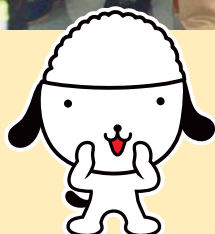


私たちは TPP に
日本が参加することに断固反対します



ごとう



ごはんちゃんワソ©

3月号

JA ごとう

2014 No. 97

CONTENTS

- ☆TOP NEWS 高菜部会 日本農業賞 大賞受賞！
- ☆「五島産素牛」枝肉共励会
- ☆後継者育成視察研修
 - ・寄ってみらんかな No.11 上五島支店
 - ・太陽と緑 五島がうまいの立役者 斗石 利実さん
 - ・経済部からのお知らせ

大賞受賞記念インタビュー

快挙に
喜びの声



部会・JAの連携で日本一の高菜産地に

JAごとう高菜部会 山下 道博 部会長 (写真④)
山中 秀雄 副部会長 (写真⑤)

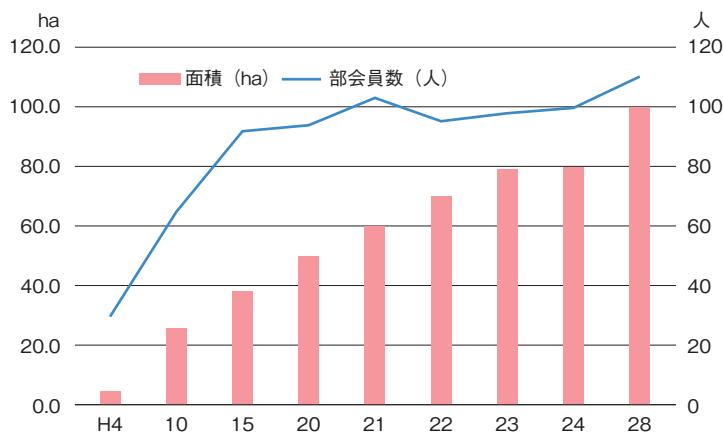
受賞を機に部会員増加
・面積拡大に期待

JAごとう高菜部会が第四十三回日本農業賞大賞(集団組織の部)に選ばれました。業務用高菜の国産シェア二割を占めるJAでは、管内に三カ所ある加工施設に日量三〇トンが搬入され、塩漬けなどの一次加工が行われています。一次加工で体積を減少させ、島外への出荷でも輸送コストを削減できるとともに、「塩蔵高菜」として通年での安定供給が可能となります。

JA管内では、部会員一〇〇戸が八五鈔を栽培しており、十二月から三月にかけておよそ四〇〇トンの収穫を予定しています。管内は高菜の早期取りを行っており、漬け物業者の需要が高い、肉厚で葉の大きな高菜が育ちます。また、JAが生産者から一〇キロ単位で買い取りを行い、全量を漬物業者に販売することで安定出荷を実現しています。

本山高菜加工所では、深さ二メートル、一・八メートル四方のタンク九十二槽を設け、漬け込み量も管内一。多い時には日量三〇トンの

「A」ごとう高菜部会の面積・部会員数の推移と計画



年度	発 展 経 過	追 加 タンク数	特記事項
平成 4 年	・旧本山農協、旧福江市農協に対し、福岡県の食品会社（漬物業者）から生産の依頼があり、高菜の新産地化に着手。 ・平成3年度秋定植～翌年春収穫する春高菜の栽培開始。 ・長崎県「第2次新農政推進事業」により、旧本山農協に加工施設を整備。	28基 (生葉の高菜で1基10 ^ト ン～12 ^ト ン)	旧本山高菜部会設立 面積5ha、 会員30名 平均作付面積 17a／戸
5 年	・3農協が広域合併（五島農協・福江市農協・本山農協） ・需要拡大に対応するため県補助事業を活用し、旧本山農協で加工施設を増設。 ・旧福江市農協も加工施設を設置し、市内に栽培拡大。	44基	面積6ha、 会員35名
6 年	・「先進的生産総合対策推進事業」により、加工施設を増設。	32基	面積16ha、 会員50名
13年	・2農協（ごとう農協、上五島農協）が合併し「ごとう農協」発足。		面積30ha、 会員82名
17年	・J A 自己資金により、加工施設を増設。 ・「強い農業づくり交付金事業」により、加工施設を増設。	10基 26基	面積39.7ha、 会員88名
18年	・新規販売先開拓のため、部会及びJ A で販売促進を強化。 (福岡県、県内) ・「生産総合対策推進事業（国庫）」により、廃液処理施設を整備。 (大津地区)		面積40ha、 会員65名
22年	・「農業・食品産業競争力強化支援事業（国庫）」により、加工施設を岐宿町に整備。 ・五島市のほぼ全域での栽培拡大、一次加工（塩蔵）できる体制を整備。	48基	面積70ha、 会員118名
25年	・食品会社からの取引拡大に対応するため、26年度以降の稼働に向けた加工施設を増設、廃液処理施設の整備を計画。 (本山地区、崎山地区、大津地区を予定)		
26年	・日本農業賞（集団組織の部）大賞を受賞。	計188基	



荷台に満載の高菜は冬の風物詩



葉が大きく良質な五島産高菜

高菜を、塩とウコンで一次加工を行います。作業中の割れを防ぎ、品質を維持するため生産者は収穫した高菜を畑で天日干ししてから施設に持ち込みます。漬け込み作業には、地域の女性ら十人が当たり、地域の雇用創出にも貢献しています。

下道支部会長は「名誉ある賞を頂き、部会員一同大変喜んでゐる。高菜は比較的育てやすいので、受賞を契機として今後も新規部会員が増えてくれれば」と話しました。また、JA農産園芸部の松下充部長は「肥培管理の徹底で、今年産の品質は良好。受賞を機に品質の高い塩蔵高菜を契約先に出荷し、五島産高菜をもつと島外にアピールしたい」と話しました。

管内の高菜栽培面積は二〇〇八年度五〇^〇畧でしたが、他品目からの転作や同JAの奨励品目として推進を行った結果、今年は日本一のタカナ生産地となる見込みです。

(日本農業新聞)

二月六日掲載

平野幸一さん(島原雲仙)が連覇！

—平成25年度「五島産素牛」枝肉共励会—

開会式の様子



J Aごとうは二月二十七日、佐世保市千尽町の佐世保食肉センターで平成二十五年度「五島産素牛」枝肉共励会を開きました。上物率も高く優れた枝肉の多い中、平野幸一さん出品の枝肉が2年連続金賞に輝き、^キ単価三、二〇二円で販売されました。今回の結果を素牛の改良や優良子牛生産に活かし、せり価格への反映を目指します。

同会は「五島産素牛」のPRと枝肉調査検証を行い、購買者のニーズにあつた子牛づくりに反映することが目的となっています。今回は長崎県、佐賀県から五島産素牛を購入した生産者が四十七頭の枝肉を出品。審査は歩留や肉質をもとに実施され、金賞に輝いた平野さんの出品枝肉はロース芯面積が大きく、バラの厚み、脂肪交雑も優れていると高い評価を得ての受賞となりました。

J A畜産担当者は「上物率が八三割と高く、肉質も向上しており、素牛の質の向上が図られている。今後も購買者の求める素牛の生産や一戸一頭増頭運動、繁殖雌牛五、〇〇〇頭の達成に向け、J Aを中心に関係機関一体となり取り組む」と話しています。

金賞を受賞した平野さんの枝肉



褒賞	農協名	出品者	素牛生産者	性別	血 統			出荷 体重 (kg)	枝肉 重量 (kg)	枝肉 単価 (円)	BMS No.	格付
					父	母の父	母の祖父					
金賞	島原雲仙	平野 幸一	境 勝典	去勢	平茂晴	百合茂	安平	828	557.1	3,202	12	A 5
銀賞	県央	浪瀬 真吾	木戸 利男	去勢	平茂晴	牛若丸	北国7の8	846	582	2,700	10	A 5
銀賞	県央	池野 一宏	谷川 貞美	去勢	平茂晴	福栄	平茂勝	845	569.4	2,600	10	A 5
銅賞	西海	奥谷 利見	柳野 敏雄	雌	百合茂	平茂晴	牛若丸	668	434.5	2,401	9	A 5
銅賞	佐賀みどり	(株)桑原畜産	野口 一	去勢	北平安	百合茂	平茂晴	751	479.2	2,400	8	A 5

見識広め、五島農業の更なる発展に期待 —青年農業者視察研修—



J A むなかた青年部との意見交換会（J A むなかた津屋崎支店）



福岡県宗像市のJ A むなかたのブロッコリー選果場を視察しました。出荷先の状況や栽培品種、保管・輸送方法などを担当者から紹介してもらい、五島との違いを確認しました。



福岡県宗像市の榎みずほファームでブロッコリー8.5畝の圃場を見学。水稻の裏作でこれだけの規模の面積を栽培しているということで、参加者の中には将来五島で法人化を決意した方もいたようです。



佐賀県唐津市の中山畜産を視察。肥育頭数900頭のうち700頭が五島産素牛という大規模農家です。牛舎内の環境を見るのはもちろん、五島産素牛に求めるポイントも伺いました。



福岡県宗像市のアスパラ農家（寺嶋浩太さん）の圃場を視察しました。出荷は契約先のレストランと道の駅とのこと。こちらでは堆肥の散布方法などの技術面でアスパラ農家の参加者が刺激を受けたようです。



諫早市の諫早湾干拓地にて研修。干拓事業は優良農地の造成と防災機能を兼ね備えたもので、入植されている方は玉ねぎやレタスなどの露地栽培が多く、参加者は農業経営の他、安全対策などへの意識を高めました。



アスパラと同じく、寺嶋さんのイチゴ圃場へ。福岡を代表する品種「あまおう」を栽培しており、ここでは天敵の防除方法や栽培技術について研修を行いました。



春芽アスパラ反収アップに向けて

—春芽アスパラ出荷会議—

当JAは二十四日、平成二十六年産春芽アスパラガス出荷会議を行いました。市場での単価が安定しやすい春芽アスパラガスの単収アップを図り、生産者の所得向上を図りたいねらいです。



管内では二月下旬から関東・関西地区への出荷が始まる予定で、これを受け、アスパラガス部会役員や関係機関を含めた約二十名が出荷の時期や市場の要望を再確認しました。本年産の春芽アスパラガスは作付面積五三八㊦、出荷量三九・二㊦を計画しており、平均単収七三〇キロ以上が目標。

アスパラガスは調理も簡単で、消費者の需要が高い品目であることから、同JAでは夏芽をしっかりと収穫することで圃場の小まめな管理を行い、春芽の単収アップに取り組む方針です。市場担当者も「五島産アスパラガスのおいしさや新しい食べ方のPRを積極的に行っていききたい」と有利販売への意欲を見せていました。

先進地の生の声に刺激を受ける

—25年度第11回五島肉用牛大学—

五島家畜市場で二月二十日、平成二十五年度第十一回となる五島肉用牛大学が開かれました。この大学は五島の畜産農家の所得向上を目的に昨年度から行われ、これまで全国各地から様々な分野のスペシャリストを講師に招き、畜産関係者らは生の声を技術や所得向上に活かしています。

今回の講義では、生産者、JAなどおよそ五十名が参加し、一時間目の講義では肉用牛経営と集落営農（飼料作物受託）について、宮崎県都市から都城和牛育種組合の久留雅博組合長が購買者から評価を受けているマニユアル牛の仕組みや法人による飼料作物受託について説明。二時間目には熊本県菊池市のJA菊池畜産専門委員会から中村幸弘委員長が「強い肉牛産地を目指した繁殖基盤づくり」と題し、繁殖経営にゼロから挑んだ経験と増頭に向けた定休型畜産ヘルパー利用組合の制度について説明しました。



五島地域では高齢化や担い手不足解消のため、現在、試験的にヘルパー制度を運用しており、講義終了後には生産者から「ヘルパーの具体的な作業内容とは？」などの質問が相次ぎ、四月からの本格的なヘルパー制度運用に向け、有意義な講義となりました。同大学は来月の講義を最後に二年間の幕を閉じる予定となっています。

端境期出荷で定着図る

—貯蔵カボチャ出荷—

当JAでは一月下旬から平成二十五年度抑制カボチャの出荷が続いています。一定温度での貯蔵による端境期出荷で、熟成させた高品質の五島産カボチャの市場への出荷定着を図ります。出荷は関東地区の市場へ週一回の頻度で行う予定で、今月上旬までに三〇㊦を出荷する見込みです。

通常、抑制カボチャは十一月下旬から十二月下旬頃に出荷を行います。JAではカボチャ専用貯蔵庫で十二℃を保ち、二ヶ月を目安に貯蔵。五島では二〇〇八年から国産カボチャの端境期となる一月下旬から三月上旬に出荷を行っています。貯蔵したカボチャは熟成が進み甘みが増すため、消費者からの人気も高まっています。主に売れ筋サイズの4Lから1Lを貯蔵し、国産カボチャの端境期に出荷することで高値取引を目指すとともに、五島産カボチャの知名度アップに努めています。



JA担当者は「端境期出荷で付加価値を生み出し、有利販売することで生産者の生産意欲が増すと確信している。貯蔵施設の規模を考えながら栽培面積拡大に努めたい」と話しました。

第57回 J A 共済全国小・中学生書道コンクールの表彰式が行われました

(東京都・J A 共済ビルにて)



力強い作品と一緒に



【条幅の部】農林水産大臣賞
五島市立川原小学校3年
福田 杏奈さん

J A 共済全国小・中学生書道コンクールの表彰式が二月七日、東京のJ A 共済ビルで行われ、管内から最高賞である農林水産大臣賞を受賞した福田杏奈さんが出席しました。審査委員からは「一筆ひと筆が力強く重みがあり、形が整っていて見事。大きく根を張った大木のような安定感がある」と素晴らしい評価を頂いています。

大玉で品質良好 —超早出しバレイショ出荷—



当J Aでは二月十九日からマルチシートを活用し栽培された超早出しバレイショの出荷が始まりました。管内の超早出しバレイショ生産量の八割以上を占めるJ A 崎山集荷所にはおよそ二割のバレイショが集められました。J Aでは国内産地の端境期に合わせた出荷で有利販売を行い、生産者の所得向上に努めています。

例年、二月上旬に出荷が始まる超早出しバレイショですが、今年は北海道産が豊作だったことも踏まえ、およそ半月遅れのスタートとなりました。管内のバレイショは農薬や使用量や化学肥料の窒素成分を減らした栽培となっており、長崎県の特別栽培農産物の認証を取得。食の安全・安心の観点から注目が集まっています。

J A担当者は「本年産は大玉傾向で収量も上がってくる。また、例年になくバレイショの肌つやも良く、品質も良好」と話し、自信をのぞかせました。管内では超早出しから順次早出し、春作とバレイショの出荷が続ぎ、関西圏を中心に五月上旬までおよそ四〇〇トンを出荷する計画です。

対策見直しによる変更点とは？

—経営所得安定対策説明会・水稻栽培講習会—



下五島地域農業再生協議会は二月四日、五島市役所で平成二十六年水稻栽培講習会を開きました。この講習会は毎年行われているもので、二十一日まで管内各地で開かれました。また、平成二十六年度より見直しが行われる経営所得安定対策についても説明が行われ、生産農家の関心も高いものとなりました。

米の消費量の落ち込みや民間の在庫数量が膨大となっており、国が生産数量目標を減らしたことを背景に、管内でも来年度の生産数量目標が三二七四ト(前年度比七七・六ト減)となり、面積換算値が初めて八〇〇ヘクタールを割り込む見込みとなっています。今後管内では主食用米への異品種混入を防ぐため、主食用米品種で多収量が見込まれる「にこまる」の栽培を推進し、飼料用米やWCS用稲として活用していく方針です。また、同協議会は「水田フル活用ビジョン」に基づく地域振興作物の高菜やブロッコリーなどへの栽培を奨励するため産地交付金についても説明が行われました。

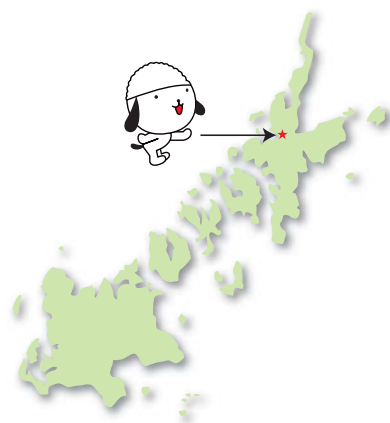
よってみらんかな



No.11 上五島支店

基本データ

- ・正組合員戸数：540戸
- ・准組合員戸数：1,505戸
- ・基幹作目：畜産、ツワ、甘藷など
- ・支店職員数：33人



管内のおすすめスポット



円錐形の奇岩と複雑な海岸線が美しい風景を描く公園です。鬼ユリの群生地としても知られています。

♪上五島ってこんなところ♪

当支店は昭和五十一年に旧上五島農協本所として建設され、その後、合併・支店統廃合を経て現在に至っております。

新上五島町合併以前の旧上五島町と旧新魚目町の一部（南地区）を管轄しており、中通島のほぼ中心に位置しております。管内には、国指定重要文化財の「青砂ヶ浦天主堂」や世界初の洋上タンク式「上五島国家石油備蓄基地」などがあります。

人情味豊かな組合員の皆様や地域の利用者の方々とのお付き合いを大切にしながら、これからも地域に愛される支店を目指して参ります。



太陽と緑
五島がうまい
の
立役者 NO. 46

手づくりのもので良い牛を育てる

新上五島町丸尾郷
としみ
斗石 利実さん(66)

斗石さんは現在、繁殖和牛九頭の飼育と飼料作物を四〇㍗で栽培しています。

故郷で牛飼いの夢叶える

学校を卒業後、静岡県で漁船を作る仕事をしていた斗石さん。昭和五十八年に故郷に戻り、夢だった畜産農家としてのスタートを切りました。実家はもとと棚田で水稲などを栽培されており、現在はその場所に飼料作物を栽培。就農した三十年前に裏山のスギの間伐材を利用し、強化繊維プラスチック（FRP）と組み合わせ牛舎も手づくりされています。

手づくりへのこだわり

手づくりは牛舎だけでなく道具にまでおよび、栽培している竹とFRPを使った牛のふんを掃除する道具



や飼料を運ぶ道具も作られています。

また、牛舎の屋根部分には健康増進のためのトレーニング用品も完備。これももちろん斗石さんのお手製で、眼下に広がる海を見ながらのトレーニングは気分転換になるそうです。



これからも良い子牛を

上五島の畜産農家の中でもトップクラスの成績を収めている斗石さん。いつも心掛けていることは「人も牛もストレスをためないこと。良い環境から良い牛が育つ」と話していました。昔ながらの飼い方で、ピーク時より頭数は減りましたが、少数精鋭で目が行き届くようになったといいます。

取材時には出産を控えた牛が三頭おり、出産前には事故防止のため、牛舎へ泊り込みで備えているそうです。これからも一頭一頭を大事に育てていきたいとおっしゃっていました。



を学ぶとともに、イモの栽培を通して命の大事さを知ることで、できる貴重な体験ができています」と話しました。

「朝から作業を頑張ったのでとてもおいしい」などの感想が聞かれました。また、袋詰めを行ったものは児童らが日頃の感謝の気持ちを込めて地域住民に配布しました。こうした取り組みについて野茂校長は「青年部の方々ははじめ、地域の方々と連携して食農教育を行っている。児童が地域の味

が餅を丸める作業を行いました。

郷土の味をみんなで手づくり

—奥浦小学校かんころ餅づくり—

当JA青年部福江支部は一月二十九日、五島市立奥浦小学校（野茂正範校長）で児童らと五島特産のかんころ餅づくりを行いました。かんころ餅はゆでかんころと呼ばれるサツマイモを湯がいて乾燥させたものと、もちなどを合わせて作られるもので、今回使われたサツマイモは青年部と児童らで栽培したもの。

例年、かんころ餅づくりには地域住民や保護者も参加し、今回は全校児童四十四名や同JA女性部福江支部を含むおよそ七十名でかんころ餅づくりを楽しみました。児童らは保護者や先生たちから説明を受けた後、上級生が蒸しあがったかんころを他の材料と混ぜ合わせ、下級生

小学校に「五島牛」がやってきた!?

—崎山小学校給食集会—

当JA青年部崎山支部は一月二十八日、五島市立崎山小学校（笹山義徳校長）で行われた給食集会で地元特産の「五島牛」の人形を使った出しものを披露しました。この集会は一月二十四日の給食記念日に合わせて毎年行われているもので、児童、青年部などおよそ八十名が参加し、給食や食材などについて理解を深めました。



会では、児童らによる人形劇や箸を使って豆を移動させるゲームなどが行われた後、青年部手づくりの等身大の「五島牛」模型が登場。児童らから大きな声援が上がりました。部員らは基盤乗りなどの演目を披露し、牛の部位ごとの図を使い、それぞれの部位の特徴や料理の仕方などを説明しました。

こうした取り組みについて笹山校長は「毎年、麦の栽培やうどん作りで青年部に協力して頂いている。生産者の生の声を聞くことができ、児童らは食や命の大切さを学ぶことができたのでは」と話しました。



女性部の活動



ので無理せず楽しむことができ、毎回笑い声の絶えないコーナーとなっています。同部会では今後もこのようなミニデイサービスを開き、要介護認定の申請方法など介護保険サービスの説明も行います。

後まで楽しんでもらえれば」と述べました。受付時に血圧測定を行った参加者たちは部会員が手作りのおやつや、カラオケ、紙芝居などのレクリエーションで楽しいひとときを過ごしました。特に、人気が高いのが頭の体操。軽快な五島弁を交えながら行う体操は座りながらできるので無理せず楽しむことができ

笑顔絶えない楽しい時間に

—三井楽地区ミニデイサービス—

当JA女性部助け合い組織はまゆう部会は二月十九日、三井楽町公民館でミニデイサービスを開きました。同部会では年に数回、管内の各地区でこうしたミニデイサービスを行っており、今回は年金友の会会員を中心におよそ四十名が参加。

開会の挨拶で同部会の片山染子部会長は「同地区でのミニデイサービスは六回を数え、毎回多くの方に来ていただいている。今日もいろいろなレクリエーションを用意しているので、最

鯉のぼり

・スタンダード6点セット

（吹流し・黒鯉・赤鯉・青鯉・矢車・ロープ



・団地用鯉のぼりセット

（吹流し・黒鯉・赤鯉・青鯉・矢車・ロープ



・デラックス金太郎付鯉のぼり6点セット

（吹流し・黒鯉・赤鯉・青鯉・矢車・ロープ）



この他にも五月人形や座敷旗なども
多数展示しております。

・飛龍シルバー箔 6点セット

(吹流し・黒鯉・赤鯉・青鯉・矢車・ロープ



数量
限定

数量
限定

・空・ゴールド 6点セット

(吹流し・黒鯉・赤鯉・青鯉・矢車・ロープ



武者のぼり

・団地サイズ 武者のぼり



・武者のぼり



・オリジナルのほり



※武者のぼりは家紋入れ・子供名・掲揚具・ワッパ・フレンジ・サルビシ・千布付です。 ※商品は染めの為、家紋・名前入れに2週間ほどかかります。
※武者絵のぼりをご注文の際は絵柄の指定はお受けできません。お客様のご理解とご協力をお願い致します。
※数に限りがございますので、品切れの際はご了承下さい。

本チラシの金額は消費税5%の税込価格となります。4月以降は消費税増税により価格が変更になります

お問い合わせは…

JAごとう 経済部 電話 0959 (72) 6585

または、お近くの支店・出張所まで

※チラシ掲載品以外にも多数展示品ご用意しております。

※商品の色は印刷の都合上、実際と異なる場合があります。 ※品切れの場合はご容赦下さい。

消費税率改定に伴う 手数料改定のお知らせ

いつも J A バンクをご利用いただき、誠にありがとうございます。
さて、当 J A では消費税の税率改定に伴い、平成26年 4 月 1 日(火)
から各種手数料を改定させていただく事としました。
何卒、お客様にはご理解を賜りますよう、よろしくお願い致します。

なお、税抜手数料部分の改定はなく、消費税部分のみの改定となります。

例) 窓口振込手数料 (店内振込)
(振込みが 3 万円未満の場合)

平成26年 3 月31日まで 105円 (手数料100円+消費税 5 円)

平成26年 4 月 1 日以降 108円 (手数料100円+消費税 8 円)

各種手数料の詳細については、窓口にお尋ねください。
〈J A バンク〉

A コープ 岐宿店 閉店のお知らせ

日頃より、当組合をご利用賜り厚く御礼申し上げます。

A コープ 岐宿店は長年、地域密着型店舗として営業して参りましたが、この度、平成26年 3 月29日(土)をもちまして閉店することとなりました。

永年のご愛顧に対し、深く感謝申し上げます。

今後も J A 事業のご利用・ご愛顧を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

※今までご利用頂いていた、ポイントカードの還元を 3 月17日(月)から行いますので、3 月29日(土)までに必ず手続きをお願い致します。

ミ ツ バ



【香りが命。胃もたれを防ぎ、ストレスを解消します】 ベーホームのお料理教室

ミツバの爽やかな香りの成分には、胃もたれを防いで食欲を高めたり、神経の興奮を鎮めて、ストレスを解消する働きがあります。

ミツバは、栽培方法によって品種が分けられます。スポンジ付きのもので、水耕栽培され、一年中出回っている「糸ミツバ」、光をさえぎって育て、根元で切って収穫される「切りミツバ」、土寄せして葉が出たら根ごと収穫、出荷される「根ミツバ」があります。根ミツバは春が旬で、香りが強く、しゃきしゃきとした歯触りが特徴です。根もよく洗って、きんぴらにして食べられます。

ミツバはビタミンA（カロテン）が多く、緑黄色野菜に分類されます。血圧を調整する働きのあるカリウムも豊富です。

切りミツバ、糸ミツバ、根ミツバの順に、茎が太く堅く、香りも強くなるので、さっとゆでて使ったり、薬味には、切りミツバや糸ミツバ、炒め物には、根ミツバがおすすめです。お吸い物、茶碗蒸しに載せて、彩りにする他、あえ物やおひたし、天ぷらにして香りを楽しみます。炒め物や蒸し物など加熱するときは、時間を短くし、食感を残して、香りを生かすのがポイントです。

選ぶときは、葉の緑色が鮮やかで、全体的に茎に張りがあり、みずみずしいものを。香りを生かすため、できるだけ1回で使い切りたいですが、残ったときは、乾燥するとしおれて香りがなくなるので、スポンジ部分に水を含ませたり、水でぬらしたキッチンペー

パーに包んでビニール袋に入れ、冷蔵庫で保存して、1～2日で使いましょう。



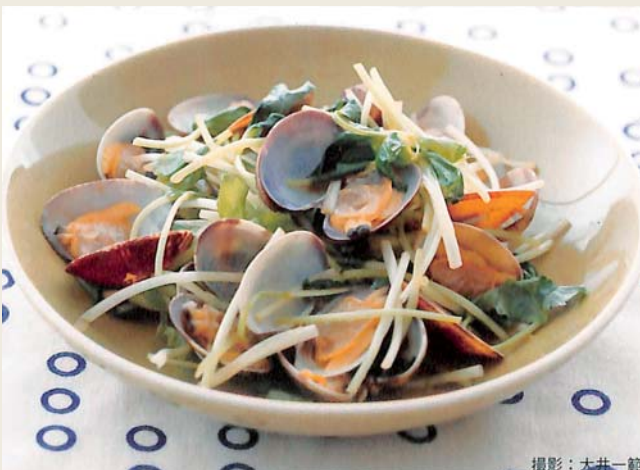
写真左から切りミツバ、糸ミツバ、根ミツバ

RECIPE 根ミツバとアサリの酒蒸し

調理時間

15分

※アサリの砂抜き時間は除く



撮影：大井一範

材料（2人分）

根ミツバ※……………1束（250g）
アサリ（殻付き）……………200g
水……………カップ1（200ml）
塩……………小さじ1
酒……………大さじ2
しょうゆ……………小さじ1／2

※糸ミツバ、切りミツバで作るときは、160g

作り方（1人分33kcal）

- (1) アサリは塩水に漬けて2～3時間置いて砂抜きをします。殻をこすり合わせてよく洗います。
- (2) 根ミツバは根を切り落とし、4cm長さに切ります。
- (3) フライパンにアサリを入れ、酒を振ってふたをし、強火にかけます。沸騰したら中火にし、3～4分蒸し煮にします。
- (4) アサリの殻が開いたら、ミツバを加えてざっと混ぜます。しょうゆを加えて、ひと混ぜし、火を止めます。

成人・就職おめでとうセール!

期 間
2014年 4/30日まで



オレンジ水牛2本セット

高級象牙3本セット

黒水牛2本セット

■ セット番号の欄に番号で記入下さい

3本セット (実印・通帳印・認印)

セット名	18+15+12	16.5+13.5+10.5	15+12+10.5
	①	②	③
特選象牙	105,000円	90,000円	73,000円
	⑥	⑦	⑧
高級象牙	78,000円	66,000円	51,000円
	⑪	⑫	⑬
オレンジ水牛	43,000円	35,000円	28,000円
	⑯	⑰	⑱
黒水牛	29,000円	23,000円	20,000円

2本セット (実印・通帳印)

セット名	16.5+13.5	15+12
	④	⑤
特選象牙	72,000円	55,000円
	⑨	⑩
高級象牙	53,000円	38,000円
	⑭	⑮
オレンジ水牛	28,000円	21,000円
	⑲	⑳
黒水牛	18,000円	15,000円

●お問い合わせは…

JAごとう経済部 0959 (72) 6585
または、各支店・出張所まで

前月号、本号とご紹介しました。改めてJAごとう高菜部会「日本農業賞大賞」受賞おめでとうござい。これを機に五島産高菜がもっと全国にアピールできればと考えております。さて、先月は日本農業新聞の普及推進を行わせていただき、ありがとうございます。

編集後記

ました。改めてご紹介しますが、日本農業新聞は農政・営農・市況などの情報満載の日刊紙となっています。また、地域情報も充実しており、五島の記事も多く掲載されています。興味のある方は各支店に設置しておりますので、ぜひ一度目を通していただければ幸いです。

(紙漉 諒)



産直市場
五島がうま。

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11時～14時（予約については別途）
15時～19時（軽食）

※土日・祝日限定バイキング 11時～15時、17時～19時

料金 大人：1,000円 子ども：500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）

華儀のことなら誠意と真心で奉仕する



株式会社JAごとう華祭
市場 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



●JAごとうNo.97 ●発行／ごとう農業協同組合 編集／総務部総務課 〒853-0041 五島市籠淵町2450番地1 ☎0959-72-6211

●http://www.ja-goto.or.jp ●印刷／(株)昭和堂