



# こうぐり

第6期  
通常総代会

特集

# 課題解決と 自己改革の 実現に向けて

「実りの季節到来!!」  
新米をもっと楽しむ  
高知県産米×ご飯のお供



広報担当者が届ける  
こうぐり! #54



土佐茶を飲んだことはありますか？  
仁淀川町寺村地区には  
山の斜面に沿って茶畑が広がっている  
茶畑の足元に流れるのは清流仁淀川  
仁淀川の水で育ったお茶は  
香り高く味が濃い  
緑茶、ウーロン茶、紅茶、番茶  
お茶は同じ葉でも発酵の仕方でも名称が変わる  
緑茶の中には、煎茶、番茶、  
玉露、かぶせ茶、抹茶、ほうじ茶、玄米茶  
そして、親子茶も  
「暑いと飲みやすさからか、  
水出しほうじ茶が多く売れる」  
お茶の生産者がイベントで言う  
この美しい風景、後世にも残したい

「仁淀川地区」川崎 由希



kouguri\_official  
「こうぐり」Instagram  
専通、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  
LPGガス集中監視センター ☎ 0120-182-571

### 編集後記



安基地区  
企画組員課  
恒石 明乙羽

今年もあっという間に8月に入りまし  
た。月日が経つのは本当に早いですね。  
安基地区では、青ユズの収穫出荷が7  
月末から始まっています。10月頃から収  
穫が始まる「黄ユズ」の前に、初夏に流通  
する「青ユズ」。黄色く熟したユズに比べ、  
キリッとした爽やかな酸味と香りが特徴  
です。今が旬の爽やかさ溢れる果実で、  
気温が高く、湿度が多い高知の夏を乗り  
切りましょう。  
私のオススメは、すりおろした皮を乗  
せた「青ユズのサイダー」と「青ユズそ  
うめんです！」ひと工夫して盛り付ける  
だけでいつもの料理がワンランクアップ  
するので、ご家庭でもぜひ試してみてください。  
これからも暑さが続きますので、くれ  
ぐれもお自愛ください。

こうぐり 2024 8月号 令和6年8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

広報紙に関するお問い合わせ先：TEL 088-894-5613（組織広報課）



Facebook



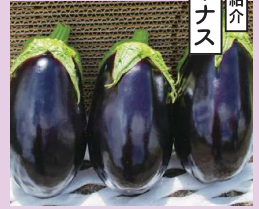
とさのさとーJA高知県一



JAグループ高知



群ぞう、大地と地域ののらひ。



高知県では冬春期にはハウス促成栽培、夏秋期には雨よけ・露地栽培の産地をリレーして周年生産し、出荷量全国一の「米ナス」。名前のとおりアメリカの品種をもとに国内で改良され、コロんとした丸い形と緑色のヘタが特徴です。果肉がしっかりと詰まっいて煮崩れしづらく、加熱するとふわふわでクリーミーな味わいが楽しめます。



〔幡多地区 四万十市西土佐〕  
西土佐米ナス部会  
のなみ ひろみち  
野浪 広宙さん

四万十市西土佐は日本最大の露地作付面積を誇る米ナスの産地です。山間地でも所得を見込める品目として、昭和54年から栽培がスタート。若い世代へと栽培技術を継承し、高知県を代表する農産物として受け継がれています。西土佐米ナス部会は雨よけ栽培13戸、露地栽培10戸で約3ヘクタールを栽培。雨よけ栽培は4月下旬～12月中旬、露地栽培は6月下旬～11月頃まで収穫し、昨年は224tを出荷しました。部員のほとんどが土着天敵昆虫の「タバコカスミカメ」を利用して防除することで減農薬に努めています。雨よけ簡易ハウス約10アールで栽培して8年目を迎える野浪広宙さんは、「地元・西土佐の飲食店ではおいしい米ナス料理を提供しています。ぜひ西土佐へ米ナスを食べに来てください!」とアピールします。



03 **輝け! 新農人** [高知地区] 川窪 拓さん

04 **特集① 第6期通常総代会**

## 課題解決と自己改革の実現に向けて

08 **トップニュース**

10 **地区版** 地区からこんにちは

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!** 高西地区のあんなこと、こんなことを再発見

18 **特集② 新米をもっと楽しむ**  
実りの季節到来!  
高知県産米 × ご飯のお供

20 **Living with Flower** -生産者を訪ねて-  
〔幡多地区〕宿根かすみ草

21 **うちんくの台所** 土長地区編

22 **コチットのイチオシ!**  
〔高西地区〕「有限会社みどりや」 日替わり弁当

23 読者プレゼント

24 広報担当者が届ける **こうぐりラム!**



輝け!  
新農人

高知地区  
かわくぼ たく  
川窪 拓さん (23)  
【就農2年目 新シヨウガ】

### コロナ禍で人生に転機

高知市春野町で新シヨウガを栽培する就農2年目の川窪拓さん。大学まではバドミントンと本気で向き合い練習を重ね、関西学生バドミントン新人大会でダブルス4位の成績を残しました。

在学2年目に発生した新型コロナウイルス感染症により、練習や授業が自粛に。約半年間実家へ帰省した時、広大なほ場をほぼ1人で管理し、夜遅くまで動き続ける父親の姿を見て、自然と手伝うようになりました。「コロナが人生を変えた」と、当時を振り返る川窪さん。就職活動中も自分が農業をする姿が思い浮かび、卒業後は親元で就農することを決めました。

### 自分なりの方法を開拓中

62アールのハウスで、父親とともに栽培管理・収穫などを行っている

## 経営のバトン継承に向かってまい進

川窪さん。日々同じ状況が無いことを意識しながら、肥料の種類や施肥のタイミングなど、栽培の基礎をひとつひとつ学んでいます。

「農業は一度のミスで、作物に大きな影響が出る」と、経営の難しさを実感。長年家族を支え続ける父親を尊敬するとともに、「リスクを考えて動かないのではなく、自分なりの新しい方法を開拓していきたい。そのためには基礎を固めて、少しでも早く経営を任せてもらえるようになりたい」と意欲的に話します。

### 農家として成長するために

現在、反収10t以上を目指しています。そのためには、部会での指図のつながらず、自分が大事だと考えている川窪さん。「今は父親のやり方しか知らない。農家として成長するためにも、他の農家から、農業の考え方や土づくりなどの技術を吸収していきたい」と目標へ向かっています。

# 課題解決と自己改革の 実現に向けて

JA高知県は6月27日、高知市の春野総合運動公園体育館で「第6期通常総代会」を開催しました。総代581人のうち、553人（うち、本人出席250人、書面出席302人、委任状出席1人）が出席。令和5年度の事業報告および剰余金処分の承認、令和6年度の事業計画の設定、役員を選任など全12議案が審議され、全て原案通り可決されました。

## 組合員の皆さまからの 負託に応えられるように

開会にあたり泉泰寺雅一組合長は、1月1日に発生した能登半島地震の被災者へ追悼の意を捧げました。また、これまでの不祥事の発生を踏まえた再発防止策の徹底、経営基盤の強化、不断の自己改革に向けた取り組みを報告。「組合員の皆さまからの負託に応えられるよう、課題解決にまい進していく」と述べました。さらに、役員の任期満了による自身の退任についても触れ、「組合員の皆さまには、ひとかたならぬご支援ご鞭撻を賜り、心から感謝している。新体制となる当組合がより良い未来へ向かっていけるよう、引き続きご協力をお願いしたい」と謝辞を述べました。

総代会の成立を報告後、議長に安芸地区の谷岡泰男さんが選出され議事に入りました。提出された12議案は審議の結果、全てが原案通り可決されました。

### 提出議案

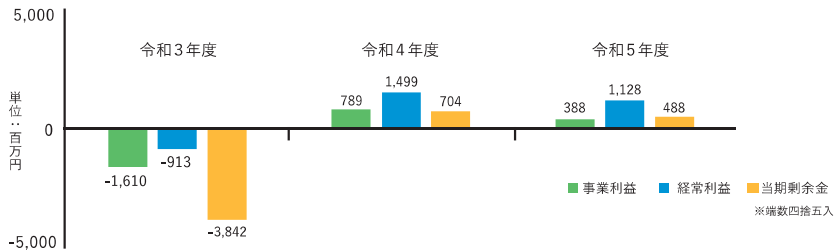
- 第1号議案 第6期(令和5年度)事業報告および事業報告の附属明細書並びに剰余金処分の承認
- 第2号議案 第7期(令和6年度)事業計画の設定
- 第3号議案 理事報酬
- 第4号議案 監事報酬
- 第5号議案 退任理事の退職慰労金
- 第6号議案 退任監事の退職慰労金
- 第7号議案 定款の一部変更
- 第8号議案 定款附属書総代選挙規程の一部変更
- 第9号議案 信用事業規程の一部変更
- 第10号議案 (有)十市パークステーション管理組合の解散
- 第11号議案 赤岡青果商業協同組合からの脱退
- 第12号議案 役員の選任



## 令和5年度の事業報告および令和6年度の事業計画

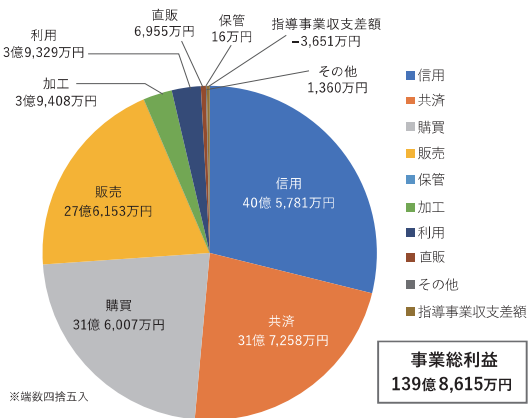
### 【令和5年度の事業利益・経常利益・当期剰余金】

令和5年度は、日米金利差拡大による円安進行や長期化するロシアによるウクライナ侵攻、パレスチナ問題などを背景に、エネルギー資源や食料品などが高止まり傾向となり、農産物情勢の先行きの見通しが不透明な1年となりました。収支については、事業総利益は139億8,615万円、事業管理費の135億9,795万円を控除した事業利益は3億8,820万円、経常利益は11億2,813万円、当期剰余金は4億8,802万円となりました。当組合の財務状況については、信連への預け金の減少に伴うリスク量の減少などにより、自己資本比率は15.27%(前年度比0.18ポイント増)となりました。



### 【令和5年度事業総利益 内訳】

信用事業では、信連への預け金の減少に伴う奨励金の減少などにより、信用事業総利益は40億5,781万円(前年度実績対比97.30%)、共済事業では、新契約高の伸び悩みなどで長期共済保有高が減少し、共済事業総利益は31億7,258万円(同91.22%)となりました。購買事業では、店舗再編による生活資材の供給高の減少などにより、購買事業総利益は31億6,007万円(同94.55%)となり、販売事業では、米、野菜、果実の受託販売の販売高実績が前年度を上回ったことから、販売事業総利益は27億6,153万円(同100.26%)となりました。



### 【令和6年度の事業計画】

「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」に向けて

総合事業の強みを生かし、新規就農者の支援や生産拡大に向けた対応、集出荷場の効率的な利用、労働者不足への対応などを進めます。また、地域・産地の課題解決、農畜産物の安全・安心を確保する管理体制の強化、県域一元出荷と県共計に基づく園芸販売の販路拡大・販売促進、資材価格の低減にも引き続き取り組みます。将来にわたり地域から信頼され必要とされる地域に根差した協同組合の実現に向け、取り組みを進めていきます。

	令和5年度実績	令和6年度計画	計画増減
事業総利益	13,986	13,839	△147
信用事業総利益	4,058	3,902	△156
共済事業総利益	3,173	3,003	△170
購買事業総利益	3,160	3,415	255
販売事業総利益	2,762	2,797	35
その他事業総利益※	871	764	△107
指導事業収支差額	-37	-42	△5
事業管理費	13,598	13,763	165
事業利益	388	76	△312
経常利益	1,128	676	△452
当期剰余金	488	539	51

単位：百万円(端数四捨五入) ※保管・加工・利用・直販・福祉・その他を合計



# 総代会 質疑応答

**Q3.** 令和5年度の事業計画では赤字だったものが、結果は黒字になっています。計画との差異が大きすぎるのではないのでしょうか。しっかりとした見通しのもと計画を立てるようにしていただきたいです。また、職員も必死に仕事をしていると思うので、黒字の分は職員にも還元してはどうでしょうか。

**A.** 職員の減少や新型コロナウイルス感染症の5類への引き下げ、電気料金の補助金制度など、当初の計画段階において、予測がつかない要因が誤差として大きく出ております。内部でも課題として認識しており、令和6年度については予実管理の精度を高めながら進めてまいります。  
職員の待遇改善については、今回制度改革を行い、基本給にとらわれず経験年数や能力を反映できる仕組みになっております。皆さまにご理解をいただきながら賞与への加算なども取り組んでまいりたいと考えております。

**Q4.** 本年度は職員が73人減ったと報告がありました。職員が足りないということは農協の事業運営にも影響が出てくるのではないかと思います。今後どのように職員を確保していくのが教えていただきたいです。

**A.** 高齢化・人口減少が進む中で、以前から職員確保の在り方については考えてきたところです。他業種も含めて人材確保に苦慮しており、当組合については不祥車の影響などもあってなかなか選んでいただけない環境にあると理解しています。職員に定期的に行っているアンケート調査によると、残念なことに組織に対する不安を抱えている職員が一定数いるのも事実です。しっかりとした事業運営、働きやすい環境づくりなど、ひとつひとつ着実に実践してまいります。また、採用における広報活動についても皆さまのご支援、ご指導をいただきながら充実に努め、選ばれる組織を目指していきます。

**Q5.** 販売高の事業計画について、受託販売高が合併当初と比較すると減少しています。高齢化による離農の他に、系統外出荷が増えているのではないのでしょうか。

**A.** 農業者の高齢化により、生産者数、生産面積なども少なくなってきました。施設栽培を中心に環境制御機器の導入や施設の整備など補助事業を活用し、反収向上とともに系統出荷量の維持に向け取り組んでおります。今期、3年に一度のJA大会が12月に開かれます。本大会では「産地総点検運動」として、主要な品目ごとに生産から販売、系統共販に至る課題を伺い、どのように改善していくのか、3ヶ年計画をそれぞれの品目部会を中心に議論いただき設定する予定です。しっかりと目標を達成し、系統共販の強みを生かした販売ができるよう、引き続き取り組んでまいります。

## 新役員紹介

任期満了に伴う役員改選において、理事36人、監事5人が選任されました。総代会後の臨時理事会にて代表理事および役員を決定しましたのでご紹介いたします。

### 新組合長挨拶

組合員の皆さまにおかれましては、平素より高知県での農業振興ならびにJA各事業に格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

この度の役員改選により代表理事組合長に就任いたしました。微力ではありますが、組合員の皆さまと共に地域農業の発展に尽力してまいります。当組合は「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」という大きな柱を掲げております。「農業者の所得増大」を実現していくためには、生産資材価格の低減や環境制御技術などによる反収の向上など、さまざまな対策に取り組んでいくことが必要です。特に持続可能な農業経営には、適切な価格転嫁による適正価格の実現が重要であると考えております。市場への要請活動に加え、全国組織との連携、国などへの働きかけも引き続き取り組んでいきます。

一方、高知県では先人の尽力により、他県に類を見ない県域三元集出荷体制による、効果的かつ効率的な販売事業の仕組みが構築されてきましたが、近年、系統外への流出などの大きな課題も抱えています。当組合としては、これからの取り組みをしっかりと伝え、系統利用の優位性や必要性などの理解を求めていく所存です。



代表理事組合長  
**島田 信行**

が山積しております。当組合としても一定の施設数を維持していくためには、継続的かつ安定的な職員数の確保が急務であると認識しています。また、業務の効率化に向けてDX（デジタルトランスフォーメーション）化を進め、安定的な経営基盤を確立していくことも必要です。組合員の皆さまにさまざまな情報を迅速にお届けするとともに、組合内でも職員が蓄積してきた経験や知識をデータ化し、次の世代に残していくことも進めていかなければならないと考えております。

不祥事再発防止策については、組合員の皆さまに再びご迷惑をおかけすることの無いよう、継続して取り組みを進めるとの対話を重ね、現状を打破しながら、経営理念であります「組合員地域の皆さまと共に良い未来をつくる」よう努力を続けていきます。

共に歩んでまいります。



専務理事 (コンプラ担当専任) 井澤 三男  
代表理事専務 (営業販売担当) 山下 文広  
代表理事専務 (購買担当) 垣内 育男  
代表理事専務 (信用共済担当) 上澤 哲猪  
代表理事専務 (統括本部担当) 川竹 壽栄  
代表理事副組合長 大原 光鶴



常務理事 (地区担当・西エリア) 竹吉 功  
常務理事 (地区担当・中央エリア) 谷脇 憲二  
常務理事 (地区担当・東エリア) 小松 藤雄  
常務理事 (営業販売担当) 今村 篤志  
常務理事 (信用担当) 尾原 誠治



非常勤監事 武井 隆一  
非常勤監事 浦田 久永  
常勤監事 川久保 園賀  
常勤監事 北添 和明  
常勤監事 熊田 妙

# アツさに負けるな! 「ガブッと米ナス」キャンペーン

2024

8月1日(木)～9月30日(月)の2カ月間、四万十市西土佐地域の飲食店12店舗で四万十市特産のおいしい米ナス料理を食べて、プレゼントが当たるキャンペーンを開催中!

## 【キャンペーン参加方法】

- ① 参加店舗で「米ナス料理」を食べる
- ② 応募フォームからエントリーして「伊藤園健康ミネラルむぎ茶」または参加店舗で使える飲食券をもらおう

※応募フォームは参加店舗に設置のQRコードからご確認ください

## 【参加店舗】

軽食・喫茶 チャイルド/焼肉よこやま/呑み食べ処 月/道の駅よって西土佐 西土佐食堂/ホテル星羅四万十 レストラン星の郷/やまの台所 みん家/カレーとパスタ福喰/居酒屋台北/kitchen cocomi/ストローベイルSANKANYA/岩城食堂/一新

主催 一般社団法人アツいまち  
共催 (株)伊藤園高知支店  
協賛 J Aグループ高知

【お問い合わせ先】  
アツいまち四万十支部  
(四万十市西土佐商工会)  
☎ 0880-52-1276

# 高知県食肉センター(株) 株主総会開催

高知県食肉センター株式会社は6月7日、高知市で第5期(令和5年度)定時株主総会を開きました。昨年4月に新工場を稼働させてから初めての株主総会で、令和5年度の事業報告その他、令和6年度事業計画などの議案がすべて原案通り承認されました。

昨年度は、新たな施設・設備・体制での業務を円滑に遂行するための仕組みづくりや、と畜・加工の作業員育成を進めました。販売面では、焼肉用やブロック肉など消費者向け商品を開発。県内JA直販所等の販路開拓の他、「土佐黒牛」のブランド化や販促資材の作成、イベントでの試食販売などを行いました。今年度は、中元・歳暮などのギフトやふるさと納税の返礼品など新たな需要を取り込む商品開発や設備投資を行います。

同社の澤田章史社長は「この1年間は、社員と関係機関の皆さまへの感謝の1年だった。集荷頭数の確保・利益率の向上・販路の拡大に引き続き尽力する」と話しました。



あいさつする澤田社長

2024  
AUGUST

JA高知県



トピックニュース

## 知事に県産牛乳をPR 高知県酪農連合協議会青年部・JA高知県

高知県酪農連合協議会青年部とJA高知県は6月3日、6月の「牛乳月間」に合わせて県庁を訪れ、県産牛乳の地産地消と消費拡大を呼び掛けました。

同部の女性酪農家らが濱田省司知事を訪問。土佐茶を使った「土佐茶ミルクシェイク」で乾杯しました。

高知県酪農連合協議会の竹村英久会長は、牛乳の値上げによる消費者の買い控えにも触れ、「乳価は上がったが、生産飼料等が高騰し酪農家の経営は依然厳しい状況が続いている。県産牛乳をPRして消費拡大につなげたい」と話しました。

濱田知事は「価格転嫁と賃上げをバランスよく行い、現状が良くなる方向を目指したい。生産者の方にはおいしく安全なものをお消費者に届けたい」と話しました。

訪問では県内の生産者が出荷する、四国乳業 ひまわり乳業 吉本乳業 四国明治の4メーカーの牛乳を贈呈。また、同部の高橋彩希さんが、高校生対象で開催された牛乳料理コンクールについて報告し「牛乳は栄養価が高いので料理にも使ってほしい。これからも普及に努め消費者にアピールしたい」と話しました。



濱田知事(左から4人目)を訪問した酪農家とJA職員

この夏、ふくらむ!

JAバンク高知

# 夏の貯めトキ

キャンペーン

店頭表示金利

## 年0.15% → 年0.20%

※税引後0.119% 2024年7月1日時点

※税引後0.159%

対象貯金は、新規にお預入れいただいた金額10万円以上、預入期間3年の定期貯金(スーパー定期・大口定期)です。

2024. 7/1 → 8/31

取扱期間

定期貯金

・スーパー定期・大口定期

新規のお預入れ額 10万円以上

3年もの

キャンペーン金利

【お預入れ条件】  
新たな資金でのお預入れの場合のみとし、貯金からの預け替えおよび定期貯金の満期金の再預け入れは、当キャンペーンの対象外とさせていただきます。

【上乗せ条件】  
組合員の方、および組合員にご加入いただける方

■個人かつ、組合員の方、および組合員にご加入いただける方が対象です。■このキャンペーンの対象となる定期貯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。■キャンペーンの金利の適用は、初回満期日までとなります。■定期貯金の自動繰越後は、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。■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。■2037年12月31日までの間にお受け取りになる利息には「復興特別所得税」が課税され、20.315%(国税15.315%・地方税5%)の税率となります。■元金優待は、非課税となります。■定期貯金は貯金保険の対象です。当JAにお預入れの貯金について、1貯金あたり元本合計1,000万円までとその利息が保障されます。■このキャンペーン説明書の定めその他は、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、店頭にご用意しております。

詳細はお近くの信用窓口までお問合せください

# 今年もお米はJAへ!

現在、全国的に米が不足している状況となっておりJAグループ高知がこれまで「高知県産米」を販売していた取引先の要望を満たせていません。これまで「高知県産米」を支えてくれた取引先のためにも、令和6年産米の出荷は最寄りのJAへご協力をお願いいたします。

【お問い合わせ先】  
JAグループ高知(営農販売事業本部 農畜産部 米穀課)  
☎ 088-864-0094

# 採用職員募集

令和7年度

応募資格  
大学院・大学・短大・専門学校  
新卒者・既卒者

応募受付期間  
令和6年  
8月5日(月)～8月20日(火)  
※郵送の場合も8月20日必着

試験内容・日程

- ① 一次試験(適性・能力検査、書類選考)  
※適性・能力検査はWEBで受検いただけます。
- ② 二次試験(個人面接・グループワーク)  
● 9月2日(月)予定
- ③ 最終試験(役員面接)  
● 9月17日(火)予定

詳細はJA高知県ホームページをご参照ください。

【お問い合わせ先】  
JA高知県 組織人事部  
教育人事課(担当:山本・野川)  
☎ 088-894-5612

あいのチカラ  
大募集!



vol.41  
**チクカツ!!**  
高西地区の  
あんなこと、  
こんなことを再発見

## 女性部四万十地区 「たんぽぽ交流会」

女性部四万十地区が開催する「たんぽぽ交流会」は、体を動かし、楽しみながら部員同士の交流を深めています。昨年は新型コロナウイルスの影響で4年ぶりの開催となり、部員約50人が参加しました。



しまんと町社会福祉協議会と一緒にゴムバンドを使った健康体操を行った他、白い目標球に自分のチームのボールを近づけて得点を競うスポーツ「ポッチャ」で体を動かしました。参加者は「久しぶりに運動することができ、みんなと交流を深められてとても良い機会になった♪」と、和気あいあいと親睦を深めていました。今後も女性部員が楽しく参加できるような催しを計画していきます。



実りの季節到来!

# 新米を もつと楽しむ

## 高知県産米 ご飯のお供

高知県民は  
お米をどう  
選んでいる!?  
(JA米穀課調べ)

高知県民は  
価格よりも食味重視  
ブランド米や香り米など  
自分好みのお米をしっかりと選んでいる  
積極的に高知県産米を購入している

JA高知県では、県内のスーパー・量販店でお米の試食販売を行うなど積極的に高知県産米をPRしています。その際に行ったアンケート調査では、高知県民の食や米に対する意識の高さが伺えました。

精米工場にはフルカラーのLED照射カメラが搭載された異物除去機が導入されていて、害虫や除去の難しい異物の検出も可能に。無洗米は、精白米に残っている「肌ヌカ」をあらかじめきれいに取り除いているため、洗う必要がありません。肌ヌカの粘着力だけを利用してはがしとる加工方法など、排水が出ず環境にも優しい安全・安心な精米技術が取り入れられています。

精米技術が  
格段に進化!

温暖な気候を利用して全国に先駆けて新米が出荷される県内には、おいしいお米がたくさんあります。お米をおいしく炊くコツと、品種によって食味もさまざまな県産米にびびったりのご飯のお供を紹介しましょう。

### おいしく炊くコツ

- 炊飯器用カップにすりきりで正確に計量しよう
- ゴシゴシ洗わず、サッと洗う  
にしっかりといてもOK! それがかうま味に。
- 適正な水の量を入れる  
ミネラルウォーター・浄水器の水◎  
無洗米の場合は水の量を少し多めに入れましょう。
- しっかりと水分を浸透させる  
春秋 50〜60分  
夏 40〜50分  
冬 70〜80分
- 炊きあがってもすぐにふたを開けず15分程度蒸らす
- ふんわり混ぜほぐす

## 南国そだち 土佐のぶしみそ



土佐のぶしみそ  
[有限会社竹内商店 / 600円・120g]

生ぶしと宗田ぶし、田舎みそが大集合!  
アツアツご飯にのせて、さあどうぞ。お湯に溶くとそのままみそ汁にもなる優れたもの。

あつさりとした食味ながら冷めてもモチモチ。県内で一番早く収穫される品種。

粒が大きく粘りのある食味が特徴



## よさ恋美人 やみつきうまかつお



早生品種 7月下旬〜8月上旬  
透明で透き通ったきれいな粒が特徴  
平成30年から流通がはじまった高知県の独自品種。美しい米粒と食味のバランスの取れた米。

やみつきうまかつお  
[株式会社土佐料理司 / 756円・110g]

創業100年、高知の老舗料理長こだわりの逸品。フレークが大きく食べ応え抜群!

## ヒノヒカリ うなぎ生姜



うなぎ生姜  
[四万十生産(有) / 907円・80g]

角切りでゴロっと入っているうなぎの存在感がたまらない。上品な甘さの中にショウガの香りと辛味が引き立つぜいたくな味。

あつさりとした食味

弁当屋や飲食店でもよく使われ、どんなおかずとも相性が良い品種。丼ものやチャーハンにもぴったり!

# 最高の カツプリンング!

とさのさとアグリコレットとエーコープマーク品のオススメご飯のお供! 県産米を食べ尽くす!

おにぎりにもおススメ!

## にこまる 卵かけ 極上宗田節



卵かけご飯専用 極上宗田節  
昏さに強く粒が大きい粘りが強く、もちりした食感が特徴。近年作付面積がどんどん広がる注目品種。

卵かけご飯専用極上宗田節  
[有限会社新谷商店 / 500円・10g]

極薄でふわふわの削り節がやみつきに。普段の卵かけご飯をさらなるおいしさへと変身させる究極のトッピング。

## コシヒカリ エーコープ 手作りつくだ煮



粘りのある食感と甘みの強さが特徴

県内のみならず、全国で最も多く生産されている品種。香りと味が濃く、米の代表的な味わい。

エーコープ手作りつくだ煮

[JA全農/463円・内容量100g]  
材料は全てこの中に入っているため、そのままポウルにIN! 混ぜるだけで手軽に美味しいつくだ煮が手作りできちゃう。



おにぎりの具にもオススメ!

混ぜるだけ!

※商品品はとさのさと AGRICOLLETTO での取り扱いはありません。お問い合わせはJA購買店舗、JAグリーン、JA直販所などどうぞ。

とさのさと AGRICOLLETTO

高知市北御座10-10  
☎088-803-5015

営業時間 10:00~19:00

(SHOP&テイクアウト)

※レストラン10:00~20:00

定休日 年中無休  
(1月1,2日を除く)

当店では、お米の取り扱いはありませんが、JAファーマーズマーケットとさのさとでは販売しています。

その他にも、県産の加工品が盛りだくさん!



季節の花の中で、カスミノウが  
主役として輝く瞬間を表現

Tomoni flower(トモニ フラワー)  
高知市土居町7-8  
☎088-856-5187  
営業時間 10:00~19:00  
定休日 火曜(予約があれば対応可)

## そっと寄り添う やさしい存在

枝 先に無数の小さな花を付ける可憐な花、カスミノウ。生花店でよく目にする「宿根かすみ草」は一輪一輪が愛らしい八重咲きが主流で、かすみがかかったようにふんわりとした印象で花束やブーケなどにポプリウムを持たせ、どんな花にもそっと調和します。

幡多地区大方支所花卉園芸部会カスミノウ部会では、14人の生産者が栽培に励んでいます。野村信夫さん・重子さん夫妻は花き栽培を始めて約30年。25アールのハウスに花持ちの良い「アルタイル」と大輪系の「ベールスター」の2品種を栽培しています。植え付けは8月下旬〜10月中旬頃。土壌の消毒・分析を行い栽培に適した土づくりを行うことや、花の生育に合わせたかん水・施肥の管理にこだわって



収穫は10月中旬から始まり、花の引き合いが強まる「母の日」の5月中旬まで続きます。



生産者  
野村 信夫さん  
妻・重子さん

# うちんくの台所

土長地区編



こちらのレシピはHPでもご覧いただけます!



## 彩どりピーマンの 土佐あかうし まきまきカツ

### 【作り方】

- ① 彩どりピーマンは千切りにし、フライパンで炒めオイスターソースで味付けをする。スライスチーズは半分切る。
- ② 肉を広げ、ハーブソルト・粗挽きコショウをふる。
- ③ ②の上にスライスチーズ、彩どりピーマンの順にのせ巻く。
- ④ パットに衣の材料を入れ、①②③の順につけ、170〜180℃の油で揚げる。

彩どりピーマンは、  
カラーピーマンや  
パプリカでもOK!

### 【材料・4人分】

- 彩どりピーマン……………3個  
土佐あかうし切り落し……………180g  
(または牛スライス)  
スライスチーズ……………4枚  
オイスターソース……………適量  
ハーブソルト……………適量  
粗挽きコショウ……………適量  
油……………適量

### 《衣》

- ① 米粉または小麦粉……………適量  
② 卵……………1個  
③ パン粉……………適量

## 米ナスの土佐あかうし ラザニア風



### 【作り方】

- ① 米ナスの皮をむき、0.5cmほどの厚さに切りフライパンで焼く。
- ② タマネギ、ニンニクをみじん切りする。
- ③ フライパンに油を入れ②を炒める。
- ④ ③にミンチを加えて炒め、カットトマト缶、コンソメ、パジルを入れてしっかりと炒める。バターを加え水分をとばしたら塩コショウで味を調える。
- ⑤ 耐熱皿に米ナスと④を層になるように入れ、上にチーズをのせる。
- ⑥ ⑤の上に彩どりピーマンをのせ、トースター(レンジでも可)でチーズを溶かす。

れいほく地域特産の「土佐あかうし」、  
れいほく八菜の米ナスと  
「彩どりピーマン」を使ったレシピです!  
ぜひ、試してみてください♪



### 【材料・4人分】

- 米ナス……………2個  
《ソース》  
土佐あかうしミンチ……………200g  
(または牛ミンチ)  
タマネギ……………1玉  
カットトマト缶……………1缶  
コンソメ……………大さじ1  
塩コショウ……………適量  
バター……………50g  
パジル……………適量  
ニンニク……………1片  
シュレッドチーズ……………適量  
彩どりピーマン……………適量  
油……………適量

J A 高知県女性部れいほく地区本山支部  
後列左から 澤田 明美さん、和田 百合恵さん、古田 雅子副部長  
前列左から 福島 安代副部長、真田 由香部長、伊藤 京子さん



Presented by *tosagoro*

土佐の「食べ頃」 **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。



四万十鶏もも2パック付

高知家自慢の夏野菜スタミナチキンカレーセット

クイズ正解者の中から抽選で計 **20** 名様  
応募締切は 令和6年 **9月6日**  
(当日消印有効)



応募フォームからもご応募できます。

出題：ニコロ

➡ **ヨコのカギ**

- ① トマトやスイカに含まれる赤い色素
- ② 海で水上——を楽しんだ
- ③ 独特の香りから香魚とも書く川魚
- ④ 無駄遣いをする事
- ⑤ セーラー服のものは大きめ
- ⑦ 孫悟空の乗り物です
- ⑨ 酒などを入れる四角い容器
- ⑪ ザーザー、しとしとと降ります
- ⑫ 夏にはくズボン下
- ⑬ アップの反対語。イメージ——
- ⑮ パンダの玩具にも使われるゴム製品
- ⑯ 小さな船を数えるときに使う言葉
- ⑰ MB=—— バイト、GB=ギガバイト

⬇ **タテのカギ**

- ① 文系より——系の教科の方が好きです
- ③ 医者いらずと呼ばれることもある植物
- ⑥ 数え年70歳の祝い
- ⑦ 精霊馬に使われる野菜の1つ
- ⑧ 肉詰めにするのも定番の夏野菜
- ⑩ コンビニエンス——、チェーン——
- ⑭ 関西国際空港や中部国際空港は、——地に造られています
- ⑯ 夏場によく食べられる麺
- ⑰ ——座は座座と山羊座の間にあります
- ⑲ パナマやスエズのものがある名
- ⑳ エビに見た目が似ているすしネタ

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

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 ⑨～⑯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。

サ	サ	ス	パイ	ク
ツ	バ	サ	リン	ス
カ	マ	リ	ナ	リ
	ヒ	ー	ス	ロ
	ベ	コ	ト	ウ
	ニ	ボ	シ	カ
	ヤ	シ	ヤ	ゴ
			ル	ビ

7月号の答え「サルスベリ」

**広報誌「こうぐり」のモニター募集**

- 募集人数 **30**名
- 募集期間 令和6年7月1日～8月末まで
- モニター任期 令和6年9月～令和7年8月まで
- モニター条件 県内在住のJA高知県の准組合員もしくは准組合員になっていただける方
- 申込方法 下のQRコードにアクセスし、イベント名の項目に「**モニター希望**」と記入のうえ、必要事項を記載し送信ください。



※応募が募集人数を上回る場合は抽選となります。  
※モニター当選者には、郵送にて書類を送付いたします。

【お問い合わせ先】 統括本部 組織広報課 ☎088-894-5613

**コチットのイチオシ! vol.41**



料理もお店も手作りで溢れてる!

高西地区 「有限会社みどりや」

**日替わり弁当 550円**

中土佐町大野見にある「有限会社みどりや」にやってきたコチ！ 町内外の人に愛され続け、リピーターが多い人気店なんだ。店内ではお弁当や総菜、揚げ物などを販売している他、キッチンカーで唐揚げと総菜の移動販売もしているよ。

総菜は日によって種類もさまざま。オススメは毎日飽きずに食べられると人気の「日替わり弁当」。3代目店主の下元慎也さんが毎日メニューに工夫を凝らし、特に「手作りハンバーグ」や「とり天」がメインの日には、あつという間に売れてしまうんだって。この日のメインは、ふわっと柔らかく食感のエビカツ。レンコンの和え物やおひたし、ニンジンしりしりなど副菜も多くて栄養も満点！

毎週金曜日には、タケノコ入りチャーハンにトンカツがセットになった「豚竹飯」も限定で販売されているコチ。トンカツには地元産のミニトマトソースもたっぷりかかっていて、お肉のうま味とミニトマトの程よい酸味のバランスが絶妙なんだ〜♪ みんなもぜひ行ってみてね。

食飲をそぞられる揚げ物や総菜の陳列。迷う〜!

店内にはイトインコーナーも完備！ お茶も無料で飲めて心が温まるお店だよ。



**看板製作はご相談ください!**

下元さんは手作りの看板製作も行う多才な人なんだ。店内にはお手製の看板がたくさん飾られていて、総製作数は1,200枚以上!

キッチンカーは、毎週火曜日は四万十町のみどりや。木曜日は津野町、金曜日は須崎市を巡っているよ。毎週水曜日は須崎市でとり天も販売!

**有限会社 みどりや**

高岡郡中土佐町大野見神母野524  
TEL 0889-57-2438  
営業時間 月～金曜 10:00～14:00  
土曜 10:00～15:00  
定休日 日曜

