

JA Kinan Community Paper

PRISM

2020.6/14
vol.45



JA紀南



〒646-0027 和歌山県田辺市朝日ヶ丘24-17
TEL: 0739-23-3450 FAX: 0739-23-3451
URL: <http://www.ja-kinan.or.jp>
E-mail: info@ja-kinan.or.jp



太陽の光を浴びて、赤く色づく「南高梅」。梅ジュースや梅干しなど、どのよう加工にも適す品種です

紀南風物

南高梅

南高梅生産者



たかじ かずき
高地 一樹さん(34) 田辺市中三栖

自然相手に安定した収量を
13年前に父親の跡を継ぎ、梅農家になった。現在は「南高梅」を主に栽培し、交配樹用に「小粒南高」や「NK14」を育てている。梅の栽培は、手間をかけてこたわった分だけ結果がついてくる。こたわりだすときりがなく大変だが、そこにやりがいも感じる。
いまは梅干しに加工しての販売を主体としているが、これからは様々な販売方法を模索していきたい。近年、特に異常気象が多発している中、自然を相手にどれだけ安定した収量を確保できるかも今後の課題の一つだ。

ワンポイント 梅は「百薬の長」! 食事に取り入れて

梅がお手頃紀菜柑 この時季おすすめは青梅!

●夏の体にいい塩梅(あんばい)!

古来から「百薬の長」ともいわれる梅。一粒お弁当に梅干しを入れておくことで飯が痛みにくくなる上、唾液の分泌が促進されて食欲アップ! さらに梅に含まれるクエン酸による疲労回復効果や、最近では梅酢から抽出されたポリフェノールはインフルエンザウイルスなどの抑制効果等があるとして、和歌山県立医大などの研究チームで明らかにされ、日本ウイルス学会などで報告されています。夏バテや食中毒が心配な今こそ、ぜひ皆さんの食事に梅製品を取り入れて、夏を元気に乗り越えましょう!

●紀菜柑はおいしい梅の宝庫!

JA紀南の紀菜柑には梅加工品コーナーがあり、いろいろな味の梅干しがお手頃価格で並びます。梅干しのほかに梅の力をぎゅっと凝縮した「梅エキス」や、さっぱりおいしい「うめドリンク」、梅を使ったお菓子やジャムなど梅商品は多種多様! この季節のおすすめは梅ジュースや梅酒に使う「青梅」です。



熟度が進むと甘い香り
紀南地方では、6月から南高梅の収穫が本格化しています。太陽に当たると赤く色づき、熟度が進むと黄色くなって甘い香りが漂うのが特長の品種です。
南高梅の起源は明治時代にまで遡ります。当時、高田貞楠という人物が、自宅の庭で「高田梅」と呼ばれるひとときわ大きな実をつける梅の木を発見し、栽培・販売を始めたそうです。

高田梅でした。その際、調査に關わっていた南部高校の「南」と高田梅の「高」の字を合わせて、「南高梅」と命名されたとのこと。
実を着けるためには、授粉樹とよばれる他品種の梅の花粉が必要になり、ミツバチを介して授粉が行われます。しかし花が咲く2月頃の気候が不安定になれば、収量にも影響してしまいます。
今年も例年よりも不作で、店頭には並ぶ期間も短いかもしれません。この旬を逃さず、梅ジュース、梅酒、梅干しに加工してみませんか。



紀南の特産品である「梅」の収穫は6月中でほぼ終了です。今が旬の梅を使ったレシピや加工方法などを紹介しますので、みなさんもぜひチャレンジしてみてください!!

紀州南高梅の用途別熟度の目安

南高梅には熟度があります。熟度に合わせて加工することで、よりおいしく出来上がります。

	青みがある	青みが薄くなり黄色っぽくなる	全体に真熟色となる(ほのかに香る)
熟度(色)			
漬け頃	すっきりした仕上がりに	梅酒・梅シロップ・梅サワー	フルーティーな仕上がりに
		梅ジャム	
	かたい漬け上がり	梅干し	やわらかい漬け上がり

炭酸水や牛乳で割ってもおいしい!! 味わいいろいろ梅シロップ

かんたん梅レシピ

父の日のプレゼントにおすすめ!! 晩酌に梅酒はいかが?

分量のめやす
梅.....1kg
氷砂糖.....800g~1kg
広ロビン.....3ℓ

お持ちのビンに梅が入らない場合、分量を同じ割合で減らし、残りは冷凍しておけばOK

袋などに詰めて入れるとうまく凍らせることができます。

氷砂糖の増減(800g~1kg)で甘さを調節します。

1 梅を水洗いして軽く水気を切ったのち、冷凍庫に入れ、完全に凍らせます。(目安24時間以上)

2 氷砂糖と梅を殺菌した広ロビンに交互に入れて密閉します。

3 梅の解凍が始まると時々ビンを動かし、氷砂糖をとかします。約7日で出来上がりです。

※発酵しやすいので、梅の実を取り出してからシロップを別容器に移しかえ、冷蔵庫で保存して下さい。
※約900ccのシロップ(原液)ができあがります。4倍に薄めてお飲み下さい。

梅シロップ 炭酸水 1 : 4
梅シロップ 牛乳 1 : 4
梅ソーダ ヨーグルト風味
そのままかき氷のシロップにも!

分量のめやす
梅.....1kg
氷砂糖.....800g~1kg
ホワイトリカー.....1.8ℓ
広ロビン.....4ℓ

梅を水洗いして軽く水気を切ります。

焼酎(20度以上)やウイスキー、ブランデーでも可。

2 広ロビンに梅・氷砂糖を交互に入れ、ホワイトリカーをそそぎます。

3 冷暗所に保存し、時々ビンを動かして氷砂糖をとかし、約3ヶ月後にお召し上がりいただけます。

うめっぴおすすめ 梅ラテ

アドバイス
●長期保存する場合は、シロップを鍋(アルミ製以外)に入れ、ひと煮立ちさせた後、冷まして冷蔵庫で保存して下さい。
●梅を冷凍させてから作ると、失敗なく短期間で作れます。

アドバイス
●梅を入れたまま6ヶ月程度置けば風味が増してきます。また梅酒は置けば置くほど熟成してきますので1年程度置けば更に美味しくなります。※2年以上熟成させる場合には、仕込み後1年程度で梅の実を取り出してから熟成させて下さい。

シロップ1に対して、冷たい牛乳の割合で割るとヨーグルト風味に!!
クエン酸とカルシウムで夏を乗りきろう!

うめっぴ

これからどんどん暑くなる時期。免疫力アップや塩分補給のためにも、若い人にこそぜひ、健康食品の梅干しを一粒でも多く食べてもらいたいです。

高地一樹さん



●材料(4人分)8個分
うるち米.....1合
もち米.....1合
こしあん.....120g
A 塩もみ赤しそ.....16g
赤しそ漬梅.....16g

●下準備
①塩もみ赤しそは、軽く汁気を絞り、粗みじん切りにする。
②赤しそ漬梅は、種を取り除いておく。

三つめ
ほんのり、梅え~もち 心梅ちゃん
~紀南の梅かおる赤しそ梅と、あんこのコラボ。翌日もやわらかくて、美味!~

●作り方
①うるち米ともち米を洗い、炊飯器のメモリ通りの水を入れ、5~6時間浸水してから炊飯。(浸水時間は、季節により調節)
②炊き上がったご飯をほぐし、ボウルにあけ、Aを加えて混ぜる。
③②を8等分にわけ、1個分をラップに平たく広げ、中心にこしあんを入れ、軽く包み丸める。
☆お好みで、砂糖と塩を少々入れた、きな粉をふりかけてもおいしいです。

JA女性会提供!! 梅レシピのご紹介

●材料(4人分)
合びきミンチ.....100g
白干梅(4L).....2個
うずらの卵(水煮).....10個
小麦粉・パン粉.....適量
A しょうゆ.....大さじ1
砂糖.....20g
お米.....1合
卵.....1個
米油.....適量

牛肉と梅のライスコロッケ
~紀南特産の梅を洋風アレンジ。ほのかに梅を感じられる♪~

●作り方
①白干し梅の種をとり、ペースト状にたたいておく。
②合びきミンチをフライパンで炒め、Aと①を加えさらに炒める。
③炊き上がったご飯と②を混ぜ合わせる。
④うずらの卵を包むように、丸くご飯をにぎる。
⑤④に小麦粉、溶き卵、パン粉の順につけ、米油できつね色になるまであげる。



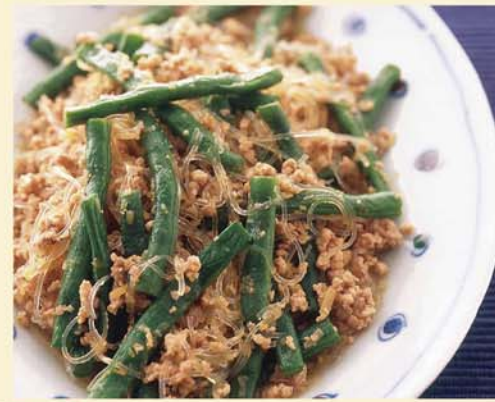
紀菜柑 農産物カレンダー

(6月上旬～8月下旬 入荷予定)

作物	6月			7月			8月		
	上	中	下	上	中	下	上	中	下
ウメ									
パレンシアオレンジ									
スモモ									
ブルーベリー									
モモ									
スイートコーン									
ナス									
インゲン									
オクラ									
ミニトマト									
ピーマン									
エダマメ									
シシトウ									
青ジソ									
トルコギキョウ									
ガーベラ									
ユリ									
ホウズキ									

地産地消レシピ

【サヤインゲンのひき肉春雨】



【材料】(2人分)

- 豚ひき肉……………100g
- サヤインゲン……………100g
- 春雨……………20g
- サラダ油……………大さじ1
- A (ネギ……………5cm
ショウガ……………小1かけ(5g))
- 水……………150ml
- B (スープのもと……………小さじ1/2
しょうゆ……………大さじ1
酒……………大さじ1/2)

【作り方】

- 春雨を表示の通りに戻します。約5cm長さに切ります。
- サヤインゲンは両端を切り、長さを半分に分切ります。
- Aはみじん切りにします。
- フライパン(大)に油を中火で熱し、③をいためます。香りが出てきたら肉を加え、フライ返しで押さえるようにして焼きます。バラバラになったら②を加えて軽くいためてからBを加えます。中火で7～8分煮ます。
- 最後に①を加えて2～3分煮て、汁気がほぼなくなったら火を止めます。

【キャベツとコーンのサラダ】



【材料】(4人分)

- キャベツ……………400g
- キュウリ……………1本
- 塩……………小さじ1/2
- タマネギ……………1/2個
- コーン……………100g
- 酢……………大さじ1
- 塩……………小さじ1/4
- A (サラダ油……………大さじ2
マヨネーズ……………大さじ1
コショウ……………少々)

【作り方】

- キャベツは細切り、キュウリは縦半分にし、斜め細切りにする。一緒にして塩をまぶす。しんなりしたら水気を絞る。
- タマネギは薄切りにして水にさらし、絞る。コーンは冷凍ものなら、熱湯を掛けて使う。
- Aを合わせ、①、②を食べる直前にあえる。

紀菜柑 っておき旬情報!

Pickup



トウモロコシ

トウモロコシには高血圧予防に良いとされるカリウムや、カルシウムと結合して骨を丈夫にする作用のあるリンが多く含まれます。このほかビタミンB1やコレステロールを下げる働きのあるリノール酸、疲労回復に効果のあるアスパラギン酸も含まれています。

時間の経過や気温の上昇にともなって甘味が落ちるため、購入後はできるだけ早く食べましょう。



紀菜柑生産担当 前田

検索 → JA紀南

#JA紀南
#梅
など、ハッシュタグ「#」からでも飛べます

フォローしてネ!



旬の情報お届け!



Follow me!
umeppi_mikappi
JA紀南【公式】

このアイコンが目印だよ!



JA紀南公式インスタ開設!!
タイムリーな情報をお届け中

JAピックアップ

JA紀南ではこのたび、SNSのインスタグラムを開設しました!
産物の情報やイベントの告知、直売所の出荷などタイムリーな情報をお届けしていますので、ぜひフォローをお願いします。
今後も農産物を使った料理や加工方法の紹介、動画など色々と投稿していく予定ですので、お楽しみに!!

未来づくり 無料! 保障診断キャンペーン

こんな方に保障診断をおすすめします!

キャンペーン期間中、生命共済をご契約いただいた方

キャンペーン期間/令和2年9月30日(水)まで

抽選で100名様に
JA紀南産の新米(10kg)を
プレゼント!
※1世帯1つ限りとさせていただきます。

- ★ご結婚されたりお子様が生まれた方
- ★お子様が社会人になられた方
- ★お仕事を退職された方
- ★住宅を購入予定の方
- ★現在の保障内容を見直したい方

＜応募資格＞キャンペーン期間中に保障診断を受け、かつ、生命総合共済をご契約された方。
＜応募方法＞生命総合共済をご契約後、担当のLA(ライフアドバイザー)より応募券用紙をお渡しいたします。また、応募については1契約につき1口とさせていただきます。
＜抽選について＞厳選なる抽選のうえ、当選者には商品の発送またはJA経由のお届けをもってかえさせていただきます。
※継続のご契約は、対象外とさせていただきます。詳細につきましては、ライフアドバイザーまたは支所窓口担当者にお問い合わせください。
※ご応募、ご提供いただきました個人情報は、JA及びJA共済事業の各種サービスのご提供・ご案内・充実等の目的以外には利用いたしません。また、JA共済は「個人情報保護方針」を定め、個人情報に関する情報の保護に努めております。



浜辺美波

詳しくは、JA支所窓口、またはLA(ライフアドバイザー)にお問い合わせください。

[20306000108]

J A職員紹介



おかざき あき 岡崎 誠 (24) 加工部 営業課



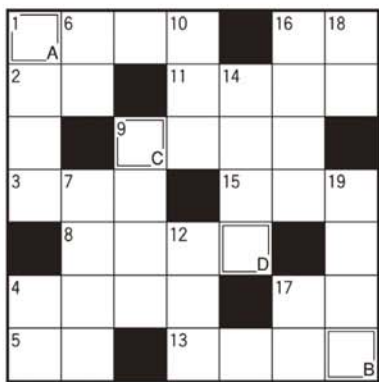
J Aに入組して3年目になります。加工部の一員として、東北から九州まで飛び回り、梅などの加工品の営業を行っています。まだまだ駆け出しですが、仕事をすることで経験が浅いというところは考えません。取引先の方としっかり話ができるよう梅の知識を身につけ、紀州梅の営業のプロという自覚を持ち活動するよう心がけています。趣味はジムで筋トレをすることで、今後の目標はベンチプレス100kgを持ち上げられるようになることです。

読者プレゼント



問題

Q 二重マスの文字をA~Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？



正解者から抽選で10名様に



JA紀南の商品券(1,000円分)をお贈りします。

*Aコープや紀菜柑、JAのガソリンスタンド等でご利用できます。

ハガキに答えとあなたの住所・氏名・年齢・電話番号と本紙の感想等を書いて、JA紀南広報係(〒646-0027田辺市朝日ヶ丘24-17)までお送りください。締切りは6月29日(月)(当日消印有効)。当選は発表をもって代えさせていただきます。応募で得た個人情報は抽選と商品発送のみに使用いたします。

★ヨコのカギ

- ①これが空に重く立ち込めると、やがてポツポツ、それからザーツ
- ②洗った野菜などの水を切るのに使う道具
- ③式や番組の進行役
- ④会社や団体の幹部職員
- ⑤イガで実を守っています
- ⑧周りより高くなっている土地
- ⑨さよなら——また来て四角
- ⑩多くの人に感動を与えるような素晴らしい作品
- ⑬「ハズレ」と書いてあつたりします 引きたくないものです
- ⑮名探偵が得意なこと
- ⑯——夢中 ——の境地
- ⑰砂——果——麦芽——

★タテのカギ

- ①2002年、多摩川に突如現れ話題となったアゴヒゲ——
- ④だいたい おおよそ
- ⑥満月は、こんな形に見えます
- ⑦とろみをつけるときに使う——粉
- ⑨またお会いできましたね
- ⑩白いフワフワした実を採って作る糸
- ⑫ある決まった寺に金品を寄進している家
- ⑭ある消化器官の位置が下がってしまった状態 消化力が弱くなります
- ⑯全国から——に選んだ方からアンケートを取りました
- ⑰利益 もうけ
- ⑱絵や賞状を飾るときに入れるもの
- ⑲治療のこと 荒——



梅弁当をPRした神島高校の生徒(撮影のため、マスクを外しています)

飲食店の応援と梅のPRを神島屋が紀菜柑で弁当販売

コロナ禍の中、地域の飲食店を応援しようとして、神島高等学校経営科学科の商品開発チーム「神島屋」の生徒は、田辺市内の飲食店が提供する梅入り弁当の紹介チラシを作り、6月2日から市内各所に掲示しました。6日にはJA紀南フ

「神島屋」は特産の梅の消費拡大や地域の活性化に向け、梅のPR活動や商品開発に取り組みんでいます。今回の梅弁当PRは地域の飲食店の応援に加え、梅を入れることにより、弁当が傷みにくくなるというところを地域内外に発信す

るのも狙いです。この日は、市内6店舗の梅入り弁当2000食を販売。生徒11人が店頭で完売しました。約1時間ですべて売れました。生徒たちは「梅など地元産の食材を多く使っている点が好きでした。想像以上に好評で嬉しい」「地域の人と関わる貴重な機会なので、こういった活動をもっと増やしたい」と盛況を喜びました。担当の那須正樹教諭は「生徒が団結してしっかりとPRし、盛り上げるのができて、皆さんには梅干しを食べていただき暑い夏を元気に乗り切ってもらいたい」と思いを語りました。好評につき、6月末までに紀菜柑で第2弾のイベントを行う予定です。

ジャガイモ収穫に歓声 学童農園で園児が体験

田辺市内の幼稚園や保育所などの子どもを対象に、JA紀南は6月から学童農園(田辺市高野)でジャガイモ収穫体験の受け入れを始めました。15日まで、7施設の園児らが体験する予定です。

食べ物や農業への関心を高めてもらうJAの「食農教育」の一環で、体験初日の6月2日には、認定こども園うえのやま学園の園児194人が参加しました。

園児らは茎にくっついたジャガイモを収穫用コンテナに入れ、土の中に残っているジャガイモはスコップで掘り当てました。園児からは「大きいジャガイモが採

れたよ」「帰ったらカレーを作ってもらおう!」といった声が聞かれました。この日の収穫体験には、JA田辺支所の佐武範彦支所長や職員2人も参加して、園児と一緒に収穫。今年はコロナ禍により、支所が計画していた「じゃがいも収穫まつり」が中止になったため、その分のジャガイモも追加で園児にプレゼントしました。



学童農園でジャガイモを収穫する園児たち



JA紀南職員

うめつび & みかづび 令和3年春採用 15名程度

募集

- 採用時期: 令和3年4月1日
- 応募資格: ①令和3年春に大学・短大を卒業見込みの方(新卒者) ②大学・短大を卒業した方(既卒者) ※①②ともに令和3年4月1日現在で満30歳以下(平成2年4月2日以降生まれ)の方
- 待遇: 当JA規定によります。
- 勤務地: JA紀南管内 ※田辺市(本宮町・龍神村を除く)・上富田町・白浜町・すさみ町・串本町(旧古座町を除く)
- 申込方法: ①履歴書②卒業(見込)証明書③成績証明書④写真1枚(履歴書に貼付したものと同一写真)を提出してください。
- 申込締切日: 令和2年6月26日(金)JA紀南人事教育課 必着
- 選考方法: ●1次選考=筆記試験(一般常識、小論文、性格検査)と1次面接●2次選考=2次面接●3次選考=3次面接
- 筆記試験日: A日程: 7月6日(月)、B日程: 7月7日(火) 2次選考: C日程: 7月20日(月)、D日程: 7月22日(水)、その他
- その他: 応募時に希望する「筆記試験日(A・B)」と「2次面接日(C・D)」の日程の組み合わせを履歴書の志望動機欄等に記入してください。

■ 説明会を開催します …… ■

日時: 令和2年6月22日(月) 13:30~15:00

場所: JA紀南 中央購買センターコピア(田辺市秋津町752-1)

申込み: 参加ご希望の方は、マイナビ・U-Roadからエントリーしていただくか、JA紀南人事教育課に直接お申し込みください。

お問合わせ 書類提出先 JA紀南 人事教育課 電話 0739-25-5736 〒646-0027 田辺市朝日ヶ丘24番17号

JA紀南の組合員メンバーズカード

kumica クミカ会員募集中



加入特典 Aコープご利用クーポン券進呈 (1カ月100ポイント×10カ月) 合計 1,000pt

クミカはJA紀南の各種事業のご利用でポイントが貯まるおトクなカードです。

貯金	ローン
JA-SS	Aコープ
紀菜柑	その他

1,000ポイントで1,000円分の商品券と交換!



AコープではJAの月刊広報誌「Kinan」をご用意しています。ご自由にお持ち帰りください。

*詳しくは、JA紀南の各支所窓口、またはAコープ各店でお尋ねください。