

12
2021
月号

こうぐり

土佐の高知の
あぐりのチカラ
JA高知県

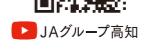
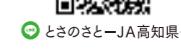


小さな産地の 大きな未来

KOUGURI-vol.36

こうぐり 2021 12 月号 令和3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)アイコ印刷 デザイン：寺山 亜希 (TETORA design)



広報担当者が届ける
こうぐり!
#22

車を走らせ、辿り着いた場所は
一面に広がる津野町のお茶畑。

標高の高いこの場所は

一足早く寒さがやってきて

冬の香りに包まれます。

整えられた茶畑も、手入れをしながら

来年までいっただんお休み。

コロナ禍で自粛生活の中

今年のお茶を飲みながら家族で食卓を囲み

たわいもない話ををして

ホッと一息つきたいですね。

私にとって今年はたくさんの人にお会い
農業の素晴らしさを感じ
大きく変化する年となりました。
みなさんにとって
今年はどんな1年になりましたか？



@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

早くも年末ですね！今年を振り返ると、安芸地区ではバスとユズで大きな取り組みがありました。バスでは、昨年「高知なす」が機能性表示食品に届出完了したことから、なすマドム農家さんたちと動画撮影やTV取材などPR活動に大忙し。ユズでは、ミツカンさんの新商品「まつことゆず」発売に向けて、農家さんと一緒に商品開発やPR活動を続けてきました。おかげさまで、「まつことゆず」の県内での売れ行きはミツカンさんも驚くほど好調です。そういった充実した広報活動ができるのも、忙しい農業の傍ら、一緒に活動してくれる農家さんのおかげと日々感謝の思いでいっぱいです。何よりも、楽しい時間を共有できることが嬉しいです。来年も、飛ばしていきますよ～!!



安芸地区
企画組合員課

竹村 沙矢加



JAグループ高知
耕そう、大地と地域のみらい。

土佐の高知のあぐりのチカラ

こうぐり



03 輝け！新農人 [仁淀川地区・日高支所] 三好 諒さん



特集 地域でつなぐ山北みかん

小さな産地の大きな未来

表紙紹介
山北みかん

高知県を代表するブランドみかん「山北みかん」。「山北」とは地名のこと、高知県の中東部に位置する香南市香我美町山北地域を中心に栽培されています。ジューシーな果汁がたっぷりで、程よい酸味と甘さが特徴。何個食べてもさっぱり食べられると好評です。

[香美地区・香南市]
香美地区果樹部 露地みかん部会
副部会長
別役 全司さん

香美地区果樹部露地みかん部会では、178人が164ヘクタールで「山北みかん」を栽培。水はけのよい斜面を活用し、不安定な気候の中でも高糖度な“おいしいみかん”を育てています。平地の園地ではマルチを敷き、土に染みこむ雨の量を減らし水分をコントロールすることで高糖度の仕上がりに。出荷の際も光センサー選果機で糖度・酸度等を測定し、精度の高い選果を行っています。

主に高知県内を中心に販売されていますが、近年では販路を拡大。県外への出荷や、東京の市場を経由したシンガポールへの輸出も行っています。また、同部果樹女性部の作る加工品「山北みかんバター」の販売で積極的にPRを進め、知名度をさらに高めています。

東京都出身の三好諒さん。高知へ来るまでは、大田市場などで仲卸として働き、全国から集まる野菜などを扱っていました。「仲卸は物を動かしてお金を生み出す仕事を農業は一から育ててできたものがお金になることがすごいと思った」。その思いは、やがて農業への憧れに変わり就農を決意しました。作る品目はトマト。なかでも高糖度トマトにこだわり、探し当たったのが日高村でした。

「トマトは市場流通量が多いことや、大きさや量だけではなく高糖度という切り口がある。自分の工夫次第で、いろいろな可能性を感じ面白いと思いました」。

フルーツ感覚で丸かじり！
高糖度トマトも
気軽に食べて
もらえたうれしい

目標は
「部会を引っ張る存在」

「コタツの上に
「シュガートマト」」

性やアイデアを試すより、今は『シュガートマト』の基準を満たすトマトをしっかりと出荷できるようになりたい」と謙虚に向き合う諒さん。いつかは部会を引っ張つけるような農家になり、「シュガートマト」の市場評価や品質を今以上に上げていきたいと、目標を高く持っています。

日高村の地域おこし協力隊に応募し、令和元年10月に移住。妻の美佳さんと共にコスマスアグリサポートで3年間研修し、今年4月に独立しました。現在は37アールのハウスで、糖度8度以上のブランドトマト「シュガートマト」を栽培しています。栽培管理は、妻の美佳さんと作業員3人で分担。今作は1万4600本の苗を定植し、30トンの出荷を目指しています。自分のアイデアを試せるとは言つても、まだ独立して1年目。「個

日高村の地域おこし協力隊に応募し、令和元年10月に移住。妻の美佳さんと共にコスマスアグリサポートで3年間研修し、今年4月に独立しました。現在は37アールのハウスで、糖度8度以上のブランドトマト「シュガートマト」を栽培しています。栽培管理は、妻の美佳さんと作業員3人で分担。今作は1万4600本の苗を定植し、30トンの出荷を目指しています。自分のアイデアを試せるとは言つても、まだ独立して1年目。「個

性やアイデアを試すより、今は『シュガートマト』の基準を満たすトマトをしっかりと出荷できるようになりたい」と謙虚に向き合う諒さん。いつかは部会を引っ張つけるような農家になり、「シュガートマト」の市場評価や品質を今以上に上げていきたいと、目標を高く持っています。



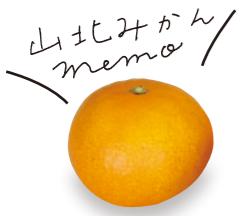
輝け！新農人 35

仁淀川地区・日高支所

みよし りょう

三好 諒さん(31)

[就農1年目 高糖度トマト 37アール]



温州みかんの品種は約300品種。山北地域では早生品種「興津」の生産量がもっとも多く、次いで「宮川」「田口」など。歴史は古く、江戸時代後期の1855年(安政2年)に当時の山北村の農家である池田文治氏が温州みかんの苗木を取り寄せたのが始まり。その後、明治時代後半になると、多数の人が栽培するようになりました。

山北みかんには、各家庭で箱詰めし、固有の屋号を用いて個人ごとに販売する「個選」と、複数の生産者が持ち込んだみかんを共同で選果し、光センサーで糖度・酸度等を計測して一定の品質を確保した「共選」と2つの出荷形態があります。古くは個選のみでしたが、昭和40年ごろ、現在の山北果樹集出荷場の前身となる施設ができたことで、初めて共選が始りました。当時の利用者はわずかでしたが、平成9年に光センサー選果機を導入したこと、共選の出荷量は全体の約50%にまで増加。しかし、生産者は全量を共選か個選か、どちらか選ぶ必要があつたため、個選が多い状況に逆戻りし、それが10年ほど続いていました。共選利用者を増やすことは、生産者の労力軽減や、数量が安定することで、市場や量販店でも取り扱つてもらいやすくなるメリットがありますが、そこは昔から続くみかんのブランド産地。「単純に個選の方が単価が高かったんです。個選で屋号を付けることは家紋みたいなものなので、その家のこだわりがあります。消費者から、この屋号はいいみかんってなれば高値で取引されますから」と、山北果樹集出荷場の藤本和弘課長は話します。



専門の評価員がキズなどを確認。

多い日は1日20トンを選果する山北果樹集出荷場。

作業は手際よく、みかんが次々に箱詰めされていきます。

列に並んだみかんが光センサーを通過します。



JAの広域合併を機に、消費者にも一目で分かるように、それまで極早生、早生など品種別に分かれていた共選のダンボール箱を青色一色に一新しました。昨年には、極早生品種の中でも糖度と食味の高い品種に特定して、濃緑色の専用箱「極み」の販売を開始し、消費者からも高い評価を得ています。

JAの広域合併を機に、消費者にも一目で分かるように、それまで極早生、早生など品種別に分かれていた共選のダンボール箱を青色一色に一新しました。昨年には、極早生品種の中でも糖度と食味の高い品種に特定して、濃緑色の専用箱「極み」の販売を開始し、消費者からも高い評価を得ています。

出荷の自由度を高める

「いろいろな話を聞いて、生産者が出荷しやすいように部会として考えました。まずは極早生だけ、早生だけとか品種単位。次はほ場単位。最後は一本の樹ごとでも共選と個選を選ぶことができるようになります」と、藤本課長。自由に選択可能な仕組みに変えていき、平成23年に共選の出荷量が300トンだったのが、令和一園芸年度には豊作も重なって950トン、共選率は約50%にまで上昇。単価アップも実現し、共同選果のメリット発揮にも繋がりました。しかし、高値で取引される屋号が産地全体を引っ張ってくれているので、無理に共選にといふつもりはなく、あくまでも生産者の意思を尊重した選果を続ける方針です。

山北果樹集出荷場

藤本
和弘
課長

特集 地域でつなぐ山北みかん

小さな産地の大きな未来

ブランドみかんとして高知県民に愛される「山北みかん」。産地の歴史は長く、江戸時代に起源をもつと言われています。今回は、古くから続く「みかんの産地」を舞台に、新たな販売ルートの開拓や担い手確保など、地域が一丸となって産地を維持し、ブランド力の向上に挑む香美地区果樹部露地みかん部会の取り組みを紹介します。

とけるように皮が薄く、果肉はジューシーでコクがある山北みかん。

山北みかんは、香南市香我美町山北地域を中心栽培されています。温州みかんの一大産地である媛県の生産量が年間約11万トンに対し、山北みかんは約3千トン。小さな産地ながらも、黒潮が運ぶ温暖な気候に恵まれ、とけるように皮が薄く、ジューシーな果肉にはコクがあり、味・品質は全国でもトップクラスです。

現在、露地みかん部会には178人が所属し、164ヘクタールで栽培しています。9月中旬から極早生品種の収穫が始まり、10月下旬から早生、中生、普通と約半年の間出荷を行ない、11月から1月にかけて最も出荷量が多くなります。

この地域で営農指導員を務める田淵悠大さんは、「山北では、水はけの良い斜面を活用して栽培しているため、樹にストレスがかかる早生、中生、普通と約半年の間出荷を行ない、11月から1月にかけて最も出荷量が多くなります。

山北みかん(露地)担当になつて2年目。日々園地を巡回しながら情報の収集と共有を行なっています。様々な情報を迅速につなぎ、高品質なみかんを安心して栽培できるように、生産者に寄り添つてきたいです。



香美営農経済センター

田淵 悠大さん



説明します。

土佐 山北

小さな産地からできる
トップクラスの味

販路拡大が生産者の活力に

共選の形が軌道に乗り出した頃、产地では新たな挑戦が始まりました。これまでには主に県内で消費されていましたが、県外への販路も徐々に拡大していきました。きっかけは、園芸連（現・當農販売事業本部）と共に東京の市場へ出向く中で、平成27年に始まった大手青果卸との取引です。「最初は15トンから増え、今では100トン。市場の社長も高知へ来たら山北に足を運び、山北みかんを可愛がってくれて、向こう（東京）でも販売に尽力いただいています」と、当時から対応にあたる露地みかん部会の近森秀好部会長。県内ではSやSSサイズなどの大玉が好まれますが、首都圏では大玉が好まれます。流通が拡大する中で、単価が安かつたLサイズなどの大玉の価値が上がり、県内の需要バランスも保たれて価格を維持する



千葉県の大規模直販所「しょいかへご」での販売の様子（令和元年）。積まれた箱入りみかんが、どんどん売れていくほどの盛況ぶり。



対面販売で、お客様に山北みかんの美味しさをアピールする近森部会長。



平成28年から2Lサイズ以上はシンガポールへの輸出を始め、高単価で取引されるようになりました。

関東で初めてとなる販促活動を実施。初めは人の流れに圧倒され声をかけることもできずに戸惑ったものの、一度試食してもらうとその味は高く評価されたそうです。また、千葉県にある大規模直販所「しょいかへご」でもPRを行ったところ、2日で6トン、7トンと売れていくほどの盛況ぶり。その後、毎年の恒例行事になりました。

コロナ禍でここ2年は販促活動が行きたい。みかんを食べない若い世代にも山北みかんを食べてもらいたい。もう一度手にとつてもらえたらいいなと思っています」と、近森部会長は販促活動の重要な性を話します。

ことができています。

平成29年には新宿の小田急百貨店で、

香美地区果樹部 露地みかん部会
近森 秀好 部会長

積極的にPRして
若い世代にも
山北みかんを
食べてもらいたい

話題となつた 「山北みかんバター」



平成28年には加工品も登場しました。規格外品を利用して香美地区果樹部果樹女性部が手作りする「山北みかんバター」です。新聞やテレビで取り上げられ売り切れが出るなど、県内で話題となりました。

この取り組みを中心的に支えていたのが当時、香南市役所6次産業化担当だった堀川里望さん。加工用みかんの取引実態を知る中で、「県民が愛する山北みかんの加工用単価が低いことに悔しい思いをしました」と、きっかけを話します。

そこで堀川さんは、生産者の所得向上を目指し、一緒にになって加工品の開発ができないか部会を説得。企画書を作成し国補助金も確保しました。この熱意に「彼なら何とかカタチにしてくれる。部会として協力できることはしていこう」と、近森部会長も賛同したそうです。

これを機に毎月関係者と話し合いが進められました。地域のシェフからも協力を取り付け、料理教室を開催。女性部から「これなら私たちも作れるかも」と完成したのが「山北みかんバター」です。

その後、この取り組みが「山北みかんジュース」など、「山北みかん」と銘打った加工品の開発に繋がり、規格外品の単価の底上げとなっています。

「山北」の「みらい」を作る

ブランド产地である山北地域でも、高齢化や担い手不足は深刻な問題です。離農者が増えると園地の荒廃が進み、害虫が増えることで産地全体の品質低下にもつながります。荒れた園地は、新しく始めたても4年ほどは収穫できず、しばらくの間収量が見込めない期間が続きます。

ここ10年間に40軒が離農し、新規農者は10人。そのほとんどがみかん農家の子や孫であり、血縁関係者でないと就農は難しいという実態があります。

そこで、担い手不足を農家個人の問題にせず、地域として受け入れ就農してもらおうという試みで「地域就農」がスタートしました。生産者やJA、行政と、(株)山北みらいが連携し、みかん研修生の受け入れを始めています。研修生には地域おこし協力隊制度を活用し、血縁関係者はこれからも続きます。

取り組みを始めて4年目。この春に1人の研修生が独立就農しました。現在は、(株)山北みらいが管理する園地で2人が研修を行っています。「全く高知にゆかりのない研修生が地域に溶け込み、新たに就農するモデルケースができました。山北みらいと連携することで生まれた一つの希望です」と、近森部会長は話します。

繁忙期の収穫の取り手不足には、JAが運営する農業求人サイト「あぐりマッチこうち」の活用や、高知大学の地域協働学部の学生、土佐山田高校の生徒とも関わり、雇用を創出。地域の企業とも雇用を融通しあえるよう構想を練るなど、連携の輪が広がっています。

販売力を上げながら課題に立ち向かい模索する山北地域。山北に想いを寄せてもらい、地域のブランド力を高める取り組み

になっています。



山北みかんジュース
15個分の山北みかんを搾った爽やかな甘みとコクの100%ジュース。
とさのさとアグリコレットやふるさと納税サイトで入手可能。

ブランド産地である山北地域でも、高齢化や担い手不足は深刻な問題です。離農者が増えると園地の荒廃が進み、害虫が増えることで産地全体の品質低下にもつながります。荒れた園地は、新しく始めたても4年ほどは収穫できず、しばらくの間収量が見込めない期間が続きます。

ここ10年間に40軒が離農し、新規農者は10人。そのほとんどがみかん農家の子や孫であり、血縁関係者でないと就農は難しいという実態があります。

そこで、担い手不足を農家個人の問題にせず、地域として受け入れ就農してもらおうという試みで「地域就農」が始まっています。研修生には地域おこし協力隊制度を活用し、血縁関係者はこれからも続きます。

販売力を上げながら課題に立ち向かい模索する山北地域。山北に想いを寄せてもらい、地域のブランド力を高める取り組み



当たりの良い平地にあるみかん園。
収穫作業がしやすいように、木の高さも低めに育てています。



県内の一般企業に勤務後、両親の後を継いで就農して20年。栽培面積は1.2ヘクタール。繁忙期の収穫時期には多い時で20人を日替わりで雇用し、極早生品種「由良」「日南」、早生品種「田口」など5品種を栽培。(株)山北みらいの副社長も務めています。



JAグループ高知のテレビ番組 絶賛放送中!

KUTVテレビ高知

ベジフル Story
それは、大地からはじまる物語



RKC高知放送

「ちゃがまらんの
体験！発見！あぐりこうち」



高知さんさんテレビ
「あぐりのチカラ」



【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JA高知県の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。

JAグループ高知

④ #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!

【日時】令和4年1月15日(土)
10:00～16:00

【場所】高知県農業技術センター
(南国市廿枝1100)

一部、事前予約(電話のみ)
(令和3年12月1日～24日)

088-863-4912

詳しくは、
高知県農業技術センター
HPをご覧ください。



【募集期間】

令和3年10月10日(日)～12月31日(金)
までの投稿が対象

【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!



2021
DEC.

JA高知県



トップニュース

J A 高知県、高知県、JA全農は10月27日、高知県で「地域農業・施設園芸に関する連携協定」を締結しました。秦泉寺雅一組合長、濱田省司県知事、JA全農の安田忠孝専務らが出席。從来よりも大幅に省力化、高収量化を実現する先進技術の開発・実証・普及と、現在の担い手を含め次世代を担う後継者の育成活動等を通じ、地域農業・施設園芸の振興を図るためにJA高知県は、新技術、新品種の導入提案など、農業者への直接的なサポート活動を行い、園芸用ハウス整備事業等を通じた農業者への積極的な施設整備支援、地域との連携や新規就農者の確保に取り組んでいます。連携協定を締結することにより、「施設園芸は高知県の強み。地域で暮らして稼げる農業を実現し、若い担い手を呼び込むために、3者の連携が深まる」と期待している」と話しました。



左から、秦泉寺雅一組合長、濱田省司県知事、JA全農の安田忠孝専務

定期貯金 適用金利 1年もの **0.03%** 年 税引き後0.023% スーパー定期・大口定期 新規でのお預け入れ額10万円以上 前回定期でのお預け入れは窓口のみとなります。

定期貯金 適用金利 3年もの **0.10%** 年 税引き後0.079% スーパー定期・大口定期 新規でのお預け入れ額10万円以上 ※大口定期でのお預け入れは窓口のみとなります。

定期積金 年 **0.02%** 税引き後0.015% 紹介契約額12万円以上 預入期間2年以上の定期式・目標式 每回払込金額5千円以上

JA高知県

お預け入れ条件 新規でのお預け入れの場合のみとし、定期貯金の満期金の再預け入れは、「貯めて嬉しいJAの冬貯金」の対象外とさせていただきます。

■お預け入れ・ご契約の対象となる方は「個人」に限ります。■「貯めて嬉しいJAの冬貯金」の対象となる定期貯金・定期積金は原則として中途解約はできません。やむをえず満期日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。■「貯めて嬉しいJAの冬貯金」の金利の適用は、初回満期日までとなります。■定期貯金の自動継続後は、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。■定期積金の満期日以降の利息は、解約日における所定の普通貯金利率により計算します。■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。■定期積金が遅延した場合は、満期日を遅延期間に相当する期間繰り延べます。または契約時の利回りによる延滞利息をいただきます。■定期積金にはマル優の取扱いがありません。■定期貯金および定期積金は、貯金保険の対象です。当JAにお預け入れの貯金について、1人1筆あたり元本合計1,000万円までその利息が保護されます。■ATMでお預け入れできる定期貯金は、JAのATMで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け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、窓口にてお預け入れください。■ATMによる定期貯金の中途解約および定期貯金の通帳繰り延べできません。■「貯めて嬉しいJAの冬貯金」説明書の定めの他は、別に定める各商品概要説明書によるものとします。商品概要説明書は、店頭にてお読みください。

【お詫びと訂正】 広報誌「こうぐり」11月号の内容の一部に誤りがございました。深くお詫び申し上げますとともに、次のとおり訂正させていただきます。
■3ページ「新農人」の名前と年齢 【正】三好 秀明さん(52)

J A、高知県、全農が連携協定を締結

メイカッ!

vol.9

幡多地区の
あんなこと、
こんなことを再発見

小瓶に小石やお花を詰めます。
さて、どんな作品が出来上がるのでしょうか。



出来上がりは十人十色 高知県産の花を使ったハーバリウム教室

女性部幡多地区大方支部は、有限会社サザンウェーブ(幡多郡黒潮町)を講師に招き、ハーバリウム作りを体験しました。ハーバリウムは美しい色とりどりの花を保存液に浸することで幻想的な姿となり、長期間楽しむことができます。



小さな小瓶に詰めるバージの数々。
たくさんの中から何を入れるのか迷ってしまいます。

使用する花は県内産で、プリザーブドフラワーに加工したもの。その他にも貝殻や小石、カラフルな砂が用意され、各々が自由にガラスの小瓶に詰めていきます。花びらが傷つかないよう、ピンセットで自分の置きたい場所に配置するのが難しいところ。同系統の色を飾ったり、様々な色のお花を使ったり、スペースを作り透明感を出したり、たくさんのお花で埋めたりと十人十色。最後にハーバリウムの保存液を慎重に入れたら完成! 自由で個性豊かな作品が出来上りました。

参加した部員は「楽しいひと時でした。よい気分転換になりました」「万華鏡みたいでキレイ。また作りたい」と話し、大満足のようでした。



最後にお花の配置がズれないように
ゆっくりと保存液を流し入れます。





Cafe Ayam

山北みかん氷り

㈱山北みらいと、苺氷り本舗が共同で開発したフワフワのかき氷。Cafe Ayamのオーナーも開発に携わり、山北みかんを年中楽しめる新たな商品が誕生しました。山北みかんを房ごと氷の中に閉じ込めた自然な甘みが特徴です。

● Cafe Ayam(カフェアヤム)

土佐ジローの卵を使ったフード、スイーツのほか、大月町の苺氷りなど、地元のものにこだわったメニューが豊富です。

香美市土佐山田町逆川1395-1 龍河洞国際観光会館1F

①0887-52-9350

営業時間 11:00~18:00(ラストオーダー 17:30)

営業日 金・土・日、月曜日、祝祭日

定休日 火・水・木曜日(祝日の場合は営業)



菓子工房コンセルト ロールケーキくるり。 「山北みかん」

山北みかんの果肉がゴロっとふんだんに入ったオレンジのプチ模様も可愛い! ふくらやわらかな生地と、甘酸っぱい果肉、さっぱりしたクリームが相性抜群です。

● 菓子工房コンセルト

体に優しいお菓子などを提供する「菓子工房コンセルト」。地元の素材を活かした色鮮やかなスイーツを生み出しています。

香南市野市町西野2642-7 / ①0887-56-0762

営業時間 10:00~19:00

定休日 火曜日(祝日の際は営業・翌水曜日定休日)、元日



フルーツサンド
山北みかん 500円
スペシャル MIX 580円
お花サンド 500円



山北みかんを丸ごと使ったフルーツサンドは、甘くてジューシーなみかんと程よい甘さの生クリームがマッチして、ペロリと食べられます。断面も美しく、SNS映えも抜群です!

● Silver Garden(シルバーガーデン)
高知県産の果物がゴロっと入ったフルーツサンドが人気のお店。色とりどりのフルーツサンドに、どれにするか迷ってしまいそう。

高知市帯屋町1-8-3 / ①088-819-1146

営業時間 12:00~21:00(土・日・祝は午前11時~)

定休日 月曜日(祝日の場合は翌火曜)



菓子工房なっちゃん

山北みかんチップ、みかんパイ

乾燥させた山北みかんを透けるほど薄くスライスした「山北みかんチップ」。パリッと食感で、そのまま食べるだけでなく、アイスクリームやヨーグルト、サラダにトッピングしてもおいしく味わえます。サクッと香ばしい「みかんパイ」は、おつまみにもイケる!

● 菓子工房なっちゃん

香我美町口西川の山あいにある「菓子工房なっちゃん」。商品は、「くろしおの市」(香南市野市町の黒潮ホテル内)、「あぐりのさと」(香南市香我美町口西川)などで販売しています。

②090-4789-8634



マドレーヌ 162円
フィナンシェ 184円

アグリコレットで買える! 山北みかんの加工品



山北みかんバター

香美地区果樹部果樹女性部が手作りする「山北みかんバター」。山北みかんのピュレと国産バターを混ぜ込み、みかんのつぶつぶ感とバターのふわふわ食感に仕上げています。料理に使っても◎



山北みかん大福 1個250円
(4個入り・5個入りもあります)



夢菓房 武市神栄堂

山北みかん大福

3Sサイズの山北みかんをまるごと1個使い、白あんと餅で包み込み込んだ「山北みかん大福」。時期によって変わるべきみかんの味を確かめながら、餡の量などを調整して作られています。販売は、6月初旬~1月末まで。

● 夢菓房 武市神栄堂

明治10年ごろに創業した老舗和菓子店「武市神栄堂」。現在4代目の武市洋三さんが季節の上生菓子や和菓子を製造販売しています。

香南市香我美町岸本197-7 / ①0887-54-3377

営業時間 8:30~18:00

定休日 水曜日(祝日の場合は営業)

レストラン&カフェ mana*mana

アイスバー ヤ・シフルーツ

真空加熱調理で製造したアイスバーは、フルーツ本来の味と香りを残すことができ、年間を通してフレッシュな味わいが楽しめます。

「ヤ・シフルーツ」は、せとかの果汁で作ったアイスバーに山北みかんの輪切りとキウイフルーツをトッピング。見た目も可愛らしい一品です。



たいびんび
たい焼き (みかんクリーム)

山北みかんを使ったオリジナルの「みかんクリーム」は、オーナー自らが絞って手作りしたもの。みかんの香り漂う、甘くてトロッとしたクリームが人気です。夏には山北みかんで作ったシロップでかき氷も提供しています。

● たいびんび

赤岡商店街の中にあるたい焼きカフェ。注文を受けてから焼いてくれるので、焼き立てが美味しい食べられます!

香南市赤岡町487 / ①0887-55-4520

営業時間 11:00~18:00

定休日 月・木曜日(他、イベント時)



山北みかんも入れて、ほんのりとした甘さや
ほろ苦さと、高知県産ショウガのピリッとした辛みがアクセントになっています。

● レストラン&カフェ mana*mana(マナマナ)

「道の駅やす」2階にあり、海を眺めながらモーニングやランチが楽しめます。アイスバーは、シーズンごとに新しい味も開発されているので、お楽しみに!

香南市夜須町千切537-90

(道の駅やす内)

①0887-52-8489

営業時間 8:00~17:00
(7、8月 8:00~18:00)

定休日 毎週水曜日
(祝日の場合は翌日)、元旦

弱っている時でも、そこに花があるだけで、ふっと肩の力が抜けることがある。そんな力をすごく感じるのが花の魅力です。

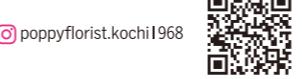


花には力がある——。そう語ってくれたのは、ポピーフローリストの長谷川千二美さん。「花はいろいろな表情を見せてくれながら、人に気付きを与えてくれる存在。弱っている時でも、バツと目を開けてそこに花があるだけで、ふと肩の力が抜けられることがある。そんな力をすごく感じるのが花の魅力。花も人間のパートナーなんですね」。

ポピーフローリストは、昭和43年に創業した高知の老舗花屋。以前は老舗としての安心感を大切に、鮮やかでボリューム感がある花を優先していましたが、ここ最近は変化が。「お客様がインスタの写真を見て色合いを決めるなど選択肢も広がり、花の色彩の自由度が高まっています」と、店側も柔軟に対応で花を選ぶ時の基準は、「どれくらい想いを込めてどちらいい良い物を作っているか」「やつぱり良い物はもつし、お客様にもまた飾ってみようと思つてもらえるんです。高知の生産者さんはそれにかなう花を作つていてる方がいらっしゃる。プライドと気概を感じる花に出合えます」。高知の花の魅力をもつと知つてもらうためにも、質の高い花を求めている長谷川さん。「良い物を作つてくれたら花屋は買うし、頑張つて宣伝します。それが花屋のひとつつの喜びですし、花業界全体が活気づいていくことにも繋がると思うんです。花の価値をもつともつとお客様に伝えていきたいと思うので、生産者の方はぜひ良い花をこれからも頑張つて作つてください」。



ポピーフローリスト 本店
高知市愛宕町 2-21-11
Tel 088-875-7423
営業時間 9:30~18:30
定休日 日曜(予約可・行事営業)、正月 3日間休



うちんくの台所

香美地区 野市支部編

JA高知県 女性部 土佐香美地区 野市支部

左から 山内 寿美子さん、恒石 邦子さん、楠瀬 教子支部長
間城 日出子さん、西内 文子さん、北村 節子さん

香南市の特産品、ニラやサツマイモ、じゃこが堪能できるレシピになっています。
ぜひ作ってみてください。



レシピは、HPから
ご覧になります。
ご活用ください!



のいちご飯

具【材料 23個分】

豚ミンチ……180g
ニラ……200g(7mmに刻む)
タマネギ……150g(みじん切り)
春雨……60g

A 砂糖……大さじ5
しょうゆ……大さじ5
ショウガ汁……大さじ1
豆板醤……小さじ1/2

【作り方】

- ニラは7mmに刻み、タマネギはみじん切りにする。春雨はゆでて水切りし、3cmにカットする。
- フライパンにサラダ油を入れて豚ミンチを炒める。
- 塩コショウをしながらパラパラにして、タマネギを入れてよく炒める。
- 春雨を入れ、Aで味付けする。
- 最後にニラを入れて炒める。

ニラつちよ



生地【材料】

B 強力粉……500g
砂糖……大さじ2
塩……小さじ1・1/2
スキミルク……大さじ1・1/2
ドライイースト…6g
オリーブ油……40g
ぬるま湯(38°Cくらい)…310ml

【作り方】

- Bの材料をボールで混ぜる。
- ①にぬるま湯とオリーブ油を入れ、粉っぽさがなくなり滑らかになるまでこねる。
- 丸めてボールに入れ、ラップもしくはポリ袋で包み40分ほど発酵させる。
- 2倍くらいに膨らんだら35gに切り分け丸める。
濡れ布巾をかぶせて20分おく。
- 生地を薄くのばしてギョーザのように具を包む。
- オープントースターで15分ほど焼く。焦げる場合はアルミホイルをかぶせる。

Presented by tosagoro



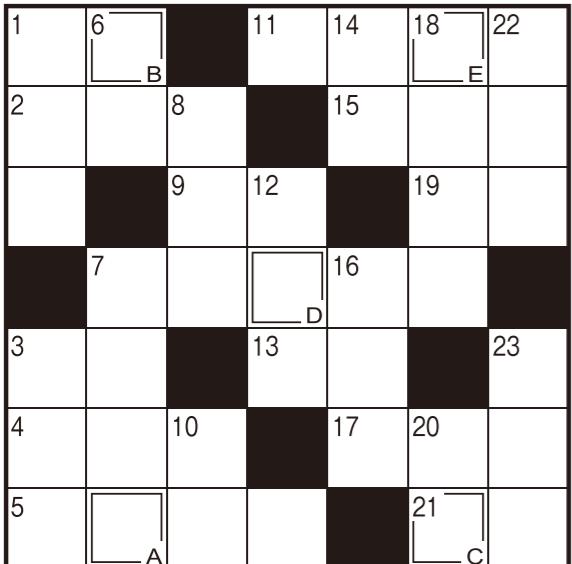
お歳暮特別企画

クイズ正解者の中から
今回は 抽選で計 40名様
応募締切は 令和4年 1月5日
(当日消印有効)

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。



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？

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。



▶ ヨコのカギ

- ① 1年の終わり。年の一—
- ② 広葉樹の落ち葉を発酵させて作ることも
- ③ 農機具などをしまっておく建物
- ④ 定期貯金が—を迎えた
- ⑤ 家事をする際に着ける前掛け
- ⑦ 家を建てるときに神主さんを招いてする儀式
- ⑨ スプリングとも呼ばれる部品
- ⑪ 酒よりお菓子の方が好きです
- ⑬ 無地のものには付いていません
- ⑮ お—の家に回観板を回した
- ⑯ 食べ過ぎると手が黄色くなるかも？
- ⑯ 大みそかの空に響く除夜の—
- ⑰ プラスでもマイナスでもないことを示す数字

出題：ニコリ

↓ タテのカギ

- ① 石川県を代表する色絵磁器といえば—焼
- ③ 出生届を出すまでに決めます
- ⑥ 花などで作るハワイの首飾り
- ⑦ ホップ・ステップ・—
- ⑧ 炭を入れて使う暖房器具
- ⑩ kg、kmのk
- ⑫ はがきを買ってきて—状を書いた
- ⑭ 弓に矢をつがえて狙うもの
- ⑯ ソーセージの一種。
薄切りにしたものがピザのトッピングにも使われます
- ⑯ サンタクロースのそりを引きます
- ⑰ 木枯らしも風(おろし)もこれ
- ⑲ 原価に利益や経費を盛り込んで付けます
- ⑳ まきをくべて使う暖房器具。ペチカはロシア風のこれです



太平洋を一望できる芸西村の「ロイヤルホテル 土佐」では、12種類の料理が楽しめる豪華な「産直野菜の彩りランチ」がイチオシなんだ。特産の農産物を使ったナスのたたきやピーマンのごま油和え、じゃこ若荷などの野菜がたっぷり！油淋鶏や魚のフライなど、ご飯がすすむ一品も付いてるコチ。ご飯とみそ汁、茶碗蒸し、デザート付きで、なんと1500円！ランチの一番人気メニューなんだって。調理部の芝誠司さんは「見た目にも喜んでいただけるように、彩りも工夫しています」とこだわりを話してくれたよ。今年5月に館内をリニューアルして、マルシェやカフェが誕生！マルシェでは、新鮮な産直野菜や加工品のほか、スタッフが栽培したサトウキビで作った「白玉糖生食パン」や「白玉糖シフォンケーキ」も販売中。カフェ「ロイヤルブルースター」では、白玉糖を使ったスイーツも味わえるよ。ホテルの温泉露天風呂やサウナも気持ちよかったですから、また行きたいコチ！

彩りランチ

1,500円

安芸地区・芸西支所管内
ロイヤルホテル 土佐



ロイヤルホテル 土佐



高知県安芸郡芸西村西分甲2995

TEL 0887-33-4511

営業時間

[レストラン 土佐の國] 11:30～14:00 (ラストオーダー 13:30)
[カフェ ロイヤルブルースター] 12:30～16:30
[マルシェ] 7:00～21:00