



№ 338

ほほえみ



 JA鹿児島いずみ



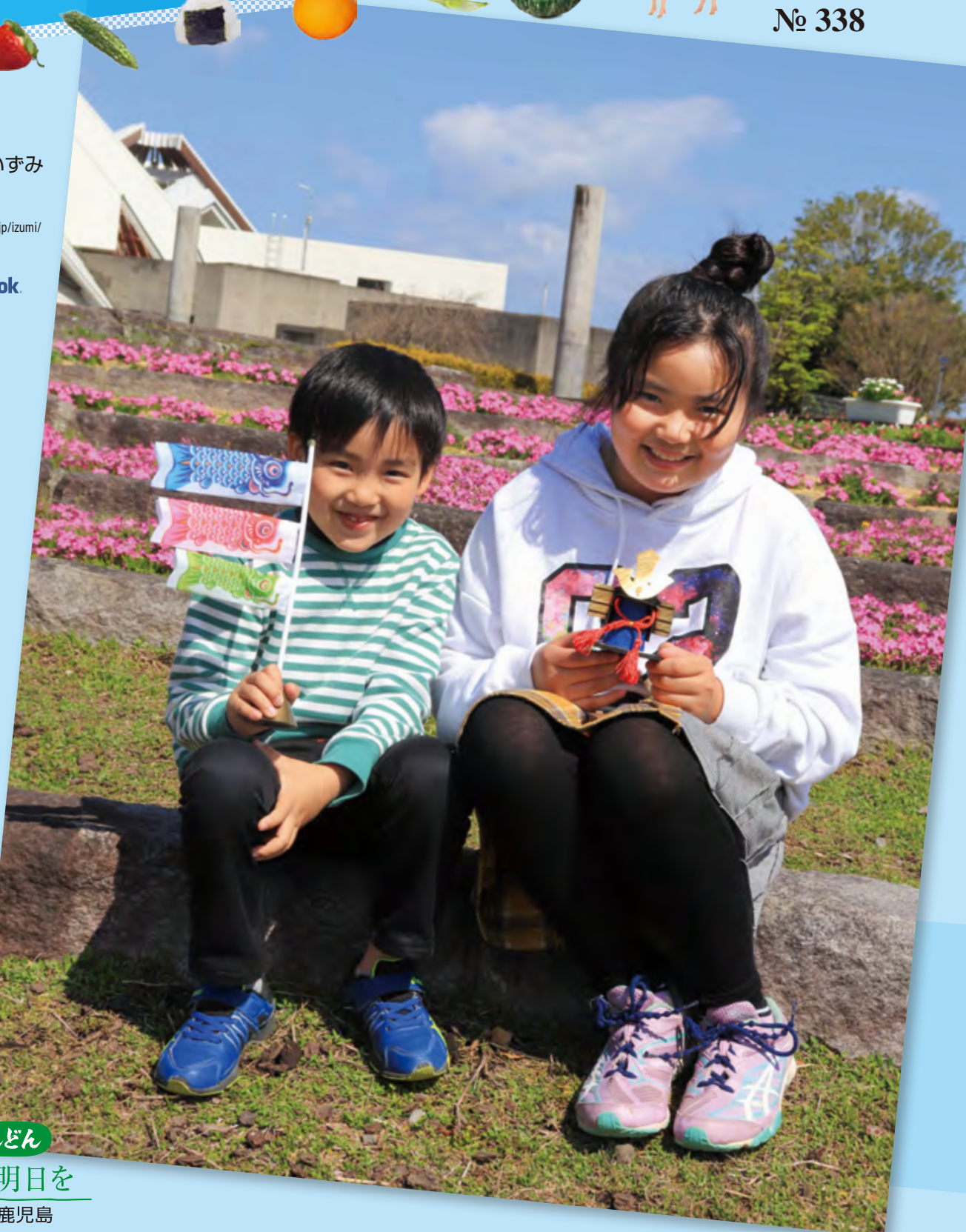
ホームページ
<http://www.ks-ja.or.jp/izumi/>



 facebook.



 LINE



新しい夢 **どんどん**

 育てよう明日を

JAグループ鹿児島



最高価格100万7千円 子牛セリ市

J Aは4月2日、出水市野田町の出水中央家畜市場で子牛セリ市を開き、管内から去勢牛182頭、雌牛131頭の計313頭が上場され、そのうち309頭が取引されました。

セリでは、子牛一頭あたりの平均価格（税抜）が63万2千円（前回は△8万3千円）と、新型コロナウイルスの感染拡大による消費低迷が続く中、枝肉相場の大幅な下落を受け、子牛価格も大きな影響を受けました。

なお、最高価格は去勢牛で100万7千円、雌牛で90万円、取引総額は1億9千5百万円でした。

J Aでは、飼料価格の高止まりや資材の高騰、新型コロナウイルスなど厳しい情勢が続く中、生産性および品質向上に生産者とともに取り組み、生産基盤の維持拡大及び経営基盤強化を図る方針です。



活気づくセリ市



多くの購買者が参加（マスク着用、消毒の上で）

内村正男JA前組合長が表彰

3月31日、J A本所で内村正男J A前組合長の鹿児島県農業功労者表彰が行われました。

この表彰制度は、長年にわたり鹿児島県の農業発展に寄与し、その功績が顕著である方に鹿児島県知事から授与されるものです。

内村前組合長は、平成17年5月に常務理事、平成20年5月に代表理事組合長に就任し、地域農業の振興をはじめ、介護福祉事業や食農教育の充実化、営農塾の開校などに積極的に取り組まれました。

表彰された内村前組合長は「組合員・地域・J Aグループ・各関係機関の方々のご指導、ご協力のおかげで今回受賞できましたことに感謝申し上げます。現在、新型コロナウイルスの発生が国や地域の経済・生活に大きな影響を与えており、農業、食の大切さを改めて痛感しました。今後も地域の農業振興に努力していきたいと思っておりますのでご指導、ご協力をお願いいたします」と話していました。



表彰状を授与される内村前組合長



表彰式に参加されたみなさん

健康



農家の皆さまの健康があつてこそです！
に、健康方法についてお話を伺いました！
フにお役立てください♪

食事でエネルギー補給！



実えんどう生産者

鳥島弘樹さん、正恵さん

三笠事業所管内

健康方法 **きちんと食べる**

朝昼夜、3食きちんと食べることで
す！しっかり食べて、バリバリ働け
るよう心がけています！

健康的に若々しく♪

バレイショ生産者

大平 晃信さん

長島事業所管内

健康方法 **リフレッシュ
すること**

一日の終わりに飲む一杯が明日
への活力となっています。心も
体もリフレッシュしながら、
日々の農業に励んでいます。



いちご生産者

宮崎 安子さん

米ノ津事業所管内

健康方法 **マッサージ**

マッサージをしています！かが
んで作業することが多いので、
腰が曲がってしまわないように、
健康器具を利用して、背中を中
心にマッサージをしています。

農業



おいしい農畜産物が食べられるのは、
収穫・出荷作業真っ只中の農家の皆さま
ぜひ、皆さまの健康ライ

健康第一！まずは体力を
つけることから！

ご協力いただいた皆さま
ありがとうございました



紅甘夏生産者

餅井 隼人さん

野田事業所管内

健康方法 **ウォーキング**

時間を作ってウォーキングをしています。
体が資本の農業です。体力づくり
をして、どんな作業もこなせるように
努力しています。

こまめな水分補給が必須です！



ソラマメ生産者

中尾 のりえさん

江内事業所管内

健康方法 **水分補給**

水分補給を大切にしています。
体を動かす作業の時は、水を飲
むようにしています。

リフレッシュを
大切に♪





人事異動

令和2年4月1日付

JA鹿児島いずみ

令和2年4月1日付の人事異動は、次の通りです。
なお、() は旧部署です。

本所

【管理本部】

監査室

- 餅井宏務 次長 (高尾野事業所 事業所長兼農畜産課課長)
- 若松綾美 監査室 (共済事業部 共済事務課)

総務部

- 山下大作 総務課課長 (同部同課主任)
- 湯田周二 人事教育課課長 (同部コンプライアンス課課長)
- 小田原徹 コンプライアンス課課長 (園芸農産事業部資材課課長)

- 富満伸吾 総務課主任 (金融事業部金融推進課統括事務長)
- 溝上ゆかり 人事教育課主任 (同部同課)

- 永田和沙 企画広報課 (畜産事業部畜産業務課)
- 椎木彩水 総務課 (同部企画広報課)

- 永野雄介 人事教育課 (共済事業部自動車査定課)
- 兒玉弘丞 人事教育課付鹿児島県中央会教育部出向 (生活事業部農業機械課)

債権対策部

- 橋上豊 債権対策部部長兼債権対策課課長 (総務部人事教育課課長)

【金融共済事業本部】

金融事業部

- 金子優治 融資管理課課長 (東事業所事業所長兼農畜産課課長)
- 上野由佳 金融推進課統括事務長 (同部同課店舗事務長)

- 山元真紀 金融推進課店舗事務長 (阿久根事業所金融共済課事務長)
- 中村充希 金融推進課 (江内事業所金融共済課貯金担当)

- 佐野ゆかり 金融推進課 (三笠事業所金融共済課貯金担当)
- 大堂拓也 融資管理課 (長島事業所金融共済課貸付兼貯金担当)

共済事業部

- 柘迫孝雄 部長 (生活事業部部長)
- 牟禮鉄男 自動車査定課次長 (米ノ津事業所金融共済課課長)
- 山下由美 共済事務課主任 (同部同課)
- 松永晃大 普及推進課専任渉外LA (金融事業部融資管理課)
- 尾崎真智子 普及推進課 (東事業所金融共済課共済担当)
- 高山啓子 共済事務課 (高尾野事業所金融共済課共済担当)

【経済事業本部】

審査室

- 橋上豊 室長 (総務部人事教育課課長)

生活事業部

- 大田和彦 部長 (総務部総務課課長)
- 中川正 生活燃料課Aマート平尾店店長兼Aマート川床店店長 (東事業所金融共済課共済主任)

- 宮原志織 生活燃料課女性部担当 (監査室)
- 揚松奈那美 生活燃料課業務担当 (高尾野事業所金融共済課貯金担当)

- 宮内恭彦 生活燃料課出水セルフSS (江内事業所金融共済課共済担当)
- 井川誠 生活燃料課米ノ津セルフSS (同部同課出水セルフSS)

- 川涯知宏 生活燃料課大川内SS (同部同課出水セルフSS)
- 小城さやか 生活燃料課野田SS (同部同課長島SS)
- 二階堂祐太郎 生活燃料課西目セルフSS (同部同課米ノ津セルフSS)

営農支援部

- 冷水裕介 営農支援課主任 (生活事業部生活燃料課Aマート平尾店店長兼Aマート川床店店長)
- 若松寿 営農支援課 (園芸農産事業部資材課資材センター資材担当兼営農相談員)

園芸農産事業部

- 川原慎太郎 資材課課長 (同部 営業課主任)

- ▼辻伸二 指導課次長兼園芸指導主任 (同部同課園芸指導調査役主任)
- ▼谷川利広 販売経理課販売流通主任 (同部果実課主任)
- ▼尾崎伸也 販売経理課販売業務統括主任兼東担当 (同部同課販売業務担当)
- ▼大迫喜紀 販売経理課販売業務主任兼長島担当 (宮農支援部宮農支援課主任)
- ▼江口恵 営業課主任 (同部同課)
- ▼淵上健一 果実課主任 (同部販売経理課流通主任)
- ▼清田盛康 販売経理課販売業務担当 (野田事業所農畜産課組合員担当)
- ▼大尾優介 営業課 (同部資料課資料センター)
- ▼宮崎なつき 資料課 (出水事業所金融共済課貯金担当)
- ▼溝辺郁弥 資料課資料センター (同部販売経理課経理担当)
- ▼別府昌子 資料課資料センター (阿久根事業所農畜産課)

畜産事業部

- ▼中園徳之 畜産指導1課指導主任兼導入担当 (同部同課主任兼導入担当)

- ▼橋元一夫 畜産指導1課指導主任兼三笠・東・長島担当 (同部同課指導員三笠・東・長島担当)
- ▼志戸岡忠 畜産指導1課指導主任兼流通販売担当 (同部同課指導員流通販売担当)
- ▼橋上優 畜産業務課 (育児休職)
- ▼牧尾さゆり 畜産業務課 (同部畜産指導1課)
- ▼大野智美 畜産指導1課 (総務部総務課)
- ▼本藏美代子 有機センター (同部畜産業務課)

事業所

出水事業所

- ▼大野絵梨 金融共済課貯金担当 (育児休職)
- ▼楠本美穂子 金融共済課貸付担当 (米ノ津事業所金融共済課貸付兼貯金担当)

米ノ津事業所

- ▼末増憲一 金融共済課課長 (金融事業部融資管理課課長)
- ▼坂下礼子 金融共済課貸付主任兼貯金担当 (出水事業所金融共済課貸付主任)

- ▼山元奈津季 金融共済課貯金担当 (出水事業所金融共済課貯金担当)

高尾野事業所

- ▼榎園洋一 事業所長兼農畜産課課長 (共済事業部部長)
- ▼山元世梨奈 金融共済課貯金担当 (米ノ津事業所金融共済課貯金担当)

江内事業所

- ▼京田桃枝 金融共済課貯金担当 (金融事業部金融推進課)
- ▼川俣早智子 金融共済課共済担当 (米ノ津事業所金融共済課共済担当)

野田事業所

- ▼柳原ゆかり 金融共済課共済担当 (共済事業部共済事務課)

阿久根事業所

- ▼大田香 金融共済課事務長 (三笠事業所金融共済課事務長)
- ▼松永亮 農畜産課 (三笠事業所農畜産課)
- ▼北園知佳 農畜産課 (高尾野事業所金融共済課貯金担当)

三笠事業所

- ▼前田香 金融共済課事務長 (同事業所同課共済主任)
- ▼早水宙希 金融共済課共済担当 (長島事業所金融共済課共済担当)
- ▼野崎涼太 農畜産課 (阿久根事業所農畜産課)

東事業所

- ▼瀬戸口博昭 事業所長兼農畜産課課長 (長島事業所事業所長兼農畜産課課長)
- ▼石原広樹 金融共済課共済主任 (総務部人事教育課主任)

長島事業所

- ▼中岡忠三 事業所長兼農畜産課課長 (審査室室長兼債権対策部部長)
- ▼高濱賢治 金融共済課共済主任 (共済事業部共済事務課主任)
- ▼田畑友作 金融共済課貸付兼貯金担当 (野田事業所金融共済課共済担当)



令和2年度 新採用職員紹介



総務部
人事教育課
田中 信行
(たなか のぶゆき)



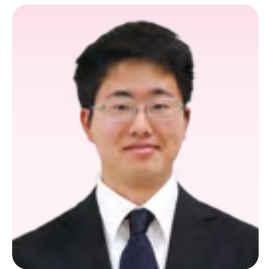
金融事業部
金融推進課
内野 日向
(うちの ひなた)



金融事業部
融資管理課
城山 大樹
(じょうやま だいき)



共済事業部
共済事務課
田中 もえ
(たなか もえ)



園芸農産事業部
販売経理課 販売業務担当
吉ヶ島 右京
(よしがしま うきょう)



園芸農産事業部
販売経理課 販売業務担当
橋元 聖登
(はしもと きよと)



園芸農産事業部
販売経理課 販売経理担当
橋本 直子
(はしもと なおこ)



園芸農産事業部
資材課 資材センター
川邊 大樹
(かわべ だいき)



生活事業部
生活燃料課 野田SS
遠矢 峻佑
(とや しゅんすけ)



出水事業所
金融共済課 貯金担当
原 ちなみ
(はら ちなみ)



出水事業所
金融共済課 共済担当
松下 沙矢
(まつした さや)



米ノ津事業所
金融共済課 貯金担当
町田 美咲
(まちだ みさき)



三笠事業所
金融共済課 貯金担当
大野 菜月
(おおの なつき)

今年も新たに 13 名の
新入職員が加わりました。
よろしくお願ひします。

 JA鹿児島いずみ

育てよう明日を

通信

2020年春号

このコーナーは、JA県中央会・各連合会の情報をお伝えるコーナーです。



JA 県経済連

あきほなみ7年連続「特A」獲得!!

あきほなみは、鹿児島県の気候に適した品種として、約10年の歳月を経て開発された鹿児島のオリジナル米です。粒が大きく強い粘りがあり、甘みとうまみを感じられるという特徴があります。

また、あきほなみの1等米のみを使用し、玄米タンパク含有量が6.5%以下、ふるい目が1.85mm以上という独自基準をクリアした特撰あきほなみ「吟地米」もパルライスの人気商品です。

日本穀物検定協会が発表した2019年産米食味ランキングでは、鹿児島県北産のあきほなみが見事7年連続最高ランクの特Aを獲得しました。

ぜひこの機会に鹿児島が誇る県民米「あきほなみ」をご賞味ください。お買い求めは、県内JA、エコープ、おいどん市場ほかパルライス取扱店をご利用ください。



JA 県厚生連

新型コロナウイルスを予防しよう!

日本全国で、新型コロナウイルスの感染が広がっておりますが、感染を広げないために、一人一人が「かからない」「うつさない」対策を実践しましょう。

日常生活で気をつけること /

■手洗いの徹底

外出後に限らず、調理の前後、食事前などこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。

■「咳エチケット」を守る

咳やくしゃみをするときはティッシュなどで口と鼻を覆う。ティッシュがない場合は、袖などでおさえる。

■人ごみを避ける



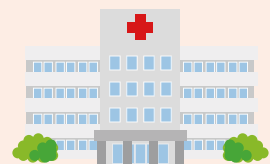
こんな方はご注意ください /

次の症状がある方は、最寄りの保健所(保健センター)にご相談下さい。

■風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている(解熱剤を飲み続けなければならない時を含む)

■強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある

※高齢者・基礎疾患がある方は、上の状態が2日程度以上続く場合





農産物直売所 **JA女性部の店**

より道いずみ

水煮たけのこのご紹介

だんだんと暖かくなり、初夏の季節を迎えました。さて、今回はこの時期大人気の「水煮たけのこ」をご紹介します。

阿久根市多田の中平桃枝さんは、より道いずみに水煮たけのこを出荷して10年以上。「ももちゃんのたけのこ」として、たくさんの方に喜んでもらっています」とニコリ。

たけのこは、掘ったその日の夕方に羽釜で1～2時間ほど炊き上げ、ゆっくり冷やしてから出荷しているので、新鮮で臭みもなく様々な料理に使うことができます。そのため出荷してもすぐに売り切れてしまうほどの人気ぶりです。

農産物直売所「より道いずみ」には、旬のうまみが詰まった水煮たけのこがずらりと並びます。ぜひご家庭で色々な料理にお試しください★



色んなアレンジ料理を楽しんでください♪

《ももちゃんオススメの食べ方》

- ★たけのこ酢味噌 頭の部分が柔らかくて◎
- ★煮しめ
- ★たけのこご飯
- ★卵とじ など



17日はより道デー

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

魅惑のバター

タレント・食生活アドバイザー ●岡村麻純

2歳の娘が先日、バターをパンに塗って食べることを知りました。まだ油脂の取り過ぎには注意したい幼児期なので、調理に使うだけだったバター。初めて焼きたてパンにバターを塗って食べたときは2歳児なりの衝撃があったようです。

バターは牛乳に含まれる乳脂肪を凝集して固めた物です。一般的なバターには、重量の1～2%の食塩を添加する有塩バターと、無塩バターがあります。さらにバターを作る工程途中で乳酸菌を添加し発酵させた発酵バターもあります。発酵バターは焼くことで独特のこくと香りを引き出せます。バターも油の一つですが、常温で液体の「油」とは違い、動物性の油脂で、常温で固体の物が多い「脂」に当たります。

牛の脂の牛脂や、豚の脂のラードなどがバターと同じ「脂」です。この飽和脂肪酸を多く含む脂は、酸化しにくいという特徴を持っていますが、多量摂取は病気のリスクを高めることが分かっています。

しかし、約80%が乳脂肪分のバターは、脂の中では消化も良く、幼児にも安心です。粘膜を守るビタミンAが豊富で、ビタミンDやカルシウムなど乳製品ならではの栄養も魅力です。

過去には国民生活を表現するのに、「バターか大砲か」という言葉が生まれるほど、人々にとって欠かせない存在のバター。この言葉が生まれた頃、バター不足に困り果てたナポレオン3世がバターの代用品を発明した者に懸賞金を出し開発されたのが、今のマーガリンの起源です。マーガリンはさまざまな油を原料にして製造された加工品で、原料の脂肪酸を変化させてバターそっくりの食べ物として作られています。

歴史を振り返っても分かるように、バターには皆が追い求める魅力があります。そこで、今までよりパンを焼くときに使うバターを控えめにし、たまには、トーストしたパンにバターを塗って食べる幸せな時間を、娘にも味わってもらいたいと思います。





シェフ永井の おすすめ

ブリのごまみそしょうが焼き



【作り方】

- (1) タマネギ、パプリカは串形に切る。
- (2) フライパンにサラダ油をひき、小麦粉をはたいたブリ、タマネギ、パプリカを中火で両面焼く。
- (3) 合わせだれをボウルに入れて混ぜ、(2)に絡める。
- (4) (3) にざく切りにしたセリをサッと絡めて出来上がり。

【アドバイス】

アルコールの苦手な人は、煮切って加える。

【材料】	ブリ……………2切れ(30g)	合わせだれ		
(2人分)	タマネギ……………1/4個	みそ……………大さじ1	砂糖……………小さじ1	
	赤・黄パプリカ……………各1/4個	かつおだし……………大さじ3	いりごま……………大さじ2	
	セリ……………適宜	みりん……………大さじ1	おろしショウガ……………小さじ2	
	サラダ油……………適宜	酒……………大さじ1		
	小麦粉……………適宜	しょうゆ……………小さじ1		

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

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
2.5.1
vol.15



旬のおすすめ 内容(一部)

春赤土バレイショ

税込 3,000円 /10kg

実えんどう

税込 3,200円 /2kg

そらまめ

税込 3,000円 /2kg

パイヤメロン

税込 3,700円 /5kg

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>

春の味覚を
お家でゆっくりと
味わって
ください!



【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

🐾🐾 もじよかペット 🐾🐾

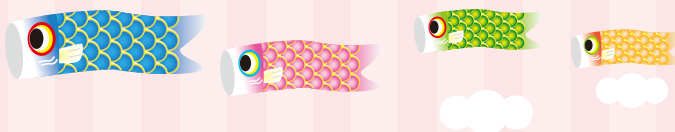


みりん

おこげ

飼い主 高尾野町唐笠木の下柁佑香さん

3歳のみりんとおこげ。畑仕事を頑張るばあちゃんをいつも窓から眺めています!!



さわやかさん

笹崎 直哉さん (28歳) 阿久根市赤瀬川

◆お仕事は？

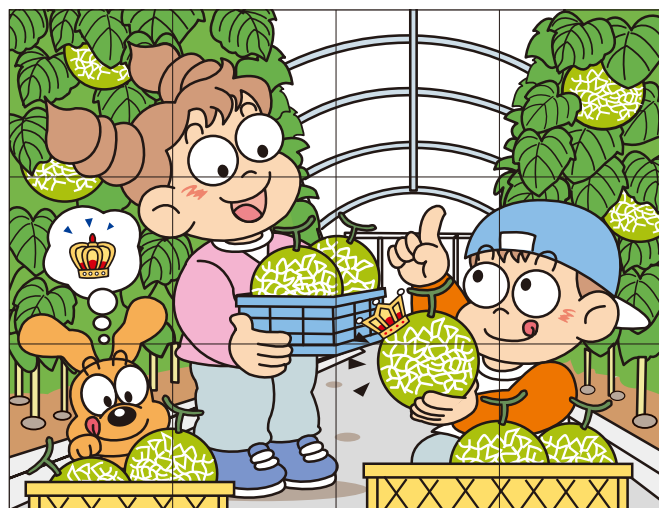
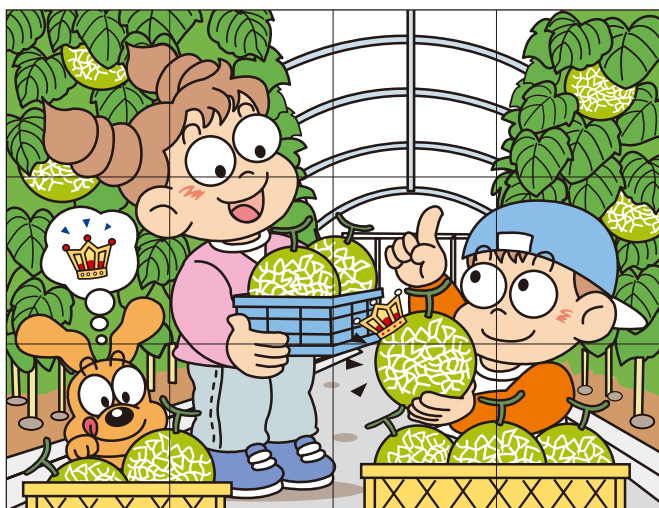
獣医師をしています。主に肉用牛を担当し、農家さんとのコミュニケーションを楽しみながら、診療しています。

◆趣味は？

ブレイクダンス、スケートボード、読書などです！特にブレイクダンスは、チームを作って地域イベント等に出演しています。

◆地域の好きなところは？

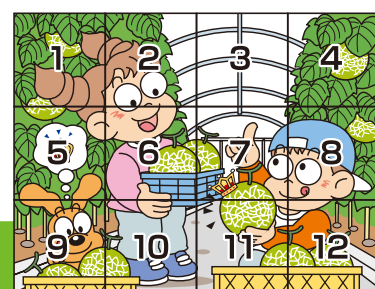
イベントが多いところです。みんな明るくて老若男女問わず仲が良いので、県外出身の僕にとっても自慢の地域です。



まちがいさがし

右のイラストには左のイラストと違う部分が5カ所あります。間違っている部分を右下の枠内の数字で探しましょう。

解答は18ページ



出題・イラスト：酒井栄子

思い出写真館



No
105

鶴長 益雄さん
(81歳)

長島事業所管内



小学校の教壇に立つ鶴長さん

いつの頃の写真ですか？

平成17年に、長島町内の小学校で社会科授業の講師をしたときの写真です。

お話を聞かせてください

平成10年まで役場に勤めていたこともあり、このころ長島町内の小学校から「戦争を知らない子ども達の前で戦争の恐ろしさや戦時中に体験したことなどを

話してくれないか」との依頼を受け、講師として小学校の教壇に何度か立たせていただきました。そのほかにも地域貢献活動として、昭和46年から平成13年頃まで子ども達に太鼓を教えていました。昭和53年には鹿児島県代表として32名の子ども達を全国大会に連れていくことができ、このことが今でもいい思い出として心に残っています。



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。

▶ 応募先住所

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

★ あつまれ きばっ人!! ★



【 E G 一 飛 会 】

Q1. どんなチームですか？

幼児から高齢者まで幅広い年代の方々が所属するバドミントンチームです。週に2回の練習では基本的なことから応用、試合形式の練習などを行っています。小さな子どもたちもいるので、アットホームな雰囲気の中いろいろな試合に向けてコツコツと練習に励んでいます。

Q2. 監督からメッセージ

初心者から上級者まで幅広い年代の方々がいますので、試合に出場し、それぞれのランクで上位進出を目指して頑張りましょう。

園芸 オクラの管理

園芸農産事業部指導課 本村 淳一



温度条件

オクラの生育適温は、昼温25～30℃、夜温20～23℃です。

水分条件

乾燥に強い作物ですが、生育初期で乾燥状態になると生育が遅れ、収穫期に乾燥すると草勢・品質の低下が起こりやすくなります。

間引き

本葉5～7枚までに、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（ハサミで地際から切る）。

摘葉

葉が茂りすぎると光線の透過や風通しが悪くなるため、通常、収穫果の下2枚程度を残して摘葉します。葉が小さい場合は多めに残します。

かん水

開花前から開花始め頃は、かん水を控え気味に行い、収穫期は生育に応じてかん水しましょう。

草勢管理

草勢は強すぎても弱すぎても収量・品質の低下を招き

ます。強すぎる場合は、着果が悪くなり、弱い場合は、着花が悪くなります。

摘葉・追肥・葉面散布等を行い、草勢の調整を行いましょう。

収穫

収穫は早朝に長さ10cm程度で行い、雨の日に収穫した時は風乾を行ってください。

排水対策

雨水が圃場内に溜まっていると生育不良や病害発生の原因となるので、排水溝を設置し排水対策をしましょう。

病害虫防除

病害については、梅雨に入ると降雨・曇天の影響により、斑点病・黒斑病・灰色かび病等の発生が多くなりますので、圃場の風通しを良くし、薬剤散布は予防を重点に行ってください。

害虫については、ホリバーシート等を活用し、アザミウマ・アブラムシの発生予察と密度の低下に努め、発生初期の防除を行いましょう。

農薬散布の注意点

オクラに適用（登録）のある農薬を希釈倍数・収穫までの日数・使用回数を遵守して、周辺圃場の作物への飛散が無いように散布してください。また、生産履歴台帳を記帳し初出荷時に必ず提出をお願いします。

野菜もの知り百科

ゴーヤー（ウリ科ツルレイシ属）

土壌医●藤巻久志

5月8日は「ゴーヤーの日」です。1997年に沖縄県とJA 沖縄経済連（現・JA おきなわ）がゴーヤーの普及のために制定しました。5・8＝ゴーヤーの語呂合わせと、この頃から沖縄県の出荷量が増えることにちなんでいます。

5月8日ころは温暖地（年平均気温が12～15度の地域）ではゴーヤーの苗の植え付け適期です。本州ではニガウリ（苦瓜）やツルレイシ（蔓荔枝）と呼んでいましたが、沖縄を舞台にした2001年の朝ドラ『ちゅらさん』の「ゴーヤマン」の影響か、沖縄の地方名ゴーヤーが全国区になりました。環境教育の現場でも「ニガウリの緑のカーテン」とは思わず「ゴーヤーの緑のカーテン」です。

雌花と雄花が同一株内に付く雌雄同種株なので、1株だけの栽培でも結実させられます。ゴーヤーの雌花は長日では付きにくく、短日になる8月以降になると雌花が次々と咲きます。雌花は親づるよりも子づるや孫づるに多く付くので、親づるの葉が10枚になったら先端を摘み、子づるを伸ばすと良いでしょう。

ウリ科野菜は肥料、特に窒素肥料が多いと栄養成長（茎

や葉が大きくなること）が続き、生殖成長（花や実が付くこと）が遅れることがあります。ひどいと実がならず終わってしまいます。葉ばかりさまやつるぼけなどという現象です。

ゴーヤーの強い苦味はククルビタシン類によるもので、抗酸化性により抗がんや老化予防効果があるといわれています。苦味は食欲を増進させ、豚肉と豆腐と卵などと炒めたゴーヤーチャンプルーはタンパク質も豊富で夏バテ防止になります。ゴーヤーのビタミンCは炒めても生とほとんど変わりません。

ゴーヤーを縦半分に切り、種とワタをスプーンで削り、薄くスライスしてかつお節としょうゆを掛けるだけで酒のさかなになります。酒はもちろん鳥唄をバックに泡盛です。



藤巻久志（ふじまきひさし） 種苗管理士、土壌医。種苗会社に勤務したキャリアを生かし、土作りに関して幅広くアドバイスをを行う。

ベジタブルライフ

イラスト：小林裕美子

ラッキョウ

～初夏が旬の薬効野菜～

ラッキョウのプロフィール

- 【分類】ヒガンバナ科ネギ属
- 【原産地】中国
- 【おいしい時期(旬)】初夏(5~7月ごろ)
- 【主な栄養成分】カリウム、食物繊維、アリシンなど

解説：KAORU

見分け方

NG

芽が伸びている
収穫から時間が経過している
緑がかった硬いところがある

エシャロット、島ラッキョウ



葉が枯れていない

白い鱗茎(りんけい)がみずみずしくやがある



お薦め

泥付き新鮮で風味や歯触りが良い

粒が大きめでそろっている
白くふっくらとしていて、傷などがない

保存方法

芽が出るのが早いので、購入後はすぐに下処理して保存
すぐに下処理できない場合は、新聞紙などに包みポリ袋などに入れて冷蔵庫で保存。できるだけ翌日には下処理を



ラッキョウの力

食物繊維
便秘予防

コレステロールの吸収を抑えたり、血糖値の上昇を抑える働きがあるといわれる水溶性食物繊維が多い。生活習慣病の予防効果が期待できる



カリウム
高血圧予防、むくみ改善

利尿作用があり余分な塩分を体外に排出する

アリシン

疲労回復、血行促進、免疫カアップなど

特有の香りのもととなるタマねぎや長木ねぎ、ニラ、ニンニクにも含まれる硫化アリル的一种



ラッキョウのいろいろ



ラッキョウ

漬物用として利用されるラッキョウ特有のピリッとした辛味と強い香りがあり、パリパリとした歯触りの旬は5~6月の主流は「らくだ」という大玉品種



エシャロット

生食用で、軟白栽培された若いラッキョウ一般的な漬物用ラッキョウよりも穏やかな風味の爽やかな辛味と香りが特長



島ラッキョウ

沖縄県で主に栽培されているの辛味、香りとも強めで、生食すると特有の個性が楽しめる

楽しみ方・食べ方のコツ

甘酢漬け、しょうゆ漬け、みそ漬け、砂糖漬けなど



水洗いした後、芽と根をカットして皮をむき、お好みの漬け方で漬ける

生のままどうぞ!



エシャロット、島ラッキョウは、みそ、マヨネーズを付けてお手軽に

おつまみ



スライスしてかつお節やしょうゆなどとあえる



調味料

みじん切りにして、いろいろな料理に使える

甘酢漬けの酢とあえても美味



天ぷらなどの揚げ物、炒め物

意外な食べ方
焼きラッキョウ

しょうゆを垂らすと美味!



カレーに添える



ラッキョウ漬けは欠かせない!

シンプルに串に刺して網で焼くだけ

洗いラッキョウとは洗って根を切った状態で販売されているもの。そのまま泥付きで売られている生ラッキョウと洗いラッキョウがある



ラッキョウのヒミツ

歴史

原産地はヒマラヤ地方(中国)の紀元前から栽培が行われ、当初は薬用だった

平安時代

日本への伝来は、9世紀ごろ当初は薬用『新撰字鏡(しんせんじきょう)』『本草和名(ほんぞうなみ)』は「薤」、「延喜式(えんぎしき)」では「薤白」の名で登場



江戸時代以降

食用としても広く栽培される。現在の主な産地は、鳥取県、鹿児島県、宮崎県、徳島県など



生命力旺盛!
精力が付くため、修行僧は食べてはいけないものとされていたか!

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2年5月13日(水)
 午前 10時～11時30分まで
 本所営農支援センター ☎64-2605
 午後 1時30分～3時まで
 出水事業所会議室 ☎62-1531
 相談員 社会保険労務士法人MK労務管理事務所

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1回理事会（令和2年3月30日）

- 1) 令和元年度事業実績および剰余金処分案
- 2) 年度末賞与の支給
- 3) 第28回通常総代会の提出議案
- 4) 令和2年度事業計画関連議案
- 5) 理事の報酬
- 6) 監事の報酬
- 7) 定款の一部変更
- 8) 定款附属書総代選挙規程の一部変更
- 9) 農業経営
- 10) 信用事業規程の一部変更
- 11) 規約の一部変更
- 12) 農業経営規程の一部変更
- 13) 農地利用集積円滑化事業規程の廃止
- 14) 令和2年度コンプライアンス実践計画
- 15) 理事との契約
- 16) 令和2年度事業計数計画の一部変更
- 17) 女性理事候補者の選出
- 18) 員外監事候補者の選出
- 19) 学識経験監事候補者の選出
- 20) 学識経験理事候補者の選出

第1回監事会（令和2年3月12日）

- 1) 令和元年度末決算棚卸実査の報告
- 2) 令和元年度決算書類監査要領
- 3) みどり監査法人監査 期末監査Ⅱの立会
- 4) 会計監査人監査における監事の役割
- 5) 内部統制システムにかかる監査手続き
- 6) 会計監査人監査の相当性判断の手続き
- 7) 第2回監事会の日程



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2年5月3日・10日・17日・24日・31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

組合員の皆様へおしらせ

初盆を迎えられるご家族様へ

毎年開催しております初盆フェアは、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため中止することになりました。

ルミエールにて葬儀をされたご家族様につきましては、職員が訪問してご要望に対応させていただきますので、よろしくお願いたします。

なお、初盆を迎えるにあたって、わからないことなどございましたら何なりとご相談ください。

お問い合わせ



総合葬祭 **ルミエール**

いずみ斎場 ☎62-2444 あくね斎場 ☎64-6444

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
7 / 8	三笠	女性	10人
7 / 18	三笠	一般	5人
7 / 18	三笠	女性	5人
7 / 20	米ノ津	一般	5人
7 / 20	米ノ津	女性	5人
7 / 21	高尾野	一般	10人
7 / 21	高尾野	女性	10人
7 / 22	阿久根	一般	5人
7 / 22	阿久根	女性	15人
7 / 27	長島	一般	10人
7 / 27	長島	女性	10人
7 / 29	東	一般	10人
7 / 29	東	女性	10人

JAローン

ネットローン

マイカーローン&教育ローン キャンペーン

期間：2020年5月31日(日)まで

金利 1.0%
(保証料別)



JA鹿児島いずみ
公式マスコットキャラクター
いづるくん



▼パソコンから

<https://ja-netloan.jp/>
スマートフォンから▶



JAネットローン 🔍 検索

**24時間365日
受付中**

JAとの取引が初めてという方もお気軽にお問い合わせください。

【お問い合わせ】 JA鹿児島いずみ

☎ 0120-63-8510 TEL 64-2606

農業用廃プラスチック類回収のお知らせ

出水地域農業用廃プラスチック類適正処理推進協議会では、令和2年度第1回目の廃プラスチック類の回収を次のとおり実施いたしますのでお知らせします。

市町名	回収日	回収場所	回収時間
長島町	6/9(火)	獅子島アイランドセンター	10:00~11:30
	6/10(水)	JA東馬鈴薯選果場	
		伊唐漁港	
	6/11(木)	小浜漁港	
平尾サメシマフーズ駐車場			
6/12(金)	JA長島馬鈴薯選果場	8:00~10:00	
	田尻公民館		
出水市	7/8(水)	JA出水製茶工場	8:00~10:00
		JA本所資材センター	
阿久根市	7/9(木)	赤瀬川B & G 駐車場	
		JA三笠肥育牛積込所	

- ※廃プラスチック運搬の際は、産業廃棄物運搬中ステッカーを車両に貼り付けて運搬してください。
- ※口座引落を希望される方は、口座番号の確認をお願いします。
- ※廃プラスチック持ち込みの際、梱包方法を守ってお出してください（バラバラにならないようにしてください）。
- ※農業容器類は、洗浄後ラベルをはがした物だけを回収します（廃残農業回収時は、そのまま出せます）。

【お問い合わせ先】

JA鹿児島いずみ 園芸農産事業部
TEL: 64-2632 (資材課)・TEL: 64-2630 (指導課)
出水市役所 農政課 TEL: 63-4123
阿久根市役所 農政課 TEL: 73-1142
長島町役場 農林課 TEL: 88-5670

優待施設 募集中



JADDOカードを提示した会員に対し、
お得なサービスを提供していただける
優待施設を随時募集しています!

※ポイントを加算したくみだけはありませぬ。
※サービスを提供いただく際の費用については優待施設側に自己負担いただきますのでご了承ください。

JADDOカードとは?

JADDOカードとはJAグループ鹿児島総合ポイントカードで、どなたさまでもお使いいただける便利でお得なポイントカードです。会員数53万人以上、鹿児島県民の約3人に1人の方に会員になっていただいています。

優待施設一覧

※令和2年2月末日時点

- 天然温泉 めくもりの湯
- シャディハート (西出水市・米ノ津店)
- 榊仏壇の古屋敷 出水店
- ケーキ&ジェラートの店 パースデイ
- Café COOPER・MINI
- 肉のまるかつ
- セイカスポーツクラブ
- 焼肉 彩光

※優待内容や施設情報については、ホームページ(<http://www.jaddo.jp>)をご覧ください。

優待施設にご登録いただくメリット

1 各種広報媒体での紹介

会社名、優待内容、ホームページアドレスなどをJADDOカードのホームページ(<http://www.jaddo.jp>)やチラシ、そのほか各種広報媒体でご紹介させていただきます。

2 各種PR資材の提供

ノボリやミニノボリ、ステッカーなどのPR資材を無償でお配りいたします。



優待施設になっていただける条件

会員に対し、優待サービス提供の意思があり、別途定める要件にそって制度に登録を申し込み、所定の手続きを完了いただいた施設店舗とさせていただきます。なお、以下に該当する場合は優待施設への登録をお断りする場合がございますのでご了承ください。

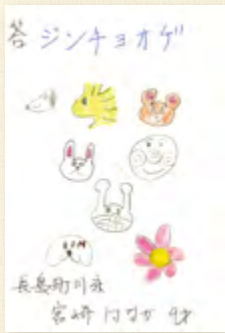
- 1 風俗営業等の規制及び業務の適正化に関する法律第2条1項第1号から第8号までに規定する営業を行う店舗または施設
- 2 当グループの行う事業と競合する店舗または施設

優待施設加盟に関するお問い合わせはこちらまで▶

JA鹿児島いずみ

TEL 0996-64-2600

いらすとボード



出水郡長島町
宮崎 はなかさん



出水市野田町
京田 麗生さん



出水市境町
佐々木 ゆかりさん



☑ ほほえみは毎号とても楽しみですが、紙面を通じて農業の大切さが伝わり、野菜や果物を安心して食べることができると健康に過ごせています。組合員のみならずこれからも頑張ってください。

(出水市米ノ津町 PNヒナゲシさん)

☺ ありがとうございます！ヒナゲシさんを含め、みなさんの声が生産者の方々の励みになっていると思います。これからもよろしくお願いします★

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。

☑ 頭の体操のため毎号楽しみにしています。ほほえみの表紙の子ども達にも元気をもらっていますよ。

(出水市高尾野町 PNトントンちゃんさん)

☺ 最近はおこななどの暗いニュースが多いですが、子ども達の笑顔を見るとすごく元気をもらえますよね♪

☑ たけのこが裏の竹山でニヨキニヨキと出はじめました。炊き込みご飯など色々やっていますがすぐネタが尽きてしまいます。おいしい料理を教えてください。

(阿久根市鶴川内 田上 芳子さん)

☺ せっかくの旬の食材、いろんな食べ方を試してみたいですよね。素材の味を楽しめる「天ぷら」や、おつまみやお弁当の一品に「きんぴらごぼう」ならぬ「きんぴらたけのこ」などはいかがでしょうか♡



idustagram

いづたくん ぐらむ



いづた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!!



#きれいなお花をありがとうございます♪

鶴荘学園の
児童からお花の
プレゼント♡

3/19
JA本所窓口



#窓口に飾りました(^_^)

MBC南日本放送 かごしま4で
パイヤメロンをPR♪

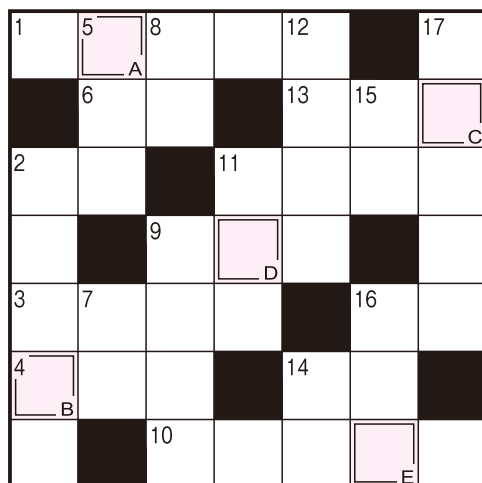


#旬のパイヤメロンのおいしさをアピール♪
#6月からは、南国グリーンメロンも始まります☆

頭の体操 ★ クロスワード

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



ヨコのカギ

- 端午の節句に食べる和菓子
- 損の反対語
- あの人、いい人なんだけど、——多いんだよなあ
- 邦画ではありません
- シオマネキやガザミはこの仲間
- 馬具の一つ。足を掛けます
- 春の大型——をゴールデンウィークといいます
- クラブ——、救援——、——写真
- 与党と対立することが多い
- たくと良い香りがします
- アスパラガスは主にこの部分を食べます

タテのカギ

- 知事選の期日前——に行ってきた
- 耳は聴覚、鼻は嗅覚、目は
- ゾウやライオンを数えるときに使う言葉
- 大きな口を持つ爬虫（はちゅう）類
- 往年のヒット曲『——のハワイ航路』
- 武者人形はかぶっていることが多い
- 茶畑で行う収穫作業
- 数え年70歳のお祝いです
- アシカやオットセイより大きな海獣
- 飛行機で物を運ぶこと
- 田畑を耕す農耕機械

●解答欄

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

3月号の解答



A B C D E F
「ジンチョウゲ」

- 【3月号クイズ当選者】
当選おめでとうございます。
- ★ 遠竹 親雄さん 出西市西出水町
 - ★ 三原 和子さん 出西市上大川内
 - ★ P.N ヒナゲシさん 出西市米ノ津町
 - ★ 廣瀬 ほのかさん 出西市高尾野町上水流
 - ★ 小島 恵美さん 出西市高尾野町江内
 - ★ 松本 ゆずかさん 出西市野田町上名
 - ★ P.N サッカー少年さん 阿久根市大川
 - ★ 新穂 ミチエさん 阿久根市脇本
 - ★ P.N デイフェンスさん 長島町鷹巣
 - ★ 東 はづえさん 長島町平尾
- ☆ 応募数：85通
答えは「ジンチョウゲ」でした。

クイズ・おたより・投稿等 応募方法と送り先

8	9	9	0	4	0	5
出西市高尾野町 下水流890番地 JA鹿児島いずみ 企画広報課宛						

送り先

記入例(横書きも可)

解答 ○○○○○○
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

- くろすわーど
- しめきり ▶ 令和2年5月31日消印有効
 - 当選発表 ▶ 令和2年7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)

あとかき Editor's Note

私事ではございますが、ほほえみ作成をはじめとする広報業務に携わって5年。この度、人事異動により広報担当を卒業することになりました。いろいろな現場を訪ね、たくさんの方々との出会い、学ぶことの多いとても貴重な経験をさせていただきました。これまで取材等にご協力くださった組合員や地域・関係機関の皆さまをはじめ、未熟な私を支えてくださった周りの方々に心から感謝いたします。本当にありがとうございました。

これからも、JA広報活動へのご協力といづるくんの応援を引き続きよろしく願いたします!! (彩)

組合員・地域住民の皆さまとJAをつなぐ

Vol.23

自己改革 取組みレポート



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。

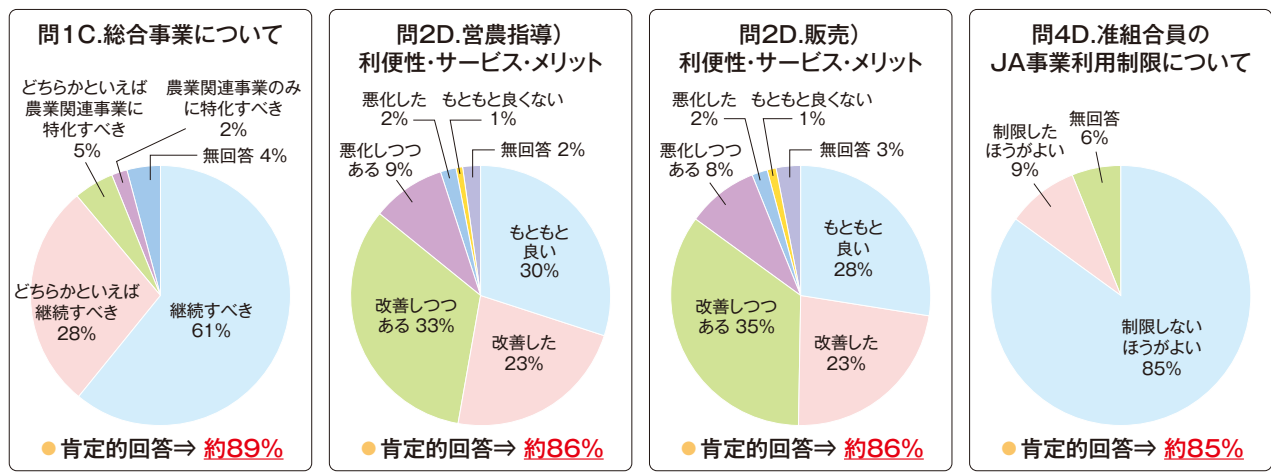


組合員アンケートの最終集計結果報告について

JAでは、地域に根ざした協同組合として、より一層皆さまの期待に応えられるよう、平成30年12月～令和元年12月まで、アンケート調査を実施いたしました。
同アンケートの集計結果（県内）が取りまとまりましたので、ご報告いたします。

回答数（県内計）：86,978名（うち正：47,120名（54.2%）准：39,497名（45.4%）〔認定農業者：8,584名〕

アンケート結果概要



- 総合事業を維持すべき、准組合員の事業利用を制限しない方がよいといった、肯定的なご意見をいただきました。
- 全国で実施しております調査結果を、組合員の声として国・関係省庁へ届けるとともに、さらなる自己改革の実現に向けて取り組んでまいります。
- 多くの組合員の皆さまにご協力を賜り、誠にありがとうございました。いただいたご意見を踏まえ、より良いJAを目指し取り組んでまいります。

JA Aコープ 地産地消 にこだわった商品をお届けします。

JA Aコープ 新鮮野菜

入会金・年会費は無料。詳しくは、ホームページをご覧ください。下記までお問い合わせください。

Aコープ鹿児島企画部企画課 **TEL.099-284-8665**

Aコープの おいしい宅配サービス

健康普通食 健康介護食 健康管理食

健康な高齢の方に オススメ! わやらか普通食

噛む力、飲み込み力が弱まった方にオススメ! きざみ食 ムース食

糖尿病、ダイエット中の方にオススメ! 1600kcal調整食 1440kcal調整食

腎臓病、人工透析中の方にオススメ! たんぱく40g調整食 たんぱく60g調整食

5日分をまとめて週末にお届けします。

お問い合わせ・ご注文は **0120-492-014**

株式会社Aコープ鹿児島 夕食宅配事務局