

私たちは TPP に
日本が参加することに断固反対します



ごとう



謹賀新年

ねんきん定期貯金キャンペーン実施中!



ごはんちゃん©

CONTENTS

- ☆TOP NEWS
- ① 新年のごあいさつ
 - ② 地区別総代説明会 Q&A
 - ③ 第14回 JA ごとう農業まつり

- ・太陽と緑 五島がうまいの立役者 角田 清一郎さん (玉之浦)
- ・五島がうまい直送便
- ・金融部からのお知らせ
- ・青年部 婚活イベント開催のお知らせ
- ・年金友の会親睦旅行のご案内

1月号

JA ごとう
2015 No. 107



(有川地区)

地区別総代 説明会 Q & A



(若松地区)

12月3日から11日にかけて、各地区で開催しました地区別総代説明会の主な質問について
ご報告いたします。

Q1 利子助成は、積立金からではなくJA自体の取り組みとしてやってもいいのではないか？

A1 検討の余地はあると思いますが、積立金からの利子助成は後継者育成の目的で行いますのでご理解ください。

Q2 信用事業を分離した場合、貸付金事業に規制がかかるのか？

A2 JAの原資が無くなるため、貸付の要望に対し農林中金への橋渡ししかできなくなります。あとは農林中金の規定で執り行われることとなります。

Q3 地区別総代説明会は年1回の開催だったか？

A3 JA改革と後継者育成対策積立金について特に説明が必要だと判断したことによるものです。

Q4 後継者育成対策積立金の活用方法に出生祝い金を加えたらどうか？

A4 検討します。

Q5 (JA改革について) 政府の方針に反発できるのか？改革後の対応を考えるべきでは？

A5 現在の「農業協同組合の見直し」として出されたものは、まだ確定ではなく、党内でも議論がされている状況です。今後JAとして改革案への要望をしていきます。改革すべきところは自ら改めますが、譲れないところは守ります。

Q6 (後継者育成対策積立金の) 施設導入資金等に対する利子助成事業について、既存のものへの適用は？

A6 本年度(平成26年度)4月に遡ってそれ以降に新規実行されたものに適用します。

Q7 国に(JA改革について)この場で意見することで何か変わるのか？

A7 JAの考えをまとめて要望していきます。

日時	開催地区	総代数	うち出席者数	総代以外の出席
12月3日(水) 午後1時30分～	大津	23	14	—
12月3日(水) 午後6時30分～	玉之浦	21	19	—
12月4日(木) 午前9時30分～	富江	46	21	—
12月4日(木) 午後1時30分～	岐宿	38	21	—
12月4日(木) 午後6時30分～	山内	41	24	—
12月5日(金) 午前9時30分～	本山・大浜	50	21	—
12月5日(金) 午後1時30分～	福江・奥浦	30	20	—
12月8日(月) 午前9時30分～	久賀	16	13	1
12月8日(月) 午後1時30分～	崎山	33	19	2
12月8日(月) 午後6時30分～	三井楽	34	20	6
12月9日(火) 午前9時30分～	有川	51	27	—
12月9日(火) 午後1時30分～	若松	30	12	—
12月11日(木) 午前9時30分～	新魚目・北魚目	36	15	—
12月11日(木) 午後1時30分～	青方・上郷	50	24	—

第14回 JA ごとう農業まつり

下地区 ▶ 11月29日(土)・30日(日)



みんなのよい食目方でドン!



福江少年少女合唱団による合唱



青年部による餅つき



五島豚大試食会



幼徳保育園園児による演技



餅まき



福江小学校金管バンドによる演奏



カラオケ大会



五島高校吹奏楽部による演奏



野菜重量当てゲーム



羽差太鼓によるオープニング

上地区 ▶ 12月7日(日)



農産物加工コンクール表彰



宇戸ダンススクールによる演技



インデペンダンス☆クルーによるダンス



ハーモニカ愛好会「椿」による演奏



ケアレンジャーショー



餅つき



上五島中学校吹奏楽部による演奏

「つなげよう! 食の安全と五島の農業!!」をメインテーマに、農業まつり恒例となった大人気のイベントから各種団体による演奏なども行われ、多くの家族連れで賑わいました。

第14回農産物加工コンクール入賞者

下地区入賞者

部門	褒賞	品名	氏名	支店・出張所	部門	褒賞	品名	氏名	支店・出張所
	全農長崎県 本部長賞	中玉トマト	三谷 勲	富江	果菜類の部	金賞	カボチャ	宮崎 盛	本山
	五島振興局 局長賞	スナップエンドウ	真弓 音政	大津			中玉トマト	三谷 勲	富江
		五島市長賞	ブロッコリー	田尾 寛則			岐宿	インゲン	萩里 三郎
穀類の部	金賞	玄米	畦倉 一徳	岐宿			スナップエンドウ	真弓 音政	大津
		大豆	小島 利幸	西部		パプリカ	㈱五島パプリカ	本山	
	銀賞	玄米	坂井 寛仁	西部		インゲン	入口 藤幸	富江	
		大豆	三藤 久利	西部		スナップエンドウ	深松 洋子	大津	
	銅賞	玄米	平田 光子	西部		イチゴ	㈱五島農園	西部	
		ササゲ	野口 悦子	西部		インゲン	浜里ノブエ	三井楽	
根菜類の部	金賞	白菜	樽角 静男	岐宿		スナップエンドウ	佐々野武雄	崎山	
		かんしょ	寺脇 丈敏	本山		五島振興 局長賞	三色いももち	山田 京子	西部
	銀賞	生姜	橋口 甚七	本山		五島市長賞	大根の一夜酢の物	谷合千鶴子	富江
葉菜類の部	金賞	ブロッコリー	田尾 寛則	岐宿	全農長崎県 本部長賞	ジャガイモようかん	松本 典子	西部	
		レタス	山内 清一	崎山	金賞	いもロールケーキ	中村 正子	三井楽	
	銀賞	高菜	山中 勇実	本山	銀賞	ニンニクみそとキュウリ	川村 優子	崎山	
		キャベツ	中尾 宏昭	福江		いちごムース	神谷千代子	西部	
	銅賞	キャベツ	黒川伊佐巳	西部	銅賞	ゆず&みかんジャム を使った蒸しパン	中村喜美代	富江	
		ブロッコリー	木戸千代子	岐宿		ピーマンみそ	馬場尚奈津子	大津	
加工の部	金賞	白菜	田中 松治	上五島	アイデア賞	紫イモの水まんじゅう	片山寿賀子	大津	
		キャベツ	戸村 正人	有川		アンス漬け	田口 節子	富江	
	葉菜類の部	ほうれん草	田村 マン	有川	奨励賞	根野菜の五目ご飯	松岡 敏子	三井楽	
果菜類の部	深ねぎ	川崎フサエ	有川	青シソの佃煮		澤本 ミユキ	西部		
葉菜類の部	小ねぎ	江山シズ子	有川						
加工の部	かんころ	永田 文代	上五島						
根菜類の部	ツワみそ漬け	川上キミ子	若松						
果菜類の部	たくわん	奥畑イトエ	若松						
根菜類の部	みそ	竹村 静子	有川						
葉菜類の部	梅干し	吉村美知子	若松						
根菜類の部	奨励賞	いくり酒	幹 アサノ	若松					
		平切大根	戸崎イチエ	有川					
	奨励賞	大根	寺田美恵子	上五島					
		馬鈴薯	永田友二郎	上五島					
			田中クニ子	有川					
		サトイモ	永田 文代	上五島					
			田口 昭洋	有川					
玉ねぎ	浜原スマ子	若松							
人参	尾上さつき	新魚目							
カブ	田口 昭洋	有川							
ショウガ	田中 秀樹	上五島							
		原塚ヤチノ	若松						

上地区入賞者

部門	褒賞	品名	氏名	支店・出張所	部門	褒賞	品名	氏名	支店・出張所
葉菜類の部	組合長賞	キャベツ	戸村フヂヨ	有川	葉菜類の部	奨励賞	白菜	田中 松治	上五島
果菜類の部		インゲン	西村タケノ	若松			キャベツ	戸村 正人	有川
葉菜類の部		ツワブキ	長山 スマ	新魚目			ほうれん草	田村 マン	有川
加工の部		ツワみそ漬け	川口 ミト	上五島			深ねぎ	栄 伊勢子	上五島
根菜類の部	五島振興 局長賞	甘藷	中村 次江	新魚目			川崎フサエ	有川	
果菜類の部	新上五島 町長賞	インゲン	吉村美知子	若松			古川 常雄	新魚目	
根菜類の部	新上五島町 奨励賞	甘藷	永田友二郎	上五島			小ねぎ	江山シズ子	有川
		大根	尾上さつき	新魚目			かんころ	永田 文代	上五島
葉菜類の部		ツワブキ	古川 常雄	新魚目			ツワみそ漬け	川上キミ子	若松
根菜類の部	奨励賞	大根	寺田美恵子	上五島			たくわん	奥畑イトエ	若松
			永田友二郎	上五島			みそ	竹村 静子	有川
		馬鈴薯	田中クニ子	有川			梅干し	吉村美知子	若松
			永田 文代	上五島	いくり酒	幹 アサノ	若松		
		サトイモ	田口 昭洋	有川	平切大根	戸崎イチエ	有川		
			浜原スマ子	若松					
		玉ねぎ	尾上さつき	新魚目					
人参	田口 昭洋	有川							
カブ	田中 秀樹	上五島							
ショウガ	原塚ヤチノ	若松							



収穫を行う樽角さん

クリスマス迎え、出荷ピーク

—秋冬ブロッコリー出荷—

当JA管内では十一月から秋冬ブロッコリーの出荷がスタート。需要の高まるクリスマスや年末年始を前に生産者らは出荷のピークを迎ええた。JA管内の平成二十六年年度作秋冬ブロッコリーは八十戸の生産者が栽培し、作付面積は四一畝、一五〇万玉の出荷を計画しています。当JAのブロッコリーは専用の資材で水詰め出荷を行っており、鮮度が高いのはもちろん、一週間程度の保管が可能となっているため、市場から高評価を得ています。

五島市岐宿町で栽培を行う樽角静男さん（75）は「今年は苗の選別や植え付ける間隔を工夫して秀品率が高かった。春作についても良いブロッコリーを作りたい」と話しました。

手軽さで人気 カットレタス

—契約レタス出荷スタート—



収穫を行う尾崎部会長

当JAレタス部会は十二月二日、JA本店で契約レタス出荷会議を開きました。会議には部会役員、担当職員など二十三名が出席。出荷を目前に控え、生育状況についての報告や出荷計画について協議が行われました。今年度の契約レタスは結球、リーフ合わせて五十

五戸で栽培。栽培面積は八一七アとなっており、三月までに三六九〇〇ケースの出荷を計画しています。

四日に富江町の畑で収穫を行った同部会の尾崎初男部会長は「一部台風の影響を受けた地域もあったが、生育は順調」と話しました。また、JA担当職員は「病害虫防除、肥培管理を徹底し、品質の良いレタスを計画出荷できるよう指導していきたい」と安定出荷に向けた意気込みを語りました。

贈答用に人気 安定供給目指す

—五島ルビー出荷ピーク—



収穫を行う橋本さん

当JA富江支店管内では特産の五島ルビーの出荷がピークを迎えています。二十六年作の五島ルビーは九戸の生産者が一五八アで栽培しており、一〇アあたり一〇トの出荷を目指しています。

十二月二十五日に収穫を行った橋本博隆さん（59）は「今年は病害虫の被害もほとんどなく、今のところ順調に出荷できている。二十五年作よりも収量は多くなりそう」と二十六年作の出来について語りました。

JA担当職員は「十二月に入り、日照不足が心配されたが、品質の良いトマトができています。選果・選別を

徹底して更なる銘柄確立を図りたい」と話しました。JAでは肥培管理の徹底とともに適期収穫の実施によって、今年六月まで市場への安定出荷を行う計画です。

五島の冬の風物詩始まる

—高菜漬け込み—



漬け込みの様子（本山加工所）

当JA管内では十一月から高菜の漬け込みがスタート。管内三カ所の加工施設では連日漬け込み作業が行われています。JA高菜部会は昨年度の日本農業賞大賞を獲得し、今年度はさらに面積を拡大。日本一の高菜生産地として、収穫した高菜を積み込んだトラックを下地区各地で目にする事ができます。

今年度産の高菜は管内一〇〇戸の生産者が九〇畝で栽培。四〇五〇トの出荷を計画しています。また、今年度からは特別栽培農産物認証に向けた取り組みとして、試験的に一〇〇㍓程度で特別栽培施肥例に基づいた栽培法を実施。安全・安心な五島産高菜をPRする計画です。

愛情込めた味届ける

—はまゆう部会 配食サービス—

当JA女性部はまゆう部会は十二月六日、五島市籠淵地区で、お弁当の配食サービスを行いました。この取り組みは同部会がミニデイサービスと並行して取り組んできた活動で、高齢者世帯へ手作りのお弁当を届けるとともに、JAの介護事業に関心を持ってもらうことが目的となっています。

部員らは前日から地元の食材を使い、煮しめや五島三菜入りのコロッケを手作りしていました。お弁当を贈られた一人は「地元のものを使ってあるので、食べるのが楽しみ」と語り、サービスに満足した様子でした。

部会では今後も介護事業へ関心を持ってもらうため、配食サービスやミニデイサービスを中心に活動を行います。



弁当の内容を説明する部員

組合員や地域の活動紹介

—岐宿出張所情報板設置—



温かみ溢れる掲示板

当JA西部支店岐宿出張所では今年度から職場活性化や組合員利用満足度（CS）向上の一環として、窓口地域やJAのイベント掲示を口設置しており、好評を頂いています。これまで紹介したイベントは主に年金友の会ゲートボール大会や地域の小学校と連携した食農教育活動、農業まつりなどとなっております。出張所管内の組合員の表情を中心に、職員が温かいコメントを添えています。

同出張所の松本喜久男所長は「掲示板を設けてから組合員との会話が増えた。地域のイベントを中心に載せているので、毎回楽しみにしている人も多い」と設置後の反応を話しました。また、同出張所では玄関前でブロッコリーなどの栽培も行っており、利用者の目を楽しませています。



産直市場

五島がうまい・直送便

今が旬の五島産農産物

五島には豊かな自然の中で育まれた農畜産物がたくさん！旬を迎えた野菜は栄養価も高く、味も抜群です。ぜひ、産直市場五島がうまいへお越しください！！



カボチャ

貯蔵施設で糖度を高められた、全国でも好評価のカボチャです。



スナップエンドウ

軽く塩ゆでするだけで鮮やかな緑色と甘みが広がります。炒め物やサラダなど活躍の場が多い野菜です。



レタス

安全・安心にこだわり、みずみずしくおいしいレタスができました。重量の軽いものをお選びください。



五島ルビー

酸味が少なく、糖度が高い甘くておいしいトマト。果色は輝くような鮮紅色が特徴です。



イチゴ

赤く色づいたイチゴは今が旬。甘酸っぱい、さっぱりとした味わいをお楽しみください。



深ねぎ

冬の料理には欠かせない野菜。白い部分は特に甘味が強く、シンプルに素焼きして鰹節と醤油でどうぞ。



ブロッコリー

五島の温暖な気候はブロッコリーにぴったり。ブランド確立に取り組んでいる品目の1つです。

私 が作りました！



玉之浦支部
中村 恵美子 副支部長 (67)

五島がうまいや地域のイベントなどに野菜や手打ちそばを出荷しています。特に自家製のそば粉100%で作るそばは、そば本来の風味を楽しめると好評を頂いています。

また、野菜も自分の孫が食べるので、できるだけ農薬を使わず、安全・安心を心掛けています。これからの時期はハウレンソウや人参、ネギなどを出荷する予定ですので、ぜひお買い求めください。

私 が作りました！



本山支部
只熊 久美子 副支部長 (63)

五島がうまいオープン当初から、安全・安心な五島の農産物を使った素朴なお菓子を出荷しています。今の時期はかんころ餅や芋もち、通年商品としてより

りなども好評です。

春にはヨモギの新芽を摘んで作る草もちを出荷する予定です。季節を感じられるお菓子ですので、お茶請けやおやつにぜひ一度ご賞味ください。



太陽と緑
五島がうまい
の
立役者 NO. 56

二人三脚で牛と共に

五島市玉之浦町

かくだ

せいいちろう

角田

清一郎さん(68)

テル子さん(65)



角田さんは、リース牛舎の導入や、キャトルセンターへの預け入れなど

良いもの取り入れ好結果に

スタート当初から「これは良い」と思ったものを積極的に活用しています。特に、キャトルを活用するよう

様々な取り組みを経て、半世紀近く農業に携わる角田さんご夫妻。七十歳までは現在の頭数を維持して、できる限り牛を飼っていきたいという事です。「八十歳まで飼って、一〇〇歳までの二十年は遊びたいね」と語っていましたが「朝になったら牛に会わないと気になる」と清一郎さん。「大変な時期もあったが一筋でやってきてよかった。この歳になってやっと『牛が飼える』ようになったかな」と素晴らしいコメントでまとめて頂きました。

「基盤ができた」と話しました。

牛飼いは良い仕事はない！

牛好き夫婦で仲良く

角田さんご夫妻は現在、繁殖牛三十六頭の飼育と飼料作物五穀を栽培しています。

清一郎さんは、中学校を卒業後、五島からの進学者がまだ少なかった島外の農業高校に進学。卒業後すぐに地元に戻り、就農しました。ご両親も牛を飼っていましたが、農作業の労力として飼われていたということで、繁殖農家として本格的に始めたのは清一郎さんの代からだそうです。また、合併前の旧玉之浦町の議員として二十年務められ「あの頃はひと月の半分しか家にいないこともあって大変だった」と語ったテル子さん。西部支店担当者は「当時、奥さんが頑張ってくれたおかげで今の

なっから増頭が進み、成績も良くなっているという事です。また、リース牛舎の導入は、清一郎さんが町議在任中に決断されたそう





フレッシュミズ部会 親子のつどい

—クリスマスリースづくり—



当JA女性部フレッシュミズ部会は十二月十二日、JA本店で親子のつどいクリスマスリース作りを行いました。今回参加したのは、部員とその子供たちなど二十五名で、用意した松ぼっくりやビーズなどの材料を使って思い思いのリースを作っていました。

部会ではちやくりんフェスタをはじめ、収穫体験などを開いており、今回の取り組みもその一環。参加した親子は「松ぼっくりはこっちに置いた方がかわいい」などと配置を話し合いながら、真剣な表情で作品を仕上げていました。

同部会では今後も、親子で楽しめるイベントを企画し、部員の獲得につなげる計画です。

正月に向け楽しい教室

—女性部 料理講習会—



作業中は会話も弾む

当JA女性部は十二月十一日から各支部で料理講習会を開きました。今回は、家の光図書を参考に共同購入商品と地元食材を使い、家庭でできる正月料理を作りました。

十二月二十日にJA富江支店で行われた富江支部の講習会には部員およそ二十名が参加。仲間同士の和気あいあいとした雰囲気の中、料理を仕上げていきました。正月料理ということで、色鮮やかな食材が並び、なます入り生春巻きやサケのオーリーブオイル煮など、普段のおせち料理とは一味違う料理に部員からは「普段食べ方がマンネリ化している食材の新しい使い方が分かって楽しい」と笑顔で語っていました。

また、仲間同士での試食では普段の料理の話題を中心に箸も進み、笑顔あふれる講習会となりました。

JA教育ローン学まなぶくん

キャンペーン期間
平成26年 平成27年
11月4日(火)～4月30日(木)

特別金利キャンペーン

キャンペーン金利
〈固定金利〉

年 **2.2%**

ご融資金額 **500万円以内**

ご融資期間 **最長13年6ヵ月**
※JA住宅ローン利用者は**15年**

担保 **不要** 保証人〔原則〕**不要**

平成26年11月4日現在

高校・大学・専門校の
入学金・授業料



学校へ納付する学費



アパート・下宿の敷金・礼金・家賃



JAバンク

わたしの夢は、
まだまだ
育ち盛りです。

JA
教育ローン



●ご返済金額のめやす (別途、保証料がかかります。)

金利年**2.2%**
(固定金利)

※借入額100万円
(うちボーナス支払分40万円)の場合

ご返済期間		3年	5年	7年
毎月払いのみの場合		28,729円	17,615円	12,855円
ボーナス払い 併用の場合	毎月分	17,237円	10,569円	7,713円
	ボーナス支払分	69,256円	42,459円	30,984円

「JAとのお取引はこれから」というお客様も
お気軽にお問い合わせ・ご相談ください。
(ご利用に関しては、組合員加入のための出資が必要となります。)

JAごとう 金融部

TEL : 0959 (72) 6212 FAX : 0959 (72) 3077



恒例のうどん 今年もおいしく

— 崎山小 うどん作り —



生地を伸ばす児童

当JA青年部崎山支部は十二月八日、五島市立崎山小学校の六年生十一名とうどん作りを行いました。このうどんに使われた小麦粉は昨年十二月に児童らが種まきを行い、五月に収穫したもので、毎年この時期に試食会が開かれています。

部員らは前日から生地を仕込み、当日児童らと一緒にうどん麵に成形していきましました。茹で上がったうどんに鶏ガラなどでとった青年部秘伝の出汁をかけて温かいうどんが出来上がりました。作業を行った児童は「足で踏んで生地を伸ばす作業が大変だったけど、おいしいうどんができたので良かった」と熱々のうどんに満足の様子でした。

JA担当職員は「小麦の種まきから試食までの一連の取り組みで少しでも農業や食に関心を持ってもらえれば」と語りました。

ソバ打ち 地域で楽しむ

— 盈進小 ソバ打ち —

JAごとう青年部富江支部は十二月十一日、五島市立盈進小学校の児童らとソバ打ちを体験しました。このソバは児童らが九月に種まきをして、十一月に収穫・乾燥させたもので、十八年前から続く地域の一大イベントとなっています。

当日は青年部員をはじめ地域住民などおよそ一〇〇名が参加。児童らは地域のソバ打ち名人たちから指導を受けていました。ソバ打ちを体験した児童は「生地を伸ばすのが大変だった。おばあちゃんたちは麵を切るのも早くてすごいと思った」と話しました。



ソバの味に大満足の親子

JA青年部担当職員は「毎年大勢の地域住民が来るイベント。児童らには楽しみながら地域と交流してもらい、農業に関心を持ってもらえれば」と語りました。

お餅 アレンジ レシピ

残った餅は？



真空パックの物は常温で商品の表示通りに保管しましょう。パックされていない切り餅は1切れずつラップに包んで保存袋に入れ、冷蔵庫で約1週間。それ以上保存する場合は冷凍しましょう。使うときは半解凍程度にして加熱調理します。



餅の和風ピザ 355kcal

餅生地の和風ピザ。もちもち、カリッとしたお餅の食感としょうゆの香ばしさが病みつきになります。おやつやおつまみにもお薦め。

■材料 (1人分)

- | | |
|----------------|----------------|
| 切り餅…………… 2個 | ピザ用チーズ……………20g |
| ちりめんじゃこ…大さじ1 | しょうゆ……………小さじ1 |
| 万能ネギ…………… 1～2本 | サラダ油 ……小さじ1/2 |

■作り方

- (1) 切り餅は半分の厚さに切る。万能ネギは小口切りにする。
- (2) フライパンにサラダ油を温め、(1)の餅を2個くっつけて並べる。弱火でふたをして約2分焼く。
- (3) (2)を裏返してしょうゆを塗り、ちりめんじゃことチ

- ズを載せる。水大さじ1～2 (材料外)を加え、ふたをして1～2分、チーズが溶けるまで蒸し焼きにする。
- (4) (3)を食べやすい大きさに切り、器に盛る。万能ネギを載せる。

FARMERS PARTY in 五島

～五島に恋の季節がやってきた。～

JAごとう青年部は五島市・新上五島町内の若手農業者の集まりです。
トマト狩りなどの楽しいイベントを通じて、農業に熱意を傾ける青年と
素敵な恋を实らせませんか？

【開催日】

平成27年3月21日(土・祝)

平成27年3月22日(日)の2日間

【集合場所】

JAごとう本店(五島市籠淵町2450-1)

→福江港ターミナル・五島つばき空港からの送迎あり

【募集対象】

男女各15名程度

男性：JAごとう青年部の独身の方

女性：20歳～45歳までの独身の方

【内容】

21日(土) 11:00～ 受付

事務局より内容説明

12:00～ JA農家レストランにて昼食(自己紹介)

13:30～ 富江町にてルビートマト収穫体験
(男女ペアでの重量当てゲーム)

14:30～ 各種農業体験

17:30～ 交流会

22日(日) 9:00～ 市内観光

11:00～ ピザづくり

(試食会・フィーリングタイム)

15:00～ 解散

※天候等によりイベント内容が異なる場合があります。



申込方法：裏面申込書によりFAX・郵送又はJAごとうHP応募フォームよりお申込ください。

締切：平成27年2月26日(金) 必着

参加費：男性5,000円 女性3,000円

内容：ルビートマト狩り、各種農業体験、ピザづくり、交流会 など

※ご提供いただいた個人情報は当イベントのみに使用し、他の目的には使用いたしません。

※応募者多数の場合は抽選とさせていただきますので、ご了承ください。

〈問合せ先〉 JAごとう青年部事務局(JA農産園芸部内) 担当：山口

Tel: 0959-72-6214 Fax: 0959-72-6498

mail: nousei3@ja-goto.or.jp JAごとうHP: <http://www.ja-goto.or.jp>

キンカン

小さな果実に、栄養たっぷり

ミカンやユズなどと同じかんきつ類の中で、一番実が小さい品種が「キンカン」。かんきつ類の酸味に、ほんのりとした甘味と苦味が特徴。冬から早春にかけて旬を迎え、九州地方などの温暖な気候の地域で主に栽培されています。

実は小ぶりですが、皮まで丸ごと食べられるため、栄養をたっぷり取ることができます。美肌効果やストレスなどにも良いビタミンC、血圧やコレステロールを下げ、便秘解消にも良いとされる食物繊維などが豊富に含まれています。

他にも果物の中では珍しく、カルシウムが非常に多く含まれ、その量はキンカン5個でイワシ1匹分以上の含有量に相当。また、昔より喉や風邪に良いといわれ、免疫力を高める働きのある成分も含まれています。

選ぶ際は皮の色が濃く、つやつやしていて傷のない物を。キンカンは皮のオレンジ色と丸い形が料理を華やかにしてくれます。生のまま薄くスライスしてサラダや酢物の物などのあえ物に入れても、キンカンのほのかな苦味と甘味が料

理のアクセントに。

定番の甘露煮は、一度下ゆでしてから、キンカンの重量の40～50%の量の砂糖で煮ます。そのままお茶請けや、風邪気味のときには煮汁をお湯などで薄めて飲むとよいでしょう。



RECIPE

キンカンとカブの酢の物

調理時間

15分

材料（4人分）

キンカン	5個（70g）
カブ	2個（200g）
塩	小さじ1／4
刻み昆布（乾燥）	3g
A	
砂糖	大さじ1／2
酢	大さじ2

作り方（1人分27kcal）

- (1) キンカンは3～4mm厚さの輪切りにします。大きな種は取り除きます。
- (2) カブは皮をむき、2～3mm厚さの半月切りにします。塩をまぶし、5～10分置いて、水気を絞ります。
- (3) 刻み昆布はさっさと洗い、水気を切ります。水大さじ1（材料外）に漬けて、しんなりさせます。Aを加えて混ぜます。
- (4) (3)にキンカン、カブを加えて混ぜ、味をなじませます。



撮影：大井一範

平成二十六年 第九回理事会

(平成二十六年十二月十九日 開催)

1、報告事項

- 報告 No. 1 主な事業経過と行事予定について
- 報告 No. 2 主要事業十一月末計画と実績について
- 報告 No. 3 産直市場「五島がうまい」十一月末実績について
- 報告 No. 4 平成二十六年十一月末食肉販売実績について
- 報告 No. 5 平成二十六年十一月～十二月期県内家畜市場市況について
- 報告 No. 6 第十四回JAごとう農業まつりの結果について
- 報告 No. 7 平成二十六年JA共済コンプライアンス点検結果及び改善方針の概要について
- 報告 No. 8 有川支店浄化槽工事に係る入札結果について
- 報告 No. 9 有川給油所改修工事に係る入札結果について
- 報告 No. 10 地区別総代説明会の主な質疑・回答について
- 報告 No. 11 平成二十六年第一回債権管

- 理委員会の結果について
- 報告 No. 12 年末年始の営業について
- 報告 No. 13 貸付金の実行について
- 報告 No. 14 平成二十五年塩蔵高菜の品質について
- 報告 その他

2、議案事項

- 議案 No. 1 中央会期中監査指摘事項に対する回答について
- 【一部再検討として可決】
- 議案 No. 2 後継者育成対策積立金取崩に関する規程(案)について
- 【可決】
- 議案 No. 3 後継者育成対策積立金取崩に関する要領2について
- 【可決】
- 議案 その他

3、常例検査講評

編集後記

新年あけましておめでとうございます。

「二年の計は元旦にあり」と言いますが、私は計画を立てるのが苦手です。時間があるうちに予定を立てれば済む話なのですが、直前にならないと行動できない

性格なので、三十歳になる今年はスケジュール管理を徹底して仕事に私生活に落ち着いた一年にしたいと思います。

今年も五島の各地に足を運んで取材等でお世話になります。よろしくお願い致します。

(紙漣 諒)

産直市場 五島がうまい

住所：〒853-0041 五島市籠淵町2450-1
 電話：0959-88-9933 FAX：0959-88-9922
 営業時間：9時～19時
 ※農家レストランは10時30分～15時(予約については別途) 16時～19時30分
 ※土日限定バイキング 11時～15時 (通常メニュー) 16時～19時30分
 料金 大人：1,050円 子ども：600円(小学生以下)
 定休日：毎月第1・第3月曜日(祝日の場合は営業、振替なし)

葬儀のことなら誠意と真心で奉仕する

株式会社JAごとう葬祭 斎場 浄倫会館

【本店】
 〒853-0041 長崎県五島市籠淵町2450
 TEL 0959(72)8211 FAX 0959(74)5266

【上五島支店】
 〒857-4404 長崎県南松浦郡新上五島町青方郷355-7
 TEL 0959(52)2417 FAX 0959(43)1955