

土佐の高知のあぐりの千カラ

こうぐり

110111
二月号

ナス革命!

特集1

効果あり! 血圧 & 気分改善に ナスの新常識

特集2

より良い「未来」を目指して

〜JA高知県の新3か年経営計画(骨子)〜



広報担当者が届ける
こうぐり #11

トマト、ショウガ、メロン……
春野のおいしいものがギュッとつままった私の大好きなアイスです。
生産者であるJA女性部、フレッシュミズ部員が試作から販売まで、手探りの体験を重ねて開いた「はるちゃんのアイス屋」。
できるだけ地元の農産物を使い、素材の味や食感を活かしながら手作りするアイスは、くちどけも軽く素材のパワーをもらえます。
広報担当者も、伝えることで誰かを励ましたり、力づけたりすることができます。
身近な人や農業、食のつぼみを届けたい。そして、いい記事を書けたら、またアイス食べよう。

「高知地区」 藤井七絵

「こうぐり」
Instagram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

今月号の特集は、機能性表示食品に登録された「高知なす」について紹介しているよ! コチットもナスが大好きだけど、「ほとんどが水分で栄養はあるの?」と聞かれたこともあるコチ。でも今回の発見で、ナスに多く含まれている「コリンエステル」が血圧改善、気分改善などに効果があることが分かったんだ。しかも、高知県で栽培されている「高知なす」には「コリンエステル」が特に豊富なんだって。高めの血圧の方やちょっとストレスを感じる方は、「高知なす」をぜひ食べてみてね!



JA高知県
広報宣伝部長
コチット

こうぐり 2021 2月号 令和3年 2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



精そう、大地と地域のmiraい。

組合員の皆様へ

米の不適切な取扱いについてのお詫びとご報告

このたび、当組合・四万十営農経済センター(四万十町)において判明いたしました「米の不適切な取扱い」に関しましては、安全・安心な食品を消費者が自主的に選択するための食品表示に関する法律の趣旨に背く重大な法律違反であり、大変重く受け止めております。また、組合員の皆様が大切に育てたお米をお預かりしながら、その役割を適切に果たせなかったことは組織としての重責があります。消費者・取引先・生産者の皆様には、当組合への信頼を損ねることとなりましたこと、深くお詫び申し上げます。

当組合では令和2年11月10日に外部識者も含めた調査委員会を設置し、不適切な米穀取扱いの実態解明、発生原因及び問題点の調査分析、再発防止策の提言等を委嘱し同年12月28日に報告を受けました。

調査委員会からは、発生原因に関する全体的な問題点として、① 四万十販売課全体におけるコンプライアンス意識の浸透不足、② 四万十販売課における内部統制システムの不存在、が挙げられ、併せて再発防止策が提言されております。

今後につきましては、調査委員会の提言を真摯に受け止め、以下に掲げます再発防止策の徹底と意識改革に努め、組織一丸となって信頼回復に取り組んでいく所存でございます。

再発防止策

- (1) 「食品安全推進基本方針」の制定
- (2) 食品表示関係法令や景品表示法等の遵守を指導・管理する専門部署の設置
- (3) 「食品表示ならびに米トレーサビリティ」研修会の実施等、法令遵守意識の徹底
- (4) 農産物検査の適正な実施に向けた体制の確保
- (5) 四万十営農経済センターの精米業務の廃止および米管理方法の変更
- (6) カントリーエレベーターにおける運営管理マニュアルの制定
- (7) 搗精所品質管理マニュアルの制定
- (8) 組織のガバナンスの見直し

高知県農業協同組合
代表理事組合長 秦泉寺 雅一

組合長就任挨拶

武政前組合長の退任を受け、2月1日より新たに組合長に就任いたしました。今回の米の不適切な取扱いにつきましては、組合員の皆様にご迷惑をおかけしましたこと、深くお詫び申し上げます。私に課せられた責務は、再発防止の徹底および消費者・取引先・生産者の皆様への一日も早い信頼回復と考えています。また、組織の内部統制の問題や職員個々のコンプライアンス意識の向上、そしてJA高知県全体のガバナンスの強化にも力を入れていかなければなりません。

地域に根差した組織として農業・地域の活性化、そして何より「食の安全・安心を提供すること」が我々JAの使命です。その使命を果たしていくためにも、再発防止策を速やかに、かつ確実に実行し、消費者ならびに取引先、生産者の皆様からの信頼回復に全力で取り組んでまいります。



18 特集2

より良い「未来」を目指して JA高知県の新3か年経営計画(骨子)

- 17 ようこそJA教室へ
「香美地区」子どもたちに地元農産物を知ってほしい！
女性部の出前授業
- 16 地区版 みんなのひろば・お知らせ
- 14 地区版 役立つ！得する！情報
えいのう
- 12 地区版 できごとピックアップ
- 10 地区版 今月の気になる人
- 09 輝け！新農人 「幡多地区」土居拓也さん
- 08 トップニュース

04 特集1

効果あり！ナスの新常識 血圧&気分改善に



表紙紹介
シシトウ



生産者

【香美地区・香美市土佐山田町】
香美地区園芸部 ししとう部会
ふじむら えつお
藤村 悦雄さん

香美地区園芸部ししとう部会では、46人が約3ヘクタールでシシトウを栽培。冬春期には促成栽培、夏秋期には雨よけ・露地栽培を行い、年中作型をリレーして周年出荷を可能にしています。



【高知さんテレビ】
「あぐりの地から」
毎週月曜 午後8時57分～



JAグループ高知のTV番組放送中！

見逃した方も大丈夫！

過去放送分は、各QRコード先でご覧いただけます。

ベジフルレシピ

「あさコレ!」内
毎月、第1土曜日
午前9時55分～10時20分



「行っちゃこ! あぐりの直販所」

本放送：毎月、第2金曜日
午後6時55分～7時
再放送：毎月、第4金曜日
午後6時55分～7時



血圧&気分改善に

効果あり！！

ナスの新常識

他の野菜の3000倍!? 血圧改善に効く「コリンエステル」

「コリンエステル」

西村…この度、高知県のナスで世界初のすごい発見があったんです！ それが発見されたのが、信州大学の中村先生です。発見って何ですか？

中村…ナスには「コリンエステル」がいっぱい入っているんです。野菜で発見されたのはごく最近のことです。

西村…コリンエステルは、ナスにしか含まれないんですか？

中村…他の野菜にも少しは入っていますが、ナスは別格です。ピーマンやトマトなどの栽培野菜と比べて約3000倍も多く含まれています。

西村…今までナスは栄養がない野菜とも言われてきましたが、晴れて大逆転ですね！ コリンエステルは、私たちの体にどんな働きが期待できるのでしょうか？

中村…血圧改善。それから気分改善。現在、睡眠改善を研究中です。

西村…どのナスを選ばいいですか？

中村…機能性表示食品の「高知なす」を選んでください。

西村…機能性表示食品って何ですか？

中村…消費者庁に届け出て、受理されたものだけが機能性を表示できる制度です。「高知なす」には、「高めの血圧(拡張期血圧)が気になる方」と包装袋に大きく表示されます。

西村…「拡張期血圧」とはどういう意味ですか？

中村…血圧を測る時に上の血圧、下の血圧と言いますが、下の血圧が拡張期血圧になります。高めの血圧だけを下げられる。これがナスのすごさです。

西村…ナスを何本食べたなら、血圧改善に効果がありますか？

中村…1日たった2本です。血圧が高めな方では、1カ月で結果が出ました(家庭血圧)。

西村…すでに血圧が高い方でお薬を飲んでる方はどうなりますか？

中村…その場合は、まずかかりつけのお医者さんに相談してください。ナスは日頃食べているものなので安全だと思いますが、血圧改善に必要な量を食べる時の影響について、お医者さんから意見を聞いてみてください。



高めの血圧だけを下げられる。これがナスのすごさ。



ナス革命!



丸ごと加熱。旨味を逃さない調理法として注目されています。

ナスを上手に調理して、効果的に摂取しよう!

西村…コリンエステルは何か弱点とかあるんですか？

中村…しいて言えば、切つてそのまま置いたり水にさらしたりすると減ってしまいます。

西村…では、熱はどうですか？

中村…熱には強い！ 電子レンジが一番オススメです。切らずに丸ごと加熱してください。

西村…丸ごとといえば、旨味を逃さない調理法として注目されています。料理されるときは、1本ずつラップでくるんで、電子レンジの500Wで1本につき1分半加熱します。それを切つて、おひたしや薬味をたくさん乗せてポン酢をかけて召し上がってください。おいしいですよ。冷凍しても大丈夫でしょうか？

中村…加熱すれば、冷凍もOKです。コリンエステルも減つたりせず、何カ月でも安定です。

西村…お料理には冷凍して1〜2週間で食べさせてもらう方がいいと思います。冷凍するときは、レンジで加熱した後に少し細かめに切つてから保存用の袋に入れて冷凍すると使いやすいです。料理に使う時は、解凍せずにそのまま味噌汁に入れてもいいですね。麻婆ナスにも冷凍したものを使ってもいいですか？

※ナス由来コリンエステルとは…ナスに含まれるコリンエステル(アセチルコリン)のことで、ナスの研究で機能が明らかにされた新規な食品機能性成分です。胃や腸など消化器に作用して自律神経を調節し、興奮を司る交感神経の活動を穏やかにすることで血圧改善効果や気分改善効果などの機能性を発揮すると考えられています。



※機能性表示食品…事業者の責任において、「おなかの調子を整える」「脂肪の吸収を抑える」などの機能性を科学的根拠に基づいて表示した食品。販売前に安全性及び機能性の根拠に関する情報などを消費者庁へ届け出て、審査の上受理されたものです。



野菜ソムリエ上級プロ高知県観光特使 西村有加さん

信州大学 学術研究院 農学系 中村浩蔵 准教授



和洋中、何にでも使え重宝されているナス。果実の約90%が水分で、一般的には栄養成分が乏しい野菜と考えられてきましたが、信州大学の中村准教授がナスの常識を覆す機能性を発見！ 昨年9月には「ナス高機能化プロジェクト」の研究成果をもとに、JA高知県で生産・出荷する「高知なす」が生鮮ナスでは全国で初めて、消費者庁の機能性表示食品として受理されました。

この新発見について、野菜ソムリエ上級プロの西村有加さんが中村浩蔵准教授にインタビュー。ナスが持っていた驚きのパワーとは!? ナスをもっと食べたくなる情報をお伝えします!



機能性野菜

「高知なす」を食べよう!

高知県のナス栽培の活性化と消費拡大にも期待が寄せられている、機能性表示食品「高知なす」。JA高知県では、機能性表示食品への登録を皮切りに、ナスの機能性を青果物の流通業者や消費者に広く知ってもらい、ナスの需要拡大に繋がる取り組みを進めていきます。

野菜を見直す
きっかけに
してほしい

生産者 VOICE

ナ

スに含まれるコリンエステルは品種によって異なりますが、機能性表示食品に登録された「高知なす」には特に豊富に含まれていることが分かっています。中村准教授によると、高知県産の冬春ナスは、関東近郊産地の夏秋ナスと比べると花をつけてから収穫するまでの期間が長く、その間にコリンエステルをため込むとのこと。また、「高知なす」は収穫時期にかかわらず、コリンエステルの量が安定しているそうです。高知県農業技術センターでは、コリンエステルの含有量をさらに高めるナスの栽培方法のマニュアル化なども進められています。

「高知なす」には、 コリンエステルが特に豊富



ラップに包んでレンジで加熱したナスを食べやすい大きさに切って皿に盛り、薬味をのせてポン酢をかけたら出来上がり! レンジで加熱した後、めんつゆに漬けて煮びたし風にしても。



アグリコレットで販売されている、女性部安芸地区安芸支部なすっこ組の「高知なす」を使った加工品もオススメ! 「なすぶうの餃子」は、ナスを具材にたっぷり入れた、あっさり味の餃子です。ナス入り肉まん「なすまん」は、手作りみそのでき辛味とオイスターソース味の2つの味が楽しめます。ぜひお試しください!

1日2本で 健康生活

現在、高血圧で悩む方は日本に約6000万人いるといわれ、高齢化に伴い高血圧に有効な機能性食品の需要は高まっています。コリンエステルは消化器官に作用して自律神経を調節し体内には吸収されないため、副作用の心配がありません。そしてなにより、ナスは私たちが日頃から食べている慣れ親しんだ食品です。1日2本「高知なす」を食べれば、有効量(1日あたり2.3mgのコリンエステル)をほぼ確実に摂取することができます。高めの血圧が気になる方、ストレスを感じて気分を改善させたい方は、ぜひ「高知なす」を食べてください。



「高知なす」の新パッケージ



広がる、ナス・イノベーション

昨

年8月、ナス高機能化プロジェクトの研究成果の普及・活用を目指して、産学官間わず20機関が参画する「機能性野菜ナスコンソーシアム」が発足しました。コンソーシアムでは、ナス・イノベーションを推進し、機能性野菜としてのナスの普及促進を図ります。ナス機能性表示食品は「高知なす」をはじめ、ナスサプリメント「ウエルナスサプリ」(株)ウエルナス、ナス漬物「ひとくち茄子漬」(三井食品工業(株))が受理されています。「ウエルナスサプリ」は、「高知なす」の規格外品を原料として活用。飲用者からは「高血圧が改善し、降圧薬服用量が減少した」「血圧の乱高下が解消された」「コロナ禍での在宅ワークのストレスが軽減された」「発達障害の息子の睡眠中の中途覚醒が劇的に改善された」など、実感の声を寄せられているそうです。

生産者が動画でレシピを紹介!



安芸市のナス農家のお母さん(通称:なすマダム)が、美味しく簡単なナスレシピを動画で紹介しています。現在、動画投稿サイト「YouTube」のJAグループ高知のチャンネルで6本公開中! 今後、計10本を公開予定です。「なすマダムのワンポイント!」として、土佐弁で語られるナレーションと一緒に楽しみください!



JAグループ高知
YouTube チャンネル

機能性表示食品「高知なす」専用ページ開設!



JA高知県ホームページ内に専門ページを作成しました。巻頭の信州大学の中村准教授と野菜ソムリエ上級プロの西村有加さんの対談を動画で見ることができます。また、ナスのレシピも紹介されています。ぜひ、ご覧ください。

「高知なす」の機能性を 知ってもらいたい

営農販売事業本部
園芸販売部 野菜販売一課
門田 善仁 係長



昨年9月、生鮮ナスでは初めてとなる機能性表示食品の届出が受理され、現在は包装フィルムの表示を切り替える移行作業を進めているところです。「高知なす」の販売比率が高い関東エリアから先行して販売を進め、販促協力店等の量販店を主体にPR可能な店舗から順次展開していく予定です。また、「高知なす」の機能性を説明する動画や紙媒体などの販促資材の作成も行います。現在、新型コロナウイルス感染症の影響で消費宣伝などが満足に行えない状況です。当面は、「高知なす」の機能性がどういったものかを消費者の皆さんに広く認知してもらうことが優先と考え、手に取って知ってもらうことを進める1年にしていきたいと思っています。



県域高知なす部会 / ナス47オール
清岡 克弘 会長 (61)



輝け！新農人 25

幡多地区
土居 拓也さん (22)
【就農1年目・ピーマン】

祖父のように、農業を楽しみたい！

祖父と農業に憧れて

地元四万十市で、ピーマン25アールを栽培する土居拓也さん。農業との出会いは小学生の時のこと。当時、ピーマンを栽培していた祖父に連れられ、畑に向いてはよく手伝いをしていました。印象深く記憶にあるのは、元氣いっぱい楽しそうに農業を営む祖父の姿。そんな祖父と農業との良い関係に憧れをもち、小学生ながら「農家になりたい！」と決意しました。

その後も気持ちは変わらず、農業高校を卒業した土居さんは、就農に向けて県立農業大学校へ進学。在学中に得た様々な知識・情報・経験から、栽培品目をピーマンに決めました。卒業後はピーマン農家のもとで1年半ほど研修を受け、昨年10月に独立。「先輩農家の方々からできる限りたくさんの方の知識を吸収し、少しでも早く一人前のピーマン農家になりたい」と、次期作に備えて栽培データを限なく収集するなど、栽培1年目から余念がありません。ハウスでの作業を手伝ってくれる両親や同じピーマン農家である叔父の力も借りながら、一つずつ着実なステップアップを目指します。

最新の情報を逃さない

学ぶことに対して積極的な土居さんは、新たな知識を求めて県内各地の篤農家を訪問しています。幡多地区

どんな壁も乗り越える！

就農して間もない頃、施肥量の過剰などが原因で病気が発生してしまった苦い体験があります。しかし、その経験から施肥についての留意点や見直すべき作業工程など、ステップアップするための学びを得ることができました。「たくさん失敗して、たくさんのご経験を積んでいきたい。自分は農業が好きだから、どんな壁にあたってでも乗り越えていけると思っています」と、自分と農業とのこれからについて前向きに話す土居さん。憧れを追いかけて、今日も情熱を燃やしています。

2021
FEB.

JA高知県



トップニュース

「事業提案」優秀者を表彰 3か年計画に生かす

JA高知県は12月14日、「事業提案」優秀者に対する表彰授与式を行い、職員3人を表彰しました。JAでは、経営基盤強化対策の基本方針に基づき具体的な3か年計画を地区・部署で検討していくことにしています。今回の取り組みは、職員個人のモチベーションや能力の向上を図るとともに人間的な成長も期待して企画。JA高知県では初めての実施となります。

9月から募集し、10人から出された提案について一次審査を行い、通過した5人が一人ひとり、役員に対し持ち時間15分で日頃の思いも込めながらプレゼンを行いました。審査の結果、仁淀川地区の細川明秀さん、組織人事部の中村文彦さん、土長地区の松繁淳二さんの案が選出されました。

選ばれた案については今後、今年6月に行われる総代会に附議する3か年計画に盛り込むよう、提案者を含めてさらに協議を進めていきます。



表彰された職員3人

理事会だより

- 臨時理事会 令和2年12月22日(火)
- 第1号議案 食品安全推進基本方針の制定
- 第9回理事会 令和3年1月6日(水)
- 第1号議案 総代選挙関係手続並びに選挙管理者・投票管理者・開票管理者及び選挙立会人・投票立会人・開票立会人の選考・指名
- 第2号議案 常勤理事の他の団体理事等への就任の承諾
- 第3号議案 育児・介護・妊娠婦等にかかる取扱規則の一部変更
- 第4号議案 職員の懲戒
- 第5号議案 役員責任調査委員会の答申
- 第6号議案 組合長の選任
- 第7号議案 組織規程の一部変更
- 第8号議案 理事等への貸付

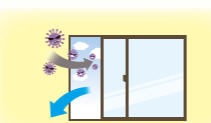
審議の結果、すべての議案が承認されました。

JA葬祭
ルミエール

新型コロナウイルス 対策について

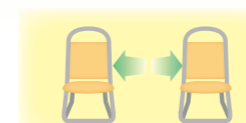
私達、JA葬祭はセレモニーを行う方や参加される方に安心していただくために新型コロナウイルス感染対策の取り組みを行なっています。当社をご利用いただく皆様には何かとご迷惑をお掛けいたしますが、皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

館内での取り組み



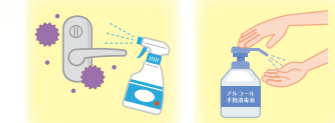
換気

- 会館内の空気が滞留しないよう、ロビー・式場等の会館施設の換気を行い、密閉空間の対策をしています。



間隔

- セレモニーの会場や想定参加者数に合わせて座席の間隔を空けて着席いただける工夫を行なっています。



消毒

- 定期的にドアノブや手すりの消毒や清掃を行い、会館内の衛生管理に努めています。
- 従業員に感染予防のためマスクの着用と手の消毒を奨励しています。



非接触式
自動検温器
順次導入中

その他の対策

従業員の健康管理
出勤前の検温や健康チェックを実施しています。

車両の衛生管理
車内の換気や手が触れる場所の定期的な消毒を実施しています。

ご来場の方へ

1. 会館内でのマスク着用を奨励しています。
2. 出入口に消毒液を設置しておりますので、ご利用下さい。

(株)JAメモリアルこうち



「事業提案」優秀者を表彰 3か年計画に生かす

JA高知県は12月14日、「事業提案」優秀者に対する表彰授与式を行い、職員3人を表彰しました。JAでは、経営基盤強化対策の基本方針に基づき具体的な3か年計画を地区・部署で検討していくことにしています。今回の取り組みは、職員個人のモチベーションや能力の向上を図るとともに人間的な成長も期待して企画。JA高知県では初めての実施となります。

9月から募集し、10人から出された提案について一次審査を行い、通過した5人が一人ひとり、役員に対し持ち時間15分で日頃の思いも込めながらプレゼンを行いました。審査の結果、仁淀川地区の細川明秀さん、組織人事部の中村文彦さん、土長地区の松繁淳二さんの案が選出されました。

選ばれた案については今後、今年6月に行われる総代会に附議する3か年計画に盛り込むよう、提案者を含めてさらに協議を進めていきます。



表彰された職員3人



輝け！新農人 25

幡多地区
土居 拓也さん (22)
[就農1年目・ピーマン]

祖父のように、 農業を楽しみたい！

祖父と農業に憧れて

地元四万十市で、ピーマン25アールを栽培する土居拓也さん。農業との出会いは小学生の時のこと。当時、ピーマンを栽培していた祖父に連れられ、畑に向いてはよく手伝いをしていました。印象深く記憶にあるのは、元氣いっぱい楽しそうに農業を営む祖父の姿。そんな祖父と農業との良い関係に憧れをもち、小学生ながら「農家になりたい！」と決意しました。

その後も気持ちは変わらず、農業高校を卒業した土居さんは、就農に向けて県立農業大学校へ進学。在学中に得た様々な知識・情報・経験から、栽培品目をピーマンに決めました。卒業後はピーマン農家のもとで1年半ほど研修を受け、昨年10月に独立。「先輩農家の方々からできる限りたくさんの方の知識を吸収し、少しでも早く一人前のピーマン農家になりたい」と、次期作に備えて栽培データを限なく収集するなど、栽培1年目から余念がありません。ハウスでの作業を手伝ってくれる両親や同じピーマン農家である叔父の力も借りながら、一つずつ着実なステップアップを目指します。

最新の情報を逃さない

学ぶことに対して積極的な土居さんは、新たな知識を求めて県内各地の篤農家を訪問しています。幡多地区の

ピーマン農家では土居さんが初めて導入した「統合環境制御御盤」は、大学校在学中にお世話になった土佐市宇佐町のピーマン農家が運用していたのを参考に取り入れました。これにより、温度や湿度、換気の必要性の有無などハウス内の環境状態を一括で管理することが可能に。収量の増大や労力と作業時間の削減に期待でき、誘引や摘果作業などピーマン自体への世話により多くの時間を使うことができます。「自分たちのような若い力が、これからの農業には必要になってくると思う。最新の情報に常に耳を傾け、自分の農業に活かしていきたい」と語る土居さん。新たな試みや創意工夫への努力を惜しみません。

どんな壁も乗り越える！

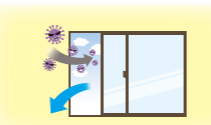
就農して間もない頃、施肥量の過剰などが原因で病気が発生してしまった苦い体験があります。しかし、その経験から施肥についての留意点や見直すべき作業工程など、ステップアップするための学びを得ることができました。「たくさん失敗して、たくさんのご経験を積んでいきたい。自分は農業が好きだから、どんな壁にあたってもしっかり乗り越えていけると思っています」と、自分と農業とのこれからについて前向きに話す土居さん。憧れを追いかけて、今日も情熱を燃やしています。

JA葬祭
ルミエール

新型コロナウイルス 対策について

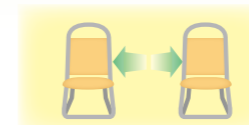
私達、JA葬祭はセレモニーを行う方や参加される方に安心していただくために新型コロナウイルス感染対策の取り組みを行なっています。当社をご利用いただく皆様には何かとご迷惑をお掛けいたしますが、皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

館内での取り組み



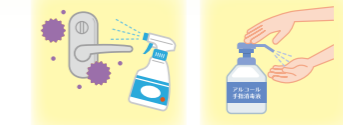
換気

- 会館内の空気が滞留しないよう、ロビー・式場等の会館施設の換気を行い、密閉空間の対策をしています。



間隔

- セレモニーの会場や想定参加者数に合わせて座席の間隔を空けて着席いただける工夫を行なっています。



消毒

- 定期的にドアノブや手すりの消毒や清掃を行い、会館内の衛生管理に努めています。
- 従業員に感染予防のためマスクの着用と手の消毒を奨励しています。



非接触式
自動検温器
順次導入中

その他の対策

従業員の健康管理
出勤前の検温や健康チェックを実施しています。

車両の衛生管理
車内の換気や手が触れる場所の定期的な消毒を実施しています。

ご来場の方へ

1. 会館内でのマスク着用を奨励しています。
2. 出入口に消毒液を設置しておりますので、ご利用下さい。

(株)JAメモリアルこうち



香美地区

ようこそJA教室へ！

香北支部の小松利子支部長がコチットを使って調理内容を説明中♪

子どもたちに地元農産物を知ってほしい！ ～女性部の出前授業～

香美地区では管内の全中学校で、地場産物を使った料理教室を開催しています。これは、学校・栄養教諭・JA女性部の連携による食に関する指導の強化を目的とした取り組みです。

今回は香美市立大柵中学校の2年生が、地元の郷土料理と、健康課題の1つである「高血圧」について学習。その後、地区管内でとれた**蕪生米**・やっこねぎ・しいら・ユズ・大葉等を使って5品を調理しました。



調理の前に！

栄養教諭による食育ハンドブックを活用した健康課題に関する学習をしました。



さあ、いよいよ調理開始！ 女性部員らが、具材の切り方や調理のコツを指導。生徒も真剣です。



キレイに盛り付けをして完成です☆



味噌汁の塩分濃度は0.7%と薄味に設定。「高血圧」について学習するため、具たくさん味噌汁と具が少ない味噌汁の飲み比べ実験をしました。

「具が多い方が美味しく感じるね」と、同じ塩分濃度でも具が多い方が野菜のダシが出て薄味でも満足できることを体験。生徒らは減塩への理解を深めました。

具たくさん味噌汁(左) 具少なめ味噌汁(右)

1時間半ほどかけて調理終了
いただきます～す！



けんかもち



やっこねぎとおじゃこのマヨネーズおえ

簡単！
ちらし寿司



しいらのユズみそ焼き

より良い「未来」を目指して

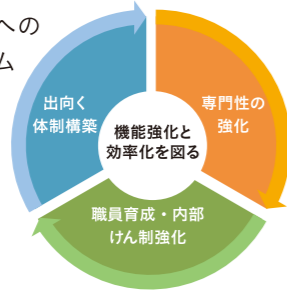
～JA高知県の新3か年経営計画(骨子)～

JA高知県は、合併当初から掲げている農業者の所得増大等の「自己改革目標」の実現に向けて取り組んできましたが、長引くマイナス金利や地域人口の減少等の影響により、これまでJA経営を下支えしていた信用・共済事業の利益額が今後数年間で大幅に減少する見込みです。この環境変化に対応すべく、事業・組織・経営の改革により一層取り組み、組合員はもとより地域から信頼され、必要とされる組織であり続けることを目指します。令和3～5年度の新たな3か年経営計画の骨子について、今後各地区の運営委員会において説明と協議を行います。

● 支所等の再編による機能強化と効率化

支所等の再編を行うことで、職員の育成や内部けん制体制の強化等の事業機能強化を図るとともに、将来のシステム投資への備えも含めたコストの削減に取り組みます。

専門性の強化や出向く業務への再配置、各種手続のシステム化等によって店舗再編による利便性の低下を緩和するように対応します。



地区	令和2年度			令和4・5年度		
	支所出張所	購買店舗	ATM	支所出張所	購買店舗	ATM
安芸地区	14	17	16	11	13	16
香美地区	8	10	10	8	6	8
土長地区	16	17	23	13	12	16
高知地区	2	2	3	2	2	3
仁淀川地区	13	27	36	11	20	32
高西地区	5	5	9	2	5	9
幡多地区	14	19	27	9	15	26
合計	72	97	124	56	73	110

農業基盤の確立

● 販売力強化 (新たな販売方法への挑戦)

卸売市場販売を主体として、再生産価格につなぐ予約的相対取引、実需者への直接販売の拡大など新たな販売方式に取り組み、令和5年度に販売高(受託・買取・加工)730億円(令和2年度計画対比+34億円)の実現を目指します。

● 反収・品質の向上

篤農家技術や環境制御技術の導入による増収技術の普及、また県域品目部会を中心に、営農課題の取組目標を設定し、所得増大へ組織的に取り組みます。

● 集出荷場再編と運営費用の適正化

集出荷場再編再編構想の基本方針に基づき、機械選果が必要な品

目は拠点となる集出荷場へ段階的に集約することとしています。集出荷場のうち拠点以外は当面、集荷場所として残すこととしています。

● 運営費用の適正化

受益者負担の原則に則り、集出荷場の運営に必要な経費は適切に負担を求めていきます。事務集約、集出荷作業の効率化などを進め、運営コストの削減に取り組みます。JA職員が行うべき業務、集出荷作業員として行う業務を明確化し、集出荷作業員が行うべき業務については、令和3年9月より作業員の雇用もしくは適切な負担にしていきます。

3. JA高知県 新3か年経営計画

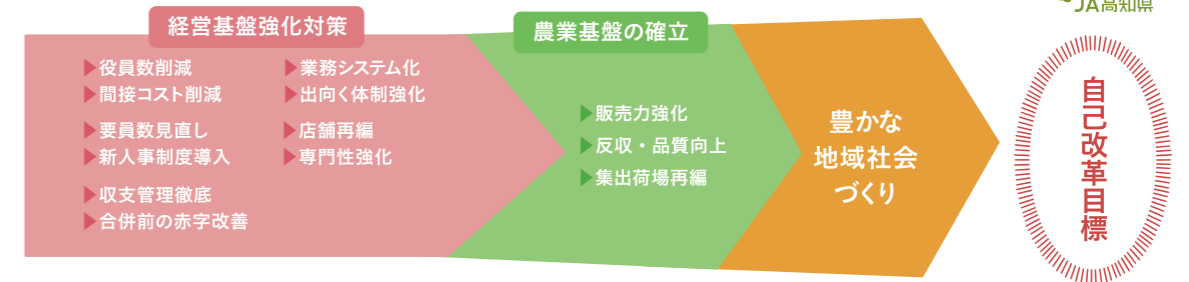
このままの経営状態では令和3年度から毎年20億円以上の事業利益の落込みが想定されます。経営基盤強化の取組は、組合員の皆様が安心して営農を続けられ、信頼される組織であり続けるための対策であり、自己改革目標の達成のためです。JAが本来の役割を果たせるようこれからも役職員一同懸命に努力をしていきますので、ご理解・ご協力の程よろしくお願いたします。

項目	R1年度修正決算	成り行きシミュレーション		新3か年計画	
		R5年度	増減 R1⇒R5	R5年度	増減 R1⇒R5
信用事業総利益	4,614	3,191	▲1,423	3,706	▲908
共済事業総利益	4,093	3,615	▲478	3,495	▲598
営農経済事業総利益	6,927	6,523	▲404	7,749	822
事業総利益	15,635	13,329	▲2,306	14,951	▲684
事業管理費	15,950	15,950	—	14,528	▲1,423
事業利益	▲314	▲2,621	▲2,306	422	736

単位: 百万円

1. 新3か年経営計画で目指すJAの姿

- ① 改革の目的は「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の自己改革目標の達成です。
- ② そのために販売力の強化や反収・品質向上対策などを実施するとともに集出荷場再編構想を実現することで組合員が安心して営農を続けることができる環境を確立します。
- ③ このことを通じて心豊かな地域社会づくりを担う組織であり続けます。
- ④ まずは収支が均衡する経営の確立が必要です。経営基盤強化対策に取り組み経営を安定化させることで「JAの使命」を果たします。



2. 各事業の取り組み

経営基盤強化対策

● 出向く体制の強化

営農部門はもとより、購買部門では営農経済渉外体制の強化により地域の実態を踏まえた渉外活動や情報提供を行い、信用共済部門では、融資渉外・ライフアドバイザーを増員し出向く体制の構築と専門性の強化を図ります。

● 新人事制度の導入

組合員・利用者満足と職員満足が発揮できるよう、能力向上、人材活用、評価、処遇等を包括的に見直した新人事管理制度の構築・運用に取り組みます。(令和4年度導入)。

● 役員数の削減

現状77人の役員(理事・監事)体制を令和3年度の次期役員改選をもって53人(▲24人)体制に見直します。

● 要員数の見直し

「事業計画を効率的・効果的に遂行するための人材・要員配置」を基本に、職員の入退職管理・配置を行い現状2,210人を令和5年度には1,980人規模(▲230人)に見直します。

● 業務のシステム化と間接コストの削減

システム化による業務の効率化・合理化を実現し、間接コストである事業管理費を、令和2年度から令和5年度にかけて10億円削減します。

産地のオススナ
作ってみんかえ〜 食べてみんかえ〜

シシトウの佃煮



材料 [4人分]

- シシトウ(生)…… 500g
- 鰹節…………… 少量
- A 酒…………… 50cc
- 醤油…………… 50cc
- 砂糖…………… 100g
- 顆粒だし…… 適量

【作り方】

- ① シシトウはヘタを取り、熱湯でさっとゆがいて水に取り、一晩つけておく。
- ② Aを鍋に入れ、煮立てる。
- ③ シシトウを搾り、ある程度水気を切ったら、鍋に入れ30分ほど煮詰める。
- ④ 水分がなくなる頃に鰹節を入れる。



レシピは、HPからご覧になれます。ご活用ください！



香美地区 [シシトウ]



香美地区では、年間を通して促成・雨よけ・露地でシシトウを栽培し、主に関西・中京・関東に出荷しています。

飲食店など業務用としての需要が多いシシトウですが、調理によっては家庭でも大活躍！今回は、生産者の藤村さんが美味しく食べられるとっておきのレシピを教えてくださいました。消費宣伝の際にも大人気だった一品です。炊きたてご飯とも相性バツグン！皆さんもぜひ作ってみてくださいね。

香美地区ししとう部会はFacebookページで部会の活動やシシトウに関する情報やレシピなども載せています。「いいね！」をお待ちしています。



サハのある
暮ららし

【幡多地区】
ハイブリッドスターチス



生産者
上野 隆寿さん

黒潮の太陽を詰め込んだ 小さな宝石

ほうき状の花穂に、小さな花が密に咲くハイブリッドスターチス。宿根性スターチスのカスピアとラティフォリアなどの種間交雑により育成された園芸種で、通常のスターチスに比べて茎が細く、花は小ぶりなのが特徴です。花もちが良く、アレンジメントや花束、テーブルフラワー、ドライフラワーに至るまで、様々なシーンで活躍する添え花として広く愛されています。

めてきました。県外の主力産地へ研修に出向くなど1年ほどの検討期間を経て、昨年6月に初めて定植。現在、3戸の花き農家が20アールでハウス栽培しています。

「何もかもが手探りで、毎日勉強することばかりです」と話す、生産者の上野隆寿さん。9月に迎えた初収穫の際には高温障害などに悩まされ、思うように収量が確保できませんでしたが、まだ課題も多くありますが、「この花の魅力をもっとたくさんの方に知ってもらいたい」と、更なる品質向上と収量の増大に向けて意欲を見せます。



【生け花のポイント】

着色したものや雪の結晶のような形をした葉牡丹と、ピンクのハイブリッドスターチスを使い、厳しい冬の中だんだんと春に向かう表情を表現しました。剣山は使わず花瓶に葉牡丹を挿した後、ユーカリ、ハイブリッドスターチスを生けていきます。

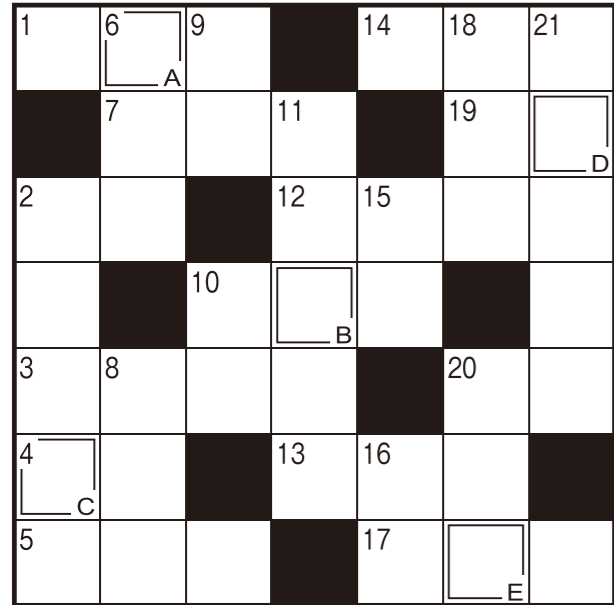
クイズに答えてJA高知県の商品をgetしよう!

読者プレゼント

幡多地区
土佐文旦(3L 10kg)



クイズ正解者の中から
今回は **抽選で20名様**
応募締切は 令和3年 **2月28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。



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。



1月号の答え [カドマツ]

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 最低気温が0度を下回る日のこと
- ② だら焼きに挟んである物
- ③ 片仮名語でいうとリベンジ
- ④ 節分にまきます
- ⑤ 冬、雪国の家の軒にぶら下がる物
- ⑦ ——の道も一歩から
- ⑩ 牛肉はビーフ、鶏肉は——
- ⑫ お釣りと一緒に受け取ることも
- ⑬ 多くの人が眠っています
- ⑭ チョコレートの原料になる植物
- ⑰ アルコールを含む調味料
- ⑲ 間違った答えに付ける印
- ⑳ バレンタインデーに伝える人もいます

↓ タテのカギ

- ② たき火の——を念入りに行った
- ⑥ チョコレートを——にかけて溶かした
- ⑧ 構えてシャッターを切ります
- ⑨ ジャムやピクルスなどを詰めます
- ⑩ この——の輪、なかなか外れないんだ
- ⑪ 就職活動の際に書きます
- ⑮ シャープペンシルに入れます
- ⑯ 浜辺に寄せては返すもの
- ⑱ 文庫本に布製の——を掛けた
- ⑳ 夕方になると家々の窓にともります
- ㉑ アシカに似た海獣



コチットの
直販所めぐり

vol.26

幡多地区・中村支所管内
「JAグリーンはた具同店 ふれあいの店」

オススメ
食材!

原木シイタケ



四万十市のシンボルの存在「赤鉄橋(四万十川の袂にある、JAグリーンはた具同店ふれあいの店。四季折々の野菜や果物、鮮魚、総菜など地元ならではの旬な農畜産物が並びます。その中から今回は、「原木シイタケ」を紹介します。幡多地区の原木シイタケ主力産地は、四万十市の西土佐地域です。収穫されるシイタケのほとんどが「原木栽培」で、伐採して枯れた丸太など天然の木に直接種菌を植え付けます。菌床栽培に比

べて害虫や有害菌など外部環境の影響を受けやすいのですが、天然条件と変わらない環境で栽培されるため、より天然のものに近い食味になります。原木シイタケは、鍋物や天ぷらなどにすれば濃縮された旨味が楽しめます。シイタケには血圧抑制効果があり、血管の詰まりやコレステロールの増加を防いでくれると言われているので、健康維持のサポートにもオススメです。ぜひ「賞味ください」。

◆◆ 税務署からのお知らせ ◆◆ **所得税等の確定申告について**

税務所の確定申告会場の開設期間は、

令和3年 **2月16日(火)~3月15日(月)**まで!

受付時間: **午前8時30分~午後4時**(相談開始は午前9時から)

会場内の混雑緩和を図るため、入場できる時間帯が指定された「入場整理券」が必要となります。入場整理券は、会場当日のみ配布します。また、「LINE」で事前発行も行っていますので、詳しくは国税庁ホームページをご覧ください。

※入場整理券の配布状況に応じて、後日の来場をお願いすることがあります。また、駐車場は大変混雑しますので、公共交通機関をご利用ください。



スマートフォンで申告可能!

国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成することができます。作成した申告書は「e-Tax(電子申告)」を利用して提出できます。また、印刷して郵送等により提出することもできます。



お問い合わせ先: 最寄りの税務署



**JAグリーンはた 具同店
ふれあいの店**

四万十市具同渡川3丁目1-29

TEL 0880-37-0777

営業時間 8:00~15:00

定休日 12月31日、1月1日~1月3日

販売内容 野菜、果実、鮮魚、精肉、
精米、加工品、花、野菜苗など

