



「こうぐり」50号記念企画

フォト & 川柳 コンテスト

作品募集のお知らせ

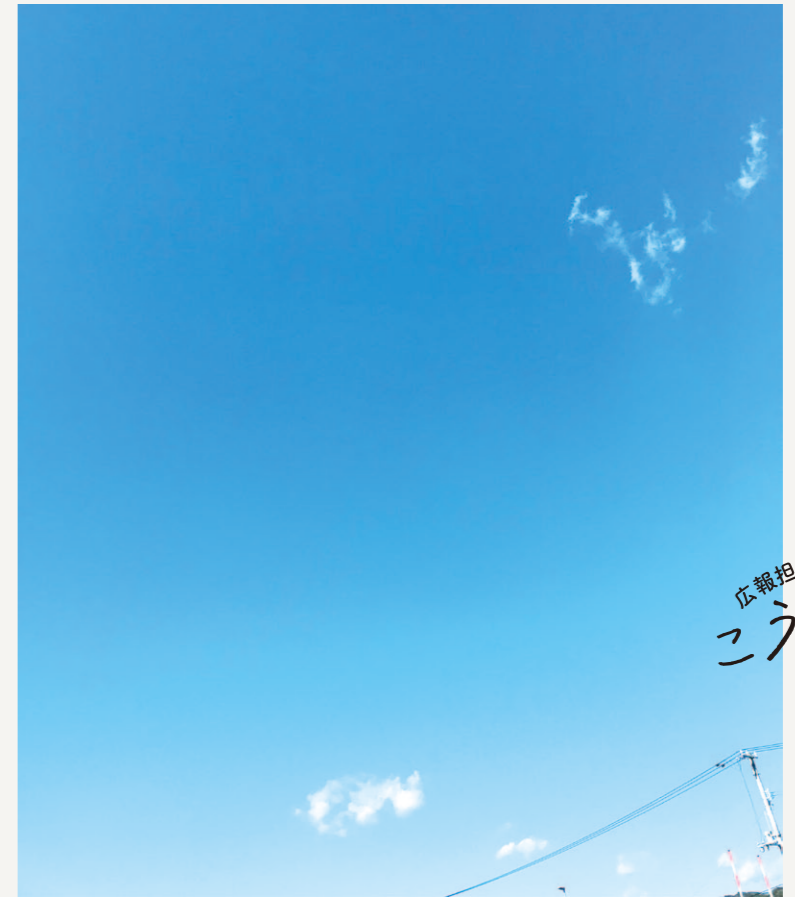
特集

高知の ソウルフルーツ 土佐文旦

TOSA BUNTAN



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！



広報担当者が届ける
こうぐり
#36

めずらしく雪化粧をした12月の高知県。
白く染まった街の景色と、しんとした空気
いつもと違う冬の日に少し戸惑いながら
降る雪と、灰色の空を見ていた。
雪が解け、いつもの青空が戻ってきた。
やっぱり、青く澄んだこの空が心地いい。
冷たい風を受け、身をすくめながら
今年はどうな1年になるのだろうか
思いを馳せた。
春風に舞う桜、照り付ける灼熱の太陽
枯葉を踏む足音が楽しくなる秋
そして、またひんやりとした
北風に冬を感じる。
めぐる四季が今年もまた待ち遠しい。
冷たい雪を溶かした太陽のように暖かく
広く澄んだこの青空のように晴々と
この1年を過ごせますように。
一日一日を大切に、穏やかに
暮らしていけますように。

「共済事業本部」 立石真菜美

【緊急時の連絡先】



- 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



統括本部
組織広報課
桑名 李果

今月号で、広報誌「こうぐり」が通算50号を迎えました！平成31年1月の創刊から制作に携わってきた私としては、感慨深いものがあります。これも組合員や地域の皆さんのご理解とご協力があったからこそ。本当に感謝しかありません。今後も県産農畜産物の魅力をはじめ、「こうぐり」にしかできない発信を続けていきたいと思っております。皆さんの情報提供もお待ちしておりますので、引き続きよろしくお願いいたします。

この度、50号記念企画として「フォト & 川柳コンテスト」を開催します。これを機会に、身近にある「高知の食と農」の魅力を探してみませんか？皆さんのご応募、お待ちしております！



Facebook



とさのさと-JA高知県-



JAグループ高知



JAグループ

耕そう、大地と地域の暮らし。

03 輝け！新農人 [土長地区] 日和佐 洸介さん

04 | 特集① |

高知のソウルフルーツ ^{愛され} 土佐文旦

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

18 | 特集② | 「こうぐり」50号記念企画！

フォト&川柳コンテスト

作品募集のお知らせ

20 *Living with Flower* [フラワーショップ花輝]
～花のある暮らし part2～

21 **うちんくの台所** 香美地区編

22 **コチットのイチオシ!**
【仁淀川地区】「波介農産物直販所」
幻のピーナッツ揚げ

23 読者プレゼント

24 広報担当者が届ける **こうぐりラム!**



表紙紹介
土佐文旦

高知県を代表する特産果実のひとつで、露地栽培の土佐文旦は主に1〜4月にかけて出荷します。独特の爽やかな芳香とプリっとした食感が特徴で、一粒食べると小さな実がはじけて、果汁がジュワーツと口いっぱいに広がります。土佐文旦は他の果物に比べて皮をむくのが少し大変ですが、包丁を使えば比較的簡単にむくことができます。動画で土佐文旦の基本的なむき方を紹介していますので、ぜひご覧ください。



生産者

【幡多地区 宿毛市】
宿毛支所文旦部会
やまぐち かずお
山口 和也さん

幡多地区宿毛支所文旦部会は、24戸が総面積約20ヘクタールで栽培しています。部会が栽培する文旦は温暖な気候を生かし、1月の旬を迎えるまで樹木に実った状態で完熟させます。根から吸う栄養を収穫まで果実に蓄えることで余分な酸が抜け、さっぱりとした酸味と甘みのバランスが取れた味わいに仕上がります。部会では、1月中旬から2月中旬ごろまで収穫。昨年は約340tを出荷し、今年は400tを目標にしています。

一からなにかをしてみたい

南国市の日和佐洸介さんは、就農2年目の若手シントウ農家。県外の大学に進学し、就職活動でこれからの道を探る中、「自分で一からなにかをやってみよう」という思いが膨らみ始めました。祖父父母が農家で農地や農機具がある程度揃っていたこともあり、農業に魅力と可能性を感じた洸介さん。知識も経験もない状態からのスタートでしたが、やりたいことが見つかるかと自然と覚悟も固まり、「戸惑いや迷いは全くありませんでした」と振り返ります。

帰高後は県立農業担い手育成センターで研修。地元南国市がシントウの産地であることを知り、就農後のサポート面などを考慮して栽培品目を「シントウ」に決めました。

失敗を糧に

研修後は、指導農業士のもとで1年半ほど実践的な栽培技術を学び、令和3年9月に就農。現在、南国市が管理する11アールのサポートハウスで2作目を栽培しています。

「いざ一人でやってみると管理が行き届かず、作業が遅れるなど農業の難しさを痛感した」と、1作目を振り返る洸介さん。ハウス内の湿度が高くなって病気が発生したり、収穫初期に虫の被害をうけて秀品率が下がったりと悩まされました。2作目は、生育に適した

ゼロからのスタートで感じた農業の魅力



輝け！新農人 49

土長地区 日章支所
ひわさ こうすけ
日和佐 洸介さん (26)
[就農2年目 シントウ11アール]

子育てをしているような感覚に

環境を整えるために株間を空けたり、内張りカーテンの開閉時間の調整、早めに天敵昆虫を導入するなど、反省と失敗を糧に栽培技術の向上に努めています。今作は9月上旬に1200本を定植。従業員4人を雇用し、収穫作業を行っています。「1作目の経験からゆとりができ、整枝作業などにも時間が割けるようになった」と、手応えを実感。教えてもらったことと自分の思うやり方を比較するなど、地域のベテラン農家との良好な関係や心強いバックアップを武器に管理の仕方を模索しています。

「手を加えたら加えた分だけ応えてくれる。順調に生育してくれると嬉しいし、楽しい」と話す洸介さん。毎日ハウスで生長する木や実の状態を見てみると、「子育てをしているような感覚になる」と言います。苦勞もありませんが、日々の積み重ねが収量や秀品率、価格として結果に表れるところにやりがいを見出しています。

サポートハウスでの栽培は今作が最後。来作からは、自分のハウスで栽培を始める予定です。規模拡大に向けて日々の管理を徹底しながらこなすことが当面の目標。「増やした面積で今よりも収量をアップさせ、ゆくゆくは他の品目の栽培にも挑戦したい」と、洸介さんは前を見据えます。



そのままでは受粉しにくいので小夏の花粉を人工交配。役のかかるこの大変な作業のおかげで大きくきれいな果形になります。



最初の原木から生まれ樹齢80歳の今も現役の土佐文旦の木。味にバラつきがなく「人間と一緒に年がいったら無茶なことはせん」とのこと。



おいしさにこだわり
一本一本手間ひまを
かけています。

土佐文旦振興対策協議会
青木秀成 会長
あおき しゅうせい

(土佐文旦150アール、
シヨウガ70アールを栽培)

Communication Fruit!
Love Tosabuntan!

特集
高知のソウルフルーツ
土佐文旦

高知県民がこよなく愛するソウルフルーツとも言える「土佐文旦」。
お日さまのようにあたたかな黄色と大きさが目を引く特産果実です。
今回は、認知度向上に向けて活動する土佐文旦振興対策協議会の取り組みや
PRのために任命された「土佐文旦アンバサダー」など、「土佐文旦」を取り巻く愛をご紹介します。

文旦農家の1年は15カ月

年の瀬が押し迫るころ、土佐文旦振興対策協議会の青木秀成会長は露地で栽培する土佐文旦の収穫作業に追われていました。土佐市では出荷の時期に食べ頃になる「野囲い」を行います。「熟したら香りがしてくる、それが食べ頃のサイン。置くほど酸は抜けて1月、2月、3月と味が変わってくるのが追熟果実の特徴です。出始めのフレッシュな感じが好きな人もいれば、酸のない甘いのが好きな人もいて個人差がありますね」と青木会長。味の変化を楽しむことができるのも土佐文旦ならではです。

年が明けて3月まで出荷する中、施肥・剪定・人工交配・摘果と今年産に向けた作業が始まり「文旦農家の1年は15カ月」と、青木会長は笑います。見た目や味のバラつきをなくし、「おいしくなれ」と南北、内外、上下、まんべんなく日が当たるように剪定にはこだわります。5月には大きな実になるよう小夏の花粉を使って一花ずつ授粉させる人工交配、7月には着果量を調整する摘果と、きれいな果形と収量の確保のため、園地や個々の木に応じた栽培管理を心掛けています。

おいしい土佐文旦をつくるには日当たりと水はけの良さが重要。この辺りの園地は急斜面が多く、高齢化に伴う産地の維持が課題になっています。「傾斜地でもやりたいという若い人がいなければ放棄地になって荒廃していく。年4回の草刈りでも山の中だと大変です」。労力のかかる果物ですが青木会長は手間を惜しみません。



妻の真弓さん(左上)と甥の大典さん(右上)と収穫を手伝う佐竹さん(右下)

※野囲いで追熟

ムロでゆっくり追熟させることで酸が抜け、水分を飛ばして甘味を凝縮させる「野囲い」。板で四角く囲い、地面にわらとむしろを敷いて文旦を入れ、ビニールを被せてわらでふたをします。最近ではわらの代わりにアルミシートを被せることも。より温暖な宿毛市では、木なりで年を越します。



野囲い:このひと手間ですぐ美味しい文旦ができます。



急斜面かつ重労働のためモノレールは欠かせません。



日がまんべんなく当たる文旦山。

県民をとりこにする
春の風物詩

県内の栽培面積419ヘクタール、収穫量約8300tの土佐文旦は、面積・収量ともに全国の約9割を占める高知県を代表するかんきつです。昭和4年に、鹿児島県の法元宅から高知県農事試験場へ「法元文旦」として植樹され、昭和18年にはこの原木から増殖した苗木が土佐市に定植されて本格的に栽培が始まりました。現在では、土佐市、宿毛市、須崎市、黒潮町、四万十市、香南市など、県内の温暖な地域で作られています。

土佐文旦の特徴は、何と言ってもその味わい。一房食べるとプリッとした小さな粒がはじけ、甘みと酸味のバランスにほろ苦さが加わり、クセになる味わいです。果実の甘みはハチミツと同じ成分の果糖なので、自然で上品な甘さを感じることが出来ます。香りも独特で、そのまま置いておくだけで食べ頃になると芳醇な香りが漂い、皮をむくと爽やかさが一層広がります。11月にはハウスものが出荷、露地ものが旬を迎える2〜3月にはスーパーや青果店、日曜市や直販所などに袋入りの土佐文旦がずらりと並び、春を告げる高知の風物詩として親しまれています。



藤原しおりさん
オンラインイベント

土佐文旦アンバサダーの藤原しおりさん。昨年の2月13日の「土佐文旦の日」には、生産者や消費者をつなぐオンラインセミナーにゲスト出演し一緒にムキムキしました。コロナ禍でも積極的にPR活動！



大手飲料メーカーとコラボして人気となった「キリン氷結土佐文旦」(数量限定で現在は販売終了)。



中央公園での土佐・ぶんたん祭の様子。日曜日に近いこともあり県外客にPRするには絶好の場所。

まだまだ伸びる 土佐文旦

厚い皮をむいて、ひと玉を分け合って食べる「コミュニケーションフルーツ」とも呼ばれている土佐文旦ですが、県外ではまだまだ認知度が低いのが現状です。JAの部会に属さない生産者も多く、栽培技術をいかに共有し高品質なものを安定的に生産するか、地域や組織の枠を超えて県域で振興策を協議するため、平成21年に土佐文旦振興対策協議会が設立されました。協議会は土佐文旦を「こよなく愛する方を「土佐文旦アンバサダー」として任命し、タレントの所ジョージさんや藤原しおりさん(元・ブルゾンちえみ)、野菜ソムリエ上級プロの西村有加

さんなども積極的に応援してくれています。土佐文旦をぜひ一度食べてもらいたいと試食を構えて販売する「土佐・ぶんたん祭」。例年、3月の第一日曜日に高知市の中央公園で開催し、東京や神戸でも同様のイベントを行っています。「知名度は確実に上がってきていると思う。土佐文旦はまだまだ伸びる果物。これから全国に発信していきたい」と意気込みを語る青木会長。県知事訪問や県内各地での現地検討会なども実施し、部会の垣根を超えて土佐文旦を盛り上げていきます。



本の表紙を飾った「文旦皿鉢」。

「ムキムキ」の道にはまっています。

そんな中、自分を見つめ直すタイミングで「やりたいことリスト」のトップに思いついたのが「文旦本」の出版でした。



(右)ベストセラーになった「文旦好きがこうじて」
(左)平成31年に創刊した「文旦ムキムキ通信」



まつだ まさこ
土佐文旦アンバサダー
デザイン事務所
「アトリエよこばり」リネリス代表



「ムキムキ」に魅せられて

「むいている時は至福の間。しんどいことがあっても気分を変えてくれる私の『恩人』ならぬ『恩果実』です」。食べるだけでなく、むくことにも魅せられその楽しみ方を発信している、土佐文旦アンバサダー・松田雅子さん。結婚を機に移り住んだ町で、お裾分けでいただいた大量の土佐文旦をお返しにむいて差し上げたのがきっかけでした。「プレゼントするとすごく喜ばれたんです。私も凝り性なので、それからむき方にこだわるようになりました」。房ごとに分けて1時間ほど乾かすと薄皮がついてこずききれいにむけるなどコツをたくさん見つけて、「ムキムキ」の道にはまっています。

唯一無二の果実！ あふれる文旦愛



柑橘バサミ、フォーク、シトラスピーラー、ムッキーちゃん。これらを駆使してムキムキします。

松田さんは JA グループ高知の YouTube チャンネルでもムキムキ。



サイズが揃った実を立てて並べていきます。薄皮は、フォークで丁寧に取っていきます。実の端にも注意を払うと、美しい仕上がりに。

皮を器に、開けてびっくり！「サプライズ文旦」

文旦にかける想い

PRイベントで文旦をむいて欲しいという依頼が多くなり、一人では対応しきれなくなり結成された「文旦ムキムキ隊」。4人でチームを組んで、声が掛かると行ける人が出動します。「文旦ムキムキ隊以外にも映像やデザイン、文筆など、いろいろな仲間がいて一緒にPRしてくれる。本当に好きなものに本気で力を結集させればなにか伝わるなど感じています」と、県内外にたくさんの仲間もできたと言います。

「土佐文旦は和食でも洋食でも、何にでも合います。一回頑張ってみていただいで、それをいろいろな料理の上にトッピングして召し上がっていただきたいです。むつこいものはさっぱりと、甘すぎるものは程よい甘みに変える万能果実です」と、土佐文旦を「唯一無二の果実」と表現する松田さん。授粉作業を手伝ったときに、栽培の大変さも身を持って実感したと言います。「手間がすごいんですよ、土佐文旦って。その手間のおかげでこんなにおいしい果実をありがとうございます」と、歴代の関わってくださった方にお礼を言いながら食べています。



パワーがみなぎる、文旦ムキムキ隊。

露地土佐文旦
ほじける果実。溢れる果汁
お待たせしました!!!
予約開始
1月下旬より
発送予定 約

「土佐文旦」は、県内の直販所、量販店のほか、JAグループ高知のネット通販サイト「とさごろ」で購入できます！

とさごろ
土佐の「食べ頃」お届けします。
https://tosagoro.com



第13回
ぶんたん祭
3/5 日 10:00~17:00
高知市中央公園
3年ぶりに高知市・中央公園で開催します。青果および加工品の販売、文旦の釣り大会、輪投げチャレンジ、文旦バスケットづくりなどの企画も盛りだくさん！ 発送も承ります。今年の土佐文旦は平年並みの糖度ですが酸度は若干少なめで、果汁が多く食べやすい仕上がりに。昨年末の記録的大雪で土佐文旦も被害を受けました。高知のソウルフルーツを、食べて、送って、応援してください！

謹んで大雪災害のお見舞いを申し上げます

令和4年12月23日～24日明け方にかけて降った記録的な積雪により、高知県内で甚大な被害が発生しております。被害を受けられました皆さまには、心よりお見舞いを申し上げます。一日も早く復旧されますよう、心からお祈り申し上げます。

仁淀川地区の佐川町では、積雪50～70cmの雪の重みで農業用ハウスが損壊するなどの被害が次々と明らかになっています。イチゴやトマト、ピーマン、ニラのハウスなどが被害を受け、特にイチゴのハウスが壊滅的な状況です。

今回の大雪被害を受け、「ふるさとチョイス」(<https://www.furusato-tax.jp/saigai/>)にて、令和5年3月31日まで「緊急災害支援フォーム」が開設されています。

一刻も早い復旧に全力を尽くしておりますので、皆さまの心温まるご支援をどうぞよろしくお願いいたします。

【注意事項】

- クレジットカード決済による寄付受付となっております。
- 寄付は2,000円以上からとなります。
- 災害支援のため、お礼の品はお送りしておりません。恐れ入りますが、ご了承くださいませようお願い申し上げます。



「ふるさとチョイス」はこちら

JAグループ高知の
テレビ番組
絶賛放送中!



過去放送分はコチラから!

高知さんさんテレビ「あぐりのチカラ」



【放送期間】令和5年3月まで

【放送日時】毎週月曜 午後8時57分～9時

テレビ高知「とさベジキッチン」



【放送期間】令和5年3月まで

【放送日時】第1・第2・第3金曜日 午後6時55分～7時

2023
FEBRUARY

JA高知県



トップニュース

女性部・青壮年部と意見交換 本部役員と意見交換会を開催

令和4年11月24日(木)、JA女性部・青壮年部と本所常勤役員との対話集会を開きました。各地区女性部・青壮年部、秦泉寺組合長ら42人が参加。組合員から寄せられたJA経営や運営、営農指導事業など各事業に関する意見・要望について意見交換を行いました。以下、質問・意見の一部を回答とともにご紹介します。

Q1 先日、部会の中で経費削減をどのように行うかといった意見で「梱包資材を薄くする」などといった意見がでていたが本末転倒である。経費削減は大事だが、コストを下げるために何でもしていいわけではない。安心して安全に届けことが一番大事。それが単価等のアップにもつながることもある。荷崩れしないよう、強化ダンボールや資材の交渉をしっかりといただきたい。

A 段ボールなど、資材の中身も検討しています。JA全農を中心とし、幅広く試験を行いながら慎重に対応していきます。

Q2 今後約4割の職員の人事異動を行うとしているが、営農指導員は直接農家と関わりとても激務である。異動後にしっかりケアを行わないと離職や人材の育成ができないといったことに繋がる。しっかりとそこは対応していただくようお願いする。

A 異動の際も、そういったことを考慮し実施する予定です。また、業務を正常に行うためにも一日も早い要改善命令・レベル制限の解除を目指している状態です。職員は我々にとっても大きな宝であり、そこを守ることや新しい人事制度の導入なども考えています。

Q3 JAカードの普及率は把握しているか。今後はキャッシュレス決済が間違いなく必要になると思うので、普及促進をしっかりとっていただきたい。

A 毎月、JAカードの内容や情報を取りまとめています。「とさのさと」発足時にはJAカードをアピールし、全国1位の伸び率となりました。お客様の層に合わせて値引きや特典もありますし、今後もしっかり推進をしていきます。

Q4 休日の当番などで、信用・共済の職員などが肥料等の対応をするのはどうしても難しいと思う。一人一人に専門外の教育は難しいと思うので、例えば肥料や農薬、農作物などの写真やデータを全てタブレットにまとめて、何かあれば対応できるような仕組みを作ってはどうか。

A 貴重なご意見として検討させていただきます。現在は、営農指導員や経済渉外担当者等にしかタブレットを配布できていませんが、より良い活用を検討していきます。



キウカツ!



「まっことゆず」を全力PR ～安芸市ユズ農家～

令和3年8月に販売を開始した「まっことゆず」。ユズ農家と(株)ミツカンがタッグを組み、味作りからネーミングまでこだわって作られたぼん酢です。

昨年9月には、発売を記念したレシピ集が完成! 「まっことゆず」の誕生秘話やレシピを紹介した冊子で、農家さんのこだわりと心がこもった料理を、作って、味わって、感じてほしいという思いが詰まっています。



「とさのさとアグリコレット」で行われた土佐の豊穰祭 2022 では、「まっことゆず」に特産のナス3本とミョウガ1パックを付けて、「なすのタタキセット」として特別価格で販売。2日間で400セットが売れました。購入してくれた方にはレシピ集を無料配布し、「まっことゆず」をPRしました。



ユズの生産者が JA 高知県 Instagramで「まっことゆず」をPR!
ユズ畑でのインスタ映え写真を多数掲載中です。
アカウント「@kouguri_official」で検索してね!

ユズ農家とミツカンが作った「まっことゆず」の魅力

- ① 高知県産ユズ100%使用
- ② (株)ミツカン史上最高のユズ果汁量
(現行のミツカン「ゆずぼん」の約2.6倍のユズ果汁を配合)
- ③ 食品添加物に頼らないユズ本来の自然なおいしさ
- ④ ユズを皮ごと丸搾りしているので
ユズの甘く華やかな香りが味わえる



#こうぐりフォトコン2023

普段の何気ない日常の中にもステキな瞬間が眠っているはず。
あなたの身近にある高知の「食」や「農」を探して
SNS に投稿してみませんか？

テーマ わたしが見つけた高知の「食」と「農」

募集期間 令和5年 2.10 (金) ~ 3.31 (金) の投稿を対象

参加方法

- ① 日常の中で見つけた「高知の食や農」の魅力が伝わる写真(農畜産物や人物、風景、料理など)を撮影。
- ② InstagramまたはFacebookで、JA高知県公式アカウント「こうぐり」(@kouguri_official)をフォローする。
- ③ 撮影した写真にハッシュタグ「[#こうぐりフォトコン2023](#)」を付けて投稿する。

結果発表

応募期間終了後に審査を行い、入賞作品は広報誌「こうぐり」6月号の誌面で紹介します。

※受賞された皆さまには、別途Instagramの「ダイレクトメッセージ」、またはFacebookの「メッセージ」にてご連絡いたします。

入賞&賞品

投稿していただいた写真の中から**優秀賞(5名様)**を選出し、**高知県の特産品セットをプレゼント**します！

注意事項

- 参加には Instagram、もしくは Facebook のアカウントが必要です。
- 応募作品は投稿者ご自身で撮影されたもので、未発表のものに限ります。
- ご応募いただいた作品は JA高知県の広報誌・HP・SNS等へ掲載する場合がありますので、予めご了承ください。
- 入賞者への連絡はInstagramのダイレクトメッセージ機能、またはFacebookのメッセージを通じて連絡を行いますので、ご連絡の際にアカウントのフォローを解除していたり、1週間以上ご返事がいただけない場合には入賞を取り消す場合があります。
- Instagram、Facebookの設定が非公開の場合はご応募いただけません。
- 期間中は何度でも投稿することができますが、入賞はお一人さま1作品とさせていただきます。
- 投稿にハッシュタグ「#こうぐりフォトコン2023」を付けていない場合は入賞作品の選定対象外となります。
- 1度に複数枚の写真を投稿している場合は、1枚目の写真を入賞作品の選定対象とします。
- 著作権法に違反する写真、プライバシーを侵害する写真は絶対に投稿しないこと。
投稿に伴い発生したトラブルや投稿作品の著作権や肖像権について、当組合では一切責任を負いません。

「こうぐり」50号記念企画!

フォト & 川柳コンテスト

平成31年1月に創刊した組合
今月号で通算50

日頃から、ご愛読いただき
今回は50号を記念し、組合員や
「フォト」&「川柳」
入賞作品は誌面の中で
たくさんのご応募

員向け広報誌「こうぐり」が、
号を迎えました。

きありがとうございます。
地域の皆さまとの交流企画として
コンテストを開催!
紹介させていただきます。
お待ちしております。

注意事項

- 応募作品は未発表作品に限ります。
- 応募期間中は何作品でもご応募可能ですが、入賞はお一人さま1作品とさせていただきます。
- ご応募いただいた作品は JA高知県の広報誌・HP・SNS等へ掲載する場合がありますので、予めご了承ください。
- 掲載の際、作品の一部を常用漢字に改める場合がありますので、あらかじめご了承ください。

【お問い合わせ先】

JA高知県 組織広報課 TEL: 088-894-5613

川柳コンテスト

高知の「食」と「農」の魅力を、
季語にこだわることなく「五・七・五」のリズムに乗せて、
川柳で自由に表現してください。

テーマ (どちらでも可)

- 高知の「食」と「農」への思い
- わたしと広報誌「こうぐり」

募集期間 令和5年 2.10 (金) ~ 3.5 (日) ※当日消印有効

参加方法

作品(「上・中・下の句」を分けてお書きください)、郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号を記入のうえ、ハガキまたは下記QRコードの応募フォームにてご応募ください。

※作品は広報誌およびホームページで紹介いたしますので、本名での記載を希望されない方はペンネームを必ずお書きください。

※P.23のプレゼントハガキ内に書いていただいても構いません。その際は「川柳コンテスト」と明記してください。

※応募フォームからご応募いただく方は、「備考欄」に応募作品を記入してください。

募集先

〒781-0303
高知市春野町弘岡下中央 2454 番 15
JA高知県 川柳コンテスト係

結果発表

応募期間終了後に審査を行い、広報誌「こうぐり」5月号の誌面で発表します。
※受賞された皆さまには、別途文書にてご連絡いたします。

入賞&賞品

投稿していただいた川柳の中から**優秀賞(5名様)**を選出し、**高知県の特産品セットをプレゼント**します！

和風ピザ

ゴーヤの



【材料・約 20cm のピザ 2 枚分】

ピザクラスト…… 2 枚
(1 枚/約 20cm)

※掲載写真はナンで作っています。

ゴーヤ……40 ~ 50 g
(ワタを取り除いた量)

焼き鳥(缶詰)…… 2 缶

コーン……適量

マヨネーズ……適量

ピザ用チーズ……適量

刻みのり……適量

【作り方】

- ① ゴーヤは縦半分に切り、薄切りにして水にさらし、よく水気をきっておく。
- ② 焼き鳥を細かく刻んでおく。コーンは水気をきっておく。
- ③ ピザ生地に焼き鳥、ゴーヤ、コーンの順にのせる。その上にマヨネーズ・ピザ用チーズをのせる。
- ④ オーブントースターで少し焦げ目がつく程度まで焼く。
- ⑤ 仕上げに刻みのりをお好みの量散らす。

園芸部レシピ

うちんくの
台所

香美地区編



JA高知県香美地区 園芸部
総合部会 夜須支部
白石 あすかさん

オイルサーディンと
ゴーヤのサラダ

【材料・4~5人分】

オイルサーディン…… 1 缶

ゴーヤ……250 g

トマト…… 1 個

サラダ大根……50 g

(またはラディッシュ)

ニンニク…… 1 片

マジックソルト……適量

(無ければ塩・コショウ)

ブラックペッパー……適量

【作り方】

- ① ゴーヤは縦半分に切り、ワタの部分を取り除き、薄切りにする。さっと湯がき、ギュッと絞って水気をきっておく。
- ② トマトは食べやすい大きさに切る。
- ③ サラダ大根は、薄めにちよう切りにする。
- ④ ニンニクはみじん切りにする。
- ⑤ ボールに①~④を入れ、オイルサーディンを汁ごと加える。
- ⑥ マジックソルトを振りかけ、全体をざっくり混ぜ合わせお好みの味に仕上げる。
- ⑦ 器に盛り、ブラックペッパーをお好みの量振り掛ける。

レシピは、HPからも
ご覧になります。
ご活用ください!



ゴーヤで
彼のハートを
射止めましょう!



高知県産のトルコギキョウやバラ、カーネーション、カスミソウを織り交ぜたアレンジメント(写真は5,000円)

花は気持ちを伝える媒体。お祝いでは喜びを倍増させてくれ、お悔やみでは悲しい気持ちを癒す。そんな無言のメッセージがあります。

フラワーアレンジメントから鉢物、冠婚葬祭の会場装花や生け花材料などの幅広い商品が揃う「花輝」。長く取引のある所も多い、信頼の厚い花屋さんです。「取り扱う花に偏りもなく学生からご年配の方まで年代に合わせた花を提供しています。求めているだけうちは精一杯やりたいですね」と話すのは、出来義輝社長。祖父母の代から花屋を営み、先代である父親からお店を引き継いだ後も変わらず、親しみの想いを花に添えます。

「花は気持ちを伝える媒体だと思います。お祝いでは喜びを倍増させてくれ、お悔やみでは悲しい気持ちを癒す。花にはそんな無言のメッセージがあるので、他のギフトとは少し意味合いが違ってきますよね。日常に訪れるさまざまな時に寄り添い、贈る人の想いを代弁する、他にはない花だけが持つ力を教えてくださいました。」

コロナ禍の影響でここ数年は経営面でも目途を立てづらい中ですが、「生産者の方はもっと大変ですよ。生産資材の高騰や自然災害なども心苦しく感じています。無責任に頑張っただけとは言えないのですが、チャンスを掴んでいただきたいなと思います」と、近年の生産現場の状況にも寄り添う出来社長。活気のあがる明るい生産現場が戻ることを願う、生産者から受け取る花のバトンを大切にお願いします。



店舗上にある花束を抱えた大きな銅像が目印。
フラワーショップ花輝
高知市本町3-5-2
Tel. 088-875-9327
営業時間 9:00~18:00



hanateru87



シンビジウム、バラ、カスミソウ、ポリシャスを使ったバレンタイン仕様のアレンジメント(写真は5,000円)



季節の花はスーパーマーケットからの注文も多くなります。



露地土佐文旦 5kg

クイズ正解者の中から
抽選で計 20名様
 応募締切は 令和5年 **3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。

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

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。

ト	ソ	タ	カ	ツ	キ
ツ	ム	ジ	シ	リ	ツ
パ	リ	シ	ヨ		ネ
エ	イ	ヨ	ウ	シ	
メ	デ	キ	ユ	ミ	
オ	デ	ン	ブ	ラ	ン
ト	シ	タ	ウ	ジ	

1月号の答え [フリソデ]

ヨコのカギ

- ① ウィンタースポーツの代表格
- ② 旧国名の1つ。現在の三重県の大部分
- ③ お吸い物などを入れる器
- ④ 鬼は外、福は——
- ⑤ 掃除道具の1つ。魔女がまたがれば飛べるかも？
- ⑧ 車のフロントガラスに付くとギラギラして厄介です
- ⑩ 旅先で眺めることもあります
- ⑫ もむと温くなるタイプもあります
- ⑬ 遅い時間まで寝ずにいること
- ⑭ 仁徳天皇陵もこの1つ
- ⑯ 水分補給に役立つ——飲料は、電解質を加えてあります
- ⑰ 働き者だといわれる昆虫
- ⑳ 天ぷらを天——に漬けて食べた

出題：ニコリ

タテのカギ

- ① 2月の誕生石・アメシストは紫色の——です
- ⑥ 刻みたばこを詰めて吸う道具
- ⑦ Lが大なら Mは
- ⑨ こうなった——を知りたいなあ
- ⑪ 暖炉にくべます
- ⑫ 3度の食事以外に食べるもの
- ⑭ バレンタインデーに実らせる人もいます
- ⑮ 囲碁や将棋の指し手の記録
- ⑰ 百貨店の——ガイドで目当ての売り場を探した
- ⑲ 昆布と——節でだしを取った
- ⑳ 例年2月4日ごろ。暦の上ではこの日から春です

コチットの
 イチオシ!
 vol.23



人気ですぐに
 売り切れるから、
 電話予約が
 オススメ!



〔仁淀川地区〕「波介農産物直販所」
幻のピーナッツ揚げ

1パック 250円

今の場所オープンして30年の歴史がある「波介農産物直販所」。今回は、イベント時に販売される幻の「ピーナッツ揚げ」を紹介するよ！

波介地区岩戸で血鉢料理によく盛られていた「ピーナッツ揚げ」。イベントでは女性生産者が中心となって、ピーナッツと拍子木切りにした約10kgのサツマイモ、さががきしたゴボウを入れて、硬めに練った小麦粉で和えて天ぷらにするんだって。パリッとした歯ごたえとしつかりした食感で、サツマイモの甘みやピーナッツの食感、ゴボウの香りがマッチして、次から次へと手が伸びちゃうんだ。サツマイモやピーナッツが収穫された頃の年3回程しか販売されないから、まさに幻の味だね！今季の販売は2月28日(火)が最後。次は10月頃になるから、ぜひ食べにきてね〜。



旬のお野菜の他、お総菜、手芸品なども並ぶよ！

ピーナッツ揚げの作業風景



主に波介地区の生産者33人が出荷していて、「出荷しゆう入たちとおしゃべりするの楽しい」「ヒジ、ヒザが痛いけど、野菜作りが楽しくてようやめん」と、地域のコミュニケーションの場にもなっているんだよ。



波介農産物直販所
 土佐市蓮池460-8
 TEL 088-854-0345
 営業日 火・木・土
 営業時間 7:00~12:00
 販売内容 野菜、果実、花き、総菜、加工品など



所得税等の確定申告 スマートフォンでの所得税等の申告書等作成e-Taxがますます便利に

税務署の確定申告会場の開設期間は、
 令和5年 **2月16日(木)～3月15日(水)**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)

会場内の混雑緩和のため、確定申告会場への入場には、入場できる時間帯が指定された「入場整理券」が必要です(作成済申告書の提出のみであれば不要です)。
 入場整理券は会場当日配付しますが、LINEを通じたオンライン事前発行も可能です(国税庁LINE公式アカウントを友だち追加する必要があります)。

※1 入場整理券の配付状況に応じて、後日の来場をお願いすることがありますのでこの機会にご自宅からのe-Taxをご利用ください。
 ※2 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。

確定申告書は、スマホやパソコンで作成できます
 スマホやパソコンで国税庁ホームページ(確定申告書作成コーナー)にアクセスすれば、画面の案内に沿って入力するだけで申告書が作成でき、「e-Tax(電子申告)」を利用して送信できます。
 国税のスマホアプリ納付が利用できます



国税のスマートフォン決済専用サイト(スマホアプリ)にアクセスし、上の6つのpay払い(〇〇ペイ)から、利用可能なアプリを選んで国税を納付することができます。



お問い合わせ先：最寄りの税務署
 国税庁 HP <https://www.nta.go.jp>