表では、北宇和高等学校の生徒が地元の特産品で地域を活性化させるための取り組みについて話しました。



メロンパンに北海道ソフトを
サンドしました。



メロンパンソフト 300円 (税込)



手作りパン工房みなみでは、
スタッフのアイデアから生まれた
新商品が登場しました！
ぜひご賞味ください♪

**手作りパン工房みなみで
スイーツを楽しもう！**



**よもぎ粒あんロール
110円 (税込)**

よもぎロールに
2種類のアンを
サンドしました。

**coffee
ソフトフロート
300円 (税込)**

アイスコーヒーと
北海道ソフトが
相性抜群の商品です。



（ご来店お待ちしております♪）

手作りパン工房みなみ

宇和島市 道の駅ささいや広場内

〔電話〕 0895-28-6373 〔駐車場〕 有

〔営業〕 9:00～18:00 〔定休日〕 1/1



営農センターだより

あなたもチャレンジ！家庭菜園

園芸研究家／成松次郎



野菜の保存・貯蔵 温度・湿度に配慮して

家庭菜園で取れた野菜を上手に保存しましょう。土地の気候に合った方法で貯蔵すれば、野菜を長く利用することができます。温度や湿度に気を付けて、野菜ごとに手間かけた保存をしましょう。

〔屋内での保存〕

温度変化の少ない納屋や冷暗所で、乾燥を防ぐことがポイントです。キャベツ、ハクサイは水分の蒸発を防ぐため新聞紙に包み、段ボール箱に入れておきます。ダイコン、ニンジンなどは穴開きポリ袋に、長ネギは土付きのままポリ袋など

に入れて立て掛けておきます。芋類は陰干しして乾かしてから、発泡スチロールのとり箱に入れておきます。

冷蔵庫で保存する場合は、ホウレンソウなどの葉物はポリ袋に入れ、立て掛けておくのが原則です。保存温度は、葉物など低温で育った野菜は0～5度で保存するのが良いでしょう(図1)。

〔畑や庭での保存〕

キャベツ、ハクサイは、株をぴったり並べ、わらや落ち葉で覆い、その上にむしろを掛けておきます。雪の多い地方では、ビニール

などで屋根掛けします(図2)。サトイモは、温暖地では畑から掘り上げなくても、土を厚く掛けておけば、十分に冬越しができます。

〔土中貯蔵〕

ダイコン、ニンジンは土を付けたまま葉を切り落とし、深さ20～30cmの穴に斜めに寝かせておき、土を掛けます(図3)。サトイモ、サツマイモは、排水の良い所に深さ60cm程度の穴を掘ります。サトイモでは芋を崩さないように逆さにいけます。サツマイモは成り首を付けたまま埋め、30cmくらいに盛り土して、上にビニールシートで雨よけします(図4)。ショウガの貯蔵温度は13～15度と他の野菜より高いので土中深くにいけません。

※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。

図1 冷蔵庫での保存

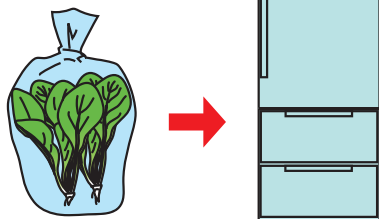


図2 畑や庭での保存

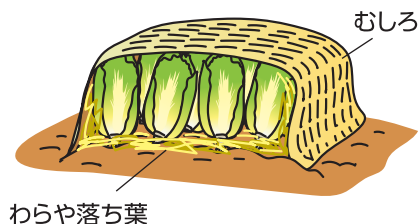


図3 土中貯蔵1

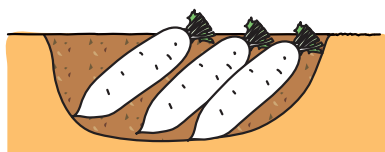
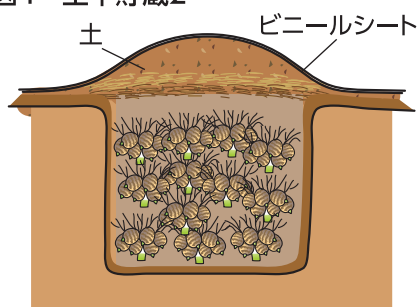


図4 土中貯蔵2



柑橘講座

みかん指導課

果樹専門指導員 立間担当

う え だ

た け し

上 田

剛 士

指導員



柑橘重点作業 11 月

11 月は早生温州の収穫が終盤となり、J A えひめ南のメインとなる商材のひとつでもある南柑 20 号の収穫も開始される月であり、柑橘生産者は年内で最も忙しく慌ただしい時期と言えます。

忙しい時期ではありますが、まずは適期収穫を心掛け、果実品質等を落とさないよう注意しましょう。

1、品種ごとの作業、管理

収穫繁忙期になり、収穫作業に追われていると思いますが、河内晩柑の落果防止剤等の時期も重なりますので、散布適期を逃さないようにしましょう。

品種	重点作業
温州類	極早生
	収穫後のお礼肥（秋肥）がまだの方は出来るだけ早く施肥しましょう。
	早生温州
中晩柑類	中生・普通温州
	南柑20号は11月中・下旬から収穫出荷が始まります。浮き皮軽減対策で最も効果があるのは適期採取です。
	紅まどんな
中晩柑類	ポンカン・甘平・せとか・デコボン
	11月中下旬から収穫出荷になります。丁寧な収穫を心掛けましょう。
	デコボンなどの果皮障害対策にカルシウム剤の散布を行いましょう。 ※カルシウム剤はカルビタPの場合800倍で着色初期に散布する。
中晩柑類	河内晩柑
	11月上旬中は、落果防止剤（マデックEW 2000倍）の散布時期になります。散布目安は脱色期（果皮の緑が薄くなってくる時期）です。

2、秋肥の施用

冬季に樹勢が悪くなっている園地が近年目立ってきているため、今一度施肥の重要性を意識し、収穫後の樹勢回復、耐寒性の向上、冬季の落葉防止、翌年の着花及び新梢の充実のため必ず施用して下さい。

☆一般秋肥

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】
中生・普通温州	120kg（6袋）	11月上旬	えひめ有機配合1号(10-7-7) 宇和ボンアミノ（秋肥）(10-8-8) 果樹有機入り配合1044(10-4-4)
ポンカン、甘平、伊予柑、甘夏、八朔	90kg（4.5袋）		
せとか、タロッコ、ネーブル、清見、南津海	80kg（4袋）		
デコボン	70kg（3.5袋）		
河内晩柑	110kg（5.5袋）		

☆温州類省力化肥料（年間一発肥料）

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】
早生温州	130kg（6.5袋）	11月上旬	宇和みかん一発667(16-6-7)
	130kg（6.5袋）		宇和みかん有機一発SR・楽や農(16-8-10)
南柑20号、普通温州	140kg（7袋）		宇和みかん一発667(16-6-7)
	140kg（7袋）		宇和みかん有機一発SR・楽や農(16-8-10)

※温州類省力化肥料（年間一発肥料）を使用する場合、施用後の冬期に顆粒サンスリー等の生石灰の使用は避ける（苦土石灰、サンライム等は問題ない）。

3、病虫害防除

先月より採収時期に入っており腐敗果の発生を抑えるためにも、必ず収穫前には腐敗防止剤を散布しましょう。

また、下記害虫のミカンハダニは果実の外観を損ね精品率の低下を招き、ハナアザミウマは腐敗に直結する果実被害が出ますので、発生した場合は早急に防除を行いましょう。

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	ミカンハダニ	発生：5月～11月 防除：8月～11月発生次第	スターマイトフロアブル	3,000倍
	ハナアザミウマ	発生：9月～1月（着色期） 防除：9月～11月発生次第	スピノエースフロアブル 又は、ディアナWDG	6,000倍 10,000倍
病害	貯蔵病害	発生：貯蔵中（9月～5月） 防除：収穫の前日～10日前	ベンレート水和剤 又は、ベフラン液剤	4,000倍 2,000倍

※ 農薬の使用基準（収穫前日数）には注意し、適切な防除を行って下さい。



9月号の答え

1ク	5ツ _D	8ワ	ム	14シ		21ス
	6ガ	リ		15キ	18ツ	テ
2ア	ル	バ	12ム		19メ _A	ン
キ		シ	ス	ウ		レ
3ア	7ゲ _C		13コ	ス	20モ	ス
4カ	ン	10ワ		17カ	ケ	
ネ		11シ	ロ	ワ	イ _B	ン

※氏名にふりがなの記載をお願いします。

〒798-0031 宇和島市米町港
三ー一三〇二
J A えひめ南
総務課行き

【応募締切】 11月30日

- ①さらさらと落ち続ける時計もあります
- ③新婚家庭には満ちあふれていそう。
—— 太りしちゃう人もいるかな
- ⑥朱肉がセットされたケースに入れることも
- ⑧「Rの付かない月(5〜8月)に食べるな」と言われる貝
- ⑨京都の町家は—— が狭いうなぎの寝床
- ⑪グラウンドをならす道具です
- ⑫文系とよく対比されます
- ⑬この商品は—— パフォーマンスがいいね
- ⑮鍛えて日本刀などを作ります
- ⑰髪を刈り込むときに使います
- ⑲旅行のこと。—— シューズ
- ⑳こたつで丸くなりたいニヤ

- ① サツマイモで作る洋風の焼き菓子
- ② 東がトン、北がペイなら南は
- ③ 布団や枕などのこと
- ④ 『万葉集』にはたくさん収められています
- ⑤ 漢字で書くと「背黄青鸚鵡」。ペットとしてよく飼われている小鳥です
- ⑦ 板を用いることが多い練り製品
- ⑩ 簞（ほうき）と一緒に働きます
- ⑭ おうし座のブレアデス星団の和名。『枕草子』にも出てきます
- ⑯ いかつい——構えをした刑事
- ⑰ 天下の回り物です

出題●ニコリ

二重マスの文字を
A～Fの順に並べて
できる言葉は何で
しょうか？



1	6		11		15	19
2					16	
	7	9		13		
3				14	17	
		10	12			
4	8				18	20
5						

 **新作発表 ひな人形・五月人形 早期ご予約会**

■ 場所 / 香峰 人形の光商会 大展示場

松山市保免上2丁目2-1 TEL (089) 945-0087

■ 日時／12月5日(土)～13日(日)

■ 営業時間 / AM10:00~PM5:00 ■ 12/28(月)まで休まず営業

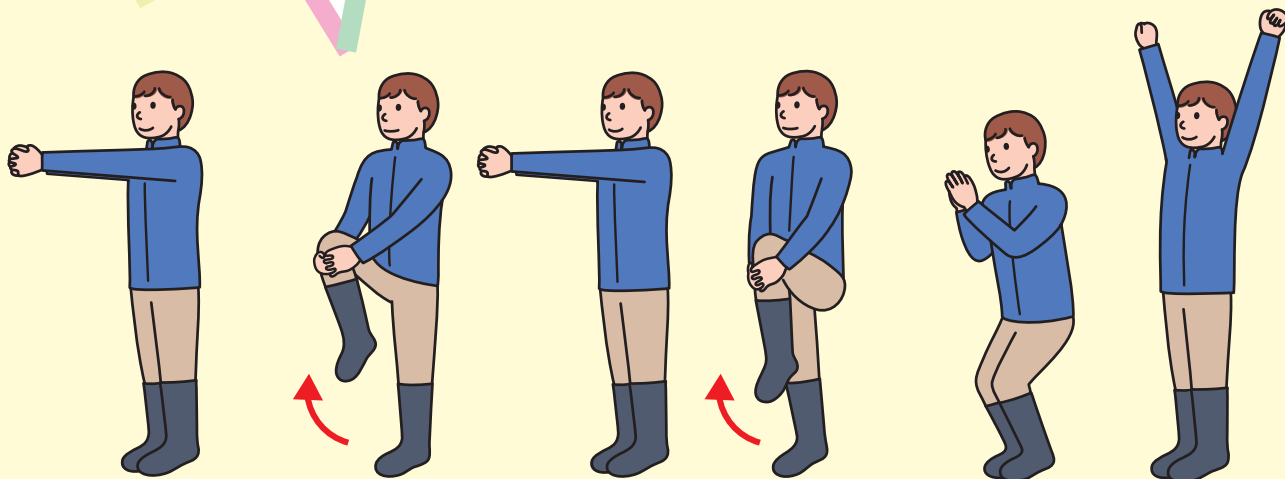
■ 期間中のご予約で通常割引価格よりさらに10%~5%特別割引、他特典満載
お問い合わせはお近くの各農協JA窓口へお気軽にどうぞ。



いつでもどこでも 手軽に体操

バランスとストレッチ

日本体育大学教授●荒木達雄
(公財) 日本体操協会「The Taiso」



- ① 両手を握り前に突き出します。
- ② 両手を下げながら、右膝を抱えて引き寄せます。両手を戻し、次に左膝を抱えて引き寄せます。グラグラしないようにしっかり立ちます。
- ③ 膝を屈伸しながら「パン、パン」「パパン、パン」と手を鳴らし、最後に背筋を伸ばしてバンザイポーズ、で終了です。

※足踏みをしながら「イチ、二、イチ、二」とリズムカルに動きます。
椅子に座って行う場合も、同じ運動をします。

「The Taiso」の動画はこちら
ザ・タイソウ [検索](#)



理事会報告 令和2年度 第6回理事会

令和2年9月29日(火)

(報告事項) 管理・農産青果合同本部委員会の報告について

(協議事項)

- 第1号議案 コンプライアンス態勢運営規程の一部変更について
- 第2号議案 伊予吉田営農センター及び
宇和島営農センター改修計画の一部変更について
- 第3号議案 大浦出張所の再編(廃止)について
- 第4号議案 令和2年度愛南町えひめ米政策改革支援事業の
取組みについて
- 第5号議案 液化石油ガス危害予防規程の一部変更について
- 第6号議案 出資金の減口について

(報告事項)

- ① 令和2年8月末事業実績について
- ② 体制整備モニタリング報告について
- ③ 実地棚卸における棚卸監査の実施について
- ④ 令和2年度上期監事監査の実施(日程)について
- ⑤ 令和2年度内部監査外部確認の実施について
- ⑥ 本所(宇和島支所)及び立間中央支所の宿直廃止について
- ⑦ 愛南町柑橘加工施設整備計画について
- ⑧ 令和2年度労働力確保対策について
- ⑨ 令和2年度食肉加工品・乳製品取組みについて

(その他)

- ① 次回理事会開催予定について
令和2年10月27日(火) 午後1時30分から

農協の冬

JA SS

タイヤキャンペーン

奉仕品

お買得4本セット

限定20台

スタッドレスタイヤ

145R12 6P

(軽トラックなど)



DUNLOP
YOKOHAMA
TOYO TIRES
driven to perform

WINTER MAXX
SV 01
ice GUARD IG91
for VAN
DEL VEX934

夏用タイヤ

145R12 6P

(軽トラックなど)



DUNLOP
YOKOHAMA
TOYO TIRES
driven to perform

DV-01
for TOWN CARGO
SUPER VAN
Y356
A06-V02E

¥22,800

¥20,800

期間: 11月1日~12月31日

取扱メーカー



DUNLOP
YOKOHAMA
TOYO TIRES
driven to perform

スタッドレスタイヤ4本セット

155/65R14

(ワゴンR・タント・NBOXなど)

DUNLOP
YOKOHAMA
TOYO TIRES
driven to perform

WINTER MAXX
02
ice GUARD 5
G5

35,800 円



スタッドレスタイヤ4本セット

175/65R15

(アクアなど)

DUNLOP
YOKOHAMA
TOYO TIRES
driven to perform

WINTER MAXX
02
ice GUARD 5
G5

68,000 円



夏用タイヤ4本セット

185/65R15

(フリードなど)

DUNLOP
YOKOHAMA
TOYO TIRES
driven to perform

エナセーブ
EC204
ECOS ES31
SD-7

55,200 円



夏用タイヤ4本セット

155/65R14

(ワゴンR・タント・NBOXなど)

DUNLOP
YOKOHAMA
TOYO TIRES
driven to perform

エナセーブ
EC204
SS06
SD-K7

29,800 円

夏用タイヤ4本セット

175/65R15

(アクアなど)

DUNLOP
YOKOHAMA
TOYO TIRES
driven to perform

エナセーブ
EC204
ECOS ES31
SD-7

48,800 円

夏用タイヤ4本セット

195/65R15

(プリウスなど)

DUNLOP
YOKOHAMA
TOYO TIRES
driven to perform

エナセーブ
EC204
ECOS ES31
SD-7

59,800 円



※入れ替え作業工賃廃タイヤ料金別途。SSにより取扱いのできない商品がありますのでご了承ください。

無月SS

0895-29-0975

三間町中央SS

0895-58-3716

JASS-PORT 津島

0895-32-2704

鬼北中央SS

0895-45-1166

JASS-PORT 愛南

0895-72-1120

ふれあいを大切に、あなたと育む

JAえひめ南

宇和島市栄町港3丁目303番地
TEL 0895-22-8111(代)



読者から ひとこと

手作りパン工房みなみの記事を見て、早速みなみ粒あんパンを買いに行きました。最高に美味しかったです。粒あん好きなのでパン工房に行ったらまた買いたいです。

(三間町 S.Nさん 72歳)

早速買いに行ってくださいありがとうございます♡今月号にも粒あん入りの新商品を紹介しているので、ぜひ賞味ください😊

とんでもなく暑い夏が終わったと思ったら、早くも収穫の時期になりました。農家の皆様、夏の疲れはとれたでしょうか。私はたたくたです。ぼつぼつやっていきましょう。体が一番。

(吉田町 T.Mさん 58歳)

もう収穫の時期ですね!!お体に気を付けて、今年も美味しいミカンをみなさんに届けてください😊

仕事を辞め、野菜作りを始め、先生はみなみかぜでした。やっと土も野菜も人様に差し上げられるようになりました。感謝です。

(松野町 R.Yさん 67歳)

みなみかぜがお役に立てたみたいでとっても嬉しいですよ😊

この間の台風、すごい風でした。でも被害もなく、ホッとしています。
(津島町 A.Iさん 65歳)
台風が来るたび農業被害がありませんようにと祈っています!!

アシストスーツ、話は聞いたことがありますが、体に負担なく重い荷物が持てるようになるのですね。女の人や高齢の人に適した品物ですね。楽に作業ができるのも良い。期待しています。

(宇和島市 R.Fさん 77歳)

実際に試着してみると、とても楽に作業ができると感じました!!アシストスーツがもっと身近になるといいなと思います☆

みなみくんにある女性部の惣菜コーナーが閉店とは、とても残念なニュースです。巻き寿司がとても好きでした。スタッフの皆様、お元気で。お疲れ様でした。ありがとうございます。

(宇和島市 K.Kさん 76歳)

お便りで閉店を惜しむメッセージをたくさんいただきました。とても残念です。(泣) 23年間、たくさんの人に愛されたお店でした!!

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ちろん、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きます)

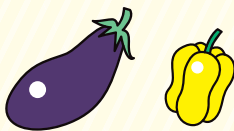
今月の朝ごはん

材料 (2人分)

鶏スープ	出来上がり200ml
水	1L
手羽元	6本
野菜くず(ネギの青い部分、ニンジンの皮など)	適宜
合わせ調味料	
みそ	大さじ1と1/2
砂糖	大さじ2
みりん	大さじ2
しょうゆ	大さじ1
ナス	2本
パプリカ(3色)	各1個
おろしショウガ	大さじ1/2
いりごま	大さじ2

作り方

- 1 鶏スープの材料を鍋に入れスープを取る。
- 2 ナス、パプリカを食べやすい大きさに切り、素揚げする(揚げ油は材料外)。
- 3 ①をこし、鍋に鶏スープと手羽元、合わせ調味料、②を入れ強火で煮詰めていく。
- 4 煮汁が絡んできたら、おろしショウガ、いりごまを入れサッと混ぜ合わせ出来上がり。



手羽元と秋ナスのみそ煮



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



吉田宮農センターの職員さんから、今年も変わった形のナスが届きました!!二つのナスが一つにまとまっています(笑)今月のえんぴつはこれです。決まり♡で決まり♡を撮りまして😊
(藤田)

今月の表紙は、立間果樹青年同志会の皆さんです☆「技術の向上」「学理の究明」「経営の合理化」を理念に、生き生きと活動しています!!



今月の表紙



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



ルッコラのプロフィール

【分類】アブラナ科キナナスズシロ属

【原産地】地中海沿岸

【おいしい時期(旬)】10～12月ころ、4～6月ころ

【主な栄養成分】β-カロテン、
ビタミンC・E・K、鉄、マグネシウム、
アリルイソチオシアネートなど

解説：KAORU

ルッコラ

～イタリア料理で定番のハーブ～

見分け方

香りが良く、茎や葉が
ピンとして張りがある
葉の色が鮮やかで、
みずみずしい



お好みで選ぶ



水耕栽培

葉が軟らかく香り
や風味が穏やか

露地物

野性的な風味で成長
に促って香りが強くなる



NG

鮮度が落ちている
葉が黄色っぽい
切り口が変色している

保存方法

冷蔵庫の野菜室へ

乾燥防止

少し湿らせたペーパータオル・新聞紙に
ふんわりと包み、ポリ袋や保存袋に

根元を下に！立てて鮮度を維持

香りや風味が損なわれる
ので、早めに使い切ろう



ルッコラのいろいろ

ルッコラ

アブラナ科の一年草。イタリア料理ではポピュラーで、サラダやカルパッチョ、肉料理の付け合わせに使用される。葉は生食可能



セルパチコ

「ワイルドルッコラ」とも呼ばれる多年草。イタリア料理で重宝される。ルッコラに似た味わいだが、より野性的な風味が特徴。強い辛味、苦味があり香り高い



ルッコラのパワー

β-カロテン・ビタミンE

活性酸素を抑え、肌や血管の老化予防、免疫力向上に効果的

ビタミンK

骨の形成に関わり、カルシウムとの相乗効果で骨粗しょう症予防が期待できる



ミネラル

鉄分はプルーンの1.5倍！
貧血気味の方にオススメ

ビタミン

葉の部分が多い
ビタミンCは、ほうれんそうの2倍！



風邪予防、
疲労回復、
美肌に効果的

アリルイソチオシアネート



辛味成分の強い抗酸化作用、抗菌作用が特徴で、がん予防や血栓予防に効果的

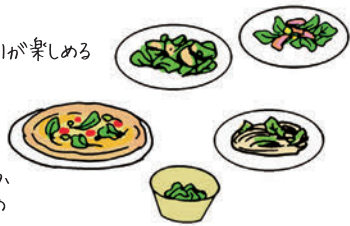
楽しみ方・食べ方のコツ

ザマのような風味が特徴。他の食材と調理することで風味が引き立つ

生食

特有の風味とフレッシュな香りが楽しめる
サラダ・カルパッチョなど

炒め物、おひたし、パスタ、
ピザなど、加熱調理もOK
風味や香りを損なわないよう、
さっと火を通すくらいがオススメ



好相性

チーズ、生ハム、トマト、
オリーブオイル



味や色合いの引き立て役

卵料理、
肉料理



ピューレにして

ソース、スープ、ムースに



ルッコラのヒストリー

歴史

ローマ帝国時代
地中海沿岸原産
で栽培



日本

1990年代ごろ
イタリア料理ブームで急速に浸透



正式名称

ルッコラ・コレティヴァータ(Rucola coltivata)

英名: ロケット (rocket)、アリュラ (arugula)

ロケットに似ている姿から(葉が直立している姿)



イタリア名: ルッコラ (rucola)、ルーゴラ、ルケッタ (ruchetta)

フランス名: ロケット (roquette)、エルーカ (eruca)

和名: キナナスズシロ

葉がダイコンの葉と似ている
(ダイコンの古名はスズシロ)



花
クリーム色に近い白色