



# ほほえみ

No 333

JA鹿児島いずみ



ホームページ  
<http://www.ks-ja.or.jp/izumi/>



facebook



LINE



新しい夢 **どんだん**

育てよう明日を

JAグループ鹿児島



# ほほえみ



波留 楓樹くん(6) 華佳ちゃん(4)

ご両親：出水市高尾野町の波留大樹さん、幸さん

12月号  
もくじ

## 【特集】

### 農を訪ねて

生産・肥育一貫農家 松元 昭継さん  
三笠事業所管内 …………… 6

### 協同組合特集

にじいろメリークリスマス2019 …………… 8

地域×JA いづるくんNEWS …………… 3

食を育むおいしいページ …………… 10

みんなのページ …………… 12

農作業, 農ライフ!! …………… 14

### JAインフォメーション

人間ドック受診案内 ほか …………… 16

おしゃべり読者コーナー …………… 18

頭の体操クロスワード・クイズ当選者発表 …………… 19

自己改革取組レポート Vol.21 ほか …………… 20

## Q.12月はクリスマスがやってくるね★

楓 樹 くん プレゼントが楽しみ♪

華 佳 ちゃん サンタさんにおまごとセットを頼んだよ♪

## Q.お母さんがつくるごはんは、なにがすき？

楓 樹 くん やきそばとチキン南蛮!

華 佳 ちゃん シチュー!!

## Q.大きくなったら何になりたい？

楓 樹 くん ポケモンマスター!!

華 佳 ちゃん プリンセス♥





### グランドチャンピオンに林 信一さん 鹿児島黒牛産地宣伝販売会



グランドチャンピオンに輝いた⑤林信一さんと⑥JA三原仁常務



林さんの出品枝肉

10月17日、曾於市末吉町で第31回秋の鹿児島黒牛産地宣伝販売会が行われ、肥育牛生産者の(同)林ファーム・林信一さん(米ノ津)が2年連続でグランドチャンピオンに輝きました。

会には、県内から70頭、当JAからは18頭を出品した結果、5人の出荷者が上位入賞し、いずみの黒毛和牛の圧倒的な品質の良さをアピールしました。

なお、其他受賞者は次の通りです。

〈敬称略〉

最優秀3席	松岡 誠二	出 水
最優秀5席	新穂 正広	高尾野
最優秀7席	(株)中屋畜産	江 内
最優秀9席	坂之下 宗光	東



初掘りタケノコを確認する生産者

### “超”早掘りタケノコ初出荷

JA鹿児島いずみ管内では温暖な気候を利用し生産する「超早掘りタケノコ」の出荷が10月23日に始まりました。初日は、生産者7人が約20<sup>㍉</sup>を掘り取り、即日空輸しました。

JA筍部会松崎光夫副会長は、箱詰めされるタケノコの出来を確認しながら今年の作柄について「今年は表年となり、高品質、収量増を見込んでいます。徹底した肥培管理に努め、安定出荷に努めたいです」と期待を込めて話しました。

早掘りタケノコは、アクが少なくえぐみがないことと、風味・歯ごたえの良さから高級料亭などで人気が高く、例年高値で取引されています。

同JA筍部会は、約200人の生産者が340<sup>㍉</sup>の竹林を栽培管理しており、来年4月までの出荷量として約50<sup>㍉</sup>を見込んでいます。



掘りたての“超”早掘りタケノコ



## 種子バレイショを船便で北海道から直送

JAは11月7日、出水市米ノ津港で「かごしまブランド」に指定されている長島地区赤土バレイショ種子の荷揚げ作業を行いました。

これは、青果用バレイショ種子にかかる経費コストの削減を図ろうと、北海道（JAそらち南産）から船便で直送されたものです。

当日の荷揚げ作業では、作業時間の短縮を図るため20kgの紙袋が40袋入るフレキシブルコンテナを使い「ニシユタカ」の種子バレイショ1万5千袋、300トンを大型クレーン車で次々と荷揚げしました。

また、荷揚げ作業の途中では、何度も袋の中の種子バレイショを取り出して検査を行い大きさや品質状態をチェックしました。



品質チェックをするJA担当職員ら

なお、荷揚げされた種子はチャーターしたトラックで長島地区へ搬送し、およそ800戸の生産者に配布。早場地区では11月下旬から春バレイショの植え付けが始まっています。



次々と荷揚げされる種子バレイショ

みなさん  
3連覇した川床GGクラブ月組の



## 川床クラブ3連覇！ 年金友の会グラウンドゴルフ県大会

11月7日、鹿児島ふれあいスポーツランドで第23回鹿児島県農協利用者年金友の会グラウンドゴルフ大会が開かれ、JA鹿児島いずみ川床GGクラブ月組が昨年に引き続き3連覇を果たしました。大会では県内各地の予選を勝ち抜いた13JA60チームが参加し、当JAからは6チーム出場。強豪揃いのチームと熱い激戦を繰り広げる中、見事上位入賞となりました。なお、個人の部の主な入賞者は以下のとおりです。

（敬称略）

第5位	福寄 勝行	川床GGクラブ月組
第8位	内木場 義友	高尾野チェリース
第10位	阿多 博直	川床GGクラブ月組

飼育部会によるあじき



## 肥育牛農家の経営発展を目指して

JAは10月31日、本所で令和元年度肥育牛部会全体研修会を開きました。

部会員やJA関係者など約80人が出席し、県経済連による情勢報告やJA全農ミートフーズ(株)営業部南九州営業所福澤良治所長による「食肉流通情勢について」と題した講演が行われました。

この研修会を通じ部会では、飼料価格の高止まりや資材等の高騰など厳しい経営環境の中、飼育管理や防疫対策をより強化して、肥育牛農家の経営安定を図るとともに、安心・安全で質の高い肉牛づくりに努める方針です。



ナイスショットが連続したゴルフ大会



### 秋晴れのもと はつらつとプレーしたゴルフ大会

JAは10月23日と24日の2日間、出水市内のゴルフ場で「第22回JA鹿児島いずみゴルフ大会」を開き、組合員や地域住民など310人が参加しました。これは、組合員や地域住民の親睦とJAの理解を深めてもらおうと毎年実施しているものです。

〈敬称略〉

当日は、さわやかな秋晴れのもと、参加者らは交流を深め、楽しくプレーを行いました。

なお、成績は表の通りです。

総合優勝	建山 初喜
準優勝	牛之濱 康成
3位	田中 清文
女性の部優勝	鮫島 裕子
グランドシニア優勝	牛之濱 康成
ベストグロス	田中 清文

白石選手を囲むご家族や関係者の皆さん



### 白石黄良々選手を華鶴和牛で激励!

JAは、2019世界陸上選手権大会4×100mリレーに第2走者として出場し、銅メダルを獲得した白石黄良々選手（出水市出身）に華鶴和牛を贈りました。

10月16日に、白石選手が出水市役所を訪問。出水市椎木伸一市長が白石選手の活躍に対し、特別表彰（ふるさと功労）を行いました。JAからは三原仁常務が華鶴和牛の目録を手渡し、「白石選手の地元で育ったおいしい和牛を食べて、今後の更なるご活躍を祈っています」と激励しました。

### 名物！JA鹿児島いずみ植木市開園



威勢の良い掛け声で、活気付いた植木市

JAは11月7日、出水市高尾野町のJA本所近くの河川敷で今シーズンの植木市の開催セレモニーを行いました。はじめに、高尾野植木振興会の塚元哲郎会長とJA園芸農産事業部の川邊辰実部長が今後の植木市の発展を祈念してあいさつ。塚元会長は「植木農家が真心込めて育てた植木を皆さまの暮らしに役立てて欲しい」と話していました。

会場には、キンモクセイやヤマボウシなどの季節の樹木が約300点ならび、県内外から来場した購買者は、旗切人の威勢の良い掛け声とともに、市価よりも安い価格で目当ての品をセリ落としていました。

●令和元年度 高尾野植木市開催日 ※午前9:30より開市

令和元年		令和2年				
11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月
7日	7日	-	7日	7日	7日	7日 <b>最終</b>
17日	17日	17日	17日	17日	17日	-
27日	-	27日	27日	27日	27日	-

●開催時間 【受付】午前8時～  
【セリ開始】午前9時30分～11時30分  
(終了時刻が早まる場合がございます)

◎なお、出水植木組合主催の植木市は10月2日から5月まで、毎月2の付く日に開催されます。

【植木講習会】毎月7日は植木講習会が開催されます。  
(午前9時10分～)

植木の管理・剪定方法などの専門的な知識をわかりやすく講習します。お気軽にご参加ください!

●開催場所 JA鹿児島いずみ本所近く河川敷  
(出水市高尾野町下水流890番地)

●お問い合わせ

JA鹿児島いずみ 園芸農産事業部 販売経理課 TEL64-2631  
高尾野植木市場 TEL82-0700 ※植木市前日・当日のみ

受付時間 前日(8:00～17:00)  
当日(8:00～11:30)

消費者に喜ばれる  
肉質づくりを目指して



# 農を訪ねて

生産・肥育一貫農家 松元 昭継さん

三笠事業所管内

早期退職、そして就農

平成14年、松元さんは長年勤めていた会社を退職し地元脇本に戻り就農しました。松元さんは一家の長男であることから、将来的に実家の農業を継ぐことは胸に決めていました。そのため、父の哲雄さんが現役でいるうちに農業経営を学ぼうと思いい、早期退職に至りました。

幼いころから農業の手伝いをしていたとはいえ、実際に経営を伴う農業は覚えることがたくさん。

特に子牛の出産では、1頭1頭ごとに異なる様々なパターンの処置を、哲雄さんから教わりながら数を経験していきました。

「就農してから楽しいと思えるようになったのは、自分が出産に立ち会った子牛がすくすくと育ち、初乳が飲めるようになった頃ですね。心からほっとし、自信につながったことを今でも思い出します」と、松元さんはしみじみと思いを語ります。現在は、妻の三津子さんと夫婦二人三脚で、牛に畑に田んぼにと精を出す日々を送っています。

これまでの思いと  
これからの目標

一貫経営であるため、松元さんの畜舎ではほとんどの牛を子牛から成牛まで飼養します。初めて子牛から育て、肉牛として出荷した時、松元さんはいろいろな想いがこみあげて涙が溢れました。すると、牛も大きな丸い瞳から涙を流して見つめ返していたそうです。



松元さんの愛情を受けて育つ牛たち

この時松元さんは、「誰かがおいしく食べてくれたら、それがこの牛にとつての幸せだ。牛のためにも消費者から『おいしい』と評価を得られる肉牛づくりに励まなければ!」と意思を固めました。それから、餌づくりにこだわり、出荷・品質チェック、配合バランスの改良を繰り返しました。「現在の餌配合は、おおむね良好です」と松元さんは、たつぷりの餌を牛たちに食べさせながらほほえみます。

現在、新たな目標を見出している松元さん。「県の枝肉共励会やその他の大会で上位入賞を目指したいです。プロから認められるいい肉質づくりに向けて、日々妻とともに励みたいです」と意気込みます。

### 消費者の皆様へ

12月。年末年始がやってきます。「1年の締めくくり、新しい年の始まりに、私たち生産者が愛情たっぷり大切に育てた鹿児島黒牛・華鶴和牛を、ご家族の皆さんそろって食べてほしいです。地元産和牛で、心身ともに健やかで、皆様にとって豊かな一年になることを願っています。」と松元さんはいずみ産の黒毛和牛をアピールします。  
皆様ぜひ年末年始はお肉をたくさん食べましょう!



### Profile



松元 昭継さん(62)  
三笠事業所管内

#### 【略歴】

昭和31年 生まれ  
昭和62年 結婚  
平成14年 就農

#### 【経営品目】

・生産牛  
・肥育牛  
・水稻

のんびりと夫婦仲良くゆとりある生活を送っていますか?  
元気である限り牛飼いを  
続けてほしい!



10年後の自分へ

# クリスマス

## 2019



### クリスマス！

—はお決まりですか？  
 ・長島町管内の各協同組合の  
 でおいしい、しかも豪華で  
 メニューをご紹介します！  
 かで素敵なクリスマスを  
 ください♪



東町漁業協同組合(株)JFA

〒899-1403 鹿児島県出水郡長島町諸浦1232-1  
 TEL0996-64-5770 FAX0996-64-5771  
<http://nagashimatairiku.com>



長島大陸市場食堂

〒899-1403 鹿児島県出水郡長島町諸浦1285  
 TEL0996-86-0780  
<https://nagashimatairiku.com/restaurant/>



ごはんやパスタと  
 混ぜても  
 おいしいよ！



ふりお  
 東町漁業協同組合  
 キャラクター

## ブリシチュー

### ■材料 (3~4人分)

ブリ切り身 ..... 300g  
 塩コショウ ..... 少々  
 料理酒 ..... 少々  
 片栗粉 ..... 適量  
 にんじん ..... 1/3個  
 ジャガイモ ..... 2個  
 玉ねぎ ..... 1玉  
 ブロッコリー ..... 1/3株  
 ★牛乳(豆乳) ..... 200ml  
 ★コンソメ顆粒 ..... 大さじ2  
 シチューの素 ..... 1箱  
 サラダ油 ..... 適量

### ★point★

ブリの煮崩れに注意してください♪

### ■作り方

- ①ブリを食べやすい大きさにカットし、酒と塩コショウをふりかけ、片栗粉をまぶしておく。
- ②にんじんとジャガイモ、玉ねぎは食べやすい大きさにカットする。
- ③熱したフライパンに油をひいて、①のブリを焦がさないように火を通し、お皿にあげておく。
- ④ブリをあげたフライパンのままで、ニンジンとジャガイモ、玉ねぎを炒める。
- ⑤④の野菜がしんなりしてきたら、★を入れて軽く煮てから、③のブリとブロッコリーを入れる。
- ⑥全体的にとろみが出てきたら、シチューの素を入れて出来上がり。



口の中が  
 鶏肉のうまみで  
 いっぱい★

赤鶏さつま  
 鹿児島県  
 園芸農産部  
 キャラクター



## まるごとチキンライス

### ■材料 (3~4人分)

鶏もも肉(むね肉でも可) ..... 2枚  
 ★おろしにんにく ..... 小さじ1  
 ★塩コショウ ..... 少々  
 ★料理酒 ..... 小さじ1  
 玉ねぎ ..... 1玉  
 ごはん ..... 2合  
 ケチャップ ..... 適量  
 コンソメ ..... 適量

### ★point★

チキンライスはソテーした後の鶏の肉汁で炒めるため、ソテーを焦がさないように注意しましょう。

### ■作り方

- ①鶏肉半身を1口サイズにカットし、半身と1枚はソテー用に切り分ける。
- ②ソテー用の肉に★をすり込んでおく。
- ③②をフライパンで焼く(皮に焼き目をつけてから、蒸し焼きにするとふくらみジューシーに)。
- ④焼きあがったソテーを取り出したフライパンでみじん切りにした玉ねぎを炒める。しんなりしてきたら、ご飯を入れて少し炒める。
- ⑤④にコンソメとケチャップを入れて全体にまんべんなく赤色が付いたら火を止める。
- ⑥お皿にチキンライスとソテーを盛り付けて完成♪



JA鹿児島いずみ

園芸農産事業部 営業課

〒899-0405 鹿児島県出水市高尾野町下水流890  
 TEL0996-64-2631  
<http://www.ja-izumi.shop/>







## こびとサラダ

かわいくて  
食べるのが  
もったいないね!



いづるくん  
JA鹿児島県いすみ  
マスコットの  
キャラクター

### ■材料 (3~4人分)

じゃがいも ..... 1玉  
ミニトマト ..... 4玉  
キュウリ ..... 1/2本  
★塩 ..... 少々  
★コショウ ..... 少々  
★顆粒コンソメ ..... 小さじ2  
★マヨネーズ ..... 大さじ5

### ■作り方

- ①ふかしたじゃがいもに★の調味料を混ぜ合わせポテトサラダを作る。
- ②キュウリは縦に薄くスライスする
- ③半分に切ったミニトマトにポテトをはさみ、黒ゴマやミニトマトの切れ端で顔を作る。
- ④キュウリをソリにし、こびとサラダを並べて完成♪

### ★point★

ポテトは、まるくこねてからミニトマトに挟むとキレイに見えます♪



# にじし メリーク

## メリーク

クリスマスのメニュー  
今年も、出水市・阿久根市  
特産品を活用した簡単  
クリスマスにピッタリな  
地域の食材で、華や  
お楽しみ



## 栄養ギュ牛と 蒸し野菜

栄養をまるごと  
食べられて、見た目も  
クリスマスらしくて  
楽しい!



いづるくん  
JA鹿児島県いすみ  
マスコットの  
キャラクター

### ■材料 (3~4人分)

牛肉スライス ..... 200g  
塩コショウ ..... 少々  
ミニトマト ..... 4個  
ブロッコリー (生) ..... 1/4株  
じゃがいも ..... 1個  
【ソース】  
★酒 ..... 大さじ1  
★しょうゆ ..... 大さじ1  
★みりん ..... 大さじ1  
★おろしにんにく ..... 小さじ1  
★おろししょうが ..... 小さじ1  
★黒コショウ ..... 少々

### ■作り方

- ①肉は常温に戻し、両面に塩コショウを振っておく。
- ②ブロッコリーは食べやすい大きさに、じゃがいもは皮つきのまま5mm幅の輪切りにする。
- ③ミニトマトとブロッコリーを肉で巻く。
- ④フライパンにスライスしたじゃがいもを並べ、その上に③を立てるようにしておく。
- ⑤弱火~中火の火加減を見ながら火を入れる。
- ⑥牛肉の色が変わってきたらお皿に取り出し出来上がり♪

### 【ソース】

★を混ぜ合わせ、軽く煮立たせる。

### ★point★

野菜の水分で蒸されますが、じゃがいもが焦げそうになったら、少し水を足しましょう。



### ●商品のお問い合わせ

マルイ農業協同組合

マルイ食品株式会社 鶏肉企画販売課

〒899-0502 鹿児島県出水市野田町下名1671

TEL0996-84-2983 FAX0996-84-2558

<http://www.marui.or.jp>



赤鶏農業協同組合

〒899-0502 鹿児島県出水市野田町下名91

TEL0996-84-2022 FAX0996-84-2190

<http://www.akadori.co.jp>





農産物直売所 JA女性部の店

# より道いずみ

ひらたけのご紹介



担当者おすすめ♪

## 《ひらたけの和風カレー鍋》

- ①ひらたけを食べやすい大きさに割く。
- ②お好みの野菜や具材を準備する（キャベツとうすあげがおススメ）。
- ③お鍋に水1.5ℓと白だし50mlを入れ、沸騰させてからカレールウを入れて味を調える。
- ④具材を入れて出来上がり！

寒い冬、お鍋がおいしい季節になりますね！

今回は、お鍋に抜群☆JA鹿児島いずみがお届けする絶品きのこ“ひらたけ”をご紹介します！！

「JA鹿児島いずみ さつまクイン茸」として販売しているひらたけは、その見た目の通り、カサが平たいことからひらたけと呼ばれています。味に癖がなく、肉質は柔らかく、歯切れが良いきのこので、鍋物やてんぷらにして食べると最高です。阿久根市にあるJAヒラタケセンターで9～2月の期間栽培しています。JA担当者は、「今が旬のひらたけをたくさんの人に堪能していただきたいです」と自信たっぷりにおススメします。

農産物直売所では、新鮮なひらたけが皆様のお越しをお待ちしています！“食卓の新定番”！JA鹿児島いずみのひらたけで、食卓に彩りを加えてみてはいかがでしょうか？



農産物直売所 JA女性部の店「より道いずみ」 出水市高尾野町下水流890 営業時間 8:30～17:00 Tel.64-2660

私の食育日記

## 旬を楽しむ季節風呂

タレント・食生活アドバイザー●岡村麻純

春夏秋冬の四季があり、季節ごとにおいしい食の旬があるのは、日本の魅力的なところ。そしてもう一つ日本といえばお風呂。私は温泉が大好きで温泉ソムリエという資格を取得し、温泉の楽しみ方を広めていく活動もしています。

四季を大切にすることは、お風呂でも四季を楽しみます。有名なのが冬至に入るゆず湯。お風呂にユズを浮かべてとってもいい香り。子どもたちも大はしゃぎです。ゆず湯に入ると風邪をひかないと言い伝えられています。これはユズに含まれるリモネンがリラックス効果とともに血行を促進する効果があるとされ、体を温め、冷えを防いでくれることからいわれています。

ゆず湯の始まりは、ユズが旬である冬の「冬至」と「湯治」を掛け合わせたという説もあって、日本人の旬を大切にしている文化がうかがえます。この冬至にゆず湯に入るという習慣は江戸時代ごろから始まったようですが、季節の旬の植物をお風呂に入れるという習慣は

さらに昔からあったといわれています。

今でも、ゆず湯の他に、端午の節句のしょうぶ湯も有名です。他にも月ごとに季節風呂というものがあります。寒い2月は、干したダイコンの葉を入れる大根湯。干したダイコンの葉には、塩化物や硫化イオンが含まれ、まるで温泉のようです。わが家では冬に喉がイガイガして風邪の気配があると、ダイコンに蜂蜜を入れてしばらく置いた物をお湯で溶いて飲んでいました。旬の野菜には中からも外からも体を元気にしてくれる力があるのですね。

季節風呂には他にも1月の松湯、10月にはしょうが湯、11月はみかん湯などがあります。冬は体を温める効果がある物、夏は発汗を抑える物と、その時期の体調に合わせた内容になっているのもすごいところ。

最近では1年中食べられる野菜も増えてきましたが、旬を大切にし、四季を感じる力だけは、子どもたちにも養ってもらいたいと思います。





# シェフ永井の おすすめ

永井 智一 (ながい・ともかず)  
茨城県笠間市にある「キッチン晴人 (ハレジン)」  
オーナーシェフ

## マグロの揚げたたき



### 【材料】(2人分)

- マグロ (さくで) ..... 150g
- 付け合わせ野菜各種..... お好みで
- レモン..... 1/8個
- おろしポン酢だれ..... 大さじ2  
(大根おろしにポン酢を掛けた物)
- 揚げ油..... 適宜
- 小麦粉..... 適宜
- 塩..... 小さじ1

### 【作り方】

- (1) マグロのさくに塩をすり込み30分ほど置き、水気をしっかりと拭き取る。
- (2) (1)のマグロに小麦粉を付け軽くたたく。
- (3) 揚げ油を185度に熱し、(2)を周りがかつね色になるまで揚げる(60~90秒ほど)。
- (4) 揚げた(3)の油をペーパータオルで拭き、切り出す。付け合わせの野菜、器に入れたおろしポン酢、レモンを添えて出来上がり。

# こんにちは! 営業課です!

JA鹿児島いずみを  
まるごとお届け!



発信日  
1.12.1  
vol.10

## 冬のおすすめ 【季節限定】

内容(一部)

・大将季 5,500円 / 3kg

クリスマスプレゼントやお歳暮など  
大切な人への贈り物にいかがでしょうか?

大切なあの人に、自分へのご褒美に...  
オンラインショップ販売



JA鹿児島いずみオンラインショップ  
<http://www.ja-izumi.shop/product-list>



だいまさき  
大将季とは...

始まりは平成9年。阿久根市の大野孝一さんの園地で不知火の枝変わりにより発見された大将季。増殖育成に成功し、大野さんの「大」と息子の「将季」さんの名前をとって「大将季」として、平成18年に品種登録されました。それ以来、鹿児島県のオリジナル品種として扱われていましたが、令和元年5月、「かごしまブランド団体」として認定され、これからは「かごしまの大将季」として、全国各地にお届けしていきます。



【お問い合わせ】

園芸農産事業部 営業課

TEL : 0996-64-2631 ・ 0120-212-631 (通販専用ダイヤル)

FAX : 0120-322-631



いつもありがとう!!

も	さ	か	い	早	大	カ	ト	休	あ	あ	い	し	は			
が	ん	ら	に	く	ま	お	い	に	み	そ	ん	つ	ご	こ	ぼ	
ん	た	大	お	い	と	を	キ	ゲ	の	べ	ま	も	と	う	く	
ば	べ	ご	き	と	で	う	し	ホ	い	時	り	い	を	じ	の	
り	て	は	く	う	す	さ	て	ム	は	い	い	そ	し	け	お	
た	う	ん	な	さ	ん	く	ル	を	け	が	て	ん	と			
い	ん	を	り	ん	ぼ	け	れ	や	し	い	ど	し	い	ば	う	
で	ど	た	た	み	く	体	ま	さ	た	ア	く	ま	の	さ		
す	う	く	い	た	も	が	す	ツ	り	し	お	に	て	す	お	ん

【作 文】 出水市立下水流小学校二年  
【お父さん】 福永壮史朗くん  
和哉さん



ほほえみさん

中原 さき 沙希さん (23歳) 出水市

◆職業は？  
保育士として働き4年目になります。かわいい子どもたちに囲まれ、また、優しい先輩方のご指導のもと毎日楽しくお仕事をさせていただいています。

◆今後の目標は？  
スポーツが好きです！特に力を入れている卓球では、9月の県大会で出水の代表選手となり、団体で2位入賞しました。また、クラブチームの子どもたち(幼・小・中)の練習相手もしています。たくさん子どもたちに卓球に興味を持ってもらえたらうれしいです。

# うちのアイドル



【ご両親】園田樹生くん(4歳)・将生くん(2歳)  
園田樹生くん(4歳)・将生くん(2歳)  
園田悟士さん、智子さん

2人兄弟でケンカも多いけど、いつも仲良く遊んでいます。これからもたくましく育ててね！

# もじよかペット



三三(♀)

飼い主 阿久根市鶴川内の横手克美さん

ファックス電話がベッド代わりでお気に入りです♪

# ★ みんなのページ ★



## 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もじよかペットへの写真を募集しています。下記の応募要領でぜひ応募ください。(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。

### ▶ 応募先住所

〒899-0405  
出水市高尾野町下水流890  
J A鹿児島いすみ 企画広報課宛  
E-mail : izm-kikaku02@ks-ja.or.jp



## 恋kiダンシング

Q1.どんなチーム  
ですか？

3歳から大人までの40人ほどが所属し、イベント出演に向けてジャズやよさこいを中心にいろいろなジャンルのダンスを幅広く練習しています。皆さんに喜んでいただけるような表現力のあるダンスを心がけています。

Q2.監督から  
メッセージ

これからも、いろいろな方に喜んでいただけるダンスを目指して、がんばりまっしょい!!

# 👨👩👧👦 家族の健康 🍷

健康科学アドバイザー ● 福田千晶

## 飲酒も生涯現役を目指すなら

これからの季節は飲酒の機会も増えそうです。アルコールは適量ならリラックスでき、楽しい気持ちになり、会話が弾むなどのメリットがあります。しかし、飲み過ぎが健康の害になることを忘れてはいけません。アルコールは、高尿酸血症や痛風、肝機能障害、脂質異常症、糖尿病、膵(すい)炎、食道がん、肝臓がん、咽頭・喉頭がんなど病気のリスクが高くなります。飲酒すると夜中に目覚める睡眠障害、翌日の眠気などにもつながります。

多量飲酒を長年続けていると、脳への影響もあり認知症になりやすく、さらに歩行障害などの運動障害を生じることもあります。酔うと暴力的になったり、気が大きくなったり、人格が変わってしまったり、性的な衝動が抑えられなくなったり、社会的な問題の心配もあります。

ビール中瓶1本分のアルコールを体内で分解するのに、個人差や体調にもよりますが、男性なら2・2時間、女性なら3時間ほどかかります。寝る前に中瓶3本も飲んでしまうと、翌朝までアルコールが残る可能性があります。その状態で自家用車やトラクターを運転すると、飲酒運転になります。いろいろな意味でアルコールとの付き合い方は注意が必要なのです。

1日の適量としては、ビールなら中瓶1本、大目に見ても男性で大瓶1本。女性はアルコールの分解に男性より時間がかかることもあり、中瓶1本までです。日本酒なら1合、ウイスキーならダブルの水割り1杯までが目安です。1日にその2倍、2合またはビール中瓶2本以上飲むと、健康障害が起こりやすくなるので適量を守りましょう。

料理などを食べながら飲んだり、途中で水やお茶を飲みながら遅めのペースで飲んで、飲酒量を抑えるのも良い方法です。何軒ものしご酒、長時間の飲酒は量が増えるので避けたいことです。休肝日も週2日確保したいことです。何歳までも、飲酒を楽しみたい人は、少量を心掛け、高齢になってまでも飲酒を楽しめることを目指してはいかがでしょうか。



**果樹** 収穫後の管理

園芸農産事業部  
果実課

道上 耕平



ため丁寧に散布する必要があります。防除については下表を参考にしてください。

散布時期	農薬名	倍数
収穫後～1月中旬	冬季マシン油 95%	40 倍
2月中旬～3月上旬	ハーベストオイル	60 倍

※極寒気を避け、暖かい日を選んで散布する。(1回散布)  
※ボルドー液の散布は2週間以上間隔をあげましょう。

**樹勢回復**

チッソ主体の液肥を収穫後に出来るだけ早く、暖かい日の午前中に3回程度散布して、1年間果実を生産して疲れた樹の回復を図ります。特に、着果負担をかけた園地については、葉色が回復するまで散布回数を増やし樹勢回復を図ります。

資材名	倍数	成分量(チッソ・リン酸・カリ)
尿素	500 倍	チッソ 46%
メリット特青	500 倍	チッソ 15%・リン酸 3%・カリ 3%
たわわ80号	1,000 倍	チッソ 6%・リン酸 3%・カリ 3%

**間伐(縮伐)・整枝・せん定**

密植は作業性が悪く、楽に仕事できません。樹と樹の枝先が重なりあって人が通りにくい園地は、せん定をする前に間伐を最優先します。間伐を行うと、果実品質・作業効率が向上し多面的に効果があります。永久樹を決めて計画的に間伐(縮伐)を行います。

**越冬害虫の防除**

カイガラムシ類やハダニ類は樹冠上部や幹、葉裏などに生息しています。虫体に直接かからないと効果が無い

**病害の耕種的防除**

かいよう病・そうか病に感染した葉や枝、枯枝の除去などの作業が、その年の病害発生に大きく影響しますので、耕種的防除に努めてください。

**土づくり**

有機物や完熟堆肥を施用し、微量要素を含めた養分供給や土壌の通気性などの改善を図り、根が活動できる環境を整えます。土壌改良として石灰資材を施用するなど、土づくりに努めます。



**園芸** 早掘タケノコの管理について

園芸農産事業部  
指導課

大田 昭浩



- ③早掘タケノコはノコギリを使って地下茎から切り離してください。(根部割れ防止のため)
- ④掘り取ったタケノコは土のかたまり等が無いように軽く土を落として出荷してください(その際、タケノコの産毛は落とさないように軽く土だけ落としてください)。
- ⑤掘り取りに邪魔な地下茎でも若い(黄色)地下茎は絶対切らないようにしましょう(地下茎には沢山の芽子が付いています)。

最後にタケノコ生産は、継続して管理作業を行う事が大切です。伐竹や施肥を適期に行い、3月上旬までの早掘タケノコの増産で収益向上に努めましょう。

**施肥管理**

「ニューさつまたけのこ」は長期間の肥料効果がある省力タイプの肥料ですが、厳寒期の肥効が鈍くなるという特性がありますので、「硫安」等の追肥を行い生産増量に努めましょう。

追肥時期	12月～2月上旬に毎月各1回ずつ
追肥量	10アール/20kg程度(分施しましょう。)
施用方法	全面施用(ばら撒ぎ)

タケノコの掘り取り穴を埋め戻す時に竹笹と硫安等を一握り(20グラム程度)一緒に投入して埋め戻し、腐植投入による地力アップに努めてください。

**掘り取り**

- 下記の点に注意して丁寧に掘り取りましょう。
- ①鍬傷をつけないように丁寧に掘り取りましょう。掘り取り鍬の角を少し潰すと鍬傷軽減になります。
- ②見つける時や掘り取り時に穂先(タケノコの先端)を切らないように注意しましょう。



# ベジタブルライフ

## シュンギク

～個性ある香りが魅力～

イラスト：小林裕美子

### シュンギクのプロフィール

- 【分類】キク科
- 【原産地】地中海沿岸
- 【おいしい時期(旬)】冬(10～3月ころ)
- 【主な栄養成分】β-カロテン、食物繊維、カリウム、葉酸など

解説：KAORU

### シュンギクの特徴

#### β-カロテン

強い抗酸化作用があり、免疫力アップや風邪予防、がん予防にも効果的。体内でビタミンAに変換され、髪や肌の健康維持、視力維持に働く

#### 食物繊維

腸内環境を整えて、脂肪の吸収を抑制する作用が期待できる

骨の強化と体の調整機能を維持!



カルシウムをはじめ、マグネシウム、リン、鉄分などのミネラルも豊富

#### ミネラル類

カリウムが豊富で、むくみの改善、高血圧に効果が期待できる。筋肉のけいれん予防にも効果的

#### 特有の香り

リモネンやα-ピネンなどが自律神経に作用し、リラクゼーション効果が期待できる。食欲増進、胃の活性化や保護、せき止めなどの作用があるといわれている

#### ビタミン類

貧血予防に効果的な葉酸、止血作用のあるビタミンKを含む

### 見分け方

葉や茎がピンと張っていて張りがある

葉が枯れて黄色味を帯びたものは避ける

葉が茎の下の方までたくさん付いている

やや細く短めの方が柔らかい

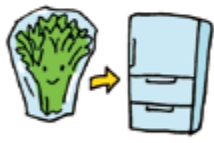
緑色が濃く、鮮やか

葉の切れ込み

浅く幅が広い  
苦味や香りが穏やか

深くシャープ  
特有の風味が強い

### 保存方法



#### 冷蔵保存

乾燥しないようぬれた新聞紙やペーパータオルで包み、保存袋などに入れて冷蔵庫へ

#### 立てて保存

寝かせておくと茎が曲がりやすく傷みやすい

#### 冷凍保存

塩を入れた熱湯でサッと硬めの下ゆでし、すぐに冷水に落としてから水気をよく切る。小分けしてラップに包んで冷凍庫へ

あえ物やおひたしなどは自然解凍のみそ汁など汁物は凍ったまま調理OK

風味が損なわれるため早めに使おう

### シュンギクのヒミツ

#### 名の由来

その名の通り菊の一種

一般的に菊の花は秋に咲くのに、春に花が咲くことから「春菊」と呼ばれるようになった

#### 原産地

トルコやギリシャなどの地中海沿岸

関西では菊菜とも!



欧米では観賞用として用いられ、中国で野菜として利用され始めたのが始まり

### 楽しみ方・食べ方のコツ

#### ゆで方

おひたしやあえ物にする場合、塩を加えて熱湯で下ゆで

強い根元を先に入れ、15秒ほどしてから葉を入れる

葉はさっと湯に通し、すぐにあげて冷水に耳すり水気を切る



#### サラダに……

葉が柔らかく鮮度が良いものを選び、茎から葉を摘み、葉の部分だけを使用。さっと熱湯を掛け、冷水にさらしてから使っても特有の香りが立って美味



#### ソースとして……

ゆでた後ミキサーにかけピューレ状にして魚料理に!



サラダをはじめ、パスタやグラタンなど洋風料理にも

あくが少ないうで下ゆでせずにおひたしや鍋物にそのまま使える



### シュンギクのいろいろ

#### 中葉種

東日本で主流の一般的なもの。葉の切れ込みが深く多数あり、香りは強め。関東では茎の根元を切って収穫するが、関西では根付きで収穫することが多い



#### 小葉種

葉が細めで、切れ込みが深い。現在あまり栽培されていない



#### サラダ用品種

生食向き。茎が細くて柔らかい食感、香りも優しくて食べやすい。サラダシュンギクなどとも呼ばれる

#### 大葉種

西日本で主流の葉の切れ込みが浅く、大きくてへらのように丸みがある。肉厚で柔らかい。香りはマイルドで癖のない味わい



スティックシュンギク

## 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 令和元年12月11日(水)  
 午前 10時～11時30分まで  
 高尾野3Kセンター会議室 ☎82-1131  
 午後 1時30分～3時まで  
 野田事業所会議室 ☎84-2411  
 相談員 森代武志社会保険労務士

## 役員会だより

※下記の協議事項はすべて原案通り承認決定されました。

第7回理事会（令和元年10月30日）

- 1) 半期ディスクロージャー誌
- 2) 貸付審査
- 3) 理事との契約

第6回監事会（令和元年10月30日）

- 1) 令和元年度上半期監査意見報告書
- 2) 令和元年度第2回無通告監査（案）

## JAローン 無料相談会実施中!

生活関連資金（住宅・車等）の無料相談会を、下記の日程で開催いたしますので、お気軽にご相談ください。

**日程** 令和元年12月1日・8日・15日・22日・29日

**※毎週日曜日 9時～12時まで**

**場所** JA鹿児島いずみ本所  
 （本所ATM側管理センター事務所内）

詳しくはTEL：0120-63-8510まで

## 人間ドック受診案内

〈JA厚生連より◆人間ドック受診案内〉

各事業所では、人間ドック受診者の募集を行っています。お申し込み等詳細については、最寄りのJAまたは本所生活燃料課（TEL64-2625）へお問い合わせください。

受診日	事業所名	コース	募集人員
2 / 5	東	一般	10人
2 / 5	東	女性	5人
2 / 7	阿久根	一般	10人
2 / 7	阿久根	女性	10人
2 / 7	三笠	一般	10人
2 / 7	三笠	女性	5人

## 令和2年度 職員を募集します!!

- 職種 総合職
- 募集人数 5名
- 職務内容 JAの事業（信用・共済・販売・購買・指導）に係る一般事務職・技術職・現業職・指導業務等
- 受験資格 高卒以上で令和2年3月卒業見込みの者、又は令和2年4月1日現在で満30歳までの者
- 勤務先 JA鹿児島いずみ管内（出水市・阿久根市・長島町）
- 受付期間 令和元年12月5日(木)～12月30日(月)まで（必着）
- 提出書類
  - (1) 履歴書（市販履歴書で可、写真貼付）……………1通
  - (2) 写真（履歴書貼付のものと同じもの）……………1枚
  - (3) 学業成績証明書（新規学卒者の場合のみ）…1通
  - (4) 卒業（見込）証明書 ………………1通
- 試験について
  - (1) 試験日：令和2年1月10日(金) 午前9時～
  - (2) 試験会場：JA鹿児島いずみ本所 営農支援センター
  - (3) 試験内容：一般常識・作文・面接

【お問い合わせ】

JA鹿児島いずみ 人事教育課 TEL0996-64-2601

## わたしたちのJA（10月末現在）

正組合員 ……………… 6,308人  
 准組合員 ……………… 10,771人  
 合計 ……………… 17,079人  
 出資総額 ……………… 34億9,610万3千円

## あぐね旬の朝市感謝祭

★とき：12月15日(日) 午前9時30分～12時

★ところ：Aコープ三笠店 駐車場にて

### 空くじなしのお楽しみ抽選会

旬の朝市でお買い上げ2,000円毎に1回引ける抽選会を開催します!

餅投げ  
11:30頃

三笠牛や海産物セットなど  
豪華景品を多数ご用意!!

皆さま、ご家族そろってぜひお越しください★

主催：農協青年部三笠支部 協賛：Aコープ三笠店、(南)川本商店、(南)又間水産、(南)椎木水産、女性部



# JA 年末年始の営業のお知らせ

令和元年度JA鹿児島いずみ年末年始の営業日時をお知らせいたします。

利用者の皆さまには、休業等でご迷惑をおかけいたしますが、お間違えのないようご利用ください。

部署名	月日	12月				1月			
		28日(土)	29日(日)	30日(月)	31日(火)	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)
一般業務 (金融・共済窓口等)		×	×	●	×	×	×	×	
購買	本所資材センター	●	●	●	×	×	×	●	
	事業所購買窓口 (阿久根・三笠・東・長島)	▲ 午前8時~10時	×	●	×	×	×	▲ 午前8時~10時	
	事業所購買窓口 (上記以外)	×	×	●	×	×	×	×	
A マート		●	×	●	●	×	×	×	
給油所	セルフ	●	●	●	▲ 午前7時~午後6時	×	▲ 午前7時~午後6時	▲ 午前7時~午後7時	
	フル	●	●	●	▲ 午前7時~午後6時	×	×	▲ 午前7時~午後6時	

※記号の見方 ●・・・通常通り営業、▲・・・営業時間の変更、×・・・休業

※年末年始のATMの運用時間につきましては、12月中旬より各ATMに運用時間表を掲示いたしますので、そちらでご確認いただきますようお願いいたします。

## JA鹿児島いずみ WINTER CAMPAIGN

期間 11/1(金) ▶ 12/30(月)

# ウィンター2019 キャンペーン

キャンペーン期間中は抽選券を配布し、JA鹿児島いずみの農畜産物などが合計200名様に当たります。

※年金振込・JAカードのご成約の方もキャンペーンの対象となります。

### ◆商品概要 (対象:個人の新規預け入れのみ)

- ◆定期貯金 スーパー定期1年もの(自動継続)
- ◆預入額 10万円以上
- ◆適用金利 一般

**0.10%**

(初回満期まで)

年金友の会員  
特典あり!!

この機会に  
ぜひご利用  
ください!

※抽選券は、  
20万円毎に  
1枚発行

抽選で  
100  
名様に

### ★特賞 鹿児島いずみの 選べる農産物プレゼント!

下記よりお選びいただけます。

- いちご約1.5kg
- 豚肉バラエティセット
- ベジフルセット(ミニトマト・パレイショ・ヒラタケ・筍・柑橘類)

抽選で  
100  
名様に

### ★いづるくん賞 プレゼント!

いづるくん賞

JA商品券  
3,000円分



JA鹿児島いずみ マスコットキャラクター いづるくん

★抽選はキャンペーン終了後に実施し、当選者の方にはご連絡します。 ◎詳細については、最寄りのJA貯金窓口へお問い合わせください。

# おしゃべり 読者コーナー

読者の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。

✉より道いずみコーナーの「さつまいも」の紹介で、私のさつまいもにまつわる思い出話。太平洋戦争下、学生や生徒を動員し、みんなでさつまいもを作って食べて育ちました。今でもさつまいもを見ると、ねったほ・ガネ・芋ご飯を作ります。さっそくより道いずみに買いに行きました。  
(出水上鯖洲 寺岡 佐洋さん)

🍷貴重なお話をありがとうございました。さつまいもをみると昔を懐かしく思うんですね。寺岡さんのさつま

いも料理食べてみたいです。

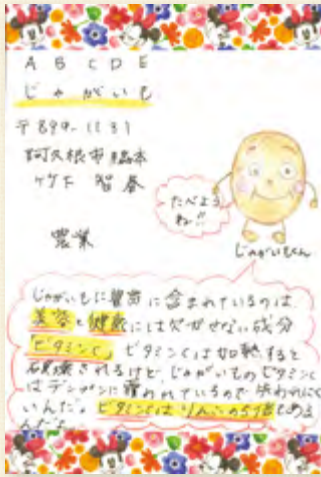
✉僕の伊唐のじいちゃんは、じゃがいもを作っています。伊唐のじゃがいもはおいしいです。赤土で育てているからだそうです。  
(出水市高尾野町下高尾野 竹之下 翔真さん)

🍷おじいさんの作るじゃがいもは格別においしいことでしょう。もうすぐ、冬の早春バレイショが始まりますね。どんな料理で食べるのか、今度教えてください♪

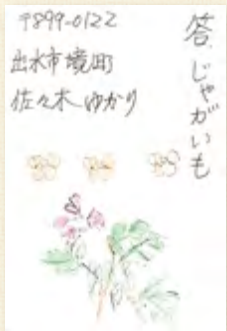
✉みかんがおいしい季節になりましたね。より道いずみに行く毎に買って食べています。  
(出水市高尾野町江内 P.Nイロクワッルさん)

🍷「こたつでみかん」の響きがたまらないですね。みかんでビタミン補給をして、風邪に負けず元気に冬を乗り越えたいですね。

## いらすとボード



阿久根市脇本 竹下智春さん



出水市境町 佐々木 ゆかりさん



出水市中央町 P.N モフモフさん

## idustagram

いづた ぐら本

いづくん活動の舞台裏や地域のみなさまとの交流などオフショット写真を公開していくよ!!



ゾウさんの鼻通りフェスタ  
～ゆるキャラ運動会に参加したよ～  
10/27 @鹿児島中央駅西口通り



#県内の人にJA鹿児島いずみをPRしたよ♪  
#お相撲は負けちゃったけど楽しかった★



#全員集合!



#みんなで力を合わせて勝ったよ(^-)-★  
#綱引き大会



#出水市から参加♪  
#とりとりガールズ #つるのしん

# 頭の体操 ★ クロスワード



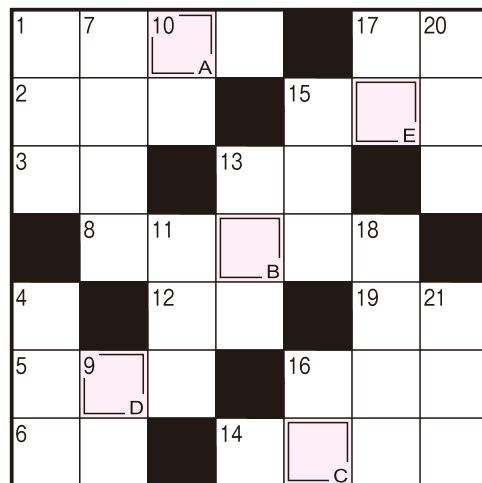
二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？  
出題●ニコリ

## ヨコのカギ

- 手にはめる防寒具
- 良い香りがする——キャンドル
- リンゴの芯の周りに入っていることも
- つらさをぐっと耐え忍ぶこと
- 穴を開ける工具
- 結婚指輪をはめるところ
- 餅をつく人が手に持ちます
- 冬空から降る白い物
- ロシアの首都です
- 怖い話を聞くと凍りそう
- 住み込みではありません
- 無地の物には付いていません
- トナカイもこの仲間

## タテのカギ

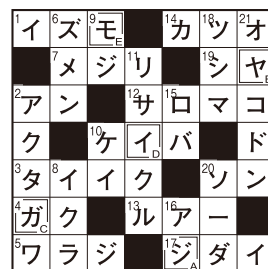
- 毛糸や棒針などを使って楽しみます
- 年賀状を書くために買ってこなくちゃ
- 積み上げて塀を作ることも
- ポンポンと突いて遊びます
- ツキノワ、ホッキョクといえ
- 肌のこと。ドライ——
- 食用にするユリの鱗茎（りんけい）
- OPECは——輸出国機構の略称です
- もろみなどを搾った後に残る物
- 水道、電気と並ぶライフライン
- グルメとも呼ばれる——家
- AMを聞こうかな、FMにしようかな
- 言葉のキャッチボールです



●解答欄

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

10月号の  
解答



A B C D E  
「ジャガイモ」

- ★ 応募数…六十通  
★ 福永 大輔さん 長島町指江  
★ 竹上 久江さん 長島町鷹巣  
★ 小田 美優さん 阿久根市脇本  
★ 新坂上 みよさん 阿久根市赤瀬川  
★ 西 ケイ子さん 出水市野田町下名  
★ P.N イログロツルさん 出水市高尾野町江内  
★ 竹之下 翔真さん 出水市高尾野町下高尾野  
★ 大島 敦子さん 出水市米ノ津町  
★ 奈良 由美子さん 出水市福ノ江町  
★ 寺岡 佐洋さん 出水市上鱈渚  
★ 10月号クイズ当選者  
★ 当選おめでとうございます。

## あとかき Editor's Note



年末年始の楽しみ。県外に住む姉家族が帰ってくることで。遊び盛りの甥っ子2人、家の中はとっても賑やかになります。父と母も老体に鞭打って孫の子守りと食事の準備に大忙しですが、みんなで食卓を囲っての食事はとても楽しく、より一層おいしく感じられます。

遠くに住む家族や普段なかなか会えない友人などと再会する機会が増えるこの時期。心と体をリフレッシュして、新たな年を迎えたいですね。(彩)

## クイズ・おたより・投稿等の応募方法と送り先

8 9 9 - 0 4 0 5

出水市高尾野町  
下水流890番地  
JA鹿兒島いずみ  
企画広報課宛

送り先

解答 ○ A ○ B ○ C ○ D ○ E  
郵便番号・住所  
氏名(ペンネーム)・年齢  
職業・電話番号  
本紙への感想や要望、JAに対する  
ご意見などをお書きください。  
※ペンネーム希望の方も氏名は  
必ず記入してください。

記入例(横書きも可)

記入例を参考にどしどしご応募ください。  
Eメールでも受け付けています。

✉ izm-kikaku02@ks-ja.or.jp

クロスワード



しめきり ▶ 令和元年12月31日消印有効  
当選発表 ▶ 令和2年2月号  
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。

広報紙「ほほえみ」へ対するご意見・  
ご要望・情報などお寄せください。  
☎(0996)64-2624 (企画広報課)



組合員・地域住民の皆さまとJAをつなぐ



# 自己改革 取組みレポート

Vol.21



JA鹿児島いずみは、地域農業の振興や地域づくりに向けた自己改革プランとして「農業者の所得増大」・「農業生産の拡大」・「地域の活性化」を基本目標に、実現に向けた取組みを展開しています。

JA組合員・利用者の皆さまにJAに対する理解を深めていただくとともに、自己改革への取組み状況をご報告してまいります。



## 季節に応じた労働力補完を目指して



農家の高齢化に伴う労働力不足への支援として、求人農家と求職者（作業員）を仲介し、農作業の斡旋を行っています。

主なものでは、春のバレイショの収穫作業ですが、JA鹿児島いずみ管内は、温暖な気候を活かし年間を通して様々な品目を取り扱うことから、年中農家の皆様の悩みに寄り添い、需要に応じた農作業支援を実施しています。

JAは今後も、農家ニーズに合わせ、みかんやミニトマト管理作業、ハウス張替えなど作業範囲を拡大していきます。

## ベトナム人実習生も頑張ってます！



5人のベトナム人実習生の皆さんも、日本での生活に徐々に慣れ、JA施設や農家のほ場での農作業に従事しています。

今後も、農家組合員の営農支援に向けて、活躍の場を広げていきます！

## 職業紹介事業 求職者随時募集中!!

農業で気持ちのよい汗を流しませんか？  
お気軽にお申し込みください。



JA営農支援部 職業紹介事業 Tel.88-6661

## こんにちはAコープです!

A-COOP

お歳暮ギフト

## 味の宅配便

承り中

今年も、ふるさと鹿児島の懐かしい味をお届けします!

<https://acoop-onlineshop.jp/>

申込〆切 12月23日(月)まで

カタログは各店舗に備えております。どうぞご利用ください。



## 新年を迎える エーコープのお祝いおせち

新年のスタートは、エーコープならではの お祝いおせち料理でお迎えください!



ブリ照焼、味付数の子 黒豚昆布巻きなど 35品目と種類豊富!

おせち3段重(4~5人前) 本体価格 16,000円 (税込17,280円)

重箱サイズ 21.5 cm × 28 cm × 5 cm

申込〆切 12月23日(月)まで

商品のお渡しは、12月31日午後より 店内にチラシをご用意しておりますので、ご利用ください。



エーコープはキャッシュレス決済

# 5%還元

対象店舗です。



◆一部、対象にならない決済方法もあります。 ※事前にご利用のカード会社にご確認ください。