

こうぐり



特集 生まれ変わって始動!

高知県食肉センター 「ミートプロこうち」

「こうぐり」50号記念企画
#こうぐり
フォトコン
2023
結果発表

広報担当者が届ける
こうぐりラム! #40



取材中に撮影した記念の1枚。
コロナ禍で活動が制限される
厳しい状況の中でも
地域や食、農業の魅力を発信しようと
走り続ける方々との出会いが
大切なことを教えてくれる。
取材を通して、多くの人の想いに触れ
「当たり前」だと思っていたことが
いかに尊く、ありがたいことであったか
気付かされる。

感謝、初心を忘れず、今年も駆け回る。
3年目の相棒、カメラと一緒に

「土長地区」 森光亜衣



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】



- 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
藤井 七絵

皆さまに人気のページの一つに
「地区からこんにちは」(10〜11ペー
ジ)があります。地域で暮らす人を
笑顔の写真と共に紹介するコーナー
です。取材させていただいたことに
感謝の気持ちを込めて、その人の人
生のストーリーや楽しんでること
と、挑戦していることを丁寧に聞き
取ることを心掛けています。写真も
その人らしい魅力的な表情を捉える
まで、ポーズをとってもらったり
笑ってお願いしたり!注文の多い
広報担当者ですが、これを読んでく
れているあなたに取材をお願いした
際はよろしく願いますね♡



表紙紹介
トマト



高知県内では恵まれた気候のもと、多種多様な栽培方法・作型で周年生産しています。光センサーを利用して糖度格付けを行うものもあり、産地や特徴によってさまざまな商品名と規格で出荷しています。大玉や高糖度など、県下のトマトの生産量は約4,300tで、そのまま食べてもおいしいのはもちろん、ケチャップやトマトジュースなどの加工品にも使用されています。



生産者
[高知地区・春野町]
高知地区春野トマト部会
ひろせ しんたろう
広瀬 慎太郎さん

高知地区の春野トマト部会には13人が所属し、年間で約480t(令和4園芸年度実績)出荷しています。高知市春野町の広瀬慎太郎さんは、爽やかな酸味と甘みのある品種「はれぞら」を「はるの恵みトマト」として、2ヘクタールのハウスで栽培しています。高品質なトマトを提供するため、日々変化するハウス内の環境に合わせた管理を心掛け、手入れや収穫を行っています。

農業へのあこがれ

「初めは農業に何となくあこがれがあった」と話す田岡宏文さん。作業を手伝ってくれる妻や両親と共に、22.5アールのハウスでキュウリを栽培しています。

印刷関係の企業に勤務していた田岡さんは、就業しながら義母の所有する畑で2年間にわたり毎週末、農作業を手伝っていました。作物ができていく過程を目の当たりにし、収穫の喜びを実感した田岡さん。妻にも背中を押され、20年間勤めた会社の退職と就農を決定しました。

新規就農に関わる機関に何度も出向き、紹介された県立農業担い手育成センターで半年間研修。その後、指導農業者の元で1年の勉強を経て、昨年8月に独立しました。

ハウス管理は丁寧

今年の1月初め、自身が見込んでいたよりも収量が多く、収穫の忙しさからハウス内の温度管理や木の状態確認が少しおろそかになり木が弱ってしまったことがありました。「作業を怠るとそれがす



輝け！新農人 53
高知地区
たおか ひろふみ
田岡 宏文さん(42)
[就農1年目・キュウリ22.5アール]

横のつながりを大切に 技術を学び日々の管理に 生かしています

ぐに木に現れる。目先の成果に気を取られ、キュウリからのSOSに気付くことができなかつた」と振り返ります。現在は環境測定器を導入し、JAが発行する環境測定シートや生育情報を参考にしながら、1つ1つ丁寧なハウス管理に取り組んでいます。

また、子供と過ごす時間をできるだけ長く取ろうと、ハウス管理の自動化も計画。「将来は倍ほどの面積にできれば」と、作業の効率化と規模拡大の両立を視野に、模索している最中です。

安全・安心・おいしいを目指し

「農業は横のつながりがとても大切」と、春野園芸部胡瓜部会と青壮年部に所属しています。近隣のベテラン生産者がハウスを訪ね、アドバイスしてくれることがとても勉強になると話します。田岡さん自身も、他の生産者のハウスを見学することで技術を学び、日々の管理に生かしています。

「自分の子供が食べて『おいしい』と感じ、安全・安心に食べてもらえるようなキュウリ栽培を続けていきたい」と、試行錯誤しながら新たな道を歩んでいます。

03 輝け！新農人 [高知地区] 田岡 宏文さん

04 特集1 生まれ変わって始動！ 高知県食肉センター 「ミートプロこうち」

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** 仁淀川地区のあんなこと、こんなことを再発見

18 特集2 「こうぐり」50号記念企画
#こうぐりフォトコン2023 結果発表

20 *Living with Flower* ~花のある暮らし part2~
[メゾン・ドゥ・レ・プリュ]

21 **うちんくの台所** 安芸地区編

22 **コチットのイチオシ!**
しば漬け [幡多地区・大方支所管内]「JAにここに市」

23 読者プレゼント

24 広報担当者が届ける **こうぐりム!**

生まれ変わって始動！

高知県食肉センター 「ミートプロコうち」

新たな食肉センターの船出

旧施設である「高知県広域食肉センター」は、築後約40年が経過し老朽化が深刻であったことや近年のと畜頭数の減少から、平成29年に一度運営の廃止が決定していました。JAグループ高知では廃止決定前から、「高知県農協農政会議」を通じて食肉センターの存続に向けて調整等を県へ要請。食肉センターが高知県の畜産振興や、消費者への安全・安心な食肉の供給という観点からも重要な役割を担う公共インフラであるとして、「高知県新食肉センター整備検討会」が設置されました。検討会で協議を重ね、新たな



県やJAグループの関係者を招いた落成式が3月25日に行われました。式典後は食肉センター(株)の澤田章史社長が来場者に施設を案内し、新たに導入された設備やシステムを説明しました。

食肉センターの整備を進めることが決定。JA等の関係機関が一体となり、新体制による運営計画や基本的な設備仕様等について検討されました。そして、令和元年7月に新会社「高知県食肉センター株式会社(以下、食肉センター(株))」

高知市海老ノ丸に新設された食肉センター「ミートプロコうち」。

旧施設「高知県広域食肉センター」の老朽化で整備が進められ、令和5年4月1日から本格的に操業を開始しました。今回は新しくなった食肉センターの機能や役割をご紹介します。

を設立し、令和5年4月に新食肉センター「ミートプロコうち」の操業を開始しました。

食肉センター(株)は資本金の50%を県、その他をJAグループ高知、高知県食肉事業協同組合(以下、食肉事業組合)が出資し、運営はJAグループ高知が主体となって行います。

ワンストップ体制となり 一新された業務展開

旧施設では、食肉事業組合とJA高知県、(一社)高知県中央食肉公社の三者による事業運営でしたが、「ミートプロコうち」では、食肉事業組合と食肉センター(株)による業務展開に一新されました。食肉事業組合は、加工業務を食肉セ

ンター(株)へ委託することにより、集荷と卸売に特化。食肉センター(株)も集荷を担いながら、と畜・加工・競り・卸売を行うことで事業経営が一本化されたワンストップ体制になりました。

この新体制により、調達コストの低減や、部分肉の二次加工などの新規事業が可能に。「ミートプロコうち」全体の付加価値を生み出し、利益を拡大させていきます。



競り機能の強化

県内で長年行われてきた手競りを廃止し、新たに電子式による「ボタン競り」が導入されました。競り参加者は事前に冷蔵庫で枝肉の状態や格付けなどを確認。競り場では枝肉情報を映したモニターを見ながら競りが行われます。県外では主流のボタン競りは、匿名性もあり従来の方法よりも参加しやすく、所要時間の効率化や競りの活性化につなげていきます。

部分肉加工 二次加工が可能に

枝肉を10~20kg単位の部分肉加工だけでなく、より細分化した二次加工まで行います。それによって量販店や精肉店の加工労力を軽減しながら、販売店側の加工要望に対してより柔軟な対応が可能になりました。

ワンストップ 体制 POINT 4

ハサップ※ HACCPによる 安全な衛生管理システム

作業工程を分業することで、衛生管理を徹底し国際基準に準じた食品衛生管理認証「HACCP」対応となり、東南アジア向けの輸出対応も可能となりました。引き続き高知市食肉衛生検査所(以下、衛生検査所)とともに、安全な食肉の提供を行っています。

※HACCP…食品製造段階で工程上の食中毒菌汚染や異物混入などの危害要因を分析。原材料の入荷から製品の出荷に至る全工程の中で危害要因を除去または低減させるために特に重要な工程を管理し、製品の安定性を確保する衛生管理手法。(出典：厚生労働省ホームページ)

県産牛肉の地産地消

県外へ出荷されていた母牛を主にミンチ材料の「県産牛肉」として、県内に卸売を行っていきます。現在量販店などに並ぶミンチ肉は外国産・県外産が多くを占めています。この取り組みを通じて、県産牛肉の地産地消を進め、日頃から食べることができる身近な食品として置き換えを促していきます。



操業開始後初の競りに参加しました。ボタン競りになってテンポよく競りが進み、加工場の新設による加工事業の拡大にも期待をしています。現在の赤身志向の流れからも、土佐あかうしに対する東京・大阪などの首都圏からの引き合いはとて強く、ここ15年ほどで流通は大きく変化しました。HACCP対応の衛生管理は、そういった首都圏などのホテルに対しても今後より販路を拡大しやすい点です。

土佐あかうしの魅力は赤身が多くあっさりとした脂や、うま味成分が多く含まれていて食べ応えもあること。この魅力を「ミートプロこうち」を起点に、一緒になって県内外へ発信していけたらと思っています。

株式会社三谷ミート 専務取締役
三谷 高志さん



「ミートプロこうち」の完成でさらなる販路拡大につなげていきたい

「ボタン競り」で初競りスタート!

4月6日、操業開始後初の競りが開かれました。今回の操業を機に、長年親しまれた「手競り」からより効率性の高い電子式の「ボタン競り」へと移行。この日は、黒毛和牛6頭、土佐あかうし5頭全てが競り落とされ、最高額は土佐あかうし(A4)が1kgあたり2,605円となりました。



完成イメージパース
今後旧施設の取り壊し工事が開始され、跡地には駐車場が整備される予定。今秋にはすべての工事の終了が見込まれています。

食肉センター(株)では、牛の取り扱いをメインに「と畜」だけでなく、「集荷」「競り」「部分肉加工」「卸売」までを一貫して行い、安全・安心な食肉を供給します。

生産者

集荷

と畜

競り

部分肉加工

卸売・出荷

食肉センター(株)の業務



搬入口・係留所

37頭を係留可能。給水器やミストシャワーを完備し、夏場は生体を冷やしながら体温調節を行います。同時に衛生検査所職員が生体検査も実施。



解体場

衛生管理上ダーティゾーン(赤)とクリーンゾーン(緑)に色分けされ、この境界線をまたぐ作業員の行き来は不可。と畜場法で定められた項目に沿って衛生検査所職員が検査を実施し、合格後初めて食用肉として流通可能となります。



枝肉冷蔵庫

枝肉を「温と体冷蔵庫」で冷やし、冷やされたものを「冷と体冷蔵庫」で保管する2段階冷蔵システム。競り開催時はこの場所で参加者が実際に枝肉を確認します。



部分肉加工場

10~20kg単位の部分肉、さらに細分化した二次部分肉などに加工。真空パックの状態冷蔵庫で保管します。



出荷

月曜日から金曜日まで、温度管理を徹底した冷凍車で、県内各地へ新鮮な土佐和牛をお届けしています。

消費者

小売店
飲食店等

生産者と消費者をつなぐ大切な役割を果たしていきたい

高知県食肉センター株式会社
代表取締役社長
澤田 章史さん



食肉センター(株)では、高知県で育った牛肉を県内で消費していただける循環づくりのために、競り参加者を増やす取り組みや、量販店などへの販路拡大などを計画しています。川上である生産者と川下の消費者をつなぐ「川中」としての立場から、県内に必要不可欠な会社・施設として、県全体の畜産業、食肉加工業、流通業など畜産振興に尽力していきます。そして、それらの川上、川中、川下の流れを好循環させる取り組みから、生産の拡大や食肉加工による畜産物の高付加価値化などにつなげていきます。



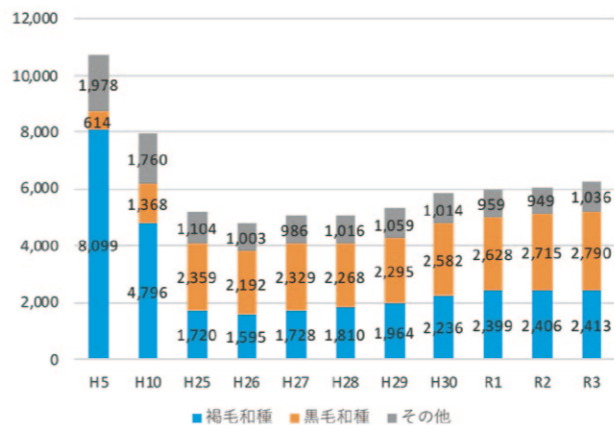
敷地内に建立する畜魂碑
食用に供するために処理された家畜への感謝と慰霊の気持ちを込めて、年に1度畜魂祭を行います。

県内肉用牛の今

令和3年における県内の肉用牛飼養戸数は155戸で飼養頭数は62,539頭、褐毛・黒毛和種の割合は約半々となっています。飼養頭数はここ数年増加傾向にありますが、今後の生産基盤の維持・拡大に向けては新たな担い手の確保・育成や、さらなる増頭対策などの課題もありません。これらの課題に対してJAは、県の産業振興計画に基づいて関係機関と連携し、生産力の強化に向けた施設整備や増頭対策等の補助事業を活用しながら、「土佐和牛」「土佐あかうし」など付加価値のある家畜の生産力と販売力の強化推進を行っています。



飼養頭数の推移



食肉流通業者や外食産業、観光業者との連携強化

「土佐和牛」として親しまれている高知県産の「褐毛和種高知系」と「黒毛和種」。中でも県内でしか改良されていない褐毛和種高知系のブランド牛「土佐あかうし」の需要は、近年の取り組みが奏功し上昇傾向にあります。

県内肉用牛の約8割に当たる約8000頭を飼養していた平成初期以降、牛肉輸入自由化に伴った霜降り重視の消費動向から黒毛和種への転換などもあり、一時は1500頭台まで落ち込みました。そこから県や生産者が一体となった外食産業へのPR活動などブランド化を進めた結果、令和元年には2400頭まで増頭。近年のヘルシー志向も追い風となり食味の評価は高く、赤身の旨さが際立つ幻の和牛として認知度も少しずつ向上し、下落していた枝肉や子牛の価格が上昇に転じ増頭も進んでいます。

土佐あかうしの高まる需要と高値の維持を担う一翼として、「ミートプロこうち」は地産地消に加え、地産外商対策を行うため食肉流通業者や外食産業、観光業者との連携強化を図っていきます。



出典：高知県ホームページ
(令和3年度高知県の畜産)

JAグループ高知のTV番組放送中!
RKC高知放送
「ちやがまらんの突撃!」
高知のめぐりマルシェ



昨年度好評いただいた「ちやがまらんの体験! 発見! あぐりこうち」に引き続き、高知密着のユーチューバー「ちやがまらん」をナビゲーターに起用し、4月より新たに放送を開始。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ています。今回は、「ちやがまらん」が県内の直販所を訪れ、イチオシ商品や地域ゆかりの農畜産物をご紹介。農業体験や生産者との交流も必見です! ぜひご覧ください♪

【放送期間】令和5年4月～令和5年9月

【放送日時】毎月最終月曜日
午後3時50分～4時50分の「こうちeye」内



見逃した方も大丈夫! JAグループ高知のYouTubeチャンネルから過去放送分をご覧いただけます。

「こうち春花まつり2023」
県産花でアレンジメント教室開催

営農販売事業本部は5月3日、高知市で開かれた「こうち春花まつり2023」で県産の花を使ったフラワーアレンジメント教室を開きました。小学生以下の児童が対象で、生けることで直接県産花の魅力に触れ、花を身近に感じてもらうことが目的。約50人が参加し、トルコギキョウやブルースター、グロリオサなど8種類の県産花を自由に挿して仕上げました。果実花き販売課の雨森勝久課長は「パンフレットなどを使って、花の名前や県内の産地を紹介した。高知の花を知ってもらうきっかけになったと思う」と話しました。

家族とブースを訪れた6歳の女の子は、トルコギキョウやダリアを中心に生けて「好きな花をたくさん入れた。母の日のプレゼントにしたい」と話していました。



楽しそうに花を生ける子ども

2023
JUNE

JA高知県



トップニュース

4年ぶりの試飲好評
恒例の新茶まつりを開催



茶葉購入でティーバック入りクリアボトルをプレゼント

また、急須を持つ人が少ない若い世代にも茶葉を手軽に消費してもらおうと、茶葉を購入した人には、ティーバック入りクリアボトルを無料で配布しました。考案した高知県農産物マーケティング戦略課の松岡寿充課長は「日常的に茶葉を使いやすくすることで、土佐茶の消費継続につながることを目指している。作ったお茶をマイボトルに入れるなどして活用してもらえれば」と話していました。

JAグループ高知や県内の生産者団体、市町村および県で組織する土佐茶振興協議会は5月5日、高知市の中央公園で「新茶まつり」を開きました。本イベントは、毎年八十八夜の頃に土佐茶のPRと新茶の販売を行う恒例行事。今年も春先の天候に恵まれ良質な新茶ができ、今年4年ぶりに試飲も行われました。

水出しの一番茶を試飲で提供し、「水だけで手軽に作ることができる。苦みや渋みが出にくく、すっきりとした口当たりで飲みやすいですよ」と訪れた人々にPR。農畜産部の国則達生部長は「より多くの方々が試飲し土佐茶ならではのおいしさを知ってもらおうことで、土佐茶の消費拡大・生産者の所得向上に貢献したい」と語りました。



訪れた人に新茶を振る舞い土佐茶をPR



農業者用業務改善助成金(通常コース)のご案内

- 【農業散布ドローン】 消毒時間の短縮
- 【コンバイン、トラクター】 作業時間の短縮
- 【ハウス内計器の警報装置】 確認作業時間の短縮
- 【自走式草刈り機】 除草時間の短縮
- 【野菜梱包機、計量器】 梱包・計量作業時間の短縮
- 【電動高所作業車】 作業時間の短縮

助成金を受けるための要件の概要

- 高知県最低賃金との差額30円以内(853～883円)の労働者を使用していること。
- 事業場内の最低賃金を30円以上引き上げること。

引き上げる労働者に、季節労働者や労働時間が相当短い方も対象となる場合がありますので、ご相談ください。

助成率

コース区分	賃金を引き上げる労働者数 及び 助成上限額 単位:万円 (赤字)内は事業場規模30人未満の場合の上限額					引き上げる労働者の最も低い賃金額が ①853～869円であれば、 助成率: 9/10(90%) ②870～883円であれば、 助成率: 8/10(80%) *②でも生産性要件を満たせば、9/10(90%)
	1人	2～3人	4～6人	7人以上	10人以上	
309	30(60)	50(90)	70(100)	100(120)	120(130)	
459	45(80)	70(110)	100(140)	150(160)	180(180)	
609	60(110)	90(160)	150(190)	230(230)	300(300)	
909	90(170)	150(240)	270(290)	450(450)	600(600)	

厚生労働省

高知労働局

【相談】高知県働き方改革推進支援センター TEL 0120-899-869
【相談・申請】高知労働局雇用環境・均等室 TEL 088-885-6041

申請期限: R6.1.31

高知のみようがを買って
現金 5,000円 GETしよう!
抽選で500名様に当たる!

応募期間 令和5年5/1(月)～8/31(木)
※当日消印有効 ※応募シールが貼られたみようがの出荷は8月上旬までです。

ハガキ みようがバックに添付された応募券(左記参照)をハガキ1枚に3枚貼って、必要事項を記入し、ご応募ください(シール裏面参照)
ウェブ 右のQRコードを読み取り、応募券が貼られた商品写真(3枚1口)とレシートの画像を添付してご応募ください。
※はがきとWEB、両方の方法で応募した場合は、一方を無効とさせていただきます。

応募方法 応募券 高知のみようが
問合 Tel.088-885-3230 (株)ファクトデザイン事務所内
みようが現金5,000円プレゼントキャンペーン事務局(土・日・祝を除く9:00～17:00)
JA高知県 JA土佐くろしお JA高知市 共同開催

6月13日は「いいみようがの日」
みようがの「旬」は6月13日(日)「いいみようがの日」としました。
みようがを食べよう!
みようがとちりめんじゃこのごま油あえ
みようがの豚肉巻きフライ

「web応募」
「よくある質問」
はこちら



土佐文旦PR大使
「ぶんちゃん」



土佐文旦の爽やかな香りがした詰め放題会場

出向く先々で大人気の「土佐文旦」 JAファーマーズマーケット「とさのさと」では アンコール大売出し!

高知のソウルフルーツ!
待ってました、詰め放題!

仁淀川地区の土佐市土佐文旦部会は3月18日、高知市のJAファーマーズマーケット「とさのさと」で、同部会の生産者9人とJA職員5人が来場者に試食してもらいながら、シーズンの後半を迎えた土佐文旦をPRしました。



県外にも土佐文旦の大売出し!
まずは、食べてみて〜

今シーズン「とさのさと」で売り出すのは2回目で、2月11日にも「土佐文旦カーニバル」と銘打ち、文旦詰め放題やムキムキ実演などを実施。来店客から大好評で、アンコールの声に応じて3月の開催が実現しました!

今作は年末の大雪もありましたが、その後の経過が良くおいしく仕上がりました。池明日詞部会長は「土佐文旦は大きくて食べ応えがあり、芳醇な香りや味の余韻を楽しむ。いくつでも食べてほしい」と話しました。

新型コロナウイルスの行動制限も緩和され、今期は千葉県、石川県、和歌山県など県外での消費宣伝も好評。高知市の中央公園で行われる「土佐ぶんたん祭」も4年ぶりに実施し、「土佐文旦」一色の春となりました。戸波支所経済課の廣瀬修久さんは「各地の直販所に出向き宣伝をしたら、その分売上につながり効果を実感した。今後も生産者と消費者が直接コミュニケーションをとれる場を設



文旦の詰め放題ですよ〜
いっぱい詰めて
帰って下さいね〜



け、土佐文旦を知ってもらうきっかけを作って「いきたい」と抱負を語りました。



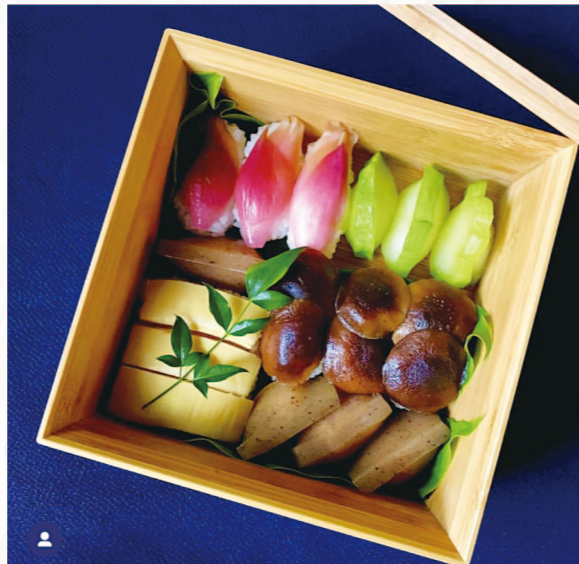
入賞
_yokota_jin_さん



ツヤツヤのキレイなナスだね！
ヘタのトゲは新鮮な証し★
農家さんならではの写真コチ〜♪



入賞
obento._.0680さん



ミヨウガにタケノコ、シイタケ、コンニャク、チャーテの田舎寿司。
彩りもキレイで、とってもおいしそう！

入賞
sighcropsさん



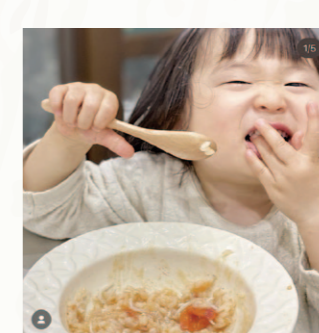
土佐町の田植えの風景だって。
気持ちよそうな景色で、眺めも最高だコチ〜♪

Instagramで「#こうぐりフォトコン2023」を検索すると、
他の投稿も見ることができるよ！



Thank you!

入賞作品以外も、ステキな写真がたくさんあったよ！ たくさんの応募、ありがとうコチ♪



「こうぐり」50号記念企画

#こうぐりフォトコン2023

結果発表

令和5年2月10日～3月31日にかけて、“わたしが見つけた高知の「食」と「農」”をテーマにした
読者参加型企画「#こうぐりフォトコン2023」を開催しました。
計218点の応募があり、審査の結果、入賞5点を決定！
今回は入賞作品をはじめ、投稿されたステキな写真の数々をご紹介します。

入賞
hahi.fuhehoさん



大きな土佐文旦をむいて、
おいしいそうに食べる姿が可愛い〜♡
幸せそうな顔に、こっちも笑顔になるコチ！



入賞
photolove_juriさん



田植え機に乗ったお父さんの写真だね。
稲刈りが待ち遠しいな。
おいしいお米が育ちますように！

女性部レシピ
うちんくの台所
安芸地区 編



レシピは、HPからも
ご覧いただけます。
ご活用ください!

【材料・2人分】

- ユズ……………1個
- 鶏むね肉……………150g

(鶏肉の下味用材料)

- ① 酒……………大さじ1
- 塩……………少々

- シメジ……………1袋
- ネギ……………1/3本
- サラダ油……………大さじ2

- ② 片栗粉……………大さじ1
- 酒……………大さじ1
- ③ 砂糖……………大さじ2
- ユズの絞り汁……………大さじ2～3
- 塩……………小さじ1/3

【作り方】

- ① ユズは半分にとって汁を搾る。皮は果肉の入っていた薄皮を取り除いて一口大に切り、さっと下茹でする。
- ② 鶏肉は厚さ8ミリのそぎ切りにして①を入れてからめる。
- ③ シメジは根元を切ってほぐし、ネギは1センチ幅の斜め切りにする。
- ④ フライパンにサラダ油大さじ1を熱し、鶏肉に片栗粉(分量外)をまぶして弱火で表面を焼き付け、ふたをして1分ほど蒸し焼きにして取り出す。
- ⑤ 残りのサラダ油を入れてシメジを炒め、しんなりしたらネギ、ユズの皮を入れて炒め合わせる。
- ⑥ ⑤に鶏肉を加えて③を入れ炒めて完成。

ユズの皮は使わない人も多いと思いますが、ぜひ皮ごと使ってみてくださいね。彩りも良くさっぱりいただけますよ♪どれも簡単に作れるので参考にしてみてください!

JA高知県安芸地区
消費拡大連絡協議会 芸西支部

- ④ 高松 敏子 広報部長
- ⑤ 春田 裕子 副部長



鶏ときこの
柚子炒め



ナスと
ミョウガの
ごま和え

【材料・2人分】

- ナス……………2本
- ミョウガ……………3個

- ① すりごま……………大さじ3
- 薄口しょうゆ……………大さじ2
- 砂糖……………大さじ2
- だしの素……………適量

【作り方】

- ① ミョウガは縦半分にして軽く焼き、薄切りにする。
- ② ナスはヘタを落とし縦半分になり、斜め1センチの厚さに切る。
- ③ ナスに火が通るまで2分くらい熱湯で茹で、よく絞る。
- ④ ボウルに①の材料を入れよく混ぜ合わせる。
- ⑤ ④に①のミョウガと③のナスを入れて和える。

扱う花材によってガラリと雰囲気を変える披露宴会場。



ウ エディングサロンや披露宴会場の他、洋服や雑貨などの暮らしの提案を行うライフスタイルショップを併設する「メゾン・ドゥ・レ・ブリュ」。一角にあるフラワーショップでは、需要が戻りつつあるウエディング用の装飾にも備えて常に数十種類の色鮮やかな花々が並び、館内を彩ります。

「季節の移り変わりを花で感じてもらえるように」と、早春にはラナンキュラスなど繊細な花びらの重なりが特徴的なかわいらしい花を、初夏にかけては一輪挿しでもエレガントで目を引くシヤクヤクなど季節ものを豊富に取り揃えています。「最近自宅に飾ってみようかなと気軽に花を買われるお客様が多くなりました。花の持つエネルギーから元気をもらっているんだなと感じます」と話すのは、アレンジメントを担当する山縣美子さん。コロナ禍以降は日常で人を和ませるような存在になっている花の価値を実感しています。

また、「暮らしの中にある特別な一日」というコンセプトのもと披露宴会場の装飾も手がけている山縣さん。「色味やポイントになる花をベースに、組み合わせる花材でよりお二人らしさを表現していきます。花々が新郎新婦やゲストに与える印象は幸せのエネルギーとなり、特別な一日がもたらす感動をより深いものにしてくれると感じています」。プレゼントや自宅用、そしてウエディングまで、花によってその日が特別な一日へと色付けされます。



花は、特別な一日がもたらす感動をより深いものにしてくれる

ディープパープルのバラ、ジニア、ガラルディア、ピバーナム、レモンリーフなどを使用したアレンジメント(写真は5,000円)



築50年以上の邸宅の趣を生かしながら、2年前にリノベーションされた建物。

メゾン・ドゥ・レ・ブリュ
高知市永国寺町1-33
Tel. 088-879-5095
営業時間 11:00~19:00
定休日 火曜日



les_plus_wedding



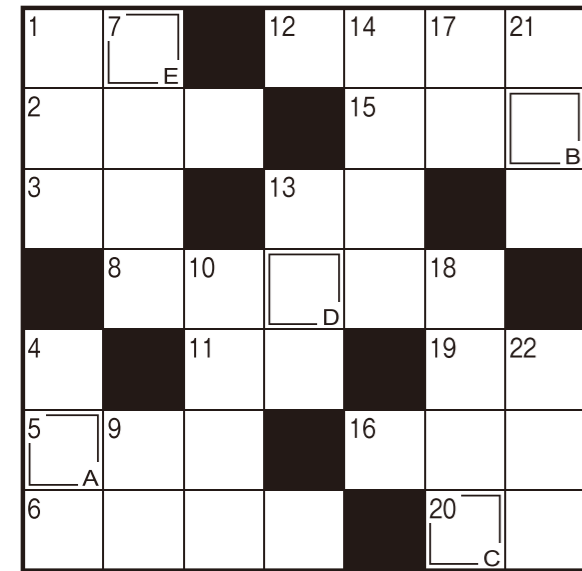
冷蔵庫はなく、より来客者の近くで花を感じられる館内。

presented by **tosagoro**

とさごろう
お届けします。

からの贈り物

「とさごろう」はJAグループ高知が運営するネット通販サイトです。



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？

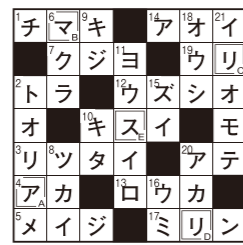
答え

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。



5月号の答え「アマリリス」

夜須のエメラルドメロン フェスタ 2023

in とさのさと AGRI COLLETTO

お客様のリクエストにお応えして！
今年も開催！

令和5年 7/8(土) 9(日)
10:00～16:00

メロン食べ比べ体験も開催予定



土佐マンゴー 1kg

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 **7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年で一番昼が長い日
- 徳川家康が晩年を過ごした____城
- 不動産会社が売買するものの1つ
- 『落穂拾い』や『晩鐘』を描いた画家
- 奈良や鎌倉のものが有名
- テッセンとも呼ばれるキンポウゲ科の花
- 相撲取りが踏みます
- 抑揚のないせりふ回しは
- トウモロコシやゴーヤーが多く出回る季節
- 弁当箱にご飯と一緒に詰めます
- ____コート、____ブーツ
- 円周率を表す文字
- ネタとシャリで作ります

↓ **タテのカギ**

- 招く側がホストなら、招かれる側は
- タマネギを切ると出ることも
- 建てたばかりの建物のこと
- 数字のゼロを日本語でいうと
- サーブ→____→トス→アタック
- 「海鼠」と書く生き物
- 置き時計はクロック、腕時計は
- 仕事や用事がない空き時間のこと
- コショウ、ナツメグ、シナモンなど
- プールの授業のときに着ます
- 領収書に収入____を貼った



コチットのイチオシ!
vol.27

ご飯が何杯でもいける!



〔幡多地区・大方支所管内〕
「JAにここ市」
しば漬け
250円



いい味出してるパッケージのイラスト♥

黒潮町入野にある幡多地区大方支所に隣接する「JAにここ市」に行ってきたコチッ！
このイチオシは「しば漬け」。40年以上前から女性部幡多地区大方支部が作る伝統の一品なんだ！当初はイベントの時だけ作っていたけど、平成20年くらいから定期的に販売を始めたんだって。キュウリ、ナス、シヨウガ、ミヨウガ、シソといるる高知の特産品が入っていて歯応え抜群！素材一つ一つの味がしっかり味わえるんだ。ご飯のお供にするとお箸がとまらなくなるコチッ！ちりめんじゃこと一緒に炒めてチャーハンにしてもおいしいよ〜。お弁当やおつまみにもピッタリなんだ。

しば漬けと同時期に販売を始めた「米麹みそ」も、甘みだけじゃない優しい味でオススメ。「道の駅ビオスおおがた」でも販売しているよ。

しば漬けとご飯、おみそ汁でおふくろの味が完成！みんなにも試してほしいコチッ！



米麹みそ(850g) 680円



JAにここ市
高知県幡多郡黒潮町入野2098
TEL 0880-43-4400
営業時間 7:00～17:00
定休日 なし(1月1・2・3日は休み)

