

2

2024

No.167

JA 北さつま



<http://www.ja-kitasatsuma.or.jp/>

くろーばー



特集

おうち温活で
この冬を省エネ・快適に！

新しい夢 どんどん

自己改革実現中！



育てよう明日を

JAグループ鹿児島



持続可能な農業を未来へ

私達の地域でも人口減少・高齢化に伴い農業者・組合員の減少や時代とともに求めるニーズが多様化し、ＪＡと組合員との関係性距離について多少だけ開いてきたような気がいたします。時代も変わり生活スタイルも変わりました。

このような時代にあつてこそ組合員とともにＪＡの組織風土を変えていくチャンスなのかもしれません。現在、組合員・地域住民の皆様との対話を目的に訪問活動を実施しています。多種多様な組合員・地域住民の意見に対し、ＪＡの役員が「声を聴く運動」に真剣に取り組み、組合員との距離を縮め現代農業への対応と地域の活性化を進めていきたいと考えております。

ＪＡでは令和４年度から農家組合員の所得向上と地域農業の振興・産地づくりを目指し、「ＪＡ産地づくり10年ビジョン」を策定し、取り組んでおります。営農支援については、「あらゆる面からの支援」をモットーに土壌診断から生産・販売まで、薩摩中央家畜市場の活性化も含め資金・税務(青色申告会活動)の面

など経営サポートも行っておりまして。特に、新規就農者や若手農家に対しては、その夢をかなえるべく、ＪＡからの支援は重要と考えており強力に取り組みたいと考えております。

現在、政府は平時からの食料安全保障などを盛り込んだ「食料・農業・農村基本法」の改正に向けた議論を始めております。ＪＡとしても食料安全保障の強化、再生産に配慮した適正な価格形成、農業の持続的な発展に向けて引き続き要請を行うとともに、自国で消費する食糧物は、できるだけ自国で生産する「国産産」の理解醸成に向けても取り組んでまいります。

ＪＡが組合員の手足となって働き続けるためには、持続可能な組織として経営を維持する必要があります。ＪＡを取り巻く情勢などを踏まえ、環境変化に対応した経営対策が不可欠であり、それを実践していくのが、我々役員の義務と考えております。令和6年度からは営農・経済事業の本格的な改革を実行します。組合員の声をしっかりと聴き、



代表理事常務
(総務・経済担当)
下口 和幸

ＪＡの考え方をしっかりと伝え、理解をしていただきながら進めていく所存です。事を進めるには様々な苦難が伴う時もあります。サービス機能が一時的に低下し組合員の皆様に不便を強いることも考えられます。しかしながら、それを克服してご理解いただければこそ改革が実行できます。持続可能な経営体、組合員が再生産可能な農業経営システムを実現したいと考えます。

最後に農業は、鮮やかな原色を作り出しています。ピーマンの緑、トマトの赤、きんかんの黄、ラッキョウの白 etc、これらは皆農家の純粹な心の色でもあります。

農業振興はもちろん、地域の活性化の拠り所として、「地域になくはないＪＡ」を目指し、また今日から頑張りますので、引き続きご指導くださいますようお願い申し上げます。



トマト園で農業研修

新採用職員育成プログラム

さつま町の中園新輝さんのトマト園で、12月12日～14日の3日間の農業研修があり、薩摩支所・亀本李奈さん、川内総合支所・畠久保愛里さんが参加しました。

亀本さんは「私が食べるまでにどのような作業があるのかを知ることができ、感動した。また機械化が進む中で、手作業でしかできない作業があることも実感した。自分達は一日かかって畑一列の作業が終わらなかつたが、中園さんは全て一週間で終わらせると聞き、驚いた」と話しました。

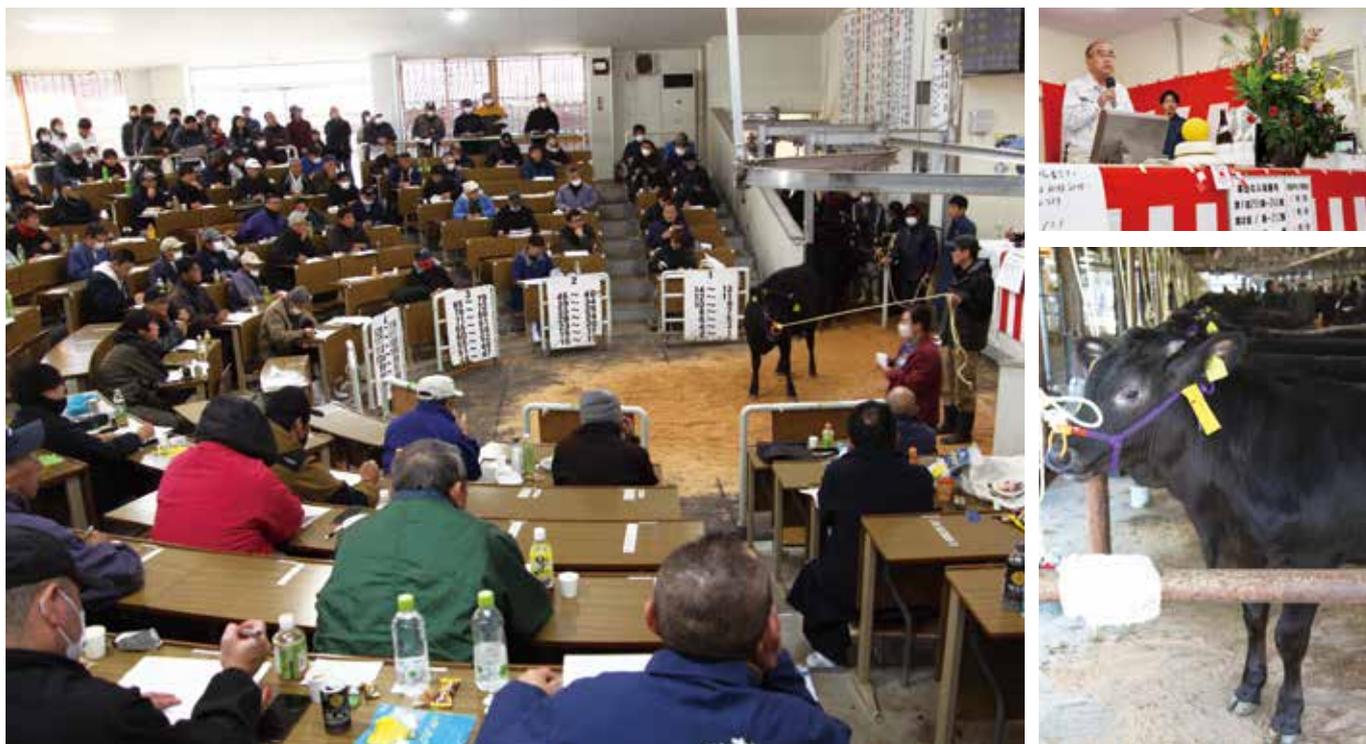
畠久保さんは「作業が一段落すると達成感もあり、時間を忘れて作業に熱中したことも中園さん・亀本さんとコミュニケーションを取りながらの楽しい作業だった」と話しました。



中園さん⑤に質問する
亀本さん⑥



下葉取りの作業をする
畠久保さん



薩摩中央家畜市場で子牛初せり市

子牛せり市成績表(税込み)

薩摩中央家畜市場 2024年1月14日～15日

入場頭数	518 頭							
売却頭数	499 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	249	233	792,000	189,200	492,913	286	1,723	6,183
雄								
去	269	266	1,111,000	212,300	587,706	316	1,859	35,021
総平均値	543,444 円							
前回比	22,703 円 高値							
総売上高	271,178,600 円							

平均54万3444円

J A北さつまの薩摩中央家畜市場で1月14日、15日の2日間、子牛せり市がありました。1頭あたりの平均価格は54万3444円で、前回(12月)を2万2703円上回りました。

今年初めてのせりには雌249頭、去勢269頭が上場されました。最高値は雌が79万2000円、去勢が111万1000円でした。

初日には開会式もあり、各自治体の首長や地元選出の県議会議員も出席しました。



繁殖農家は「上々のスタートができた。飼料価格が高止まりしているので、子牛価格の回復に期待したい。今後も購買者の期待に応えられるような子牛の生産に努めたい」と語りました。

春田和則組合長は「畜産業においては資材価格は高止まりしており、国への要請などを実施しつつ、支援等をつけていきたい」とあいさつしました。

鬼火焚き

さつま町豆漬公民会

1月7日さつま町佐志地区の豆漬公民会が正月伝統行事の火祭りである鬼火焚きを行いました。矢倉にしめ縄や門松などの正月飾りを並べて燃やし、今年一年の無病息災などを祈りました。

公民会青年部が年末に集まり、地域の竹林から孟宗竹などを切り出し、田んぼに組んだ迫力のある矢倉に油を回しかけ、年男・年女計4人が松明で火を点けると、勢いよく燃え上がりました。



当日は50人ほどの参加者があり、児童など若い方々も目立ちました。夕方5時半頃から開始。参加者は手足も冷えてくる中、矢倉の炎や、豚汁やおにぎり、おしるこの振る舞いで、温まりました。児童達も重い鍋を仲間同士で協力して運ぶなどの手伝いをしていました。炎がおさまってくると、子ども達がもらい火をして、あちらこちらでマシユマロなどを焼いて楽しみました。

鬼火焚きは、新年初めの年中行事で、地域の皆が集まる行事。公民会長の坂元良次さんは「皆の無病息災、家内安全を願ってやっています」と話していました。

児童養護施設に農産物など寄贈

《JA北さつま女性協、青壮年部》

JA北さつま女性組織協議会とさつま地区青壮年部は12月27日、薩摩川内市にある2力所の児童養護施設を訪れ、タオルや農産物などを贈りました。

地域貢献活動の一環で毎年行っています。女性協は部員に呼び掛けて新品のタオルを集め、青壮年部は自ら栽培した大根、ニンジン、トマト、米などを提供しました。学習ノートも準備しました。



手をかけた野菜を贈る小山部長(右)

施設では児童の出迎えがあり、女性部員もにっこり。施設職員は「毎年おいしい野菜をありがとございます。生活用品は大切に使用したい」と感謝の言葉を述べました。

青壮年部の小山栄一郎部長は「地元のおいしい野菜をいっぱい食べてほしい」と話しました。



女性部員・青壮年部員と施設関係者



二十歳に インタビュー



Q. 出身地は？

A. 伊佐市大口針持です。

Q. 出身高校は？

A. 伊佐農林高等学校です。

Q. 趣味はありますか？

A. ドライブと洗車です。車も単車も好きで県内外問わず友達と出掛けます。

Q. J A北さつまに入組した年と働きたいと思った理由を教えてください。

A. 2022年入組です。1年間生産販売課に勤務し、今年の4月から鶴田SSに勤務しています。
働きたいと思った理由は、家でも水稲、タケノコなどの農業をしていたことが一番大きな理由です。

Q. 鶴田SSではどんな業務に従事されていますか？

A. オイル・タイヤ交換、給油補助、洗車補助などに従事しています。
車の知識が必要な業務ですので日々勉強です。

Q. どのような職員になりたいですか？

A. 一言でいうと、周りの方々から信頼



井上 夢叶
(いのうえ ゆうと)

される職員になりたいと思っています。

Q. 今後の抱負を教えてください。

A. 身近な目標は、危険物取扱者乙種4類を取得したいと思っています。

合格率は40%前後と簡単ではありませんが、ガソリンスタンドで働くためには必要な資格になりますので頑張ります。あと、JAには色々な資格制度や資格手当がありますので、積極的に取得を目指したいと思っています。

もう一つは、昨年9月にガソリンスタンドの接客スキルを競うドライブウェイサービスコンテストに初めて参加しましたが、思ったような結果にはならず、非常に悔しい思いをしました。今年こそは強い思いを持って、最優秀賞を目指したいと思っています。



長坂 千穂さん最優秀賞！

(北新塾第2期)

12月1日、北新塾第2期の修了論文発表大会を本所にて開催しました。

北新塾は、事業戦略の企画立案・実践をマネジメントできる、自立創造型の中核職員を育成するために昨年から開催されています。

修了論文発表では、営農企画課・長坂千穂係長が「やさしい職場で支えよう」と題し、女性が活躍できる職場を推進する案を示し最優秀賞に輝きました。

長坂さんは「北新塾で学んだことを活かし、JA北さつまの良いところをもっと沢山増やしていきたい」と話しました。

その他受賞者は次の通り。

▷優秀賞 窪園 浩史さん(総務人事課)

▷優秀賞 黒江 智之さん(川内営農センター)



松山 葵さん優秀賞！

(鷹山塾第15期)

JA鹿児島県中央会は、鹿児島市のJA県会館でJA戦略型中核人材育成研修「鷹山塾」第15期修了式を開きました。修了論文発表大会もあり、JA役職員や塾修了生らが聴講する中、17人が発表しました。

JA北さつまからは経営企画課・松山葵主任が受講し、発表大会では「優秀賞」を受賞しました。

松山さんの発表テーマは「しょくゆいプロジェクト～「もったいない」から「ありがとう」へ～」と題し、日本が抱える食品ロスの課題に対し、4つの解決策を提案しました。

松山さんは「しょくゆいプロジェクトを通し、「もったいない」から「ありがとう」があふれる組織になってほしい事を願います」と話しました。

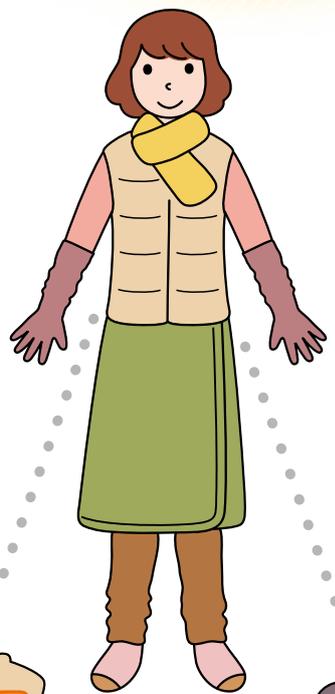


おうち温活

この冬を
省エネ・快適に！

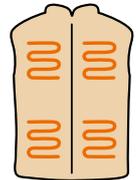
一年のうちで特に省エネが気になる冬。最近の物価高の影響もあり、「エアコンなどの暖房機器の使用を減らせないかしら？」とお悩みの方も多いのではないのでしょうか。毎日の生活に欠かせない「衣」「食」「住」の中で手軽に実行でき、光熱費の節約にもなる「おうち温活」のこつをご紹介します。

衣 で温活



首、手首、足首の 3つの首を温める

首、手首、足首にはそれぞれ太い動脈が通っているため、そこを重点的に温めると体全体が温まります。マフラー、手袋(ロング丈)、レッグウォーマーなどを使ってこの3カ所を温めましょう。



機能性素材は 温活の必須アイテム

薄く、軽く、暖かい機能性素材(吸湿発熱素材)を用いた肌着や靴下は、温活の必須アイテム。体が発する水蒸気を熱に換える技術が凝縮されています。着膨れしないので、おしゃれな着こなしができるのも魅力です。

まさに着る暖房!! 電熱ウェアに注目

最近注目されているのが、ヒーターを内蔵した電熱ウェア。もともとは屋外用でしたが、室内で使う人も増えています。スイッチ1つでぬくぬく! エアコンなどの暖房機器の使用を減らせるため、光熱費の削減にもつながるでしょう。

食 で温活

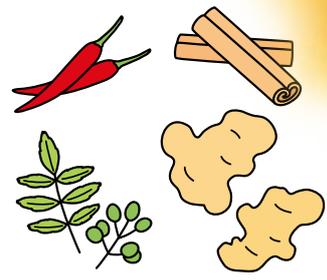
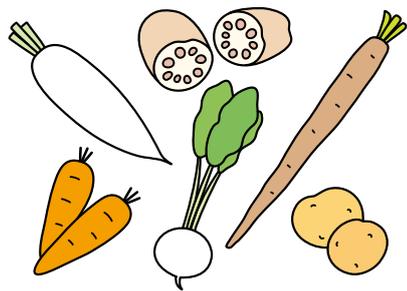


スパイスを多用し 体の中からポカポカ

寒い季節に意識して取りたいのが唐辛子、サンショウ、シナモン、ショウガなど体を温めるスパイス類。スープにショウガ、紅茶にシナモンなどを毎日の食事に取り入れると、冷えにくい体質になっていくといわれています。

冬が旬の根菜類など 体を温める食材を

冬に旬を迎えるダイコン、カブ、ゴボウ、ニンジン、レンコンなどの根菜類は血行を良くし、代謝をアップさせる「内側から体を温める野菜」です。温活はもちろん、健康維持のためにも日々の食卓に取り入れましょう。



鍋料理で室内を暖めて 暖房機器の使用を削減

家族で囲む熱々の鍋料理は、こんろの熱で室内全体が暖まる他、鍋からの湯気による加湿効果で体感温度も上がります。そのため食事中は暖房機器を使わなくても寒さを感じにくくなります。

熱が逃げやすい 「窓」を断熱化

冬場は、室内で暖まった熱の約半分は窓から失われます。そこで、厚手のカーテンや断熱シートなどを取り付けて熱を逃がさない工夫をしましょう。窓を断熱すれば、室内の体感温度は大きく変わります。



エアコン使用時は**扇風機**を併用

お風呂を沸かすと最初は上の方が温かいように、部屋の暖かい空気も上にたまります。エアコン使用時は扇風機を併用し、天井に風を送ると、天井付近の暖かい空気が降りてきて室内の温度が均一になり、部屋が効率良く暖まります。

家族一緒に過ごす ウオームシェア

家族がそれぞれ自室でエアコンを使うと暖房費が高くなります。できるだけ皆と一緒にリビングで過ごし、暖房機器を共有するウオームシェアを始めませんか。暖房費の節約になるだけでなく、家族のコミュニケーションも深まります。

住 で温活

湯たんぼ、毛足の長いスリッパ などを活用

暖房機器になるべく頼らないようにするには、湯たんぼや毛足の長いスリッパなど「道具」「小物」の活用もポイント。湯たんぼは熱湯の入れ替えなどの手間がかかるので、蓄熱タイプもお勧めです。

お役立ちコラム

温活効果を高める入浴タイムを大切に

半身浴は温まる上、 省エネ効果も

38～39度のぬるめのお湯に半身だけつかる「半身浴」でも体を芯から温めることができます。給湯温度を低めに設定でき、湯量も少なく済むため、省エネにもなります。

ゆず湯、しょうが湯で 温め効果アップ

ユズの皮やスライスしたショウガを布袋に詰めてお風呂に入れると、これらの成分が皮膚を刺激し、血行を良くしてくれるため入浴後も体がポカポカします。

風呂上がりは 1枚多く羽織る

風呂上がりはパジャマの上にもう1枚羽織ると、湯冷めしにくくなります。体の熱が逃げやすい首にタオルをかけるだけでも暖かく過ごせます。

薩摩中央高校に農業機械を贈呈

J A 北さつまは県立薩摩中央高校に農業振興・担い手育成支援の一環として、動力噴霧器を贈りました。贈呈式で、春田和則組合長は「教育活動に役立てて欲しい。今後も農業高校と連携し、地域に根ざした様々な活動を展開しながら、農業・地域の発展に取り組んでいきたい」とあいさつしました。

薩摩中央高校の中須康文学校長は、「貴重な農業機械をいただきありがとうございます。大切に効果的に教育活動に使用したい。今後もJ Aと連携しながら地域農業を盛り上げていきたい」と話しました。

目録を贈る春田組合長(左)と代表して受け取る寺地さん(右)。



高校卒業後は農業大学校に進学し、将来は農業を継ぎたいと話する3年生の寺地敦真さん(18)は、「今回いただいた農業機械を利用して、もっと農業の勉強に励みたい。特にスマート農業には興味があるので、どんどん学習していきたい」と話しました。

1月25日には、伊佐農林高校にも寄贈する予定となっております。

J A 北さつま 組合員アンケートのお願い

組合員のみなさまのお声を、これまで以上に事業、運営へ反映するためにアンケートへのご協力をお願いいたします。下記、二次元コードをスマートフォンなどで読み込んでいただき、ご回答ください。なお、勝手ではございますが、回答期限を**2月29日(木)**とさせていただきます。みなさまのお声をお待ちしております。



正組合員用
(農業者の組合員用)

准組合員用
(農業者以外の組合員用)



こんにちはAコープです!

皆様の家計・お買物を応援!



毎日の食卓に欠かせない商品を厳選し、1ヶ月間毎日お買得価格で提供しています。対象商品は、店頭のパスター、折込みチラシ等でご案内しております。どうぞご利用ください。

ご利用できる
キャッシュレス決済が増えました

NEW
QUOPay クオカードペイが
加まりました。

PayPay d払い LINE Pay
au PAY R Pay FamiPay
Pay 支付宝

でお支払いいただけます。

新たに、「クオカードペイ」がご利用いただけるようになりました。その他、クレジットカード、Edyでの決済もご利用いただけます。

※「二次元コード」をご提示ください。レジにて読み取りいたします。

※JADDOカードポイントも進呈いたします。

令和5年度補正予算等の決定および令和6年度当初予算案閣議決定！

私たちJAグループ鹿児島・県農政連は、令和6年度農畜産物対策の確立に向け、令和5年8月には政府の概算要求に合わせて、また11月には甘味資源作物・畜産の政策価格等の決定に合わせて、農水省や県選出国會議員への要請活動を実施しました。その結果、令和5年度補正予算が11月29日に決定し、令和6年度当初予算案が12月22日に閣議決定されました。特に畜産では、肉用子牛の保証基準価格の引き上げ(+8,000円/頭)や子牛価格の回復を図るための優良繁殖雌牛更新加速化事業の新設をはじめ、和子牛生産者臨時経営支援事業の延長および後継対策の措置、さらには出口対策として和牛肉需要拡大対策等が拡充されました。また、甘味資源作物対策では、生産者交付金が甘しょで過去最高の上げ幅となる+2,050円/t、さとうきびは引き下げ議論があったものの、何とか据え置きとなりました。その他の補正予算や当初予算において、水田農業対策や産地生産基盤パワーアップ事業、強い農業づくり総合支援交付金、基腐病対策、畜産クラスター事業などの必要な予算も確保されました。



(R5.11.28 鈴木副大臣への要請)

私どもの要請内容をしっかり受け止めていただいた森山裕先生や野村哲郎先生をはじめとする県選出国會議員の先生方のご尽力により、我々の主要要請事項が実現する見込みとなりました。

要請活動(11月)参加者のコメント



中島 正和さん (JA北さつま和牛振興連絡協議会会長)

今回初めて要請活動に参加させていただいた。配合飼料価格の高止まり等による厳しい現場の声を鈴木憲和農林水産副大臣や県選出国會議員に直接お伝えした。特に、和子牛生産者臨時経営支援事業の延長をお願いし、令和6年3月末までではあるが実現されたことはありがたかった。

また4月以降は後継対策も措置してもらえたので経営の下支えとなり心強いと思っている。ご尽力いただいた国會議員の先生方に感謝したい。



飯山 猛さん

(JAいぶすき加工甘しょ専門部副部長)

今年産はサツマイモ基腐病の発生が減少したとは言え、まだ予断を許さない状況の中で、でん粉原料用甘しょの生産者交付金単価を過去最大の上げ幅となる2,050円/t引き上げていただいたことは大変ありがたかった。感謝申し上げる。

その他の基腐病対策も継続していただいた。我々農家のために頑張ってもらった本県選出の国會議員の先生方へのお礼の意味も込めて、引き続き鹿児島県の基幹産業であるサツマイモ作りを頑張り、サツマイモを守っていききたいと思う。



【R6年度畜産物価格等】

○ 肉用子牛の保証基準価格及び合理化目標価格

黒毛和種	R6年度	対前年比
保証基準価格	564,000円/頭	+8,000円/頭
合理化目標価格	444,000円/頭	+5,000円/頭

○ 鶏卵生産者経営安定対策事業の基準価格

	R6年度	対前年比
補填基準価格	222円/kg	+13円/kg
安定基準価格	202円/kg	+12円/kg

※ その他、ALIC事業で「和子牛生産者臨時経営支援事業」(黒毛和種子牛の販売価格が60万円を下回った際の支援)の延長や「優良和子牛生産推進緊急支援事業」(和子牛生産者臨時経営支援事業の後継対策)等も措置された。

【R6年度甘味資源作物の生産者交付金単価等】

	でん粉原料用甘しょ	さとうきび
交付金単価	32,340円/ト (+2,050円) ※基腐病対策によるコスト増加等を踏まえ、過去最大の引上幅。	16,860円/ト (±0円) ※交付金算定計算式上は引き下げの議論があったものの昨年同額を維持。
生産振興対策	下記の取組みに支援 ・新品種(こないしん・みちしずく)への転換支援 ・省力化や基幹作業の外部化に向けた作業受託組織の育成 等	下記の取組みに支援 ・土づくり対策 ・省力化農業機械の導入及びメンテナンス体制の整備 ・増産基金事業 等

令和5年度補正予算・令和6年度当初予算案の主な内容

前年度比+3億円

令和5年度補正予算の総額	8,182億円	令和6年度当初予算案(農林水産関係)の総額	2兆2,686億円
1 食料安全保障の強化に向けた構造転換対策		1 食料の安定供給の確保	
・肥料の国産化・安定供給確保対策	68億円	・水田活用の直接支払交付金等	3,015億円
・生産資材の使用低減対策	32億円	・持続的生産強化対策事業(品目別)	150億円
・飼料自給率向上緊急対策	130億円	・強い農業づくり総合支援交付金	121億円
・適正な価格形成と国民理解の醸成	5億円	・甘味資源作物生産支援対策	107億円
2 物価高騰等の影響緩和対策		・適正な価格形成	1億円
・施設園芸等燃料価格高騰対策	45億円	2 農業の持続的な発展	
・和牛肉需要拡大緊急対策	50億円	・野菜価格安定対策事業	156億円
3 「総合的なTPP等関連政策大綱」に基づく施策の実施		・畜産・酪農経営安定対策	2,296億円
・産地生産基盤パワーアップ事業	310億円	・家畜衛生等総合対策	88億円
・畜産クラスター事業	291億円	3 農村の振興	
・優良繁殖雌牛更新加速化事業	54億円	・鳥獣被害防止対策とジビエ工利活用の推進	100億円
・みどりの食料システム戦略緊急対策事業	27億円	4 みどりの食料システム戦略による環境負荷低減に向けた取組強化	
4 持続可能な成長に向けた農林水産施策の推進		・みどりの食料システム戦略実現技術開発・実証事業	30億円
・水田活用の直接支払交付金	110億円	大臣折衝事項:生産者の急減に備えた生産基盤の維持・強化に向けた政策の推進	
・甘味資源作物産地生産体制強化緊急対策事業	26億円		422億円

予算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。
 令和5年度補正予算: <https://www.maff.go.jp/j/budget/r5hosei.html>
 令和6年度当初予算: <https://www.maff.go.jp/j/budget/r6kettei.html>



補正予算



QRコード



当初予算

年越し餅つき大会

12月29日、薩摩川内市のGモールキヤッピで、餅つき大会が開催されました。太平橋通り商店街振興組合と太平橋連合通り会の共催で、3

年前から始まったもので、年末を締めくくる行事として、地域の人々の憩いの場となっています。年齢層の幅広い人達が、飛び入り参加で餅をつき、出来立ての餅を入れたげんざいを楽しみました。

もちつき大会で使ったもち米は薩摩川内市産で、地産地消。五代町にある障がい者支援「川内なずな園」で栽培されたもので、品種は「さつま雪もち」。

同園では薩摩川内市農業公社から購入した苗を、3畝の田んぼで栽培し、市民の共有スペースである「まちあいサロン」で販売しています。もち米は、協力店の「あまつや菓子店」で蒸しあげられ、つきあがった

餅は、メンバーが協力しながら手早く丸め、ストーブで焼きもちにしたり、げんざいにして振る舞われました。

参加していた小学生は「毎年餅つきに参加している。げんざいがとても美味しい」と話しました。会場には椅子とテーブルも用意され、年配の女性達は「とても楽しい。皆が集まれる場所があるのはいい」と話しました。



飛び入り参加で餅をつく親子



太平橋通り商店街振興組合理事長の仮屋立夫さん(左)ともちつき大会運営スタッフの皆さん



永山久夫の健康万歳!

食文化史研究家・日本の長寿食研究家●永山久夫

ネギは寒い季節に大活躍

昔から、「風邪のひき始めにネギの薬汁」といわれ、実際に役立ってきました。ネギは発汗作用もあり、体を温めて免疫力や自然治癒力を強くしてくれるからです。

このため、冬の寒期に流行する風邪などの感染症を防ぐ知恵が発達し、ねぎ汁やねぎがゆなどが好まれるようになりました。ねぎ汁にしても、ねぎがゆにしても、ネギから出る甘みで素朴なうまみがあり、汗ばんできて元気が体中に出てきます。

奈良時代の天平7(735)年には、天然痘が国中にはやって死者も出ましたが、ネギを食べていた者は、感染しても軽く済み、大部分は救われたと伝えられています。平安時代の『医心方(いしんぼう)』という有名な医術書には、ネギの効能について「悪寒、発熱、中風、発汗、喉不調を治すのに効がある」と書かれています。

ネギには強い保温作用があり、さらに葉の部分にはビタミンCやベータカロテンが多く、いずれも風邪の予防

や風邪退治には理想的な成分といつてよいでしょう。

昔からよくいわれる「うどん屋の風邪薬」というのは、青ネギを刻んだ薬味のことを指しています。

江戸時代になると、「ネギは台所の風邪薬」となり、常備されるようになっていきます。

同時代の『本朝食鑑』には、「風邪や頭痛のときに生ネギでおかゆを作り、熱いうちに食べるとよく汗が出る」とあります。発汗作用や保温効果を述べ、風邪を治す妙薬といっています。

ネギはニンニクやニラなどと同じユリ科の香辛野菜で、共通して鼻につんとくる刺激臭と辛みがあります。その成分は硫化アリルでビタミンB1の吸収を高め、疲労回復や脳の老化防止などの働きがあります。硫化アリルには、殺菌作用や健胃、発汗、利尿など幅広い効能があることも判明しています。



農家さんに行こう！

Q3 他の農家さんとの交流はありますか？

Q5 今後の目標を教えてください。

Q1 農園を始めたきっかけは？

農事組合法人で水稲や自然薯などを栽培した経験を生かし、平成25年に独立し就農しました。祖父が農家で農地があったことから兼業も考えましたが、好きなことをとことんやりたいと、専業農家の道を選びました。初期投資を含め採算を考えた結果、経営品目は金山ねぎに決めました。

J A青壮年部や金山ねぎ振興会などを通して交流があります。振興会では、安定販売・安定ロット供給・品質の均一化に取り組んでいます。

Q4 金山ねぎの魅力をお教えてください。

Q2 日々の作業で難しいと思うことは？

排水の良い圃場を確保できず、病気が入りやすく苦労も多いです。排水対策として、梅雨明けに定植する場合は水はけが悪い場所を、逆に梅雨時期は良い場所を選ぶなど、作型によって手持ちの圃場を使い分けています。

安定した生産と産地力の向上には信頼できる仲間が不可欠です。農業は面白くてやりがいのある仕事。若手の力になれるよう、しっかりと技術を身に付けアドバイスしたいと考えています。頑張った結果を出し、地元の活性化にも貢献したいです。今後は規模拡大と労働力の省力化も図りつつ、全国の有名産地に負けないおいしいネギを作りたいと思います。

プロフィール
 やまもと まさる
山元 大さん(37歳)
 J A北さつま青壮年部

金山ねぎ	120 a
ごぼう	40 a
水稲	40 a



収穫は4月まで続きます。伊佐特有の激しい寒暖の差が味に良い影響を与えているようで、畑より田んぼで作ったネギの方が軟らかく、みずみずしくて甘い。鍋物に入れたら、中からとろっとした旨味があふれ、自分で食べてもびっくりするくらいのおいしさです。また、ネギは台風や湿害などリスクは大きいですが、初期投資を低く抑えられるので新規就農者にはお薦めです。



野菜ソムリエ上級プロ

KAORUの

フルーツパラダイス

イラスト：小林裕美子

アボカド

希少な国産にも注目！ 栄養たっぷり「森のバター」



アボカドのプロフィール

- 【分類】クスノキ科ワニナシ属
- 【原産地】中南米地方
- 【おいしい時期(旬)】周年、11~2月ごろ(国産)
- 【主な栄養成分】ビタミンE・C・K・B群、カリウム、葉酸、食物繊維、不飽和脂肪酸など

解説：KAORU

選び方

へたが果実から浮き簡単に取れる

皮が柔らかく手になじむ

深緑色から黒色

過熟かも……
柔らか過ぎてへたが浮いて、皮全体がポコポコと浮いている

未熟かも……
鮮やかな緑色の堅く弾力を感じない。へたがしっかりと付いている

すぐ食べる
黒っぽく完熟したもの

数日後に食べる
少し緑がかったもの

アボカドのいろいろ

国産に注目
和歌山県、愛媛県、鹿児島県など

ハス
日本で出回る主流品種。果皮がザラザラで、ねっとりとした濃厚な味わい。しょうゆやマヨネーズ、オリーブ油などと相性◎

バーゴン
クリーミーでこくと甘みがある。ディップやソースに

リード
品種改良により寒さに強い。国内でも少量ながら栽培

フェルテ
歯応えと甘みがある。カットしてサラダなどに

ピンクアトーン
果皮は少し厚みがあり、ザラザラしている。濃厚な味わい

保存方法

未熟な場合
15~20度程度の風通しが良い場所で追熟

熟している場合
1つずつラップに包み冷蔵庫の野菜室へ

カットした場合
ラップで包み、ポリ袋か保存袋に入れ野菜室へ。レモン汁や酢、オリーブ油を塗ると変色しにくい。すぐに使わない場合は冷凍庫に入れ、自然解凍して使う

果肉のみ
レモン汁などを絡め保存袋に入れ、軽くつぶして空気を抜き冷凍庫へ。自然解凍してディップやソースに

注意
冷やし過ぎると低温障害で熟さない……夏場など高温下では傷みやすい

アボカドのチカラ

「森のバター」
脂肪分たっぷり。不飽和脂肪酸が多く、健康や美容に◎。『ガスタック』でも生食の果実の中で最も栄養価が高いと認定

ビタミンE
血行促進、生活習慣病予防、冷え性改善に

不飽和脂肪酸
(リノール酸、オレイン酸など)
コレステロールや中性脂肪の低下、血液をサラサラにする効果に期待

ビタミンC
風邪予防、美肌効果、疲労回復に

パントテン酸
ビタミンB群の一種。脂質の代謝促進に

食物繊維
便秘解消や肥満予防に

ビタミンK
骨粗しょう症予防、歯の強化に

カリウム
むくみ改善、高血圧予防に

葉酸
貧血予防、疲労回復、美肌効果に期待

食べる・楽しみ方

切り方、皮のむき方

縦半分にナイフを入れ種に沿って1周させる

逆方向にひねるときれいに半分が割れる

種は包丁の下部分を軽く刺してひねると簡単に外せる

皮は引っ張るようにむく

生のまま
サラダやあえ物、サンドイッチやすしに

生クリームやマヨネーズと合わせてディップやソース、ムースに、プリンやケーキに

加熱して
オムレツ、いため物やソテーに。未熟なものは天ぷらやフライに

園芸

カブ栽培について 【春まき・秋まき】

生産販売課 園畑 嘉文



作型

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
春まき			◎	—————	◎							
たねまき時期			◎	—————	◎							
収穫時期				□	-----	□						
秋まき								◎	—————	◎		
たねまき時期								◎	—————	◎		
収穫時期										□	-----	□

施肥例【1a当】

肥料名	散布量(kg)	備考・注意点など
完熟堆肥	100~200	1カ月前に全面散布を行い準備する(耕運を行う)
苦土石灰	10~15	全面散布
化成肥料	10~12	全面散布 ☆くみあい有機801等
追肥	4~5	株元散布 NK-2号等 ☆秋まき・聖護院など 図④

栽培上の注意点

品種によって違いはありますが、たねまきからおおよそ40~50日で収穫できます。生育適温は15~20℃と冷涼な気候を好み、高温と乾燥に弱いですが比較的寒さには強いです。春まきと秋まきで楽しめます。

カブは根と茎の境界部分(胚軸)が肥大して可食部になります。生育途中で移植をすると根の直上の肥大部分が変形したり、生育が悪くなるので、必ず直まきにします。たねは厚めにまいて3回位に分けて間引きをしながら、競争させて大きく育てます。【根こぶ病】などの連作障害が発生しやすいので、アブラナ科の野菜を育てた畑での栽培は1~2年あけます。

たねまき 図①

深さ1cmほどのまき溝を作り、1cm間隔くらいを目安にすじまきにします。種まき後は、土をかぶせて軽くおさえ、かん水を十分に行います。

間引き 1回目 図②

2~3日で発芽します。発芽がそろったら(子葉の頃)、2~3cm間隔(葉と葉が重ならない程度)に間引きします。

間引き 2回目 図③

本葉3~4枚になったら生育の悪い苗を間引きして、4~5cm間隔にします。本葉5~6枚で最終株間10~12cmに間引き、土寄せしましょう。

追肥 図④

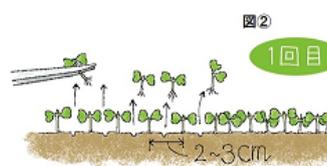
基本的に追肥は不要ですが、秋まきや聖護院などの大型品種の栽培で、生育期間が長くなるような場合には、最終の間引きが終わった後に、1a当 NK-2号等を4kg~5kgを散布し、株元に土寄せを行います。

害虫対策 図⑤

アブラムシ、コナガ、ヨトウムシ、カブラハバチなどの害虫が発生するので、たねまき直後から不織布、寒冷紗や防虫ネットでトンネル栽培をして防ぎます。

収穫時の注意点 図⑥

品種によって違いはありますが、直径5~6cmを目安に収穫します。収穫が遅れると、スが入ったり、ヒビ割れを起こしたりするので、収穫が遅れないようにします。



引用 全農 エプロン 家庭菜園に役立つ土づくりQ&Aより



今月の
女性部活動

① 伊佐支部 12/18 ~ 22 「いきなり団子・布の花づくり」

PICK UP!

② さつま支部 12/14 「食の伝承料理教室」

いきなり団子と 布の花リースづくり

伊佐支部はいきなり団子と布の花をあしらったリース作りをしました。部員に人気のテーマで、部員たちは年末の締めくくりに、楽しい交流の時間を過ごしました。

食の伝承料理教室

さつま支部は、食の伝承料理教室を開き、23人が参加しました。今回の料理は「家の光」に掲載されているレシピを参考にコールスローや鶏の照り焼き、チャーハンなど計5品を作りました。

部員らは手際よく、楽しく料理し1時間程度で完成させました。部員は「『家の光』には掲載されている料理がたくさんある。簡単に作ることができたので機会があればまた別の料理も作ってみたい」と話しました。



◆いつも楽しい記事をありがとうございます。私もこのような記事を読むと、「身近なところでこんなことをしてたんのだ」と、まるで自分もその場にいるように楽しくて充実した時間をすごしているような気がしてきます。また、私自身が料理が大好きなので、米粉のワリスマススイーツはすごく興味をそそられました。今回も楽しい企画をありがとうございます。

さつま町
10代後半・女性

いつもお便り
ありがとうございます!

**の読者
輪者**

皆様からのおはがきを
ご紹介します

◆私共の生活に大きな関りや大切な役割を担っているJA。たくさんの方々がJAについて知って、楽しいおもしろいと感じてもらい、地域の後継者になつていただきたいです。

伊佐市

70代後半・女性

◆いつも楽しく拝見しています。スイーツ作りが好きなので、米粉の特集がとても参考になりました。手軽に購入できるので、ぜひ作りたいと思います。ありがとうございます。

さつま町

50代前半・女性

◆くろーばー毎月楽しみに拝見しております。実りの秋が充実したJA北さつまと農業者との協力や支援が伝わってきました。1冊読み終わった後の頭の体操は良い気分展開になります。

伊佐市

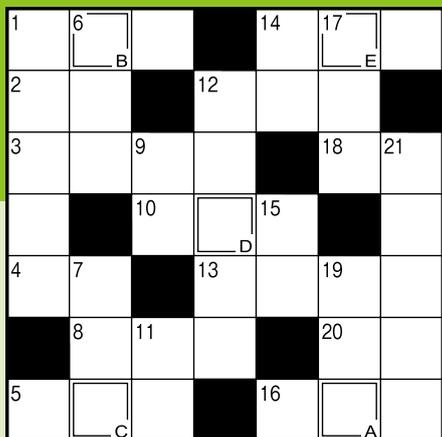
60代前半・女性

◆11月に女性部の料理教室に参加しました。役員の方々の手作り漬物やお菓子、あつという間にできた料理もみんなで食べて、とてもおいしかったです。いつも作るだけで、人様のものをいただき幸せな気分でした。

さつま町

60代前半・女性





パズル?

頭の体操

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?

ヨコのカギ

- 最低気温が0度より低い日
- 現代人は電子——に囲まれて暮らしています
- 水筒に入れます
- ヒヒーン!といがなく動物
- スマホに入れたり消したりします
- ベッドが2つある部屋
- 頬のこと。——ダンス
- スラロームやモーグルなどの種目があります
- 人がいっぱいに入っている状態
- 西アジアの国の1つ。首都はアンカラ
- 空気が乾燥しているので——器をつけた
- 節分の豆を——の数だけ食べた
- 実がなるまでの期間が短めの品種のこと

タテのカギ

- フキの花茎のこと
- 銀世界を眺めて楽しめますエッセー
- ガイド——を片手に観光地を巡った
- 安倍川にして食べようかな、磯辺巻きもいいな
- 日没のことを日の——ともいいます
- 雪だるまを英語(片仮名語)でいうと
- 佐渡島にはこの鳥の保護施設があります
- 漢字には音読みと——読みがありません
- 平方根を表す記号
- 魚偏に「弱」と書きます
- 中国や台湾の旧暦の正月

応募方法

895-1811	①答え
JA北さつま経営企画課	②郵便番号
「クロスワード」係	③住所
薩摩郡さつま町虎居745	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2月26日(月)。(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)

12月号当選者発表

12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 寛子さん | ▷瀬平 紀美代さん |
| ▷内 スヤ子さん | ▷桑波田 来未さん |
| ▷若松 裕子さん | ▷上別府 香代さん |
| ▷早崎 友子さん | ▷上之原あゆみさん |
| ▷宮脇 理沙さん | ▷下鶴 マサ子さん |

1月号の解答

ハツヒノデ



当選者は3月号で発表します。

理事会だより

第10回理事会を12月28日開きました。次の事項について協議し、すべて承認されました。

【議案】

- 令和5年度 第3・四半期実績検討について
- 令和6年度 事業計画について
- 固定資産取得 本所(共済部)屋根改修工事について
- 令和6年度余裕金運用の考え方について
- 組合員に対する貸付について

令和六年能登半島地震により被害に遭われた皆さまへ、心からのお見舞いを申し上げます。そして、ご家族や大切な方々を亡くされた皆さまへ、謹んでお悔やみを申し上げます。

被災地の一日も早い復旧・復興を祈念申し上げます。

JA北さつままでは義援金をはじめとした様々な支援に取り組んで参ります。

北さつま農業協同組合 役職員一同

林修先生のまるわかり講座 JAってなにをしているの？

JAグループサポーターに就任した林修先生に、気になるテーマをまるっと解説してもらいます。今回のテーマは、全国各地で活動する「JA」の取り組みです。

安全・安心な農と食を支えています

消費者ニーズの変化をすばやくキャッチ

JAは、全国各地でたくさんの農畜産物の生産や、流通に関わっています。消費者の皆さんにもっと喜んでいただくために、甘みを凝縮した高糖度の果物や、機能性がある野菜など、新たな品種の開発や生産にも力を入れています。



よりおいしいトマトの生産を追求する研究施設「全農トマトランド」

近頃は、ライフスタイルが変化して、外食や惣菜、弁当などの調理食品を利用する人が増えました。あらゆる場面で安全・安心な食材をお届けするために、JAでは外食・中食の関連企業と提携したり、加工場を作ったりして、時代の変化に伴う新しいニーズに柔軟に対応しています。

新しく就農する人をサポート

「新しく農業を始めたい!」と思っても、何から手を付けばいいかわからず不安に思う人もいます。JAは、そうした新規就農者を行政や各団体と連携し、研修から就農、定着まで段階を踏んでサポートしています。



新規就農者の研修で機械の操作を学ぶ

最新の農業技術にチャレンジ

土の養分などの状態が分かる土壌診断や、ICT技術、牛の受精卵を移植する技術(ET技術)の研究・開発など新しい農業の技術も積極的に取り組んでいます。また、安価なジェネリック農業の普及、農業機械のレンタルなども取り組んで、農家の労力負担を減らしています。



先端技術で畜産・酪農を支えるJA全農ET研究所

地域を元気にしています

幅広い事業でインフラ機能を発揮

JAが行っているのは、農業に関する事業だけではありません。地域のくらしを支えるための貯金、貸出などの信用事業や、生命、建物、自動車等の共済事業、高齢者福祉、病院、旅行など幅広い事業があります。



地域の需要に応えるJAのコンパクトセルフS

中山間地域でガソリン(燃料)の供給をしたり、組合員や地域住民の買い物支援のため、移動購買車の運行も行っています。

楽しい交流イベントもたくさん

JAの組合員の中には、農業を仕事にしている人(正組合員)も、会社員や主婦のように農業を業(なりわい)としていない人(准組合員)もいます。JAは、地域の特色を生かしたJAまつりなどのイベントを開催し、組合員同士や地域住民のつながりを深めています。



JA主催のまつりでさまざまな住民が交流を深める

盛り上がるファーマーズマーケット

全国には約1700ものJAファーマーズマーケット(農産物直売所)があります。地域の新鮮な農産物が並び、人気ですよね。



新鮮な農産物が並ぶ直売所

住民の皆さんに地域の農業を深く知ってもらい、もっと農業を好きになってもらうため、売り場を充実させるだけでなく、農家や農産物のPRも盛んです。

Point

消費者ニーズの変化や新規就農者へのサポート、新しい農業技術の開発など、時代の流れに柔軟に対応してますね。JAは、農業はもちろん、くらしに関わるさまざまな活動を通じて地域を支えている組織なんです。



JAグループサポーター 林 修 (はやし・おさむ)



あなたにおすすめの「旬」な情報をお届け

JA旬みつけ!

今すぐ無料でアプリをはじめよう!

©みんなのよい食プロジェクト

旬の情報をどこでもチェック



お近くのJA・ファーマーズマーケットに登録すると、店舗でのオススメ農産物の情報など、あなたにぴったりのお得な情報を配信。

旬の食材をいつでもチェック



100種類を超える野菜・果物が収録された「旬の食材辞典」には、毎日の食事に役立つ情報がたくさん!

無料ダウンロードはこちら。またはアプリストアで検索

