

特集 special feature

召しませ 初夏の涼スイーツ



育てよう
明日を
JAグループ鹿児島

MAP



ふり 散歩道

河川敷にシバザクラ (さつま町虎居)

さつま町虎居の宮之城橋下の川内川河川敷に、約1000株もの色鮮やかなシバザクラが咲き誇りました。

虎居地区公民館が約250にわたって植え付けたもので、地域住民の癒しの場となりました。



マンゴーの出荷が始まり生産者も笑顔を見せていました



収穫祭には生産者やJA、行政関係者らが参加。祝迫直人部会長（52）は「昨年は天候不順により部会始まって以来の不作だったが、今年産は順調に生育している。一生懸命育てたおいしい北さつまのマン

ゴーを、母の日や父の日にぜひ贈ってほしい」とあいさつしました。部会では生産者6人が84㍓で栽培し、平成7年から「かごしまの農林水産物認証」を継続して取得しています。9年には県域ブランドの産地指定を受け、部会員・JA・行政が一体となって高品質マンゴーの生産・販売に努めています。



さつま町長らも収穫を体験しました

着果、色づきとも良好 JA北さつまマンゴー部会収穫祭 前年の不作乗り越え出荷

部会では生産者6人が84㍓で栽培し、平成7年から「かごしまの農林水産物認証」を継続して取得しています。9年には県域ブランドの産地指定を受け、部会員・JA・行政が一体となって高品質マンゴーの生産・販売に努めています。

唐浜らっきょう 品質良く高評価

薩摩川内市特産の「唐浜らっきょう」の収穫がピークを迎え、JA北さつま網津選果場には生産者が続々と持ち込んでいます。今年産は日照不足と低温の影響で分球が少なく遅れ気味でしたが、品質は良好。収穫は6月中旬まで続き、主に東京、中京、北九州市場に出荷されます。JA北さつま唐浜らっきょう部会員は69人で、栽培面積は18ha。出荷

量300t、販売額1億1400万円を目指しています。

海岸線の砂丘地で栽培するラッキョウは色が白く、関係者からは「白いダイヤ」とも呼ばれています。シャキシャキとした食感が特徴で、品質は市場関係者からも高く評価されています。

同市網津町で栽培する一松幹郎さん(71)は「4月は雨が多く日照時間が少なかつたので、生育の遅れを心配したが、その後天気が回復し実入りも良くなってきた。病気もなく良いラッキョウができています」と話しました。



特産の「唐浜らっきょう」を収穫する生産者



集荷販売計画などを協議しました

労力補完体制の強化 図り安定供給に努力

JA北さつま唐浜らっきょう部会は4月25日、薩摩川内市の網津公民館で、平成29年度出荷販売対策協議会を開きました。今年産は5月6日から出荷を開始。生産規模拡大に向けて労力補完体制の強化を図り、安定供給に努めています。

会議には関東・中京・北九州の市場関係者も参加し、情勢報告を行いました。市場の品質評価は高く、「ブランドを前面に打ち出した販売に努める。コンテナ出荷の継続をお願いしたい」と話しました。

一松幹郎会長は「天候の関係で収量減が予想される。少しでも多く出荷してもらいたい」と協力を呼び掛けました。

子牛せり市成績表(税込み)

薩摩中央家畜市場 平成29年5月18日～19日

入場頭数	591頭						
売却頭数	586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	251	247	1,674,000	340,200	866,750	293	2,957 ▲11,838
雄							
去	340	339	1,520,640	536,760	969,196	326	2,974 26,371
総平均値	926,015円						
前回比	10,705円 高値						
総売上高	542,644,920円						



子牛平均92万円
薩摩中央家畜市場で5月18、19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92万6015円で、前回(4月)より1万705円高での取引となりました。最高値は雌が167万4000円、去勢は152万6400円でした。

担い手支援に取り組む北薩事務所の職員



J A鹿児島県中央会と各連合会は5月11日、担い手・法人サポートセンターの現場事務所第1号となる「北薩事務所」の開所式をJ A北さつま本所で開きました。より現場に密着した指導体制で、J Aと県連が一体となった担い手・法人対策（共同対策）を展開します。行政や関係機関との連携も強化し、農業者の所



現場密着の指導体制で 所得増大、生産拡大へ

担い手・法人サポートセンター北薩事務所開設

得増大や農業生産の拡大に取り組みます。

現場事務所は、組合員との強い信頼関係を築き、事業や経営、法人化支援などを柱に活動。①地域営農ビジョンの実践②組合員の声を聴く運動③収入拡大・コスト抑制対策——などに取り組み、自己改革を加速させます。J Aグループと、県・市町村、関係機関が連携する「プラットフォーム機能」も発揮したい考えです。

事務所には県連とJ A北さつまからの各2人、J A鹿児島いずみとJ Aあいらからの各1人の計6人が常



駐します。地区担当制で、3 J A管内の定例訪問先を中心に巡回します。また、毎週月曜日に定例会を開き、前週の取り組み状況や今週の行動予定を報告。毎月1回、県連を含めた共同対策会議やJ A報告会も開き、情報を共有化します。

吉野康一事務所長は「担い手支援はもちろん、ビジョンの実践状況や自己改革の進捗状況を把握し、J Aごとの課題解決に取り組みたい」と意気込みを語りました。

開所式には、3 J Aや県連の役員、行政関係者ら約50人が出席。J A鹿児島県中央会の久保茂吉会長は「組合員の期待に応えていくには、細やかで迅速な対応が求められる。現場事務所の機能を発揮し、農業者の所得増大や地域の活性化に寄与していく」とあいさつしました。

また、センター職員を代表して河脇大作さん（J A北さつま）が「スタッフが心を一つにして、皆さんの期待に応えられるよう全力で取り組みたい」と決意を述べました。



組合員・利用者の皆様へ

元職員による不祥事件のお詫び

当組合の元職員が米販売代金を着服していた不祥事件が発生しました。組合員・利用者の皆様にご迷惑とご心配をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。

当組合では平素より、役職員の法令順守に努めておりましたが、不十分であったことを痛感しております。

今回の事件発生を厳粛に受け止め、徹底した追跡調査を行うとともに、再発防止策を策定し、内部管理態勢の一層の充実強化、コンプライアンスの確立に組織をあげて取り組んでまいります。

今回の事態につきましては重ねてお詫び申し上げます。

北さつま農業協同組合

代表理事組合長 永福喜作



新役員の紹介もありました

鹿児島県農協青壮年組織協議会は5月8日、鹿児島市のJ A県会館で第35回通常総会を開きました。役員改選で委員長にJ A北さつま伊佐地区青壮年部の大塚公一さん（38）を再任し、平成29年度事業計画などを決めました。

総会には約150人が出席。29年度はポリシーブックの作成・活用で組織のビジョンづくりに取り組むなど、組織活性化に力を入れます。大塚委員長は「地域の課題を集約し、県や国に発信していきたい」と決意を述べました。

委員長に大塚さん再任



双子のタケノコ

薩摩川内市中村町では組合員の方が双子のタケノコを収穫しました。「長年収穫しているが双子は初めて」と驚いていました。

野菜ナンデモ珍百景

さつま町白男川の北野利修さん（75）が「珍しいから飾って」と、J A農産物直売所「宮之城ちくりん館」にタケノコを持参しました。その形はなんと鳥にそっくり。店内に展示され、来店客も珍しそうに眺めていました。



鳥そっくりのタケノコ

初夏の涼スイーツ

フルーツを使った、目にも涼しげな初夏のスイーツはいかが？
楽しく作って、おいしく味わいましょう。

レシピ 調理時間：40分

材料 18cm底抜け型1個分

リンゴ — 1個	レモン汁 — 大さじ1	バター — 50g
クリームチーズ — 200g	粉ゼラチン — 8g	(A) レモン汁 — 大さじ1
ヨーグルト — 200g	水 — 大さじ2	砂糖 — 小さじ1
砂糖 — 60g	ビスケット — 100g	ミント — 適量

作り方

- (1) 水に粉ゼラチンを入れてふやかしておく。
- (2) ビスケットをビニール袋に入れ、細くなるまで砕く。バターを電子レンジ600Wで30秒ほど加熱して溶かし、ビニール袋に加えてよく混ぜ合わせ、型に敷き詰める。
- (3) ボウルに室温に戻したクリームチーズと砂糖を入れ、クリーム状になるまで練り混ぜる。ヨーグルト、レモン汁を加えてよく混ぜ合わせる。
- (4) (1)を電子レンジ600Wで30秒加熱して溶かし、(3)に加えて混ぜ合わせる。
- (5) リンゴの半分を5mm角に切り、半分をスライサーで薄くスライスする。スライスしたリンゴは耐熱皿に並べて(A)を掛け、ラップをして電子レンジ600Wで1分加熱する。
- (6) (2)に角切りにしたリンゴ、(4)を流し込み、冷蔵庫で冷やし固める。
- (7) (6)を型から外し、スライスしたリンゴをくるくる巻いて花のように成形して載せ、ミントを飾る。



監修
鈴木麻友子
(すずきまゆこ)

フードコーディネーター、スタイリスト。体に優しい旬の食材を取り入れたレシピを考案。企業、Webサイトなどのレシピ開発、レシピコラム執筆、書籍や雑誌のフードスタイリングなどで活動している。

リンゴのレアチーズケーキ

リンゴの角切りを入れたレアチーズケーキです。

シャキシャキとした食感が楽しく、

チーズもしつこくなくてさっぱりいただけます。

簡単に作れるリンゴのお花は華やかな印象ですから、

おもてなしやお祝いなどにも最適です。



レシピ 調理時間：30分

材料 2人分

サクラambo	60g	ヨーグルト	100g
砂糖	30g	粉ゼラチン	4g
レモン汁	大さじ1	水	大さじ1
生クリーム	100ml	ミント	2枚

作り方

- (1) 水に粉ゼラチンを入れふやかしておく。
- (2) サクラamboの種を取り、粗みじん切りにする。鍋に入れ、砂糖を加え、中火で煮詰め、レモン汁を加えて粗熱を取る。
- (3) ボウルに(2)、ヨーグルトを入れ泡立て器で混ぜる。
- (4) (1)を電子レンジ600Wで30秒加熱して溶かし、(3)に加えて混ぜ合わせる。
- (5) 生クリームを七分立てに泡立て、トッピング用にティースプーン2杯分を取っておく。
- (6) (5)の生クリームの半量を(4)に入れて混ぜ、残りの半量を加えてふんわりと混ぜ合わせる。
- (7) (6)をグラスに流し込み、冷蔵庫で冷やし固める。
- (8) (7)にトッピング用の生クリーム、ミントを飾る。

サクラambo

サクラambo色が優しいムース。

サクラamboの甘さを生かして砂糖は控えめに。

ふんわりとした滑らかな食感の、

ヨーグルトを使った爽やかな軽いムースですから

初夏でもさっぱりといただけます。



レシピ 調理時間：15分

材料 2人分

スイカ	150g
砂糖	30g
お湯	大さじ2
レモン汁	大さじ1
チョコチップ	適量

作り方

- (1) お湯にレモン汁、砂糖を入れて溶かす。
- (2) スイカを角切りにし、種を取る。
- (3) ミキサーに(1)(2)を入れ、滑らかになるまで攪拌(かくはん)する。
- (4) (3)を容器に入れて冷凍庫で冷やし固める。途中で何度かかき混ぜる。
- (5) (4)を器に盛り、チョコチップを飾る。

スイカシャーベット

夏の代名詞のスイカ。

スイカのみずみずしい水分を生かして

涼やかなシャーベットにしました。

ひんやりと冷やしたチョコチップが、

カリカリと食感のアクセントになっています。



ワインバーでイチゴPRイベント

シャンパンとの相性抜群

J A北さつまは4月12日夜、鹿児島市のワインバーで、さつま町産イチゴ「さつまおとめ」のPRイベントを開きました。シャンパンとイチゴの組み合わせを提案し、消費拡大につなげるのが狙い。ワイン愛好家に「相性抜群」と好評でした。

「さつまおとめ」は鹿児島県独自品種。果実が大きく食味が良いのが特徴です。J A管内では生産者11人が1・4畝で栽培しており、鹿児島市などの百貨店で販売しています。

イベントには生産者の井川和久さん(48)も参加し、栽培方法や味の

特徴を説明しました。その後、ワインソムリエの城下久美さん(51)が、イチゴの味や個性に合わせて産地や生産者の違うシャンパン5本を選んで提供。客はイチゴとの飲み・食べ比べを楽しみました。

女性客は「シャンパンによってイチゴのうまささらに引き立った。おいしい出会いに感謝したい」と、組み合わせに納得していました。

J Aでは今後も県内外の消費地で、旬の食材をPRする活動を積極的に展開していきます。



イチゴとシャンパンの組み合わせを楽しむワイン愛好家



古里の味を買い求める人々にぎわいました

関西がこしまファンデー

古里の味求め
3万人が来場

「おじゃったもんせ」。第13回関西がこしまファンデーが4月16日、大阪市の京セラドーム大阪で開かれました。鹿児島県の物産が一堂に会するイベントで、古里の懐かしい味を求め約3万人が訪れました。

物産・観光コーナーには企業・団体などが300を超えるブースを出展。さつま町、薩摩川内市、伊佐市のブースでは特産の米やイチゴ、野菜、茶、焼酎などを販売し、長い列ができていました。

また歌手の原田悠里さん、島津悦子さん、西田あいさんらによるステージショーもあり、来場客を楽しませていました。

伊佐市の富ヶ丘地区

純白のスズラン
1万株咲き誇る

初夏の訪れを告げるスズランの花が、伊佐市大口白木の富ヶ丘地区で咲きました。県内では珍しい群生地で、「すずらの里」として人気を集めています。

同地区の住民が旧満州で見たスズランの丘を忘れられず、長野県から苗を取り寄せて植えたのが始まり。現在では、地元有志のすずらん同好会が管理し、1万株を栽培しています。

熊本県あさぎり町から訪れた夫婦は「1回見たいと思ってた。かわいい花で感動した」と話していました。



1万株のスズランが純白の花を咲かせました

薩摩川内市農業公社

無人ヘリなど 導入し安全祈願

薩摩川内市農業公社は4月28日、産業用無人ヘリコプター1機とトラクター1台を新たに導入し、安全祈願祭を開きました。

導入した無人ヘリは、従来機よりエンジン出力が2馬力アップ。農薬散布タンクも最大24リットルから最大36リットルとなり、作業効率向上が期待されています。同公社では、国有林の松くい虫防除や水稲防除などに無人ヘリを活用することから、「効率よく安全に作業を進めたい」と話していました。



作業の安全を祈願する関係者



活動方針などについて協議しました

農政連さつま支部総会

国際貿易交渉の 特別決議を採択

農民政治連盟さつま支部は5月2日、JA北さつま本所で、平成28年度通常総会を開きました。29年度活動方針など議案3件を原案通り承認し、日EU・EPA、TPPなど国際貿易交渉に関する特別決議を採択しました。

29年度は、生産基盤対策の強化と農家経営安定対策を求める運動を展開するほか、組織活性化を図るため正組合員の加入促進にも取り組みます。

総会には盟友約200人が出席。さつま町・薩摩川内市祁答院町に対する要請事項156点の回答報告もありました。

北薩JA農機大展示会

最新鋭機など 品ぞろえ豊富

第33回春期北薩ブロックJA農業機械大展示会が4月21、22日の2日間、さつま町の薩摩中央家畜市場で開かれました。最新鋭の大型農業機械から家庭菜園用の小物機械まで豊富な品ぞろえ。多くの来場客でにぎわいました。

展示会には北さつま、あいら、鹿児島、さつま日置の4JA管内から約3000人が訪れました。農繁期を前に必要とする農機具を見て回り、メーカー担当者から性能や操作方法の説明を聞いていました。

また、会場内に設けられた最新鋭技術コーナーでは、農業用ドローンや鳥獣対策製品などが紹介され、来場客の関心を集めていました。



最新鋭機も数多く展示されました



白熱したレースが繰り広げられました

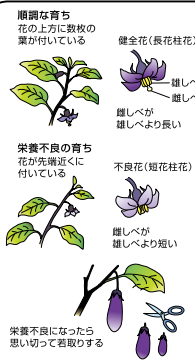
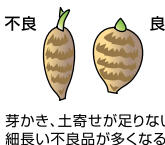
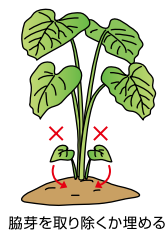
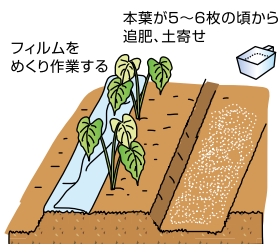
いさドラゴンカップ

チャンピオンは 津奈木海龍制す

伊佐市菱刈の川内川カヌー競技場で4月30日、「いさドラゴンカップ2017」が開かれました。県内外から70チームが出場し、白熱したレースが繰り広げられました。

競技はチャンピオン・オープン、レディース、小学生、中学生の4種目で、ボート1隻に10人が乗り込み、250メートル先のゴールを目指しました。

チャンピオンの部では津奈木海龍（熊本県）が、圧倒的な速さで栄冠を手に入れました。また、小学生の部では地元湯の尾小6年チャレンジャーズが優勝し、会場を沸かせました。



【訂正とお詫び】
4月号のイラストに誤りがございました。訂正済みイラストを掲載するとともに、お詫び申し上げます。

山で採れる山芋に対し、人の住む里にできることからサトイモの名があり。原産はマレー半島付近の熱帯の多湿地。日本には中国を経て渡来、稲作以前は日本の主食であったとされる野菜の大先輩です。

主成分はでんぷん質。加熱すると糊化（こか）し消化吸収しやすくなり、カリウムが豊富に含まれ、意外に低カロリー。体脂肪や生活習慣病が気になる人にもお薦めです。

親芋が中心にあり、子芋、孫芋がその周りに付くサトイモには、通常子芋、孫芋を食べる子芋用と親芋を食べる親芋用、葉柄を食べる葉柄用があります。

通常は子芋用の「土垂」や「石川早生」などを選びますが、好みによって親芋用の「京いも」や親子兼用の「八つ頭」、葉柄用の「蓮

芽が勢い良く伸びだしたら、太い芽1本だけを伸ばし、小さな芽は早いうちにかき取ります。土寄せ前なら芽を倒して土で埋めてしまいうのも良い方法です。

本葉が5〜6枚になった頃、畝の通路側に肥料（1株当たり油かす大さじ3、化成肥料大さじ2が目安）をばらまいて、土と混ぜ合

高温性で生育適温は25〜30度、植え付けは十分地温が上がってから、植え付けの深さは7〜8cm。植え付けたら畝上にポリマルチをし、地温の上昇を図ります。

マルチの下で、芽が伸び始めたらずれずにフィルムを破り芽を上

サトイモは日照り不作といわれるほどに、夏の乾燥には弱いですが、降雨が少なく、土が乾き過ぎるようでしたら灌水（かんすい）を心掛けましょう。

例年乾きが激しい畑には作付けない方が良いでしょう。

わせないながら株元に土寄せをします。マルチフィルムは片寄せして作業し、再び覆います。土寄せの厚さは4〜5cm程度にし、2〜3週間置きに3回ほど行います。第2、3回の土寄せの前にも第1回

同様に追肥しますが、葉が茂り過ぎなら肥料は控えめにしてください。第3回はマルチを除去して作業します。あまり遅くまでマルチをしてしまうと高温と乾燥のために芽つぶれやひび割れなど、子芋の障害の原因になるので注意します。

みんなはAコープです!

7月25日(火) **土用の丑の日** ご予約承り中!
今年も、エコープの「大隅うなぎ」を食べて、暑い夏をのりきりましょう!

Aコープの「大隅うなぎ」は、良質な水に恵まれた、自然に近い環境で育てています！
ふっくら柔らかいうなぎです。
うなぎを食べてスタミナアップ！
どうぞ、ご利用下さい。

7月15日(土)〆切。
詳しくは、各店舗にお問い合わせ下さい。



8/4
(金)

第3回北さつま農協利用者 年金友の会ゴルフ大会

会場 市比野グリーンヒルカントリークラブ
(薩摩川内市樋脇町市比野250番地)

年金友の会会員の健康増進と会員相互の親睦・協調を図ることを目的とします。

本大会は、平成29年9月7日(木)に開催される県大会の予選会(選手選考)を兼ねています。

参加者募集中
定員60名

■申込締切
7月14日(金)

■出場資格

- (1) 新規受給者ならびにJ Aへ指定替えしていただける方
- (2) J Aへ年金の受給予約をしていただける方
- (3) 既にJ Aで年金を受給していただいている方

■申込方法

所定の申込用紙に必要事項を記入し、最寄りのJ A支所に提出してください。申込人数が60名に達した場合は、締め切らせていただきます。

■問い合わせ

J A北さつま 金融指導課

☎0996-53-1123

または、最寄りのJ A支所まで



料理楽しくステップアップ



point

できるだけ短時間で調理して、食感を残しましょう。

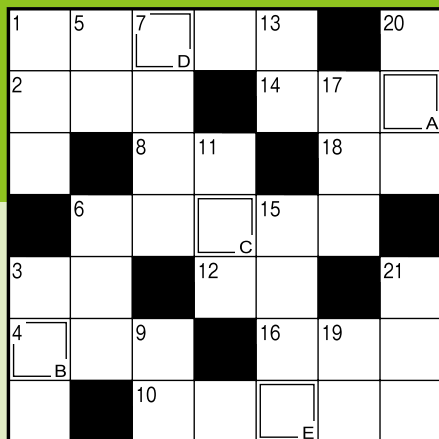
ピーマンのきんぴら

材 料 (4人分)

ピーマン……………6個	合わせ調味料
ごま油……………大さじ2	しょうゆ……………大さじ1
いりごま・	みりん……………大さじ1
一味とうがらし……適宜	料理酒……………大さじ1
	砂糖……………小さじ1

作り方

- (1) ピーマンは縦半分に切り種を取り除き、細切りにする。
- (2) フライパンにごま油をひき、強火で煙が出るまで熱する。
- (3) 細切りにしたピーマンを強火のまま20秒炒め、合わせ調味料を入れ10秒炒める。
- (4) 器に盛り、上から一味・いりごまを掛けて出来上がり。



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

- 1 身を立てて故郷へ——を飾った
- 3 肩や腰が痛むときに貼ることも
- 5 傷や病気が治ること
- 6 「これが生命線で、これが運命線……」と見ていきます
- 7 ろくろ首やのっぺらぼうなど
- 9 梅雨ときには差す機会が増えます
- 11 漆で描いた文様に金粉などを付けて仕上げます
- 13 釣った魚を入れます
- 15 お酒よりもお菓子が好きな人
- 17 本当にあったこと
- 19 つるべで水をくみ上げます
- 20 1階建ての建物のこと
- 21 居酒屋や料理屋の入り口によく下げられています

■ヨコのカギ

- 1 6月の第3——は父の日です
- 2 収穫物を——・優・良に仕分けした
- 3 梅干しの色付けにも使われる葉野菜
- 4 止まらずに行ってしまいました
- 6 近付くと雨が降りやすくなります
- 8 草を刈るときに使います
- 10 長崎の麺料理。ちゃんぽんと並ぶ名物です
- 12 願い事を書いて奉納する板
- 14 ナガス、マッコウ、ミンクといえ
- 16 お手洗い、ご不浄などともいいます
- 18 鬼が出るか——が出るか

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6月26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)

4月号当選者発表

4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。

- ▷川畑真一さん▷福田智子さん
 ▷西田秀徳さん▷米盛久男さん
 ▷中島弘和さん▷山根スミヨさん
 ▷池上寛さん▷田島花奈実さん
 ▷満園睦さん▷上之園勝雄さん

5月号の解答

マーガレット



当選者は7月号で発表します。

理事会だより

第2回理事会を4月28日に関き、次の事項について協議しました。

【議案】

- ①平成28年度事業報告、貸借対照表、損益計算書、剰余金処分案、注記表及び付属明細書について
- ②平成28年度部門別損益計算書について
- ③第7回通常総代会開催日時、場所、提出議案について
- ④第7回通常総代会議決権行使書等の取扱いについて
- ⑤職員退職給与規程の一部改正について
- ⑥平成28年度県常例検査指摘事項・回答書について
- ⑦組合員に対する貸付について
- ⑧業務分掌及び職務権限表の一部変更について

【報告】

- ①平成28年度全国監査機構期中監査Ⅲ指摘事項・回答書について
- ②平成28年度末決算監査指摘事項・回答書について
- ③平成29年2月末自主検査報告について
- ④金融共済A D R (相談・苦情対応状況) 報告について
- ⑤平成28年度末自己資本比率の状況について
- ⑥平成29年度コンプライアンス全体職員研修会について
- ⑦地区別説明会開催要領について
- ⑧平成29年度J A北さつまお盆フェア開催要領について
- ⑨平成29年度春夏期生活総合展示会開催要領について
- ⑩(有)くみあい福祉センターの経営状況について
- ⑪子牛・成牛せり市実績について
- ⑫特定債務者の回収方針について

こんにちは！クミアイ家庭薬です

黒酢プラス
(りんご味)

毎日の健康習慣！
大さじ1杯の
お酢を摂りましょう！



酸っぱいのが
苦手な方でも
フルーティーで
おいしく！

オリゴ糖
食物繊維
菊イモエキス
ビタミンB₂、B₆
配合！

10倍希釈

500mℓ 1,800円(税抜)
1,000mℓ 3,200円(税抜)



クミアイ家庭薬に関するお問い合わせは
農協各支所または経済連生活課
(099-258-5325)まで

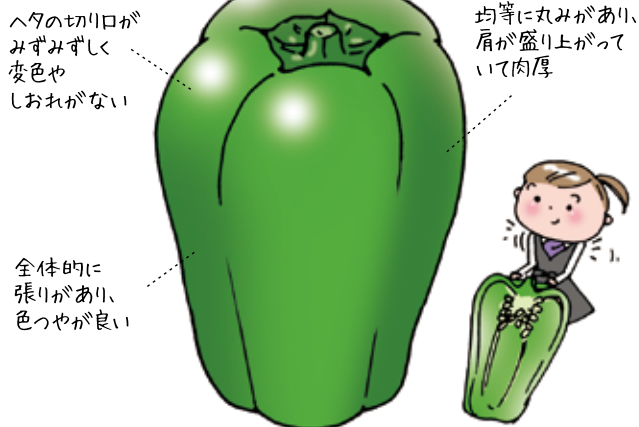


ベジタブル ライフ

ピーマン

～種類豊富なトウガラシの仲間～

見分け方



保存方法

水分があると傷みの原因になるので、保存する前によく拭き取る

水に弱い

ポリ袋・保存用袋などに入れて冷蔵庫の野菜室で保存



一度カットしたものは、傷みやすい種とわたの部分をとり除いてからラップで包み冷蔵庫へ



楽しみ方・食べ方のコツ



苦味の強い種とわたの部分をきれいに取り除いて調理すると食べやすく、口当たりや見た目も上品に♪

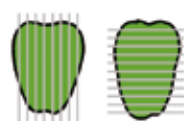
皮を下にしてまな板に置き、手で押さえて平らに整えてから切ると切りやすい



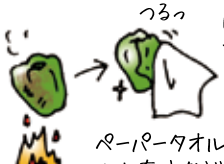
青臭さが気になるときには、さっと湯通しや油通しする。色も鮮やかになる



シャキシャキの食感を生かしたいときには繊維に沿って縦切りに、軟らかい食感にしたいときには繊維を断ち切るように横に切る

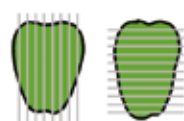


肉厚の品種は薄皮をむくと滑らか食感になり、ドレッシングやソースなどなじみやすい



いかりで表面が焦げるまで焼く

ペーパータオルやぬれ布巾などで肌をなぞるように優しくこする



ピーマンのいろいろ



カラーピーマン

緑色のピーマンを完熟させたものの赤・黄・オレンジなどがある。緑色の未熟な状態より、カロテンやビタミンなどの含有量が多く、苦味が少ない



ぶちピー

直径2〜3cm程度のミニサイズ。フルーティーな香りと甘さが特徴。種が小さくヘタが小さいので、調理の下処理も簡単



こどもピーマン

肉厚で、特有の香りと苦味が少なく、子どもでも食べやすい話題の品種



セニョリータ

平たく、柿やトマトのような形が魅力。青臭さが少なく、甘味があり、生食に向いている



バナナピーマン

バナナのような形をしている。熟すと緑色からクリーム色、黄色、オレンジ、赤色の順に変化する。サラダなど生食だけでなく加熱調理にも向く



パプリカ

肉厚の大型種の多彩な色と甘さを生かして、サラダやマリネなどに利用される。黒色は加熱すると緑色に戻るの、生食がお勧め

ピーマンのビミツ



甘味種

ピーマン

パプリカ

シトウ



辛味種

ハラペーニョ

ハバネロ



トウガラシの仲間だよ

ピーマンのチカラ

抗酸化作用の強いE級栄養素が豊富にそろっているんだ



香り成分であるピラジンは血液中の血小板の凝固を抑える働きがある。特にビタミンCの含有量が多く、肌や骨、血管を健康に保つ効果、血中のコレステロール値を下げる働きもあるよ

ビタミンC

ビタミンACE

ビタミンE

カロテン



赤ピーマン



カプサンチン
カロテン
ビタミンC

緑のピーマン



ビタミンCが豊富

大航海時代にコロンブスがスペインにトウガラシの辛味種を持ち帰り、香辛料としてヨーロッパに伝わり、世界中に広まったとされている



緑色のピーマンは未熟なうちに収穫したもの



日本には江戸時代にトウガラシが入っていたとされているが、甘味種は明治初期に米国から導入された



ピーマンの語源である「ピマン」はフランス語で「トウガラシのこと」

完熟させたカラーピーマンは苦味がなくて甘味が強いので「食べやすい」



ニガテ



ヤクーツク航空チャーター便で行く

極東ロシアの旅

4日間

ウラジオストク・ハバロフスク

平成29年
9月13日(水)
出発



■旅行代金 (大人おひとり様、2泊3日1人1泊分)

鹿児島空港発着 198,000円

一人部屋追加代金:20,000円(2泊分)

燃油付加運賃:不要、現地空港税:3,800円、渡航手続手数料は別途必要となりますので金額をご確認の上、販売店にてお支払いください

※旅行・滞在の滞在期間:ロシア出国時に、6ヶ月以上の有効滞在期間が必要
※ロシアビザ申請代行手数料:8,480円(申請から受領まで2週間必要)
※予告なく上記金額の変更・増設が発生する場合がございます

- 乗車人員:100名(最少乗車人員30名)
- 申込締切日:定員になり次第締め切ります
- 参加申込金:30,000円(旅行代金に充当します)
- 添乗員:同行して旅程管理業務を行います
- 利用予定航空会社:ヤクーツク航空
- 食事回数:朝食3回・昼食2回・夕食3回
- 利用予定ホテル:ウラジオストク:プリモリーエ、アジムート又は同等クラス
ハバロフスク:インターリスト、アムール又は同等クラス

※くわしくは専用パンフレットをご準備しておりますので、お申し出下さい

■旅行主催・実施

観光庁長官登録旅行業第939号



株式会社農協観光鹿児島支店

支店営業時間(月～金曜日)8:30～17:00(土・日祝日・年末年始休み)

〒890-0064鹿児島市鶴谷新町15番地

☎099-258-5615



ボンド保証会員
JTB・日本旅行・東日本旅行・西日本旅行・東武旅行・東武バス



旅行業立正会
国土交通省

総合旅行業務取扱管理者 塚本 淳一 <http://mtour.jp>

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
伊 佐	伊佐総合支所	6月16日(金)	10:00～12:00
さつま	鶴 田 支 所	6月21日(水)	9:30～12:00

休日ローン相談会



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。

【川内地区】 川内総合支所

6月18日(日) 9:00～12:00

生産資材休日営業のお知らせ

矢倉配送センターと伊佐配送センターでは、6月の農繁期対応として、日曜日(午前中)も営業しますのでご利用ください。

夢は広い、大きいな。

© かんぱん

「かんぱん」が
「かんぱん」が
「かんぱん」が

かんぱん

抽選で県下
1,000名様

平成
29年
6月1日～7月31日

キャンペーン金利
年 0.1%
(税別後 年 0.079%)

5千円相当
定期貯金「貯王」を新規に20万円以上ご成約の方に、
相当「鹿児島黒牛・黒豚」プレゼント!

A 鹿児島黒牛・黒豚焼肉セット
B 鹿児島黒豚しゃぶしゃぶ・とんかつセット
C 鹿児島黒牛すきやき用リブコース

北さつまから旬の味わいをお届けします！

JA北さつま
厳選
ギフトカタログ
 2017 通期版

中じ込み書付
 JA北さつま
 にご送付します

JA支所で
 配布中！

ご注文方法

FAX

0996-53-2755

北さつま農業協同組合 本所（生活課）

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 TEL 0996-53-0940 (生活課)

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