西宇和農業協同組合広報誌

たちばな

Nishiuwa Member's Communication Magazine

3
March
2023
No.352

特集１　ＪＡにしうわ女性部の
Yummy, yummy
カレンダー/かんきつ手作り加工品展

特集２　きらりと輝くかんきつ農家
伊方町大江 大久保玲香 さん

FOCUS NISHIUWA

生産推進大会

～活気あるかんきつ産地を～

ＪＡにしうわと西宇和青壮年同志会、ＪＡにしうわ女性部は１月 18 日、ＪＡ本店で３年ぶりに生産推進大会を開きました。強固な生産基盤を構築するため生産対策などを共有し、産地の結束力を高め、活力ある産地づくりを目指します。

2022 年産の温州みかん市場出荷数量は 27,024㌧（前年比 87%）、単価は 345 円（前年比 104%）で約 93 億円（前年比 90%）の売上を見込んでいます。数量は少なかったですが、品質が良かったことと傷み果が少なかったことで市場からの評価は高く、終始前年の価格を上回りました。

記念講演では、東京青果㈱の泉英和専務取締役が日本のかんきつ農業の未来について話し、「これぞ西宇和みかん」という果実の出荷を呼びかけました。

西宇和農業賞

対象	経営の改善と合理化を実践し、安定した農業経営を展開している農家。
目的	地域の経営意識高揚と農業経営向上のため。

木下友人（きのしたともひと） さん／八幡浜市川上町

温州みかんと中晩柑類の複合経営。計画的に栽培面積を拡大しつつ、老木園の改植で収益の向上と連年安定生産を実現。また法人化に取り組んでおり、通年雇用の従業員を確保して育成、第三者への事業継承で農地の維持を計画しています。

西宇和農業振興高門賞

対象	ＪＡ管内農業の人材育成や技術開発などに取り組んでいる者。
目的	一層の農業発展を未来に伝えるため。

町見雇用促進協議会

労働力確保のために 2019 年に協議会を発足。地区内の空き家を改修し、アルバイターのシェアハウスを開始しました。2021 年には旧加周保育所を女性専用の宿舎に改修。現在では伊方サービス株式会社も協議会に加入し、地区内の農地保全にも積極的に取り組んでいます。

CONTENTS

2 フォーカスにしうわ
生産推進大会
西宇和果実品評会
4 特集１ ＪＡにしうわ女性部の
Yummy, yummy
カレンダー完成／手作り加工品展
6 営農ＢＯＸ
日本一の産地づくり
野菜を作ってみよう
東京最前線
8 ＪＡのうごき
10 トピックス
伊予柑のＰＲイベント
第45回えひめみかん祭り　他
12 特集２ きらりと輝くかんきつ農家
大久保玲香さん
14 西宇和みかん支援隊かわら版
15 ＪＡグループの取組
16 インフォメーション
麦味噌･はだか麦ごはん消費拡大運動
てやてや健幸ドック
新生活応援フェア
西宇和せとかのケーキ
ＪＡグループ合同就職説明会　他
22 みんなの広場
ハッピーキッズ／川柳／ご飯をおいしく食事をたのしく／たちばなクイズ／みんなのひとこと／日向ぼっこ／今月の運勢

FOCUS NISHIUWA

西宇和果実品評会

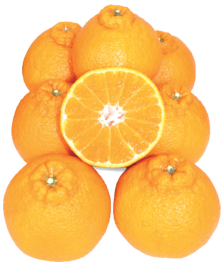
～露地の不知火が圧巻の出来～

西宇和青壮年同志会は１月 18 日、生産技術向上のためＪＡ本店で西宇和果実品評会を開きました。最高賞にあたる愛媛県知事賞には同市保内町の都築太一さんが出品した不知火（露地）が選ばれました。

今年度の品評会には温州みかんや伊予柑、ポンカンなど 207 点（昨年 201 点）の果実が出品されました。都築さんの不知火は、果実のサイズ感が揃っていたり着色もよかったりと申し分ない外観。品質も伴っており、審査員らは「露地でこのクオリティのものを作れるのは凄いことだ」と絶賛でした。

今年産は雨が少なかったことで中晩柑も温州同様、糖度酸度ともに高く味が濃い仕上がり。12 月下旬には雪が降ったことで果皮障害の心配もありましたが、外観も品質も出来の良いものばかりで審査員を悩ませました。

令和４年度 西宇和果実品評会入賞者一覧（令和５年１月 18 日）



愛媛県知事賞

品種／不知火

都 築 太 一

（保内）

全農えひめ本部長賞

品種／南柑 20 号

宮 本 大 輝

（三瓶）

南予地方局長賞

品種／清見タンゴール

寺 﨑 文 人

（三崎）

ＪＡにしうわ理事長賞

品種／甘平

清 水 勝 正

（保内）

生産推進委員長賞

品種／せとか

久 重 太 一

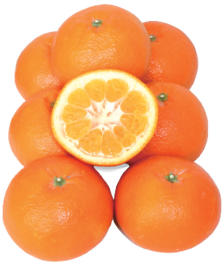
（三瓶）

青壮年同志会長賞

品種／太田ポンカン

菊 池 加 偉

（伊方）



女性部営農部長賞

品種／宮内伊予柑

岡 本 七 生

（三瓶）

各賞	品種名	氏名	支店
1等賞	不知火	菊地吉洋	三瓶
	甘平	岡本朔弥	三瓶
	愛媛果試第 28 号	菊池通隆	神山
	清見タンゴール	田中浩二	三崎
	せとか	富田崇徳	保内
	宮内伊予柑	平家彰人	保内
	宮川早生	吉川典多佳	真穴
	太田ポンカン	阿部道忠	瀬戸
2等賞	不知火	菊池生一	神山
	太田ポンカン	菊池登志彦	神山
	せとか	森州平	神山
	愛媛果試第 28 号	森州平	神山

各賞	品種名	氏名	支店
2等賞	甘平	玉井未央	保内
	清見タンゴール	中村俊輔	三崎
	石地温州	住俊成	保内
	宮内伊予柑	曽我晃	保内
	南柑 20 号	玉井幸紀	保内
3等賞	せとか	久重儀之	三瓶
	石地温州	清水豪士郎	川上
	南柑 20 号	井上剛志	神山
	不知火	住良明	保内
	太田ポンカン	増田慎二	日土
	愛媛果試第 28 号	松本章汰	保内
	宮内伊予柑	平家誠人	保内

活動時はマスク着用を徹底していますが、撮影時のみ外して対応させていただきます。ご了承ください。

JAにしうわ 女性部の Yummy.yummy

う〜ん、おいしそう！

女性部カレンダー完成！

〜かんきつ料理を暮らしに〜

ＪＡにしうわ女性部は 12 月 27 日、かんきつを使った料理を紹介するカレンダーを作り、700 部を当ＪＡや市場関係者などに贈りました。暮らしに欠かせないカレンダーでかんきつ料理を紹介することで産地をＰＲし、消費拡大を呼びかけます♥

女性部が毎年行っていたかんきつの加工品展が市場関係者から好評で、レシピ集の要望があり、昨年度から取組をスタートして今回が２回目。サイズはＢ４で上段に料理の写真を掲載。レシピはＱＲコード（二次元コード）を読み取って調べることができる仕組みになっています。

各支部の部員が考案し、加工品展に出品した料理を紹介。２月にはこれから旬を迎えてくるデコポンを使ったピザ「デコポンフラワーピザ」が登場。パンチのあるピザソースとデコポンの風味がうまくマッチしてクセになる味わいです。

女性部長の西川久美さんは「かんきつレシピを活用して食卓にみかんの香りと愛顔（えがお）の花を咲かせてほしい」と語ります。女性部は加工品展などを通じてかんきつの新たな可能性を見出していきます。

R４ 西宇和かんきつ手作り加工品展

～ＪＡにしうわ女性部がかんきつに魔法をかける～

ＪＡにしうわ女性部は１月 18 日、かんきつの消費拡大のためＪＡ本店で西宇和かんきつを用いた「手作り加工品展」を開きました。営農部長賞には西宇和郡伊方町の谷口明美さんが作った「ポテかんガレット」が選ばれました。

コロナの影響で試食を伴う審査は３年ぶり。スイーツはもちろん、ご飯が進むおかずや調味料など 15 品の応募作品が並びました。女性部本部役員らは作りやすさやかんきつの風味など一品ずつ確認しながら味わいました。

「ポテかんガレット」に使う食材はみかん、ジャガイモ、とろけるチーズと身近な食材ばかり。女性部営農部長の大和千晶さんは「簡単に作ることができる。みかんとチーズの相性が良く、酸味と塩味のバランスが美味しい」と語りました。

今回、出品された加工品のレシピは広報誌たちばなで紹介。ぜひ作ってみてください☺

営農部長賞

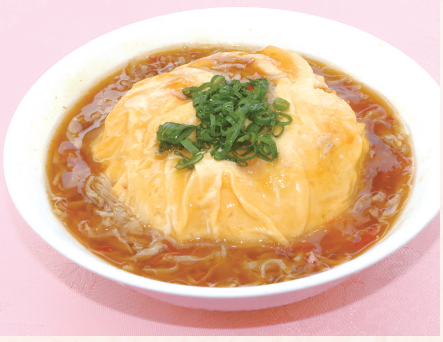
ポテかんガレット

谷口明美（町見）

１等賞

みかんが香る天津飯

井上久美（川上）



２等賞

かぶすとみかんを使った人参ラペ

黒田節美（三瓶）

３等賞

マーマレードミルフィーユ

小野照美（喜須来）

アイディア賞

誰でもできちゃう！マドンナマフィン!!

松本美穂（喜須来）

日本一の産地づくり

安定生産に向けた『基本管理の徹底』

営農振興部　林 幹二

３月になると気温が上昇し、柑橘の樹も本格的に活動を始めます。基本管理として縮間伐の実施、立枝・返り枝の除去を中心に行いましょう。中晩柑は品種によりますが、きっちり発芽させる剪定を行いましょう。

液肥散布

着花促進は、花芽分化期が狙い目

★時期：２～３月（着花対策）

●資材名

ホスポン(第一リン酸カリ)…濃度:200～300 倍

ポリリン酸カリ……濃度:2,000 倍

※暖かい日を狙って散布を行いましょう。

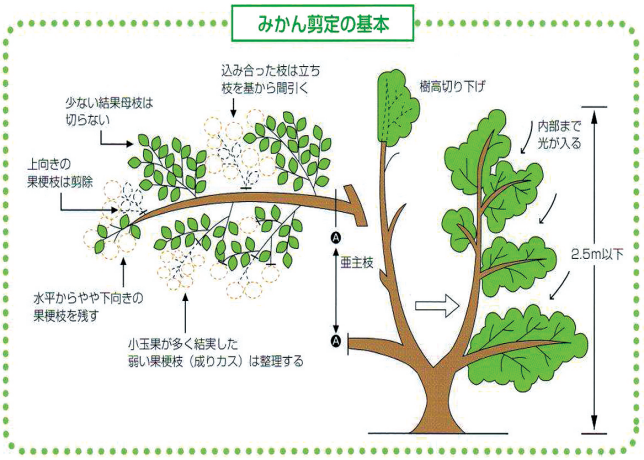
★時期：４～５月（緑化促進）

●資材名

葉面マグ(Mg-16)……濃度:300 倍

神協スピリッツ(N:8-P:10-K:3)…濃度:1,000 倍

柑橘剪定
(表年樹・裏年樹で別の剪定をしましょう！)



●残す枝

優良な結果母枝（長さ 10～15cm、葉５～８枚程度)、横～やや下向きの果梗枝

●切る枝

上向きの果梗枝、白筋の入った強い直立枝、地スリ枝、樹冠内部の基部が黒い２～３年生枝、枯れ枝

冬季潅水

少雨が続くと、葉色・樹勢低下が懸念されます。出来る限り、個人潅水で樹勢維持を図りましょう。特に、施肥後や改植（植栽）後は土壌水分を必要とします。

春肥の施用

地温が 12℃以上になる３月下旬～４月上旬に窒素成分で７～10kg程度を施用し、発芽、緑化を促しましょう。

品種名	極早生	早生 南柑20号 普通	伊予柑 ポンカン	その他 晩柑
肥料名	西宇和柑橘配合　（粒・粉）			
10a当たり 施用量	４袋	６袋	５袋	６袋

苗木管理

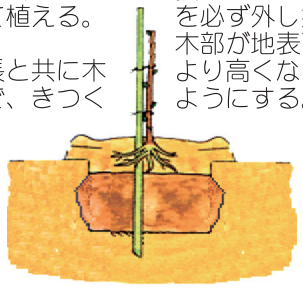
●植え付け準備

あらかじめ直径 60cm深さ 40～50cm位の穴を掘っておき、その掘った土に完熟たい肥または、完熟腐葉土をよく混ぜ合わせて準備しておく。肥料は、この時点では、まだ入れなくて構いません。

苗木の長さは接いでいる所から40cm位の所を芽の上で切って植える。

きつくひもで縛ると成長と共に木へくい込んでしまうので、きつく縛らない。

肥料は芽が動き出し、１ヶ月以上経ってから少量、苗木のまわりにパラパラと与える。



接木のテープを必ず外し接木部が地表面より高くなるようにする。

〈ポイント〉

埋め戻す際に土と根の間にすき間が出来ています。しっかりと土が入り込むように、棒などを利用してすき間なく突き込んだ後、たっぷりと水を撒いて下さい。その時、根を傷めないように注意して下さい。

植付後の写真

★新梢が発芽すれば、アブラムシ・エカキムシ等に気をつけましょう。柑橘防除暦の薬剤で駆除します。(窒素主体の液肥を必ず混用します)

ゴマダラカミキリムシの被害は致命傷となるので注意して下さい。

野菜を
作ってみよう

南予地方局農林水産振興部八幡浜支局地域農業育成室
担当係長　俊 成 典 和

夏野菜の定番 ピーマン

ピーマンは、ビタミンCやβ-カロテンを多く含む栄養豊富な野菜です。生育期間が長く、株が弱らなければ長い期間収穫が楽しめます。

栽培のポイント

★ナス科野菜を連作しないこと
★気温が十分上がってから定植すること
★収穫が始まったら土壌の乾燥に注意

土づくり

ピーマンは連作障害を起こしやすいため、トマトやジャガイモなどのナス科野菜を栽培した後地は避け、水はけが良い圃場を選定し、高畝にします。播種の２週間前までに堆肥や苦土石灰を施用し、１週間前に施肥を行います。

※施肥例（１㎡）

堆肥：３kg、苦土石灰：100 g、化学肥料：150 g

定植

最低気温 10℃以上、地温 15℃以上になり、気温が十分に上ってから定植します。畝の中央部に１列で 50cm 間隔に浅植えにし、たっぷりかん水を行い、株元が落ち着いたら風で苗がグラつかないよう仮支柱を立てて誘引します。

整枝・誘引

ピーマンは、主枝の８～９節に１番花をつけ、以降は各節に花とわき芽をつけます。１番花は小さいうちに摘み取り、草勢をつけます。

次に１番花と主枝の２番花がついた節のわき芽を伸ばし「３本仕立て」にします。１番花より下のわき芽は早めに摘み取ります。　主枝から出てくる側枝は３節で摘心して、上部のわき芽の発生と生長を促します。わき芽が込みすぎたら間引きをして全体の日当たりを良くし、株元の葉は摘み取り風通しを良くします。

追肥・かん水

収穫を始めた頃から追肥として２週間おきに株間に化成肥料 30g/㎡を施用し、肥料切れがないようにします。収穫が始まったら土壌が乾燥しないよう適宜かん水を行います。

収穫

１果重が 30～35 g程度になると収穫を行います。収穫が遅れると草勢が弱まるので早めの収穫を心がけましょう。

ピーマンの作型　▲：定植　■：収穫

月	4	5	6	7	8	9	10	11
露地	▲---▲	■	■	■	■	■	■	■

緑黄色野菜 ブロッコリー

ブロッコリーは、カリウムやビタミンCなどの栄養価が高い緑黄色野菜です。ブロッコリーの生育適温は平均気温が 18～20℃で耐寒性や耐暑性は強く、真夏以外は栽培が可能です。一般的には春まきと夏まきの年２回栽培することができます。

栽培のポイント

★湿害に弱いので排水対策をしっかりと
★害虫ネットなどで害虫対策を
★肥料切れが無いようこまめな追肥施用

土づくり

肥沃で水はけが良い圃場を選び、播種の２週間前までに堆肥や苦土石灰を施用し、高畝にします。

※施肥例（１㎡）

堆肥：２kg、苦土石灰：100 g、化学肥料：150 g

定植

基本的には購入苗を用います。株間 50cmに植え穴を掘り、植え穴にたっぷりと水やりをした後、本葉５枚程度の苗を植え付けます。春まきと夏まきによる育苗が可能ですが、春まき時期は厳寒、夏まき時期は酷暑にあたるため、保温等の対策が必要となります。春まきは２月中旬から３月上旬が播種時期となります。施設でポリポット等を使い、本葉５枚程度の苗を育てます。

追肥・土寄せ

定植後、本葉が 10 枚の頃に１回目の追肥を行います。株間に化成肥料 30g/㎡程度を施用し、軽く土寄せします。それ以降は、20 日おきに同量の肥料を施用し、肥料切れしないようにします。

収穫

頂花蕾が 15cm程度になり、小さなつぼみがはっきり見えたら、収穫適期です。花蕾の 10～15cm程度下の部分を切り取って収穫します。収穫が遅れないよう、タイミング良く収穫しましょう。品種によっては側花蕾が収穫できるので、直径が３～５cm（ゴルフボール大）になったら順次収穫します。

ブロッコリーの作型　●：播種　▲：定植　■：収穫

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
春まき		●-●		▲-▲	■	■						
夏まき	■						●-●			▲-▲	■	■

東京最前線

東京営業所所長
竹 中 一 洋

京浜市場　主要国産果実販売実績　（単位：ｔ、円/kg、％）

		11月計		12月計		1月上旬		1月中旬	
		数量	単価	数量	単価	数量	単価	数量	単価
露地みかん	実績	25,072	294	38,009	294	3,355	298	6,823	316
	前年比	90	105	96	102	90	108	90	117
ポンカン	実績			212	341	291	325	745	321
	前年比			82	111	102	109	85	114
伊予柑	実績			124	280	363	270	840	263
	前年比			63	104	100	104	81	110
しらぬひ	実績	11	1,214	431	979	58	761	355	675
	前年比	51	110	84	102	93	101	76	103
リンゴ	実績	8,785	323	8,999	332	1,504	319	2,932	312
	前年比	102	85	133	81	138	80	112	83
イチゴ	実績	819	2,170	2,898	2,269	1,593	1,920	1,776	1,590
	前年比	84	110	101	98	132	94	113	89
果実計	実績	50,497	366	61,193	459	8,119	672	15,752	513
	前年比	101	93	105	96	111	106	96	104

温州から中晩柑へバトンパス

年末から年明けにかけてコロナウイルスの感染者が増えていたが、月末になると感染者は減り、再度日常生活に戻りつつある。

そんな中での柑橘の販売環境は、温州みかんの引き合いが依然として強い。東京青果の年末の残荷が2,088ｔ（前年比84％）、年明けの残荷が793ｔ（前年比67％）で昨年よりかなり残荷が少ない。各産地が数量の下方修正をしており、入荷が減っていることも関係しているのだろう。年末年始の温州みかんは非常に荷動きが良く、店舗でも売れており、年が明けても引き合いは強いまま推移している。

ポンカンの出荷も本格的に始まっているが、大玉傾向のため、売り悩むことが予想された。しかし、みかんが少ないことと各産地の数量が少ないこともあり、

ＪＡのうごき

理事会　1月20日

事前報告

12月末実績

議　　題

①令和４年度上半期決算監事監査改善指示事項に対する回答書
②八幡浜市選果機等更新支援事業の実施
③保内営農管理センター移転に伴う経済センターの改修工事
④年金友の会費用の支出
⑤ＡＴＭ新紙幣対応に伴う更改費用
報告事項
①愛媛県常例検査の講評
②内部監査報告（三瓶支店・保内支店）
③コンプライアンス業務点検結果報告
④組合員組織会計確認結果報告
⑤第３四半期第一報通報
⑥第３四半期事務ミス・作業ミス報告
⑦第３四半期反社会的勢力排除対応管理先対応状況報告
⑧第３四半期疑わしい取引の届出状況報告
⑨自主検査月次チェック報告
⑩令和４年度下期経済事業業務点検結果報告
⑪組合員の加入・脱退
⑫２月の行事予定

共選長会　1月23日

状況・情勢報告

①柑橘生育状況
②柑橘販売情勢
③中晩柑予想数量（1/10時点）

協議事項

①温州みかん産地使用・本所枠
②伊予柑加工誘導対策（調整果実）配分
③温州みかん早取りＤＢ奨励金精算
④中晩柑販促会議及び柑橘消費動向調査（出張・来訪対応）
⑤新規段ボール

報告事項

①温州及び中晩柑加工実績報告
②西宇和キャンペーン経過報告
③当面の行事計画

引き合いは強く、相場を上げている。

伊予柑の出荷も増えてきているが、ポンカンと同様に数量減の単価高での販売となっている。

ハウス物の柑橘（デコポン・せとか・甘平等）の出荷も始まっているが、全体的に数量減の単価高で推移。しかし、リンゴは相変わらずの厳しい販売が続いている。単価を下げているものの数量が多く、残荷も減っていない。スーパー・量販の店舗でも売り上げは今一つといった声も聞こえており、今後も厳しい販売が続きそうだ。

イチゴは年末にかけて予想より数量が少なかったため、引き合いが強かった。しかし、年明けから数量が増えたことで一気に悩みに転じており、相場も少しずつ下がってきている。

全体的にみて、数量減の単価高と数量増の単価安にはっきり分かれている販売環境となっている。また全国的な寒波の影響で仲卸・バイヤーも今後の数量等の心配をしている。各産地の被害状況は現状まだ分かっていない（１月末現在）が、不安を抱えての販売となりそうだ。

西宇和の年明けの温州みかんの販売は、計画より数量が減っているものの終始順調な販売となった。年が明けてからも仲卸･バイヤーから４年度産のみかんは品格・品質ともに絶賛されており、「来年も頼むよ」とかなりのプレッシャーをかけられている。生産者の方々には今年度産に負けず劣らずのみかんの生産に尽力していただきたい。

伊予柑・ポンカンの販売もスタートしているが、他産地同様に数量減の単価高で推移。また加温せとか・少加温甘平・少加温デコポン・はるみも販売がスタートしているが、こちらも単価高で推移している。特に甘平・はるみは引き合いが強く、まったく足りていない。他産地同様、西宇和も先日の寒波で多大な影響が出そうだが、産地の情報をいち早く発信し市場と相談しながら有利販売に努めていきたい。

椿さんも終わり、徐々に気温も上がってきますが、体調に気を付けて農作業等行っていただきたいと思います。

経営管理委員会　1月26日

事前報告

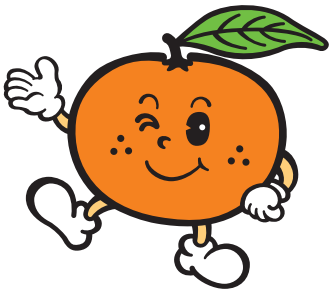
12月末実績

議　　題

保内営農管理センター移転に伴う
経済センターの改修工事

報告事項

①令和４年度上半期決算監事監査改善指示事項に対する回答
②内部監査報告（三瓶支店・保内支店）
③第３四半期第一報通報について
④八幡浜市選果機等更新支援事業の実施
⑤令和４年度下期経済事業業務点検結果報告
⑥年金友の会費用の支出
⑦ＡＴＭ新紙幣対応に伴う更改費用
⑧組合員の加入・脱退
⑨２月の行事予定



12月末主要残高

貯金
1,490.7 億円　計画比　98.8 %

貸出金
86.1 億円　計画比　99.0 %

長期共済新契約高
81.9 億円　計画比　85.0 %

生産資材取扱高
27.5 億円　計画比　101.9 %

生活資材取扱高
5.6 億円　計画比　96.2 %

販売品販売高
55.0 億円　計画比　111.2 %

正組合員
5,177 人　　4月1日より　▲66 名(直近)

准組合員
5,705 人　　4月1日より　▲78 名(直近)

TOPICS

伊予柑食べていい予感

～同志会が道後でＰＲイベント～

西宇和青壮年同志会は１月 13、14 の両日、松山市の道後商店街入口で伊予柑のＰＲイベントを行いました。14 日の「伊予柑の日」に合わせて、伊予柑タワーやみかんガチャで知名度アップに取り組み、魅力を伝えました。

会場には３ｍの伊予柑タワーを設置。来場客はタワーに使われた果実の数を当てるクイズを行ったり、記念に写真を撮ったりしてイベントを楽しみました。

「色よし、味よし、香よし」のキャッチフレーズで愛されている伊予柑。道後を訪れた観光客らは「今まで意識して食べたことがなかった。これを機にたくさん食べたい」と話しました。

同イベントでは 13 日限定で姉妹協定を結ぶ北海道のＪＡこしみずの女性部が加工品を販売。この他、道後の 12 軒の旅館が参画し、伊予柑を使ったデザートの提供と足湯スタンプラリーを行い、地域全体で「伊予柑の日」を盛り上げました。

TOPICS

ＪＡグリーン新春特売

～地域にあり続けられる店舗へ～

ＪＡグリーン保内は１月 20、21 日の両日、組合員や地域住民に日頃の感謝を伝えるため、新春特売を行いました。除草剤や花の苗などを特別価格で販売し、会場に笑顔の花が咲きました。

来場客には先着 200 人（１日 100 人）に花の苗をプレゼントした他、今回新たにワイヤーメッシュを特別価格で販売。直近の５年間は年間 2,000 件以上のイノシシ被害が出ているため、頭を悩ませる多くの農家を特売で助けます。

来場客は「昨年、野菜作りを始めた。店員さんとも話して今度はジャガイモに挑戦することにした」と楽しそうに語りました。

城徳貞文店長は「イベントを通して利用客の声が聞けることが嬉しい。ニーズに対応して地域にあり続けられる店舗にしていきたい」と語りました。

TOPICS

えひめみかん祭りで魅力発信

～生産者と消費者がつながる～

西宇和青壮年同志会とＪＡにしうわ女性部は１月21、22日の両日、愛媛県松山市で行われた「第45回えひめみかん祭り」に参加。消費者と直接、顔を合わせ、生産者としてかんきつの魅力をＰＲしました。

同イベントでは旬の「せとか」や「甘平」など中晩柑類が勢揃い。コロナの規制が徐々に緩和されてきたこともあり、県外からも多くの来場がありました。同志会らが今年産の仕上がりや品種の特徴などを説明し、来場客は順々に食べ比べ。「たくさんの種類があって驚いた」「食べ比べが楽しい」と語りました。

同ＪＡのブースでは「みかんガチャ」を設置。カプセルに本物のみかんが入っており、大人も子どももわくわく。ジュースなどの景品をゲットするために行列が出来ていました。

果実品評会では愛媛県知事賞に西予市三瓶町の久重儀之さんの南柑20号が輝きました。糖度は17度で色が濃く外観も抜群。来場客はかんきつの魅力を改めて感じたことでしょう。

TOPICS

デコポン出荷スタート

～糖酸ともに高く肥大良好～

ＪＡにしうわは１月下旬、ＪＡ管内各地で中晩柑三本柱の一つであるデコポンの出荷をスタート。伊予柑からバトンを受け取り、続く中晩柑の販売を勢いづけるため、走り出します。

昨年、果皮障害で数量が少なかったこともあり、今年産の市場出荷は3,250㌧（前年比102％）を計画。果実内容は糖度酸度ともに高く食味良好。肥大も前年に比べて２Ｌ、３Ｌ果の割合が高く大玉傾向です。

１月下旬の寒波の影響でス上がりなど凍害が心配。三崎共選の朝井伸事務所長は「ヘタ回りの水腐れなど家庭選別でも気を付けてもらいたい」と厳選出荷を呼びかけました。

三本柱の中継を担うデコポン。２月下旬から収穫出荷が始まる清見の販売を成功につなげるため、しっかりと売り場を確保していきます。

きらりと輝く かんきつ農家

伊方町大江 大久保（おおくぼ） 玲香（れいか）さん

第50回毎日農業記録賞 最優秀賞 農林水産大臣賞・新規就農大賞

「なあ、農業しないか？」

結婚して１ヶ月が経った2017年８月、トラックドライバーの旦那さんから突然のひと言。

「何か作るのは面白そうだし、始めるなら少しでも若い方が良いよね！」

旦那さんの提案をすんなり受け入れた玲香さん。大久保夫婦は生まれ育った三重県を離れ、移住就農の一歩を踏み出しました。

伊方町大江との出逢い

東京のふるさと回帰支援センターで紹介を受け、当ＪＡ管内を訪れた2018年１月。“田舎暮らし”“農業”を夢見て、伊方町大江で１週間の農業体験を行いました。農業のメインは男性だと思っていた玲香さんですが、大江地区の農業の在り方を見て「女性でも農業に参画できる」とかんきつ農業に対する意を固めました。

※２月下旬には、センターのＨＰで受賞作品を読むことができます。

移住と地域おこし協力隊

2018年４月に早速移住。旦那さんが当ＪＡの研修制度を利用し、かんきつ農業の知識と技術を学ぶ間、玲香さんは収入の安定を図るため、伊方町の地域おこし協力隊の農業振興担当となりました。

農作業の手伝いや女性農業者の加工品作りなどの活動を通じて、最大の成果は「かんきつ農家として定住すること」ではないかと玲香さんは気付き始めました。仕事帰りに「おかえり」と声をかけてもらったり、家庭菜園の野菜を分けていただいたりと皆さんからの優しさを受け、恩を返したいと思うようになり、定住したい気持ちはどんどん大きくなりました。

愛媛での就農を決めた理由の１つ

県内の農林漁業に従事している女性のネットワーク組織「一次産業女子ネットワーク・さくらひめ」

同世代のメンバーが多く、農業が初めての玲香さんにとって心強い組織で、たくさんの仲間が出来ました。2019 年には伊方町と八幡浜市のさくらひめメンバーで「∞農（はちのう）ハーベスト」を結成。メンバーは移住者や跡取り娘などさまざま。イベントでの物販の他、県の就農ＰＲ動画の女優にも起用されました！

－はちのうはーべすと－
農 Harvest

女性農業者とともに作り上げた郷土料理冊子

しあわせになる佐田岬半島の母さんのご馳走 ～次世代に残したい味～

協力隊活動で最も多く関わったのが女性農業者。教わった郷土料理はどれも美味しいものばかり。農作業で汗だくになってもサラッと食べられる「さつま汁」、サツマイモを使った農作業のおやつ「いももち」など、この味を後世に伝えるため、レシピ冊子を作成！

町内の小学校や高校で郷土料理実習を行い、レシピを配布。地域の子どもたちにとって、“地元の味”“故郷の味”になってほしいという願いを込めました。

材料――（40 個分）

芋の粉……500ｇ
米粉……300ｇ
水……700cc
塩……小さじ１
砂糖……大さじ１
あんこ……800ｇ

作り方

1. 芋の粉と米粉をよく混ぜ合わせる。
2. ❶に塩と砂糖を加えて混ぜ合わせ、少しずつ水を加えながらこねる。
3. あんこは 40 等分し、丸めておく。
4. ❷を 40 個分にちぎってあんこを包み、蒸し器に並べて 20 分くらい蒸す。

移住や移住就農の受入側として

故郷を離れ、伊方町大江に来て約５年。旦那さんが 2019 年４月、玲香さんが 2020 年 10 月に就農。現在は二人で温州みかんや清見など９品種を約２㌶栽培しています。計画通りに作業が進まず、言い合いになることも。そんな時、思い出すのは地域の大先輩からもらった言葉「農業は夫婦二人が元気で出来る産業」。男性が築き上げてきた基盤と女性のきめ細やかなサポート、それぞれの力を発揮して農業が成り立つことを日々の作業で実感しているそうです。

「今後もこの土地でかんきつ農家として生活していきたい。伊方町に移住する方や移住就農したいという方の受入側になって役立ちたい」と語る玲香さん。協力隊のとき、玲香さん自身も近所の方や同世代の女性農業者、経験豊富な先輩女性農業者に助けてもらいながら活動してきました。

玲香さんは自身の経験をもとに、協力隊と一体となってキラキラと輝き、地域を明るく照らしていくことでしょう。

三崎
雇用促進
協議会

旧保育所をアルバイター宿舎に改修！受入体制充実！

年が明け、デコポンや清見など中晩柑類の収穫と出荷が本格的になる西宇和郡伊方町。三崎雇用促進協議会は伊方町の支援のもと旧三崎保育所をアルバイター宿舎に改修工事し、１月 19 日にお披露目会を行いました。農繁期を支えるアルバイターの受入体制を充実させ、労働力の確保に努めています。

宿舎は 12 月末に改修工事を終え、翌月 6 日から備品を搬入して女性限定で利用開始。最大で 10 人が宿泊でき、プライベートを守れる個室を完備！大阪府出身の枡野杏美さんは「浴室や洗面台など数があるため、不自由なことがない。収穫作業も大好きな海が近くに見えて気持ちが良い」と話しました。

同協議会は、八幡浜市でみかん収穫をしたアルバイターに、引き続き三崎で作業してもらえるよう 2016 年に発足。今年度は 17 軒で構成し、５つの受入チームを結成。各チーム３人程度のアルバイターを受け入れて３月下旬まで収穫作業や選果作業を行ってもらいます。

農繁期の労働力不足を補うには地区外からの確保が必要。協議会の会長を務める寺﨑文人さんは「生産者の高齢化が進む中、労働力確保で生産量の維持につなげたい。そして、アルバイターの方々が三崎を好きになってまたこの地に帰って来て欲しい」と期待の言葉を語りました。

活動時はマスク着用を徹底していますが、撮影時のみ外して対応させていただきます。ご了承ください。

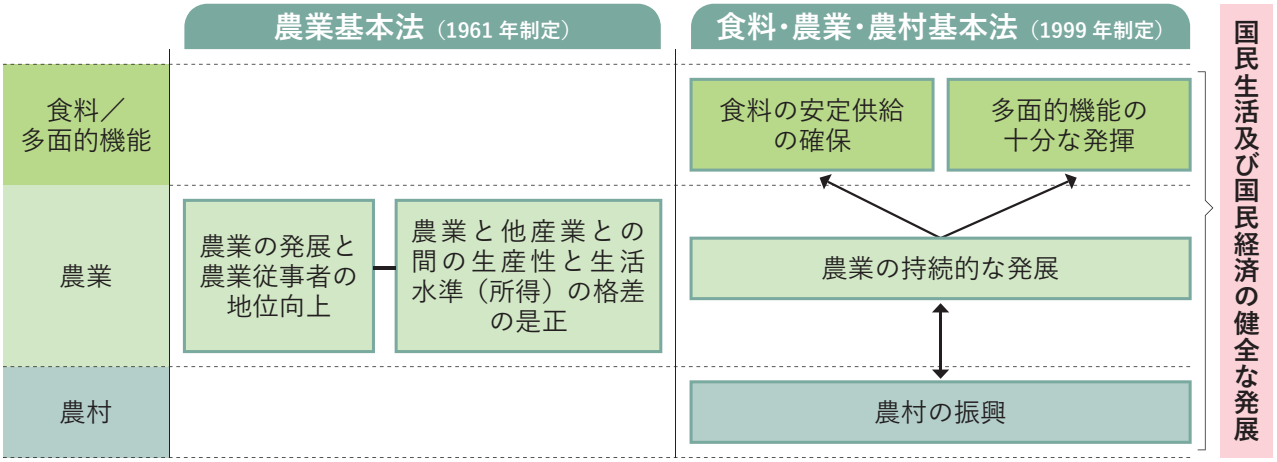
ＪＡグループの取組中央会共通コンテンツ　３月号

食料・農業・農村基本法の見直しについて

数十年先を見据えた食料・農林水産政策の確立に向け、「食料・農業・農村基本法」の検証・見直しが行われることが昨年決まりました。基本法は農政の憲法と言われるように、農業を行っていくための基軸となるものです。今回は概要や見直しの理由について説明します。

1．食料・農業・農村基本法とは

食料・農業・農村基本法は 1999 年に制定されました。それまでの農業基本法では、農業の発展と農業者の地位の向上を目的としていましたが、食料・農業・農村基本法では農業だけでなく、「食料・農村」を含め、国民全体の生活安定や経済発展を目的としています。また、基本理念では、「食料の安定供給の確保」と「多面的機能の発揮」による農業・農村に期待する役割を明確化し、「農業の持続的な発展」と「農村の振興」を基盤として位置付けています。さらに、この基本理念を具体的な施策に落とし込むため、食料・農業・農村基本計画を定め、その中で食料自給率の目標値を 45％と定めました。



2．見直しの理由

制定から 20 年が経ち、当時と比べ、農地や農業者の減少などの環境変化が加速するとともに、飼料や肥料などの生産資材の輸入不安定化など、当時は想定していなかった課題が表面化してきました。加えて、ロシアのウクライナ侵攻や急激な円安などにより輸入に依存している食料品や生産資材等の価格が高騰する反面、農畜産物価格に転嫁できないなど、農家にとって、苦しい状況となっています。

こうした中で、国内資源を有効活用することや、消費者に対する理解醸成を進めることなど、「平時」から食料安全保障の確立に向け、抜本的に施策を強化・再構築する必要があり、検証・見直しが行われています。

食料・農業・農村基本法の見直しを含む「中長期的な検討課題」

食料安全保障予算の更なる充実

1. 生産資材の安定確保
2. 国内農業生産の拡大・国産農林水産物の利用拡大
3. みどりの食料システム戦略（カーボンニュートラル）の推進
4. 国産水産物の漁獲量の増大等に向けた水産業・漁村への支援施策の強化

幅広い食料・農林水産業施策の検証・検討

1. 農業人材の持続的な確保
2. 農地の適正利用の徹底・強化
3. 国民理解の醸成、フードシステム・価格形成
4. 中山間地等条件不利地域への支援施策の強化、農村の活性化
5. 研究開発、技術実装の加速化
6. 国土強靭化の継続・強化

食料安全保障の強化に向けた施策の推進方策

1. 地方自治体や関係団体の取組・連携の強化
2. 食料自給率・自給力目標のあり方

麦味噌・はだか麦ごはん消費拡大運動

～ 愛媛県の美味しい農産品を食べよう！ ～

間違い探しに正解した 10 人に
「麦味噌・麦ごはん」のセットをプレゼント！

菊池味噌製造所 田舎みそ（麦味噌）700ｇ

田舎みそは、厳選されたはだか麦と遺伝子組み換えなしの大豆を原料に天然醸造したもので、防腐剤等を一切使用しない手作りの無添加減塩みそです。

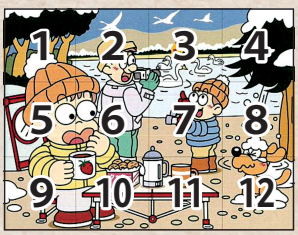
ＪＡ全農 はだか麦ごはん

1ケース：150g × 12 パック入り

愛媛県産“ひめの凛”の大粒で噛み応えのある食感と“はだか麦”の小粒ながらもプチプチとした食感が楽しめるコラボ商品。炊き立ての食味をいつでも楽しめます。

応募方法

下のイラストには、上のイラストと違う部分が５ヵ所あります。間違っている部分を右の枠内の数字で探しましょう。
申込方法は毎月のプレゼントクイズと同じ（P.23 参照）です。どしどし、ご応募ください。
※当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。



愛されているはずなのに存在が当たり前になってマンネリ化した恋人のような“はだか麦”あの日のあの気持ち“はだか麦”への想いを再燃しませんか☺

前号の答え

❶…木の上の雪の量が違う
❹…眉の形が違う
❻…コップの形が変わっている
❼…ろうそくの溶け方が違う
⓬…リンゴがみかんになっている

オートパルより重要なお知らせ

日頃より株式会社ジェイエイにしうわオートパルをご利用いただきありがとうございます。

誠に勝手ではございますが、令和５年３月売上分より、現在の引落システムが利用できなくなります。今まで同様に当ＪＡの口座より引き落としを希望されます方には、貯金口座振替依頼書をお渡しします。必要箇所をご記入いただき、オートパルスタッフまたは最寄りの当ＪＡ各金融店舗へご提出ください。

お客様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力のほどよろしくお願いします。

令和５年度 人間ドックおトク情報!!

ＪＡにしうわ管内　先着 100 名限定！

対象者	**４月１日時点で、満 50 歳以下の西宇和青壮年同志会会員または JA にしうわ女性部部員** **※厚生連で受診の方に限ります**
助成内容	**期間内に厚生連人間ドックを受診・申込された対象者で申込先着 100 名に対し、上限 10,000 円の助成**
お申込	**【申込期間】令和５年度ＪＡ厚生連人間ドック申込開始日から終了日までお近くの支店にてお申込用紙にご記入・ご提出ください。** ※その際、西宇和青壮年同志会会員またはＪＡにしうわ女性部部員であることをお申し出ください。 ※助成内容は、厚生連の助成等、他人間ドック助成と併用可能です。

お問い合わせは、ＪＡにしうわのお近くの支店または営農振興部（0894-24-1115）まで

八幡浜市 てやてや健幸ドック

実施期間 令和5年4月4日～令和6年2月29日

実施場所 愛媛県厚生連健診センター

対 象 者 八幡浜市国民健康保険加入者（40歳～74歳）または後期高齢者医療保険加入者の方

愛媛県厚生連健診センターで実施する人間ドックに**八幡浜市から助成**を受けることができます。

※ただし、特定健診および、がん検診は年度に1度限りです。

基本コースの場合

検査費用 40,150円 － 助成金 20,223円

自己負担金 約19,950円（税込）

当健診センターの基準となるコースで、検査内容も充実しています。

基本コース＋女性プランの場合

検査費用 46,200円 － 助成金 30,333円

自己負担金 約15,900円（税込）

基本コースに乳がん検査・子宮がん検査（細胞診・経腟超音波）・骨密度測定を組み入れたコースです。
「乳がん・子宮頸がん」の助成は2年に1度となります。上記の料金は「乳がん・子宮頸がん」が、助成対象の場合の金額です。

※上記のコースは胃部X線検査（バリウム検査）が標準となっております。胃内視鏡検査へ変更可能ですが、上記金額に10,170円を追加した金額になります。
※上記の料金は、市の指定項目を全て受診した場合に限ります。検査項目を変更（キャンセル含む）すると市の助成分がなくなり自己負担金に追加されます。
※八幡浜市からの助成金については、変更になる可能性がございます。

検査項目

身体測定（身長・体重・BMI・体脂肪率・腹囲）・問診・診察・血圧

血液検査	血液一般検査	赤血球・白血球・血小板数・血色素・Fe・ヘマトクリット・MCV・MCHC・MCH・血液像	尿検査	尿一般（蛋白・糖・ウロビリノーゲン・潜血・比重）
	脂質	総コレステロール・中性脂肪・HDLコレステロール・LDLコレステロール	呼吸器系	肺機能検査（肺活量）
			心機能	心電図検査（安静時）
			大腸	便潜血反応検査（2回法）
	肝機能	AST（GOT）・ALT（GPT）・γ-GTP・ALP・総蛋白・LDH・アルブミン・A/G比・TBil・コリンエステラーゼ	超音波	腹部超音波検査
			眼底検査・眼圧検査	
	膵機能	アミラーゼ	視力・聴力検査	左右視力・聴力（1,000Hz・4,000Hz）
	腎機能	CRE・BUN・eGFR	肺	胸部CT検査
	痛風	UA	胃	胃部X線検査
	血糖	GLU・HbA1c		胃部内視鏡検査（経鼻または経口）※追加料金必要
	血液血清学	HBs抗原・HCV抗体・CRP	女性プラン	
	腫瘍マーカー	PSA（男性のみ）	骨	骨密度検査（大腿骨）※DEXA法
	甲状腺機能	TSH・FT4（女性のみ）	子宮	子宮細胞診（頸部）・経腟超音波検査・内診
	血液型（ABO方式・Rh方式）：初回のみ		乳房	乳房X線（マンモグラフィ）検査

※水色文字は、八幡浜市助成対象項目

検査の流れ （例）受付 8:40～ ▶ 検査 ▶ 昼食（11:00） ▶ 結果説明（基本健診分13:45～） ▶ 子宮がん検査（検査時間は、日によって異なります）

お申し込み お問い合わせ

愛媛県厚生連健診センター
えがお つづく 未来へ

0120-874-702

■受付時間／9:00～17:00（土・日・祝日 年末年始を除く）
〒790-0925 松山市鷹子町533番地1
ホームページ http://www.kousei-ehime.or.jp

無料送迎バス ※要日程調節
10人以上の団体お申し込みでご利用可能。

完全予約制 健診日の2週間前までにご予約ください！

ご予約はこちらから！ 愛媛県厚生連

健診会場は、松山市です。

「みかんのある風景写真展」

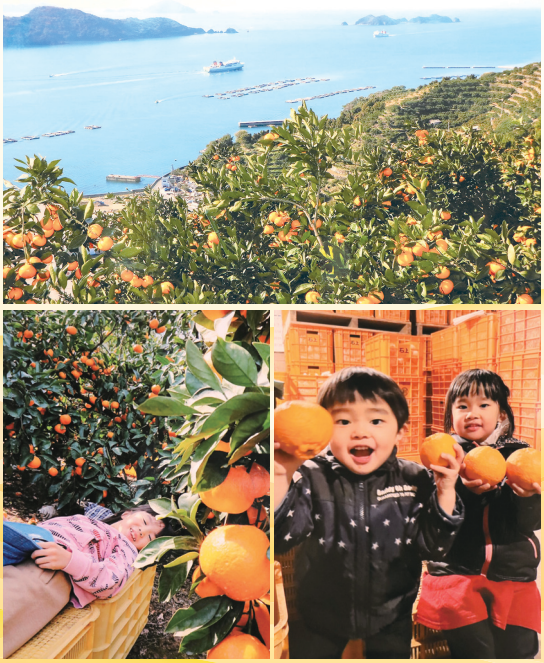
第３回 開催決定！写真大募集！

かんきつに関する写真（A4サイズ以上）なら何でもOK

主催：ＪＡにしうわ女性部八幡浜支部広報部＆フレッシュレンジ

掲載場所	八幡浜道の駅「みなっと」みなと交流館
掲載期間	令和５年**４**月**12**日（水）～**14**日（金） ※４/12、13は10：00～17：00。最終日は10：00～14：00。
応募方法	・Ａ４サイズ以上のかんきつに関する写真 ・１人３点まで ・住所、氏名、年齢、電話番号、タイトル名を添えて
応募締切	令和５年２月28日（火）
提出場所	持込　八幡浜道の駅「みなっと」みなと交流館 　　ＪＡ各支店・出張所 郵送　〒796-8006　八幡浜市八代１丁目１-35 　　ＪＡにしうわ八幡浜営農管理センター
注意事項	・出品された写真は、返却いたしません。 ・ＰＲに活用させていただきますことをご了承ください。

各賞有り。賞状並びに景品も用意しております。
ドシドシご応募ください。



好評につき、
今年もやります！
一六本舗との
コラボ企画

地産地消で愛媛を盛り上げよう！

西宇和せとかのケーキ

Setoka

販売日　2月16日（木）～

価　格　334円（税込）

一六本舗

段々畑と海に面した温暖な
気候の中で育てています。
せとかのジューシーな
味わいをお楽しみください。

新作 五月人形・鯉のぼり特別展示会

JA組合員の皆様へ　豪華段飾りからコンパクトな収納飾りまで、県下最大級の品揃えで、厳選されたお品をご納得のお値段にてご奉仕させていただきます。

■場所／秀峰人形の光商会　大展示場
松山市保免上2丁目2－1　TEL(089)945－0087

■日時／3月3日(金)～6日(月)

■営業時間／AM10：00～PM6：00

■4月末まで休まず営業

■期間中のご予約で通常割引価格よりさらに5％特別割引、
その他特典満載。

お問い合せはお近くのJA窓口へお気軽にどうぞ

警察庁・都道府県警察

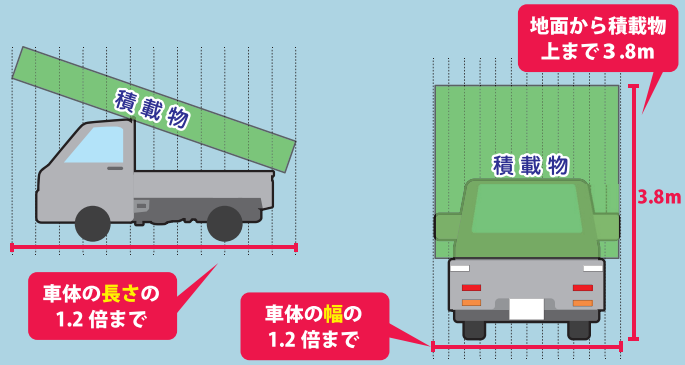
令和４年
５月 13 日から
施行

自動車の積載制限

剪定した枝などを運ぶ際に
参考にしてください

「自動車の積載の制限の見直し」等を内容とする道路交通法施行令の一部を改正する政令により、積載物の長さや幅等についての制限が変わりました。

施行後はこうなる！ 積載物の大きさの制限

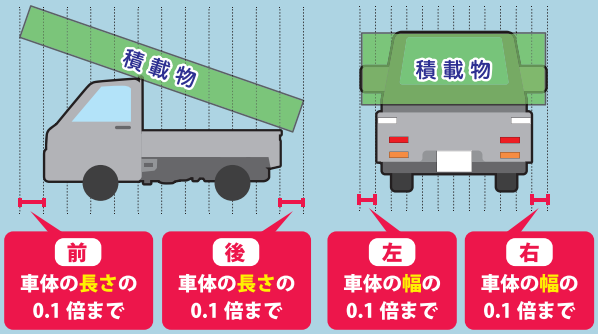


長さ
自動車の長さにその長さの10分の2の長さを加えたものを超える場合

幅
自動車の幅にその幅の10分の2の幅を加えたものを超える場合

高さ
３.８メートル（軽四及び三輪自動車は２.５メートル）からその自動車の積載場所の高さを減じた高さを超える場合

施行後はこうなる！ 積載方法の制限



前後
自動車の車体の前後から自動車の長さの 10 分の１の長さを超えてはみ出す場合

左右
自動車の車体の左右から自動車の幅の 10 分の１の幅を超えてはみ出す場合

JAグループ愛媛

愛媛県内10総合JAが集結！

合同就職説明会

JAって、どんな組織なんだろう？
どんな仕事があるのかな？
できれば地元ではたらきたいな！
などなど、疑問・質問に
まとめてお答えします!!

申し込み方法
下記QRコードより
ご予約をお願いします

定員に達した場合、受付を締め切らせていただく場合がございます。

きたいこと、
ぜんぶきこう！

参加者全員に
「愛媛県内JA お楽しみ袋」を
プレゼント！

※イラストはイメージ

「みんなのよい食プロジェクト」
イメージキャラクター
笑味ちゃん

2023年3月20日(月)
13:00~16:00(12:30~受付開始)

JA愛媛 8階 リジェール松山 クリスタルホール（松山市南堀端町2番地3）

駐車場は台数に限りがあります。公共交通機関をご利用ください。

対象：2024年4月採用を希望する方

［タイムスケジュール］
13:00　JAと農業についての概要説明
13:15　愛媛県内10JAの3分間PR
14:00　各ブースでの説明
16:00　合同説明会終了

［参加予定団体］
●JAうま　●JA松山市　●JAひがしうわ
●JAえひめ未来　●JAえひめ中央　●JAえひめ南
●JA周桑　●JA愛媛たいき
●JAおちいまばり　●JAにしうわ

お問い合わせ
JA愛媛中央会
人づくり支援部
TEL:089-977-2225
mail:
kyouiku@ehime-chuoukai.or.jp

葬儀のことなら 24 時間 365 日年中無休　ルミエールにしうわ（ＪＡ葬祭センターまで）

八幡浜地区
施設事務組合消防本部
yawatahama fire department

～山火事“ゼロ”を目指して～

空気が乾燥するこれからの時季は、柑橘の剪定、焼却時期と重なることで、山火事が多く、一人ひとりの火の取扱いに対する“ちょっとした不注意”が原因で発生しています。

令和４年の八幡浜地区消防本部管内における火災発生原因の第１位は「たき火」です。

山火事防止のための注意点

山火事を未然に防ぐため、次のことに注意し、「山火事ゼロ」を目指しましょう。

- ●周囲に枯草があるなど、燃えやすい場所でたき火をしない。
- ●強風や乾燥時には、たき火、火入れをしない。
- ●たき火など火気の使用中はその場を離れない。
- ●火の粉が飛ばないよう少しずつ燃やす。
- ●水バケツなどの消火用具を必ず準備する。
- ●たき火を終えたら、完全に火が消えたことを確認する。
- ●火入れを行うときは、必ず消防署に連絡する。

八幡浜地区消防署

本署　22-0119　第一分署　53-0311　第二分署　36-3119　第三分署　33-3349

お得その1 **利子補給対象資金です。**

農業生産に直結するお借入が対象です。

●当初のお借入金額10万円以上

※お借入状況、条件によっては利子補給の対象とならない場合がございますので、詳しい条件等につきましては、担当者にお尋ねください。

お得その2 **保証料助成制度対象資金です。**

ササイフ

保証料は1/2相当分助成します。

※利子補給適用後の金利は、お借入当初に適用されるものです。※標準金利・利子補給適用後金利は、金融情勢の変化により見直しさせていただくことがあります。※お申込いただいても、審査結果によってはお客さまのご希望に沿えない場合がございますので、あらかじめご了承ください。

詳細は窓口までお問い合わせください。（令和4年4月1日現在）

認定農業者様向け

農業近代化資金

○栽培用ハウス、農業用施設の建設資金

○トラクターなどの農業用機械の購入資金

愛媛県・(公財)農林水産長期金融協会・市町・JAバンク(当初5年間)の利子補給制度がご利用いただけます。ただし、市町により利子補給制度が異なるため、JAバンク利子補給終了後(6年目以降)に金利負担が発生する場合があります。なお、農業近代化資金は、認定農業者の方以外でも一定の条件を満たす農業者の方もご利用いただけます。

※標準金利・利子補給適用後金利は、金融情勢の変化により見直しさせていただくことがあります。※お申込いただいても、審査結果によってはお客様のご希望に沿えない場合がございますので、あらかじめご了承ください。

詳細は窓口までお問い合わせください。（令和4年4月1日現在）

Happy Kids

三瓶町
垣生
高取 凛（りん）ちゃん（0歳）

パパ：洋介さん　ママ：晴菜さん
元気に大きく育ってね！

八幡浜市
五反田
上杉 天海（うみ）ちゃん（0歳）

パパ：恭平さん　ママ：愛実さん
これからの成長が楽しみです。

川柳コーナー

今月のお題　**恋の話**

恋なのか　嬉し恥ずかし　キュンとくる
逝ってなお　朝夕恋しく　想い出す
恋話は　古希になっても　大好きだ
目に惹かれ　マスク外して　また惹かれ
若者も　恋する猫も　しない過疎
毎日が　緊張してた　通学路
トキメキの　バッターボックス　恋のボール
大昔　恋の話は　胸の内
夢に見る　幼き友（彼）は　今何処
美味しいよ　毎日妻に　恋してる
恋をする　若さを保つ　秘訣かな
初めての　恋が実って　今がある
残念だ　人に話せる　ものがない
猫のように　叫んでみたい　恋心
好きだよと　言葉で伝える　今が好き
今もなお　仲良しだぜ　じぃじとばぁば
ラインした　君に会いたい　夜空飛び
推しメンを　見るためテレビに　かじりつく
不整脈　起らぬように　恋心

（川上 83歳）
（三瓶 86歳）
（三瓶 68歳）
（三瓶 79歳）
（瀬戸 81歳）
（保内 84歳）
（三崎 67歳）
（日土 92歳）
（瀬戸 82歳）
（三崎 46歳）
（神山 67歳）
（兵庫県 65歳）
（兵庫県 66歳）
（真穴 71歳）
（三崎 76歳）
（三崎 76歳）
（日土 62歳）
（保内 67歳）
（八幡浜 68歳）

来月のお題　**○○からの卒業**

※川柳についてもクイズと同様にハガキ・ＦＡＸで受け付けております。皆様どしどしご応募ください。

ご飯をおいしく 食事を楽しく

令和4年度 営農部長賞

ポテかんガレット

谷口　明美（町見）

材料（１枚分）
- じゃがいも……２個
- みかん……１個
- とろけるチーズ（スライス）……３枚
- 塩、コショウ……少々
- オリーブオイル……大さじ２

作り方
1. じゃがいもは皮を剥いて千切りにし、塩とコショウをまぶしてよく混ぜる。
2. みかんは皮をむいて、薄く輪切りにする。
3. 小さめのフライパン（20cmくらい）にオイルを半分入れ、①を広げてフライ返しで押さえながら中火で２分くらい焼く。
4. 裏返してみかん、チーズの順に重ねて蓋をし、弱火で５分くらい蒸し焼きにする。
5. 蓋を取り、もう一度裏返して残りのオイルを入れて３分くらい焼く。

★ お好みでケチャップやマヨネーズをつけて、食べるのもオススメ。

私のこだわり
カリッともっちり、そして甘酸っぱい。少ない材料で簡単にできます。

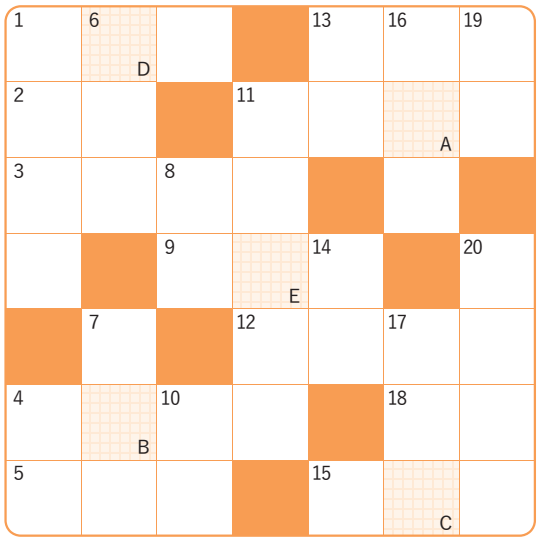
さつま汁

材料
- 米……２と1/2カップ
- 麦……1/2カップ
- 魚（アジなど）……300～400g
- 味噌……100～200g
- だし汁……250～300cc
- 板こんにゃく……1/2枚
- 砂糖……少々
- しょうゆ……少々
- 薬味（小口切りしたねぎやみかんの皮など）……お好みで

作り方
1. 米と麦を混ぜてとぎ炊飯器などで炊く。
2. 魚はうろことワタをとってきれいに洗ってから焼き、身をほぐしておく。
3. 鍋に水を入れ、②で身をほぐした後の魚の骨を入れて火にかけ、だしを取る。だしが取れたら、こして冷ましておく。
4. すり鉢に②の魚の身を入れてよくすり、味噌を少しずつ入れながら、さらにする。
5. すれたらすり鉢に均等に塗りつけ、表面をバーナーなどであぶる。へらで塗りなおしながら、2～3回繰り返す。
6. ⑤のすり鉢に③のだし汁を少しずつ入れてゆるめる。（お好みの濃さまで!）
7. こんにゃくは茹でて薄くそぎ、細切りにして、砂糖、しょうゆで薄く味をつける。
8. ご飯を器に盛り、⑦のこんにゃくや薬味をのせ、⑥をかける。

ＪＡの営業時間外・休日の自動車事故やトラブルは、３６５日２４時間受付

たちばなクイズ



■の文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

ヨコのカギ

1 暑さ寒さも□まで
2 佐渡、淡路、隠岐といえば
3 多くの受験生が解くもの
4 数学ではｘやｙで表すことが多い
5 ツクシはこの植物の胞子茎です
9 飛行機が飛び立つこと
11 薄く切ったもの。□チーズ
12 山下公園や中華街があります
13 卒業式で『□の光』を歌った
15 イルカのヒット曲『□雪』
18 衣服に付いている、洗濯表示などが載っている部分

タテのカギ

1 ひな人形に供える餅
4 入試のときはケアレス□に気を付けて
6 ぐっと辛抱すること
7 ウドの生産量が日本一の、北関東にある県
8 跳ね上げたひげが特徴的なスペインの画家
10 石が細かく砕けたもの
11 雪解けで川の□が増えた
13 つくのはうそ、吹くのは
14 中華がゆなどにのせる赤い実
16 スタッドレスからノーマルに替えようかな
17 宿屋のこと。漢字では旅籠と書きます
19 出かけていて誰もいません
20 ひな祭りのうしお汁によく使われる貝

応募方法

下記を明記の上、２月28日必着で郵便はがき、またはＦＡＸで送付して下さい。お一人様１枚限り有効です。当選者は４月号で発表します。

ＦＡＸ：２４－７５０６

〒796-0031
八幡浜市江戸岡1丁目12-10
ＪＡにしうわ「たちばな」プレゼントクイズ係

- クイズの答え
- 川柳（希望者のみ）
- 郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号
- ＪＡや広報「たちばな」へのご意見・ご感想・ひとこと

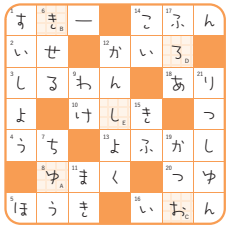
２月28日必着

プレゼント賞品

愛媛県産米を10名様に

２月号の答え

ゆきおろし



２月号の当選者

■八幡浜市松柏 佐々木敬夫
■保内町喜木 松本政夫
■八幡浜市五反田 山本恵里子
■保内町宮内 寺嶋優里奈
■八幡浜市川上町 楠本啓子
■伊方町田ノ浦 谷口八代美
■三瓶町津布理 樋口恵美子
■伊方町塩成 佐々木喜美香
■三瓶町蔵貫浦 坂本康司
■伊方町二名津 石井典子

今回は１４２通のご応募がありました。ご当選おめでとうございます。

※当選賞品は、誌面発表から１ヶ月以内を目安に、お近くの出張所・事務所から配達いたします。

みんなのひとこと

あちらこちらでアルバイターの方々を見かけます。忙しくなります。各地のナンバーを見て全国区だなと思いました。（三崎 55歳）
たしかに！西宇和のかんきつは全国各地のファンに支えられているんですね♡嬉しい！感謝！！！

片付けのコツは何でしょうか。（三崎 74歳）
私も知りたいです！読者の皆さ～ん、教えてくださ～い☆

どんな歌手が好きですか。（日土 51歳）
カラオケではいつも山口百恵ちゃんですね～♪色気のない私ですが、イミテーション・ゴールドを歌わせてもらっています☺

お正月にはセーターとカーディガンを着て20歩歩く、私の望でした。さて朝、服を着て歩こうと思いましたが、玄関の戸を開けた途端、一歩を降りることがどうしてもできず、廊下を歩くことにしました。また春までと諦めの涙が出ました。ありがとう、頑張ります。（三瓶 86歳）
そうだったんですね(;_;)悔しいし辛いですね、、、私はもちろん読者の皆さんもあなたを見守っています☺

盆栽にリンゴの花が５、６輪咲いているのを見て、匂ってみると優しい香りがして“島崎藤村の初恋”を思い出しました。（三瓶 74歳）
島崎藤村！懐かしいですね！少女と少年の微笑ましいやりとりが心くすぐる可愛らしい詩ですよね♡

道後での伊予柑イベントに参加しました。タワーの伊予柑の数は何個だったんでしょうか。（三崎 46歳）
わぁ～ありがとうございます！伊予柑は1061個です☺どうですか？近かったですか👀

柑橘類を入れて飲む缶チューハイ最高。（瀬戸 82歳）
お酒が飲めない私でも分かります、最高以外の何ものでもない！

70代になり運動を始めました。毎日が楽しく、食事も美味しく、身体を動かすことの大切さをこの年になり、実感しています。（保内 76歳）
おぉ～！ステキ！運動を始めると良いこと尽くしですね☆私も見習って運動でも始めようかな～☺

近所の友人たちとお茶をしながら昔の恋の話をすると、皆大笑いです。（三瓶 73歳）
当時は一喜一憂して忙しかったでしょうが、今となれば笑い話なんてことばかりですよね☺私も混ざりたい～♡

年末にコロナになり、寝正月でした。食事はラーメン、うどん、ぞうすいでした。最悪。今年は良い年になりますように。（三崎 65歳）
年末年始は胃腸に優しく過ごされたんですね。今年は昨年以上に人に優しくなれそうな予感◎

クイズのはだか麦ごはんを食べて、また太りたいと思います。（三瓶 68歳）
身体に良いものを食べて、元気にモリモリ太ってください！

日向ぼっこ in 三崎

次世代につなぐ
産地づくりに取り組む
中村（なかむら） 俊輔（しゅんすけ）さん

紅まどんなの面積は約30a。4、5年程度、露地で栽培していましたが、袋掛けなど手間がかかるにも関わらず、納得のいくものは出来ませんでした。

そこで3年前、三崎で初めてハウス栽培を導入
昨年、収穫した果実は品質も外観も良く
収入面でも結果が出たそうです!!! ヤッター

中村さんは
「産地一体となって大切な主力品種を守るため、紅まどんなのハウス栽培が広がってくれたら嬉しい」と語ってくれました。

約3haで清見やデコポンなど4品種を栽培。三崎を支える主力品種である清見とデコポンの生産量を維持するため、年内品種の紅まどんなに力を注いでいます

産地の生き残りをかけて
みブランドが引き継がれますように

3月の運勢

✿全体運　🔑健康運　🔔幸運の食べ物

おひつじ座 3/21〜4/19
✿上昇運の影響でかなり忙しくなりそう。優先順位を決め、あなたにとって重要なものに注力して。新規のものにツキ
🔑適度な運動で心身共にリフレッシュ
🔔クレソン

おうし座 4/20〜5/20
✿後回しにしてきたことに取りかかるのに良い時期です。用事を先に終わらせた方が自分の時間も楽しめます
🔑食べた分、体を動かしてカロリーを消費して
🔔タマネギ

ふたご座 5/21〜6/21
✿周囲から頼られそう。手助けしないとびっくりするほど非難されることも。事情を丁寧に説明することが大事
🔑発熱に注意。ビタミンCを取って風邪を予防
🔔シイタケ

かに座 6/22〜7/22
✿状況は次第に好転。冷静に分析すればグッドアイデアを思い付きそう。感情に流されず実行すれば好結果に
🔑心の健康に目を向けて。音楽鑑賞がお勧め
🔔ニラ

しし座 7/23〜8/22
✿転換期です。変わる方を選べば良い方向へ。計画は長期スパンで考えて。目の前のことに振り回されないように
🔑友人たちとの会話が気分転換に。一緒に体操も◎
🔔アシタバ

おとめ座 8/23〜9/22
✿吉凶混合運。厳しい状況が表面化しそう。ただ、問題が見えるようになり解決しやすくなる面も。冷静に対応を
🔑規則正しい生活を心がけて。休養日も大切
🔔ナバナ

てんびん座 9/23〜10/23
✿やらなければならないことが増えて大変そう。一方で、お楽しみの機会も増加。上手にスケジュールを組んで
🔑楽しみながらできるスポーツで健康増進
🔔ミツバ

さそり座 10/24〜11/22
✿追い風に恵まれ前へと進めます。好意は素直に受け入れ助けてもらいましょう。1人にならないのが開運のこつ
🔑持病のケアを。名医に出会える予感も
🔔シュンギク

いて座 11/23〜12/21
✿山積みの問題に頭が痛いかも。幸い下旬にはトンネルを抜けられます。駄目なものは駄目と割り切ることも大切
🔑体調不良は次第に解消。焦らず様子を見て
🔔ウド

やぎ座 12/22〜1/19
✿春の兆しが見えています。ものは試しと何でもやってみて。うまくいかなければ修正を。方向転換は吉と出ます
🔑薬の飲み忘れに注意。サプリはほどほどに
🔔カブ

みずがめ座 1/20〜2/18
✿2つのことを同時進行することも可能です。あまりこだわらずに、いろいろ試してみる姿勢が吉と出ます
🔑バランスの良い食事と運動で体力アップ
🔔ワケギ

うお座 2/19〜3/20
✿注目度がアップ。周囲への配慮がキラリと光ります。思いやりのある態度で人気者に。うわさ話は控えて正解
🔑ヨーグルトを食べて腸の健康をキープ
🔔パセリ

たちばな
Nishiuwa Member's Communication Magazine

発　　行／西宇和農業協同組合
〒796-0031 八幡浜市江戸岡1丁目12-10
発行責任者／小笠原　栄治　　TEL／0894-24-1111
発　行　日／令和5年3月1日　　印刷／㈱豊予社
JAにしうわホームページ／ http://www.ja-nishiuwa.jp

JAにしうわ ホームページ　西宇和みかん Instagram　女性部 Instagram

活動時はマスク着用を徹底していますが、撮影時のみ外して対応させていただきます。ご了承ください。