

JA鹿本と消費者のかけはしマガジン

2020  
第11号

# すきっぷ



山鹿市蒲生  
みかん農家

かわむらしげる  
河村 繁さんの三女  
みお  
望央ちゃん(4歳)

- 若手農業者「がまだしもん」
- JA鹿本 コロナ対策実施中!
- 令和2年7月豪雨の爪痕
- 教えて!野菜ソムリエさん
- Let's cooking!



耕そう、大地と地域の未来。 JA鹿本



若手農業者

# がまだいん

## 地元の農業を支えていく

魅力ある農業で挑戦し続ける  
農業の日の出と共に起き、日の入りと共に寝るという、自然を身近に感じられる生活が気に入っています。また、見た目は大変な作業ばかりに見える農業ですが、実際にやり始めると、思った以上に収穫の喜



地元の農業を支えたい  
農業を始めて2年目になります。他の地域と同様、農家が減少している地元を支えたいという思いもあり、会社員を辞めて農業大学に社会人枠で入学。1年間農業の知識・技術を学んだ後、就農しました。  
メインで栽培しているのはナスです。鹿北町はナス農家が多く、JA鹿本ナス部会も発足しているなど、先輩農家やJA営農指導員にアドバイスをもらうことができるため、就農するには良い環境だと感じています。

鹿北町四丁  
経営形態  
筑陽ナス 15a  
タケノコ 20a



おやま なつき  
小山 夏樹さん(29歳)

かわむら しげる  
河村 繁さん(39歳)

## 手を掛けるほど結果はついてくる

農業は大変な分、やりがいも大きい  
農業は、最初から最後まで、全てに自身の責任が伴います。自分がどれだけ努力したかが結果に直結するため、一つの作業を緊張感を持って行っています。毎日大変ですが、手を掛ければ掛けるほど目に見えて結果が出ることに、とてもやりがいを感じられるようになりました。  
現在は、両親と3人で農業を営んでおり、来年からは妻も加わります。度々意見がぶつかることもありませんが、良いものを作っていくという気持ちは同じです。今後も遠慮なく意見を出し合いながら、協力して頑張っていきます。  
スマート農業にも取り組んでいきたい  
今後の目標は、品質向上・収量安定はもちろん、ドローンなどを活用したスマート農



山鹿市蒲生  
経営形態  
露地ミカン 130a  
葉タバコ 170a  
WCS用稲 300a  
主食用米 400a



業に取り組んでいくことです。人の手で行っている作業を効率化し、省力化によって農家の高齢化などに対応していきたいと考えており、自分に合った機械・技術を探し、少しずつ取り入れていこうと思っています。  
JA鹿本青年部活動で地域農業を盛り上げたい  
JA鹿本青年部山鹿地区に所属し、部員と協力して地域に根差した活動を行っています。  
秋の山鹿地区「かかし祭り」では、地域の子どもたちと一緒に作ったかかしを展示したり、焼きそばや焼き鳥の販売などを行いました。また、小学生を対象とした稲作体験では、種まきから稲刈りまで一連の流れを通じた食農教育を実施しています。  
これらの活動を通して、農業や食の大切さを楽しみながら知ってもらい、農業に興味を持つ人々が増えることで、地域農業を盛り上げていければと思います。今後とも地域との触れ合いを大切にしていきます。



びを感じることができています。  
今年にはナスの株数を増やしたり、白ナスやひもナスなどの珍しい品種を植えることにも挑戦しています。色々試すことで、栽培管理しやすいもの、消費者ニーズに適したものを探していこうと思っています。  
仕事も遊びも充実させる  
休日は、美味しい食べ物を探して話題のスポットを巡ったり、冬はスノーボードを楽しんでいます。  
ナスは、5月に植え付けし11月で収穫を終えると、作業が落ち着く冬は自分の時間を作りやすくなります。夏はしっかりと働き、冬はリフレッシュする、充実した生活を送っています。  
そのほか、茶を生産している両親の手伝いとして、色々なお店に出張し、お茶を入れていきます。茶葉や茶器、入れ方などにこだわり、お茶の魅力を伝えています。



# 令和2年7月豪雨の爪痕

7月上旬、各地で豪雨による大きな災害が発生し、土砂崩れ、河川の決壊によるインフラや交通にも未だに大きな影響が及んでおります。

特に多くの生命が失われ、亡くなられた方々やご遺族に対しまして慎んでお悔やみを申し上げます。

また、一日も早く復旧を果たされることをお祈りするとともに、被災された皆様が平穏な日々を取り戻されますようお祈り申し上げます。

鹿本農業協同組合



▲冠水したビニールハウス



▲農業用ため池の崩壊

JA鹿本では、特に被害が大きかった県南地区(球磨・芦北・八代)へ、支援隊として延べ36名の職員を派遣。農地に流れ込んだ土砂・流木等の撤去及び農業施設等の復旧にあたっており、改めて被害の大きさを痛感させられました。



▲道路上に堆積した土砂の撤去



▲ビニールハウス内に流れ込んだ土砂の撤去



▲国会議員らに早期の復旧を要請

本県JAグループは、被災地域の一刻も早い復旧・復興、農業経営の早期再建へ向け、早急かつ万全の対策を継続的に講じられるよう、予算や資材の確保などを国へ要望しています。

今後も、被害状況の調査及び被災された方々への支援に尽力してまいります。

## アルコール消毒の徹底

店舗等の入口に消毒液を常備し、小まめに手の消毒を実施しています。

## 検温の実施

スタッフの出勤前や出勤時に検温を実施しています。

また、天寿苑本館入口には、自動で複数名の来館者の体温を測定する機器「体表面温度測定サーマルカメラ」を設置し、来館者の体調管理に活かしています。



▲天寿苑本館に設置したサーマルカメラ

ファーマーズマーケット夢大地館では、赤外線体温計測器を導入



## マスクの着用

職員には、マスク着用を義務付けています。



## ビニールカーテンの設置

窓口やレジ等にシートを張り、飛沫による感染を防いでいます。



## 専用器材の噴霧器を導入

集荷施設等では、事前に専用器材を使用し、ウイルスを殺菌・不活性化しています。



その他、3密(密閉・密集・密接)の回避や、手洗い・うがいの徹底、私生活における外出の自粛を呼びかけるなど、出来る限りの対策を講じています。

今後も、日々変化する状況に対応しながら、安全・安心な商品・サービスを提供してまいります。

Let's cooking!



JA熊本経済連

栗屋直子さん  
(管理栄養士)

柴田満貴さん  
(栄養士)

JAふれあい食材宅配

ふれあい食材とは、健康的で豊かな食生活のお手伝いのため、味や品質、産地にこだわった料理素材をご家庭に直接お届け※しています。  
豊富なコースでライフスタイルに合わせてお選びいただけて、無料のレシピ本付で入会費・年会費・配達料無料です。 ※ご不在時でも安心宅配致します

Aコープマーク商品

Aコープマーク商品はJAグループのプライベートブランドです。国産へのこだわりと安全・安心の品質です。時代のトレンドや利用者の声を商品に取り入れ、食品を中心に1,000アイテムを超える商品を取り揃えています。

材料内にマークを入れています

鮭の冷製  
スパゲッティ



- 材料 (2人分)**
- 鮭切身 …………… 1切
  - にんにく(みじんぎり) …… 1片
  - オリーブオイル …………… 大さじ4
  - トマト(ざくざり) …………… 1コ
  - スパゲッティ …………… 160~200g
  - 塩 …………… 小さじ4

- A**
- 和え物酢(しょうゆ味) 大さじ2
  - たまねぎ(すりおろし) 大さじ2
  - 砂糖 …………… 小さじ1
  - ブラックペッパー …… 少々
  - 水菜・ベビーリーフ } 200g
  - レタス・きゅうり }

作り方

- フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れ、弱火でにんにくの香りが立つまで炒める。
- 鮭を入れて両面焼き、身をほぐしながら骨を取り除く。
- ②にトマトを加えざっと炒め、火から下ろしておく。
- 鍋にたっぷりのお湯を沸かし、塩を加え、表示時間より1~2分長めにスパゲッティを茹でる。
- 茹で上がったら氷水にとり、ざるに上げてしっかりと水気を切っておく。
- ③にAと⑤を加え、絡める。
- 器に野菜をのせ、⑥を盛り付ける。

手羽元のジューシー煮

- 材料 (2人分)**
- 手羽元 …………… 300g
  - 塩こうじパウダー …… 1パック

- A**
- 和え物酢(しょうゆ味) …… 大さじ2
  - みかんストレート100% …… 200ml
  - 新調味みりんタイプ調味料 …… 大さじ1
  - 水 …………… 200ml
  - 大根 …………… 300g
  - 油 …………… 小さじ2



和えもの酢 塩こうじパウダー 新調味みりんタイプ調味料

- 作り方**
- 手羽元の水気をしっかりペーパーでふき取り、塩こうじパウダーと一緒にビニール袋にいれしっかり揉みこみ30分くらい置いておく。
  - フライパンに油を入れ、中火で①を皮目からこんがりなるよう全体に焼き目をつける。
  - 大根を加え炒める。
  - Aを加えふたをして水気がなくなならないくらいまで煮込む。

**ポイント**  
水分が足りないときは、水を加え煮る。

教えて!

野菜ソムリエさん

野菜ソムリエとは?

一般社団法人日本野菜ソムリエ協会が認定する資格です。野菜や果実の目利き、栄養、素材に合った料理法などの専門知識を持っていることを認定する民間資格です。

私たちJA鹿本園芸部会女性部員は、野菜・果物のおいしさや料理する楽しさを消費者の方に伝えようと野菜のスペシャリストである「野菜ソムリエ」の資格を取り、「野菜ソムリエの会」を設立し活動しています。生産者の農産物について詳しくご説明します!

男沢 祐子さん(植木町)  
私も農家で野菜を栽培しています。

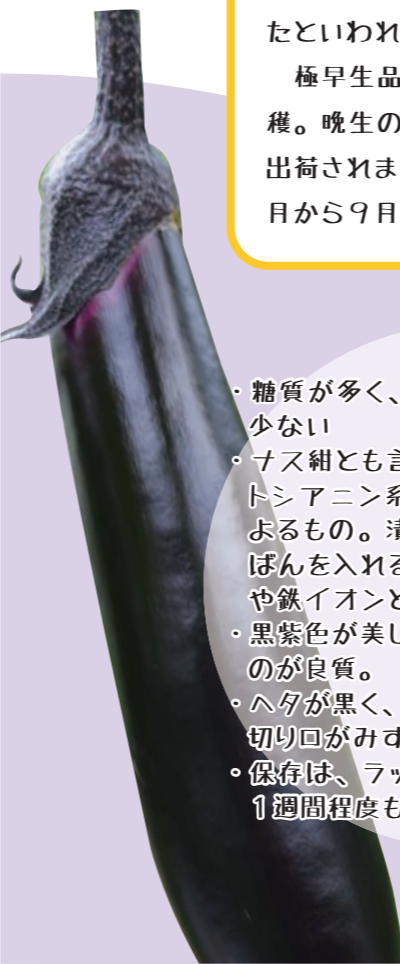


ミカン

原産地はインド、タイ、ミャンマー(ビルマ)あたりとされています。日本の代表的なミカン「温州ミカン」は、江戸時代初期に、鹿児島県の長島で偶発突生により発生したといわれています。

極早生品種は9月から12月に収穫。晩生のもは貯蔵後、3月まで出荷されます。ハウスミカンは、5月から9月に収穫しています。

- ・シヨ糖、果糖、ブドウ糖などの糖類が主成分
- ・ビタミンCが豊富
- ・風邪や感染症の予防、抗ストレス効果が期待できる
- ・袋(じょうのう)に付着する白い筋にはビタミンPが豊富で、動脈硬化防止に効果あり
- ・酸味であるクエン酸には、疲労回復効果あり



- ・糖質が多く、ビタミンやミネラルは少ない
- ・ナス紺とも言われる黒紫色は、アントシアニン系の色素「ナスニン」によるもの。漬床に古い釘や焼みょうばんを入れるように、アルミニウムや鉄イオンと反応すると安定する
- ・黒紫色が美しく、ハリとツヤがあるものが良質。
- ・ヘタが黒く、硬くて痛いトゲがあり、切り回がみずみずしいものが新鮮。
- ・保存は、ラップに包んで冷蔵庫へ。1週間程度もつ。

ナス

原産地はインド。日本へは、奈良時代以前に中国から渡来しました。1200年以上の歴史があり、バラエティに富んだ品種が生まれています。現在では全国的に、長卵形から中長形の品種が主流です。

旬は初夏から秋にかけて。煮る・焼く・炒める・和えると、様々な料理に合います。

# 自慢の商品プレゼント

官製ハガキに賞品A・B・Cいずれかの希望コースとご意見・ご感想を記入の上、ご応募下さい。抽選で賞品をお送りします。なお、賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。

## A りんどうポーク



3名様

きめ細やかでジューシーな肉質。熊本県の銘柄豚です。

## B 「森のくまさん」 5kg



5名様

(一財)日本穀物検定協会の令和元年産米食味ランキングにおいて、最高評価の「特A」を受賞しました。

※画像はイメージです

## C 梨 5kg 5名様



甘く果汁たっぷりで、品種によって様々な味・食感を楽しめます。

※品種は「あきづき」または「新高」をお届けします。

①今号で興味を引いた記事は？  
②「すきっぷ」へのご意見、ご感想をお聞かせください。

- 希望するコース
- 郵便番号
- 住所(必ず番地まで記入)
- 氏名(ふりがな)
- 年齢
- 電話番号

63

8610562

JA鹿本  
「すきっぷプレゼント」係  
山鹿市鹿央町持松159番地1



## 応募方法

メ切  
2020年9月13日(日)  
(当日消印有効)

■発行／鹿本農業協同組合 〒861-0562  
熊本県山鹿市鹿央町持松159番地1  
TEL 0968-41-5120

■発行責任者／大仁田 勲 ■編集責任者／村上浩二  
■発行日／2020年8月29日  
■印刷所／(株)チューイン



ホームページアドレス  
<http://www.ja-kamoto.or.jp>



Eメール  
[kikaku@ja-kamoto.or.jp](mailto:kikaku@ja-kamoto.or.jp)