

PRISM

JA KINAN COMMUNITY PAPER

2023.10.28
Vol.58



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 : <https://www.ja-kinan.or.jp>
E-mail : info@ja-kinan.or.jp



こだわりのマルチ栽培で勝負

農業で輝く人
農(アグリ)テラス

温州ミカン生産者

那須 守さん
(田辺市上芳養)

なす まもる

「天」の出荷を目指して栽培

「日南1号」、「上野早生」、「宮川早生」、「田口早生」の4品種の温州ミカンを栽培しています。9月下旬に日南1号からスタートし、品種を変えながら11月末頃まで収穫を行います。

冬場の土壌改良や春の剪定、夏場のマルチ被覆など、JAのこだわりグループの一人として「天」の出荷を目指して手間を惜しまず栽培しています。

今年は、夏の少雨の影響で糖度は平年より高く、9月以降は減酸も進み食味も良好です。今年も消費者の皆さんに安心して楽しんでいただける味のいいミカンができていますので、ぜひ多くの人に地場産の美味しいミカンを食べしてほしいです。

土づくりやマルチなどミカンの食味向上に努力を惜まない那須守さん

温州ミカン

温州ミカンのシーズン真っ盛り!
旬の味をご賞味ください。

紀菜柑

入荷予定

気象条件や生育等により
入荷しない場合があります。

11月に旬を迎える
地場産はコレ!



なんたん蜜姫



レタス



温州ミカン



スターチス



トルコギキョウ

農産物	11月		
	上	中	下
温州ミカン			
柿			
レモン			
なんたん蜜姫			
レタス			
ブロッコリー			
ダイコン			
ハクサイ			
ダリア			
カスミソウ			
スターチス			
トルコギキョウ			

JA紀南のブランドミカン「天」

今が旬の温州ミカン。JA紀南では、こだわりの基準で栽培された中から、一定の糖度基準に合格したものをブランドミカン「天」として販売しています。

「天」とは、糖度の上昇などが期待できるマルチ被覆やファイガロン散布など、栽培基準を満たしたミカンを選別してレギュラー品

より糖度を約1%高く設定したものです。消費者や市場から絶大な人気がある「天」をぜひご賞味ください。

【豆知識】

JA紀南の「天」ミカンは、骨の健康に役立つ「β-クリプトキサンチン」が豊富に含まれていることから、「機能性表示食品」に指定されています。





みんなで実践しよう！ こく しょう こく さん 「国消国産」

私たちの国で消費する食べものは、できるだけこの国で生産するという考えを「国消国産」と言います。このことを実践することは、食料自給率の向上、ひいては私たちの食卓を未来へつなぐことにもなります。

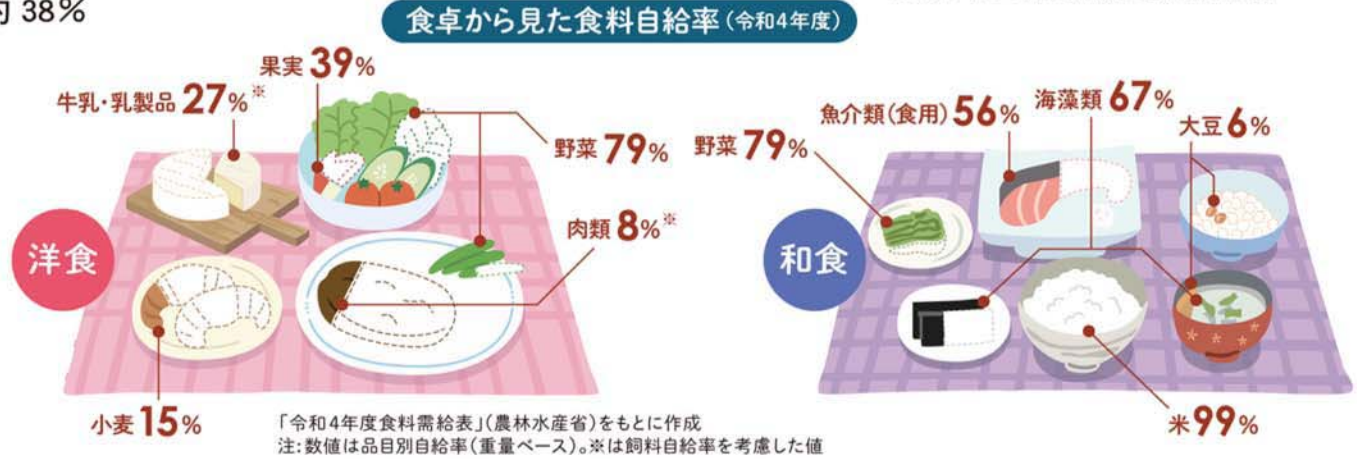
なぜ今国消国産？

私たちが食べているものの約6割^{*}は外国から輸入しています。もし輸入が止まってしまったら…

日本の食料自給率は約 38%

コロナ禍当初、マスクが売り場から消えた時期がありました。これが食料だったらどうなるでしょうか。日本の食料自給率は38%（カロリーベース）と先進国では最低水準です。もしも輸入が止まってしまうと、いつも食べている物が食卓から消えてしまう可能性があります。

※出典:「令和4年度食料需給表」(農林水産省)



どうすれば国消国産を实践？

農家の皆さんを応援すること。まずは地元で生産された農産物を消費する「地産地消」から。

SDGsにも貢献

海外に依存している食べ物をできるだけ国産で賄うことができれば、食料自給率は高まります。つまり、農家はそれらの農産物を生産するよう努め、消費者は意識的に国産を選ぶこと。最も身近に実践できるのは、地元農家を応援する「地産地消」で、これはSDGs(持続可能な開発目標)にも貢献しています。

J Aの直売所・Aコープで地産地消を進め、地元の農家を応援しよう！



地元だから安全・安心で新鮮が自慢のJA直売所。紀菜柑を中心に、田辺から串本まで各地で地産地消を展開しています。



Aコープは地場産、県内産、国内産を重点的に取扱っており、各店に地域ならではの地場産コーナーを設置しています。

国消国産の実現！

私たちの『国』で『消』費する食べものは、できるだけこの『国』で生『産』する

- 食料自給率が高くなる
- 農畜産物を生産する力が高まる
- 次世代の農業生産者が増える

SDGsにも貢献

- 食材を長距離輸送する必要がなく、CO₂排出量の削減で“つくる責任”に貢献
- 必要以上の食料輸入をしないことで、“飢餓をゼロに”に貢献

直売所のお得なキャンペーン

期間中、紀菜柑・Aコープを3回訪れて、日本の美味を当てよう！

秋の食材を楽しもう！

JA直売所キャンペーン 実施期間 | 10/1 Sun. ~ 11/30 Thu.

キャンペーン参加方法

- 1 紀菜柑、Aコープに行こう！**
店員さんからキャンペーンのポスターをもらおう！
- 2 店内ポスターの二次元コードを読み込もう！**
読み込んでスタンプGet!
- 3 何回も訪れ、スタンプが3つ集まったら賞品を選んで応募しよう！**
スタンプをくり返し集めれば何度でも応募できます！
スタンプGetは1日1つまで。集める店舗は同じでも違ってOK!

イベントで国消国産を発信！

この秋、2つの「国消国産イベント」を実施。多くのご来場をお待ちしています！

紀菜柑で開催！

JA紀南では、地域の皆さんに国消国産を理解してもらおうと、この秋右の2つのイベントを紀菜柑で予定しています。ぜひ多くの方々にご来場いただき、改めて地場産農産物の良さを実感できる機会になればと思います。

イベント①

10月29日(日) 午前11時から(約20分)

『国消国産』JA直売所リレーイベント 秋の味覚を直売所で感じよう!!

紀菜柑からのオリジナルクイズ！
正解して景品をゲットしよう！



テレビ和歌山「わくわく編集部」があなたのまちの直売所へやってくる
毎週(金)午後6時放送

イベント②

11月25日(土) 午前9時~午後2時

J A紀南女性会田辺ブロック主催

田辺ミニフェスタ

- 販売コーナー
野菜・フェルトのおもちゃ
アクセサリー、加工品など
- 体験コーナー
ディンプルアート
クラフトオーナメント
シーグラス など
- キッチンカー
- 骨密度測定
- 血液年齢測定
- おにぎり無料配布

カレンダー2024採用作品 決まる

「紀南の四季」

J Aの2024年版カレンダー「紀南の四季」に116点の写真の応募があり、J Aで選考を行った結果、次の13作品が採用となりました。たくさんのご応募、ありがとうございました。カレンダーはAコープやファーマーズマーケット紀菜柑で12月中旬頃から配布予定です。



表紙
老楓
(中辺路町野中で)
谷中 よしお さん

Instagram 「梅の魔法」かんたん梅料理ピックアップ一品

【材料】(20個分)
梅干し..... 4~5個
餃子の皮..... 20枚
豚こま肉..... 250g くらい
大葉..... 10枚
スライスチーズ..... 4~5枚
ごま油..... 少量
「しょうゆ..... 大さじ1
(A) 酒..... 大さじ1
「おろししょうが..... 小さじ1~2

はちみつ梅干し
(塩分4%はちみつ梅)を使用

【作り方】
①大葉を縦半分に切り、梅干しは種を取って大きめにちぎっておく。
②豚こま肉を(A)を入れて揉み込んだ後、餃子の皮を並べ、大葉、豚こま肉、梅、チーズの順にのせ、皮を折りたたむようにして水をつけてとめる。
③フライパンにサラダ油(分量外)を入れて熱し、餃子を並べ焼き色がついたら水50ccほど加え蓋をする。水分が無くなったら、少量のごま油を回しかけて、パリッとさせて出来上がり。

ピックアップ旬の野菜

レタス

【旬の野菜の栄養価】
95%が水分で、生食ができるのでビタミンCなどの栄養を摂取しやすいのが利点です。栄養分としては、β-カロテン、ビタミンC、ビタミンE、鉄、カリウム、カルシウム、食物繊維などが含まれ、催眠・鎮静作用があるといわれています。レタスの芯を切ると出てくる白い液体はラクチュコピクリンと呼ばれる苦味成分の1つです。

【レタスの食べ方のコツ】
包丁を使って繊維を断ち切ると栄養が流失しやすく、包丁の鉄で酸化してしまい、変色や苦味が強くなる原因になってしまうので、手でちぎりましょう。レタスは生でも火を入れてもいいしく食べることができます。加熱することで、かさが減り、たっぷり食べることができます。



【失敗しない選び方】
芯の切り口が10円玉くらいの大きさで、白く、変色していないもの。葉が淡い緑色でみずみずしく、適度な弾力があり、ツヤと張りのあるものが新鮮です。持ったときに見た目より重い場合は、堅く苦味があることも。

【長持ちする保存方法】
鮮度が落ちると苦味が強くなるので、なるべく早く使い切りましょう。芯の部分をくり抜き、ぬらしたペーパータオルを詰めてポリ袋に入れると長持ちします。洗って水気をよく切り、適当な大きさにちぎってポリ袋に入れて冷凍保存すると長期保存できます。

エコープマーク品を使ったレシピ紹介

美味しい天ぷら

【材料】(2~3人分)
エコープ天ぷら粉.....1カップ 約130g
水.....180cc
お好みの食材(エビ、シシトウ、キノコなど)
打ち粉(エコープ天ぷら粉).....適量
揚げ油.....適量

【作り方】
①食材の下ごしらえをする(具材の水分をしっかりふき取る)。
②水分の多い具材(特に魚介類)に打ち粉をする。
③ボウルに水を入れてから天ぷら粉を入れて軽くまぜる。
④揚げ鍋の6~7割まで油をたっぷり入れ加熱する。適温は160~180度。
⑤食材に衣をたっぷりつけ、静かにすべらせるように入れて、火が通ったら完成。
※一度に揚げる量は油の表面が具材で半分埋まるくらい。入れすぎると油の温度が急激に下がって火の通りが悪くなり、カラッと揚がらないので注意。

旬を味わう地場産レシピ

レタスとエビのさっと煮

【材料】(2人分)
レタス.....1/2個(200g)
エビ.....中4尾
酒・かたくり粉.....各小さじ1/2
ショウガ.....小1かけ(5g)
「だし.....200cc
(A) みりん.....大さじ1
「塩.....小さじ1/3

【作り方】
①レタスは縦4等分にする。ショウガは千切りにする。
②エビは殻と背わたを取って3つに切り、酒とかたくり粉をまぶす。
③鍋に(A)を煮たてて②のエビと①のショウガを入れ、1~2分煮る。①のレタスを加え、しんなりしたら火を止めて完成。

JA紀南の組合員メンバーズカード

新規加入特典
A-coop ご利用クーポン券 (1カ月100ポイント×10カ月)

JA紀南の各種事業のご利用でポイントが貯まるオトクなカード。加入のお手続きは、JA紀南管内のAコープや支所で行えます。ポイントが一定数貯まると、商品券などと交換可能!

貯金ローン Aコープ 紀菜柑 JA-SS その他

JA紀南の事業を利用してポイントどんどん貯まる

JA紀南 LINE 公式アカウント お得情報 配信中

SNSアプリ「LINE」のJA紀南公式アカウントでは、Aコープや紀菜柑からの特売セールやイベントなどのお知らせをスマートフォンに順次配信中です。配信をご希望の方は、「友達追加」のほどお願いいたします。

- ①上の二次元コードを読み取る。
- ②LINEが起動するので、「友達追加」をタップするだけで完了。
- ③JAから登録のお礼メッセージが届く。
- ④セールやイベント前にメッセージが自動で配信される。

JA紀南 職員募集

採用時期: 令和6年4月1日
応募資格: ①採用試験日において高卒以上の方
②令和6年春に大学・短大を卒業見込みの方(新卒者)
※①②ともに令和6年4月1日現在で満35歳以下の方
申込締切日: 令和5年11月9日(木)
問い合わせ: JA紀南 人事教育課 ☎0739-25-5736

JA直売所巡り

しおさいの館
ここにこ市
(白浜町日置)

道の駅「志原海岸」の敷地内で営業している「しおさいの館 ここにこ市」は、ログハウスの建物が目印のJA直売所です。地場産野菜を中心に、餅やめはり寿司、米みそなどの加工品、手芸品もズラリと並びます。



所在地：白浜町日置2039
営業：午前8時30分～午後1時まで
(日曜・祝日は午後3時まで)

ついでに探訪

白浜町日置

アピール Point 出荷会員お手製！手芸品や工芸品が充実

出荷会員手作りの手芸品や工芸品が豊富に並んでいるところも、この店舗の大きな特徴です。数ある商品の中でも、靴下で作った「ソックモンキー」や、クラフトバッグ、ヒノキのまな板は特に人気です。お気に入りを探してみませんか。



種類がとっても豊富!



とりげどうくつ
鳥毛洞窟
(白浜町日置)

道の駅「志原海岸」から徒歩15分ほどの所にある鳥毛洞窟は、割れ目に沿って風化や波の浸食などでできた2つの大きな穴があった洞窟です。引潮の時間帯にしか行くことができないので、潮位をよく確認して行きましょう。洞窟内は、落石の可能性があるので立ち入りは危険です。



ベアーズロック
(白浜町日置)

志原海岸の目の前にあるベアーズロックは、形が熊の頭部に似ていることから名付けられたシンボリックな存在になっている岩です。その特異な形から串本町の橋杭岩や田辺市のひき岩群などと並び、日本の奇岩百景にも選ばれています。

TOPICS

紀菜柑の看板がリニューアル 「明るい」「かわいい」と好評!



JA共済の支援を受け、地元の高校生らと協力しながら進めていたJA紀南ファーマーズマーケット「紀菜柑」の壁面看板が完成し、9月24日に完成記念式典を行いました。

制作に携わった高校生らは「レトロ感を入れ、若者には今の流行を、年配者には懐かしさを感じられるようにした」「特産品をかわいらしくイラスト化した」と話し、新看板は買い物客から「デザインがかわいらしい」「とても明るい印象でよくなった」と好評です。紀菜柑運営委員長の鈴木惣志郎さんは「明るく親しみやすく印象がよくなった。高校生が考えてくれた看板に恥じないよう、出荷者として中身を充実させていきたい」と意気込みを語りました。

JR西日本とのタイアップ企画 くろしおで梅干しとミカンPR

JA紀南は10月7日、JR西日本和歌山支社とタイアップし、電車内で乗客に特産の梅干しとミカンをPRしました。

JRの地場産品PRサポート事業にJAが参画したもので、県外の乗客が多い「特急くろしお」3号の車内を活用し、和歌山～白浜駅間で観光客に「旅のおもてなし」を提供しました。JAの特産物PR大使を務める宮本李菜さんが、紀州梅干し一粒とブランドミカン「天」1個を乗客約170人に無償で配布。乗客からは「和歌山といえば梅とミカン、どちらもいたただけてうれしい」との声が聞かれました。また白浜駅の改札口付近で、梅干しとミカンの販売コーナーを設け、JA職員とともにアピールしました。



梅干しとミカンを手渡すPR大使

JA職員



ひろた りょう
廣田 遼 (28)
三栖支所

「その方に合った
金融や共済の
プランの提案を！」

三栖支所の複合外務担当として、主に下三栖と城山台地区の組合員や利用者のお宅を訪問しています。コミュニケーションを大切に、金融・共済の案内やご相談をうかがう中で、その方に合ったプランを提案できるよう努めています。いまは一生涯サポートキャンペーンを11月30日まで展開しています。入院や相続などのリスクは突然訪れます。この機会に最適な保障についても一緒に考えてみませんか。

趣味は、バレーボールとキャンプです。キャンプは泊まりで楽しむことが多く、非日常的な空間でおいしいものを食べて飲んで、特別な時間に浸っています。

クロスワードパズル

問題 左のパズルを解いて、A～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか?



★タテのカギ

- ①足の裏の後ろの方
- ③得意技を他人にやられることを「――を奪われる」といいます
- ⑥お酒は一滴も飲めないんです
- ⑧穴を開ける道具
- ⑨見える範囲
- ⑪海の水 潮流
- ⑬スサノオノミコトに退治されました
- ⑮ソプラノやメソソプラノより低い女声の音域です
- ⑰参考―― 読―― 棚
- ⑱役職には就いていません
- ⑲自然界の現象などを学ぶ教科
- ⑳縦、横に動ける駒
- ㉑マスク、プリンス、アンデスといえは

★ヨコのカギ

- ①11月23日は勤労――の日
- ②バラを摘むときはコレにご用心
- ④連載をまとめたものではありません
- ⑤成長すると名前が変わるので出世魚といわれます
- ⑦赤ちゃんを運んでくるといわれる鳥
- ⑩背中を針を立てて身を守ります
- ⑫小豆を煮るときに隠し味に入れたりします
- ⑭たがで締めている木製の入れ物
- ⑮銀行に預けたりたすにしまったり
- ⑰オナガザル科の大きな猿 マント――
- ⑲甲羅を背負ってゆっくり歩きます

読者プレゼント



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。

応募締切
11月7日(火)

【ハガキでの応募】

ハガキに答えと住所・氏名・年齢・電話番号と本紙の感想やJAへのご意見等を書いて、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。

【Eメールでの応募】

答えと住所・氏名・年齢・電話番号と本紙の感想やJAへのご意見等を書いてお送りください。(右のQRコードに入力フォームがあります。)
Eメールアドレス: kouhou@ja-kinan.or.jp



※答えは締切日にJA紀南のホームページに掲載します。
※応募で得た個人情報は抽選と賞品発送のみに使用します。
※当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。