

特集 special feature

毎日をもっと健康に 身近な薬草に親しもう



育てよう
明日を
JAグループ鹿児島



ふり 散歩道

西郷隆盛の愛犬ツン (薩摩川内市東郷町)

藤川天神の参道脇にある西郷隆盛の愛犬ツンの銅像。ウサギ狩りの得意な薩摩犬ツンを西郷が気に入り、藤川の前田善兵衛が献上しました。銅像は平成2年のNHK大河ドラマ「翔ぶが如く」の放映を機に建立されました。

平成28年子牛市場ランキング

全国3位

年間平均取引価格 過去最高の84万円台

薩摩中央家畜市場

平成28年 黒毛和種の市場取引価格

順位	前年 順位	都道 府県	市場名	平均 価格 (円)	前年比 増減率 (%)
1	1	兵 庫	但馬家畜市場	868,369	8.1
2	2	兵 庫	淡路家畜市場	866,115	9.1
3	3	鹿児島	薩摩中央家畜市場	849,682	21.8
4	4	鹿児島	曾於中央家畜市場	833,090	23.7
5	6	鹿児島	始良中央家畜市場	832,797	24.4
6	12	鹿児島	肝属中央家畜市場	830,880	25.5
7	18	長 崎	五島家畜市場	827,466	27.2
8	10	長 崎	平戸口中央家畜市場	824,941	24.0
9	5	岐 阜	関家畜流通センター	823,086	22.5
10	9	栃 木	矢板家畜市場	819,979	23.0

平成28年 黒毛和種の市場取引頭数

順位	前年 順位	都道 府県	市場名	取引 頭数 (頭)	前年比 増減率 (%)
1	1	北海道	ホ・十勝地区家畜市場	15,145	▲11.7
2	2	鹿児島	曾於中央家畜市場	14,771	▲6.5
3	3	北海道	ホ・南北道家畜市場	13,633	▲9.1
4	6	宮 崎	小林地域家畜市場	12,387	▲4.5
5	5	鹿児島	肝属中央家畜市場	12,275	▲6.8
6	4	宮 崎	都城地域家畜市場	12,208	▲9.8
7	7	宮 城	みやぎ総合家畜市場	12,030	▲5.9
8	8	岩 手	中央家畜市場	11,857	▲3.7
9	11	熊 本	熊本県家畜市場	8,648	8.8
15	14	鹿児島	薩摩中央家畜市場	6,313	▲5.1

※取引頭数1000頭以上が対象。ホ・はホクレンの略。▲はマイナス

日本農業新聞は、農畜産業振興機構の「肉用子牛取引情報」を基に全国105市場の取引頭数、価格を集計し、平成28年の全国の子牛市場の取引実績をランキング形式でまとめました。

これによると、JA北さつまが運営する薩摩中央家畜市場（さつま町船木）の黒毛和種の子牛1頭当たりの平均取引価格は、前年比21・8%高の84万9682円。過去最高値を更新し、市場別では3年連続で全国3位となりました。トップ10入りは13年連続です。

同市場は、繁殖用素牛として人気の高い「安福久」や「百合茂」をはじめ、新しい種雄牛「幸紀雄」「茂久桜」「美国桜」などの産子が出荷されています。深刻な子牛不足に伴い、全国各地から新規の購買者も多く集まっており、血統別では増体能力の高い子牛の引き合いが強まっています。

全国105市場の平均取引価格は、前年比22・8%高の79万4852円。「神戸牛」の素牛を取引する兵庫県内の但馬、淡路家畜市場が3年連続で1・2位を堅守したものの、3位以下の市場が軒並み2割高の大幅上げとなり、全体の価格差を縮めました。

また、県内関係では曾於中央家畜市場が4位、始良中央家畜市場が5位、肝属中央家畜市場が6位となっています。全国の市場取引頭数は前年比4・



高値での取引が続く薩摩中央家畜市場の子牛せり市

3%減の31万2298頭で、過去最少を更新。上位50市場のうち、9割近い43市場で前年を割り込みました。薩摩中央家畜市場は前年比5・1%減の6313頭で、前年より順位を一つ下げ15位でした。

全国の家畜市場では、子牛頭数減少に歯止めがかからず、5年間で13・6%減つています。一方、平均価格は前年を2割上回っています。子牛相場の高騰は肥育経営の圧迫要因となるだけに、繁殖基盤の立て直しが急務となっています。

JA北さつま管内でも、畜産農家の高齢化や担い手不足により生産基盤の弱体化が懸念されています。JA畜産部は「一貫経営農家や多頭飼育農家による増産の動きで、飼養頭数は全地区で増加傾向にある。今後とも1頭でも多く増頭に努め、畜産基盤の維持・強化を図ってもらいたい」と話していました。



J A北さつま管内で栽培される「あきほなみ」

県北産

あきほなみ

4年連続特A

平成28年産米 食味ランキング

日本穀物検定協会が発表

日本穀物検定協会は2月23日、平成28年産米の食味ランキングを発表しました。鹿児島県北産「あきほなみ」は、食味が最も良いとされる「特A」を4年連続で獲得しました。県北産「ヒノヒカリ」、県南産「コシヒカリ」、県南産「イクヒカリ」はA'でした。

食味試験では協会の食味評価エキスパートパネル20人が、白飯の「外觀・香り・味・粘り・硬さ・総合評価」の6項目を、基準米と比べて評価しました。

「あきほなみ」は、中生・多収・

脱粒性難・良食味を目標に鹿児島県農業開発総合センターで育成された品種です。出穂期が遅いため、高温による品質低下を受けにくいほか、耐倒伏性が強く収量性が高いのが特徴で、平成20年2月に県の奨励品種に採用されました。

J A北さつま管内の伊佐市とさつま町が主な産地で、生産者の栽培技術向上により、食味が良く高品質な米が生産されています。

あきほなみの生産者で組織する「匠たちの会」会長の森山善友さん（伊佐市）は「4年連続の特A獲得はうれしい。今まで培った経験と技術を生かし、今後も研究を重ねながら品質と味にこだわった生産に努めたい」と話していました。

今回「特A」を取得した産地品種銘柄数は44。特に西日本を中心に作付けが広がる耐暑性品種の健闘が目立ちました。



子牛平均89万円

薩摩中央家畜市場で3月14、15日の2日間、子牛せり市がありました。1頭当たりの平均価格は89万341円、前回（2月）より3万2342円安での取引となりました。最高値は雌が193万5360円、去勢は145万4760円でした。



子牛せり市成績表(税込み)

薩摩中央家畜市場 平成29年3月14日～15日

入場頭数	575頭						
売却頭数	562頭						
入場	売却	最高値	最低値	平均値	平均体重	kg単価	前回比
雌	268	255	1,935,360	493,560	841,727	288	2,924 ▲36,038
雄							
去	307	307	1,454,760	274,320	930,721	314	2,962 ▲24,278
総平均値	890,341円						
前回比	32,342円 安値						
総売上高	500,371,560円						

鹿児島農村医学研究会が地方研究集会開催

健康に対する 意識高めよう

鹿児島農村医学研究会は2月11日、



伊佐市の大口元気こころ館で「第43回地方研究集会」を開きました。地域住民やJA、行政関係者らが参加し、講演やフォーラムを通じて健康に対する意識を高めました。

「伊佐市におけるいきいき健康づくり」をテーマとしたフォーラムでは、保健統計からみた伊佐市の健康状態や食生活の実態、労働災害の現状などを4人のパネリストが発表しました。

厚生連健康管理センターの田畑奈津子さんは、同市の平成28年度生活状況調査を報告。「健康に関する不安・心配事を抱える人が多い。また、高血圧が疑われる2割弱が、糖尿病が疑われる3割が正常と思っており見直しが必要。紹介状が出なければ大丈夫と油断せず、健康管理に努めてもらいたい」と話し、定期健診の重要性を訴えました。

また、鹿児島産業保健総合支援センターの草野健所長が「焼酎・賢く飲んで、より健康に」との演題で講演。参加者も興味深く聞き入っていました。

同研究会は、農村の実態を医学的に調査・研究し、健康な農村を築くことを目的に設立されました。年2回、中央・地方研修集会を開いており、地方研究集会は県内各地を巡回して実施されています。

川内ゴーヤー部会生産販売反省会 銘柄確立目指そう



JA北さつま川内ゴーヤー部会は2月21日、薩摩川内市で平成28年産生産販売反省会を開きました。土づくりや病害虫対策、節成品種への転換などに取り組み、銘柄確立と経営安定に努めることを確認しました。

28年産の出荷量は93トで販売額は3194万円。出荷ピークの7～8月是他県の出荷と重なり価格が低下。9月以降は相次ぐ台風の影響で関東産を中心に被害が多く、不安定な入荷状況となり高値で推移しました。

反省会には生産者や市場、行政関係者ら約70人が出席し、栽培・販売面での課題について対策を協議しました。29年産は73人が6畝で栽培に取り組み、出荷量111ト、販売額3774万円を目指します。

川内地区に 新倉庫建設

JA北さつま矢倉選果場（薩摩川内市矢倉町）内にある肥料倉庫を解体し、新たな川内地区の配送拠点となる肥料倉庫の建設が始まりました。

新倉庫は鉄骨平屋建てで延床面積は約402平方メートル。3月末の完成予定です。

地鎮祭が2月23日にあり、JA役職員や工事関係者らが出席。玉ぐしを捧げ、工事の安全を祈りました。



地鎮祭で工事の安全を祈りました



入来支所が1位

J A 金融窓口コンクール

J A 北さつまは、本所・支所23店舗を対象に金融窓口イメージアップコンクールを開きました。審査の結果、1位に入来支所が選ばれ、2位はこしき支所、3位は川内総合支所でした。

「J Aの顔」でもある金融窓口のサービス向上と防犯体制の確立を図り、顧客から信頼される店舗づくりを目指すのが目的。事務所の整理やP R資材の活用、接客態度、防犯など20項目にわたって審査しました。

入来支所の堂園和弥店舗事務長は「職員でアイデアを出し合って季節ごとに工夫している。今後も手作り感のある親しみやすい支所づくりに努めたい」と話しました。



モンキードッグ育成中

農作物被害軽減に期待

農作物被害対策として猿を追い払う「モンキードッグ」の養成訓練が、さつま町で行われました。今年で3回目。飼主7人と犬9匹が参加し、服従訓練を重ねました。

指導するのは志布志市の嘱託警察犬訓練士、村上和喜さん(72)。訓練は16回で、犬の適正チェックやコミュニケーションに始まり、「待て」や「座れ」「伏せ」などの服従訓練、確実に呼び戻す「招呼」などが繰り返し行われました。

同町屋地の久保加奈子さん(36)は愛犬・銀兵衛(11カ月)と初参加。「まったく言うことを聞かなかったのに、訓練するうちに指示に従うようになって驚いた。今後も信頼関係を築き、立派なモンキードッグに育てたい」と話していました。

猿害を受けている自治体での普及を目的に、鹿児島県環境技術協会は3月9日、同町で研修会を開きました。市町村の林務担当者ら20人が参加し、モンキードッグの導入手順や訓練方法、さつま町での取り組みなどを学びました。また、実際に訓練風景も見学し、モンキードッグの育成・運用に対する関心を高めていました。



服従訓練が繰り返し行われました

身近な薬草に親しもう



薬草案内人 貝津好孝さん (かいつ よしたか)

薬剤師、鍼灸師。漢方専門の港屋漢方堂薬局経営(福島県)。薬草、山菜、きのこの調査や冬虫夏草の分類と分布の調査を趣味とし、山野を歩く。福島薬草研究会代表。著書に「日本の薬草」(小学館刊)他、多くの書籍や雑誌に執筆し、取材にも協力。
■港屋漢方堂薬局(福島県伊達市梁川町青葉町52 ☎024-577-0251)

漢方には「薬食同源」という言葉があります。薬(生薬)を飲むことと食事することは、同じように大切という意味です。身近にある薬草を見直し、毎日の暮らしに取り入れて健康に役立ててみませんか。薬草の専門家・薬草案内人の貝津好孝さんにお話を聞きました。薬草の採集は、植物について知識の豊富な人の教えを受けながら行いましょう。薬草に似ていても、それが有害な植物の場合もあるからです。

日本人と薬草

子どもの頃、右下腹部が痛みだし、お医者さんに診てもらったら、「慢性盲腸ですから、次に痛くなったら手術です」と言われました。祖母が薬草(ノブドウの実)を酢に漬けた汁と小麦粉を練って貼ってくれた記憶が今も鮮やかに残っています。それ以来、痛みは消え、62歳になった今も盲腸は健在です。現在もノブドウの酢漬けは、打撲や捻挫の湿布薬として大活躍しています。その頃は、どこかの家庭でもドクダミや、ゲンノシヨウコ、センブリなどの薬草を軒下に干していたものです。今、若い世代には薬草というよりハーブの方がなじみ深いかもしれません。ただし、ハーブは一般的にヨーロッパの薬草を指しています。もっと日本の薬草にも親しんでもらえるといいですね。

薬草のさまざまな利用

薬草はさまざまな場面で利用できます。シヨウウガやシンも立派な薬草で、ノロウイルスなど感染性胃腸炎の予防に役立ちます。シヨウウガを1cmほどすりおろし、梅漬けのシソ(葉)と一緒に熱湯を注ぎ、冷やして少しずつ飲むと下痢や吐き気を止めてくれます。料理にも積極的に取り入れるとよいでしょう。肌のトラブルにはハトムギ種子やドクダミ全草、髪にはネズミモチ実、養毛剤としてはセンブリ全草など症状により使い分けられます。同じ薬草でも葉と根では薬効が違う場合があります。部位を確認して使用しましょう。

【活用方法】

1 煎じて飲む。

乾燥させた薬草を煎じるのが基本。乾燥すると成分が出やすくなり、保存も利く。600mLの水から弱火で40〜50分煎じて飲む。どれくらいの量を使うかは症状と薬草の種類により違うが、約5〜20g。

2 振り出して飲む。

センブリやキハダは、0.5〜1gにお湯を注いでしばらくしてから飲むと良い。

3 皮膚に付ける、貼る。

やけどや皮膚の荒れに、アロエの生葉の皮を剥いで貼ると良い。

4 薬酒にする。

イカリソウ酒は足腰を温め、力も付けてくれる。薬酒は薬効だけでなく、香りや色を楽しむ効果も期待できる。

5 浴剤にする。

体を温めたり(ヨモギ)、痛みを和らげてくれたり(クロモジ)、ストレス解消に役立つ(ミカンの皮、シソの葉)薬草がある。乾燥品30〜50g。

6 炒つてお茶代わりに飲む。

ケツメイシ、ササの葉などをフライパンで炒つて急須でいれて飲むと香ばしくて飲みやすく、胃腸に良い。

お風呂で薬草

目的を明確に、薬草をお風呂で活用してみましょう。冷え症にはヨモギ葉、イカリソウ全草など体を温める薬草を、痛みにはクロモジ枝、マツブサつるなど神経痛にお薦めの薬草を。皮膚疾患にはドクダミ全草、スベリヒユ全草、スイカズラ茎葉など皮膚の熱を取る薬草。リラックス効果を期待するならユズの実、ミカンの皮、シソの葉など。分量は乾燥した薬草なら30〜50g、果物を入れるときは3〜5個程度で。

春から夏にかけて身近に見られる薬草をご紹介します。

自然観察の楽しさも
味わえます。



フキ

キク科。漢方では蜂鬚菜(ほうとうさい)。

山野に生える多年草。フキやフキのとうは山菜の定番。薬用にするのは根茎だが茎や花にも効果はある。根茎は夏～秋に根を採集し刻んで天日乾燥する。熱を持った喉の腫れや痛みに良い。

1日5gを煎じ、1日3回に分けて飲む。フキ料理やフキのとうとして食べても良い。天ぷらや炒め物がおいしい。



ヨモギ

キク科。別名モチグサ。漢方では艾葉(がいよう)、もぐさの原料になる。

道端に生える多年草。葉は天ぷらや草餅、草団子、みそ汁の具にして食べられる。薬用部位は葉で6～7月に採集し天日乾燥する。漢方では体を温め、血液を増やし、止血・止痛の効能が期待できるとされ、婦人科疾患にも使われる。

1日3～5gを煎じ(煎じ方は右ページ参照。以下同じ)、1日3回に分けて飲む。暑がり、ほてり症の人には、合わないことが多い。



タラノキ

ウコギ科。方言タランボ。山野に生える落葉低木。

山菜の王様と呼ばれる。春先、若い芽を天ぷら、おひたし、あえ物などで食べる。根の皮を使うが取るのはなかなか大変である。樹皮も薬用になるので、今は、幹全体を刻んで薬用にされる。春から夏に採集して刻んで天日乾燥する。もともと足腰や胃腸を温める薬草で、腰から下の冷えや腰痛、胃が冷えるタイプの胃潰瘍に使われる。最近の研究では血糖降下作用があり、糖尿病に应用されている。

1日5～10gを煎じ、1日3回に分けて飲む。



ドクダミ

ドクダミ科。漢方では十葉、魚腥草(ぎょせいそう)。

山野のやや日陰で湿った所に生える多年草。葉は天ぷらにして食べられ、独特な匂いがあるが美味である。5～7月の開花期に地上部(全草)を採集し天日乾燥する。大腸や鼻、皮膚の熱を取るといわれ、便臭が強い便秘、黄色い粘性の鼻汁が出る慢性蓄膿症、グジュグジュした赤いニキビやおでき、湿疹に処方される。

1日5～20gを煎じ、1日3回に分けて飲む。冷え性タイプの人には合わないことがある。妊婦は飲まないこと。



タンポポ

キク科。漢方では蒲公英(ほこうえい)。

若い葉はサラダ、花は天ぷらや酢の物、根はきんぴらや天ぷらにして食べられる。野原や畑のあぜ、道端に生える多年草。開花前に根を採集して刻んで天日乾燥する。熱を取りながら母乳の出を良くするといわれる。また、牛蒡子(ゴボウの種)と共に乳腺炎の特効薬として知られ、2種を混合してよく使われる。

1日5～10gを煎じ、1日3回に分けて飲む。タンポポは種類が多いがいずれも効果がある。妊婦は飲まないこと。



カキドオシ

シソ科。別名カントリソウ。漢方では連銭草(れんせんそう)。

野原や畑のあぜ、道端に生える多年草。葉、茎を天ぷらにして食べられる。日本のハーブといわれミントの香りがする。薬酒は香り良く、愛好家たちに人気。4～5月の開花期に全草を採集し刻んで天日乾燥する。昔から小児の疳(かん)の虫に良いといわれ、カントリソウの別名がある。血糖値の調整や結石を溶かす効果が期待でき、胆石や腎臓結石、糖尿病などにも処方される。

1日5～10gを煎じ、1日3回に分けて飲む。妊婦は飲まないこと。



ゲンノショウコ

フウロソウ科。方言イシャイラズ、ネコアシ(葉形がネコの足に似ている)。漢方では玄草(げんそう)などとして流通している。

中国の老鶴草(ろうかんそう)の仲間。山野に生える多年草。東日本では白花、西日本では赤花が多い。夏の花期に全草を採集し天日乾燥する。便秘と下痢、相反する症状に効く。昔から量を多く濃く煎じた物は、下痢の特効薬として使われてきた。また量を減らし、薄く煎じて便秘にも使われる。

1日10～20gを煎じ、1日3回に分けて飲む。



コブシ、 ハクモクレン

モクレン科。漢方では和辛夷(わしんい)。

初春、開花前の花のつぼみを採集し刻んで天日乾燥する。風邪や蓄膿症の鼻詰まりに良いとされ、特に花粉症の鼻詰まりにはお薦め。

1日1～3gを煎じ、1日3回に分けて飲む。独特な香りがあり、匂いをかいだだけでも鼻の通りが良くなる。場合によっては1日1gにお湯を注いで振り出しにして、鼻の詰まったときに飲んでも良い。多量に飲むと目まいや目の充血を起こすことがあるので注意。

川薩地域早掘りたけのこ品評会 最優秀賞にさつま町の大野さん



21点が出品され厳正な審査が行われました

川薩地域早掘りたけのこ品評会が2月27日、北薩地域振興局さつま庁舎でありました。生産者の出荷技術の向上と均一化を図るのが目的で、21点が出品されました。審査の結果、最優秀賞にさつま町の大野和博さん(68)が選ばれました。

うれしい。2本1組の出品で、今回はそろえるのが難しかった」と話していました。その他の入賞者は次の通り。(敬称略)

▽優秀賞Ⅱ 東郷美恵子(さつま町)、上村成人(薩摩川内市) ▽優良賞Ⅱ 田畑英子(同)、井川浩太郎(さつま町)、児玉昭子(薩摩川内市)、蔵野博文(さつま町)、中尾正男(同)、本村健二(同)



さつま町家族経営協定

魅力的な農業 経営目指し調印

さつま町家族経営協定調印式が2月22日、宮之城ひまわり館でありました。家族で魅力的な農業経営を目指す、6組の家族が新規、見直しで協定を結びました。

同町広瀬で水稲と畑作物に取り組む山崎文久さん(63)は、家族3人で経営目標や就業条件、経営移譲などについて新規で締結。「息子が就農し4年目。役割分担をはっきりして経営発展に努めたい」と話しました。

調印に立ち会った日高政勝町長は「経営方針に従い、家族で十分話し合っ



6組の家族が協定を結びました

倉野ひな祭り

7段飾りに 手作り人形も

薩摩川内市樋脇の倉野地区コミュニティセンターで2月12日〜3月12日まで「倉野ひな祭り」が開かれました。今年で5年目。県内各地から多くの見物客が訪れました。

展示場中央には地元住民らが提供した5組の7段飾りと江戸時代の人形が並び、その横には色鮮やかなさげもんや、郷土芸能の「倉野奴振り」「団子祭り」など、数多くの手作り人形が飾られました。

同センターでは「毎年人形が増えるので楽しみにしてもらいたい」と話していました。



今年で5年目を迎えた倉野ひな祭り

薩摩中央高校

5人の営農の 門出を祝福

さつま町の薩摩中央高校で2月15日、営農の門出を励ます会がありました。今年度は2人が県立農業大学校に進学し、3人がJAや農業関連会社就職します。

励ます会では、水流芳則校長が「3年間学習したことを生かし、ますます精進してほしい」と激励し、5人を紹介しました。農大校に進学する東村雅人さん(18)は「将来は肉用牛の一貫経営を目指す。農業の魅力を伝えられる経営者になりたい」と抱負を述べ、JA北さつまに就職する大園英理香さん(18)は「子どもの頃からあこがれの職場。さつま町をより豊かにできるよう頑張りたい」と決意を語りました。



「頑張ります」と決意を新たにする5人



活発な意見交換が行われました

さつま地区青壮年部 県農政部と 意見交換会開く

JA北さつまのさつま地区青壮年部は2月10日、JA県会館で県農政部との意見交換会を開きました。平成14年から始まり今年で14回目。地域が抱える課題や問題点を提起し、県職員からアドバイスを受けました。

青壮年部からは10人が参加。農業改革や中山間地農業ルネサンス事業についての本県の取り組み、鳥獣被害の現状と対策など4点について質問しました。

県青協副委員長の久保蘭貴政さんは「貴重な意見と情報をいただいた。今後の経営に生かしたい」と話しました。

伊佐市で春の市

家族連れらで 大にぎわい

伊佐市で3月11～12日の2日間、恒例の春の市があり、天候にも恵まれ多くの人出でにぎわいました。大口中心商店街の約1キロが歩行者天国となり、地域の特産品や花、植木、食料品、玩具などの露店がずらりと並びました。催しも多彩で、街頭ライブや保育園児によるマーチング、和太鼓演奏などが行われたほか、ひな祭り福かざりの展示や華やかな単人鈴かけ馬踊り、猿回しショーもあり、家族連れらの人気を集めていました。



多くの人出でにぎわった春の市



水田ごぼう部会総会

産地拡大図り 安定出荷目指す

JA北さつま水田ごぼう部会総会が2月23日、伊佐市の菱刈環境改善センターであり、生産者ら28人が出席しました。今年度は新規栽培者の掘り起しにより産地拡大を図り、品質向上と安定出荷に努めます。

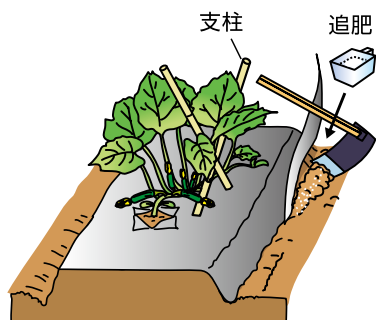
平成27年11月下旬～28年4月中旬までの販売数量は約77トで販売額2490万円。28年11月下旬～29年1月末現在では数量42ト、販売額1351万円となっています。

部会では、10ア当たり収量800キロを目標としています。一部で連作障害が見られることから、JAでは圃場の選定や土壌消毒の実施などを呼び掛けました。



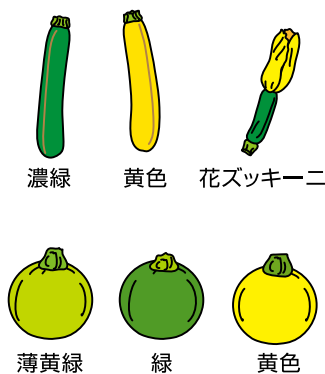
事業計画などについて協議しました

#



元肥は植え付け半月前に畝全体に耕し込む。追肥は生育盛りのときフィルムを上げて施す

ズッキーニはカボチャの仲間。ポ種の一つ。節間が短縮されつるとして伸びないので「つるなしカボチャ」とも呼ばれます。「サマースカッシュ」の別名もあります。日本へは50余年前に導入されましたが、当時は食習慣になじまず、利用は伸びませんでした。さまざまな洋風料理に向くことが分かり、近年人気が高まってきました。主力はキュウリのように長形で緑色でしたが、近頃は図のように黄色や球形など、色、形の異なる新品種も種々出回るようになり、需要を大きく伸ばしてきました。種のまきどきは4月中旬～5月上旬です。カボチャに準じて3～5号のポリ鉢に2～3粒まきとし、育つにつれて1本立てにし、本葉4～5枚に育てて畑に植え出します。



茎は短縮され、葉は大型で株元付近が込み合った状態に育つので、元肥の窒素成分は控えめに施し、株間60cm、畝間180cmと広めに植えましょう。また、葉が込み合いがちなので多湿を嫌います。畑は排水の良い所を選び、畝を高め、ポリマルチをすることが大切です。葉が大きく、葉柄は太くて中空なので、風に振り回されたり反転しやすく、その傷口から病原菌が入る場合が多いので、図のように短い支柱を株元に、茎を挟むよう交差させて立て、ひもで結んで固定します。生育が旺盛になり葉が込み合うようになってきたら、株元付近の葉を1～2枚ずつ、果実も適宜間引き、健全に育てます。肥大する果実が多くなってきたら、半月に

1回ぐらい化成肥料と油かすを追肥します。果実は短縮した茎の各節に付き、開花後の肥大は早いので、長形果種は長さ20cmほどに、球形果種は径6～8cmぐらいになったら遅れずに収穫しましょう。ハウス栽培では早い時期には雄花を探して人工授粉することが必要ですが、露地栽培では昆虫が活動するので、放任しておいてもよく実止まりします。降雨が続いたりして多湿になると、花弁がしおれて果実に付き、腐ることがあるので、花弁を早めに取り除きます。代表的な食べ方はトマトやナスなどと一緒に煮込むラタトゥイユ。油で一度炒めてから煮込むとカロテンの吸収も良くなります。簡単なのは輪切りにしてバターで炒めてチーズの付け合わせに。ゆでて塩とレモン汁を振ってサラダに。縦に薄く切って帯状にし、ゆでてサーモンやトマトなど彩りの良い材料を巻きオードブルに。その他グラタン、唐揚げ、ガリック炒めに、さらには開花中の花弁をズッキーニにと、用途は限りなく広がります。

ACOOP 心にちはAコープです!

花粉の季節になりました。

そろそろ花粉症の最もつらい季節になってきました。花粉症の皆さんは花粉対策はお済みですか?

ここ最近、花粉症に効果のある心強い味方に「べにふうき緑茶」が選ばれています。Aコープでも、ペットボトル、ティーパックのべにふうき緑茶を取り扱っておりますので、花粉症の方はもちろん、花粉症じゃない方も味わってみてください。おいしいですよ。



この度、かごしまよかもんnetのホームページに続き、世界最大級のインターネット通販サイト「アマゾン」に出店いたしました。AmazonIDをお持ちであれば、2クリックで簡単に購入ができます。もちろんお持ちでない方も購入いただけます。鹿児島県内産農畜産物・鹿児島県内産原料を使用した加工品・特産品など、商品数はなんと300点!日常のお買物や大切な方へのプレゼントなどにぜひご利用ください。

【アクセス方法】Aコープ鹿児島HPからアマゾンバナーをクリック

キラリ農 輝く☆

おおの かずひろ
大野 和博さん(68)
さつま町久富木

<経営品目>

☆モウソウ竹 1ha
☆コサンダケ 1ha
☆水稻 97a

経験と勘が大事

「他の作物に比べて経費が掛からず収入が期待できるので、元気なうちは続けたい。見つけるのと収穫作業は大変ですが…」商品として価値を高めるため丁寧な掘ることを心掛けています。ベテランであつても探すのは難しく「地割れや盛り上がりなどわずかな変化に気付くのがポイント。経験と勘が何より大事」と話していました。多い時は300キほど収穫する日もあるそうです。

「さつまだけのこ」は毛並みが良くて柔らかく、風味が良いのが特徴。「煮物や汁物、焼酎のお供にも最適。ぜひ味わってもらいたい」とPRしていました。

さつま地区の生産者は210人で竹林面積は1200ヘクタール。出荷は10月から4月まで行われます。

今年は極端な裏年で、収量は例年の半分ほど。一昨年の大型台風や昨年の大雪などが影響し、倒竹や枝曲りが発生。根元が揺さぶられたことで、栄養が行き届いていないといえます。「こんな不作の年は久しぶり。加工用は平年並みとなることを期待したい」と話していました。品質の良いタケノコを育てるため、肥料と親竹管理に努めているそうです。

大野さんはタケノコの生産を始めて50年近くのベテラン。現在ではさつま町だけの生産振興会会長を務めるほか、今年2月からは鹿児島県だけのこ相談員となり、県のタケノコ養成講座で新規就農者の指導に当たっています。

■丁寧な掘り商品価値高める

料理ステップアップ



洋風タマネギまるごと肉じゃが

材 料 (4人分)

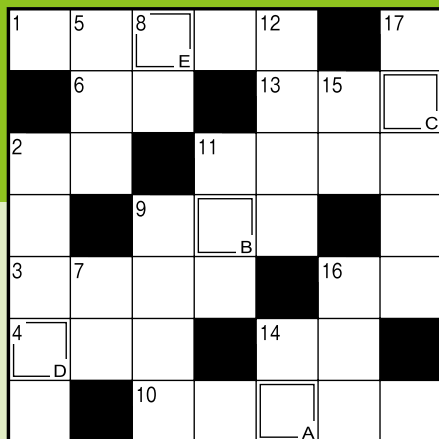
タマネギ……………2個	青み野菜(お好みで)…適宜
ジャガイモ……………2個	固形スープのもと…3個
ニンジン……………1本	水……………3カップ
牛肉(煮込み用) ……100g	オリーブ油……………大さじ1
ヒラタケ……………1パック	こしょう……………適宜

作り方

- (1) 熱したフライパンにオリーブ油を入れ、横半分に切ったタマネギ、牛肉に焼き色を付ける。
- (2) 炊飯器に固形スープのもと、水、ジャガイモ、ニンジン、ヒラタケ、(1)の材料を入れ、50分炊く(50分たったらスイッチを切る)。
- (3) 器に盛り付けお好みの青み野菜を飾り、こしょうを振って出来上がり。

point

炊飯器での簡単調理ながらも、タマネギの甘味が十分に引き出せます。忙しい主婦の方にピッタリのうれしいメニューです。



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？

■タテのカギ

- 2 起立、礼、――
- 5 手紙のこと。お――をありがとう
- 7 花などで作られたハワイの首飾り
- 8 漢字などに付ける振り仮名
- 9 食材を切るときに置きます
- 11 ――に決めず、慎重に考えたい
- 12 「おやつは冷蔵庫の中」「洗濯物入れておいて」のようなメモ
- 14 とげのある美しい花
- 15 雄鹿には枝分かれた物が生えます
- 16 バジルやタイム、ミントなど
- 17 酔っぱらってあちらへフラフラ、こちらへヨロヨロ

■ヨコのカギ

- 1 青く光るイカ。富山湾の名物です
- 2 積もれば山となります
- 3 鮮やかな赤のこと
- 4 徳川家康は――大將軍に任ぜられました
- 6 スペアともいいます
- 9 長年掛けた保険が――を迎えた
- 10 七福神が乗っています
- 11 焼きそばやたこ焼きに掛けます
- 13 美空ひばりのヒット曲『東京――』
- 14 カウンターのある洋風酒場
- 16 川を渡るために架けます

応募方法

895-1811 JA北さつま経営企画室 「クロスワード」係	①答え ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥意見・感想
--------------------------------------	---

郵便はがきに①答え②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥意見・感想などを書いて、左記の宛先まで送ってください。正解者の中から抽選で10名の方に粗品をプレゼントします。締切は4月25日。(クイズの応募で取得した個人情報については、これ以外には使用いたしません)

2月号当選者発表

2月号「パズル？ 頭の体操」当選者は次の方々に決まりました。おめでとうございます。

- ▷若松伸子さん▷谷山光徳さん
▷高橋照美さん▷馬渡恵子さん
▷今堀タミさん▷好士崎節子さん
▷佐多芳実さん▷植村理和子さん
▷南和子さん▷長沼フヂエさん

3月号の解答

クロツカス



当選者は5月号で発表します。

理事会だより

第12回理事会を2月28日に開き、次の事項について協議しました。

【議案】

- ①平成28年度1月末実績検討について
- ②平成29年度内部監査計画について
- ③平成29年度役員報酬の計画について
- ④経理規程の一部改正について
- ⑤さつま町農業委員の推薦について
- ⑥平成29年度信用供与等の最高限度の設定について
- ⑦組合員に対する貸付について
- ⑧JA肥育牛センター経営安定共助制度への加入について
- ⑨支所再編にかかる地区役員会協議結果報告及び今後の対応について
- ⑩年度末賞与の支給について
- ⑪参事の選任・解任について

【報告】

- ①平成28年度末決算書類監査日程について
- ②平成28年度内部監査品質評価報告について
- ③平成29年度監事監査計画について
- ④役員候補者選出内規の制定について
- ⑤平成29年1月集落座談会意見集約について
- ⑥固定資産取得・処分報告について
- ⑦平成29年度役職員増資運動について
- ⑧融資手数料の一部改正について
- ⑨信用事業方法書(内国為替取引)の一部改正について
- ⑩子牛・成牛せり市実績について



ベジタブル
ライフ

イラスト：小林裕美子

タマネギ

～疲労回復に効果が期待できるパワフル野菜～

タマネギのプロフィール

【分類】ユリ科

【原産地】中央アジア～地中海沿岸

【和名】玉葱、葱頭

【おいしい時期(旬)】秋～冬

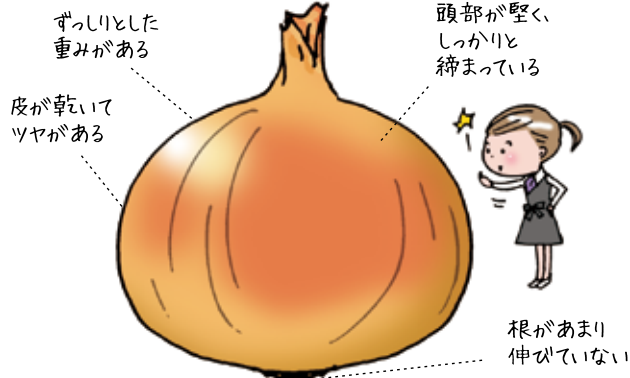
(新タマネギは4～6月)

【主な栄養成分】硫化アリル、ケルセチン、

ビタミンB6、カリウムなど

解説：KAORU

見分け方



保存方法

日の当たらない
通気性の良い
場所ですつて
保存新聞紙に一つ
ずつ包み、風通
しの良い場所で
保存薄切りやみじん切り
を冷凍して、料理に
活用する新タマネギは水
分が多く日持ち
しないので、冷蔵
庫で保存

タマネギのチカラ

独特の香り成分、辛味成分「硫化アリル」がビタミンB1の吸収を助け、新陳代謝を高める

ビタミンB1が豊富な豚肉や
ウナギと一緒に♪

タマネギのいろいろ



黄タマネギ

最も多く出回っている品種群で、辛味があり、保存性が高いのが特徴。収穫後1ヵ月ほど乾燥させて出荷される



新タマネギ

春先に出回る早生種の乾燥させずにフレッシュなまま出荷される。扁平で柔らかく、辛味が少ない。生食にも向いている



白タマネギ

辛味や刺激臭が少ない甘タマネギ。生でサラダなどに。春先に出回る「サラダたまねぎ」と呼ばれるものも白玉種

赤タマネギ
(紫タマネギ)

水分が多く甘味がある。彩りを生かしてサラダに利用される。酢に漬けると美しいピンク色に



葉タマネギ

白タマネギを土寄せして早取りしたものの葉も食べることで、甘味とうま味が強く、粘りがある。ぬたやみそ汁などに

ペコロス
(小タマネギ)

黄タマネギを密植し成長を抑えて育てたもの。直径4cmほどで、丸ごとシチューやポトフなどに

楽しみ方・食べ方のコツ

和洋中どんな料理にも
欠かせない定番野菜だよ！
料理のうま味や隠し味としても♪皮をむくときは、
丸ごと水に浸して
むくと表面の皮が
軟らかくなり、む
きやすいよ

切れ味の悪い包丁で切ると細胞がつぶれ涙を誘発する成分が出やすくなるので、切れ味の悪い包丁を使って断面をきれいに切ることで刺激を抑えられるよ

切る前に冷蔵庫で冷やしておく、硫化アリルの揮発が
減り、目への刺激が少なく涙が出にくくなる

タマネギのビミョウ

栽培の歴史は古く、古代エジプトやメソポタミア文明で始まったという説が有力

onionはラテン語でunio(真珠)が語源。古くは魔除けとして利用されていた

日本には江戸時代にオランダ人が長崎に
持ち込んだのが始まりといわれるonion unio
(真珠)

きばったぞ
明日は
新が農機を
見に行こかい。



第33回 春期
JA農機大展示会

平成29年4月21日(金) 9:00~15:00
4月22日(土) 9:00~15:00

薩摩中央家畜市場(さつま町) JA農機かごしま

年金を今まであきらめていた方へ

年金を受給するために
必要な資格期間が25年から10年
になりました！！

【表面】



※封筒はイメージです

資格期間が10年以上
あることが確認できたら？

黄色(レモン色)の封筒に
入った【年金請求書】が
順次、送付されます！

いつごろ
年金請求書が届くの？

平成29年
2月下旬～7月上旬に
かけて順次送付されます！

※送付スケジュールについては、
裏面をみてね☆

【裏面】



©ちよリス

黄色の封筒が届いたら
お近くのJAへご連絡ください！

年金無料相談会

年金についての無料相談会を開催いたします。
社会保険労務士がお答えしますので、お気軽にご
相談ください。

地区	開催場所	開催日	時間
川内	東郷支所	4月12日(水)	9:30～12:00
伊佐	伊佐総合支所	4月21日(金)	10:00～12:00

春のローン相談会



各種ローンについての無料相談会を開催いたします。
お気軽にご相談ください。

【さつま地区】 本所営農センター
4月23日(日) 9:00～15:00

【川内地区】 川内総合支所、永利支所
4月23日(日) 9:00～15:00

【伊佐地区】 伊佐総合支所
4月23日(日) 9:00～15:00

羽ばたくあなたの
たよれるバンク。



新生活へ羽ばたくあなたに、とびっきりうれしいこと。

- この春限定！JAバンクで新たに給与受取口座を指定すれば、5,000円分のJAバンク特製QUOカードがもらえる！
- 手数料無料ATM台数は業界トップクラス！平日日中の入出金手数料がコンビニATM(セブン銀行・イーネットATM・ローソンATM)でも無料！新規口座、給与口座は、JAバンクへ！

JAバンク特製QUOカード5,000円分を応募者全員にプレゼント！



※応募の条件等は以下のとおりです。
■応募期間：平成29年2月1日～5月31日まで(土曜・日曜・祝日も可)
■対象口座：給与受取口座の新規指定またはJAバンクへ
■対象年齢：18歳以上65歳未満の方(※65歳以上の方にはJAバンク
からお断りください。)
■お申し込み：平成29年2月1日～5月31日まで(※5月31日
で締め切ります。)
※詳しくは、お振替のJAバンク窓口までお問い合わせください。

JAバンク

JAバンク給与振込キャンペーン2017

応募者
全員に!!

**松下奈緒 JAバンク
オリジナルQUOカード**

5,000円
分を
プレゼント!!

【お申込み期間：平成29年2月1日～平成29年5月31日】

ホームページもご覧ください。 [JAバンク窓口](#) [検索](#)

簡単アクセス  ●詳しくはお近くのJAバンク窓口までお問い合わせください。

JA北さつま ギフトカタログ

季節を贈る、旬を味わう。



JA支所で配布中!

ご注文方法

FAX

0996-53-1133

北さつま農業協同組合 本所（販売業務課）
別紙の FAX 用紙に必要事項をご記入の上、上記までお送りください。

JA北さつま 〒895-1811 薩摩郡さつま町虎居745 Tel0996-53-1389 (販売業務課)

さつま町 伊佐市 薩摩川内市 ふるさと納税返礼品に JA北さつまの農畜産物をご利用ください。

人気商品

鹿児島黒牛「JA北さつま牛」セット



お薦め商品

たけのこ詰合せセット



梅ちゃんスカッシュ



さつま米
(米・おこわセット)



ふるさと納税返礼品の申し込み・問い合わせは、さつま町・伊佐市・薩摩川内市の各役所へ