

# こうぐり

土佐の高知の  
あぐりのチカラ  
JA高知県



## 地域の魅力を引き出す 広報のチカラ を、伝えたい！ カタチに。

みなさまの  
暮らしのパートナー

「JA共済」から2つのお知らせ！  
・生まれ変わったJAの医療共済  
・住宅等の建物修理に関するトラブルのご注意



広報担当者が届ける  
こうぐり #21

木々の葉が色づき始め、  
秋の深まりを感じる今日この頃。  
見慣れた景色も  
季節の移ろいととも姿を変える。  
「農」や「食」に携わる人々の想いに触れ、  
生産者の苦労やこだわり、  
地域に根付いた農業の魅力を感じる。  
いろいろな出会いに感謝して、一日を振り返る。  
「今日も素敵な一日だった」と。  
さて、今日の晩ご飯は何にしようかな。

「土長地区」 森光 亜衣



@kouguri\_official  
「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♪

- 【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



香美地区  
企画組合員課  
田中 ほか

今月号の「チクカツ」(17ページ)で  
紹介していますが、ついに香美地区も  
YouTubeを始めました！ 新型  
コロナウイルス感染症の影響で消費宣  
伝等ができない中、青ユズをPRし  
たい」という生産部会の思いから、今  
までになかった企画で動画を作り、J  
Aグループ高知のYouTubeチャ  
ンネルをもっと盛り上げよう！と、  
始めました。愉快な生産者たちにも  
ご協力いただき、ズバリ！ 最高の仕  
上がりになっています。  
今後ユズをPRする動画を作り、  
アップしていきますので、皆さんご視  
聴ください。再生回数が増えると私た  
ちの励みになります。ぜひ、チャンネル  
登録もお願いします！





夢に向かって  
突き進む！  
ここからが  
本当のスタート。

輝け！新農人 34  
香美地区  
みよし ひであき  
三好 英明さん (48)  
[就農3年目 ピーマン 23アール]

以前、アルバイトとして働いた経験があった高知県での就農を決め、まずは県立農業担い手育成センターで7カ月間農業の基礎を学習。複数の品目の栽培管理を2週間のローテーションで学び、最終的にピーマンを選択しました。品目を決めた後は、香美地区ピーマン部会の西山忠宏部会長に弟子入りし、10カ月の農家研修でピーマン栽培のノウハウを身につけ、独立しました。

独立後2年間は、香南市の実践型研修ハウス20アールでの栽培に

**失敗だらけの独立栽培**  
「定年しても体が動く限りはずっと働いていたい」と、45歳の時に農家になろうと決意しました。

三好さんが今取り組もうとしているのが、農福連携です。就農するきっかけとなった観光農園で、障がい者手帳を持つ方と一緒に働いていたことで、興味を持つようになりまし

高校卒業後、地元・愛媛県を離れて関東の企業に就職した三好英明さん。しかし、このままでは将来が見えないと退職し、自分に合う仕事を探し始めました。さまざまな仕事を体験する中、観光農園のボランティアでイチゴやダイコンなどの定植から収穫までを経験し、農業の魅力を感じ、「自分の好きなようにできる自由さと、社員の頃とは異なる人間関係が自分に合っている」と感じたそう。また、「定年しても体が動く限りはずっと働いていたい」と、45歳の時に農家になろうと決意しました。

「経営が安定してきたら規模拡大はもちろん、小規模の果樹農園をつくり、非営利の収穫体験をできるようにしたい」。今は趣味で育てている果樹園も、新たな夢として実現に進み始めています。

さまざまな職を通して巡り合えた「農業」

挑戦。栽培1年目、収穫終わり間にアブラムシが発生したものの、「残り1カ月ほどだし、試しに放っておこう」と興味本位で防除を怠った結果、生育にも影響を及ぼして収穫もままならない状態に。2年間を振り返り、「もう失敗だらけでした」と苦笑いを浮かべます。今年度からは研修ハウスを出て、夜須町のハウス23アールで心機一転、新たなスタートを切ります。



03 輝け！新農人 [香美地区] 三好 英明さん

特集  
04 地域の魅力を引き出す広報のチカラ  
伝えたい！を、カタチに。

- 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



表紙紹介  
水稲

日本有数の棚田がある嶺北地域では、古くよりきれいな水と豊かな土壌、昼夜の寒暖差を生かした米作りが盛んに行われてきました。管内全域での栽培面積は、約569ヘクタール。高知県全体で見ると約5%程ですが、地域の特色を生かした栽培が行われており、良質な『米どころ』として知られています。

17 キクカツ 香美地区のあんなこと、こんなことを再発見

(みなさまの暮らしのパートナー)

18 「JA共済」からのお知らせです！

20 Living with Flower [アルテシモ]  
～花のある暮らし part2～



【土長地区・土佐町】  
じんぜんじ しんいち  
秦泉寺 晋一さん

21 うちんくの台所 / 安芸地区 羽根支部 編

標高約400m、険しい山々に囲まれた自然豊かな土佐町溜井地区。昼夜の寒暖差が大きく、山々が蓄えたミネラルを多く含んだ水蒸気が稲穂を包み込み、甘みと旨味が豊かな米ができます。生産者の秦泉寺さんは、約4.5ヘクタールでヒノヒカリを栽培しています。5月末に田植えを行い、10月初旬から刈り取りを始めました。長年の経験で培った技術を生かし、この地で38年間栽培している秦泉寺さん。今年は長雨の影響により、例年に比べると収量は減少しているそうですが、「好きやないとこまで続けれん」と熱い想いを語ってくれました。

22 コチットのイチオシ！  
【土長地区】 あぐり食堂ほっと「カレーライス」

23 読者プレゼント

24 広報担当者が届ける こうぐらム！

contents

高知さんさんテレビ

# 3 「あぐりのチカラ」



高知の農産物、棚田、文旦山など歴史と景観を生み出してきた農的な風景を、映画のような美しさで紹介してきたミニ番組「あぐりの地から」がリニューアル！今回は生産者の日常を切り取り、営農の取り組みを美しく映像化します。撮影は引き続き、写真家・高橋正徳さんが担当。県内各地の生産者のもとを訪れ、高知の農業や生産者の魅力を引き出します。

【放送期間】 令和3年11月最終週～令和4年3月  
【放送日時】 毎週月曜日 午後8時57分～9時

放送後の映像は、JA高知県HPやYouTubeチャンネルにて公開予定です。

## 高知の農業を感じる「夢」や「明るい未来」を伝えたい。

これまでの「あぐりの地から」は農産物を主役にした番組構成でしたが、今回からは「生産者が主役」です。生産者の方々から農業の面白さ、農産物を作る喜びなど、さまざまな想いを聞くことができました。「高知の農業には夢があり未来は明るい」と、番組を通して伝えていきたいです。生産者の方々の生の声や暮らしを、1人でも多くの人に観ていただき、高知の魅力再発見に繋がればと思っています。



LIFE is PHOTO 写真家・高橋 正徳さん

いろいろな方に協力いただいているよ！



## 県内各地の「食」と「農」の魅力を発信！ JAグループ高知のテレビ番組

第1回目(10月)は、「カラーピーマン」。土長地区のれいほく地域で作られている「彩どりピーマン」を紹介しました。第2回目(11月)は、香美地区の「小ネギ」を紹介します。



【放送期間】 令和3年10月～令和4年3月  
【放送日時】 毎月第1土曜日 午前9時55分～10時20分の「あさコレ！」内  
番外編「ベジフルStory+ (プラス)」  
【放送日時】 毎月第2・3・4金曜日 午後6時55分～7時

放送後の映像はJA高知HPほか、民放公式テレビポータル「ティーバー」でも視聴できます。

## 高知の生産者さんは、とにかく熱い！ その情熱が私は大好きです。

生産者さんは自身のほ場にいる時が一番輝いています。どの方のところに行ってもほ場に一步入ると、栽培する農産物への想いを肌で感じます。また、高知の生産者さんは技術力が高いだけでなく、他県に比べてとにかく熱い！ その情熱が私は大好きです。そんな高知の生産者さんの情熱や想い、農産物の魅力、食べ方、活かし方、保存方法などを余すことなく、「ベジフルstory」を通してお届けします。



野菜ソムリエ上級プロ 西村 有加さん

この番組をきっかけに、もっと若い人たちが農業で働くことに興味を持ってくれたら嬉しい。子育て中の方や、土日だけの学生バイトなどでもOKです。ぜひ一度JAへご相談ください。



安芸地区 ナス生産者 小松 義之さん

## 若い方にも刺さるような、生産者さんの魅力を伝えたい。

初めての農作業は、生産者さんが優しく親切に教えてくれて純粋に楽しかったです。農業はハードルが高いと感じたり、踏み出しにくい職業だと思いますが、やり始めたら絶対楽しい！番組を通して、農業が自分たちの生活に身近なものだということが伝わって、若い方にも農業に触れてもらうきっかけになればいいなと思います。若い方にも刺さるような生産者さんの魅力をもっと伝えられるように、今後も頑張ります！



YouTuber ちやがまらん (☆ひとしさん、☆ちゆんさん)



第1回目(10月)は、安芸地区のナス生産者・小松義之さんのハウスでお手伝い！第2回目(11月)は、高西地区のショウガ生産者のところへ訪問予定です。

【放送期間】 令和3年10月～令和4年3月  
【放送日時】 毎月最終月曜日 午後3時50分～4時45分の「eye+スーパー」内

放送後の映像は、農業求人サイト「あぐりマッチこうち」より視聴できます。



JAグループ高知では、農業やJAをもっと身近に感じてもらうとうとテレビ番組を通じて、「農」「食」「暮らし」「地域」の観点から、様々な取り組みを紹介しています。今年、民放3局で番組を制作。10月より続々と放送を開始していますので、ぜひご覧ください！

KUTVテレビ高知

## ベジフルStory 1 contents

それは、大地からはじまる物語



テレビ高知の「あさコレ！」で放送していた「ベジフルレシピ」がリニューアル！ナビゲーターには引き続き野菜ソムリエ上級プロ・西村有加さんを迎え、「ベジフルStory」として、10月より放送を開始しました。「ベジフルStory」では、西村さんが生産現場を訪れ生産者に直接インタビュー。農産物の魅力をより引き出し、おいしくいただくレシピもご紹介します。さらに、第2・3・4金曜日には番外編「ベジフルStory+ (プラス)」を放送。暮らしに役立つ【活かす】【いただく】【愉しむ】情報をお届けします。

RKC 高知放送

## 「ちやがまらんの体験！発見！あぐりこうち」 2 contents



高知密着のYouTuber「ちやがまらん」をナビゲーターに起用。JAが労働力確保として取り組む無料職業紹介所・農業求人サイト「あぐりマッチこうち」を通して、農業体験や生産者と交流してもらい、若い世代の目線から農業の現場やJAの取り組みをお伝えします。

# 特集 地域の魅力を引き出す広報のチカラ

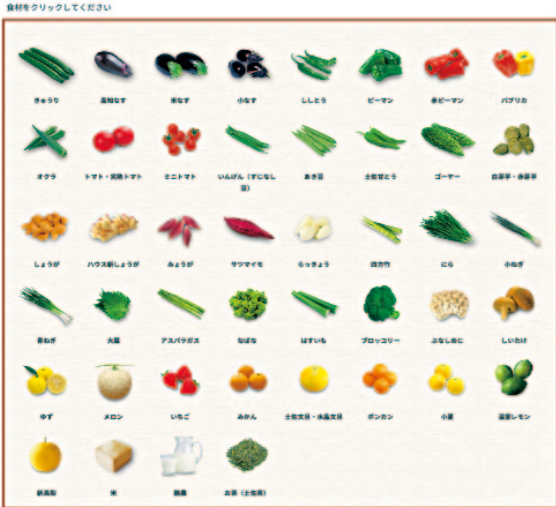
# を、伝えたい！

JA高知県では広報誌・ホームページ・SNSなど、さまざまなツールを活用しながら広報活動を展開しています。高知県の農業がこれからも発展していくように、「農のチカラ」食の魅力をもっと伝えたい！「JAのことをもっと知ってもらいたい！」という想いを込めて、産地の取り組みや生産者の思い、食や暮らしに関する情報を幅広くお届けしています。広報活動には、組合員・地域の皆さんの協力が必要不可欠です。今回は、地域と共にすすめる広報活動のさまざまな取り組みをご紹介します！





お手軽 RECIPE 高知県の食材を使った、簡単レシピのレシピ山

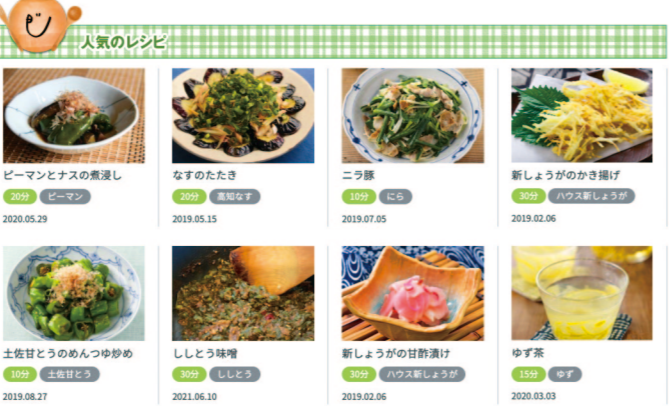


食材からレシピが検索できる便利なサイト

旬の食材で、新しい料理してみたいってことありませんか? そんな時、このサイトはすぐありがたい! スマホ見ながらスーパーで材料を買ったりして、重宝しています。

利用者の声

組織の基本情報だけでなく、「食」・「農」・「協同」に関するJAの取り組みや県内産地の農畜産物、直販所情報など幅広い情報を発信しています。アクセス解析の結果を見ると、県外からのアクセスも多いため、全国の方に見ていただけるよう、高知県の自然の豊かさなどを伝えられる作りになっています。人気は、県産の農畜産物を使ったレシピページ。農家直伝のレシピをはじめ、手軽なものから本格的なものまで、その数は現在約300種類以上! 材料となる農畜産物から簡単に検索できます。他にも、広報誌やSNSと連動した情報掲載も行っており、組合員の皆さんにもご覧いただきたいサイトです。



女性部、生産者、JA職員らが考案するレシピの数々

郷土料理から、チャレンジ系まで幅広いラインナップがすごい! 更新頻度も高いので、参考にしやすい! アプリ化してくれないかな〜。

利用者の声

地域の魅力、みんなに伝えたい〜!

幅広い年齢層にアプローチ SNSの活用

SNSを活用した広報活動も積極的に展開しています。使用する媒体は、「インスタグラム」「フェイスブック」「ライン」の3種類。インスタグラムでは、地域の農畜産物や農業の魅力など旬な情報を写真とともに投稿し、フォロワー数は9月末現在で約1,500人。幅広い年齢層にJA管内の魅力をPRしています。



12月末まで「こうぐり」SNSフォトコンテストも実施中! インスタグラムまたはフェイスブックからご参加ください。



広報誌やホームページ、テレビ、SNS、動画配信……、広報活動はいろいろな媒体を活用しておこなっているコチ。JAの事業や活動を知らせるだけでなく、産地の取り組みや生産者皆さんの思いなど、高知の農業や地域の魅力を伝える大事な活動なんだ。今後もどんどん積極的に情報を発信していくから、皆さんの協力をよろしくコチ〜!



コロナ禍で生まれた新しい広報活動

新型コロナウイルス感染症の影響により、県外などでの対面による販促活動ができないことから、コロナ禍に対応した新たな販売促進の取り組みが始まっています!



2 県域ししとう部会の SNS活用 NEW-PR

業務用需要が落ち込み、単価低迷などの大きな影響が出ている「シシトウ」。対面での試食宣伝などPRする機会が失われ、地区の生産部会よりSNSを使った宣伝に取り組みたいという声があがりました。検討の結果、地区だけでなく県域で取り組む必要があることから、県域ししとう部会でSNSアカウントを作り運用することになりました。アカウントの名前は全て「高知のししとう」。「フェイスブック」、「インスタグラム」、「ツイッター」の3種類で発信中です。生産者の皆さんからの情報提供もお待ちしております!



1 新たな販促ツール 動画配信 NEW-PR



試食宣伝などの販促活動できなくなったことを補うため、今後活用が期待できる販促ツールとして動画を作成しました。JAグループ高知のYouTubeチャンネルで、米ナス、小ナス、シシトウ、土佐甘とう、大葉、新ショウガ、ハスイモ、小夏、文旦、メロンの動画を公開中です。生産者にもご協力いただき、ステキな動画に仕上がっています。



コチットが動画に!? レシピ動画「こちめし。」もできました!

みんな、みてね〜!



JAグループ高知

世界中の皆さんに「物部ゆず」を知っていただきたい!

コロナ禍で、県内外での産地PRの機会が大幅に少なくなってしまい、ほとんど困り果てていました。JAの職員から「物部ゆずのPR動画を作成してはどうか」という提案をもらい、はじめは不安もありましたが、生産者一同協力して良い動画が出来上がりました。全国、いえ世界中の皆さんに「物部というゆずの産地をぜひ知っていただきたい!」という生産者の思いがたくさん詰まっています。これからも、高知県産の物部ゆずをよろしくお祈りします。

9月より、物部柚子生産部会が「JAグループ高知」のYouTubeチャンネルに地元産ゆずや産地をPRする動画の投稿を開始しました。今までなかったジャンルの動画を投稿してYouTubeチャンネルを盛り上げたいという職員の気持ちがきっかけで始まった企画です。現在までにレシピ紹介動画3本を職員が撮影して編集。今後は様々な生産者に登場してもらうなど、物部ゆず産地の愉快で個人的な雰囲気を撮影していきます。

物部柚子生産部会 宗石 正志 部会長

3 「物部ゆず」が YouTubeに登場! NEW-PR



「とさゆずのやま」も出演する「物部ゆず」動画



安芸地区より

## 農家も期待、日本一のぽん酢へ! ミツカン「まっことゆず」発表会

「まっことゆず」は、「とさのさと」や県内のサニーマート・イオン・サンシャイン・フジ・マルナカなどで販売中です。



発表会にて左から農家の千光士尚史さん、小松正博さん、中屋導さん、ミツカンの亀山勝幸部長、柳谷惇主任

(株) Mizkanは10月1日、安芸地区あき支所で新商品のぽん酢「まっことゆず」の発表会を開きました。商品開発に協力したユズ農家やJA、安芸市長らが出席。9日からの県内TVC M放映開始を前に、商品の魅力を報道関係者らにPRしました。

「まっことゆず」は、商品開発の各プロセスに同地区の農家が全面協力して誕生しました。発表会では、同社MD本部商品企画部の亀山勝幸部長が同地区との40年以上の交流や商品開発について紹介。開発当初は、「ユズの自然な美味しさが楽しめるぽん酢」を検討していましたが、味の方向性に悩んでユズ農家に相談。栽培の苦労や努力、ユズへの想いに触れたことで、「ユズ農家と一緒に作りたい」と考えるようになったことも紹介しました。亀山部長は「農家の95%の人が美味しいと言ってくれて自信を持っている。商品が売れることで恩返しになるので、しっかり販売していきたい」と意気込みを語りました。

店頭販促物にメインで登場し、商品PRのリーダー的存在だった農家の千光士尚史さんは「ミツカンと地域のこれまでのつながりを感じる商品になった。本当に美味しいので、日本一のぽん酢になれるよう期待している」と思いを込めました。

### #こうぐりフォトコン

高知の「食」や「農」の魅力をシェアしよう!

「こうぐり」SNSフォトコンテスト開催中!

日常の中で見つけた食や農に関するヒトやモノ、風景、高知県の農畜産物、それを使った料理の写真など、オススメする「高知の食や農」の魅力が伝わる写真をInstagramまたはフェイスブックに投稿してください。ご応募いただいた作品の中から入賞作品を決定し、高知県の特産品をプレゼントします!



#### 【募集期間】

令和3年10月10日(日)~12月31日(金)までの投稿を対象

#### 【結果発表】

募集期間終了後に審査を行い、結果発表は令和4年3月に広報誌・ホームページ上などで行う予定です。

詳しくは、JA高知県ホームページをご覧ください!



### 県知事らに農業振興施策を要請



高知県農協農政会議とJA高知中央会の代表ら12人は9月21日、高知市の県庁で浜田省司知事、森田英二県議会議長等に対し、令和4年度の農業振興施策を要請しました。

同会議の宮脇真道副会長(JA高知市組合長)が生産現場の現状と課題を報告。栽培データを駆使し、生産に役立つ農業を普及させるための機器を導入した農家への支援拡充や、集出荷場再編統合に活用できる事業の要件緩和、種苗法改正施行後も県が開発した水稻種子を農家が自家増殖する場合の利用料無償化など6項目を要請。JA高知中央会の久岡隆会長が浜田知事に要請書を手渡しました。

2021  
NOV.

JA高知県



トップニュース

## 秋季果実展示品評会に146点が出品 「新高梨」の生産者・森本巖さんが農林水産大臣賞

高知県果樹研究協議会は10月9日、高知市の「とさのさとアグリコレット」で令和3年度高知県秋季果実展示品評会を開きました。梨「新高」(113点)や栗(15点)、水晶文旦(8点)、温州ミカン(10点)の計146点が出品。最優秀の農林水産大臣賞には、「新高梨」を出品した森本巖さん(仁淀川地区コスモス)が選ばれました。

品評会は、県産果実の品質向上、技術改善による高位平準化と経営の安定向上につなげるほか、特産果実に対する県民の認識を新たにすることがねらい。今年度は新型コロナウイルス感染症の影響で表彰式は中止となりましたが、感染症対策をしながら、展示や予約販売を実施。とさのさとの買い物客らも足を止め、多くの受賞産品を鑑賞していました。



大臣賞以外の主な受賞者は次の通り。かつこ内は地区名と品目。

- ▼高知県知事賞  
吉岡郡子さん(幡多地区、栗)
- ▼高知県農業振興部長賞  
中平吉彦さん(仁淀川地区土佐市、水晶文旦)
- ▼高知県農業協同組合中央会長賞  
土本誠さん(仁淀川地区コスモス、新高梨)  
宮地久美さん(幡多地区、栗)
- ▼JA高知県組合長賞  
森本長利さん(仁淀川地区コスモス、新高梨)  
前田輝美さん(幡多地区、栗)  
寺川賢二さん(香美地区、水晶文旦)  
恒光友子さん(香美地区、温州ミカン)



展示された梨を見る買い物客

# メウカツ! vol.8

香美地区の  
あんなこと、こんなことを再発見

簡単そうに見えて意外と難しい!  
制限時間内にいくつ掴めるか!?



ものべゆず女性倶楽部の  
美味しい手料理を  
召し上げれ

## 地元で愛される「どちっこまつり」で、 青ユズつかみ世界大会に挑戦!

残念ながら昨年と今年は新型コロナウイルスの影響で開催できていませんが、香美市物部町大栃では、毎年9月に「どちっこまつり」を開催しています。

平成21年に地域の子供たちが主役になるイベントとして始まり、現在は子供も大人も盛り上がる人気イベントとなっています。会場ではJA職員や物部柚子生産部会、ものべゆず女性倶楽部らがおでんや寿司などを販売し、食べて・飲んで・歌って・踊ってと大盛況です。

「どちっこまつり」の目玉企画は、「青ユズつかみ世界大会」。水に浮かべたユズを、30秒の制限時間内に菜箸でいくつ掴めるかを競います。過去の最高記録41個を越えようと、熱い戦いが繰り広げられます。次回開催される際には、皆さんの参加をお待ちしています!



会場は多くの来場客で大盛況



演奏で会場を盛り上げます!

目指せ!  
青ユズつかみ  
世界イチ!

集中!

チャンネル登録も  
お願いします!



現在、JAグループ高知のYouTubeチャンネルでは、物部柚子生産部会と職員が協力して作成したユズのPR動画をアップ中! その中に「青ユズつかみ世界大会」の企画動画もアップしています。物部の愉快で个性的な女性たちが多数出演し、思わず笑ってしまうような場面も。ぜひチェックしてみてください。

職員が青ユズつかみの練習中。  
コツを伝授する物部集出荷場の竹内課長(右)



## お知らせ 2 住宅等の建物修理に関するトラブルにご注意ください!



と、うっかり応じてしまうと…  
こんなことも……

うその理由での  
請求を勧められた!

法外な解約料金を  
請求された!

ずさんな  
工事をされた!

おおお

### 消費者へのアドバイス

- ① 申請代行業者の説明を鵜呑みにせず、必要のない勧誘はきっぱりと断る。
- ② 契約している保障の内容を自分の目で確認したうえで、事実に基づいて保険金を請求する。わからなければ保険会社等に相談する。
- ③ 複数の修理業者から見積りを取り、慎重に判断する。
- ④ 修理の着工前に代金を全額前払いすることは避ける。
- ⑤ 訪問販売や電話勧誘販売で契約した場合には、クーリング・オフできる。
- ⑥ トラブルにあったら、最寄りの消費生活センター等に相談する。

### 実際のトラブル事例

契約者:80歳代・女性(無職)

うその理由で保険金を請求することになったと思い、勧誘を断ったら嫌がらせをされた。

「契約している火災保険の保険金や共済の共済金を使って屋根工事ができる」「請求手続き費用も一切かからない」というチラシを近所で配っていた業者が自宅に来た。高齢の母が強引に勧誘されたようで、申請代行業者から共済金請求の手続きを急がされていた。

娘である自分が気づき、申請書類を見たところ、申請代行業者に勧められたとおり屋根の損害の原因を4月の強風が原因として共済に申請しようとしていた。屋根の損害は経年劣化によるものだと思っていたので、うその理由で申請することになるのではないかと思い、契約を断った。

その後、断っても断っても申請代行業者は訪問してきて、母に「共済金はおりたか」「すでに調査の手配をしているんだ。弁護士に相談して損害賠償請求してやる」と怒鳴って詰めよってくる。これ以上勧誘しないでほしい。

独立行政法人国民生活センター 相談事例より

### ご注意

地震・台風などの自然災害の後にトラブルが多くなります!

「共済金が使える」と言って勧誘されたケースでの建物修理に関するトラブルが増加しています。このような勧誘については鵜呑みにせず、必ず建物修理契約を締結する前にJAにご相談ください。契約後であってもクーリング・オフできる場合があります。なお、トラブルになった場合には、国民生活センターや消費生活センターで相談を受け付けています。

## Notification

(みなさまの暮らしのパートナー)

# 「JA共済」からのお知らせです!

組合員、地域の皆様一人ひとりのニーズやライフプランに応じて、充実した保障を提供している JA 共済から “2つ” の大事なお知らせです。

## お知らせ 1 JA の医療共済が生まれ変わりました!



近年、入院の短期化に加え、入院前後の通院・在宅医療の患者数が年々増加していることから、入院のみならず、通院・在宅医療への備えの重要性が高まっています。そのため、今年4月の仕組改訂により、入院日数に応じて入院共済金をお支払いしてきた「日額型」から、入院前後の治療も含めたトータルの医療費に主眼を置いた「一時金型」の新しい医療共済「メディフル」にリニューアルしました。

### point 1 日帰り入院<sup>(※1)</sup> からまとまった一時金を受け取れます!

日額型の場合	NEW 一時金型(メディフル)の場合								
<table border="1"> <tr> <td>1日目</td> <td>2日目</td> <td>3日目</td> </tr> <tr> <td>¥</td> <td>¥</td> <td>¥</td> </tr> </table> <p>入院日数に応じて給付金をお受け取り</p>	1日目	2日目	3日目	¥	¥	¥	<p>1日目からお受け取り</p> <p>日帰り入院を含め、入院1日目からまとまった一時金をお受け取り!</p> <p>入院前から退院後まで、さまざまな費用にお使いいただけます。</p>		
1日目	2日目	3日目							
¥	¥	¥							
<p>お受け取りのイメージ</p> <p>(共済金額30万円、4回型の場合)</p> <table border="1"> <tr> <td>1日目</td> <td>30日目</td> <td>60日目</td> <td>90日目</td> </tr> <tr> <td>30万円</td> <td>30万円</td> <td>30万円</td> <td>30万円</td> </tr> </table>	1日目	30日目	60日目	90日目	30万円	30万円	30万円	30万円	<p>入院日数が1、30、60、90日の各日数に達するごとに、治療共済金30万円をお支払いします(合計120万円)。</p>
1日目	30日目	60日目	90日目						
30万円	30万円	30万円	30万円						

※1: 日帰り入院は、入院基本料の支払いの有無などにより判断されます。

### point 2

## 新型コロナウイルス感染症で、入院または宿泊施設、自宅療養でも一時金を受け取れます!

### 【新型コロナウイルス感染症のお取扱い】

新型コロナウイルス感染症<sup>(※1)</sup>の被患により、入院された場合、「疫病による入院」として、入院共済金のお支払い対象となります<sup>(※2)</sup>。(医療機関等の事情により、宿泊施設や自宅等での療養を余儀なくされた場合も、所定の証明書等をご提出いただくことで入院共済金のお支払対象としてお取扱いします<sup>(※2)</sup>。

※1 新型コロナウイルス感染症を指定感染症として定める等の政令(令和2年政令第11号)に定める新型コロナウイルス感染症をいいます。以下、同じ

※2 ご契約ごとに定められている所定の条件を満たす必要があります。  
※従来の医療共済についても給付金の対象となります

### point 3

## 一生涯保障や先進医療保障などライフプランにあわせて自由に設計できます!

- ご加入にあたりましては、お近くのJA(農協)へお問い合わせください。
- この広告は、概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

資料請求キャンペーン実施中!

資料請求はコチラ

<https://www.ja-lifeadvisor.jp/medifulcp/>



[2139990102]

# うちんくの台所

安芸地区 羽根支部編

レシピは、HPからご覧になれます。  
ご活用ください！



## ナスとピーマンの肉みそ炒め丼

### 【材料 2人分】

- 豚バラ肉……100g
- ナス……2本
- ピーマン……1個
- ごま油……大さじ1
- 白いりごま……大さじ1
- 卵……2個
- ごはん……2膳分

合わせ調味料

- みそ・しょうゆ・きび砂糖
- みりん・酒……各大さじ1
- ニンニク(すりおろし)・ショウガ
- 豆板醤……各小さじ1

### 【作り方】

- ① 合わせ調味料を混ぜ合わせる。
- ② 豚バラ肉は 3cm幅、ナスとピーマンは縦半分に切って1～1.5cm幅に切る。
- ③ ごま油を熱したフライパンに豚肉を入れて炒める。
- ④ ナスを加え、しんなりするまで炒める。
- ⑤ ピーマンを加え、合わせ調味料を入れて全体にからめる。とろみがついたら、いりごまを加えて火を止める。
- ⑥ 丼に、ごはんと⑤を盛りつけ目玉焼きをのせる。



ナスは油やみそとの相性◎ ごはんがすすむ一品！

## お好み天

パクパク食べられる

お酒のおつまみや子どものおやつにもぴったり！



特産のナスを使った丼と、女性部のイベントなどでも人気の天ぷらをご紹介します。ぜひ、作ってみてください！

JA高知県女性部  
安芸地区羽根支部

上段左から 楠見 真由美さん、安岡 優子さん、安岡 繁美さん

下段左から 吉岡 紀代美さん、齒染尾 己知子さん、  
徳永 慶子さん、小松 祐子さん

### 【材料 2人分】

- スリミ……100g
- ムキエビ……30g
- 卵……1個
- キャベツ……1/4玉
- ニンジン……2～3cm
- 紅ショウガ……15g
- 小麦粉……大さじ1
- 塩・胡椒・ウスターソース・青のり 各適量

### 【作り方】

- ① キャベツとニンジンをせん切りにする。
- ② 材料を全て混ぜ合わせて、丸い形にまとめ、油で揚げる。

～花のある暮らし part2～

やっぱり生花が好きなんです。  
生花が1輪でもあると、  
お家の中に潤いが出ますよね。



トルコギキョウ、秋色アジサイ、バラ、セダムなど高知の花を中心にしたアレンジメント (写真は3,000円)



アルテシモ  
高知市愛宕町4-1-13  
Tel 088-871-6688  
営業時間 9:00～18:30  
定休日 日曜日

花の形や色合わせを見ながら生けたり、アレンジメントするのは、花の楽しみ方のひとつですね。

アルテシモ  
黒岩 理さん

28年前に、店主の黒岩理さんがUターンしてオープンした「アルテシモ」。花を育てるのが好きで、高知に帰ってくる時には花の生産者か花屋をやるか迷ったそう。最終的に花屋を選びましたが、今でも花を育てるのは好きだそうです。

店内の冷蔵ショーケースには、県産のトルコギキョウやユリなどの切り花が並び、鉢物も取り扱っています。「高知県産というより、その時々で良い物を選ぶようにしています。高知の花は、グロリオサやダリア、ユリ、ブルースターなどインパクトの強い花が多い印象があり、夏や冬など厳しい季節の中でも、良いものが作られていると思います」。アルテシモでは、主に生花を扱っています。「やっぱり私は生花が好きなんです。今はアーティフィシャルフラワー(造花)やドライフラワーもありますけど、生花が1輪でもあると、お家の中に潤いが出ますよね」。生花をできるだけ長く楽しんでもらえるよう、持ちの良い花を仕入れるように意識しています。

昨年からのコロナ禍によるイベント自粛や飲食店の休業などで、花屋にとっても厳しい状況が続いています。そんな中、市場にも変化が。「以前は50本単位じゃないと買えなかったりしたものが半分で売っていたり、融通をきかせてくれるようになりました。あとは、同業の友達と分け合ったり買ったりすることもあります」と話す黒岩さん。この危機を乗り越えようと花業界も、工夫したり協力し合っているようです。



店内の絵画が、いい感じで花とマッチしています。





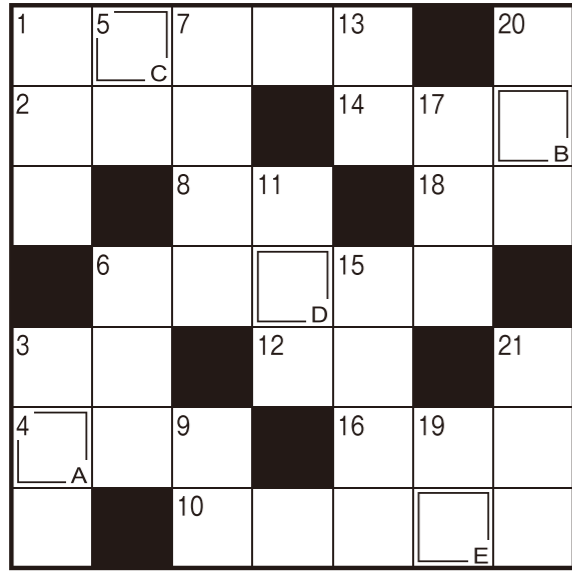
アールスメロン 1玉

クイズ正解者の中から  
**抽選で計 20名様**  
応募締切は 令和3年 **12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



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  
ご感想、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。



10月号の答え [タイイクサイ]

**ヨコのカギ**

- 別名は甘藷(かんしょ)。大学芋の材料です
- せき止めに良いといわれるバラ科の果実
- エックスとゼットの間
- はあざなえる縄のごとし
- 酢、しょうゆ、みりんを合わせて作ります
- おでこに手を当てて測ることも
- 搾り汁から黒糖が作られます
- 海の——、山の——をふんだんに使ったごちそう
- プレゼントに掛けて結びます
- 東の空が明るくなってくるころ
- さなぎや幼虫から成虫になること

**タテのカギ**

- メダカもタイもサメもこれ
- みそ汁によく入れる海藻といえば
- 水面に糸を垂らして楽しみます
- 紙幣や硬貨を入れます
- 鶴は千年、亀は——
- バナナの木は、本当は木でなくて——なのだとか
- 鳥が羽ばたかせるもの
- 林より木が1本多い
- 葉が黄色く色づく街路樹
- がびょうぶに上手に——の絵を描いた
- だんだん深まって冬に向かいます
- 11月3日は——の日。国民の祝日です
- 画家・ムンクの代表的な作品

旬の野菜を使った天ぷら付きが嬉しい！

vol.08  
**コチットのイチオシ!**

人気のモーニングは3種類あるよ。  
(飲み物とみそ汁のセット)

トースト 500円  
ホットサンド 550円  
おにぎり 550円

毎日通いたくなる  
お楽しみになる  
日替わりランチ!

日替わり定食 700円

お肉がたっぷりフライは最高!

海老フライ定食 850円

「土長地区」  
あぐり食堂ほっと  
**カレーライス**  
700円

ボリューム満点!  
大満足の  
カレーライス

直販所「かざぐるま市」の東隣にある農家食堂「あぐり食堂ほっと」。ここは、県内初のJA女性部が運営する飲食店だよ！  
朝はトースト、ホットサンド、おにぎりの3種類のモーニング、昼は日替わりをはじめ、ボリューム満点の定食を提供しているコチ。メニューもスタッフが考案していて、女性部ならではの素朴な味付けが大好評！家庭的な雰囲気味わえて、地域に愛されている食堂なんだ。  
その中でも、今回は「あぐり食堂ほっと」にきたら一度は食べてほしい、イチオシのカレーライスを紹介するよ。ゴロゴロとした大きめのジャガイモが入っていて、とろみが強めでどこか懐かしい味わい。旬の野菜を使った天ぷらとサラダもついていて、彩り鮮やかで栄養満点コチ。家庭の味を味わえる「あぐり食堂ほっと」で、ほっと一息。ぜひ、みんなも行ってみてね！

あぐり食堂ほっと  
南州市上野田320-1  
TEL 088-864-3600  
営業時間 8:00～14:00  
(ラストオーダー 13:30)  
定休日 火曜日

土佐の「食べ頃」**とさごろう** お届けします。

今月のオススメは  
**「メロン」!**

高知県では、1本の木に1玉だけを実らせる栽培方法で、多種のメロンをハウス栽培で周年生産しています。味・外観・作付け時期などを考慮しながら栽培しており、贈答用としても人気のメロン。「とさごろう」では、ブランドメロンも販売しています。ぜひ、「とさごろう」をご利用ください!

EMERALD MELON  
This melon is grown in a greenhouse in Takasago, Kochi Prefecture, Japan. It is a variety of cantaloupe melon that is known for its sweet taste and green netting. It is available from late October to early December.

https://tosagoro.com/