

土佐の高知のあぐりの千カラ

# こうぐり

110110  
十二月号

特集1

## 加工で亦々身！ 柚子加工場から探る 農産物の可能性

特集2

開業20周年！  
JA高知県の子会社  
「天然の湯ながおか温泉」



広報担当者が届ける  
こうぐり  
#9

「これがユズ？」  
思わず口にしてしまおうほど美しい「物部ゆず」。  
ミカンのようにきめ細やかな表面が  
陽の光を浴びて黄金色に輝く。  
手のひらにすっぽり収まる小さな果実に、  
生産者の苦勞・こだわり・愛情が  
たっぷり詰まっていることを知る。  
広報担当者として、もっともっと成長し  
「伝えること」で恩返ししたい。

「香美地区」 田中ほのか

「こうぐり」  
インスタグラムは毎週、  
写真を投稿中！  
チェックしてくださいね！



kouguri\_official

【緊急時の連絡先】



24時間・365日の安心サポート！

- キャッシュカード、通帳、証書、印鑑紛失・盗難時の連絡先  
JAバンクキャッシュカード  
紛失共同受付センター ☎ 0120-55-3127
- JAカードの盗難・紛失専用ダイヤル  
NICOS盗難紛失受付センター ☎ 0120-159-674
- 交通事故(起こしたとき・遭ったとき)  
JA共済事故受付センター ☎ 0120-258-931
- ガス漏れ・事故等の緊急時のこと  
LPガス集中監視センター ☎ 0120-182-571

編集後記

こんにちは！ コチットだよ☆  
今年には新型コロナウイルス感染症の影響で、各地区のイベント等が中止になったりして、コチットの出番も少なかったコチ。12月に開催予定だった「こうぐり祭」も、今年はお休みになったんだ。みんなに会えるのを楽しみにしていたから残念……。来年は開催できるといいます。  
今月の特集は、れいほく柚子加工場を紹介しているよ。ユズっていい香りだよ。ね。コチットも大好きなんだ！ ユズを使った加工品もいろいろあるから、ぜひ使ってみてほしいコチ。コチットのオススメは、JA高知県のユズドリンク「高知ゆず」。JAフアーマーズマーケットとさのさでも販売しているから、ぜひ飲んでみてね☆



JA高知県  
広報宣伝部長  
コチット

こうぐり 2020 12月号 令和2年 12月10日発行(毎月発行)

発行：JA 高知県 〒781-8125 高知県高知市五台山5015番地1 TEL 088-894-5613(組織広報課)  
印刷：(株)アイコー印刷 デザイン：寺山 亜希 (TETORA design)



Facebook



とさのさと-JA高知県-



JAグループ高知



精ぞう、大地と地域のみらい。



04 特集1

# 加工で変身!

## 柚子加工場から探る農産物の可能性

03 輝け! 新農人 「仁淀川地区」宮下黎さん

08 トップニュース

10 地区版 今月の気になる人

12 地区版 できごとピックアップ

14 地区版 役立つ! 得する! 情報 へのうく

16 地区版 みんなのひろば・お知らせ

17 ようこそJA教室へ

「高西地区」津野山地域の良さを伝えたい! 地域一丸で取り組む食育活動

18 特集2

## 開業20周年! JA高知県の子会社 「天然の湯ながおか温泉」

20 花のある暮らし 「仁淀川地区」孔雀アスター「北原パープル」

21 産地のオススメ 作ってみんかえく 食べてみんかえく 「安芸地区」ボンカンゼリー

22 コチットの直販所めぐり オススメ 「安芸地区」「あいあい広場」ピーマン

23 読者プレゼント

24 広報担当者が届ける こうぐらム!

生産者



「安芸地区・東洋町生見」安芸地区果樹部甲浦柑橘部 黒岩 米三さん



表紙紹介 ポンカン

土佐最東端の東洋町では、冬になると山が、たわわに実ったボンカンで鮮やかなオレンジ色に染まります。太平洋と町が一望できるボンカン山は、収穫で大忙し。JAオリジナルブランド「土佐よさこいボンカン」として、年明けから出荷が始まります。

一年を振り返って

広報誌「こうぐり」が平成31年1月に創刊してから2年。毎月の誌面を通して、各地区の様々な取り組みを紹介してきました。取材では、たくさんの方との出会い、いろいろな学びがあります。ご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。今後とも幅広い情報をお伝えできるよう頑張っていきます。

来年も「こうぐり」をよろしくお願いたします。

広報担当者一同



# 農業が楽しくてしよーがない!

## バットをクワに持ち替えて

「収穫を経験するまで、ショウガはチューブ入りのものしか知らなかった」と、農業との出会いを振り返る宮下黎さん。大阪府出身で幼少期から野球に打ち込み、20歳の時にプロ野球選手を目指して四国アイランドリーグPlusの高知ファイティングドックスに入団。シーズンオフに、アルバイトでショウガ掘りを経験し、ショウガの本当の姿を知りました。

入団から4年目、「この1年、お金も気力もつき込んで、プロに行けなかったら野球をやめよう」。そう決意しての結果、残念ながらプロ行きは難しく、現役を引退。自分の力を出し切った想いはあったので、次の新たな道へ目を向けることができました。そして、最初に思い浮かべたのが、ショウガ掘りのアルバイトで経験した「農業」でした。

思い込んだらトコトン貫き通す宮下さん。農業は厳しいと反対されたり、心配する人々にも熱意と情熱で説得し、平成30年に就農。現在はショウガを25アール、土佐文旦はベテラン農家さんと一緒に2ヘクタールで栽培しています。



輝け! 新農人 23 仁淀川地区・土佐支所 宮下黎さん(27) [ショウガ、土佐文旦(3年目)]

## 心の支えになった人の温かさ

宮下さんがショウガ栽培の師と仰ぐ土佐市の野中攻さん・和恵さん夫妻。アルバイトでお世話になって以来、毎回試合の応援に来てくれたり、仕事を作ってアルバイトに呼んでくれたりと、現役の頃から助けられてきました。「こんなことまで面倒見てくれるの?と、驚きとともに感謝してもしきれない」と、宮下さんは話します。

高知ファイティングドックスの後輩選手らとは今でも交流があり、ショウガや土佐文旦の収穫時期にはアルバイトの紹介もしています。「地域の人たちに教えてもらったからこそ、始めることができた農業。成長したら、自分と同じような移住者や若者に教えてあげられるようになりたい」と、恩返しへの想いを口にします。

野球選手から農家へ転身した宮下さん。今では、野球と同じくらい好きなものを見つけました。「農業はしんどいこともあるけれど、地域の人に助けてもらって乗り越えていける。今が楽しくてしょうがないです!」。

現役の時からお世話になっている野中攻さん・和恵さんと一緒に。





# 加工で亦々身！

## 柚子加工場から探る

### 農産物の可能性

全国各地で作られている、地元の農産物を生かした加工品。他企業に原料供給し委託加工する形が多い中、JA高知県の「れいほく柚子加工場」は生産地で最終商品まで加工し、地域ブランドの商品として販売しています。今回は生産、製造の現場取材し、地域の資源を活かした加工品作りへの取り組みをご紹介します。

#### 地産、商品化！ 現地のユズを現地で加工

嶺北地域では、ユズが基幹作物の一つとして青果、加工用ともに栽培されてきました。加工用ユズは搾汁して果汁として出荷していましたが、大豊作になると市場在庫が増えて価格低迷が起こることから、ユズ果汁を活用する新しい仕組み作りを検討。広く知ってもらうには付加価値をつけた商品が必要だと考え、平成13年からユズ加工品の取り組みが本格的にスタートしました。

#### 生産地の課題を プラスに変える 無農薬を強みに！

平成17年には、搾汁施設やジュースの製造ラインなどを備えた加工場を整備。ジュースなど新しい加工品が続々と誕生し、売上も順調に伸びていきました。さらに、平成23年には国の交付金や県の産業振興計画の補助金を活用した新しい加工場（現れいほく柚子加工場）が稼働開始。果汁処理能力やジュースの製造能力が向上しました。県内に数カ所あるJA高知県のユズ搾汁施設の中でも、生産地で最終商品まで加工できる設備があるのは「れいほく柚子加工場」だけです。

青果用として出荷されるユズは外観のキレイさが大事で、病害虫対策として年に何度も防除（消毒）が必要です。加工用ユズは果汁として使われることが多く、外観のキズなどは影響しないことから、そのほとんどが無農薬で栽培されています。ユズのはげ場の多くが山の傾斜地にある嶺北地域では、高齢化率が高い生産者への労力負担は大きく、農薬を使用しないことでコストダウンにもつながります。加工用ユズを生産する「れいほく無農薬柚子部会」の生産者は現在約400人。約76ヘクタールで栽培しています。9割以上が加工用として出荷され、そのほとんどが無農薬で栽培されています。

そこで、加工品でも嶺北地域の現場の実態をプラスにとらえ、「無農薬栽培で安全安心なユズ果汁」としてPR。農薬使用に敏感な海外市場などでは、無農薬というのは優位に働き、大きなメリットとなっています。

加工用に出荷されたユズ。無農薬栽培のため、表面の皮に黒い斑点やキズがあったり、凸凹していたりと少し見た目は悪いですが、果汁はしっかり取れます。

土長地区  
れいほく柚子加工場  
(天豊町大田口)



#### 加工品ができるのは、 農家にとっても楽しみ

県内でも有数のユズの産地、大豊町にある「れいほく柚子加工場」。10月中旬～11月にかけて加工用ユズの受け入れ作業が行われ、周辺にはユズの爽やかな香りが漂います。今年も例年より2～3割ほど収穫量が多い約1000tを受け込み予定。生産者から次々と運び込まれたユズは傷みの有無を作業員が選別し、専用の機械で搾ります。果汁は加工用原料として取引先に出荷される他、れいほくブランドの加工品製造にも使われています。



吉川 定雄さん  
れいほく無農薬柚子部会  
「大豊町立川ユズ約30アール」

父が栽培していたユズは、青果や冬至用として出荷していました。当時は農薬を使っていましたが、今は無農薬で栽培しています。消費者向けにイメージがいいこともあると思いますが、山手で防除するには労働負担がかかりすぎて大変。現実的に防除が難しいという問題があります。大豊町は高齢化が進んで

玉から10年前に地元・大豊町に帰ってきて、両親が栽培していたユズを引き継ぎました。父が亡くなった後は手入れができておらず、木は伸び放題。そこから3年かけて剪定して徐々に整えました。無農薬栽培は農薬散布の負担はありませんが、草刈りなど手入れが必要です。最近では、シカやサルなどの鳥獣被害もあって大変ですが、せっかくながら植えたものを荒らすわけにはいかないと頑張って頑張っています。



高枝切りハサミなどを使って次々に収穫していきます。



コロんと可愛いユズですが、木にはトゲがあるので、生産者は革製の手袋をして収穫しています。



吉川さんが作った選別機。子どもでも作業できる構造で、楽しく手伝いができるそう。

いるので、昔からやってくる人たちの負担をなんとか軽減する方法を考えないといけないと思っています。加工品は、ほとんど作って売ってほしいと思っています。いろいろな商品ができれば、農家にとっても楽しみにもなるし、自分のところのユズが使われると嬉しいです。私自身もレシピを考えたりして以前、雑誌「家の光」にユズの果汁と牛乳を使って作る「ユズクリームチーズ」を紹介してもらったことがあります。個人で作って販売するには資格などの問題もあり難しいですが、アイデアの提案はできるので商品化してもらえたりしたら嬉しいですね。

嶺北地域では山の傾斜地で栽培されることが多いユズ。吉川さんのほ場でも30度以上の傾斜地にあるため、危ない場所は安全帯を使用して収穫します。





搾ってきれいに濾された果汁は、18.5kgの容器に充填して冷凍保存。搾りたての風味と香りを閉じ込めます。れいほく柚子加工場では、例年6,000ケースほどの果汁が搾られます。



1玉1玉機械に入り、果汁と皮に分けられます。皮の一部は、「ユズ皮」として出荷されます。



作業員がベルトコンベアの上で、傷みをチェックし選別。その後、きれいに洗われてから搾り作業に入ります。



集められたユズは、当日または2~3日中には搾汁して果汁になります。11月上旬に出荷ピークを迎え、工場もフル稼働！

# 嶺北から海外へ発信



海外に渡ったれいほく加工品のマーク。

近年、海外での需要が増えつつある日本のユズ。国内市場は飽和状態に近いため、れいほく柚子加工場は国内だけでなく海外へも目を向け、13年前から海外の食品見本市に参加して販売を始めています。「青果は日持ちが難しいですが、加工品になれば海外でも売れるので夢があります」。販売担当の松繁さんは、海外でもユズの認知度が高まってきたことを感じ、これをチャンスに成功させたいと新たな販路開拓に取り組んでいます。

海を渡りアメリカでの販売が始まっているユースやユズこし。う。「アメリカはレモネードの文化があるので、ユズジュースは代わりになる。塩分と糖類を気にする海外では、ハチミツしか使っていない、うちのユズジュースは強みになるんです」。シンプルな成分がビジネスチャンスと、新たな期待が高まります。



Go to America Report  
一昨年、アメリカのスーパーで行った販促活動(右)。ニューヨークの売場では、れいほくのユズこしとグリーンチリソースが販売されています(左)。

統合を機に、JA高知県ブランドの新しい加工品を作ろうと開発された「高知ゆず」。管内にある各産地のユズ果汁とはちみつをブレンドし、さっぱりとした飲み口のゆずドリンクが昨年8月に完成しました。

「統合したからには、JA高知県というブランドでも勝負したい」。旧全農(販売事業本部)を中心に声をかけ、開発がスタート。県内のユズ搾汁工場の担当者が集まり、パッケージや値段設定など様々なアイデアを出し合いました。製造を担当するれいほく柚子加工場で原料のユズ果汁とハチミツの配合比などを調整。すでに商品化されている「わんぱくゆずじゅーす」を下地に、試作を繰り返しながら味を作り上げていきました。

「今後、JA高知県ブランドの商品も増やしていければと考えています。有名な馬路村ブランドのように、JA高知県も何か一つヒット商品を作りたい。名が売れば、新しい商品を作っても『あの商品のメーカーやき買ってみよう』となりますよね。そういう地位を確立したいです」。



JA高知県ブランドの加工品を作ろう！

「高知ゆず」誕生物語

「高知ゆず」は、原料がユズ果汁とハチミツのみのとてもシンプルなドリンクです。



どきゆずのやまも大好き！



加工品は地域を盛り上げる可能性も秘めています



れいほく柚子加工場 松繁 淳二さん

開発に携わりました！



「ゆず塩」は、香り高いユズの風味をバランスよく調合した調味料。天ぷらや唐揚げなどにオススメ。



定価 各350円(税別)

ユズ果汁を使う商品はたくさんあるので原料供給だけでも事業にはなりませんが、地域ブランドの商品は生産地をPRできる大きなメリットになると考えています。パッケージに生産地名が入れば地域を知ってもらえ、そこから地域を盛り上げる可能性も秘めているので、加工品作りは面白みがあります。各地区でそういう流れが出てきたらいいですね。加工品作りは、生産地の方が発起人になってアイデアを出さないと盛り上がりません。これを機会にやってみたいと思う方が1人でも増えたら嬉しいですよ。

れいほく柚子加工場ではユズ以外にも、小夏や文旦、イチゴ、ぜんまいなどの加工もしており、受託製造も行っています。加工品にする原料は、味には問題がないけれど青果ではなかなか売りにくい見た目が悪いものが回ってきることが多いのです。自家消費しきれず廃棄しているものも、加工品に変えて販売すれば少しでも収入につながると思います。ぜひ興味のある方はご相談ください。

現在、嶺北地域のユズを使った加工品は約20種類。ジュースやジャム、ユズこしは加工場で製造し、それ以外のドレッシングなどの商品は他企業に原料供給して加工を委託しています。



JAファーマーズマーケットとさのさとなどで購入できます！



## 中国・四国地区農協青壮年組織協議会が プレゼントキャンペーンで農畜産物をPR



高知県農協青壮年連盟が加盟する中国・四国地区農協青壮年組織協議会は、『9Qプレゼントキャンペーン～中四国9県・知って応援・答えて応援～』を行います。簡単なクイズに答えて応募すると、抽選で特産品が当たります。ぜひ皆さんご応募ください！

**実施期間** 令和2年11月1日(日)～12月31日(木)

特産品紹介記事を読み、クイズに答えると、抽選で36名様にサイト内で紹介した中四国9県いずれかの特産品又はそれを含む詰め合わせセット5,000円相当をプレゼント。

**応募方法** 下記キャンペーンサイトの専用応募フォームよりご応募ください。

キャンペーンサイトはこちら

<https://www.ja-ymg.or.jp/9qcampaign/>



【キャンペーンに関するお問合せ先】

9Qプレゼントキャンペーン事務局(中国・四国地区農協青壮年組織協議会事務局)  
JA山口県組織広報部組合員組織課内 TEL: 083-976-6812

## 農業技術センター公開デー

日頃体験できない農業技術センターを一般公開します。研究紹介、見学ツアー(館内・ほ場コース)、実験体験(天敵昆虫・菌観察など)、ドローン飛行体験、土の診断、玄米の食味診断(玄米400g要持参)、フラワーアレンジメント教室(要予約)ほか。詳しくは、農業技術センターのHPからご確認ください。

日時: 令和3年1月16日(土) 午後1時～4時  
場所: 高知県農業技術センター(南国市廿枝1100)

- 見学ツアー先着: 90人
- フラワーアレンジメント教室先着: 10人  
(要予約 12/1(火)～電話予約受付開始)

プレゼントがもらえるよ～。



【お問い合わせ先】  
高知県農業技術センター  
TEL: 088-863-4912



詳しくはHPからご確認ください。

## RKCラジオ YouTuber ちゃがまらんの BUZZラジ

高知県在住の人気 YouTuber「ちゃがまらん」初の冠番組! 高知のこんなことが知りたい、気になっているグルメやスポット、ネタにして欲しいことを募集し紹介しています。

JA高知県は番組提供を行い、第3月曜日の週替わりSPコーナーに、当JAの広報担当者が登場します! ぜひご視聴ください。

RKCラジオ 毎週月曜午後11時～11時30分



右2人がYouTuberの「ちゃがまらん」

※YouTuber「ちゃがまらん」…高知県の土地柄や人柄、特性、風習、ホットスポットや流行まで様々な分野を週2～3回の頻度で投稿し、全国に発信している若年層に人気の高知のYouTuber。その活躍から各放送メディアでも特集を組まれ、インフルエンサーとして注目を浴びています。



詳しくはこちら!

2020  
DEC.

# JA高知県 トップニュース



## 高知県産ユズ「KOCHI YUZU」 ロゴマーク決定 海外での認知度アップ、ブランド化目指す

←決定した  
高知県産ユズ  
「KOCHI YUZU」  
ロゴマーク

高知県は10月21日、高知県産ユズの認知度向上とさらなる輸出拡大を目指し、全国に公募していた「KOCHI YUZU」のロゴマークを県庁で発表しました。最優秀賞には東京都の会社員、増田広奈さんの作品が選ばれました。

高知県はユズの生産量日本一。海外でも広く知られるようになり、令和元年のユズ関連商品の輸出額は約3億7,000万円で、年々増加しています。一方、安価な他国産のユズが出回るなど競争も起きているため、高品質な県産ユズと判別できるロゴマークを作成することになりました。

ロゴマークは今年5～7月に募集し、全国から1,831作品の応募がありました。最優秀賞の増田さんの作品は、川と緑とユズをモチーフに、高知の自然の中で豊かに育ったユズをイメージ。ユズ



県産ユズのロゴマークをデザインした増田さん(画面)ら

は太陽にも見え、世界で輝くような存在になるようにとの想いが込められています。県ゆず振興対策協議会の会長を務める当JAの竹吉功常務は「高知にふさわしいデザイン。活用してユズ振興を進めたい」と述べました。

発表会にリモートで参加した増田さんは「選んでもらって大変うれしい。世界に誇れる高知のユズを広くアピールしてもらいたい」と話しました。

冬の

# あっ貯まるキャンペーン

取扱期間 令和2年12月1日(火)～令和3年1月29日(金)

窓口・JAのATM  
でのお預入れの場合

■スーパー定期 ■大口定期  
新たな資金でのお預入れ10万円以上  
※大口定期でのお預入れは窓口のみとなります

3年  
もの  
年0.1%

税引き後  
0.079%

定期積金 適用金利  
税引き後0.039% 年0.05%

給付契約額10万円以上、  
預入期間2年以上の  
定額式、目標式

ご留意事項①定期貯金・定期積金共通のお預入れは個人の方が対象となります。キャンペーン金利の適用は初回満期日までとなります。原則として中途解約はできません。やむをえず満期前に解約する場合は、経過期間に応じた所定の利率が適用されます。金融情勢の変化により金利を変更させていただく場合があります。2037年12月31日までの間にお受取になる利息には「復興特別所得税」が課税され、20.315%の税率となります。貯金保険の対象となり、1貯金者あたり元本合計1,000万円までとこの利息が保証されます。冬のあつ貯まるキャンペーン説明書の定めは、別に定める各種商品概要説明書によるものとします。商品概要説明書は、店頭にご用意しております。②定期貯金についてATMでお預入れできる定期貯金は、JAのATMでJA高知県発行の総合口座通帳または定期貯金通帳にてお預入れしたスーパー定期となります。マル優扱いは非課税となりますので、窓口にてお預入れしてください。③自動継続後は、満期日におけるスーパー定期または大口定期の店頭表示金利が適用されます。ATMによる定期貯金の中途解約および定期貯金の通帳繰越はできません。④定期積金について満期日以後の利息は、解約日における所定の普通貯金利率により計算します。払込が遅延した場合は、満期日を遅延期間に相当する期間繰り延べるが、契約時の利回りによる遅延利息をいただきます。定期積金にはマル優の取扱がありません。



## 津野山地域の良さを伝えたい! 地域一丸で取り組む食育活動

津野山営農経済センターは、生産者や学校と連携し地域一丸となって子どもたちへの「食育活動」に活発に取り組んでいます。

地域とともにある学校づくりを目指す津野町立中央小学校では、生産者への弟子入りや特産品の津野山茶の茶摘みなど、地域に密着した体験学習に力を入れています。こうした取り組みは子供たちの豊かな心を育み、地域の活性化や産業を担う将来の人材育成にも繋がると考え、JAも協力し出前授業などを通して地域農業の魅力を伝えています。



JA営農指導員が先生となり、出前授業で地域農業について学びました。



土佐甘とうのハウスを訪問し、生産者から栽培について教えてもらいました。



農家へ弟子入り。収穫や調整作業などを体験し、日々どんな作業をしているかわかりました。



特産の津野山茶 茶摘み体験。



摘みたて茶葉で「釜炒り茶」を作りました。





# 開業20周年！ JA高知県の子会社 「天然の湯 ながおか温泉」



農業生産法人をはじめとする、JA高知県の子会社。その中で、農業分野以外にも子会社があるのをご存知ですか？ 葬祭や燃料、サービス事業など業務内容は様々。身近なところで、組合員や地域の皆さんの暮らしをサポートしています。



**温泉だけじゃない！  
健康づくりもサポート**

「天然の湯 ながおか温泉」は、組合員や地域住民の健康づくりや憩いの場になるようにと旧JA長岡が計画し、平成12年にオープンした施設です。地下1200mから天然温泉が湧き出し、泉質も良く湯量も十分なため、利用者から好評をいただいています。

年間通して利用できる温泉水プールとトレーニングルームでは、健康維持・増進のためのトータルケアができるのも人気のひとつ。平日はリピーターの利用が多く、回数券を購入して毎日通う方も多くみられます。館内には食事処「キッチンながおか」直販所「なの市」やカフェなども隣接するため土日には家族連れも多く訪れます。

新型コロナウイルス感染症対策として、定期的な館内の換気・消毒、従業員のマスク着用・体温チェックはもちろん、体温検知カメラと換気機能付エアコンを導入し、より安心してご利用いただけるように取り組んでいます。

## 【天然の湯 ながおか温泉】

高知県南国市下末松106  
TEL：088-864-6300  
営業時間：10時～22時（入館 21時30分まで）  
12月31日は21時まで（入館 20時30分まで）  
定休日：毎月第2水曜日（祝祭日の場合、第3水曜日）



**豊富な湯量と  
泉質が自慢の  
「天然温泉」。**

成分：ナトリウム塩化物温泉  
（刺激の少ない上質な温泉）  
泉温：37.9℃  
効能：神経痛、筋肉痛、関節痛、打ち身、くじき、冷え性、病後回復期、疲労回復、健康増進など

**利用者の方  
豊永敦さん**



2年前程、病気で手術をした後、体がしんどくて家で横になっていたから、妻から「動いた方がいいから」と、ながおか温泉を勧められました。とりあえず1カ月通ってみようと思ったら、ハマってしまい、今はほぼ毎日利用しています。広いお風呂に入ると、リラクセスできますし、もう家のお風呂は入れません。

温泉だけでなく、プールとトレーニングジムがあるのも便利。半年くらい前からトレーニングをやり始めて、その後に温泉に入ってます。ここへ来るようになって体調も良くなったし、従業員の方もみんな明るく良い人ばかり。気分も楽になりました。



広々とした内風呂。お湯は毎日入れ替えています。



温泉水を使っているため刺激が少なく、肌に優しいプール。水中を歩いて運動したい方には流水歩行コースがオススメ。トレーニングルームも完備しています。

**利用料金**  
大人：900円  
小人：450円  
（中学生未満）

※お風呂・プール・トレーニングルーム・レッスンの施設がご利用いただけます。乳幼児（3才未満）は無料。



「キッチンながおか」で食事もできます。写真は週替り定食850円。

## 各種割引サービスあり！

お得な12枚綴りの回数券もオススメです。  
毎月26日「風呂の日」  
第2・第4火曜日「敬老割引の日」  
第1・第3水曜日「レディース・キッズの日」  
など、サービスデーは料金がお得！  
詳しくは、ながおか温泉HPをご覧ください。



## 20周年イベント開催！

令和2年12月20日で開業20周年！  
日頃のご愛顧に感謝し、記念イベントを開催します。

令和2年 12月20日 日  
**20周年記念セレモニー**  
午後2時～  
●先着200名に紅白もちをプレゼント！  
●当日利用のみ（クーポンなしOK）  
大人 500円・小人 200円

令和3年 1月10日 日  
その場で当たる！  
**スピードくじ実施（空くじなし）**  
土佐あかうし（すき焼き用）、長岡産コシヒカリ、ミエルスイートなど豪華景品をご用意しています。お子様にはお菓子をプレゼント♪

令和3年 1月14日 木 - 20日 水  
**7日間・記念割引デー**  
大人 600円、小人 300円でご利用できるお得な7日間です。  
※小人：中学生未満

お陰様で20周年を迎えることができました！  
近藤 正人 さん  
支配人  
今後も皆様の元気の泉となれるよう、従業員一同全力で頑張っています。心と身体のリフレッシュ・健康増進に、ぜひ一度お越しください。

**ながおか温泉  
読者限定  
特別クーポン！**

温泉、プール、ジム、全てがご利用いただける料金です。※お1人様  
**大人 900円 → 600円**  
**小人（中学生未満） 450円 → 300円**  
●有効期限：令和3年 1月5日（火）～2月28日（日）  
●本券は1枚で5名様までご利用いただけます。  
※他の割引サービスとの併用はできません。

**こうぐり 読者限定**  
天然の湯 ながおか温泉  
**特別クーポン**  
有効期限 令和3年 1月5日（火）～2月28日（日）

**こうぐり 読者限定**  
天然の湯 ながおか温泉  
**特別クーポン**  
有効期限 令和3年 1月5日（火）～2月28日（日）

期間中にクーポン2枚、ご利用できます。切り取ってお使いください。



## ポンカンゼリー



### 材料 [4人分]

- ポンカン……2〜3個
- パールアガー(植物性ゼリーの素) ……大さじ2
- 砂糖……80〜100g
- 水……2カップ
- レモン汁……大さじ2 (好みに合わせてなくてもよい)

### 【作り方】

- ① ポンカンは実だけにして、ほぐしておく。
- ② 鍋にパールアガーと砂糖を入れて、よく混ぜる。
- ③ 水を入れて火にかける。
- ④ 沸騰したら、さらに1分程かき混ぜて煮溶かす。
- ⑤ 火から下して、ポンカンとレモン汁を入れる。
- ⑥ グラスに流し入れて、冷やし固める。  
(冷凍庫に入ると、シャーベット風の冷菓に)

ポンカン以外でも、お好みのフルーツで作れます。パールアガーを使うと、さっと煮立てるだけで調理が簡単。凝固温度が40℃前後なので、常温でも固まり、ゼリーのような弾力に出来上がります。



レシピは、HPからご覧になれます。ご活用ください!

### from 産地 安芸地区 [ポンカン]



センサーで選別したポンカンを確認する生産者

#### 追熟することで、おいしさが増すポンカン

全国有数のポンカン産地の安芸地区では、東洋町、室戸市、安芸市で45人が出荷しています。産地では安定出荷と品質の高位平準化を図り、農家所得の向上を目指しています。

11月下旬から収穫を始め、室内で約1か月間追熟。糖と酸のバランスが程良くなり、優しい味と香りになるまで待ちます。出荷前には、専用の糖酸度光センサーを通して、外観と食味を選別。味のバラつきを最小限に減らし、ブランド化を進めています。

ポンカンは乾燥を嫌うため、ポリ袋に入れて室内の涼しいところで保存します。出荷は年明けからなので、お楽しみに!

## サハのある 暮ららし

〔仁淀川地区〕

### 孔雀アスター「北原パープル」

#### 高貴な紫色の

#### 孔雀のような

#### 美しい花びら

すらりと長く細かく分かれた茎に小花を散らす姿が、羽を広げたクジャクにたとえられ、その名が付けられた孔雀アスター。その八重咲き品種の一つ「北原パープル」は、鮮やかな紫色の花びらが印象的です。

「この紫色がきれいで好きだから始めたの」と、笑顔を見せる花き生産者の野田鈴子さん。良心市で売れる珍しい花を作りたいという思いから「北原パープル」の栽培を始め、購入した2鉢から増やすことに成功。露地栽培から始まり、現在は約10アールのハウスで栽培しています。1人で行っている収穫作業は、タイミ

ングを調整するために電照を利用。4月に定植し、挿し木や株分けで増やした苗を植えて、11月末までに3回に分けて収穫しています。

野田さんが同じ地区の花き生産者仲間と株分けし、今では4軒が栽培。八重で紫色の花が市場にあまり流通していないことを機に、北原地区の新たな品種として栽培が広まりつつあります。

花が八重で大きく、一輪挿しでも十分な魅力を発揮する「北原パープル」は、仏花として需要が高く、黄色の菊や緑のシキビなどの中で紫色がよく映えます。



生産者 野田 鈴子さん

孔雀アスターはキク科の宿根草。てっぺんの花が一輪咲いた状態で収穫します。



#### 【生け花のポイント】

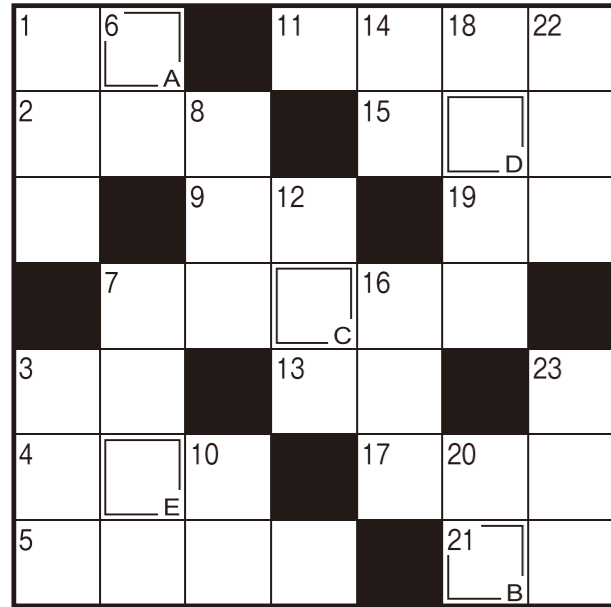
北原パープルは5輪を針金でまとめて使用。アスターは「星の形」という意味があり、クリスマスのイルミネーションをイメージして生けています。中央にツリー(シルバーアスター)を置き、周りに氷室杉で土台を作り、野茨の実、白妙菊、パーゼリアを差し込みます。



クイズに答えてJA高知県の商品を得よう!

**読者プレゼント**

土佐れいほく  
ユズ加工品セット



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?

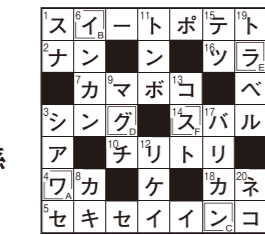
答え	A	B	C	D	E
----	---	---	---	---	---

郵便はがきに、①パズルの答え ②住所 ③氏名 ④年齢  
⑤職業 ⑥電話番号 ⑦今月号で良かった企画  
⑧ご意見や感想、つぶやき、川柳などのメッセージやイラスト  
①～⑧を必ずご記入のうえ、下記住所までご応募ください。

**応募先**

〒781-0303  
高知市春野町弘岡下中央 2454 番 15  
JA 高知県「こうぐり」プレゼント 係

※読者の皆様からいただいたお便りの個人情報は、当選者へのプレゼント発送に利用させていただきます。  
また、お便りの内容を誌面に紹介する際に、名前(姓のみ)またはイニシャルを掲載させていただく場合があります。



11月号の答え [ワイングラス]

お歳暮特別企画

クイズ正解者の中から  
今回は **抽選で 40 名様**  
応募締切は 令和2年 **12月31日**

プレゼントの当選者発表は発送をもってかえさせていただきます。

応募フォームからも  
ご応募できます。



出題：ニコリ

**→ ヨコのカギ**

- ① クリスマスツリーのでっぺんに飾ります
- ② 冬に着る厚手の上着
- ③ 魚偏に喜と書く魚
- ④ 受験生はこの前に座っていることが多そう
- ⑤ ——がカサカサ。リップクリームを塗らなくちゃ
- ⑦ 夏がサマーなら冬は
- ⑨ 1 億は 9 ——の数字です
- ⑪ 松任谷由実のヒット曲『——がサンタクロース』
- ⑬ 凝りやすい体の部位
- ⑮ ダイコンを——にしておでんに入れた
- ⑰ カタカタと布を縫う機械
- ⑲ 外(がい)の反対語
- ⑳ 冬至の日に浴槽に浮かべます

**↓ タテのカギ**

- ① はたきやモップで取り除きます
- ③ ——ボクシングはムエタイを参考にして作られました
- ⑥ アルファベットの 3 番目
- ⑦ 素材の色が生きるように、——しょうゆを使ってお煮しめを作った
- ⑧ 時刻を知りたいときに見ます
- ⑩ 伊勢、車、牡丹(ボタン)から連想される魚介類といえば
- ⑫ 三十一文字(みそひともじ)とも呼ばれます
- ⑭ 大きな石のこと
- ⑯ 茶室に敷かれている物
- ⑰ 初心者を表す片仮名言葉
- ⑳ ——に交われば赤くなる
- ㉒ 神社を示す地図記号はこの形
- ㉓ カメラや双眼鏡にはめられています

コチットの  
直販所めぐり



vol.24

安芸地区・奈半利支所管内「あいあい広場」



オススメ  
食材!

ピーマン

園芸女性部が  
作っていた味噌を、  
少し改良して  
今の味になりました。



こちらも  
オススメ!



奈半利なんでも市加工グループ  
が作る「奈半利味噌」。  
添加物を一切使わないこだわりの  
味噌で、県内でも美味しいと  
評判です。

地域の生産者が、家庭菜園で育てた農産物が並ぶ「あいあい広場」。同じ季節でも年によって、並ぶ農産物が違うのも訪れる楽しみの一つです。  
今の時期はダイコンや白菜、里芋、ジャガイモなどの冬野菜に加え、「はるか」や「せとか」などのカンキツも並びます。なかでもオススメは、奈半利町の竹崎茂子さんが作るピーマン。天敵農法などを利用した環境保全型農業で安心・安全にこだわって栽培している、お店の定番商品です。最盛期には、ピーマンの特盛が1袋100円になるなど、お得に購入できるのは地元ならではの。ぜひ、お立ち寄りください。



**あいあい広場**

高知県安芸郡奈半利町乙1810  
TEL 0887-38-3597  
営業時間 8:30~17:30(土日祝日 8:30~17:00)  
定休日 1月1日~3日まで  
販売内容 野菜、果実、鮮魚、肉、花、加工品、雑貨など

