

こうぐり

土佐の高知の
あぐりのチカラ



特集

農福連携の輪

地域農業を支える新たなチカラ

広がれ!



今年で50周年!

JAのプライベーターメン
「エコーマーク品」

PICK UP!

広報担当者が届ける
こうぐり! #14



早い所では、3月中旬から始まる田植え。県内では4月に、コシヒカリを中心とした早期米の田植えが最盛期を迎えました。水を張った田んぼには青々とした苗が並び、春の訪れを告げます。

季節が変わるにつれて、少しずつ変わってくる田んぼの様子。田植え後から稲が成長して水面を隠し始めるまでは、水面に映る様々な風景を楽しめます。日中は太陽の光でキラキラと輝き、夕暮れ時には夕日が反射してオレンジ色に染まる、そんな身近な風景が、私たちの心を落ち着かせてくれます。この風景がいつまでも続くように。生産者、地域に暮らす人々と力を合わせ、稲作と農地を守るために、今後も取り組んでいきたいと、改めて思いました。

「統括本部」 桑名 李果



「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



仁淀川地区
組合員課
坂本 倫子

先日、久々に女性部の行事が行われ、部員のみなさんとフラワーアレンジメントを作りました！和気あいあいと楽しくおしゃべりしながら、色とりどりの花を挿して楽しむ部員さんたちの姿にホッカリ、換気の徹底やマスク姿が定着した日々、気軽に人と会うことができないう頃、みんなが集う場に立ち会える幸せを噛みしめました。

昨年とはとにかく息をひそめて過ごした1年でしたが、今年はコロナ対策をして、人として充実した時間や交流する場をしっかりと作っていきたく思います。



Facebook



とさのさとーJA高知県ー



JAグループ高知



精そう、大地と地域のみらい。



キュウリを
おいしく食べてほしい

輝け！新農人 28
高知地区
かたおか こうた
片岡 孝太さん(39)
【就農1年目・キュウリ】

地域の仲間に助けられて

「農業のいいところは定年がないところ、体が動く限り続けたい」と、笑顔で話す片岡孝太さんは就農1年目のキュウリ農家。調理の専門学校を卒業後、親戚が営む飲食店に勤めていましたが、友人の農業を手伝ったことをきっかけに就農を決定しました。

高知県立農業担い手育成センターで基礎を学んだ後、高知市春野町の指導農業者のもとでキュウリ栽培について1年間研修を受けて独立。現在は、JAのきゅうり部会に所属し、18アールのハウスでキュウリを栽培しています。

収穫初期は、作業の遅れやかん水のし過ぎで樹が徒長し、収量が伸びないなど苦戦もしましたが、「青壮年部の仲間や地域の先輩農家が気にかけてくれるのでありがたい」と話す片岡さん。昨年12月の強風でハウスに被害が出たときも、仲間が駆け付け、すぐにハウスを修理することができました。栽培面でもアドバイスをもらい、年明けから収量も持ち直しました。

経営者として自覚が芽生える

繁忙期の労働力確保には、地域の農家からの紹介や、JAの無料職業相談所を利用しています。常時雇用できるような、作らない夏場に仕事を作ることが今の課題です。

「雇用で意識が変わった」と言う片岡さん。積極的に現地検討会へ参加し、栽培管理についての情報収集に余念がありません。忙しい毎日の中、自身の体調管理にも気を配りながら自分のハウスに合った栽培管理を模索中。環境制御技術を取り入れるなど作業の軽減も図っています。

「成功事例を作った新たな新規就農者呼び込み、地域へ貢献をしたい」。収量を上げて経営を安定させることを目標とし、5年後をめどに、炭酸ガス発生装置の導入や栽培面積の規模拡大を計画しています。

調理の腕前も活かす

飲食店での調理経験を活かし、キュウリのおいしい食べ方も考えている片岡さん。「お酢としょう油1対1にラー油を混ぜ、切ったキュウリを漬けると、ピリ辛ごはんにもお酒にも合うので、オススメです」。コロナ禍が落ち着き、キュウリの消費宣伝が再開したら、消費者にも勧めたいと腕前を見せる日を待ち望んでいます。

土佐の高知のあぐりのチカラ



2021 5月号 もくじ

03 輝け！新農人 [高知地区] 片岡 孝太さん

特集 広がれ！ 地域農業を支える新たなチカラ

04 農福連携の輪

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「えいのう〜」

16 地区版 みんなのひろば・お知らせ

17 キクカツ 安芸地区のあんなこと、こんなことを再発見

今年で50周年！ JAのプライベートブランド
「エコープマーク品」
PICK UP!

20 Living with Flower
～花のある暮らし part2～ [金子生花店]

21 うちんくの台所 / 女性部香美地区・香我美支部 編

22 コチットのイチオシ！
サツマイモ、ショウガ、ジャガイモ
仁淀川地区・伊野支所管内【伊野直販所】

23 読者プレゼント

24 広報担当者が届ける こうぐらむ!

表紙紹介
ナス



昨年9月、JAグループ高知で生産・出荷する「高知ナス」が血圧改善効果を掲げる機能性表示食品として登録されました。生鮮ナスとしては全国初で、ナス生産量日本一の安芸地区では、このチャンスを活かして「高知ナス」のさらなる需要拡大へ向けた様々な取り組みを進めています。

生産者



【安芸地区・安芸市】
安芸支部園芸部園芸研究会 会長
かげやま なおと
影山 直人さん

安芸地区ではナスを647人が141ヘクタールで栽培しています。近年、環境制御技術による増収でも着実に実績を積み重ねています。高知県などと協力し、最先端のIoT・AI技術などを融合させたデータに基づく取り組みで生産者全員の高収量化を目指しています。協力農家から花の咲き方や実の着き方、光や水の量などハウスの様々なデータを収集。2～3年後には地域でデータを共有し、収量増や出荷予測による販売など産地の底上げを狙います。協力農家の1人でもある影山会長は「今まで勤でやってきたところを数字で共有し、この先生産者が減っても、ナスを安定して出荷できる強い産地を目指したい」と話します。



実のつき方などを撮影するカメラの前で

地域で進む「農福連携」

近年、農業の現場では、農業従事者の高齢化などにより、農業労働力の減少や耕作放棄地の増加が課題となっています。一方、福祉の現場では、障がい者等は「働きたくても仕事がなかなか見つからない」などの課題があります。

このような「農業」と「福祉」の双方に課題解決とメリットがあるWin-Winな取り組み、それが「農福連携」です。地域における障がい者等の雇用促進や生きがいづくり等の場とな

るだけでなく、農業にとっても働き手の確保や地域農業の維持、さらには地域活性化にもつながる可能性があります。

JA高知県でも集出荷場を中心に、障がい者等の雇用や福祉事業所への作業委託に取り組んでいます。令和2年度には新たに2地区で取り組みが始まり、全地区に拡大。雇用人数の増加や新たな雇用・作業委託を行う集出荷場が増えるなど、各地区で徐々に農福連携が広がりを見せています。

きっかけは「生きづらさ」との向き合い

「みんな、ハウスに行ったら元気がなくて。それを見たら、僕たちも幸せになって。みんな相乗効果で元気になるっていく」と話す、高知県安芸福祉保健所の公文さん。安芸地区の農福連携を支える一人で、平成24年に現保健所に着任以来、管内の問題に向き合ってきた。着任時の課題は、管内の自殺死亡率の高さ。そこで、安芸管内では平成25年に自殺対策ネットワーク会議を発足し、市、消防、警察、病院など地域を支える関係者が集まり、生

きづらさの理解や障がい、貧困など様々なテーマで会議を重ね、支援体制を整えてきました。

「自分たちは精神保健福祉分野でのプロ、警察は犯罪、消防は命を救う、弁護士は法律で、それぞれで生きづらさを支えている。でも、それぞれで向き合うのではなく、専門性を持ちながらも困ったら相談し合って、解決していく方法が必要」と、ネットワーク会議の意義を唱えます。

CASE 1 安芸地区

広がれ!

地域農業を支える新たなチカラ

農福連携の輪

の輪

「農福連携」は「農業」と「福祉」を連携させ、働く場としての農業と、働き手としての障がい者等をつなぐことで、地域の課題を解決する取り組みとして注目を集めています。高知県内でも、確実に広がりにつつある農福連携の輪。農業の現場にどのような変化が生まれているのか、今回は安芸地区・幡多地区での事例を通して、農福連携の可能性を探りました。

高知県全体で相互に繋がり、課題を解決できるようにするのが僕の理想です。

高知県安芸福祉保健所
公文一也さん

JA高知県 安芸営農経済センター
営農企画課 無料職業紹介所担当
市川和加 課長補佐

農家さんと一緒に毎日いきいきと楽しく働く姿を見ると私たちも幸せになります。

活動も行っていきます。

令和元年9月には、農業と福祉をつなぐ「農業就労サポーター」をJAが雇用。これまで、研究会メンバーが個別に対応してきましたが、サポーターが加わったことで情報共有もスピーディーにできるようになり、支援体制が充実してきました。研究会の会長も務めるJA営農企画課の小松課長は、サポーターは定期的に訪問し、働く障がい者等の心のケアを行います。また、安心して働ける職場づくりを農家と共に悩み、解決していくことで、定着に繋がるケースが確実に増えています。と、サポーターの必要性を話します。

JA高知県 安芸営農経済センター
営農企画課
小松 淳 課長

市外から移住し一人暮らしで働くなど、自立に繋がっているケースもあります。

農福連携が始まったきっかけは、公文さんの友人の事案からでした。「以前、引きこもりの方を農家の友人に紹介して雇ってもらったことがあるんです。コミュニケーションが苦手でしたが、畑の石拾いの仕事をしてもらった。毎日コツコツと取り組んだんです。その後も引き続き、ナスハウスでの農業の雇用に繋がりました。それが周囲の農家にも伝わり「自分も雇いたいから紹介して欲しい」という声が上が

一件の相談から始まった農福連携

がるように。この活動こそが「農福連携」だと、公文さんは後で気付いたそうです。その後、障がい者等の自立を促すための就労支援が始まったものの、受け入れ先となる農家の確保が不十分という課題がありました。そこで、平成30年5月に安芸市、県、福祉機関、JAで「安芸市農福連携研究会」を発足。農福連携の取り組みが本格的に始まりました。研究会は、毎月の定例会で関係機関と情報を共有。農福連携サミットや交流会などを開催し、障がい者等を雇用した農家の体験発表を通して、地域で農福連携の理解を深めるための

研究会発足当初は11農家で16人の雇用でしたが、2年間で27カ所72人(令和3年4月8日現在)まで増加。農業に携わることで居場所ができた人や、引きこもりから自立した生活を送れる人も出てきました。今では、農家自らが多機能型事業所を立ち上げて障がい者等の就労を支援するケースや、農業だけに留まらず、林業、水産業でも雇用が始まるなど、その輪は地域で確実に広がっています。

「この取り組みを県全体に広げたい。まずは1件からいい。無料職業紹介所がそれぞれの地域にあるので、関係機関と連携しながら農家と働き手を繋いでいけたら」と、話すJA営農企画課の市川課長補佐。「取り組みのネットワークには不動産屋もあり、長期入院の方の家を紹介するなど、退院後の支援にも繋がっています。各地で協議会やネットワークができて、高知県全体で相互に繋がり、課題を解決できるのが僕の理想です」と、公文さんも話します。



農福連携への理解が深まり、協力ができつつある安芸地区。農家も、障がい者等も、支援者もみんなが笑顔になれるように。「農福連携をきっかけに、地域に様々な連携の形が生まれることが、地域、そして人を元気にしていくことにつながっていくのもかもしません。」

CASE 2 幡多地区 大方南部事業所

「農福連携」 人員不足から着目した

幡多地区の大方地域は花の産地でしたが、花の価格低迷によりニラへ品目転換が進んでいます。当初は生産者自らがそぐり、計量、結束を行っていましたが、佐賀支所園芸集出荷場で調整から包装までの作業受託を開始したことで面積が拡大。しかし、受入量には限りがあるため大方南部事業所でも出荷調整を行うことになり、新聞広告やハローワークで求人をかけましたが、なかなか人員が集まらない状況でした。そこで着目したのが、「農福連携」。幡多農業振興センターと共に、管内の福祉事業所に働きかけることにしました。

「3年前前から福祉事業所と幡多農業振興センター、JAとで何度か話し合いを重ねてきましたが、当初考えていたキュウリのツル降ろしや収穫作業などは作業工程が難しく、農福連携は進んでいない状況でした」と話す、藤田センター長。ニラ出荷調整作業は比較的作業がしやすいことから、再度福祉事業所に呼びかけて作業体験講習会を開催。昨年6月に2日間の講習会を4回に分けて行いました。幡多地域の11福祉事業所から35人が参加し、事業所職員と利用者がそぐり・計量・結束作業を体験。

継続して来てもらえるよう、話をしながらやる気を引き出していきたい。



JA高知県 幡東営農センター 藤田 雅也センター長

利用者の作業の可否や作業場所、就業時間などの意見を交わしました。その後、就労に前向きな3事業所に説明会を開き、9月から就労を開始。福祉事業所によって就労日数などは違いますが、週1〜5日、毎回2〜15人の利用者が就労しています。事業所からは「やってよかった」という意見も聞かれ、さらに今年1月からは新たに1事業所が加わりました。



大方南部事業所は、福祉事業所の利用者以外にも、約40人の作業員が働いている。昨年10月にそぐり機を導入したが、出荷量が多い日には残業が発生するなど人手不足が課題となっている。

「ノウフク・アワード2020」に応募! 安芸地区の取り組みが、優良事例として紹介されました。



ノウフク・アワードとは、ノウフク(農福連携等)の取り組みを表彰を通じて実践者を応援し、その価値を多くの人に知ってもらい、地域社会に根付かせるためのアワードです。安芸市農福連携研究会も応募し、優良事例として取り組みが紹介されています。

詳細は→ <https://noufuku.jp/award/>

農業就労サポーターは、支援機関と連携も取り、障がい者等に寄り添い相談に乗りながら、農家側のサポートも行うようになっています。竹島さんは、高知県社会福祉協議会からの相談があり無料職業紹介所を通して公文さんへ紹介。10日間の仕事体験から始まり、3月1日から本格的な雇用がスタートしました。最初はほぼ毎回様子を見て来ていましたが、仕事やメンタル面も安定してきたため、少しずつ訪問を減らしているところです。働き始めた頃と比べると、受け答えも

してくれて、顔つきが全然変わってきたと思います。私自身、サポーターとしてのスキルはまだまだ低く、農家さんのもとに通い話をしながら模索中です。「こういう言い方をしたら分かりやすい」など、自分経験をもとに農家さんに伝えていきます。公文さんは、作業の仕方を丁寧に教えてくれるので、分かりやすい。とても参考になります。心配りもすごくできる方で、休憩の合図もしっかり言ってくれるなど、メリハリがきいた仕事場です。

「農福連携」という取り組みについては詳しく知りませんが、JAから説明を聞いて実際に雇用するようになり、自分なりに調べて勉強しています。現在2人を雇用し、主に収穫作業をお願いしています。少しずつ慣れてきて、仕事をしながら他愛のない話をすることもあります。今後、一緒に楽しくワイワイと仕事がしたいですね。2人とも真面目で分からないことは素直に聞いてくれます。自分ももっと一緒にいて教えてあげたいと思っています。横山さんのサポートはとても助かっています。次期作では自分ももっとサポートできるようにしたいです。

農家 (雇用人)

安芸地区 ナス30アール 公文 一幸さん

利用者の声

働き手

竹島 和彦さん

農業就労 サポーター

JA高知県 安芸営農経済センター 営農企画課

横山 木実子さん



1日2〜3軒ほど農家のもとを巡回し、障がい者の方と一緒に農作業をする横山さん。話を聞きながら、日々の体調や仕事の内容が合っているかなどを見極めます。



福祉事業所の利用者用に作業部屋を用意。新型コロナウイルス感染症対策として、事業所ごとの作業時間が重ならないように調整もしています。

次のステップに向けて

「輪ゴムの結束や根本が揃えられないという方もいて、初めは本当に大丈夫かなと思っていたんです。でも、作業に慣れてくると徐々にスピードも上がってきています」。課題はまだありますが、取り組みは始まったばかり。「継続して作業に来てもらえるよう、話をしながらやる気を引き出していきたい」と、藤田センター長は労働力不足解消に期待を寄せています。今後、作業可能な福祉事業所を増やすた

農業で働くのは初めて。10日間の体験を経て、今は週3日、半日働いています。公文さんは、丁寧に教えてくれるのでやりやすいです。横山さんのサポートもあり、仕事をすることで助かっています。体を動かすのも、今のところ苦ではなく大丈夫です。働きはじめて日が浅いので、まだまだこれからです。今後、も続けていけるように頑張りたいです。

め、JAが福祉事業所にニラを持ち込み作業してもらおうような体制が必要となってくるとは思いません。「例えば、ニラがない時期はオクラをネットに詰めてもらう作業も可能であればいい。ただ、これは次のステップ。まずはニラがうまく動くようにしたい」と、夏場の農閑期における雇用の課題など、様々な検討が進められています。



辞令交付を受ける山岡さん(左)

JA高知県入組式 決意新たに47人が入組

4月1日、高知市のJA研修センターで入組式を開き、新採用職員47人が決意を新たに式に臨みました。

式では、秦泉寺雅一組合長が「困難なことがあっても、同じ職場の仲間や関係機関と連携して問題を解決し、周りに信頼される職員になっていただきたい」と激励。辞令交付では、代表して山岡大悟さんが秦泉寺組合長から辞令を受け取り、「真摯に、謙虚に仕事に取り組み、一日でも早く戦力になれるように頑張ります」と決意を述べました。

新採用職員は、JAの総合事業の役割や、社会人としてのマナーなどを新人研修で受講し、基礎的な知識を身に付けてJA業務に従事していきます。



機能性表示食品「高知なす」お披露目会 高知県副知事を訪問

JAグループ高知は4月12日、機能性表示食品「高知なす」のお披露目会を高知市で開きました。秦泉寺雅一組合長や信州大学の中村浩蔵准教授らが出席。「高知なす」に含まれる血圧改善効果など機能性成分の研究経過や、今後の出荷販売について報道機関らに紹介しました。



お披露目会で挨拶する、秦泉寺組合長

JAグループ高知で生産・出荷する「高知なす」は昨年9月、生鮮ナスでは全国で初めて、消費者庁の機能性表示食品に登録。血圧改善の効果があるとされるコリンエステルを他の農産物の3,000倍以上含まれることが報告されています。

お披露目会では、中村准教授が「ナス機能性研究の成果と今後の期待」を報告。JAグループ高知は、ナス包装袋の機能性表示切り替えに合わせて販促活動を一齐に実施するなど、「高知なす」の販売戦略を紹介しました。県域高知なす部会の清岡克弘会長は「高知なすのポテンシャルが実証されてうれしい。サプリメントやお菓子の材料など、今後の活躍の幅が広がる」と期待を寄せました。

お披露目会終了後には、高知県の井上浩之副知事を訪問。井上副知事は「食べ方の提案など県としてもプロモーションをすすめて、高知なすの生産拡大につなげていきたい」と話しました。



井上副知事(前列中央)に機能性表示食品「高知なす」について報告した関係者ら

種苗法が改正されました

「登録品種」には、品種を開発した人の苦勞が詰まっています。このような品種には、開発した人の権利が及んでいますので、表示をよくご確認ください。



農業者のみなさんへ

● 海外への持ち出しに注意

海外持出禁止との条件が定められている場合は、このような種苗の海外への持ち出しは法令違反になります(令和3年4月1日から種苗への表示が義務づけられています)。

● 栽培地域が限定された品種もあります

登録品種には、海外持出禁止や栽培地域の限定などの条件を付けることが可能になりました(令和3年4月1日出願品種から適用)。

● 増殖には許諾が必要です

令和4年4月1日から登録品種の収穫物の一部を自分の種苗として使うことにも、育成者の許諾が必要になります(育成者が認めていれば増殖できます)。※改正前の種苗法で自家増殖とされている行為

● 増殖した種苗の販売や譲渡には許諾が必要です

増殖した登録品種の種苗はこれからも今までと同様に許諾なしには譲渡や販売はできません。

● 簡易な許諾方法

育成者が認めていれば、団体を通じた簡易な許諾手続きも可能です。

● 表示を確認しましょう

登録品種の種苗には、「登録品種」などの表示があります(令和3年4月1日から義務化)。種苗を購入する際は、表示を確認しましょう。

● 利用条件にも注意

国内栽培地域の限定など条件が有る場合がありますので、種苗への表示を確認しましょう。

家庭菜園を楽しめるみなさんへ

● ご自身でお楽しみください

登録品種は、ご自身で消費する菜園、花壇などでは自由に使えます。増やした種苗やそこからの生産物を他人にあげることはできません。



お役立ち情報サイト

● 種苗法の改正について

種苗法の改正の背景、改正の内容などを掲載しています。



● 品種登録ホームページ

品種登録に関する情報が掲載されています。

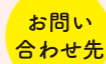


海外持出禁止の表示例

ノウリンイエロー (登録品種)
海外持出禁止 (公示(農水省HP)参照)

故意に種苗法に違反した場合の罰則

罰金 **最高1千万円以下** (法人は最高3億円以下) 懲役 **最高10年以下**



お問い合わせ先 **農林水産省食料産業局知的財産課**
☎ 03-6738-6443

「こうぐり」2021年3月号に掲載しました内容について、次のとおり誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

●9ページ「需要に応じた米生産に取り組みましょう」

〈JAグループ高知の取り組み〉②令和3年産飼料用米の取組目安数量 誤：4,200万t → 正：4,200t

安芸地区の あんなこと、こんなことを再発見

「なすマダム」大活躍！ 体当たりでナスの魅力を発信中

生産者やJA、県、市などをつくる安芸市施設園芸品消費委員会メンバーの生産者「なすマダム」は、昨年3月からYouTubeでナスを使ったレシピ動画の配信を始め、現在8本を公開中です。その活躍は地元ニュースや新聞などにも取り上げられ、注目を集めています。

おいしいナス料理を
いっぱい紹介しちゃうよ、
動画見てよ〜♪



撮影・編集は、JAや県、市の職員が担当。苦戦しながら作っています。



ナスに塩をふり、全体になじませる

動画には「なすマダムのワンポイント！」として土佐弁のナレーション付き。



なすマダムが作る
焼きなす



なすマダムが作る
揚げなすのねぎみそかけ



なすとししとうのじゃこ煮



取材対応もお手のもの！



なすのたたき

セリフまた間違えた！
もうお腹いっぱい
食べれんき〜



「なすマダム」の撮影現場はいつも賑やか！ 笑いが絶えません。

コリン〜♪コリン〜♪ コリン〜♪コリン〜♪



ナスの鳴子でよさこい踊り(コリンエステルのダンス)も披露！

今年3月には、機能性表示食品に登録された「高知なす」の血圧改善効果を伝えるため、ドラマ仕立ての動画撮影にも挑戦！台本を作り、事前に声合わせもして、体当たりの演技で臨みました。機能性成分や効果など少しかたい内容を、コテコテの土佐弁で楽しく、分かりやすく紹介しています。ぜひご覧ください！



「セリフを覚えるのが大変だったけど、楽しかった！」と笑顔のなすマダムたち。

チャンネル登録よろしくね〜！

レシピ動画と
新作動画は
コチラ！



簡単においしいゼリーができる

ゼリーの素 クール

熱湯に溶かすだけ、室温で固まります。海藻の力で常温で固まるゼリーの素です。

210g(70g×3袋)



私はナス農家なので、ナスのゼリーをよく作ります。甘さも丁度でおいしくできます。お客様が来る時は、ミカンやリンゴ、キウイ等を入れて作ります。

安芸地区 野町 節子さん

オススメレシピ

ナスのゼリー



【材料】(4人分)
ナス…3本
エコープ・ゼリーの素クール…1袋
水…2カップ
リキュール(メロン等)…1/2カップ

【作り方】

- ①皮をむいたナスを5~6mm角に切り、水にさらしてアクを抜く。
- ②鍋に①と水を入れ、沸騰してナスが煮えてきたら火を止め、ゼリーの素を加えてかき回して溶かす。
- ③最後にリキュールを加えて型に入れ、粗熱をとってから冷蔵庫で冷やして固める。

食後は

むし歯予防の薬用成分

「薬用ハイドロキシアパタイト」

薬用歯みがき アパナチュール

歯垢を吸着除去し再石灰化で歯を守る薬用成分「薬用ハイドロキシアパタイト」を配合しています。マイルドな磨き心地なので、子供から大人まで使えます。

120g 1,518円



ブラッシング後の爽快感が、口の中で長く続くのが大好きです。今では手放せません!

れいほく地区 川井 由紀さん

お買い求めはこちら!

エコープマーク品は、今回紹介した以外にも様々な商品があります。購入は、お近くのJA購買店舗、JAグリーン、Aコープ、JAファーマーズマーケット「とさのさと」などへ。ぜひお試しください!

また、JA組合員の方はご自宅までお届けする宅配サービス「JAくらしの宅配便」をご利用いただけます。

詳しくは、
購買事業本部生活部生活課

TEL: 088-884-8157 までご連絡ください。

肉厚で色鮮やかな三陸産わかめを使用。ちょうど良い大きさにカットされています。国内工場生産されています。



水に戻さなくてもよいので、毎日のみそ汁に便利です。酢の物などに入れると色鮮やかになります。

長岡地区 山本 好子さん



25g 430円

三陸産カットわかめ

シヤキツとした歯ごたえが特徴



20g 397円

糸寒天

水で戻してサラダや和え物、スープに

1人分2gあたり食物繊維1.5g、カロリーは2kcalです。火にかけて煮立てると溶けてしまうのでご注意ください。

食物繊維が簡単にたくさん取れて、ボリュームアップの食材にもなり、ダイエットにも最高だと思います。

コスモス地区 小松 陽子さん



かつお節に昆布のエキスを加えました。水にもすぐに溶ける液体タイプ。どんな和風料理にも使えます。

10年以上愛用しています。手間がかからず少量でおいしゅうできて、調理のレポートも増えました。この味を知ったら手放せません。

南国市地区 高橋 幸子さん



400ml 610円

かつおだし

豊かな香りとコクが自慢

【材料】(4人分)
キャベツ…1/4玉
タマネギ…1個
ニンジン…1/2本
エリンギ…2個
ピーマン…2個
エコープかつおだし…大さじ2
ごま油…大さじ1

【作り方】

- ①野菜は食べやすい大きさに切る。
- ②フライパンにごま油を熱し、野菜を入れて少ししんなりするまで炒める。
- ③かつおだしを振り入れて、全体を混ぜたら出来上がり(お好みで黒コショウを振ってもOK)。

オススメレシピ

かつおだしの野菜ソテー



香ばしくカラッと揚がるため、揚げ物に最適!冷めてもべたつきが少ないです。風味がよく、「油酔い」物質の発生が少ないです。栄養機能食品(ビタミンE)です。

揚げ物の時に、油の匂いでお腹がいっぱいになってしまうことがなく、油酔いしません。原料が米なので安心して使えます。炒め物、サラダのドレッシングにも利用しています。

土佐市地区 宮地 幸さん



1,500g 989円

ごめ油

揚げ物がカラッと仕上がる!

JA全国女性組織協議会フレッシュミズとの共同開発企画商品。さわやかな風味になっており、和洋中様々な料理に合います。お酢特有のツンとくる酸味を抑えているため、お酢が苦手なお子様でも安心して食べられます。

300ml 299円

幡多地区 清水 兄子さん



ほめられ酢

一本でいろいろな料理に使える!

発売当初から使っていますが、飽きがこない味です。ざっくり切った生野菜にもみこみ、ゴマをふりかけて食べてもおいしいですよ。



らっきょう漬は塩漬けなしでOK。国産のお米で造った穀物酢を使用しています。

甘酢漬けはもちろん、いろいろ使える万能酢です。ドレッシング、和え物、煮物にと大活躍です。特にカレーに添えるピクルス漬けは大好評。年中欠かせません。

四万十地区 福永 早苗さん



らっきょう酢

簡単に美味しく漬がるベストセラー商品

1.8L 876円

塩こうじパウダー

素材の旨味をひきたす調味料

使いやすい粉末小袋タイプです。米こうじの酵素の力で、食材の旨味を引き出します。

塩こうじパウダーは肉の味付けや、炒め物などに使用しています。

春野地区 上田 千代さん



72g(12g×6袋) 270円

128g(8g×16袋) 565円



JA全国女性組織協議会と共同開発!

簡単和風だし 旨!だしパック

かつお節を使用し、さば節、昆布でバランスを整えただしパック。素材以外の調味料などは使用していません。

あっさりした上品な味です。どんな料理にも合うと思います。

土佐香美地区 宮地 テル子さん



エコープマーク品は、安全・安心な国内産の原材料を優先的に使用しています。

原材料についても独自の基準を設け、主原料が国産100%であるものにのみ「国産愛用マーク」を表示するようにしています。このマークはエコープマーク品だけのオリジナルマークです。

JA女性部の共同購入運動

JA女性部は、食と農を基軸とした活動の一環として「共同購入運動」に取り組んでいます。家族が健康で安全に暮らすために安心・良質な品を計画的に購入し、ひとりでは出来ない商品開発や消費生活活動を仲間と共に実践。各地区で商品研修会や料理教室などを開き、エコープマーク品のよさを広めています。



令和元年7月実施(土長地区)

今年で50周年!

JAのプライベートブランド



「エコープマーク品」

毎日の食卓に欠かせない調味料や、粉類、お菓子などの食品をはじめ日用品も取り扱っている、JAグループのプライベートブランド「エコープマーク品」。組合員、利用者の皆さんの意見を反映しながらJAの特色を活かした商品開発を行っています。今回は、数ある商品の中からJA高知県女性部の皆さんの愛用品をご紹介します。皆さんのご家庭にも取り入れてみませんか?

PICK UP!

うちんくの台所

香美地区・香我美支部 編

ミカン酢巻きずしに果汁の酸味が少ない時は、味見をしながら酢を足して調整してみてください。好きな具材や季節の野菜を入れてアレンジするのもオススメです。

レシピは、HPからご覧になれます。ご活用ください！



香美地区香我美支部
大庭 静子 支部長

ミカン酢巻きずし

【材料・1本分】

- お米 1合
- ミカン果汁 200cc
(果汁100%ジュースでも可)
- ニンジン 1/4本
- 干しシイタケ 1枚
- キュウリ 1/2本
- のり(全形) 1枚
- すき焼きのたれ 大さじ1

- ① かちりじゃこ 15g
- 米酢 18g
- ゆの酢 10g
- ショウガ 小1かけ
- 砂糖 13g
- 塩 少々
- 味の素 少々

【作り方】

- ①ミカンは皮をむき丸ごと絞る。ミカン果汁200ccでお米を1合炊く。(ミカン果汁はザル等で果肉をこしておく)
- ②ショウガをみじん切りにし、①の材料と混ぜる。
- ③炊きあがったご飯に②を加え、切るように手早く混ぜ全体になじませる。うちわで軽くあおぎ上下に返してさっと混ぜ、ふたたびあおぐ。これを3~4回繰り返し、ぬれ布巾をかけ、人肌程度になるまで冷ます。
- ④ニンジン、キュウリを棒状に切る。干しシイタケは水で戻し、スライスする。
- ⑤フライパンに油を熱し、ニンジンと水で戻したシイタケを入れ、すき焼きのたれを入れて煮からめる。
- ⑥巻きすの上のにりを置き、奥側を2~3cm、それ以外は0.5cmほど空けて、手前側からすし飯を均一に広げる。このとき手前側は少し山形に盛り上げる。
- ⑦手前側から、キュウリ、ニンジン、シイタケの順に置く。
- ⑧指で具材を軽く押さえながら巻きすごとのりを持ち上げ、隙間ができないように力を入れながら奥側へひと巻きする。奥側の具材がずれないように片方の指で押さえ、さらに巻いていく。そのまま転がして、奥側ののりの端を巻きこむ。
- ⑨巻きすの上から押さえながら形を整えたら、完成。



肉煮入り た巻きずし



【材料・1本分】

- お米 1合
- 牛肉(こま切れ) 60g
- ゴボウ 1/8本
- ニンジン 1/4本
- サヤインゲン 30~40g
- すまき 1本
- のり(全形) 1枚
- すき焼きのたれ 大さじ2

- ① かちりじゃこ 15g
- 米酢 18g
- ゆの酢 10g
- ショウガ 小1かけ
- 砂糖 13g
- 塩 少々
- 味の素 少々
- ごま 大さじ1/2

【作り方】

- ①お米を1合、炊く。
- ②ミカン酢巻きずしの工程②~③と同じ。
- ③フライパンに油を熱し、牛肉を入れさつと炒めたら、すき焼きのたれ大さじ1を入れて味をつける。
- ④ゴボウ、ニンジン、すまきを棒状に切る。サヤインゲンのスジを取り塩ゆでしてから水にとり、頭のほうのヘタを取る。
- ⑤フライパンに油を熱し、ゆがいたサヤインゲンとゴボウとニンジンを入れさつと炒めたら、すき焼きのたれ大さじ1を入れて煮からめる。
- ⑥ミカン酢巻きずしの工程⑥と同じ。
- ⑦手前側から、牛肉、サヤインゲン、ゴボウ、ニンジン、すまきと順に置く。
- ⑧ミカン酢巻きずしの⑧~⑨と同じ。

~花のある暮らし part2~

人に個性があるように、
花にもいろいろな色があって
個性がある。
花を身近に感じて
楽しんでほしい。



白やグリーンなどでまとめたオシャレなおまかせブーケ。トルコギキョウやランタンキュラス、ソリダスター、ガーベラなど、高知の花をふんだんに使っています。(写真は3,300円)

金子 子重さん、恭子さん夫婦が経営する「金子生花店」。店内の花は高知県産を主にしながら、県外産や輸入物も取り扱い、冠婚葬祭などに対応できるようにしています。

金子生花店では「1輪からでも、どうか」と、お客様に提案しています。以前、バラを1輪を買って帰られたお客様が、「プレゼントした相手にすごく喜んでくれた」と、次は花束を注文してくれたそう。「花ってこんなに喜ばれるのかと、改めて嬉しかったです」と、笑顔で話す恭子さん。スタッフの濱田さんは、「ユリやソリダスターは土佐市で作られている花ですよ」と、お客様に花の情報も伝えるようにしています。「地元のだと知ると、その花との距離も近くなる。家でのコミュニケーションも膨らむかもしれない。お店に来た子どもたちには、自身が選んだ花をラッピングして花束を作ってもらったりなど様々な年代に魅力を伝え、花に付加価値を付ける事を大事にしています。

「高知の花は種類が豊富で質もいい。この1年は様々なイベントに参加させてもらったことで、いろいろな人と出会い、知ることも多かった。改めて高知の花の魅力を実感しました」と、濱田さん。コロナ禍でも、できることをしっかりと一歩ずつやり抜くため、イベント等には積極的に参加し、次のステップに向けて準備を進めています。

金子生花店
高知県土佐市高岡町乙 161
Tel:088-852-0276
営業時間 8:30~19:00
定休日 正月3日間休



金子生花店
kaneko.seikaten



左から金子恭子さん、金子和重さん、濱田達也さん

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

高知なすを中心に
高知野菜を詰め合わせた
「なす三昧セット」



※写真はイメージです。

1	5	7		13		20
			D			
2				14	17	
		8	11		18	B
	6			15		
			C			
3			12			21
	E					
4		9		16	19	
		10				
				A		

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。

ウ	エ	ソ	ノ	コ	ウ	エ	ン
	ホ	コ					ク
キ	ン	ギ	ヨ			ホ	ケ
ツ		リ	レ	キ			ゴ
ネ	ジ		イン				ゲン
	ユ	ミ		ト			ン
ゴ	ウ	ソ	ツ	キ	ユ		ウ

4月号の答え「レンゲソウ」

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 **6月5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

- 5月の空を泳ぎます
- ポカポカ陽気の日には脱いで腕に掛ける人も
- 魚の胸や背、尾などのヒラヒラ
- 『トッカータとフーガ』を作曲しました
- 柱や立ち木の間にっするして使う寝具
- トマトの実の食べない部分
- バラは「愛」や「美」、アヤメなら「朗報」「希望」など
- を買って家を建てた
- リュックやトランクもこれの一種
- ゴールまで——5kmです
- つるべを下ろして水をくみます

タテのカギ

- 亀が日なたで——干しをしている
- 漢字で書くと雲雀。空高くさえずる野鳥です。
あげ——、——笛
- 砕けて石や砂になります
- 突然、風船が——した
- 種、稲、穂に共通の部首
- 5月の第2日曜日は——の日です
- 和服の袖の下に垂れた部分
- 物質の性質や星の動きなどを学びます
- 胴が太いヘビのような形をしているという、幻の生物
- 二輪車のこと
- 奈良や京都のように昔、都が置かれていた場所
- 中国に次いで人口の多い国
- 紳士服——は4階でございます



コチットのイチオシ!

vol.02

仁淀川地区・伊野支所管内【伊野直販所】

サツマイモ、
ショウガ、ジャガイモ 100～150円

季節のお野菜や花が並ぶ「伊野直販所」。朝から常連さんたちの和やかな挨拶や会話が弾んでいるコチ～♪

この町はショウガやジャガイモなどの生産量が多く、直販所には年中並んでいる人気の商品なんだ。「高くておいしいのはいっぱいあるけど、安くておいしいから大人気! この量でこの安さはなかなかないよ」と、店員さんから太鼓判をもらったよ!

4月に訪れてみると、季節の野菜や山菜がいっぱい並んでいたよ。イタドリ、ワラビ、ゼンマイなど山の恵みの多くは、中追地区から毎週金曜日に届くコチ。今は生のワラビやイタドリ、タケノコが並んでいるけど、塩漬け戻しはタケノコが1年中、その他の山菜も3か月～半年後ぐらいまであるから要チェック!

わざわざ訪れたい直販所コチ～! みんなもぜひ来てみてね。



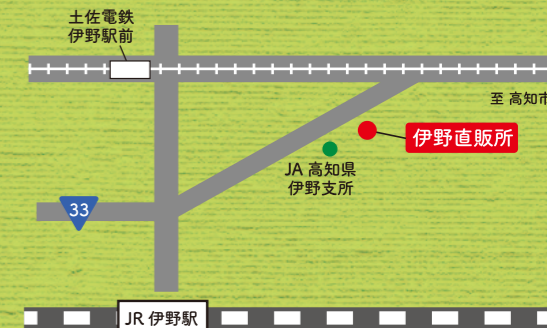
タケノコ

イタドリ



伊野直販所

吾川郡いの町駅前町221
TEL 088-892-1073
営業時間 7:00～16:00
定休日 1月1日～3日
販売内容 野菜、果実、花き、加工品、
精米、Aコープ商品など



土佐の「食べ頃」 **とさごろ** お届けします。

ネット通販サイト「とさごろ」が、今月オススメするのは「新ショウガ」! オールシーズンの囲いショウガと違い、ハウス内で秋に植え付け加温栽培するため、春からの収穫が可能。収穫後は水洗いし、出荷するため肌が真っ白で美しいのが特徴です。繊維が柔らかくて爽やかな辛味があり、定番の甘酢漬けはもちろん、最近では千切りにしてサラダ感覚で食べるなど、人気が高まっています。かき揚げにしてもおいしいですよ!

柔らか食感で
サラダにもぴったり
今月のオススメは
新しょうが

キルド便で発送し、新鮮なお届けします。

https://tosagoro.com/

とさごろ 検索