



CLOVER

くろーばー

10

October 2021

No. 139

頑張る農業女子



特集

毎日の食卓に！
小豆大研究

新しい夢 どんどん



育てよう明日を

JAグループ鹿児島





カボチャ、水田ゴボウを栽培

諏訪 沙弥佳さん(36)

(伊佐市大口里)

頑張る 農業女子

伊佐市大口里の諏訪沙弥佳さんは、男児2人の母親。さわやかな笑顔が印象的です。「当たり前のこととを当たり前」が信条で、春カボチャ(75kg)と秋カボチャ(50kg)に加え、昨年からは水田ゴボウ(35kg)の栽培に取り組んでいます。

■農業のイメージ変わる

球磨郡多良木町出身。実家は兼業で水稻を栽培しています。「農業はきつい、汚れるなどマイナスのイメージが強かった。興味もなく、手伝うこともなかった」とのこと。伊佐市に嫁いってから、義父のカボチャ作りを手伝ううちに、楽しいと感じるようになり、農業に対するイメージが180度変わったそうです。

農業法人に勤務する夫の勧めもあり、カボチャ作りに専念することを決意。会社を退職し、2015年4月に本格的に就農しました。

■部会トップクラスの収量誇る

1年目から収量、品質とも上々の出来。周囲を驚かせ、先輩農家から「ビギナーズラック」と言われたそうです。謙そんしながら「毎日圃場に足を運んで生育状況を細かに確認し、作業してただけ。特に変わったことはありません」と話しました。今年は梅雨入りが早く交配時期と重なったことか

2人の息子も調整作業などを手伝ってくれます



大玉で品質の良いカボチャを作ると評判です

農業女子の仲間増やしたい

ら着果個数が少なく、部会平均では10^{kg}当たり収量は130ケースでした。そんな中、諏訪さんは200ケースもあり、トップクラスの収量。大玉で品質も良く9割近くがA品という結果でした。

「なぜこんなに出来がいいの」と問いかけると、「分からない」と苦笑い。今では他の生産者から注目される存在で、アドバイスを求められては「前年より良くなるようにと気を付けているだけ。皆さんと同じことしかしていませんので」と、返答に困ることも。

■農業を通じて家族の絆深まる

出荷や調整作業など忙しい時期は、2人の息子も率先して手伝ってくれるそうです。カボチャのサラダや煮物、天ぷらなどが食卓に並ぶと、2人とも大喜び。「おいしいといっぱい食べてくれるので、頑張りがいがあります。農業を家族全員で楽しんでおり、絆もより深まっている」と話しました。

農業の魅力を尋ねると「早起きして体を動かして毎日が健康的。自分のペースで仕事ができるのでストレスも感じない。楽しいことばり。農業を始めて本当に良かった」と答えました。

■生涯現役で頑張りたい

今考えているのが仲間づくり。「農業女子を増やしたいですね」と目を輝かせました。「農業こそ女性に向いた職業。作物はカボチャがお薦め」と話すと、JA営農指導員も「カボチャは遅霜や長雨、適期の管理などに気を付ければ、他の作物より作りやすい。短期間で終わるのでいい」と後押ししました。今後は収量が多く作業効率の良いサトイモの栽培にも挑戦したいそうです。「生涯現役で農業を続けるつもり。これからもみんなに『おいしい』と喜んでもらえるカボチャを作ります」と笑顔で話しました。



宝石箱のような プチパック好評

伊佐市大口山野の下小蘭ぶどう園で販売するプチパックが好評です。1袋に6品種の粒が40～50個（約550g）入り、価格は500円。緑、赤、紫など彩りも豊かで、まるで宝石箱のような輝き。プチパック目当てのファンも多いといいます。

プチパックは贈答用に向かない房の崩れたブドウを使用しています。品種は巨峰、藤稔、シャインマスカットなどで、へたを付けて切り落とし袋に詰めています。販売は直売所のみ。収穫時期によって品種が変わるそうです。

販売は十数年前から行っています。昨年、プラスチック製カップからビニールパックに変更しました。「いろんな味が楽しめる」「ボリュームがあってお得」と評判が良く、店頭に並べるとすぐ売り切れる人気ぶりです。

同園の下小蘭一郎さん（43）は「この商品のためだけに育てている品種もあり、3年後には提供できる予定。楽しみにしてほしい」と話しました。



眼鏡ケース作りを楽しむ女性部員

J A 女性部樋脇支部はこのほど、薩摩川内市樋脇町の野下いこいの郷で「わいわい広場」を開きました。今回は5人が参加し、眼鏡ケース作りを楽しみました。

花柄入りの真つ赤な布を切り取り、ケースに張り付けて完成。なかなかの出来栄に部員たちも満足そうでした。

有馬ふみゑさんは「新型コロナウイルスの影響で思うように活動できないけど、心を一つにしてできる活動を積み重ねていきたい」と話しました。

わいわい広場は、女性部員の交流と趣味活動を目的として、年2回ほど開いています。

眼鏡ケース作りに挑戦

子牛せり市成績表(税込)

薩摩中央家畜市場 2021年9月10日～11日

入場頭数	583頭							
売却頭数	566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	241	224	1,280,400	430,100	732,762	281	2,611	▲42,903
雄								
去	342	342	1,098,900	287,100	769,994	309	2,493	▲62,338
総平均値	755,259 円							
前回比	52,584 円 安値							
総売上高	427,476,500 円							



薩摩中央家畜市場で9月10、11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75万5259円で、前回（8月）を5万2584円下回りました。最高値は雌が128万4000円、去勢は109万8900円でした。

平均75万5259円

秋のイベント中止のお知らせ

今秋開催予定でしたさつま町産業祭&JA農業祭(さつま地区)、薩摩川内市産業祭&JAフェスタ(川内地区)、伊佐ふるさとまつり(伊佐地区)は、各開催協議会等で検討した結果、新型コロナウイルス感染拡大の影響により中止することとなりました。

なお、JA北さつま「図画・書道コンクール」につきましては例年通り開催し、入賞作品は本所ロビーに展示いたします。

水田への堆肥散布を実施します

実施期間:令和3年11月～

■問い合わせ先

さつま地区:JA北さつま畜産部・生産資材課・各支所(申込書は生産資材課・各支所に準備してあります)

☎0996-52-1818

川内地区:薩摩川内市農業公社

☎0996-44-3140

伊佐地区:伊佐農業公社

☎0995-22-5581

※散布料金は各地区で異なりますので、お問い合わせください。

組員・利用者の皆様へ

不祥事の発生とお詫びについて

平素より、当組合の各事業につきまして格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

この度、誠に遺憾ながら、当組合の元職員が在職中に横領を繰り返していた不祥事が発覚いたしました。

組員・利用者の皆様方の当組合に対する信頼を失わせることとなり、心より深くお詫び申し上げます。

この度の事案を厳粛に受け止め、今後このような不祥事が二度と起こらないよう、起こさせないよう再発防止策を講じていくとともに、内部管理体制の一層の強化と職員のコンプライアンス教育を徹底するなど、信頼回復に取り組んでまいり所存であります。

重ねてお詫び申し上げますとともに、組員・利用者の皆様におかれましては、今後ともご支援・ご指導を賜りますよう衷心よりお願い申し上げます。

北さつま農業協同組合

代表理事組合長 春田 和則

老後生活
への備えは
十分ですか？



詳しくは… 農業者年金基金 検索

<https://www.nounen.go.jp>

老後の備えは 国民年金＋農業者年金！

払った保険料は

全額社会保険料控除の対象！

運用益は非課税！

農業経営の状況に応じて

保険料を増額し、節税額をアップ！

※農業者年金の加入には、
「国民年金第1号被保険者であること」
「年間60日以上農業に従事していること」
「60才未満であること」
の3つの要件を満たしている必要があります。
※詳しくは、お近くの農業委員会、又はJAへ！



小豆大研究

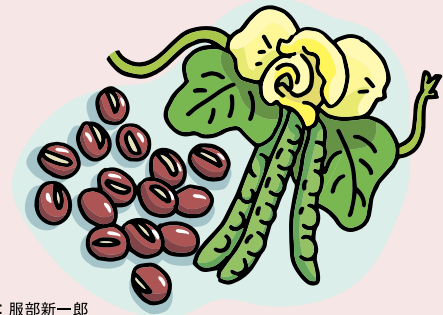
日本人に最もなじみのある豆の一つ、小豆。

低脂肪で高タンパク質、ヘルシーな上に

不足しがちな栄養素を豊富に含む、

魅力的な食材です。

毎日の食事にぜひ取り入れたいですね。



イラスト：服部新一郎

小豆について

小豆と書いて「あずき」と読みます。江戸時代の学者・貝原益軒の『大和本草』（やまとはんぞう）によると、「あ」は「赤色」、「つき」は「溶ける」の意味があり、赤く、煮ると皮が破れて崩れやすいことから「あずき」になったといわれています。

主要産地は北海道で、国内生産の9割以上を占めています。小豆には普通の赤色の小豆の他、粒の大きな「大納言」や黄白色の「白小豆」などの種類があります。関東地方で赤飯に使用されることが一般的な「赤さざげ」は、姿・形が小豆によく似ていますが別の種類の豆です。



小豆の花



白小豆



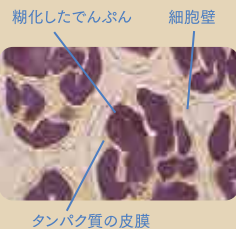
小豆

健康効果が期待できる「あん粒子」

あん粒子は、小豆やいんげん豆などでんぶが多い豆類を加熱するとできる特有の成分で、タンパク質の膜がでんぶを包み込んだ粒子です。食物繊維の量が乾燥豆のときより大幅に増加する特性があり、消化されにくく食物繊維と同様に働きます。脂質代謝、腸内免疫作用の改善など健康効果が期待されています。

ゆであん粒子化した金時豆の細胞

（顕微鏡写真）



※細胞の構造がはっきり分かるよう、でんぶ粒を彩色して撮影

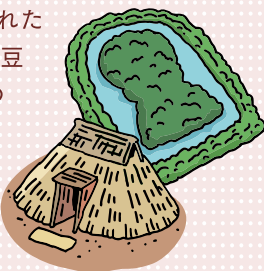
粒は小さくても栄養価に優れている小豆。低脂肪、高タンパク質で、不足しがちなビタミンB群や各種ミネラルを豊富に含んでいます。

最近では、小豆に含まれるポリフェノールや食物繊維といった機能性成分の多さも注目されています。強い抗酸化作用を持つポリフェノールは、免疫力の増強や抗アレルギー作用、動脈硬化の予防など、さまざまな効果があるといわれ、食物繊維には便秘の予防や発がん物質など有害物質の早期排出の効果もあると考えられています。

小豆の栄養と健康

歴史に見る小豆と日本人の関わり

日本では、縄文時代から古墳時代前期まで、遺跡から小豆の炭化種子が発見されています。小豆の名は、奈良時代初期の『古事記』に初めて登場します。中国に始まり、朝鮮半島を経て日本に伝えられたとされる習俗では、小豆の赤色に魔よけなどの神秘的な力があると信じられ、行事や儀式などに供されてきました。



赤飯やいとこ煮など伝統的な料理以外は、和菓子など甘い食べ物に使われるイメージが強い小豆ですが、栄養価の高さ、機能性成分の豊富さから、毎日の食事にぜひ取り入れた食材です。

料理に使う際は下ゆえをする必要があります、手間がかかって面倒に思われるかもしれません。でも、一度に多めにゆでて小分けにして冷凍保存すれば1カ月持ちます。もう1品欲しいときやトッピングなど、すぐに使えるので重宝します。スーパードパウチ製品が出回っているので利用してもよいでしょう。また、乾燥豆は賞味期限が常温で2年間と長期保存が可能なので、買い置きをお勧めします。

小豆を毎日の食事に

まずは
下ごしらえ！
小豆のゆで方

新感覚で小豆をもっと料理に取り入れてみましょう。 小豆の風味や食感が楽しめるレシピをご紹介します。

- 1 さっと洗った小豆を鍋に入れ、たっぷりの水で強火にかける。しばらく沸騰させてからざるにあげてゆで汁を捨てる。
- 2 小豆を鍋に戻し、新しい水をたっぷり注いで再び強火にかける。あくを取り除き、沸騰したら弱火にし、小豆が踊らないように落としがたをして30～40分ほどゆでる。途中、様子を見て、ゆで汁が少なくなったら差し水をして小豆が水面から出ないようにする。
- 3 軟らかくなったらゆで上がり。

このページで紹介したレシピは小豆を下ゆでして使います。



小豆とエビのマリネ

【材料(4人分)】

小豆(下ゆでした物)・・・100g(乾燥豆で約45g)
むきエビ・・・200g
カリフラワー・・・1/2個(200g)

- A 白ワイン・・・大さじ1
塩・・・小さじ1/4
こしょう・・・少々
- B オリーブ油・・・大さじ2
粒マスタード・・・大さじ1・1/2
酢・・・小さじ2
ニンニク(すりおろす)、塩・・・各小さじ1/2
粗びき黒こしょう・・・少々

【作り方】

- 1 エビは背に切り込みを入れてわたを除き、片栗粉適量(材料外)をもみ込み、水洗いする。水気を拭いてAを絡める。カリフラワーは小房に分ける。
- 2 耐熱ボウルにエビとカリフラワーを入れ、ふんわりとラップをして電子レンジ(600W)で5分ほど加熱し水気を切る。
- 3 (2)に小豆を入れ、合わせたBを加えてあえる。



小豆入り肉みその サラダうどん

【材料(4人分)】

小豆(下ゆでした物) 250g(乾燥豆で100g)
豚ひき肉・・・250g
ニンジン・・・80g
長ネギ・・・1/2本
ニンニク・・・1片
サラダ油・・・大さじ1
しょうゆ・・・小さじ1

- A 水・・・1カップ(200ml)
みそ・・・大さじ3
酒・・・大さじ2
みりん・・・大さじ1

うどん(乾燥)・・・320g
サニーレタス・・・8枚(200g)
かい割れ菜(半分に切る)・・・60g
温泉卵・・・4個

【作り方】

- 1 ニンジン、長ネギ、ニンニクをそれぞれみじん切りにする。
- 2 フライパンにサラダ油とニンニクを入れて中火にかけ、豚ひき肉、小豆、ニンジンを順に加えて炒める。Aを加えて弱火で10分ほど煮込む。長ネギを加えて中火で煮詰め、しょうゆを加える。
- 3 うどんはゆでて流水で洗い、水気を切る。サニーレタスは細切りにし、かい割れ菜、うどんと共に器に盛り、(2)をかけて温泉卵をのせる。



小豆入り豆腐つくね

【材料(4人分)】

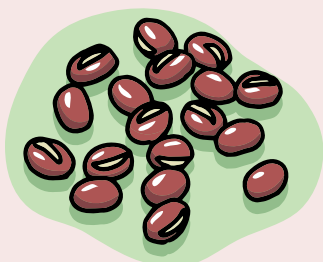
小豆(下ゆでした物)・・・100g(乾燥豆で40g)
鶏ひき肉・・・300g
木綿豆腐・・・200g
長ネギ・・・1/2本

- A 片栗粉・・・大さじ2
料理酒・・・小さじ2
しょうが(すりおろす)・・・小さじ1
塩・・・小さじ1/2
黒こしょう・・・少々

サラダ油・・・大さじ1/2
水菜・・・60g
ダイコン・・・300g
ポン酢・・・大さじ2

【作り方】

- 1 ダイコンは皮をむいてすりおろし、軽く水気を切っておく。
- 2 長ネギはみじん切りにする。
- 3 水菜は根元を切り落とし5cm幅に切る。
- 4 木綿豆腐を水切りする。
- 5 ボウルに鶏ひき肉、(2)、(4)、Aを入れよく練り混ぜる。よく混ぜたところで小豆を入れ軽く混ぜ、8等分して小判形にする。
- 6 中火で熱したフライパンにサラダ油をひき、(5)を入れて焼く。焼き色が付いたら裏返してふたをし、弱火で5分蒸し焼きにし中まで火が通ったら火から下ろす。
- 7 (3)を敷いた器に(6)を盛り付け、(1)とポン酢を添えて完成。



令和4年度農林水産関係一般予算概算要求 決定！

農水省は、8月31日に令和4年度予算の概算要求を決定しました。

農林水産関係の概算要求の総額は、前年度当初予算比16.4%増の2兆6,842億円となりました。主な概要は下図のとおりですが、生産基盤の強化や輸出拡大、「みどりの食料システム戦略」の推進、農地利用や農業者の確保に向けた施策などが柱となっています。

この概算要求に先立ち、私どもJAグループ鹿児島・県農政連は、7月7日～8日に中央会・各連役員及び生産者代表等で「令和4年度農畜産物対策に関する中央要請」を実施しました。私どもは特に、各品目の経営安定対策や生産基盤強化対策の予算確保をはじめ基腐病対策の充実やグリーン社会（みどりの食料システム戦略）の実現に向けた環境整備などを求めてきましたが、それぞれ予算規模の拡大や新規の事業が盛り込まれるなど、私どもの要請事項が概ね反映された内容となっています。

今後、本県JAグループ・県農政連は、例年、冬に行われる畜産、甘味資源作物対策の政策価格決定に合わせて、引き続き要請活動を行ってまいりますので、ご理解・ご協力をお願いします。

令和4年度農林水産予算一般概算要求の主な項目

対象品目	事業名	対策のポイント	概算要求額 (前年度予算対比)
共通	強い農業づくり 総合支援交付金	生産・供給の基幹施設整備や、事業者と農家が連携した事業モデルの構築、みどりの食料システム関連の施設整備の支援	193億円 (51億円UP!)
	みどりの食料システム 戦略実現技術 開発・実証事業	「みどりの食料システム戦略」の実現に向けて、スマート農業における優れた技術の横展開のための導入実証等の推進や気候変動といった新たな課題等に対応する研究開発等の推進	65億円 (新規)
	新規就農者育成 総合対策事業	現行の「農業次世代人材投資事業」などを改め、親元就農を含め新規就農の初期投資を支援する「新規就農者育成総合対策事業」を新設	236億円 (31億円UP!)
畜産	畜産・酪農経営安定対策	意欲のある生産者が経営の継続・発展に取り組める環境を整備するため、牛マルキン等により畜産経営の安定を支援	2,297億円 (1億円UP!)
	消費・安全対策交付金	豚熱・鳥インフルエンザ等の家畜伝染病等の発生予防・まん延防止等	28億円 (6億円UP!)
野菜果樹・茶対策	持続的生産強化対策事業	野菜や果樹、花き、茶、薬用作物などで、農家の生産性・販売力の向上、地方公共団体の産地強化の取り組みの支援	199億円 (30億円UP!)
甘味資源作物	甘味資源作物生産性向上事業	さとうきびやかんしょの生産性向上の取り組み、サツマイモ基腐病等の病害対策の取り組みの支援 (※ R2年度まで補正予算で措置)	20億円 (新規)
	持続的畑作生産体系確立事業	地域の基幹作物の病害抑制と需要に応じた生産拡大の両立、労働負担の軽減、環境に配慮した生産体系の確立等の取り組みの支援	21億円 (新規)
水田	水田活用の直接支払交付金	麦、大豆や飼料用米などへの助成や産地交付金を措置(※ R2補正予算で措置された実需と結び付いた転作を手厚く支援する水田リノベーション事業含む)	3,320億円 (270億円UP!)

※なお、今回は農水省から財務省へ概算要求された内容であり、事業の措置や予算が確定したわけではありません。今後、財務省との折衝を通じて、例年冬頃に来年度予算案が閣議決定されていく見通しです。

概算要求に関する詳細なデータは、下記の農水省 HP に記載
されておりますので、ご参照ください。

(URL: <https://www.maff.go.jp/j/budget/r4yokyu.html>)

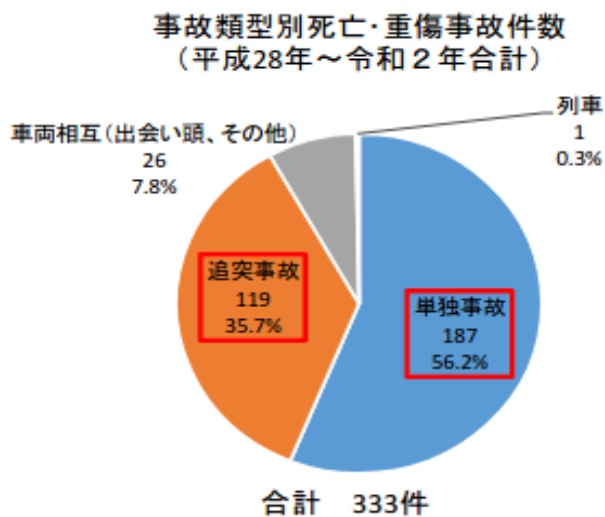


QRコードからも
みられるよ！

公道での農機事故をふせぎましょう

～ＪＡグループ鹿児島 秋の農作業安全月間～

９月から１０月はＪＡグループ鹿児島「秋の農作業安全月間」です。
警察庁交通局発表によりますと、農耕作業用自動車による公道での死亡・重症事故が全国で多く発生しています。
シートベルトとヘルメットの着用で、安全確認を行い、事故を防ぎましょう。



シートベルトやヘルメットを必ず着用しましょう



確実な運転操作とブレーキ連結の確認



ランフ類や低速車マークを取り付けましょう

※出展：警察庁交通局 交通企画課

鹿児島県は、20件の死亡・重症事故が発生。(死亡事故7件・重傷事故13件 全国ワースト2位)

シートベルト着用時は、着用していない場合と比べ、死亡事故の割合は1/8です(公財 交通事故総合分析センター)

万一来て備えて労災保険に加入しましょう



労災保険は、労働者のけがや病気・死亡に対する補償制度です。

業務中に被災した場合、病院での治療や入院などが治るまで無償で受けられ、休業補償や障害補償などもあります。1日でも1人でも従業員を雇うなら、必ず加入しましょう！

また、事業主や家族、法人役員でも一定の要件のもとに特別に加入することができます。

補償内容の一例

療養(補償)給付

●農作業(業務)によるけがや病気を病院等で治療する場合
→必要な治療が「治るまで」無料で受けられます。



休業(補償)給付

●農作業(業務)によるけがや病気の治療のため労働することができない日が4日以上となった場合
→休業4日目以降、休業1日につき給付基礎日額の80%が「休業の状態が続く限り」(医師の証明が必要)支給されます。

障害(補償)給付

●農作業(業務)によるけがが治った後に障害等級に該当する障害が残った場合
→障害の程度に応じた年金または一時金が支給されます。



労災保険のお問い合わせはお近くのＪＡへ 鹿児島県農協労働保険事務組合

園芸

ショウガ栽培(10月以降の管理作業)について

生産販売課(川内営農センター)
黒江 智之



生姜作型

付 旬	4	5	6	7	8	9	10	11
	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下	上中下
育 成 ス テ ー ジ	植付け期	萌芽期 (1次分け時期)	(2次分け時期)	(3次分け時期)	(4次分け時期)	(5次分け時期)		収穫期
栽 培	植付け	追肥 土寄せ	敷きつう	追肥	追肥	台風対策		収穫
				灌水				



10月～収穫迄の管理作業

◎ 10月以降発生しやすい病害虫防除について◎

病害虫名	特徴・対策等	適用農薬名	希釈倍数 散布分量	使用時期 使用回数
紋枯病	葉鞘に円形の病斑が発生し次第に不整形病斑になります。菌核は土壌伝染します。多湿条件で発生しやすいです。	バリダシン 液剤	800倍 100～300L /10a	収穫14日前 4回以内
根茎腐敗病	夏季の高温時に降雨が続いた後、排水が悪い圃場で発生しやすくなります。菌は水と一緒に移動し広がっていきますので排水対策を行い、雨天時には圃場には入らないようにしましょう。 地際部の茎が軟化腐敗します。悪臭はなくアメ色に腐敗します。もし発生したら発生株と周囲2～3株は抜き取り処分しましょう。	ユニフォーム 粒剤	18kg/10a	収穫30日前 3回以内
		ランマン フロアブル	500倍 2～3L /㎡	収穫30日前 3回以内 (土壌灌中)
白星病	作土が浅く乾燥した圃場や肥料切れの状態の圃場で発生しやすくなります。また、気象条件として暴風雨の後に発生しやすいです。 葉に、灰白色の小斑点が多数発生します。	トリフミン 水和剤	1,000倍 100～300 L /10a	収穫前日 5回以内
		ダコニール 1000	1,000倍 100～300 L /10a	収穫14日前 5回以内
ハスモンヨトウ	広食性の害虫です。 主に新葉や未展開葉を食害します。また、土から露出した塊茎が食害されることもあります。	トレボン 乳剤	1,000倍 100～300 L /10a	収穫7日前 3回以内

※病気については、菌は自分では動けませんが水と一緒に広がっていきます。雨天時は圃場での管理作業は行わないようにするとともに圃場内に水が溜まらない様に排水対策をしっかりと行いましょう。

※農薬使用は必ずラベルを確認し登録内容・希釈倍数・使用量・使用時期・使用回数等を守って使用してください。

◎土寄せについて◎

ショウガの最大肥大期となります。芋が土中から見えている場合は土を被せましょう。

台風対策にもなります。よく圃場を観察し必ず行いましょう。

◎台風対策について◎

防風ネット又はソルゴーにより対処しましょう。

ネット張り	2m間隔位で竹・パイプ支柱等を立て、ショウガの生長点よりやや低め(3分の2位)の所へネットを張ります。
防風ソルゴー	2m位になったら、1度1.5メートル程の高さで切り、茎部分を丈夫にするとともに内・外側から孟宗竹等を利用してくり再度ソルゴーを伸ばしていきます。

台風通過後は、必ず「白星病」の防除を実施しましょう。



図1 畑の準備

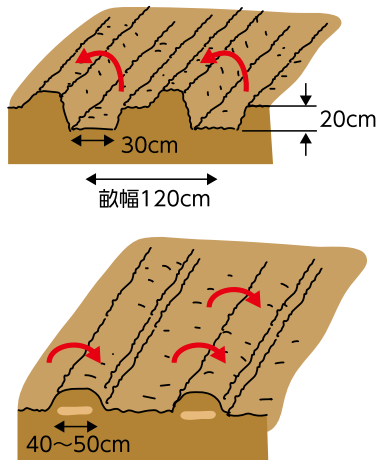


図2 種まき

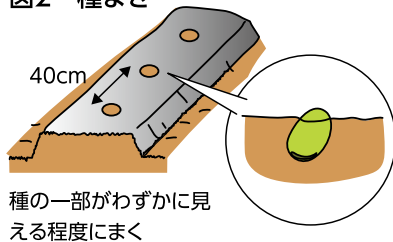
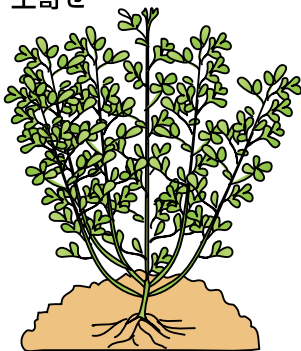


図3 土寄せ



ソラマメはサヤが上向きに付くので空豆、サヤの形が蚕の繭に似ているので蚕豆とも書きます。タンパク質と糖質が主な成分で、代謝を円滑にするビタミンB群や高血圧予防に効果的なカリウム、貧血を予防する鉄分などのミネラルが豊富です。

〔品種〕「陵西一寸」(みかど協和)、「仁徳一寸」(タキイ種苗)、「打越一寸」(サカタのタネ)など。

〔畑の準備〕種まき2週間前に畑1平方m当たり苦土石灰100gを全面に施し、土とよく混ぜておきます。次に、1週間前に畝幅120cmを取り、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり化成肥料(NPK各成分10%) 100g(窒素成分で10g)と堆肥1kg

gを入れ、土とよく混ぜて幅40~50cmの栽培床を作ります(図1)。

〔種まきと育苗〕温暖地では10月中旬~11月上旬が適期で、早まきして年内に生育が進み過ぎないようにすることが大切です。じかまきは、株間40cm程度、種の黒い筋(おはぐろ)を斜め下に浅く差し込んで種の一部がわずかに見える程度に1カ所2粒をまきます(図2)。発芽がそろったら、1本を残して間引きます。育苗する場合は、ポットに1粒をまき、本葉2枚の頃に畑へ植え付けます。寒い地域では冬の間に、寒冷紗(しゃ)のトンネル掛けで、霜よけをすると良いでしょう。

〔追肥と土寄せ〕春先に生育の勢

いが良くなり始めたころと開花始めごろに化成肥料を畝1m当たり30g程度(窒素成分で3g)追肥します。追肥後は株元に土寄せをします(図3)。

〔支柱立てと整枝〕早春から生育が盛んになり、10本程度の側枝が出てくるので、太い枝を6、7本残すように細い枝を切り取ります。そして、株の中に土入れし、株の両側にテープを張り、倒伏を防ぎます。

〔病害虫の防除〕春になるとアブラムシが飛来し、新葉に群生します。先端を20cm程度切り取っておくと、倒伏の防止にもなります。

〔収穫〕サヤが重みで下がり、光沢が出て黒い斑点が現れ、背筋が黒く変色するころが収穫適期です。

ACOP 一緒にいちごAコープです!

キャッシュレス決済がより便利に!

※JADDOカードポイントも進呈いたします



でのお支払いが可能になりました。

その他、クレジットカード、楽天エディーでのお支払いがお選びいただけます。

どうぞ、ご利用くださいませ。詳しくは店頭にてお尋ねください。

※「QRコード」をご提示ください。レジにて読み取り致します。





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

ユリ根

～お正月料理に欠かせない縁起物～

ユリ根のプロフィール

【分類】ユリ科ユリ属

【原産地】中国、日本

【おいしい時期(旬)】10～1月ごろ

【主な栄養成分】炭水化物、タンパク質、
カリウム、鉄、リン、食物繊維、葉酸など

選び方

鱗片(りんぺん)……

大きく張りがある

しっかり重なっていて
固く締まっている

しなびていない
変色や黒ずみ、
傷がない

葉が変色したり、枯れ
ている部分があるもの
は避ける

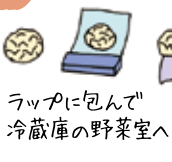


全体が白くふっ
くらとしていて重
みがあるものを選
んでね

保存方法

冷蔵保存

新聞紙などに
包んで風通しの
良い冷暗所へ



水分があると傷みやすい
ペーパータオルで水分を
よく拭き取る

霧吹きで
湿らせておく

冷凍保存

量が多い場合は冷凍もお
勧め。そのまま茶わん蒸しや
あえ物などにも利用可能



おがくずに入れておけばそ
のまま1ヵ月程度保存可能

鱗片を1枚ずつばらし硬めにゆでるか
蒸して水気を切って冷まし、ラップに包ん
で冷凍

ユリ根のチカラ

カルシウム
おくみの改善や高
血圧予防に、腎臓
にたまる老廃物の
排出を促す

葉酸
造血作用があり貧血予
防に。妊婦が積極的に
取りたい栄養成分

**栄養価が高く、
滋養強壮に役立つ食材**

食物繊維
コレステロールの
吸収を抑制し、生
活習慣病予防、
便秘解消に

炭水化物
芋類と同じように炭水化物が主成
分の体内でエネルギーに変換される

ユリ根のいろいろ

コオニユリ、オニユリ、ヤマユリなど

現在、主に出回っているものはコオニユリ
苦味が少なくほんのりとした甘味と、ホク
ホクした食感が特徴



楽しみ方・食べ方のコツ

鱗片をばらして使用

下処理＆下ゆで

回りに付いているおが
くずなどを水で優しく
洗い落とす

底の回りの外側の鱗片から
1枚ずつ剥がす

鱗片に汚れや茶色く
なっている部分があ
る場合は削り取る

塩を加えて1～2分程
度さっとゆでる。大きい
鱗片から湯に入れる



ポイント

鱗片が剥がれにくい場合
は、根元の堅い部分を先に
取り除く
白く仕上げるには酢を少量
入れてゆでる
火加減に注意。加熱し過
ぎると食感が損なわれる。
強火にすると煮崩れしやすい



丸ごと使用

鱗片を剥がさずアルミホイルに包ん
でオーブンで焼く。蒸す、油で揚げると
も、形やボリュームを生かした料理に



主な料理

あえ物

揚げ物

京料理など和食に
重宝される高級食材

スープ

煮物

生産量9割を超える大産地
北海道ではカレーやシチューにも利用

生

ユリ根のじミツ

食用に適したユリの
鱗茎(りんけい)部分

名の由来

鱗茎が花びらのように重なり
合っている形から「百合」に

子孫繁栄・無病息災

縁起物として
年を重ねる、和合(仲が良い)
に通じるとされ吉祥の象徴に

歴史

古くから中国や日本に自生

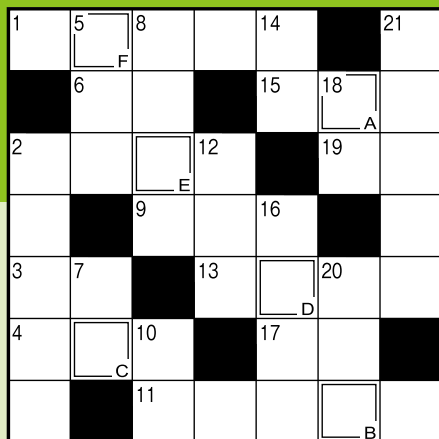
中国

せき止めや滋養強壮な
どの薬用としても利用

日本

江戸時代
『農業全書』(1697年)
概要・栽培法・食べ方
などを紹介
『薬譜』(1698年)
「根大なるをほり取りて、煮て食す。味よし」





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？

■ヨコのカギ

- 1 野山の散策を楽しむレジャー
- 2 鶏肉の部位の一つ。羽の一部です
- 3 イノシシを家畜化したもの
- 4 沖縄にいる飛べない鳥、ヤンバル——
- 6 南米にある南北に細長い国
- 9 定規に刻まれているもの
- 11 アイボリーとも呼ばれる淡い黄白色
- 13 スマートフォンにはさまざまなデータが——されています
- 15 軽くて硬い金属。元素記号はTi
- 17 ギョーザや中華まんの中身をこう呼ぶことも
- 19 漢字から作られました

■タテのカギ

- 2 押し入れの上に作られた物入れ
- 5 青物——へ野菜を卸しに行った
- 7 祝い事に付きものの魚
- 8 とても小さな滴が降ってきます
- 10 知識やひらめきを駆使して解きます
- 12 感謝の——を込めて花束を贈った
- 14 つらいことが続くとこぼしたくなることも
- 16 船の積み荷を地上に移すこと
- 18 能ある——は爪を隠す
- 20 サツマイモには食物——が豊富に含まれます
- 21 陰暦10月の異称

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10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)

8月号当選者発表

8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。

▷鎌田誠子さん▷池田美千子さん
▷田上美子さん▷井之脇直子さん
▷川畑幸子さん▷末永美和子さん
▷上蘭知洋さん▷池之野くに子さん
▷是枝宏輝さん▷神馬場ツヤ子さん

9月号の解答

マスカット



当選者は11月号で発表します。

理事会だより

第6回理事会を8月31日に開き、次の事項について協議しました。

【議案】

- ①規程管理規程の制定について
- ②組合と理事との契約について
- ③農産物検査業務規程の一部改正について

【報告】

- ①令和3年度上半期末監事監査日程について
- ②令和3年度上半期事業進捗レビューの実施について
- ③令和3年度「家の光」特別普及推進運動結果について
- ④系統B I Sモニタリングに関する報告について
- ⑤共済速報について
- ⑥上半期肉牛枝肉共励会成績について
- ⑦子牛・成牛せり市成績について
- ⑧不祥事件について

《農協共通商品券のご案内》



県内のJA・Aコープ他、厚生連病院・焼肉和華・山形屋百貨店・マルヤガーデンズ（一部テナントを除く）・城山観光ホテル・鹿児島サンロイヤルホテル・いわさきホテル各施設等でお使い頂けます。

商品券には、500円と1000円の2種類があり、贈り物・仏事のお返し・景品として最適です。

何かと便利な「農協共通商品券」
お買い求めは、お近くのJA窓口まで！

(JA窓口設置の「農協共通商品券ミニのぼり」が目印です)



「梨とイチジクの サラダ」



シェフ永井のおすすめ

作り方

- (1) オーブン(トースターでも可)を熱し、イチジク、サツマイモ、マイタケを焼き上げる。
- (2) 器に梨、焼き上げたイチジク、サツマイモ、マイタケ、生ハムを彩りよく盛り付け、エキストラバージンオリーブ油、レモン汁を回し掛け、岩塩を振りハーブ類を散らして出来上がり。

材料(4人分)

梨(くし切りで1/8にカットし塩水に漬けておく) 1個
イチジク(半切り) 2個
サツマイモ(乱切りして蒸しておく) ... 1本
マイタケ 1パック
生ハム 1パック
ハーブ類 適宜
エキストラバージンオリーブ油 ... 適宜
レモン汁 1/2個分
岩塩 適宜

「秋サケの クリームソース」



材料(4人分)

秋サケ 切身4切れ
カボチャ(乱切りして蒸したもの) ... 1/8個
サツマイモ(乱切りして蒸したもの) ... 1本
シメジ(小房にばらしておく) 1パック
モロッコインゲン(3cm幅に切りゆでしておく) 2本
イクラ 大さじ2
生クリーム(乳脂肪分43%程度のもの) ... 200ml
白ワイン 大さじ2
砂糖 小さじ1
塩・こしょう 適宜
小麦粉 少々
サラダ油 小さじ1
バター 小さじ1

作り方

- (1) フライパンにサラダ油を熱し、小麦粉をはたいた秋サケを中火で両面焼き、白ワインを入れ、いったん火を止める。
- (2) (1)のフライパンにバター、カボチャ、サツマイモ、シメジ、生クリーム、砂糖を入れ、弱火にして塩・こしょうをして10分ほど煮込む。
- (3) ソースがとろりとしてきたら器に盛り付け、モロッコインゲンを添え、イクラをかけて出来上がり。

永井智一(ながいともかず)
茨城県笠間市にある
「キッチン暗人(ハレジン)」
オーナーシェフ



人間ドックのご案内

J A北さつま・J A厚生連では、総合的な健康診断として人間ドックを行っています。
ぜひ人間ドックを受けて健康づくりに役立ててください。申し込みと問い合わせは、J A本所経営企画課（０９９６）５３－１１２４、川内総務経済課（０９９６）２７－０１９１、伊佐総務経済課（０９９５）２４－２６０７へ。

受診日	支所名	コース	募集人員
10/14	川内	一般	15人
10/14	こしき	一般	1人
10/20	さつま	一般	10人
10/20	さつま	女性	5人
11/2	伊佐	一般	10人
11/2	伊佐	女性	10人
11/4	さつま	一般	10人
11/10	川内	女性	5人
11/11	さつま	一般	10人
11/17	樋脇	一般	5人
11/17	樋脇	女性	5人
11/17	入来	一般	10人
11/17	入来	女性	5人

12/9	さつま	一般	5人
12/13	川内	一般	10人
12/13	川内	女性	5人
12/13	樋脇	一般	5人
12/13	樋脇	女性	5人
12/22	さつま	女性	15人
12/23	伊佐	一般	10人
1/6	さつま	一般	15人
1/7	伊佐	一般	10人
1/7	伊佐	女性	10人
1/20	川内	一般	7人

コンビニATMでの入出金手数料の変更ならびにJ Aバンク優遇プログラムの導入について

コンビニ3社（セブン銀行・ローソンATM・イーネットATM）のATMについては、これまで時間内無料、時間外有料となっておりましたが、10月より全国一律で有料化となります。

そこで、J A利用者の取引濃淡に応じて手数料の優遇措置を図ります。

1. 優遇措置

利用者ごとに信用事業取引（給振・年金・貯金契約、ローン有無等）を得点に換算し、その得点の合計に応じて3段階のステージを適用し、ステージに即したATM手数料等の優遇を行います。

優遇措置	ステージ1	ステージ2	ステージ3
ATM手数料 無料回数（毎月）	1回無料	3回無料	5回無料

2. 対象ATM

①セブン銀行ATM ②ローソンATM ③イーネットATM
※ゆうちょ銀行及び鹿児島銀行とは継続して無料化が継続されます。
（イーネットについては主にファミリーマートに設置しており、県内では鹿児島銀行が設置していることから無料化は継続）

ATM利用手数料一覧

令和3年10月より

金融機関	ご利用可能時間	お取引内容	ご利用手数料		
			平日 8:45~18:00	土曜日 9:00~14:00	左記以外
JAバンク 県内全国 鹿児島銀行 ゆうちょ銀行	店舗ごと	預入 引出	無料	無料	無料
		引出	無料	無料	無料
セブン銀行 イーネットATM ローソンATM	8:00~21:00	預入 引出	110円	220円	220円
		引出	110円	220円	220円
JAマリンバンク 三菱UFJ銀行 その他MICS		引出	無料	無料	無料
		引出	無料	110円	110円
		引出	110円	220円	220円

※コンビニATMを利用の際、無料回数が表示されます。

お問い合わせは、最寄りのJA窓口へ

組合員の皆様へ



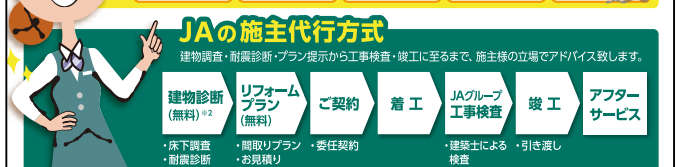
皆さまに選ばれている
「新築そっくりさん」で
リフォームしませんか？

古民家・農家住宅も お任せください！



新築そっくりさんの無料建物調査受付中!!

失敗しない・安心快適なリフォーム工事の第一歩は建物の現状を把握することです。
ご相談下さい。この5つの項目を行います！
ご契約前のコンサルティングにつきましては、費用は発生しませんので、お気軽にご相談下さい。



最寄りのJA（支所）窓口までお気軽にお問い合わせください。



JA鹿児島県経済連



一信用と創造 住友不動産 新築そっくりさん 鹿児島営業所

JA北さつま ギフトカタログ

季節を贈る、旬を味わう。

懐かしいふるさとの味を贈りませんか。



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（経済課）

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 Tel0996-53-0940（経済課）

テイクアウトメニュー

／お持ち帰りできます！／

TEL 52-4991

受付時間 PM3:00まで

受取時間 PM5:30まで

【セット・オードブルは、受け渡しの2日前までに要予約】



鹿児島県産
黒毛和牛焼肉セット 3~4人前
ロース、赤身、ホルモン、
ウインナー、野菜、タレ付き 4,000円(税込)



オードブル(盛り) 3~4人前
直売所より新鮮な野菜を仕入れて調理
内容の変更がある場合があります。 2,500円(税込)



豚しゃぶセット 2~3人前
野菜、薬味、自家製ポン酢、
ゴマタレ付き 3,000円(税込)



もつ鍋セット 2~3人前
生野菜、豚、
ホルモンのだし付 3,000円(税込)



唐揚げ(5個) 生野菜付 400円(税込)



トンカツ(1枚) 生野菜付 500円(税込)
菜美豚ロース
約150g使用



エビフライ(3尾) 生野菜付 400円(税込)
無頭、衣海、特大



コロッケ(8個) 自家製、手作り 300円(税込)



ミックスフライ えび、カニ爪、
白身魚、ヒレカツ 500円(税込)



自家製カレー 直売所より新鮮
な野菜で調理 300円(税込)



イカ焼き(1枚) 500円(税込)



だし巻卵(7~8切) 青さ海苔入り、
柔らかく甘い
のが特徴 200円(税込)



かき揚げ(8個) 300円(税込)



いなり(5個) 300円(税込)



地鶏さし 500円(税込)



宮之城 ちくりん館
MİYANOJOU CHIKURINKAN
"TODOROTEI"
レストラン
とどろ亭

TAKEOUT MENU