

「組合員・地域に愛され、親しまれるJAへ」～新たな未来の創造～

みらい



3
2023

JA鹿児島みらい 広報誌No.31



P3桜島大根コンテスト

3月号もくじ

- | | | | |
|-----|--------------------|-----|---------------|
| P2 | みらいを創る | P12 | フルーツパラダイス |
| P3 | 桜島大根イベント特集 | P13 | 旬を食べよう・笑味ちゃん号 |
| P4 | トピックス | P14 | 読者からのおたより |
| P6 | 食農教育 | P15 | お楽しみクイズ |
| P7 | 女性部通信 | P16 | アートの広場 |
| P8 | 新たな未来の創造 | | |
| P9 | 地区別説明会意見要望 | | |
| P10 | 家庭菜園・SDGs | | |
| P11 | JADDOカード優待店舗・不動産情報 | | |

新しい夢 どんどん
育てよう明日を
JAグループ鹿児島



JA鹿児島みらい



みらいを創る
園芸

吉野支店管内 みず菜生産農家 山下 拓也さん(41歳)

軟弱野菜生産部会(通称…優う良部会)の会員として、安心・安全な野菜を作っている山下さんは就農して9年。硬質ハウス(2774㎡)で土にこだわりのみず菜の栄養価の高い美味しいみず菜を作り出荷しています。

就農してから続けている土壌診断。収穫が終わった全てのハウスの土壌分析を基に施肥設計を行い、生産量の増大及びコスト削減、栽培ロスをなくして種時きや管理作業を行い、安定出荷に努めています。

突然ですが3月27日は何の日か知っていますか？

同部会では語呂合わせで3(み)2(ず)7(菜)の日として、消費者に知ってもらい、美味しく食べてほしいと、自らラジオ等に出演してPRしています。

幼少期の頃から祖父母がみず菜とホウレンソウを作っていたので収穫などの手伝いをして育ちました。

叔父が亡くなり祖母と母のふたりで農業を続けて行くことへの不安や、これまで叔父が大切にしてきた農業と、野菜作りへの意思を受け継ぎたいと一大決心して就農しましたが、野菜作りに関しては素人だったので失敗を繰り返しながら、JAや市の職員のサポートを受けて

野菜作りを学びました。

農業が大好きな山下さんのお気に入りの場所は、ハウスが立ち並ぶ中にある調整小屋です。区画整理などでこれまで畑だった場所も次々と家が建ち、少しずつ変わっていく中で叔父が残してくれたこの場所だけは40年近く経った今でも変わらず残っている居心地のいい場所です。

スーパーなどでは、県内外のみず菜が販売されていますが、地産地消とよく言われるように、鹿兒島のみず菜は、本当に美味しいです。おすすめ料理は、「みず菜のかき揚げ」です。葉の部分がパリッとして違った食感が楽しめるので是非一度ご賞味ください。



桜島大根イベント特集

第23回世界一桜島大根コンテスト

3年ぶりに大野勤さんが総合優勝

1月28日、道の駅桜島火の島めぐみ館で同コンテストが開かれ、県内より38点、県外から2点の計40点の桜島大根が出品されました。

会場では、審査員5人が全体の色や形状・バランス・重量などを審査したあと、木の棒でたたき、音を聞き実の詰まりなどを確認し、総合部門・重量部門・学校部門・幼稚園・保育園部門の4部門のほか、胴回り賞・かごしま親善大使賞・地域おこし協力隊賞など15点を選びました。

総合部門では、「大きくて肌も形も素晴らしい」と大野勤さん(74歳)の出品した重量(24.75kg)胴回り(115.3cm)が3年ぶりの優勝となり、学さんは総合2位でした。

また、重量部門(27.3kg)、胴回り賞(129cm)、かごしま親善大使賞の3部門に柕元俊一さん(65歳)が選ばれました。

優勝した大野さんは「嬉しい。ギネス記録に近づけるように来年も大根作りを頑張ります」と笑顔で話していました。



柕元 俊一さん



大野 学さん 大野 勤さん

2023桜島だいこんフェア

オーピングイベント

ベルク広場で開催

1月28日と29日の2日間、天文館ベルク広場で鹿児島商工会議所主催の同イベントが開かれ、桜島大根を

使った飲食ブースや加工品、葉付きの桜島大根の販売など「桜島大根」をPR販売しました。

会場では、トークイベントや重量当てクイズのほか、当JJAのブースでは10kgを超える桜島大根(葉付き)60本が展示販売され、多くの来場者が県外への発送や自宅用にと買い求めています。

購入した女性は「県外の息子から桜島大根を食いたいと連絡が来たので急いで買いに来ました。無事に買うことが出来て良かった」と話していました。

また、鹿児島女子短期大学生・食素材研究会が桜島大根に含まれるトリプトファンがたっぷりとれる、寒い時期にお薦めの「桜島大根のポトフ桜島小みかん風味」と、ほのかに桜島大根葉の香りが楽しめる「桜島大根のフッキー」を50食限定で来場者に振舞いました。



第21回 こどもたちが育てた桜島大根まつり開催

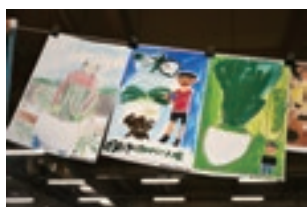
1月27日、鹿児島青果株式会社で同桜島大根まつりが開かれ、場内には市内5小学校(黒神・桜峰・桜洲・東桜島・春山)の児童が育てた桜島大根350本が出荷されました。

今回、3年ぶりにセリ場を訪れた児童たちは、活気あふれる掛け声とともに、仲買人が次々とセリ落とす様子を食い入るように見つめ「鹿児島の美味しい桜島大根を全国に届けてたくさんの人に食べてもらいたい」と話していました。

出荷された桜島大根には桜島のイラストに「こどもたちが育てた桜島産」の文字入りのハンコと児童たちが購入者宛てに書いたお礼やおすすめ料理レシピなどが添えられて販売されます。

また、「こどもたちの笑顔と元気を伝えよう」と県外(福島県・千葉県)2校の小中学校にも食材として提供するなど食育活動にも繋がっています。

セリ見学を終えた児童たちは、種蒔きから収穫までの生長記録を発表したあと桜島大根の歴史や模擬セリを体験し、賑やかな声が響き渡っていました。



年金友の会スマイルの会 ヨガ講座開催

2月3日、吉野支店で2022年度スマイルの会「ヨガ講座」が開かれ会員ら11人が参加しました。

今回は「いつでも笑顔で輝いてほしい」と気持ちを込めて気軽に楽しめるヨガ講座を企画し、2会場（吉野支店・谷山東部支店）で先着40人を招待しました。

吉野支店には、バスタオルやヨガマットを手に会員が次々と集まり、ヨガインストラクターの北里佐知子先生が足のケアから骨盤調整、猫のポーズ、立木のポーズなど楽しくわかりやすいヨガを指導し、参加者は「初めてのヨガは体のお肉が少し邪魔になりましたが、自分のペースで楽しめるヨガに心も体も大満足です」と話していました。



青色申告部会総会・研修会開催 インボイス制度研修

1月30日、吉野支店で同部会の総会と研修会が開かれ、会員と関係者50人が参加しました。

総会では、迫博光部会長があいさつした後、2022年度の収支決算と23年度の収支予算について報告しました。また、役員改選もあり、迫会長が再選しました。

引き続き、中崎公認会計事務所の中崎隆穂氏が「インボイス制度」について研修を行い、概要や消費税の申告・計算方法の確認・農協特例・卸売市場特例等について説明しました。



女性部小野支部 コンニャク作りを体験

2月3日、部員4人が小山田支店管内にある馬場園昭子さん（79歳の加工施設で初めての刺身コンニャク作りを体験しました。

地元でも有名な馬場園さん。「自分が元気なうちにアクマキヤトコロン作りなど色々な事を伝承して次世代に繋げたい」と今回のコンニャク作りを快く引き受けてくれました。

部員は、原料となる親手をミキサーにかけたあと、分量を確かめながらアクを加え、むらなく混ぜ合わせ、コンニャク（100g）70個を大鍋で煮て完成させました。

川田原光美支部長は「コンニャク作りの夢が叶いました。支部交流活動を通じてコンニャク作りを伝えていきたい」と話していました。



男の料理教室（北部・中央地区）

1月27日、かごしま環境未来館で同料理教室が開かれ、メンバーと女性部員、担当者11人が参加しました。

今回は、鹿児島島の郷土料理で春の行事や桃の節句で作る「ごつますもじ（ちらしずし）」と家の光の記事からサケとミツバのかき揚げ、エノキタケと細切り野菜の吸い物など4種類の料理作りに挑戦しました。

参加者は、レシピを確認しながら野菜の切り方や調味料の配合など部員からサポートを受け「具材の大きさは大小様々ですが美味しく出来た」と話していました。



おいどん市場与次郎館に豪華な 県産花飾り展

1月7日から13日までの7日間、県民や若い世代に対して日常生活における花のある暮らしの提案と鹿児島県産の花きの利用拡大を目的に、年末年始の集客が見込まれる商業施設や教育関係の施設に飾り花を展示しました。

飾り花は県花き振興会が県フラワー協会に依頼して、所属の生花団体6団体が制作を担当しています。今回はおいどん市場与次郎館では、県生花商組合の(有)花の店イヤマの飯山英一社長が11種類の花で飾り花を作りました。



畜魂祭

1月15日、鹿児島中央家畜市場で畜魂祭が開かれ、馬頭観音前には関係者30人が集まり畜産事業の発展と感謝を込めて神事を行いました。

同市場では、出荷している家畜に対して感謝と鎮魂の気持ちを込めて毎年開いています。

神事では、神主の祝詞にあわせて御霊に感謝し、各代表者が玉串をささげ、畜魂を供養しました。



一里原園芸組合

人材確保へ農業支援外国人受入事業を活用

アグリセンター小山田にある一里原園芸組合では、深刻化する人手不足に対応するため、農業支援外国人受入事業で初めてベトナムから2人の外国人の人材を受入れました。

同組合は、硬質プラスチックハウス250棟でコマツナ・チンゲンサイ・ホウレンソウなどの軟弱野菜5品を作り、AS-AGAPの取得、かごしまブランド(コマツナ)が認定を受け、県内外及び国外へも出荷しています。

そんな中、以前から従業員の高齢化や人手不足に直面している現状を回避するために田中敏郎さん(64歳)が試験的に外国人の人材を受け入れ、3年の雇用契約を結びました。ハウスでは、後継者の竜矢さん(36歳)がゲン・ティ・ゲイさん(35歳)とファン・ティ・トムさん(32歳)に日本語にジェスチャーを交えて説明しました。

竜矢さんは「日本語も少しは通じるので、ジェスチャーを交えることで十分理解してくれる。年末には餅つきをして日本文化にも触れる機会を作っていきたい」と話していました。



アグリスクールで収穫した新米をプレゼント

12月27日、通所介護施設デイサービスセンターとうぶにアグリスクールで収穫した「あぐり米」を使ったランチが利用者に振舞われました。

同センターは、月曜日から金曜日の週5日、40人の利用者に入浴や食事の介助、折り紙遊びやリズム体操など楽しい触れ合いの場を提供しています。

フロアでは、経営企画部の片平生活指導員があぐり米について説明したあと「子供たちが収穫したお米を持ってきたので、お腹いっぱい食べてください」と話しました。

利用者らは、「フワフワ塩おにぎり」とソバ、鮭の南蛮料理など特別メニューを堪能し「艶々して美味しい。むかし米作りをしていたことを思い出しながら一粒一粒食べました」と笑顔で話していました。



第2回アグリスクール

桜島大根収穫・閉校式

2月4日、桜島支店管内にある桜島大根畑(桜島西道町)に参加家族と関係者70人が集まり、桜島大根の収穫を体験しました。畑には、2022年9月に生産農家の重久清隆さん(87歳)とJA職員がアグリスクールの収穫体験に向け、桜島大根150本分の種を蒔きました。

畑では、重久さんと松岡宮農指導員が収穫方法について説明をしたあと、100本以上の大根を収穫しました。また、1家族1本限定で大きな大根を探して重さを競う「重量ゲーム」もあり、参加者は畑を歩き回り収穫した大根を抱えて重さを量りました。最も重かった16.3kgを収穫した三反田華愛さん(10歳)と莉愛さん(12歳)が1位となり重量賞に輝きました。

引き続き、調理体験もあり、女性部桜島支部の部員が「大根からあげ」作りを指導しながら桜島大根の美味しさを伝えました。

昼食では、部員らが事前に準備した大根葉の混ぜご飯おにぎりや豚汁・大根とミンシンのキンピラ・サラダなど大根尽くしの料理5品を堪能しました。

最後に村山眞一郎組合長が重量賞の授与と修了証書を手渡し、22年度のアグリスクールを終えました。



親子で収穫体験楽しむ

1月15日、原良支店管内にある「モンヒルズ」の町内会では「はららっぱ農園」で「マツナとラディッシュ」の収穫を行い、JA職員と住民ら50人の親子が参加しました。

「はららっぱ農園」は、住民との交流を深める場として年2回JAのサポートを受けながら旬の野菜作りに取り組んでいます。

11月下旬に種蒔きをした野菜が収穫を迎え、農園では松岡宮農指導員が生育状況と収穫方法について説明をしたあと、待ちにまつた収穫を楽しみました。

参加者は「いつも生育を見てきたので収穫が待ち遠しかった。親子で楽しく収穫したので今夜はコマツナ料理に挑戦します」と笑顔で話していました。



女性部通信

坂之上支部よか体操

12月21日、体操教室が開かれメンバー20人が参加しました。

同教室では、介護予防体操として注目されている「鹿児島よか体操」を川添スミ子さん(73歳)を中心に毎月第1・3水曜日に実施して普及活動に取り組んでいます。

よか体操は、ゆつくりしたテンポで椅子に座つてする体操で、準備体操や表情を豊かにする運動、腰痛予防に効果的な運動、整理体操など鍛える部位や目的など参加者の状態に合わせて選べます。

メンバーらは、椅子を準備し、DVDに合わせて60分間体を動かしながら「自分のペースで出来るのが魅力ですね。継続は力なり。予防体操はこれからも続けて、残りの人生笑顔で過ごせるように頑張ります」と話していました。



小山田支部年末恒例のソバ打ち体験

12月28日、女性部員と男の料理教室のメンバー11人が加工室に集まり、ひと足早く年末の年越しソバ打ちに挑戦しました。

同支部では、男の料理教室のメンバーと一緒に田舎ソバと言われるソバ粉とヤマモだけで作る十割ソバを毎年作っています。

加工室では、ソバ粉(10kg)を使い、手際よくコネたあと打粉をまぶしながらめん棒で平たくのばし、リズミカルに生地を切りながら「今年も良いソバが出来そうです。試食が楽しみです」と話し、ソバ打ちを楽しんでいました。

ソバ打ち歴10年以上の山元稔さん(75歳)は「家でもソバ打ちはしますが、ここで作るソバ作りは楽しいし美味しい」と笑みがこぼれていました。



坂元支部本店に手芸品展示

12月14日から1月末まで本店にうさぎの正月飾りや習字、猫の置物、牛乳パックで作った小物入れ、活動風景の写真を展示しました。

同支部では、コロナ禍で習字や手芸品など部員が作った作品を発表する場がないため2020年から女性部のPRをしながら本店に展示しています。依田かよ子支部長は「部員が作った作品を披露できて良かった。来店された方に女性部のことを知ってもらえたら嬉しい」と話していました。



助けあい組織かがやき視察研修

1月11日、福祉バスを利用して鹿児島県防災研修センターと仙巖園の視察研修を行い、運営委員と関係者12人が参加しました。

今回、防災に関する学習活動を目的に様々な災害に対する基本的な知識や防災について学ぶきっかけ作りに繋がればと同防災研修センターを訪れ、DVDで津波時の避難方法や非常持出袋の必須アイテムが紹介され、メンバーらは再確認しながらメモに残していました。

引き続き、非常時には欠かせない身近な物で対応できる防災カップや、強化ダンボールで作る簡易トイレの作り方について説明を受けたあと、火山被害や地震、火災コーナーなど各ブースを見学しました。

メンバーらは「防災について改めて気づくこともあり貴重な研修でした。今回の研修で学んだことは支部に持ち帰って部員に繋がりたい」と話していました。



新たな未来の創造

「JA鹿児島みらい」が創造する
地域に根ざした協同組合



代表理事組合長
村山 眞一郎

持続可能な農業とくらしを守る

「対話と考動で自己改革の実践」

JA鹿児島みらいは、令和4年度において第二次中期3か年計画に基づき、「自己改革の実践」、「中長期シミュレーション」、「准組合員の意思反映」について方針を定め、組合員との対話を通じて自己改革の見直しを進めてまいりましたが、新型コロナウイルス感染拡大の長期化による事業縮小などにより一部の部門で事業計画を捉えることが出来ませんでした。特に国際情勢の変化による肥料、飼料、燃油などの生産資材価格の高騰により農家組合員は危機的状況にあります。農家組合員が今後も安心して営農を継続できるように令和5年度においても持続可能な農業経営に向けたJA独自の支援に取組んでまいります。内容については、肥料・飼料等の生産資材価格高等対策事業の継続支援を計画いたしており、申請方法等については、前年度と同様であります。春肥（令和4年11月～令和5年5月）の申請取りまとめについては、3月以降価格上昇率とともに申請スケジュールが示されるため、順次組合員への周知をおこないますので、肥料価格高騰対策事業を確認の上ご利用をおねがいいたします。

さて、第2次中期3か年計画の中間年度となる令和5年度がスタートしました。令和6年度を

目途とする支店機能再構築及び支店再編を進めておりますが、同時に購買店舗機能の再編も重要課題となっております。地域においては、農業の担い手不足や生産者の高齢化等により購買取扱高は減少し、購買事業の存続も厳しい状況となつています。しかし、農協には若い青年部組織が

結成され、県内の部員交流を通じて、地域の農業振興を担う後継者が生まれております。次代の担い手農家が育ち、農業者の所得増大、農業生産の拡大、地域の活性化への取組みを今後更に強化するため、購買店舗の再編と存続が重要であります。

そのためには、購買店舗のスリム化を図り南北に拠点を置き、全てを網羅し、電話一本で翌日配送できる体制を作り上げる必要があります。不可能ではないと思っております。組合員・利用者の皆様が期間ごとの事前予約により、価格のコスト削減などを行うなど、「必要な時にいつでも買える時代から、必要なものは予め把握し、必要以上

上に購入しない」そんな時代になると思っております。まず、各振興会や直売部会、生産者組織の皆様が農業生産に必要な資材、必要な時期を調査し、仕入れ価格のコストを削減して、農業を再生産できる農産物価格を維持する事が大事です。

現在の中期3か年計画において、小店舗再編の準備段階として捉え、第3次中期3か年計画では拠点購買店舗への再編を構築することを提唱します。

世界的に食料の逼迫が懸念される中、食料安全保障の観点から「国消・国産」が提唱されています。わが国にも求められている、国民が必要とし消費する食料はできるだけわが国で生産することを目指すため、組合員・地域の利用者・消費者と一体となつてできることから取組んでまいりたいと思っております。

農業は農業協同組合の根幹をなすものであり、鹿児島市民に新鮮で安心・安全な農畜産物を提供するため、都市農業の振興は最も重要な事業として取組んでまいります。これからもJAがあつてよかったと言われるようなJA鹿児島みらいを目指して、皆様の意見や要望を聞く全組合員訪問活動等を展開してまいりますので、よろしくおねがいいたします。

■ご要望にお応えしました

Q: 肥料・農薬の使い方・効能・価格等の資料をペーパーで案内してもらいたい。新商品も同様に。

A: 肥料・農薬・飼料については、本年生産者向けに総合案内カタログを作成し、直売部会員をはじめ生産者の方への配布を行いました。

Q: 共済など、新しい情報はメール等でも教えてほしい。

A: 共済につきましては「Webマイページ」や「JA共済アプリ」があり、Webマイページでは、ご契約内容の確認や住所変更、気になったことのご相談やご連絡したい事項などをWeb上で受付しております。また、定期的にお得な情報などが届きますので、ご登録頂ければと思います。詳しくは各店舗窓口へお問い合わせ下さい。

Q: 営農指導員がもう少し身近にいた方がよいと思います。

A: 9月より、週に2日(火・木)で桜島常駐を実施しております。活用ください。

■ご要望にお応えするため現在取組み中です

Q: 土曜日、近くのJAバンクATMが開いてないので開けて欲しい(入金がないので)。

A: 時間の制限はありますが、コンビニATMもご利用頂けます。

Q: 以前は渉外担当者等の訪問が2か月に1回程度あったが、なくなってきた。

A: 訪問頻度につきましては、広報誌配布

やJAの各種事業案内などを通じて、組合員・利用者とともに接点構築を図るよう、出向く体制を再度周知してまいります。

Q: 子牛の値は下がり、飼料は上がり、経営は苦しく、もっと強力な助成をお願いしたい。

A: 畜産においても、飼料対策として9、2月末を基準に取り扱いに応じた助成対策を行います。

Q: 小規模農家への指導。

A: 直売所出荷者においては、地区ごとの研修会を実施いたしました。今後も実施計画予定です。

Q: 銀行みたいになっている。

A: 窓口の接遇についての研修会等(信連主催)に積極的に参加するよう、窓口担当者を奨励し、改善に取り組めます。

Q: 合併続きで、農協を身近に感じられない。

A: 窓口サービス向上による「出迎える体制」と徹底した訪問活動など「出向く体制」の強化を通じて、組合員・地域の皆様に充実したサービスを提供できるようなお一層取組んでまいります。

Q: 日帰り旅行など集いの機会を設けて欲しい。

A: 今年度の年金友の会旅行につきましては、昨年4月開催の「年金友の会支部長連絡協議会」にて新型コロナウイルスの感染者数などを踏まえ、全支部の中止を決定したため実施されませんでした。令和5年度はコロナワクチンの接種率等も向上しており、感染症対策を講じた上で総会(日帰り旅行)の実

施を検討してまいります。

Q: 統合が進みすぎて高齢者の利用が困難になった。

A: 徹底した訪問活動など「出向く体制」の強化や移動金融店舗車および移動購買車の運行を通じて、組合員・地域の皆様に充実したサービスを提供できるよう、なお一層取組んでまいります。

■今後検討してまいります

Q: 営農者が減少する現在、JAの運営はますます厳しくなる。これからは金融が主力となってくるので、店内における客に対する声掛け等が大事だと思う。

A: 今回の意見を踏まえ、事務長会また、窓口コンクルの際、お客様目線に立った親しみやすい窓口対応を行うように周知してまいります。

Q: 6次産業化の取り組みを本格化してほしい(どの農家も参加できるように)。そして国内外への販売へ。

A: 現在、調査・検討中です。

Q: 組合員になろうと申込んだ時に組合について組合員になることのメリットの説明がほとんどなく、残念でした。

A: 役職員増資運動を展開している中、このような意見を賜うことになり申し訳ありません。今回のご意見を真摯に受け止め全職員で共有し、組合員になるメリットを全職員が説明出来る体制構築に改めて努めてまいります。

Q: 西谷山地区の女性部の活動場所が区画整理により取り壊される予定ですが、取り壊し後の活動場所を確保され

ているのか知りたいです。

A: 現在のところ行政からの動きは何もないところです。女性部活動のできる場を常勤役員会、委員会等で検討し、確保できるよう努めてまいります。

Q: 先日、地区別説明会に参加したが、統廃合のあり方に疑問を持った。伊敷だと遠方過ぎて利便性が悪く、通うにも交通手段がない。小野支店跡にATMコーナーを設ける等の対策を講じて欲しい。

A: 交通手段、利便性の問題があります。ご要望があれば移動金融店舗車も活用できます。小野支店跡地利用も検討してまいります。

Q: 一般の人に対して、JAの事業等にかける企画広報が足りないのでは。

A: 広報誌「みらい」やホームページ、LINE等の広報媒体を活用しているが、より一層情報発信していくよう組織広報課にて広報委員会・広報会議の中で協議検討してまいります。

■ありがたい意見

●とても親身に相談や協力を頂き感謝している。よりよいJAを目指して頑張ってください。

●年金受取をお友達に紹介しています。

●専業農家が激減し、JAの運営も大変でしょうが金融を含め後継者育成等今後とも地域の支援団体として期待しています。

●窓口の方々は感じの良い方々で行きやすいです。

●地域に根ざした参加型のJA作り、仲間作りに向けた取り組み、素晴らしいことと思います。応援しています。

【全体運】 周囲から頼られそう。手助けしないとびっくりするほど非難されることも。事情を丁寧に説明することが大事
【健康運】 発熱に注意。ビタミンCを取って風邪を予防
【幸運の食べ物】 シイタケ

【全体運】 状況は次第に好転。冷静に分析すればグッドアイデアを思い付きそう。感情に流されず実行すれば好結果に
【健康運】 心の健康に目を向けて。音楽鑑賞がお勧め
【幸運の食べ物】 ニラ

★3月の運勢★
双子座
5/21~6/21

蟹座
6/22~7/22



ハウレンソウ

β-カロテン、ミネラルたっぷり緑黄色野菜

1.種まき

種まきは2列のすじまき

1cm間隔でまく

種まきから発芽までは約1週間。

毎日水やりをします。



10～15cmの間をあけて、溝を2本つくり、種をまく。



種と種の間隔は1cm。



土をかけて手のひらで軽く押さえ、種と土を密着させる。

2.間引き・追肥

少しずつ株と株の間を広げる

2回の間引きで間隔を広げて、5～6cm間隔にします。追肥は1回です。



1回目の間引き。本葉1～2枚で2～3cm間隔に間引く。



2回目の間引き。本葉4～5枚のときに、5～6cm間隔にする。根ごと引き抜いても、ハサミで切り取ってもよい。間引き後、化成肥料10gを列と列の間にまく。間引き菜は食べられる。

3.収穫

草丈25～30cmがとりごろ

大きく育った株から収穫します。シャキシャキとした歯ごたえが残るようにゆでて水にさらし、あくを抜きます。



2回目の間引きのときの間引き菜。



根ごと引き抜いて収穫する。根元をハサミで切ってもよい。

持続可能な社会を目指す！

SDGsの行動として、JAの具体的な取組み事例を紹介します。組合員の皆様も様々な社会の課題とSDGsとのつながりを学び、今日から実践できる取組みを共に考えましょう。

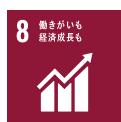
●桜島大根イベント特集(P3)

伝統的な食文化にかかる情報発信／農業者の所得増大、農業生産の拡大／次代を担う



●農業支援外国人受入事業を活用(P5)

労働力支援、すべての人々の働きがいのある雇用提供



●体操教室で「よかよか体操」実施(P7)

介護予防活動、生きがいづくり



JADDOカード優待店舗のご紹介



たわわタウン谷山おいどん市場谷山館内の「おいも&Cafe」

おいも&Cafeでは、鹿児島県産サツマイモをふんだんに使用した、カリッとした食感のカリカリ大学芋、黒糖風味(各280円/100g)。フレーバーによって芋の品種を変えて、それぞれのサツマイモの美味しさを知ってもらえるようにとこだわりをもって販売しています。

また希少なサツマイモを使用した焼きもなど県内産のサツマイモが堪能できます。

その他にも、新鮮な野菜やフルーツを使用した黒酢ドリンクやフレッシュジュースも提供しています。季節ごとにメニューを入れ替えて、寒い季節にはホットドリンクを販売していますので、ちょっとした休憩にご利用ください。



鹿児島市西谷山1丁目5
たわわタウン・おいどん市場谷山管内
営業時間：9時30分から18時
電話：099-230-7801
メニュー：大学芋・焼きいも・黒酢ドリンク・黒酢Su+
席数：10席～（フードコート共有スペース）

JADDOカード特典

5%引き (水曜日限定)

不動産センターからのお知らせ

マンション	2LDK
家賃	67,000円
オートロック付!駐車場1台付無料 人気の2LDKのお部屋です♪	
物件名	メゾン・ド伊敷台203号
所在地	鹿児島市伊敷台1丁目15-8
間取り	和6・洋6・LDK13.5
敷金	2ヶ月
駐車場	1台付無料(2台目あります)
構造	鉄筋コンクリート造2階建
占有面積	57.85㎡
築年月	2004年1月



賃貸物件、家・土地の売買、リフォーム
(外壁塗装・屋根・瓦・内装・浴室・トイレ・
台所等)のご相談承ります。
お気軽にお問い合わせください。

「売却物件」(土地・住宅・賃貸物件)
のご相談承ります。(無料査定・秘密厳守)
お気軽にお問い合わせください。

JA鹿児島みらい 不動産センター

鹿児島市東谷山2丁目22-23
JA鹿児島みらい 谷山東部支店2階
TEL 099-268-2263 FAX 099-260-9591
E-mail tbu.100-134@ks-ja.or.jp
<http://ja-kagoshimamirai.com/>





フルーツ パラダイス

イラスト：小松崎美子

キウイフルーツ

～1個で1日分のビタミンC～

キウイフルーツのプロフィール

- 【分類】マクワビ科マクワビ属
- 【産地】中国南部
- 【おいしい時期(旬)】12～4月ごろ(国産)
- 【主な栄養成分】ビタミンC、食物繊維、カリウム、アクリニジンなど

選び方



- 傷やしわがない
- 産毛が均一で密に付いている
- 丸みを帯びた楕円(だえん)形でずっしりとした重さ

食べ方

軸の部分(種とお尻)を指で押したとき弾力を感じ、指が少し沈むくらい

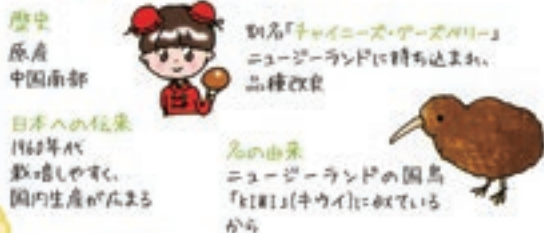
食色部分的に柔らかいと傷んでいるかも……

楽しみ方・食べ方のコツ



- 軸の切り方
縦にナイフを入れたら軸で止まる。そのまゝ一回り切り込みを入れ、へたをくると回すと簡単に取り除けるよ
- いろいろな食べ方
スライスしてサラダに
つぶしてソースやドレッシングに
そのまま生で
常食を無駄なく摂取できお薦め!

キウイフルーツのヒミツ



- 歴史
原産
中国南部
- 日本への伝来
1960年代
栽培しやすく、国内生産が広がる
- 別名「チャイニーズ・デズベリー」
ニュージーランドに持ち込まれ、品種改良
- 名の由来
ニュージーランドの国鳥「キウィ」(キウイ)に似ているから

保存方法

冷蔵保存

キウイフルーツから出るエチレンが他の食材に影響するかも……



ポリ袋の口はしっかり縛ってね

新聞紙やキッチンペーパーで1つつ包み、まとめてポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室へ

冷凍保存

重ならないようにね



まなもは
凍結

新聞紙やキッチンペーパーで1つつ包む

でんぷんが酸化し甘さが落ちるよ

食べやすい大きさにカットしてラップで包み、保存袋に入れて冷凍庫へ

風通しが良く、直射日光の当たらない場所で常温保存

キウイフルーツのいろいろ



- ハイワード
グリーンキウイの主流品種。甘味と酸味のバランスが良く、爽やかな味わい。国内産は11～5月ごろに出回る
- ゼスプリゴールド
愛知県や佐賀県などで栽培。ゴールドキウイともいわれる。酸味は穏やかで甘味が強く、滑らかな舌触り
- レインボーレッド
黄緑色の果肉の中央に赤い色が入るのが特徴。酸味が穏やかで甘味が強い
- 香ば(こうばく)
「ハイワード」の自然交雑から誕生。香川県、山梨県、静岡県などで栽培。酸味が少なく、糖度が高い
- さぬきゴールド
香川県で誕生。生産量が少ない希少品種。濃厚な甘さで酸味も豊か
- アップルキウイ
静岡県などで栽培。品種名は「魅実(かみみ)」。「ジュシー」で甘味が強く、酸味は少ない。産毛がなく果皮が柔らかい
- ベビーキウイ
学校給食などで人気のミニキウイ。香川県産「香ば(こうばく)」も注目。ミニキウイ品種

キウイフルーツのチカラ



- ビタミンC
美肌づくりや老化予防、生活習慣病予防、風邪予防に
- 食物繊維
便秘解消や肥満予防に
- アクリニジン
胃もたれ予防に肉を柔らかくする作用があり、肉・魚料理と一緒に取ると消化を促進
- カリウム
高血圧予防やむくみ改善に

★3月の運勢★
射手座
11/23～12/21

山羊座
12/22～1/19

【全体運】山積みの問題に頭が痛いかも。幸い下旬にはトンネルを抜けられます。駄目なものは駄目と割り切ることも大切
【健康運】体調不良は次第に解消。焦らず様子を見て
【幸運の食べ物】ウド

【全体運】春の兆しが見えています。ものは試しと何でもやってみて。うまくいかなければ修正を。方向転換は吉と出ます
【健康運】薬の飲み忘れに注意。サプリはほどほどに
【幸運の食べ物】カブ

ひな祭り料理

ひな祭りは女の子の健やかな成長と健康を願う行事で、毎年3月3日に今年も無事にひな祭りを迎えられたことを祝うものです。雛人形を飾って祝

う形が一般的で、桃の花やひし餅を飾るほか、縁起の良い食事をするなどさまざまな祝い方があります。

また、ちらし寿司や甘酒、はまぐりのお吸い物などを食べる風習があります。

春の食材を取り入れた食べ物や、華やかに飾った料理を準備して楽しみましょう。



経営企画部 福山生活指導員

さつますもじ
(ちらしずし)

材料(4人分)

- A 酢……………45ml
砂糖……………大さじ2
食塩……………少々
- B 砂糖……………小さじ1
薄口醤油……………大さじ1
みりん……………大さじ1/2
- C 砂糖……………大さじ1
薄口醤油……………大さじ1
塩・砂糖……………少々

- 米……………2合
水……………400ml
干しいたけ……………2枚
干しきくらげ……………2枚
干し大根……………5本
ごぼう……………50g
にんじん……………100g
たけのこ(水煮)……………50g
さつま揚げ……………30g
蒸しかまぼこ……………50g
卵……………2個
きぬさや……………15g
紅しょうが……………15g

作り方

- ①米は固めに炊き、桶に取り上げてAをふりかけ、切るように混ぜて冷ます。
- ②干しいたけ・干しきくらげは、もどし汁をひたひたに加えて水煮してからBを加えて煮つめ、千切りにする。
- ③大根はぬるま湯で戻し、ごぼうはささがきにして水につけてアクを抜く。
- ④大根・にんじん・たけのこは1cm角の薄切りにする。
- ⑤ひたひたのもどし汁でごぼうを煮て、④を加え、Cで薄めの味付けをする。
- ⑥さつま揚げ・蒸しかまぼこは1cm角の薄切りにする。
- ⑦卵は割りほぐして塩・砂糖を少々加えて薄焼きにし、4cm長さの錦糸卵にする。きぬさやは茹でて千切り、紅しょうがも千切りにする。
- ⑧①に具を入れてよく混ぜる。
- ⑨⑧を器に盛り、錦糸卵・きぬさや・紅しょうがを彩りよく飾る。

JA鹿児島みらい・Aコープ鹿児島
移動販売車「笑味ちゃん号」運行予定表

令和5年2月13日(月)から
運行予定が変更になりました。

月曜日	10時15分～	10時40分～	11時10分～	火曜日	10時30分～	11時20分～	13時15分～
	JA(旧)笹貫支店	JA谷山東部支店	西谷山 わかくさの郷		寿康園 大原の里	JA吉田事業所	寿楽苑
	11時20分～	13時10分～	13時35分～		13時50分～	14時20分～	14時50分～
	柳ヶ谷公民館前 (伊作峠)	JA(旧)平川出張所	平川豆打地区		陽光苑	緑ヶ丘県営住宅	JA犬迫事業所
	14時30分～	14時55分～			15時10分～	15時25分～	15時40分～
	星ヶ峯4丁目 市営住宅	ランドリーやまばと (星ヶ峯)			仮屋下 (犬迫)	栗之迫公民館 (犬迫)	徳永隆志様宅前 (犬迫)

水曜日	10時30分～	13時00分～	13時45分～	14時45分～	15時00分～
	ふれあいの里山田 (中山)	ガーデンハウス 慈遊館(慈眼寺)	JA(旧)福平支店	シルバーフラット 武岡台(ケアハウス)	シルバーフラット 武岡台(なでしこ)

木曜日	10時30分～	11時30分～	13時45分～	14時10分～
	ケアハウス西陵	柗木山公民館 (五ヶ別府)	JA(旧)平川出張所	平川豆打地区

金曜日	10時30分～	11時30分～	14時15分～	15時30分～
	旭ヶ丘園(平川)	ふれあいの里山田 (中山)	シルバーフラット 武岡台(なでしこ)	ケアハウス西陵 配達のみ



◆停車場所・予定時間は変更になる場合もあります。◇赤い部分が変更箇所です。
◆祝日・祭日については連休いたします。◆運行内容は随時見直してまいります。



読者からのおたより

■家庭菜園のジャガイモやつてみようと思います。子供といっしょに

(ペンネーム・きりりママ)

■1月号を楽しく拝読しました。知っている人や懐かしい顔を見つけると嬉しくなります。コロナ禍の中会えなくても頑張っているんだなと励まされています。今年もお料理レシピや家庭菜園を参考にして実践したいです

(ペンネーム・シクラメンのかおり)

■奇数月に発行される「みらい」がとても楽しみです。どのページを読んでも興味があります。特にお気に入りなのが「お楽しみクイズ」です。夫婦で競争しながら毎回チャレンジしています。60歳過ぎのジジとババですが脳トレをしなから楽しんでます。次回のクイズも期待しています。楽しい時間をありがとうございます

(ペンネーム・どうぶつ)

■仙巖園の菊花コンクール見るのが楽しみです。坂之上菊花部会の2年連続の総合優勝おめでとうございます。奥さんの笑顔が素敵です

(ペンネーム・メイちゃん)



■犬迫スペシャルバスターズとても素晴らしいと思います。昨年ジャガイモの収穫をしようと思っていた矢先行ってみたら全滅！隣の畑の人も同じ！家庭菜園で紹介された植え付けで頑張ろうと思います。追伸…同級生がしめ縄作りに頑張っている姿が掲載されているのも嬉しかったです。これからも記事を読むのが楽しみです

(ペンネーム・ハッピーママちゃん)

■ペットボトルの回収運動お疲れ様でした。私も家で少しずつ貯めてはいるのですが950kgとは…キャップ1個の重さは微々たるものでも集まると凄い量になるですね。約238人分のポリオワクチンになり助かる命があると思うだけで胸が熱くなります。引き続き協力します (ペンネーム・まあちゃん)

■1月号の金柑情報ありがとうございます。田舎から採って来て甘露煮にして保存しています。体にいいとは思っていましたが冬の寒い時期に万能食材であると改めて知ることができこれからは大事に守っていききたいと思います

(ペンネーム・食事で元気に後期高齢者)

理事会だより

第11回(1月27日)

- ① 事業実績報告について
- ② 内部監査の品質評価について
- ③ 組合員の結集力強化戦略の実践について
- ④ 組織整備委員会の開催について
- ⑤ 肥料価格高騰対策事業申請書の取りまとめについて
- ⑥ 移動金融店舗の運行ルートの見直しについて
- ⑦ 大口与信先経営概況の報告について
- ⑧ 新型コロナウイルス感染症等にかかる案件対応について
- ⑨ 人事異動について
- ⑩ 令和5年2月行事予定表について

単位:頭・円 (税抜価格)

子牛セリ市成績表(売却のみ)				
	1月		2月	
	みらい計	畜連計	みらい計	畜連計
総頭数	131	435	95	369
総平均	580,504	554,120	564,063	556,125
めす	頭数	63	227	44
	最高	847,000	880,000	731,000
	最低	289,000	264,000	100,000
	平均	510,492	493,542	480,477
去勢	頭数	68	208	51
	最高	994,000	1,001,000	958,000
	最低	289,000	289,000	100,000
	平均	645,368	620,231	636,176

広報誌モニターからの意見・要望

- ◎行事の報告記事はあるのでわかるが、行事予定も事前に知らせてもらおうと行事参加者がさらに増えるのではないだろうか。
- ◎何回も笑い、うなずきながら読みました。ジャガイモ、金柑のこと勉強になりました。
- ◎Nagomi9の「国消国産」初めて目にしました。考えさせられる言葉ですね。
- ◎広報誌への要望ではありませんが、この広報誌とNagomiが続くことを望んでいます。
- ◎是非、税に関する事なら何でも記事にしてほしいです。税も広いですから数号に分けて紹介してほしいです。
- ◎ペットボトルの回収運動小学校でも取り組んでいます。各支店の窓口のどこに回収ボックスがあるのか分かりません。これからも続けてください。
- ◎通帳レス口座が便利とありましたが…高齢者や理解しにくい方々に説明してくだされば助かります。
- ◎JAバンクの満足度調査のハガキが届いたのですがパスワードの入力とかの手続きが難しく回答できませんでした。JAの農機具のレンタルとあるといいですね。
- ◎どの支店も窓口に広報誌「みらい」が置いてあり目にとまるようになりました。



正解者の中から抽選で20名の方に
農協共通商品券をお送りいたします。

応募方法

左下のハガキを切り取り、必要事項をご記入の上、

- ①支店窓口にお持ちいただくか、
- ②63円切手を貼ってポストに投函してください。

[締切] 2023年4月5日(水) 必着

クイズの答えにおたよりを添えて、どしどしご応募ください。身近な地域の話・イラスト・絵手紙・写真などの作品もお待ちしております。
[おたより]クイズの答えにまつわるエピソードのほか、JAに対するご意見・ご感想、良かった記事など教えてください。

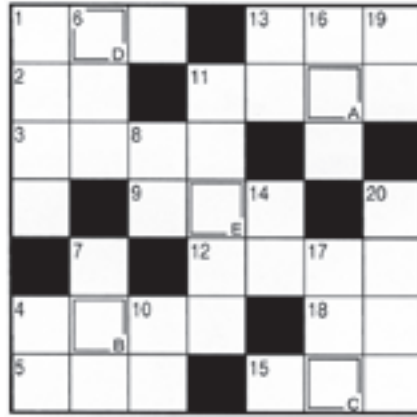
■1月号お楽しみクイズ
当選者発表(敬称略)

アッコちゃん	当たつたそ	なかよし
まゆみん	きんかん娘	フッチーバアバ
宇都の二法師	げじまゆ	ひびこママちゃん
とんでふじ	かつ子ちゃん	ユッキー
はるちゃん	すずむし	水口立子
すめれ	あいちゃん	前田逸子
ハッチ	マユミちゃん	

キリトリ線

▼本誌へのご意見、身近な地域の話、イラスト、絵手紙、写真など
お書きください。

二重マスの文字をA～Eの順に
並べてできる言葉は何でしょうか？



A B C D E

⇒ヨコのカギ

- 1 暑さ寒さも——まで
- 2 佐渡、淡路、隠岐といえ
- 3 多くの受験生が解くもの
- 4 数学ではxやyで表すことが多い
- 5 ツクシはこの植物の胞子茎です
- 9 飛行機が飛び立つこと
- 11 薄く切ったもの。——チーズ
- 12 山下公園や中華街があります
- 13 卒業式で『——の光』を歌った
- 15 イルカのヒット曲『——雪』
- 18 衣服に付いている、洗濯表示などが載っている部分

- 20 19 17 16 14 13 11 10 8 7 6 2 1
- ひな人形に供える餅
入試のときはケアレス——に気
をつけて
- ぐつと辛抱すること
- ウドの生産量が日本一の、北関東
にある県
- 跳ね上げたひげが特徴的なスベ
イ
ンの画家
- 石が細かく砕けたもの
- 雪解けで川の——が増えた
- つくのはうそ、吹くのは
- 中華がゆなどにのせる赤い実
- スタッドレスからノーマルに替え
ようかな
- 宿屋のこと。漢字では旅籠と書き
ます
- 出かけていて誰もいません
- ひな祭りのうしお汁によく使われ
る貝

↓タテのカギ



A フ B リ C ソ D デ

■1月号の答え

令和5年度広報誌モニターさんを 募集します！

- 内 容** これまで奇数月に発行していましたが5月より毎月発行することになりましたので2023年5月から2024年2月に発行される広報誌「みらい」に意見や要望、感想などお寄せいただくモニターさんを募集します
- 募集人員** 20名(応募多数の場合は選考の上決定します)
- 対 象** JA鹿児島みらい広報誌を毎回読んでいただいている方
- 謝 礼** 3,000円相当分の粗品を準備しております
- 申込み** 16ページのハガキのモニター申込欄の「申込む」に○をご記入の上投函してください。または、支店にお持ちいただき職員にお渡しください
- 締切り** 令和5年4月5日(水) 必着
- 問合せ** 本部 経営企画部 TEL 099-202-0022

〈ハガキ表〉

令和5年度 広報誌モニターに		どちらかに○をしてください	
申込む		申込まない	
3月号 クイズの答え			
年齢	性別	男・女	
住所			
電話番号			



ペンネーム

素敵なイラスト・絵手紙・写真をおくっていただきありがとうございます。全ての作品を掲載したいのですがスペースが限られているためご紹介出来ない作品もあります。ご了承ください。



いちご大福



うば桜



つるひめ



まりちゃん



当ったぞ〜



道男君



いっぱく



はんちゃん



和ちゃん



桜島大根



勝ちゃん



竹原正博



ラッキーちゃん



さんかん娘



星蛾ミ子



ひろちゃん



ともちゃん

みらいっこ

(仮名称)

お子様やお孫さんを紹介するコーナーの新設に伴い、取材可能な方を募集します。
応募方法はお楽しみクイズハガキ(意見要望欄)に「みらいっこ募集」と書いていただき、住所、氏名、取材対象者の氏名・年齢、ご連絡先を記入していただき、ご返信ください。
ハガキが届き次第、ご連絡をして取材日程の調整をさせていただきます。

新企画

大募集!!

旬菜レシピ

我が家の定番料理やこだわり料理など美味しい旬の料理を募集します。
この時期になると我が家の食卓には欠かさず登場する料理はもちろん、昔から代々受け継がれている料理などお薦めの一品を是非教えてください。
いただいたレシピは誌面で紹介していきますので、美味しいレシピお待ちしております(掲載出来ない場合もありますのでご了承ください)
レシピや料理の写真などハガキへの掲載が難しいと思いますので上記のQRコードを読み取り、レシピと写真を添付してください。



郵便はがき

〒63円切手を貼って下さい。
又はJA窓口へ

8 9 2 0 8 1 7

鹿児島市小川町27番17号

JA鹿児島みらい本部

広報誌 3月号

「お楽しみクイズ」係

どちらかに○をしてください。

令和5年度
広報誌モニターに

申込む

申込まない

3月号
クイズの答え

お名前		年齢		性別	男・女
住所	〒 -				
電話番号					

ご応募の際にご記入いただきました個人情報は本誌編集、抽選、商品発送以外の目的で使用することはありません。本店、支店の窓口でも受け付けます。