

ほほえみ



3
2011

№228



収穫を迎えたバレイシヨ畑で山田さん夫婦



春の日差しも暖かくなったころ一面に広がる菜の花畑。おひたしや和え物として食べられることもあります。
また、3月の桃の節句では、桃の花とともに飾られるなど春を表す代表的な花として親しまれています。

菜の花

ほほえみ 3 2011 No.228

【特集】

どこまで知ってる？
お米・野菜クイズ

..... 4

【暮らしのビタミン・ほほえみきっちん】

- * 鶏ごぼうの混ぜご飯
- * ひき肉の落とし焼き

..... 14

四季の香り	2
大地に生きる	3
J Aトピックス	6
農政情報 TPP「輸入関税がゼロ 日本農業は壊滅的」	7
みんなのページ	8
ほっとニュース	10
農作業メモ・家庭菜園	12
J Aインフォメーション	
購買窓口の営業時間変更のお知らせ ほか	16
J Aバンクで給与振込スタートキャンペーン ほか	17
おしゃべり！読者コーナー	18
頭の体操クロスワードパズル・クイズ当選者発表	19
平成22年度第4回J Aアグリキッズスクール ほか	20

長島の名産と呼ばれる
バレイシヨを
こだわりの土から作りだす

親幸さんは、学校を卒業後J Aに入組し三十歳の時にカズエさんと結婚しました。結婚後カズエさんは、生産牛や種豚を飼育していた親幸さんの父親を手伝っていたそうです。

そのかわらカズエさんは、小さな畑で、ソラマメや契約バレイシヨを栽培していました。

その後、長島地区で、バレイシヨ栽培が盛んになったことをきっかけにバレイシヨと水稲に経営品目を絞り、親幸さんが、五十八歳で本格的に就農してからは、カズエさんが先生となり、二人で栽培を行ってきました。

こだわりの土づくりで
より質の良いものを

「イモ類栽培に適した、粘土質の赤土が長島のバレイシヨを支えているのだらうね」と話す親幸さんは、土づくりに力を入れています。自然に優しい農業を目指し、ここ十数年近くは土壌消毒剤を使用せずに、土壌改良資材を用いて菌の力により土壌を消毒しています。

また、基肥は知り合いの畜産農家やJ Aで購入した堆肥のほかにも数種類の肥料を組み合わせた施肥設計を行い、

楽しみは「土や作物と
触れ合う子どもたち」

良質なバレイシヨを作るように努めています。

バレイシヨ作りの魅力について親幸さんは「親戚や、近所の子どもたちが掘り取りで遊びに来てくれたときが一番嬉しいね。子どもの笑顔を見るのが楽しみだよ」と笑顔で話します。

また、今後について山田さん夫婦は「年齢に合わせた農業をしていきたいと思っていますよ」と話してくれました。



トラックへの積み込み作業を行う親幸さん

出水郡長島町蔵之元
山田 親幸さん(84)
カズエさん(76)

《経営品目》
バレイシヨ、水稲

答え

野菜・果物編

初級1：Dきゅうすい

きゅうすい以外の3種は、日本梨の品種名です。漢字で書くと、豊水・新水・幸水。果皮の色により、赤梨系と青梨系に分かれますが、3種とも赤梨系です。

初級2：C蕾

ブロッコリーやカリフラワーは、植物として花を咲かせる前の花蕾（からい）の状態を食べています。茎も食べられますので、蕾とはまた違う食感を楽しんでください。

初級3：Cユウガオ

ユウガオのみウリ科で、後は、ヒルガオ科です。ユウガオは、未熟果を煮物や漬物に使用しますが、主にかんぴょうのように加工されます。

初級4：Cアボカド

アボカドは、果物の中でもカロリーが高く、ビタミン、ミネラル、食物繊維も豊富です。また脂肪分のほとんどが、不飽和脂肪酸であり、悪玉コレステロールを増やしたりはしません。

初級5：C実の数と同じ

トウモロコシのひげのように見える部分は、雌しべの先です。花粉が受精すると、雌しべの下部が肥大し実となるため、ヒゲの数と実の数は、同じとなります。

中級1：Bカボチャ

形はキュウリに似ていますが、カボチャの仲間（ウリ科カボチャ属）です。カボチャは主に、熟してからいただきますが、ズッキーニは、未熟果を食べます。

中級2：Cニンジン

ニンジンはセリ科で、そのほかはキク科の野菜です。キク科は、小さな花がたくさん集まり、それが1個の花に見えることが1つの特徴です。

中級3：Cオクラ

オクラには、花びらを食べる花オクラ（トロアオイ）があります。花は大きめで、実を食べるオクラと同じように粘り気があります。

中級4：C芽

身近な食材「もやし」のほか、ブロッコリーや豆苗などもあります。スプラウトは、小さいですが、栄養もしっかり詰まっています。

中級5：Bトマト

野菜には、雌花と雄花を同じ株につける雌雄同株（しゅうどうしゅ）と雌花と雄花を別の株につける雌雄異株（しゅういしゅ）があります。

お米編

初級1：炭水化物

炭水化物が全体の77%を占めます。後は多い順に水分が15.5%、たんぱく質が6.1%、脂肪0.9%、その他ビタミンなどが0.4%です。炭水化物はブドウ糖に変化して、脳の唯一のエネルギー源となりますので、脳の働きに欠かせません。

初級2：縄文時代

もみ殻などの痕跡から、今から1万年くらい前に中国の長江の中流・下流で始まったと考えられています。日本には今から3000年くらい前に伝えられたと考えられています。

初級3：約3週間

お米は玄米の段階ではまだ生きて呼吸しています。そのため低温保管すると劣化しないで2年くらいは保存できますが、精米するとすぐに酸化などの劣化が始まります。酸化すると米のにおいや色に変化が起こり、ビタミンなどの栄養分も減少してしまいます。白米はできるだけ3週間程度で食べ切り、難しい場合は密封して冷蔵庫の野菜室で保存することで劣化が抑えられます。

初級4：216cc

炊飯の難しさは、表記単位が変わることによります。お米を購入するときはkg（重量）ですが、炊くときは合（容量）が使われます。ちなみにお米1合はおおよそ150gです（品種や精米の仕方によって若干変わります）。容量では1合は180ccです。したがって、炊飯水はお米の容量の約1.2倍が基本ですから、180cc×1.2=216ccとなります。

初級5：中国

中国は1年間に1億9335万トンの米を生産しています（2008年のみ重。以下同）。2位はインドで1億4826万トン、3位はインドネシアで6025万トン、日本は10位で1103万トンです。

中級1：でんぷん

でんぷんには、アミロースとアミロペクチンの2種類が含まれ、アミロースが多いほど粘りが少なくなります。おもちの原料のもち米はアミロペクチンが100%で、日本のうるち米は、品種にもよりますがおよそアミロペクチン80%、アミロース20%です。

中級2：約300品種

日本ではこれまでに品種登録された品種が2010年9月時点で660品種ありますが、実際に作付けされている品種は約300種です。そのうち、主食用うるち米が180品種、もち米が60品種、日本酒の原料の酒米が60品種あります。

中級3：約90%

玄米は、でんぷん層（胚乳）と糊粉層、果皮、果皮、胚芽から成ります。精米とは、このうち糊粉層、果皮、果皮、胚芽を取り除くことをいいます。取り除いた部分を一般的に「米ぬか」といいますが、米ぬかにはビタミンなどの栄養分が含まれていますので、最近では玄米などを食べる方も増えています。

中級4：7合～8合

容量の大きい釜で1～2合程度の少量炊飯をしますと、水の量が少ないためすぐに沸騰してしまい、お米の芯までしっかり吸水されずでんぷんがアルファ化する前に炊き上がって、お米の内部が硬くなりがちです。9～10合など目いっぱい炊いてしまうと、炊飯中にお米が対流（沸騰に合わせて米粒が動くこと）せず、釜の中心と壁面、釜の上部と底部で炊きムラができてしまいます。

中級5：114カ国

作っていない主な国と理由は次の通りです。イギリス、ドイツ、北欧諸国などは気候が寒冷なため栽培できません。レバノン、オマーンなどは気候が乾燥しており、栽培に必要な水がありません。サモア、バヌアツなど小島の国は、栽培に必要なだけの水と土地がありません。

お米編

出題：お米マイスター全国ネットワーク 大月敏照さん

初級問題1 お米に含まれる成分で最も多いものは何ですか？



初級問題2 お米は、いつごろから日本で栽培されていたのでしょうか？

初級問題3 精米してから何日くらいで食べ切るといいのでしょうか？



初級問題4 お米1合に対し、お水何ccで炊飯するのが適量でしょうか？

初級問題5 世界で最もお米の生産量が多い国はどこでしょうか？



中級問題1 お米の成分の1つアミロースという物質。これは何の成分でしょうか？

中級問題2 現在、日本全国でどれくらいの品種が作付けされているのでしょうか？



中級問題3 玄米を精米する（ぬか層を除去する）と全体の何%くらいになりますか？

中級問題4 1升炊き家庭用炊飯器でご飯を炊く場合、最もおいしく炊けるお米の量はどれくらいですか？



中級問題5 世界では、何カ国がお米を作っていますか？



どこまで知ってる?

野菜・果物編

出題：日本野菜ソムリエ協会認定 シニア野菜ソムリエ 黒川和江さん

初級問題1 果物にはさまざまな品種がありますが、梨の品種名でないものはどれでしょうか？

- A ほうすい B しんすい
- C こうすい D きゅうすい



初級問題2 私たちは、ブロッコリーの主にどの部分を食べているのでしょうか？

- A 葉 B 茎
- C 蕾 D 種



初級問題3 かんぴょうの原料となる野菜はどれでしょうか？

- A アサガオ B ヒルガオ
- C ユウガオ D ヨルガオ



初級問題4 栄養価が高く「森のバター」とも呼ばれている果物はどれでしょうか？

- A バナナ B パパイア
- C アボカド D マンゴー



初級問題5 トウモロコシのひげの数はどのくらいあるのでしょうか？

- A 実の数の3分の1
- B 実の数の半分
- C 実の数と同じ
- D 実の数の2倍



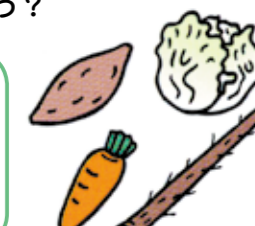
中級問題1 ズッキーニと同じ仲間の野菜はどれでしょうか？

- A キュウリ B カボチャ
- C ヘチマ D ナス



中級問題2 この中に1つだけ仲間外れがあります。どの野菜でしょうか？

- A ヤーコン B レタス
- C ニンジン D ゴボウ



中級問題3 実のほかに花を食べる種類もある野菜はどれでしょうか？

- A ピーマン B ナス
- C オクラ D カボチャ



中級問題4 カイワレダイコンなどの「スプラウト」とは、何のことでしょうか？

- A 種 B 根
- C 芽 D 茎



中級問題5 雌花と雄花を同じ株につける（雌雄同株）野菜はどれでしょうか？

- A フキノトウ
- B トマト
- C アスパラガス
- D ホウレンソウ



イラスト：吉田静佳

輸入関税がゼロ 日本農業は壊滅的

現在政府は、TPP(環太平洋連携協定)への参加をどうするか検討しています。菅首相はTPPの参加に積極的だともいわれています。そもそもTPPとは何なのか、もう一度復習してみましょう。

TPPとは

TPPは、原則として全ての品目の関税を10年以内に撤廃するのが特徴で、自由化の除外・例外品目を認めていません。農林水産物の関税撤廃だけでなく、国内制度の規制緩和・撤廃を含めた包括的な内容です。これまで日本が締結してきたFTA(自由貿易協定)では、全品目の10%程度を関税撤廃から除外・例外扱いしてきましたが、これらと比べれば極めてハードルの高いFTAがTPPといえます。

TPP参加国(9カ国)

- 米国 ●チリ ●シンガポール
- オーストラリア ●ブルネイ ●マレーシア
- ニュージーランド ●ペルー ●ベトナム

TPPとは、2006年に発効したシンガポール、ニュージーランド、チリ、ブルネイの4カ国による包括的FTAを発展させ、米国、オーストラリア、ペルー、ベトナム、マレーシアの5カ国を加えた9カ国で交渉している広域経済連携協定。

日本の国土の7割が中山間地

わが国は国土の70%以上が中山間地という国土条件にあります。このため日本の農家は、米国やオーストラリアの大規模農家と異なり、もともと経営規模が小さく中山間地などの困難な条件のもとで作付けしている農家が多いのが実態です。このため土地利用型作物を中心に生産費が高く、外国から低価格の農産物が輸入さ

れると、日本農業は壊滅的な打撃を受け食料自給率は大きく下がってしまいます。

さまざまな産業に影響

関税は、各国の生産条件の差を調整するための重要な手段です。その関税がなくなると、丸はだかで米国やオーストラリア産の農産物との競争を強いられ、日本農業は壊滅的な打撃を受けます。

また、TPPは、農業だけでなくサービスの自由化や国内制度の規制緩和・撤廃など多岐にわたるため、それぞれの国のなかには強い産業の分野だけが残ることになります。これでは、日本の社会を支えていた各種の仕組みや基準が一変しかねなくなることも考えられます。

鹿児島県30万署名活動への協力を

政府は、今年6月をめどに参加の是非を決めるとされています。菅首相は1月の通常国会でも参加に強い意欲を示しました。昨年11月、経済連携の推進と強い国内農業の育成を検討・推進する「食と農林漁業の再生実現会議」を立ち上げ、有識者による議論を進めています。

JAグループは、TPPと国内農業の両立はできないと主張。日本農業を壊滅させるTPP交渉への参加反対に向けた1,000万署名活動を全国的に行っています。それに伴い鹿児島県でも30万署名活動を行います。

JATピックス

組合員の声を経営に 反映させようと 事業所別代表者会開く



各代表者が出席した事業所別代表者会(江内事業所)



事業方針や取り組み案を熱心に聞く代表者ら(米ノ津事業所)

当JAは、2月7日から9日にかけて、各事業所等で平成22年度の事業所別代表者会を開きました。同会は、23年度の事業方針と具体的な取り組み案に組合員の“生の声”を反映させてJAの事業運営への参画を目的に行いました。期間中は、組合員を代表した総代、青年部や女性部の代表、生産者組織の代表、小組合の代表など延べ約500人が出席し、JAからは役員・参事らがそれぞれ二班に分かれて出席しました。会では、23年度事業計画の概要、事業所に関する情勢等が、提

案・説明されました。特に、23年度の事業方針では①経営安定対策と防疫対策の二本柱、②戸別所得補償制度に係る関係機関との連携と支援、③高齢者社会に対応するため介護福祉施設の充実、④次期オンラインシステムへの移行に係る全国統一事務手続きなどについて、提案・説明しました。説明終了後の質疑応答では、多数の意見・要望等が出されました。当JAでは、今回出された意見・要望等は各部門で検討し組合運営に活かしていく方針です。



実えんどうの初収穫を行う生産者

「かごしまブランド産地」認定 出水の実えんどう初出荷

当JA管内では、1月17日からかごしまブランド産地の認定を受けている実えんどうの出荷が始まりました。今年産は、年末からの寒波や年明けの雪や霜の影響で、全体的な出荷は遅れ気味で収量も少なくなる見込みです。担当指導員は、「雪や霜により、霜害の被害を受けているほ場もあり、今後の品質や収穫に、天候が大きく影響してくるので心配です」と話します。管内では、露地栽培の「あくねグリーン」や「スーパーグリーン」、「南海緑」が4月に最盛期を迎え、5月までに関東市場を中心に出荷されます。



親睦を深めたグラウンドゴルフ大会

女性部員らが元気いっぱい グラウンドゴルフ

当JA女性部出水支部は1月19日、出水市屋内ゲートボール場でグラウンドゴルフ大会を開き、部員ら約70人が参加して親睦を深めました。当日は、珍プレーやホールインワンが出るたびに部員らの元気いっぱいの笑い声と歓声が響いていました。なお、成績は次の通りです。
団体の部 ▶ 優勝=溝下チーム ▶ 準優勝=料理チーム
▶ 第3位=武本Bチーム
個人の部 ▶ 優勝=下島礼子さん ▶ 準優勝=坂元弘子さん
▶ 第3位=本蔵ミツ子さん

女性部活動



★お父さん 菊弘さん

ありがとう...ぼくの父さん

作文

出水市立米津東小学校 一年生 寺地伊吹くん

まぜみすインタビュー



東事業所管内 福山 清幸さん (63歳) むつ子さん (61歳)

- 福山さん、こんにちは。今年のパレイショの出来はどうですか？
いつもより大玉で、数も多いような気がするよ。
- なにか特別なことをされたのですか？
今年は、JAで買った機械で初めて植え付けを試みたからかな。まあ、何年か使ってみないと分からないがね。
- お2人の楽しみは何ですか？
わたしが船の免許を取ったので2人で船に乗って、魚釣りに出掛けることが楽しみだね。

うちのアイドル



外園 太陽くん(4歳)・大晟くん(1歳) 写真上 写真下

【両親は出水市大野原町の外園雄一さん、美樹さん】

じいちゃん、ばあちゃんのが大好きな2人。2人の周りには、笑顔が絶えません。これからも、兄弟仲良く元気に育ててね。



瀬川 由紀穂さん (23歳)

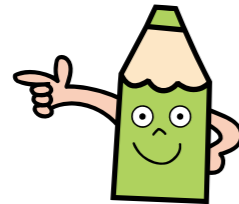
- ◆お仕事は？
保育士として働いて、3年目です。アットホームな職場で、子どもたちのかわいい笑顔に囲まれながら楽しく働いています。
- ◆休日の過ごし方は？
小学生の頃から続けている、習字を習いに行ったり、友だちと買い物に出掛けたりしています。
- ◆これから挑戦してみたいことは？
自然あふれる、屋久島に旅行に行きたいです。



みんなのページへの投稿大募集!!

みんなのページでは、投稿コーナーの①うちのアイドル②もじよかペット③ちいさな写真館 (P18) への写真を募集しています。下記の応募要領でぜひご応募ください。(原則として写真は返却します)

- 応募要領
プリントした写真、またはデジタルカメラで撮影した画像データをお送りください。
採用された方には粗品を進呈いたします。
- ①うちのアイドル...お子様の写真かデジカメ画像に、お子様の氏名・年齢と80字以内のコメント、保護者の氏名・住所を記載してください。
- ②もじよかペット...ペットの写真かデジカメ画像に、ペットの名前や年齢等と50字以内のコメント、飼い主の氏名・住所を記載してください。
- ③ちいさな写真館...カメラまたは携帯電話で撮影した写真か画像に、50字以内のコメント、氏名・住所を記載してください。
- 応募先住所
〒899-0405
出水市高尾野町下水流 890
JA鹿兒島いずみ企画広報課宛
Eメール izm-kikaku02@ks-ja.or.jp



もじよかペット

なまえ プッチ

飼い主は出水郡 長島町浦底の岩塚 勝巳さん



トイプードルのプッチです。トイプードルなのになぜかでっかくなっちゃった... (笑)。とても甘えん坊でお芋が大好き!! 私たちの大事な家族の一員です♥



思い出写真館



大川内事業所管内 松元 義弘さん(74歳)

No 10

いつの写真ですか？

この写真は、昭和26年の3月、わたしが大川内中学校に通っていたときの写真です。毎年3月には全校生徒が参加し、クラス毎に踊りや劇を発表する“学芸会”という催しものがあり、学校最大のイベントとして、たくさんの保護者が見に来ていました。そのとき、劇を披露したクラスメイトと担任の先生と撮った写真です。

その頃の思い出を教えてください。

学芸会には、自分の父兄が見に来るので、役を演じたいな、と思ったことを覚えています。また、小学生のときは草履に着物を着て登校していましたが、霜柱や雪の中を草履だけで歩くのはと



前列左端が松元さん

ても冷たくて泣きそうでした。中学生になってからは、靴で登校することが出来たので嬉しかったことも覚えています。

みんなのページ みんなのページ みんなのページ

尾崎小学校、大きなカルタで郷土を学ぶ



大きな札を元気良く取り合う児童

阿久根市立尾崎小学校は一月二十一日、体育館で郷土ジャンボカルタ大会を開き、児童十七人が参加しました。

この大会は、今年で十九回目を迎え、地元阿久根市の歴史や風土をテーマに卒業生が描いた大きなカルタを取り合うことで、児童に郷土について関心を深めてもらうことがねらいです。

当日は、児童が四チームに分かれて四十六枚の札を元気いっばいに引き合い、参加した六年生の谷口龍星くんは「小学校最後のジャンボカルタ大会でした。優勝は出来なかったけど、チームみんなと協力して楽しい思い出となりました」と笑顔で話していました。

高値取引を祈願した子牛セリ初市



セリ人の掛け声で活気づく子牛セリ初市

当JAは二月一日、出水市野田町の家畜市場で徹底した消毒体制のもと子牛セリ初市を開き、三百三十四頭が上場され三百三十二頭が売却、一億二千五百三十九千円を売り上げました。

子牛の平均価格は、三十七万六千六百二十三円と昨年の初セリ市と比べて一万五千七百九十七円の高値で、最高価格は去勢で六十万二千円、雌は五十九万四千円でした。

今回のセリ市は、今年初めてのセリ市ということで、最初にセリに掛けられた子牛の生産者と購買者に今年一年の高値取引を祈願して、JAから記念品が贈られました。

順調な生育を願って 出水のたばこ種子蒔き



葉たばこの種子の初蒔きを行う関係者ら

出水地区たばこ生産組合は一月二十五日、同組合出水たばこ育苗センターで平成二十三年作葉たばこの順調な生育と目標達成を願って、種子蒔きを行いました。

当日は、生産者や各行政機関など約五十人が出席し、全員で蒔き土に混ぜた葉たばこの種子を約二千六百個の育苗箱にまんべんなく蒔きました。同センターで育てられた葉たばこの苗は、五月中旬から収穫が始まる予定で、二十三年度は、出水市、阿久根市、長島町の生産農家四十戸で七十畝栽培し、販売金額四億八千万円を目指します。

JA鹿兒島いずみ元組合長 上野時義氏の受賞祝う

当JA元組合長の上野時義氏の旭日双光章受章祝賀会が一月三十日、阿久根市内のホテルで行われ、旧農協の組合長や役員、在職中の役員など約二百人が出席しました。

上野氏は、昭和四十一年に旧阿久根市農協の役員に就任されました。以来四十二年間の長きに渡り農業・農協のリーダーとして農業の振興と農協の発展に尽力されました。

会では、発起人代表の内村正男組合長が、上野氏のこれまでの経歴や活躍等を紹介した後、上野氏のお孫さんから花束の贈呈等が行われ、全員で受賞を祝いました。



祝辞を述べる内村正男組合長

花の咲く水田作りを目指して 球根の植え付け作業



土手沿いに彼岸花の球根を植えるメンバー

阿久根市脇本の大漣集落では一月三十日、大漣集落花咲かせ隊のメンバーが、地域の景観づくりと環境にやさしい水田を作ることを目的に、水田の土手沿いに彼岸花の球根を植え付ける作業を行いました。

大漣集落花咲かせ隊は、集落の水田を管理している管理組合の理事、石原千代年さんのほか大漣虚無僧踊り保存会のメンバーなど地域の活性化に力を入れる方々で構成されています。

当日は、八人のメンバーが参加し、早朝の寒中、六百八十畝の水田の両側の土手にコンテナ四箱分の彼岸花の球根を植え付けました。

脇岡さんが、かごしまフォト農美展で特別賞！



脇岡さんが特別賞に輝いた作品「実りの秋」

鹿兒島県歴史資料センター黎明館では一月十二日から十六日までの五日間、昨年の十月に行われた第十九回かごしまフォト農美展で入賞した百三十九点の写真が展示されました。

展示会では、特別賞である「審査員奨励賞」を見事受賞した、出水市高尾野町の脇岡重幸さんの作品「実りの秋」も展示されました。

作品のモデルになったのは、脇岡さんの娘さんとお孫さんです。「実りの秋」というタイトルには、黄金色に輝く稲穂の実りと、娘さんのお腹に宿る新たな命の誕生を喜ぶ脇岡さんの想いが詰まっています。

節分星祭りでも 無病息災を願う



出水市野田町の感応寺では2月3日、節分星祭りが行われ、町内外から多くの人が訪れました。当日は、祈祷が行われた後、病気や災難の象徴である鬼を祓う豆まきを行いました。

明るく元気に毎日を過ごそう！ 年金友の会員が健康診断受診



JA県厚生連健康管理センターでは1月から2月までの期間に健康診断が行われ、当JA利用者年金友の会の各支部から多くの会員が受診しました。(中原日出男 広報委員)

「鬼は外！福は内！」園児が元気いっばいこ豆まき



出水市高尾野町のしもずる保育園では2月3日、節分の豆まきが行われ、園児らは、鬼役が登場すると「鬼は外！」と大きな声を上げながら元気いっばいに豆まきを行いました。


年金友の会 東支部 通常総会で楽しく交流



年金友の会東支部は2月2日、長島町内の民宿で通常総会を開きました。当日は、ゲストの猪俣睦彦さんが楽しい講演を行い会場は大盛況でした。(橋口新太郎 広報委員)

オクラを作ろう

園芸農産事業部 園芸農産指導課 若松 寿



作型	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
露地	●	●					

●は種 ■収穫

栽培ポイント

(1)暑さに強く、吸肥性にも富む高温性作物です。肥よく排水がよく、日当たりの良い畑が適しています。
 (2)10℃以下の低温では生育が劣るため、は種は4月中旬から5月中旬に行ってください。
 (3)連作を嫌うので、前年度作付けした畑には作らないようにします。
 (4)定期的な農薬予防散布（病害虫対策）を行いましょ。

は種

は種期：4月中旬～5月中旬
 芽出し：種子は、皮が硬く水分を吸収する力が弱いので、一昼夜水に浸してから種します。
 は種：オクラの根は直根性で細根が少なく、移植性に欠けるため、直まきします。1穴に4～5粒をは種し覆土します。

ほ場準備

土づくり：定植20日前に土壤改良資材（苦土石灰や堆肥等）を施用し、土と良く混ぜておきます。
 施肥：生育期間が長いので、緩効性肥料（オクラ配合等）を主体に施肥し草勢の維持を図ります。地温確保のためにマルチ張りは、一週間前には終わるよう準備してください。

栽植密度

幅80cmの畦に条間45cm・株間24cmの2条植えとし、通路は1畝位あった方が作業がしやすくなります。

栽培管理

間引き：本葉4～5枚のころに、生育の遅れたものや病害虫におかされたものを間引き、1穴当たり3本立てとします。間引く時は抜かずにハサミで切ってください。抜くと残りの株の根を痛めます。
 追肥：収穫が始まったら、草勢を見ながら定期的に追肥を行ってください。

摘葉：葉が茂りすぎると光線の透過が劣り、着果が悪くなるため、収穫したサヤより下の葉は、草勢を見て2枚程度残し摘葉します。
 ※オクラを栽培してみたい方は、園芸農産指導課（TEL 64-2630）へお問い合わせください。



早期水稲の管理

園芸農産事業部 園芸農産指導課 栢 善 幸



早期水稲のイクヒカリが奨励品種に採用されていますので主な品種特性を記載します。

イクヒカリの特性

長所として、①コシヒカリに比べ約1割収量が高い。②耐倒伏性が強い。③いもち病に強い。短所として、①ネームバリューがない。②コシヒカリより出穂期が1～2日、成熟期が4～7日遅い。③検査等級はコシヒカリ並みかやや劣る。などが主な品種特性になりますので、作付けの参考にしてください。

施肥方法

湿田では、根の生育を健全化させるため土づくり資材を施用しましょう。本年から「鉄入り土の恵み」が新たに販売されます。10a当たり40kg施用してください。
 コシヒカリは倒伏しやすく、いもち病に弱い品種特性がありますので、適正な施肥を行う必要があります。施肥量は地力を十分考慮し一等米比率向上のため基肥を抑え生育状況をみながら追肥で調整しましょう。

田植え及び栽植密度

気温及び水温がある程度上がる、4月上旬以降の活着しやすい時期をとらえ田植えを行います。活着の限界平均気温は、稚苗で13℃です。

早期水稲において、おいしい米づくりのためには栽植密度（密植）が重要になります。その理由として①疎植を行うと、遅くまで分けつが発生し、遅れ穂が多くなる事により未熟粒（ヤセ米）が多くなる。②疎植は米のタンパク質含有率が高くなる傾向があり食味が低下する。（タンパク質含有率が7%より高いと食味は低くなる）

最適な栽植密度は1平方m当たり20～25株、畦間30cm、株間13～16cm、(坪当たり平均70～80株前後)1株当たりの植え付け本数は株当たり平均4本です。有効茎数の確保のため、田植機の調整を十分行いましょう。

水管理


水の管理は活着促進、保温効果、苗の保護のため、特に重要な作業です。植え付け後から活着期まではやや深水とし、活着以降は浅水管理を基本とします。活着促進のため、日中は止水し、かけ流しは行わないようにしましょう。水温が上昇しガスが発生する場合は、1～2日落水し、根の健全化に努めます。

田植え後25日頃から間断かん水を行い、中干しにそなえましょう。



柑橘類の管理

園芸農産事業部 果実課 多野 崇



3月は、土壌管理・春肥の施用・発芽前防除などの重要な管理が多くなってくるため、計画的に作業をすすめてください。

春肥の施用

春肥の施用は、出水地区の施肥基準に沿って行ってください。

表1 施肥基準（例）：3月 (10a当たり)

品 種	基準反収	肥料名	施肥量
極 早 生	3t	くみあい配合6号	3袋
早 生	3t	くみあい配合6号	4袋
ぼんかん	3t	春4号	2袋
紅 甘 夏	5t	春4号	3袋
デコポン	3t	春4号	2袋

*清見・その他中晩柑は、紅甘夏と同じように施用します。

葉面散布の実施

新梢伸長、充実に発芽前後の葉面散布（チッソ主体）が有効です。たわわ80号1,000倍、尿素500倍等を7～10日おきに3回程度実施してください。

発芽期の防除

農薬の使用にあたっては、ラベルをよく読み防除を行うようにしてください。

○温州みかん

対象病害虫	薬剤名	使用倍数	備 考
そうか病	マネーヅ水	2,000倍	春芽2-3葉の時期使用

○中晩柑類

対象病害虫	薬剤名	使用倍数
かいよう病 ハダニ	コサイド DF 加用	1,000倍
	クレフノン加用	300倍
	ハーベストオイル	200倍

*かいよう病が多く見受けられる園は防除の徹底を行ってください（IC ボルドー 66D 40倍単用散布）。

果実の貯蔵

果実を貯蔵するときには、ポリ包装を行う。また、換気不足になるとへた落ち・へた枯れ・ヤケ果などの発生が多くなるため、早朝の新鮮な空気を取り込み、換気を行います。庫内の急激な温度変化は腐敗果の発生につながるため、雨の日や極端に寒い日は換気を避けてください。



家庭菜園

野菜の種のまき方・苗の植え付け方

北陸地域振興局農林水産部 農政普及課出水市駐在 松本 徹



いよいよ春本番。今回は野菜の種のまき方と苗の植え付け方のコツについて紹介します。

種のまき方

●すじまき
 ホウレンソウやコマツナ、シュンギク、カブなどの葉根菜類は主にこの方法を用います。
 まず、鍬でまき溝を作り、その溝全面に種をまきます。発芽がそろるように、まき溝の底面が平らになるように溝を掘るのがポイントです。

●点まき
 種子が比較的大きな豆類やトウモロコシ等で使われるまき方です。
 鍬で小さなまき溝または穴を作り、一定の間隔をあけて約3～5粒ずつ点々と種をまいていきます。種を埋める深さを一定にすると発芽ムラを防げます。

●ばらまき
 小型のリーフレタスやタマネギの苗床ではこの方法で種まきを行います。
 種まきをする場所を少し盛り上げてベッド状にし、土の表面を平らにならし全面に種をまきます。ならし作業には板きれ等を使うとうまくできます。

種まきをする時は、種子を少量ずつ指先でもむようにしてムラなくまくのがコツです。

苗の植え付け方

植え付けは風のない暖かい日にしましょう。
 事前に苗床や苗に十分にかん水しておきます。植え付け時はできるだけ根を切らないよう、ていねいに鉢をはずし、根鉢がくずれないようにしましょう。

●果菜類
 土のかけすぎや深植えは禁物です。植えたら株元をやさしくおさえて土を落ちつかせ、その後たっぷりとかん水します。

●葉茎菜類
 定植後は株元の土を手のひらで軽くおさえます。水をやるときは株元に直接かん水せず、株のまわりに溝を作ってそこに水をかけるようにしましょう。
 根深ネギは30cmぐらの溝を掘って、立てて植えます。ニラは株分けして3～4本ずつ植えましょう。
 ご家族みなさんで楽しみながら春野菜づくりに挑戦してみたい方が多いのでは？



健康百科 冷え対策

佐久総合病院名誉院長
松島松翠

寒くなると「冷え性」に悩む女性の方が増えてきます。着込んでも寒くて、特に手足が冷えて指先が冷たくなるとか、入浴してもすぐ体が冷えてしまうとか、布団に入っても靴下をはかないと眠れないとか、そんな症状の方が多いようです。

冷え性の主な原因には、低血圧や貧血、自律神経の乱れ、筋肉量の不足などがあります。

もともと低血圧の人は、心臓から血液を送り出す力が弱く、体の隅々まで血液が行き渡りにくいので、冷えやすいのです。自律神経の働きが乱れるのは、不規則な生活、過労、寝不足、ストレスなどがあります。筋肉量の不足は「冷え」の大きな要因です。筋肉自体が熱を生み出しますし、筋肉量が少ない人は血液の量も少なく、体が冷えやすくなります。

冷えを防ぐには、まず衣類に工夫してください。寒いからといって綿の肌着を何枚も重ねるのは、汗をかくて逆に冷えてしまうのでよくありません。できるだけ

保温効果の高い素材を選びましょう。特に肌着は、最近の吸湿発熱性のある素材にすると効果的です。

マフラーやハイネックの衣服を利用することも大事です。外出のときは帽子と手袋は必ず着けましょう。スカートは冷えるので、冬はスラックスです。入浴は、少し熱めの湯に肩まで浸かり、ゆっくり体を温めます。せっかく温めた体が冷えないように、入浴後30分以内に寝床に就きます。

冷えのつらい人は、朝食抜き、小食の傾向があります。朝食はしっかりと、エネルギーになりやすいご飯などの炭水化物を中心に、温かいものを取ることです。冷えをなくすのに最も効果的なのは運動です。体の中から温め、血行を良くし、筋肉量を増やします。



子育てQ&A 朝食を抜きがちな子どもが心配

社団法人 母子保健推進会議会長
巷野悟郎

6歳の長男は今年入学です。今は保育園に行っていますが、夜寝るのが遅くて、朝早く起きられないため、朝食もそこそこに登園します。ときには朝食抜きです。学校へ行くようになって、大丈夫かと心配です。

近年、朝食を取らないまま登園するお子さんが増えているようです。そのため幼稚園によっては、このようなお子さんのために食事を用意しているところがあります。それはそれで朝食を取っていることになるから、午前中は問題ないでしょう。

しかし、朝食を取らない原因が、朝起きられないからとなると、これは入学前にぜひとも直しておきたいものです。午前中の明るい光の中で運動や勉強をすることが、子どもには大切だからです。そのためには朝きちんと起きて朝食を取ることが前提です。文部科学省が「早寝早起き朝ごはん」を進めているのは、その

理由があるからです。

早く寝て睡眠を十分に取ることで元気に朝を迎え、午前中の力をつけるために朝食を取るのです。入学を控えたこの機会にお子さんと話し合って、まずは早く寝る習慣をつけましょう。

お子さんも入学を楽しみにしているでしょうから、なぜ早く寝なければならないかを説明すれば理解すると思います。

何時ごろ寝るのがよいかということですが、早ければ8時ごろ、遅くても9時ごろを目標に話し合ってみましょう。早起きができ、朝食をゆっくり食べる習慣がつけば、午前中の遊びもきっと楽しくなることでしょう。



ほほえみ きッチン



手軽に作れる、おいしい和食

もう一品 ひき肉をあっさり食べれる ひき肉の落とし焼き

- ◆作り方
- ひき肉とAをポリ袋に入れ、袋の上からもんで粘りが出るまで良く練り混ぜる。
 - エノキダケは、いしづきを除いてざく切りに、シイタケは軸といしづきを除いて薄切りにする。
 - ポウルに②とBの調味料を入れて混ぜ、①のひき肉も加えて混ぜ合わせる。
 - フライパンにサラダ油を熱し③を大きめのスプーンで1杯ずつすくって落とし入れ、形を整えながら両面をこんがり焼く。
 - 器に水菜を敷き、④を盛り付けポン酢とこしょうをかけていただく。

※手を汚さずに出来る、簡単レシピです。キノコ類とひき肉の相性も良く、お弁当のおかずとしてもおすすめです。

- ◆材料(4人分)
- ・合い挽き肉 …… 200g
 - ・水菜(ざく切り) 200g
 - ・エノキダケ100g (1袋)
 - ・ポン酢 …… 大さじ3
 - ・生シイタケ …… 中4枚
 - ・サラダ油、こしょう …… 各適量
- A { ・シウガ(みじん切り) …… 10g
・酒 …… 大さじ2
・しょうゆ …… 大さじ1 }
- B { ・上新粉 …… 大さじ1
・酒 …… 大さじ2 }

メイン 炒めてご飯に混ぜるだけ 鶏ごぼうの混ぜご飯

- ◆作り方
- 鶏肉は、そぎ切りする。
 - ごぼうは、さがきにして水にさらし、ざるにあげて水気をとる。にんじんは、太めの千切りにする。
 - 干しシイタケは、水で戻して薄切りにする。戻し汁は残しておく。
 - グリーンピースは、ぬるま湯でもどす。
 - 鍋に油を熱し、シウガを炒め香りが出たら①の鶏肉を加えて炒める。
 - 肉の色が変わったら②と③を加え、しんなりしたらだし汁とAを加え煮立たせる。あくを取りながら、汁気がなくなるまで煮たら④を加える。
 - ご飯に⑥を加え、さっくりと混ぜる。

※炊いたご飯に混ぜ合わせるだけの混ぜご飯は、手軽でおいしい一品です。タケノコやキヌサヤなど季節の野菜を入れてもおいしいですよ。

- ◆材料(4人分)
- ・ご飯 …… 720g (お茶碗多めで約4杯分)
 - ・干しシイタケ …… 4g (中2枚)
 - ・鶏胸肉 …… 160g
 - ・シウガ(千切り) 少々
 - ・ごぼう …… 100g
 - ・サラダ油 …… 少々
 - ・にんじん …… 80g
 - ・だし汁(干しシイタケの戻し汁含む) …… 1と1/3カップ
 - ・グリーンピース(冷凍) …… 40g
- A { ・しょうゆ …… 小さじ2
・みりん …… 小さじ2
・塩 …… 小さじ1/3 }

わたしたちが 作りました!



J A 鹿児島いずみ女性部 出水支部のみなさん

JAアグリセンター 春野菜苗・花苗の 特売市のお知らせ

JAアグリセンターでは、4月1日(金)から『春野菜苗・花苗の特売市』を開きます。当センターで育てた苗は通常価格より安く販売いたしますので、この機会にぜひご利用ください。

◆日時 平成23年
4月1日(金)～10日(日)
午前9時～午後4時まで

期間中
毎日
営業

◆場所 JAアグリセンター
出水市高尾野町大久保2525-1

◆取扱苗
野菜苗：キュウリ・トマト・カボチャ・ナス・ピーマン・ゴーヤー・スイカ・メロンなど
花苗：ペチュニア・ケイトウ・ナデシコ・百日草など



お問い合わせは TEL82-4862

ついで! 加入者数9,800人突破!! 組合員給油カード

組合員給油カードを作ると
ガソリン 軽油 灯油 が
店頭価格より安くなります!
注意：現金支払のみとなります。

新規組合員募集中!

申込みは各SS店頭でお願いします。詳しい内容は係員へお尋ねください。

農家の方へ 免税軽油の申請をしませんか?

道路を使用しない農業・畜産機械(トラクタ他)

申請をすることで 軽油引取税
32.1円/リットルが免税されます!

※年間使用量500リットル以上の方が対象となります。
JAが申請にかかる手続きをお手伝いします!
申請をご希望される方は、各給油所係員へお尋ねください。

JAバンクで 給与振込スタートキャンペーン

期間：平成23年2月1日(火)～5月31日(火)まで

新規でJAに給与振込をご指定いただいた方
県下で先着 **2000名** 様に
JAバンクオリジナル
クオカード
1,000円分をプレゼント!!

※新規でJAに給与振込をご指定いただき、期間中に5万円以上の給与の入金を確認できた方に限ります。
※クオカードはなくなり次第終了とさせていただきますので、あらかじめご了承ください。また、発送については順次行います。

JAの給与振込サービス

給与・ボーナスなど決められた日に受け取ることができ、安全・確実!

JAバンクのキャッシュカードをお持ちのお客様は、全国のJAバンクATMなら入出金取引が終日無料で利用可能です。(ゆうちょ銀行、セブン銀行、東京三菱UFJ銀行など、一部提携金融機関では平日日中の時間帯は手数料無料で取引が可能)

給与振込をご指定いただいているお客様にはJAローン新規申込について0.1%の金利軽減を実施しております。

〈対象ローン〉
・住宅ローン
・フリーローン
・マイカーローン
・新マイカーローン

詳細については、最寄りのJA貯金窓口へおたずねください。

わたしたちのJA

正組合員数 8,117人
准組合員数 8,323人
合計 16,440人
出資総額 29億2,499万1千円
(1月末現在)

年金無料相談

年金に係わる無料相談を、相談日の午前と午後、2カ所に分けて開きます。お気軽にご相談ください。

開催日 平成23年3月16日(水)
午前 10時～11時30分まで
東事業所 ☎86-1211
午後 1時30分～3時まで
長島事業所 ☎88-5555
相談員 森代武志社会保険労務士

毎月第4土曜日 JAバンク 無料年金電話相談実施中!
平成23年3月26日(土) 10:00～15:00
フリーダイヤル ☎0120-800-547

購買窓口の営業時間変更のお知らせ《4月～9月》

JA本所資材センターおよび各事業所購買窓口の4月から9月の営業時間は、午前8時～午後5時までとなります。ただし、土曜・日曜・祝日については以下の通りです。

購買窓口	土曜・日曜・祝日	営業時間
本所資材センター	平日と変わらず営業	午前8時～午後5時
事業所 阿久根・三笠 東・長島	土曜日のみ営業	午前8時～午前10時

※上記以外の事業所では、土曜・日曜・祝日は休業となりますので、本所資材センターをご利用ください。詳しくは、資材センター(64-2655)へお問い合わせください。

こんにちはAコープです!

Aコープながしま店
Aコープながしま店は、食料品と長島の美しい自然が自慢です!美しい海岸ロードのドライブ中、一息できる安らぎのお店として組合員の皆様はもちろん、観光客の方にも喜ばれております。

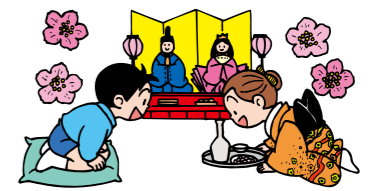
地元の皆様と、家族のようにふれあえるお店づくりを心がけています。
休日はカールおじさんのように、麦わら帽子に首タオルで農作業にいそんでいます!

店長 石澤 勝徳

役員会だより

第10回理事会(平成23年1月27日)

- 1) 米ノ津事業所の事務所移転及び斎場建設
- 2) ATM設置による出張所の金融業務合理化
- 3) 平成23年度事業計画書
- 4) 基金協会代位弁済に伴う出資引受
- 5) 公用地買収に伴う土地の一部売却
- 6) 長島バレイショ選果機の補助事業導入
- 7) 平成22年度事業利用戻しの実施

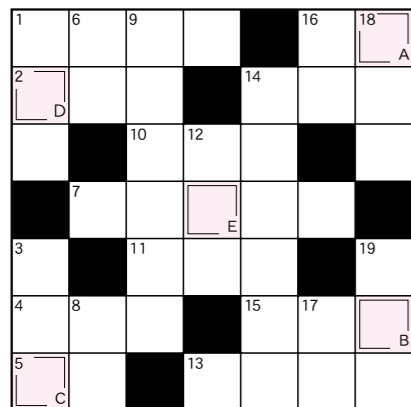


食の未来のために、みなさまのチカラになる情報
THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS
日本農業新聞
www.nougyou-shimbun.ne.jp
お近くの新聞販売店から毎日お届けします。
1ヶ月2,550円(税込)
広げよう農者の輪 進めよう協同活動 組合員・JA情報共有運動

鮮度抜群!お刺身
一番のおすすめは地元長島のお刺身!絶対の自信があります!
※ご予算に応じて刺身盛り承ります。お気軽にご相談ください。
★お惣菜コーナー★
県内Aコープのポテトサラダは長島町の契約農家から、直接生産工場へ運ばれた新鮮なじゃがいもを使っています。
だからホクホクでおいしい!このシールが目印です!
Aコープながしま店 電話: 0996-88-5539
営業時間: 朝9時30分～夜7時30分

頭の体操★クロスワードパズル

Q 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か？ 出題●ニコリ



1月号の解答

カ	ガ	ミ	ビ	ラ	キ
メ		シ		ト	ホ
シ	ユ	ヤ	ク		ケ
シ	ヨ	ウ	モ	ウ	ヒ
ツ		ン	キ	ヨ	
キ	ゴ	テ		ウ	エ
ム	カ	ン	ジ	シ	ン

A B C D
「ホシガキ」

タテのカギ

- 洗濯や行水に使われてきた大きな容器
- チョコレートと同じ原料で作る飲み物
- ノートや便箋に引かれてある線
- ブドウには、ある品種とない品種があります
- 田や畑で丹精こめて作るもの
- いくつかの厳しい——を乗り越える
- 眠れなくなってしまう困った状態
- 根を詰めて仕事をすると、こってしまいがちなところ
- おいは男性、こちらは女性
- 春、空高く飛んで鳴く鳥 漢字だと「雲雀」
- 兄が1人だけいる男性

ヨコのカギ

- 「雨後の——」は次々出てくるさま
- ゴロゴロという音とともに降ってくる激しい雨
- 猫が入りたがりそうな暖房器具
- 妹や弟がいる女性
- 「もういいかい」「まあだだよ」
- 新鮮な魚のシンプルな料理法
- 分数で、下の数字は分母、上の数字は——
- 「——矢の如(ごと)し」は時のたつのが早いこと
- アサガオのは軍配みたいな形です
- 若芽を摘んで食べることもある菊の仲間
- 善しあし 政策の——を論ずる

- 「1月号クイズ当選者」**
当選おめでとうございます。
- ★山口 勝さん 出水上鯖渚
 - ★二階堂ムツミさん 出水上知識町
 - ★前田 直美さん 出水上黄金町
 - ★堤田 照子さん 出水上高尾野町
 - ★鳥飼 泉美さん 出水上高尾野町江内
 - ★西ケイ子さん 出水上野田町
 - ★富永有為子さん 阿久根市赤瀬川
 - ★中尾 千恵さん 阿久根市脇本
 - ★林 英里佳さん 長島町山門野
 - ★山下 充さん 長島町平尾
- ☆応募数：百四十二通
答えは「ホシガキ」でした。

あとながき

最近、毎日ではないですが、朝ご飯を食べるようになりました。ある日、数年前に旅行で行った旅館の朝食で、ご飯とみそ汁、納豆、焼き魚といたってシンプルなものだったのですが、とてもおいしかったのを思い出したのがきっかけでした。

慣れないうちは、胃がもたれたような気分の悪い日が続きましたが、慣れてくると身体が温まるし、体重はちょっぴり減ると良いことが起き始めました。朝ご飯を食べない方々には、おすすめですよ。(聡)

クイズ・おたより・投稿等の応募方法と送り先

下のハガキの記入例を参考に、どしどしご応募ください。また、Eメールでも受け付けています。

Eメール：izm-kikaku02@ks-ja.or.jp

（しめきり）平成23年3月31日消印有効
（当選発表）平成23年5月号
（クイズ賞品）正解者の中から抽選で10名様にAコープ商品券をプレゼントします。

記入例（クイズ）

答 ○A ○B ○C ○D ○E

郵便番号・住所・氏名・年齢・職業・電話番号

本紙への感想や要望、JAに対する意見などをお書きください。

送り先
出水上高尾野町
下水流890番地
JA鹿兒島いずみ
企画広報課 宛

Wai Wai おしゃべり 読者コーナー

皆さまから寄せられたご意見・メッセージ・イラストなどをご紹介します。

☑ 昨年は渋柿が不作で、大変苦労しました。スーパーにもなかなかおらず、しかも高値で…。でも、お正月には欠かせない一品！数は少ないけど立派に出来上がりしましたよ。

（出水上中央町 黒川豊子さん）

☺ 黒川さんの干し柿が、立派に出来上がってよかったです。いつもお正月に準備していたものが、急に手に入らないと困りますね。でも、それだけありがたいさも感じられますね。

☑ 昨秋は、なぜか柿の木に実がついているのをほとんど見ませんでした。花は咲いていたようですが、実

出水上市明神町 餅井 桃子さん

☑ 干し柿、大好きです。わたしの実家、熊本では正月のお供え餅にも干し柿を飾り、元日の朝もおせちやおとそや雑煮で祝い、最後に干し柿を食べます。干し柿から奇数の種が出たときは、今年も良い年になると

☑ 干し柿、大好きです。わたしの実家、熊本では正月のお供え餅にも干し柿を飾り、元日の朝もおせちやおとそや雑煮で祝い、最後に干し柿を食べます。干し柿から奇数の種が出たときは、今年も良い年になると

出水上市高尾野町 下八尻 怜香さん

長島町山門野 宮ノ原 葵憂哩さん

☑ この前、初めて干し柿を食べました。思っていたよりも、おいしくてびっくりしました！

（出水上郡長島町鷹巣 東條晃志さん）

☺ 生だど洗って食べられないのに、干し柿にするととってもおいしいですよ。干し柿を渋柿から作ると知らず、初めて知ったときは驚きました。

出水上市五万石町 吉田 汐季さん

長島町鷹巣 入口 逸美さん

☑ 今年、埼玉から出水に引っ越してきて『ほほえみ』でずいぶん色々なことを知りました。野菜作りも一年生ですが、農作業メモ・家庭菜園のページを参考にしています。

（出水上武本 萩原美都子さん）

☺ 萩原さんの畑に、おいしい野菜がたくさん出来ますように。また、管内には様々な楽しいイベントがありますので、ぜひお出かけしてみてください。

長島町鷹巣 江良 佳苗さん

が落ちてしまったようです。例年、軒先につるしていた渋柿がなく、落ちかかない年の瀬でした。お飾り用の渋柿は、お店で買ってお供えしました。クイズを解きながら、改めて思い出しました。

（出水上下鯖町 池田亮子さん）

☺ 昨年は、柿の木になる姿をわたしもあまり見かけませんでした。今年は、昨年の分まで豊作で軒下にずらりとつるせたら良いですね。

喜んだものです。

（阿久根市折口 三浦京子さん）

☺ わたしの母の実家も熊本で、元日の朝は三浦さんと同じように干し柿の種の数を数えていました。ひとつめが、偶数だと奇数の種が出るまで何個も何個も食べていたの思い出します。

ちいさな写真館

撮影 出水上市住吉町 住吉逸男さん

すいせんウォーク

長崎鼻灯台でいただける、蒸かしじゃがいもをまた食べたくて、今年もすいせんウォークに参加しました。あの感動的なおしさは、歩かないと得られません。

平成22年度 JAアグリキッズスクールでもちの苗植えと餅つきに挑戦!

第4回



どの花にしようかな?

とう J A は 1 月 22 日、第4回目のアグリキッズスクールを開き、45人の生徒が参加しました。

当日は、JA育苗施設アグリセンターで、ヴィオラやパンジーなど花の苗植えを行いました。生徒は、花の管理について担当職員から説明を聞いた後、お土産用の小さなプランターに自分たちの好きな花の苗を3つずつ選び、丁寧に植え付けを行いました。



優しく植えてね



上手に植え付けできました!



力強く振りかぶって...



お餅、べったんべったん



がんばれ!がんばれ!



海苔巻、おいしい!!



つきたては柔らかいね



じゃがいももおいしかったよ!



次に、本所で杵と臼を使った昔ながらの餅つきに挑戦し、出来たての柔らかい餅を女性部が準備した温かいぜんざいや海苔巻にして味わいました。



★第4期生が卒業★

JA鹿児島いづみアグリキッズスクール卒業式



卒業生代表の 出村陽美さん
卒業生と スタッフの皆さん

その後、第4期生の卒業式を行い、生徒や保護者約70人が出席しました。



卒業証書の授与 大野美吹さん



皆勤賞の授与 濱上真輝くん

式では、卒業生全員の名前が呼ばれたあと代表として大野美吹さんが、一度も休まなかった24人を代表して

濱上真輝くんが、卒業証書と皆勤賞の賞状をそれぞれ内村正男校長先生から受け取りました。また、卒業生代表では6年生の出村陽美さんが「JA青年部や女性部、職員のみなさんから食べ物や農業の大切さを学ばせてもらいました」とあいさつすると、見学に来た保護者や生徒から盛大な拍手が送られていました。

タケノコは、竹の地下茎から出てくる芽にあたります。タケノコの成長はとても速く一日で一メートル以上伸びることもあります。

主に食用とするタケノコは、孟宗竹という品種で皮の黒い斑点と粗毛が特徴です。また、タケノコにはうつ病・痴呆症・パーキンソン病の予防と回復に効果があるといわれる、チロシンというアミノ酸が大量に含まれています。

新鮮でアクが少ないものは、ゆがいてお刺身に、また、ご飯と炊き込むと春の香りとともに召し上がれます。



3月
今月の表紙
爽やかな風を奏でる竹林

