

5 2023
月号

こうぐり

土佐の高知の
あぐりのチカラ
JA高知県

「こうぐり」50号記念企画
川柳
コンテスト
結果発表

特集

高知と
日本の食と
農を守るために
生産資材高騰対策の今

広報担当者が届ける
こうぐりラム! #39



これまでが全部つまった手

今を踏ん張り

なんとか先へ進もうとしている手

それを側で感じながら

“これから”を自分で決めていく手

その“これから”の手を守る
優しくあたたかい手

高知のモノが途切れることのないよう
高知のあぐりを支えている力強い手

「香美地区」 田村 沙良



Instagram: kouguri_official
「こうぐり」Instagram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



仁淀川地区
企画組員課
坂本 倫子

行動制限が緩和されました！
緩和されても、新型コロナウイルスが全滅したわけではないので、不安が頭をよぎることもあるかと思いますが「休みの日にはどこに行こう？」「お友だちとおいしいご飯を食べに行きたい」と、前向きな思考ができるようになり、心が晴れ晴れしています。農業に関しても、外食や会食が増えて、お米や野菜、果物、花などがさまざまな場面で求められるようになって思うと、本当に嬉しいです！

こうぐり 2023 5月号 令和5年5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
印刷：（株）中央印刷 / デザイン：TETORA design
広報誌に関するお問い合わせ先：TEL 088-894-5613（組織広報課）



Facebook



とさのさと-JA高知県一



JAグループ高知



耕そう、大地と地域の暮らし。

03 輝け！新農人 [土長地区] 川久保 健吾さん

04

特集
1高知と日本の食と
農を守るために

～生産資材高騰対策の今～

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 **タケカツ** 香美地区のあんなこと、こんなことを再発見

18

特集
2

「こうぐり」50号記念企画

川柳 コンテスト 結果発表

20 *Living with Flower* ～花のある暮らし part2～
[Garden Living Tommyの庭]21 **うちんくの台所** 高西地区編22 **コチットのイチオシ！**
[仁淀川地区] 「はちきんの店 佐川店」
充実したお総菜&お弁当

23 読者プレゼント

24 広報担当者が届ける **こうぐらム！**表紙紹介
青ネギ

高知県では冬ネギと夏ネギを併せ、周年で生産しています。香りが良く肉厚で歯ごたえがあるのが特徴で、料理の主役や薬味として活躍します。粘膜の健康維持に役立ち、抗酸化作用で風邪予防などに効果があるとされるカロテンやビタミンC、カルシウムや鉄分が含まれている緑黄色野菜です。

[香美地区・土佐山田町]
香美地区園芸部洋菜部会
ふくだ たけひろ
福田 武広さん

香美地区洋菜部会では、現在64戸が青ネギを出荷しています。種子からではなく、分けつした収穫物の一部を次作苗として植え付ける株分け方法で栽培しています。露地栽培の青ネギは天候の影響を受けやすく、1年を通して出荷規格に合わせるのが難しい作物です。病害虫にも気を付け、被害を最小限に抑えられるように事前に対策を取っても、毎回同じようには生育しません。就農3年目の福田武広さんは、「同じ部会の先輩やJAの営農指導員に教えてもらい、次はこうしよう自分でも考えながら農業と向き合っています。大変ではありますが楽しいですよ」と話します。部会では、調整作業を徹底し高品質な青ネギの出荷に努めています。

作業療法士から農業の道へ

恵まれた環境に感謝し
親子二人三脚で
歩みを進めます輝け！新農人 52
土長地区・大篠支所
かわくぼ けんご
川久保 健吾さん (33)
[就農1年目 シシトウ11アール]

祖父の代から続くシシトウ農家に生まれ、幼い頃から忙しく働く家族の姿を見て育った川久保健吾さん。将来の道を模索する中、後を継ぐべきか父親に相談したこともありましたが、手に職をつけようと県内の専門学校へ進学。卒業後は、作業療法士として働いていました。

10年ほど勤めた頃、父親と一緒に農業を営んでいた祖父が亡くなったことをきっかけに、改めて就農を意識するようになり、「自分にとって農業は身近な存在。一人で栽培管理を行う父親が心配で、『やりたい』と思うようになりました」。

また、子どもと過ごす時間を大切にしたいと、時間の融通が利くところにも魅力を感じた健吾さん。すんなりと気持ち傾き、昨年8月末に会社を退職。すぐに親元で就農し、農業への一步を踏みだしました。

師匠でもある父と共に

現在は、父親の和明さんに教わりながら



かけがえのない家族との時間

栽培の基礎やノウハウを習得しています。就農当初は、栽培面や費用面など右も左も分からず、先の見通しが持てないことへの不安がついて回りました。収量が増える作業が夕方までかかり、しんどさも経験。決して楽な仕事ではありませんが、日々の頑張りが収入として目に見える形で現れるところに、農業の可能性とやりがいを見いだしています。

次期作は9月中旬に約860本を定植予定で、来年1月からは和明さんより経営を引き継ぎます。師匠でもある和明さんの存在は大きく、ハウス内の温度管理やかん水方法、整枝作業など、教えに耳を傾けしつかりこなすことを心掛けています。「分からないことを聞ける人がすぐそばにいるということとは心強い。父がいることで『失敗はせん』という安心感にもつながっている」と、恵まれた環境に感謝しています。

就農を機に家族との時間が増え、育児や家事にも協力できるようになりました。農閑期には、運動会や参観日などの行事に参加することを楽しみに、充実した日々を過ごしています。また、和明さんと仕事をすることで、コミュニケーションを大切に二人三脚で栽培に励んでいます。

JAグループの取り組み

農家支援に向けた農政活動

生産現場での厳しさが増すなか、直面する危機を乗り越えるために、JAではさまざまな取り組みを進めています。その一つが「農政活動」です。

JAグループでは、「食料安全保障の強化」や生産資材高騰への対応を主要事項としてさまざまな形で農政活動を展開。緊急全国大会の開催や、各都道府県のJA等と連携した働きかけを行うことにより、JAグループの要望・考えが国の予算や支援等に反映されています。

高知の取り組み



全体の取り組み

【令和4年に行った活動（一部）】

- 高知県選出国議員等との政策懇談会
- 自民党高知県議団、公明党高知県本部との政策懇談会
- 高知県農業振興部との政策懇談会
- 高知県知事、高知県議会議長等への令和5年度の県農業振興施策に関する要請を実施
- 農水大臣等への要請（10回）
- JA全中会長をトップに与党幹部・農林幹部・農水省等へ連日働きかけを実施
- 農政推進セミナー（3月）、政策推進大会（5月）、生産資材高騰対策等緊急全国大会（7月）、基本農政確立全国大会（10月）を開催

自民党高知県議団との政策懇談会 （令和5年3月13日・高知市内で開催）



県議団ら21人と、JA関係者21人が出席。意見を交わしました。

農業振興に係る課題等を共有し、課題解決に向けた取り組みを加速させることを目的に開催。JAグループ高知の取り組みと直近の農政課題について説明し、意見交換しました。

会では、農業・農村・JA経営を巡る情勢を説明し、経営基盤強化の確立に向けた取り組みを伝えたほか、JAグループが提起する国消国産と県内の協同組合間連携・農商工連携等の活動について報告しました。

「JAグループ農政推進の集い」 （令和5年3月8日・東京都内で開催）



国会議員155人が臨席（うち、高知県選出国議員7人）。JAグループ高知からは久岡隆会長（JA高知中央会）、秦泉寺雅一組合長など7人が出席しました。

全国のJAグループや農政運動組織の代表者、与党国会議員ら約500人が出席。昨年の農政運動の成果を周知・共有し、食料安全保障強化や、食料・農業・農村基本法の見直しに向けた機運を高めていくことを確認しました。

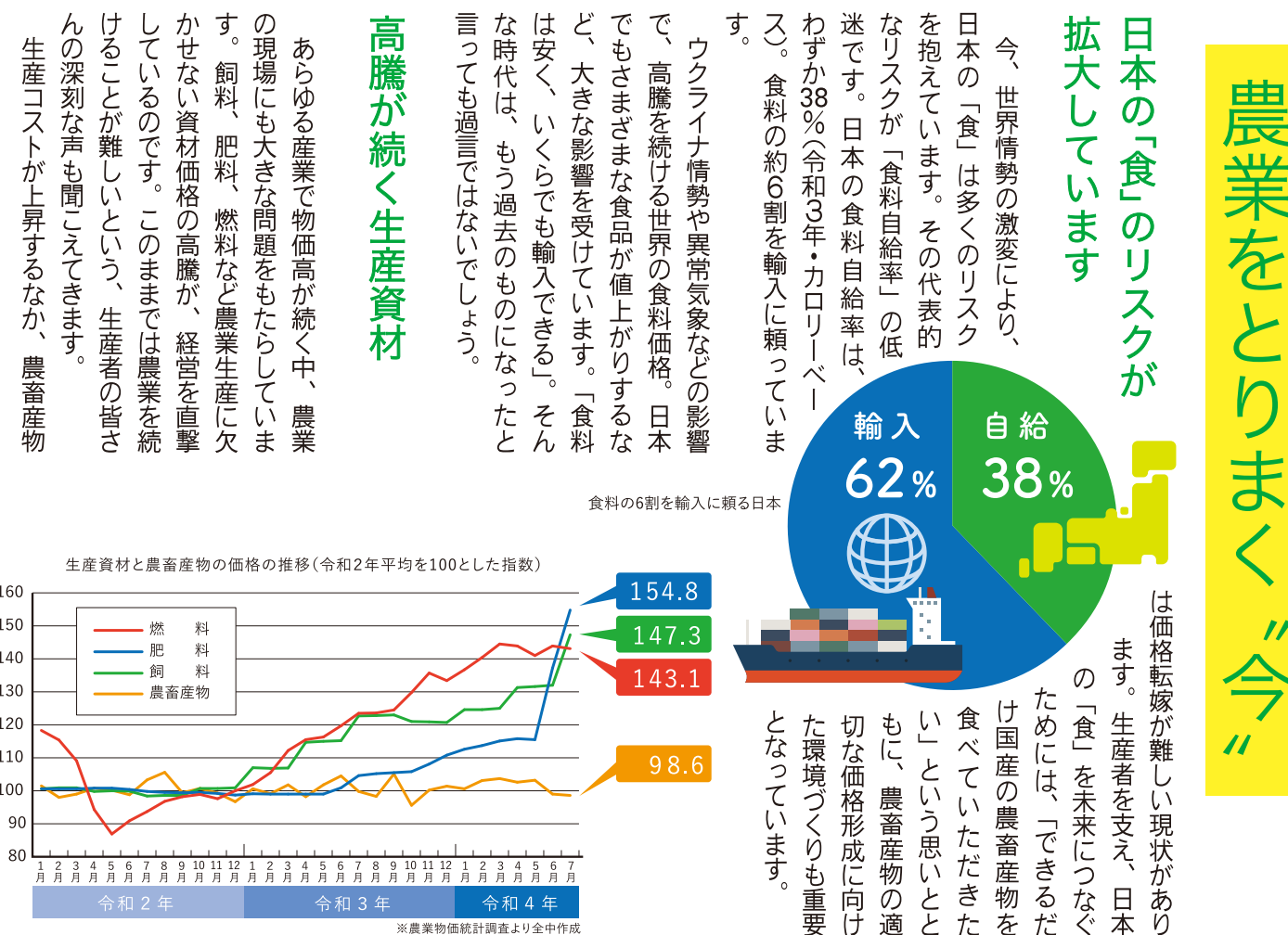
JA全中の中家徹会長は「生産資材価格の高止まりが続いている一方、価格転嫁がすすんでおらず、生産現場では依然として危機的な状況が続いている。政府・与党では、さらなる支援策について検討いただいているが、引き続き万全の対策をお願いしたい」と、支援の必要性を強調しました。

取組の成果

農政活動は、生産資材価格高騰への対応などさまざまな支援策にもつながっています。

高知と日本の食と農を守るために
生産資材高騰対策の今

今、農業の生産現場では、ロシアによるウクライナ侵攻や円安などの影響で、飼料、肥料、燃料をはじめ営農に欠かすことのできない生産資材の価格が高騰し、厳しい状況が続いています。食料安定供給のリスクが高まるなか、JAグループでは国や県に対してさまざまな働きかけを行い、生産資材高騰への対応を行っています。これまでのJAの取り組みや生産現場の声を通して、みんなで日本の「食」と「農」について考えてみましょう。



高知県での対策

肥料価格高騰対策

肥料価格高騰に対して、肥料コスト上昇分を国が7割補てんする「肥料価格高騰対策事業」に合わせて、高知県では県独自の追加支援(1割)が決定。令和4年の秋肥に続き、令和5年の春肥も対象となっています。

燃油価格高騰対策

燃油高騰に対しては国の施設園芸セーフティネット構築事業による一定の支援があるものの、燃油価格高騰の上昇幅が大きいことから、令和4年6月・12月県議会での補正予算により県独自に支援を行うこととしました。



飼料価格高騰対策

県から国に対して、配合飼料価格安定制度における異常補填基金の積み増しや発動基準の引き下げを要望。さらに、国のセーフティネットでは補てんしきれていない実質負担増加分の一部を支援、酪農家に対する所得減少分の一部への支援、土佐和牛繁殖農家に対する子牛価格への補てんなどが措置されています。



その他にも、

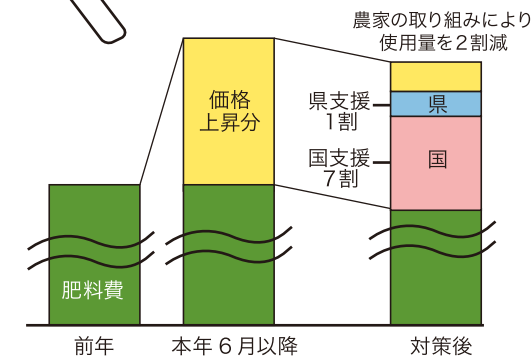
- 園芸用ハウス整備事業予算の確保および、補助対象限度額の拡充
- 燃料タンク対策事業費補助金に係る防油堤補助対象限度額の増額
- 野菜価格安定制度と収入保険制度の同時利用の継続並びに同時利用の要件緩和など、さまざまな支援の要請を行っています。

2年間で化学肥料の使用量の2割低減に向けた取り組みを実施することを条件に、国と県で肥料価格上昇分の8割を支援

肥料費低減のイメージ



JAが生産者の取りまとめ役となり申請を行いました。



特別推進銘柄の価格設定

(JA高知県の取り組み)

肥料価格が高騰するなか、経営が圧迫されている生産者の営農を支援するため、「特別推進銘柄※」の価格を設定。組合の定めた予約注文書として取りまとめた特別推進銘柄(35銘柄)の購入・引取り数量分に対して、全農集中購買銘柄については価格値上がりの1/5相当額、それ以外の園芸・水稻銘柄については価格値上がりの1/3相当額を価格折込し、特別推進銘柄価格として設定しました。

※JA高知県では、統合時に購買事業における大きな施策の1つとして「肥料農業50品目」を設定し3か年取り組んできました。その後、営農部門と連携して本県の基幹作物別に「特別推進銘柄」(県下共通)として新たに再設定し、生産者の皆さまに幅広く利用いただけるよう見直しを図っています。



JAグループ高知では、今後も多様で豊かな農業・農村の実現に向け、国や行政の政策・構想等が生産現場に寄り添ったものとなるよう、政府・与党の動向をふまえた農政活動を展開していきます。

日本の「食」と「農」を支えるために、

私たちができること

私たちの食料を未来につなぐためには、私たち自身が考え行動することが大切です。「国消国産」の実践などを通じて、日本の「食」の未来を私達と一緒に考えてみませんか。

消費者へ「国消国産」を発信！



「おいしい作物の、まずい話」ポスター

生産資材高騰で苦境が続くなか、生産現場で努力を続ける農家の声をご紹介します。



高知県酪農連合協議会
田中 克巳 会長
〔四万十町 飼養頭数約120頭〕

ほとんどを輸入に頼る飼料は、1.5〜2倍くらいに値上がりしています。また、生産資材だけでなく電気代などエネルギー関係の値上がりもあり、本当に厳しく何とかなしのいでいる状態です。

一方で、乳価は上がらない。乳価は年1回決めるのが通例ですが、昨年11月に飼料価格の高騰を受けて年度途中に改定がありました。それでも厳しい状況なので、高知県酪農連合協議会が酪農家の声を集約して乳価交渉を行い、将来的には安定的に収入が得られるようにしていきたいです。

このままでは、国産の新鮮な牛乳が飲めなくなる可能性もあります。私たちも安全安心な国産の牛乳を飲んでもらいたいです。搾ってから消費者の手に届くまでの時間が短いほどおいしいので、ぜひ地元牛乳を積極的に飲んでください。



安芸集出荷場研究会
影山 直人 会長
〔安芸市 ナス35アール〕

肥料やポリ、マルチ、重油、農業機械など、ハウス内のあらゆるものが値上がりしていて厳しい状況です。令和4年は令和3年と比較すると、経費が前年比109%に増加。特に、諸材料費が130%、動力光熱費で125%と高騰しています。ハウス内環境データの日平均温度を維持しながら、日中の温度を上げて夜間の温度を抑えたり、資材の価格が値上がりする前に来年度分まで購入しておくなど、経費の削減に努めています。

生産コストが上がっても、農畜産物の市場価格にはほとんど転嫁されず、経営悪化による離農も聞きます。補助金等もありましたが、今後は生産コストの上昇分がナスの価格に転嫁されていくでしょう。

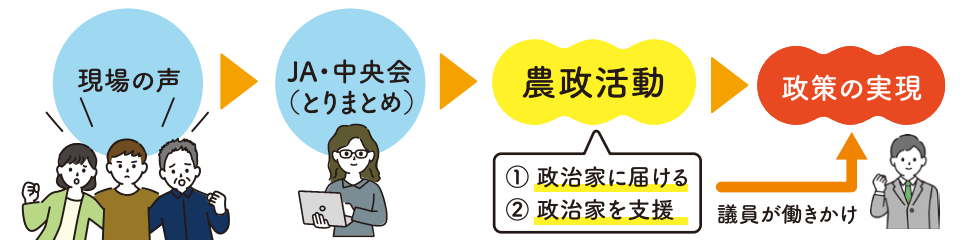
こうした背景のもと、野菜などの価格が上がるようになって、その実態を消費者の皆さんにも理解してほしいです。

農家の声を集約し、国や行政へ届ける重要な活動

「農政活動」



災害対策や生産コストの高騰など、農業には私たちの努力だけではどうしても解決できない課題が山積しています。こうした生産者の自助努力だけでは解決が難しい農業・農村の課題について、農家の声を集約し、理解者を広げ、政治の場に届けて農業、JAの発展を目指す活動を「農政活動」と言います。農業の大切さを理解し、現場の努力だけでは足りない部分の実現には、国や都道府県などの行政の支援が欠かせません。そして、行政関係者の理解はもちろん、私たちの声を代表して政治の場へ届けてくれる国会議員や地方議員への働きかけが必要です。



代表理事組合長
秦泉寺 雅一

近年の国際情勢の影響により発生しています生産資材価格の高騰におきましては、農家の経営安定に向けた所得の確保のみならず、地域での持続可能な農業の確立、さらには私たち国民の食料を確保するための食料安全保障の問題など、非常に危機感を持っております。

JAはこれまでも、農家個人あるいはJAだけでは解決できない課題について、現場の声を市町村、県、国に届け、政策に反映いただく農政活動を行ってまいりました。令和5年度は、「食料・農業・農村基本法」の見直しにもあたり、県連合会や全国連とも連携をして一層取り組んでまいります。

農政活動を進めていくうえで、組合員の皆さまの一人一人の声が大変重要になります。協同組合の基本に立ち、組合員・JAが一つにまとまることで大きな力を発揮できますので、ぜひともお力添えをよろしくお願いいたします。

JA SS キャンペーン情報



第3週の金曜日は
ガソリン・軽油 特別価格!!
2023年4月～2024年3月
※5月と9月を除く
2円/L 割引

日頃の感謝を込めまして、第3週の金曜日はガソリン・軽油を店頭価格から2円/L割引で販売させていただきます。

【実施期間】

令和5年4月～令和6年3月の第3週の金曜日
※ただし、5月と9月を除く。

【割引額】店頭価格から2円/L割引 ※他割引と併用可能

【対象商品】ガソリン・軽油

【実施店舗】県内JA-SS

※ JA高知市、JA土佐くろしお管内のJA-SSを除く。

※ 窪川給油所、仁淀川給油所、日高給油所、斗賀野給油所、小筑紫給油所、姫ノ井給油所を除く

お問い合わせ先
(株)JAエナジーこうち SS運営課
TEL 088-802-7010

フレッシュな27人が入組 令和5年度入組式



新採用職員27人が決意を新たに入組しました

4月3日、高知市春野町のJA教育研修センターで入組式を開催し、令和5年度新たに採用する職員27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「同じ職場の仲間、あるいは関係部署と協調し、信頼を得られる職員に成長することを期待しています」と激励しました。辞令交付では、新採用職員を代表して小林杏珠さんが秦泉寺組合長から辞令を受け取り、「今日の日を忘れずに、何事にも謙虚な気持ちで取り組み前向きに挑戦していきます」と決意を語りました。

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学びます。前後期合わせて10日間受講し、基礎的な知識を身に付けてJA業務に従事します。



2023
MAY

JA高知県



トップニュース

大雪被害からの再建願 県内JAと県連合会が見舞金

県内JAと県連合会（中央会・信連・厚生連・全共連県本部・電算センター）は3月下旬、雪害により被害が大きかったJA高知県の佐川支所本部会の再建を支援するため、JA高知県に対し見舞金を贈りました。佐川町では令和4年12月に降った記録的な大雪でハウスが倒壊するなど被害が発生、イチゴを中心に2億円以上の損害が出ました。2月には、JA高知市・JA土佐くろしおの園芸部が同部会に見舞金を贈りました。その後、県内3JA（馬路村・高知市・土佐くろしお）からもJA高知県に対してJAとして見舞金を贈る意向を示し、県連合会もこの取り組みに賛同して実現しました。



目録を受け取る秦泉寺組合長

JAグループ高知の残留農薬検査施設 高知県農産物安全検査センターのご案内



検体を抽出する作業の様子



ガスクロマトグラフ質量分析計で農薬成分を分析

（一社）高知県農業開発機構は、高知県の農業振興に寄与することを目的に高知県農産物の安全・安心の確保に関する事業を行っています。同機構が運営する高知県農産物安全検査センター（以下、検査センター）は、高知県産農産物の安全・安心を確保するためのJAグループ高知の自主検査施設で、平成15年に高知市仁井田新港（現在の営農販売事業本部敷地内）に設置されました。

検査センターは現在職員4名体制で業務を行っており、野菜・果実・米等の高知県産農産物の残留農薬分析を行い、食品衛生法で定められている基準値が守られているかどうか等を検査しています。

前年度の出荷実績に応じて策定した実施計画に基づき、県下主要品目を中心に年間約1,700件の農産物を検査しています。

令和6年度には分析機器を更新し調整作業等を行い、翌7年度から本格稼働の予定です。

今後もJAグループ高知の農産物の安全・安心のために、正確で迅速な検査の実施に務めてまいりますので、皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。



毎日のあんしん・おいしいをおうちまで JAくらしの宅配便

国産へのこだわりと安全・安心の品質を
ご自宅や指定場所へお届けします。

国産
愛用

女性部
愛用



初回ご利用特典
初回ご利用は
送料無料

エコーマーク品は国産原材料を優先的に使用した安全・安心品質の「JAグループ」プライベートブランドです。

個配送限定キャンペーン実施中!

個配送で商品をご注文いただいた方に先着で
保冷トートバックをプレゼント! ※数に限りがございます。

詳しくはお近くのJA購買窓口へお問い合わせください。



※写真はイメージです。

チクカツ! vol.26

香美地区 のあんなこと、
こんなことを再発見



JA 高知県青壮年部土佐香美本部 「とさかみはひとつ」が合言葉 ～盟友の“やりたい”を取り組んでいく～

現在、本部と2支部の合計 84 人で活動している JA 高知県青壮年部土佐香美本部。

「とさかみはひとつ」を合言葉に多様な事業活動に取り組んでいます。

各支部でも地域に根付いた活動を続けながら、

“これからの農業”のために新しいことにもチャレンジしています。



盟友からの声で「ドローン研究会」が出来ました(^O^)/

「先進技術を自分たちの農業に取り入れ活かしていきたい！」との声に、日本ドローン協会のインストラクターを招き指導を受けました。また、茨城県で活動されているインストラクターを紹介いただき、講師として勉強会も実施。人のつながりで青壮年部の活動も広がっています!!

会議や盟友との連絡を効率化

新型コロナウイルス感染拡大により、web会議を導入。打ち合わせなどもオンラインで行うことで効率よく開催できています。

また、会議や活動の案内など盟友への連絡は、個人のLINEを活用していましたが、「LINE WORKS」に切り替えることでより効率化を図りました。送信したメッセージは、人数だけでなく既読・未読メンバーも確認することができて便利。事務局から「LINE WORKS」で発信することで、「いつでも確認することができて情報も早い!」と、盟友にも好評です。



「とさかみ焼きそば」
おいしいで～!

その他に土佐の豊穰祭にも出店。香美地区の農産物をPRするため、盟友考案の「とさかみ焼きそば」「香美のみそ炒め」を販売しました。また前年度は、地域の小学生対象に親子で農業を体験してもらう「ちくくとふぁ～む」を開催しました。



惜しくも入賞を逃しましたが、
ステキな作品がたくさん届きました！

テーマ

高知の「食」と「農」への想い
わたしと広報誌「こうぐり」

入賞作品

入賞者5名の方には、高知県の特産品セットをプレゼント！
おめでとうございます！！

汗流し ちぎるよろこび おりようナス
安芸市 栗山智充さん

文旦の皮を剥く祖母 まねる孫
高岡郡日高村 ペンネームねえやんさん

「こうぐり」の新農人の輝く眼
南国市 ペンネーム神田ふみおさん

ホッとするコーヒータイムは「こうぐり」と
高知市 吉田知子さん

「こうぐり」に 豊かな高知の 農を知る
香美市 中田美砂子さん

広報誌「こうぐり」 2月号で募集した
「川柳コンテスト」の結果を発表します。

160作品の応募をいただき、
その中から厳正な審査により
5作品を選出しました。
また、その他の作品も一部
ご紹介させていただきます。

審査は、『家の光』を発行する
一般社団法人家の光協会および、
JA高知県役員で行いました。



畑では 無心になれて 気も軽い
室戸市 小松幹侍さん

田舎寿司 四季の彩り 味もよし
香南市 山崎理恵子さん

こうぐりの 料理手本に 腕ふるう
香美市 小松美鈴さん

こうぐりに パワーと癒し もらいます
土佐市 瀧本豊さん

こうぐりは 農家支える 応援誌
宿毛市 大塚美恵さん

黒潮の 風受けそだつ 塩トマト
岡山県 小田隆昭さん

炊きたての 香り豊かに 仁井田米
高岡郡四万十町 ペンネームぶくびこさん

なすタタキ まけまけいっぱい ポン酢かけ
安芸郡奈半利町 矢田典子さん

柚子のジャム 添えれば食欲 倍になる
香美市 森岡秀野さん

こんにちはー 笑顔とこうぐり 受け取るよ
四万十市 ペンネームちいばあばさん

こうぐりを 待つ読む感じる 存在感
香美市 ペンネームたかちほさん

土佐の食 これこれこれと 舌鼓
四万十市 宮村和江さん

春田役 風を吹っ切る 鎌さばき
宿毛市 有田京子さん

ご応募いただいた皆さん、ありがとうございました！ 今後も、読者プレゼント(23ページ)応募時などに
川柳を書いて送っていただけると嬉しいです♡ ステキな川柳、お待ちしております。

高知の「食」と「農」をテーマにした作品では、農業に携わる生産者の苦労や喜びが凝縮されていたり、高知の農産物を通した家族との日常のやり取りが想像できて、とてもほっこりした気持ちになったよ。
広報誌「こうぐり」をテーマにした作品もたくさんあって、「こうぐり」が読者の皆さんの身近な存在として詠まれていて嬉しかったな。作品から、農業や「こうぐり」のさまざまな魅力に気付くことができたよ。
たくさんの応募ありがとうコチ〜！

バラエティに富んでいて、
どれも甲乙つけがたく
ステキな作品ばかりだったコチ！



うちんくの台所

高西地区 編



鶏むね肉 スティック揚げ

【材料・2人分】

鶏むね肉……300 g
塩コショウ……少々
しょうゆ……少々
揚げ油
付け合わせの野菜(お好みで)

衣
てんぷら粉……50 g
マヨネーズ……大さじ 1
水……適量

【作り方】

- ① 鶏むね肉(皮なし)を縦にスライスして縦にスティック状に切る。
- ② ボウルに①を入れ塩コショウ、しょうゆで下味を付けてもみ込み1時間ほどおく。(コショウはしっかり目に)
- ③ ボウルに衣の材料を入れて混ぜる。
- ④ 揚げ油を170℃に温め、②に③をつけて揚げる。衣がきつね色になり火が通ったら取り出す。
- ⑤ お皿に付け合わせの野菜と④を盛りつけたら完成。

【材料・2人分】

大根……400 g
豚ひき肉……120 g
すりおろしニンニク……10 g
すりおろしショウガ……10 g
豆板醤……小さじ 2 弱
水……600ml
顆粒チキンスープの素(中華風) ……小さじ 1.5
しょうゆ……大さじ 3 弱
砂糖……大さじ 2 強
水溶き片栗粉……適量
酒……少々
ごま油……大さじ 1
サラダ油……適量

【作り方】

- ① 大根は5mm幅で5cmの長さに切る。(細めに切ると味がよく染み込む)
- ② 中華鍋にサラダ油を強火で熱し、①を炒める。香りがたったらひき肉を加えて炒め、酒をふる。
- ③ ①の大根を加えて混ぜ合わせ、水、スープの素を加える。
- ④ 煮立ったらしょうゆ、砂糖を加えひと煮立ちさせ、弱火にして約10分間、大根が透き通るまで煮込む。
- ⑤ 水溶き片栗粉をゆっくり加えて好みのとろみをつけ、ひと煮立ちさせる。
- ⑥ 仕上げにごま油を回しかけて完成。

マーボー大根



レシピは、HPからご覧いただけます。
ご活用ください!

鶏むね肉のスティック揚げは
簡単でヘルシー!
マーボー大根はご飯にかけても絶品。
ぜひ試してみてください!

JA高知県女性部四万十地区大野見支部
⑤ 下元 里美 副部長
⑥ 吉岡 千加子 さん

Living with Flower vol.26

～花のある暮らし part2～



薄紫のオステオスペルマム、サルビア、ペチュニア、ローダンセマムなどのほかりーフを合わせた寄せ植え(写真は5,000円)

珍しいものを常に追って
他ではあまり見られない花を
お客様に楽しんでもらいたい。

花

苗や多肉植物を生産する見元園芸の直営店「Tommyの庭」。要望に応じて多数の花苗を生かした寄せ植えや、リースの制作も行っています。これまで生産したピオラなどのオリジナル品種は約70種類にもおよび、独自に配合した培養土で育つ花は「元気に大きく育つ」とお客様から好評です。

「日向や日陰など植物に合った環境で育てながら、水は土が乾いたときにしっかりとあげる。そして、終わってしまった花はこまめに取ってあげるという作業が重要で、植物が長く育つ秘訣です」と、細やかな手入れの大切さを教えてくれた店長の見元大祐さん。園芸に関わるお客様からの多種多様な相談にも、目線を合わせて親身に寄り添い対応します。

園芸品の需要が高いという50～60代の層に限らず、さまざまな世代に植物の魅力を伝え楽しんでもらいたいと、SNSでの発信にも力を入れている見元店長。「珍しいものを常に追っていて、他ではあまり見られない花が多いのもうちの特徴です」。オリジナル品種を踏まえたユニークな花形や、珍しい色の花は、園芸を始めようと思っている方から上級者まで幅広いお客様を楽しませてくれています。



Garden Living Tommyの庭

高知市春野町弘岡上2785
Tel. 088-850-3939
営業時間 9:00～17:00
定休日 無



mimoto1187



植物のおもしろさを
ぜひ知って欲しいです。
お気軽にお立ち寄りください。
育て方なども気兼ねなく
ご相談ください。

店長の見元大祐さん



手書きボードには
特徴をわかりやすく記載



店内外、隣接するハウスにも多数の花苗や多肉植物が並びます



presented by **tosagoro**

土佐の「食べ頃」**とさごろ** お届けします。

からの贈り物

「とさごろ」はJAグループ高知が運営するネット通販サイトです。



温室小夏 2.5kg

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 **6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。

出題：ニコリ

➡ ヨコのカギ

- ① 端午の節句に食べるものの1つ
- ② 竹林が似合う猛獣
- ③ ——感のある3D映像
- ④ 母の日に贈るカーネーションの、定番の色の1つ
- ⑤ 大正の1つ前の年号です
- ⑦ 害獣や害虫を追い払うこと
- ⑩ 淡水と海水が混じり合ったもの
- ⑫ 鳴門海峡のものが有名
- ⑬ 校内で「走らないように」と注意されやすい場所
- ⑭ 京都三大祭の1つ、——祭は5月15日に行われます
- ⑰ 煮切って使うこともある調味料
- ⑱ メロンやスイカはこの仲間
- ⑳ 街を——もなくうろついた

↓ タテのカギ

- ② ザッと降ってサッとやみます
- ⑥ 変わると寝付けけない人も
- ⑧ お稲荷さんの——はキツネです
- ⑨ 桃太郎のお供をした鳥
- ⑩ 南の反対側
- ⑪ 田んぼへ——から水を引き入れた
- ⑮ 小野妹子が遣わされた国
- ⑯ 潮干狩りに出かける所
- ⑰ 12星座占いで5月生まれの人とは——座か双子座です
- ⑳ 夜になると家々にとります
- ㉑ ——ヤマネコは特別天然記念物です

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
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、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	ス	ミ	ダ	ガ	ワ	2	コ
3	カ	ン	キ	ス	ウ	4	シ
5	タ	ジ	オ	ハ	ク	6	エ
7	ラ	マ	ウ	オ	ン	8	メ
9	イル	カ	コ	メ	ク	10	ガ
11	ク	ニ	ユウ	ガ	ク	12	ク

4月号の答え「ハルガスミ」

コチットの イチオシ! vol.26



【に淀川地区】「はちきんの店 佐川店」

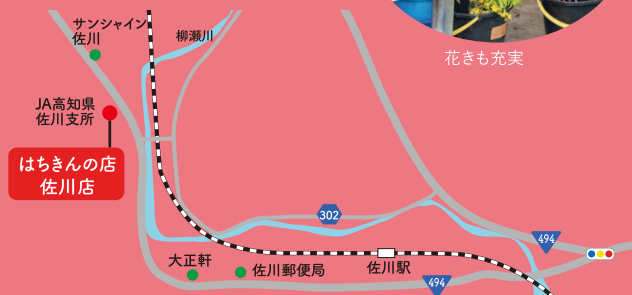
充実したお総菜&お弁当

旬の野菜や果物が所狭しと並ぶ「はちきんの店 佐川店」。冬から春にかけては葉物野菜やトマトの他、土佐文旦やイチゴも揃っているコチ。新緑の季節には新茶、秋には梨やリンゴも！ 佐川町を中心に近隣の農産物が並んでいるよ。

実はお総菜やお弁当などの加工品も充実した品揃えで、商品が並ぶと飛ぶように売れていくんだって。お寿司、おにぎり、日替わり弁当、ヘルシー弁当、どんぶり弁当…多種多様な商品が並んでいるよ。また、菓子パンや餅、シフォンケーキ、ベーグルなど、ちょっとした「手土産」にもなる商品も揃っているから、目移り必至コチ〜！



はちきんの店 佐川店
高知県高岡郡佐川町甲1757-1
TEL 0889-22-7815
営業時間 7:30～15:00
定休日 日曜日、年始
販売内容 野菜、果実、花き、加工品、
総菜、洋菓子、和菓子など



お弁当、お総菜コーナー
多種多様な商品が並びます。
お買い求めの際は
お早めに来店を！



パンや焼き菓子



薪も置いています



花きも充実