

五島(しま)と共に五島(しま)と生きる



ごとう



ごはんちゃん©

※ 5 ページ掲載 年金友の会ゲートボール大会

CONTENTS 目次

☆TOP NEWS

女性部レクレーション大会&青年部スポーツ大会

- ④ 青年部食農教育活動
- ⑤ 年金友の会ゲートボール大会
- ⑩ 福江みなとまつり参加
- ⑪ 農業まつりのご案内

11月号

JA ごとう

2017 No. 141

女性部レクリエーション大会



②



①



⑤



④



③



⑥



JA女性部は十月十四日、五島市中央公園市民体育館でレクリエーション大会を開催しました。女性部やJA職員一五九名が参加しました。催しは九月実施予定でしたが台風のため延期、日程変更で残念ながら参加できない部員の方もいらっしゃったようです。

大会は馬場寄奈津子さん（大津支部）、中村喜美代さん（富江支部）、中村正子さん（三井楽支部）による女性部活動発表から開始（写真⑥）。部員の皆さんは一人一人の発表に耳を傾けていました。続いて、今年度よりスタートした女性部ポイントカードの説明。女性部活動の際や広報誌で周知徹底を図っていましたが「知らなかった」という方もいらっしゃ

いました。

いよいよ始まったレクリエーション競技。収穫感謝祭（写真③）と名付けられた競技は、『おたま』や『しゃもじ』の先からフックをつけた紐を垂らして商品（共同購入品など）を釣り上げます。支部対抗のリレー形式で行いました。

風船割り競争（写真④）はとても盛り上がる競技です。その名の通り風船を膨らませてお尻で風船を割ります。風船を割る圧力には個人差がありますので、どのくらい風船を膨らませるかがポイントです。

昼食前には子供たちによるおやつとり競争（写真⑦）を行いました。おやつへと一斉に駆け寄ります。

輪く輪くウェーブ（写真⑤）はチームワークが試される競技です。支部ごとに横一列に手を繋ぎ、フープをくぐっていきます。

力を合わせてゴールを目指そう!! 借り人（物）競争（写真①②）では会場が一気に慌ただしくなります。『男性職員とデカパンツを一緒に穿いてゴールを!!』『フレッシユミズのお子さんとフープに入ってゴールを!!』などの指示に従ってゴールを目指します。

最後は皆さんお待ちかねのお楽しみ抽選会（写真⑧）。共同購入商品や五島牛、五島美豚、オーブンレンジなど豪華な景品が当たります。



2年に1度の
レクレーション大会、
また再来年...



青年部スポーツ大会

フルセットの戦い、**本山支部**が制す



和気あいあいとした雰囲気も勝負は真剣



白熱の決勝戦、強烈なスパイク（本山支部）に高いブロック（富江支部）で応戦

JA青年部は十月六日、青年部盟友の連携意識と青年部活動に対する参加意識の高揚を図るため、レクレーション行事としてスポーツ大会を五島市中央公園市民体育館で実施しました。年に一度のスポーツ大会、あいにくの雨で今年の競技はソフトバレーボール。青年部各支部と関係機関チーム、計六チームで楽しく競技しました。

大会は、昨年ソフトボールで優勝した本山支部がソフトバレーボールでも抜群のチームワークを発揮、連覇を達成しました。準優勝は富江支部、三位は西部・三井楽支部でした。最優秀選手賞には、ハッスルプレーで大会を大いに盛り上げた崎山支部の亀山光孝さんが選ばれました。

和気あいあいとしたスポーツ大会、終了後は本山支店の集荷所で懇親会を行い、さらに親交を深めました。



奥浦小学校サツマイモ収穫



たくさん
とれた♪



両手いっぱいにサツマイモ

見て！
大きい
サツマイモ



なかなか
出てこない
なあ



重い...



児童と共に5月に植えた約350本のサツマイモの苗。かんころ餅用に約150^{kg}を収穫、この他、かんころ餅に使用しない小ぶりのサツマイモは児童が持ち帰りました。

児童はスコップを使ってサツマイモを傷つけないように慎重に作業していました。作業を終えて「大きいイモが掘れて嬉しかった」「早く食べたい」などと感想を話していました。

岐宿小学校稲刈り



西部・三井楽支部は10月4日、岐宿小学校の3、4年生と共に稲刈りをしました。今年度より3校が統合した岐宿小学校、初めての稲刈りです。収穫した稲（ヒノヒカリ）は玄米にして児童に配られるそうです。

えいしん

盈進小学校ソバの刈り取り

富江支部は10月27日、盈進小学校の児童と共に9月4日にまいたソバの刈り取りを行いました。児童は青年部の指導を受けながらソバを鎌で刈り取り、ブルーシートの上で棒を使って叩くなどしてソバの実（種子）を落としていきました。





高糖度トマト、管理を徹底

ー五島ルビー出荷開始ー

J Aの富江選果場では十月下旬より本格的な出荷を開始した五島ルビー（高い糖度と皮の薄さ、鮮紅色が特徴の中玉トマト）の選別、パック詰め作業が忙しく行われています。今年作は十戸の農家が一・六畝を作付け、一六〇トの販売を計画しています。

J Aでは、月に一度の圃場巡回で適期収穫などの指導や選果選別を徹底します。また、五島振興局の担当者とは協力して体内窒素の測定（月二回実施）にも取り組み、追肥などの施肥診断を行うなどして、高糖度トマトとして五島ルビーの更なる銘柄確立を図っていきます。また、出荷数量を把握し計画出荷で拠点市場への安定した出荷に努めていきます。

発芽良好、順調に生育

ースナップエンドウ出荷会議ー

本年産のスナップエンドウは二五戸（前年一二六戸）でハウス三六四・二ア、露地五五五・九ア、計九二〇・一ア（同一〇〇〇ア）を栽培。露地播種は八月七日から開始、例年より高い気温の中で行われましたが発芽は良好で、その後の生育についても適度な降雨があり順調でした。

十月下旬より管内各地区が出揃い、十一月上旬から本格出荷となる見込みです。今後も肥培管理の徹底と病害虫防除を行い、品質・反収の向上を図り、市場へ五島産の良いスナップエンドウの出荷に努めていきます。



大津集荷所にて

J Aは十月四日、J A本店で平成二十九年作スナップエンドウ出荷会議を開催しました。九月中旬の台風18号接近による被害が心配されましたが、影響を受けず順調に生育。前年より二日遅れの十月四日から出荷を開始しました。

作付面積、前年から微増

ーインゲン出荷会議ー

J Aは十月四日、J A本店で平成二十九年産抑制インゲン出荷会議を開催しました。会では二十九年産抑制インゲン出荷計画を協議した他、二十八年度抑制インゲン、二十九年産春インゲンの出荷実績を報告しました。

本年産の抑制インゲンは六一戸（前年六四戸）で面積一八九ア（前年一九五ア）を栽培しています。八月七日から播種を開始、高温の影響を受け発芽不良で蒔き直した圃場があり、生育にばらつきが見受けられました。出荷は前年より一日遅い九月二十七日より開始。ピークは十月下旬から十一月中旬となる見込みです。

レトルト食品3品を販売開始

ー所得向上へ6次産業化商品開発ー



- ① 1食入り(200グラム)定価680円、産直市場五島がうまい販売価格580円、農家レストラン提供価格680円
 ② 1食入り(150グラム)定価580円、産直市場五島がうまい販売価格480円、農家レストラン提供価格580円
 ③ 1食入り(140グラム)定価580円、産直市場五島がうまい販売価格480円、農家レストラン提供価格580円



J Aが五島地域加工業務用産地育成協議会などと連携して、開発を進めてきた五島ルビー(中玉トマト)、経産肥育牛、五島美豚を使った農産加工品の販売を開始しました。

商品は長崎おくんち広場で十月十四・十五日に行われた、五島列島物産展示即売会で初お披露目。大変好評だったようです。

当J Aの産直市場五島がうまいでも十四日から販売を開始しています。また、農家レストランでは商品を使用して料理を提供しています。

開発にあたり、今年三月には農家や五島海陽高校の生徒と職員、商工関係団体、関係機関などの方々に試食・評価会へ参加していただき、商品改良を行いました。

五島のブランド農産物を使っただビーフカレー、ミートソース、ボロネーゼソースを皆様も是非、ご賞味ください。

校舎2階に『はさがけ』

ー平成小学校稲刈りー

J A青年部西部・三井楽支部は十月二十五日、平成小学校の児童十名とともに同校近くの田んぼで稲刈りをしました。毎年恒例の活動は、播種、田植え、稲刈り、脱穀、餅つきを行い、次年度の種籾を保留しています。同校ではこのモチゴメを『平成米』と呼び、大切に受け継いでいます。

児童らは慣れた様子で稲を刈り取り、一〇〇ほど離れた校舎脇まで稲を運んでいきました。今年は束ねて縛った稲を校舎二階のベランダではさがけすることに。青年部部員が二階へと投げた稲が次々と宙を舞っていました。



大津、本山給油所の営業時間変更について

現在、8時から営業しておりますが、開店前にご来店いただくことが多いこと、18時以降のご利用がほとんどないことを踏まえまして、営業時間を変更させていただきました。

10月31日まで 8時～18時30分

平成29年11月1日(水)から

7時30分～18時

平成二十九年 第七回理事会

平成二十九年十月二十三日(月)開催

次第

1 議案事項

- 議案No. 1 労働契約法の一部を改正する法律に伴う「就業規則」の一部変更について
- 議案No. 2 特定個人情報取扱規程の一部変更について
- 議案No. 3 後継者育成対策積立金取崩に関する規程および要領の一部改訂について
- 議案その他

2 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 主要事業九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」九月末実績について
- 報告No. 4 平成二十九年九月末食肉販売実績について
- 報告No. 5 平成二十九年九月～十月県内家畜市場状況について
- 報告No. 6 固定資産取得の入札結果について
- 報告No. 7 ①JAごとう賃貸ハウス新築工事
②黒蔵水稲育苗ハウス新築工事
- 報告No. 8 平成二十九年九月～十月県内家畜市場状況について
- 報告No. 9 平成二十九年九月～十月県内家畜市場状況について
- 報告No. 10 営農生産委員会の結果について
- 報告No. 11 後継者育成対策積立金の交付について
- 報告No. 12 第十七回JAごとう農業まつり開催要領について
- 報告その他 貸付金の実行について
- ①移動店舗車導入経過報告について

料理 楽しく ステップアップ!

「キッチン晴人」のオーナーシェフ ●永井智一

牛ゴボウの甘辛煮

材 料 (4人分)

新ゴボウ……………3本 煮込み用たれ
牛肉(すき焼き用) ……8枚 しょうゆ ……3/4カップ
水菜……………少々 みりん……………1カップ
酒 ……………3/4カップ
砂糖150～250g(お好みで)

作 り 方

- ① 3～4cmほどに切り軟らかくなるまで下ゆでしたゴボウを冷まして、広げた牛肉で巻き、サラダ油(材料外)をひいたフライパンで表面を焼き固め、取り出しておく。
- ② ①のフライパンに煮込み用のたれを入れ、沸騰させて①を入れ煮込む。
- ③ ②の煮汁に程よくとろみがついてきたら火を止める。
- ④ ささがきゴボウをサラダ油(材料外)で揚げ、下に敷き、③を盛り付け水菜をあしらひ出来上がり。



point /

たれの砂糖は何回かに分けて入れながら、甘さを調整すると良い。

ベジタブル
ライフ

イラスト：小林裕美子

ゴボウ

～日本で食用とされる「薬になる根菜」～

ゴボウのプロフィール

【分類】キク科

【原産地】ユーラシア大陸北部

【和名】牛蒡

【おいしい時期(旬)】10～12月

【主な栄養成分】イヌリン、リグニン、タンニン、クロロゲン酸、カリウム、カルシウム、マグネシウム、葉酸など

解説：KAORU

保存方法

乾燥に弱い土付きのゴボウは新聞紙で包んで冷暗所に一度に使い切れないときは、ささがきにして軽くゆでて、しっかりと水気を切り保存用袋などに入れて冷凍保存

ゴボウのチカラ

便秘改善、高血圧予防、
風邪予防、貧血予防、
生活習慣病予防

イヌリン

腸の働きを整える
血糖値の上昇を抑制

タンニン クロロゲン酸

強い抗酸化作用
免疫力の向上や老化予防

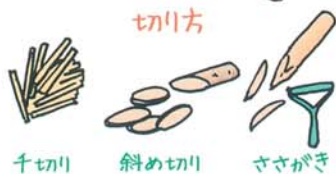
リグニン

コレステロール値を抑制
腸のぜん動運動を
活発にする

楽しみ方・食べ方のコツ

風味やうま味は皮の部分に多い。皮はむくのではなく、たわしや包丁の背で「軽くこそぐ」程度にすると良い

ササッ



定番メニュー



きんざら



きりたんぼ鍋



ゴボウサラダ



筑前煮

ゴボウを細切りにしてさっと酢水にさらし、鍋で「水から火にかけて」ゆでる。水気を切り調味料をあえる

肉詰め煮(堀川ゴボウ)

中心の
空洞部分に
詰める



見分け方

ひげ根が少ない

表面にひび割れや黒ずみがあったり、先端がしおれているものは避ける

土付きの方が日持ちしやすく、風味も損なわれにくい

太過ぎると中にス(空洞)が入っていることがある

弾力があり、太さがある程度均一で、先端が緩やかに細くなっている

持ったときに張りがあり、ピンとしている

大浦ゴボウや堀川ゴボウなどは太くてずしりしたものが良品

ゴボウのいろいろ

滝野川ゴボウ

長さ1m前後、直径約2～3cmの長根種の代表品種で、1700年ごろから現在の東京都北区滝野川地域で栽培されている。根が柔らかく味が良い。関東地方を中心に作られている

大浦ゴボウ

千葉県匝瑺市大浦地区の特産品。長さは約60cm、直径10cmにもなる短根種の太い根は中に空洞があり、その空洞を使って肉詰め料理などもできる。成田山新勝寺に全て奉納されるため市場には出回らず、市販の「大浦ゴボウ」と区別される

新ゴボウ

4～6月ごろに出回り、色白で細い。長さは約30～40cmで皮が薄く食感が軟らかいのが特徴。香りが良くサラダや揚げ物、煮物の他、柳川鍋にも使われる。主に九州地方で栽培

堀川ゴボウ

京都の伝統野菜の一つで、長さ50cm前後、直径が6～8cmの太い短根種の先端がタコの足のように枝分かれしていて、中心部に空洞がある。栽培途中で横向きに植え替えることで独特な太いゴボウに育つ。特有の香りがあって柔らかく、煮物や詰め物に適している

葉ゴボウ・若ゴボウ

主に関西で出回り、ゴボウの若い葉柄(軸)と小さな根を食べる。香りが良く柔らかく、シャリシャリとした食感が特徴。癖がなくおひたしや天ぷらなど幅広い料理に使える。福井県の「越前白茎ゴボウ」が有名。3～5月ごろが旬

サルシフィー(西洋ゴボウ)

ヨーロッパ原産のキク科の野菜。日本のゴボウに似ているが別種。長さは約20～30cmと短く、肉質は柔らかく、皮をむく中は白い。フランスやドイツなどでは煮込み料理やスープ、グラタンなどに使われる

ゴボウのヒミツ

ゴボウの原産地はユーラシア大陸北部とされ野生種が広範囲に分布している。食用にするのは世界的に見ても日本、台湾、韓国などごく一部

中国では古くから野生のゴボウを薬用にして「たんだの漢方」は「愚案」と書かれ、利尿作用や化膿(かのう)止めの効果があるといわれているよ

青森・茨城・北海道で全国の半分以上を生産しているよ

平安時代『本草和名』和名抄(わみょうしょう)には「キタキス」という名前が登場。宮廷の献立の一つにもなっていたという記録がある

主な産地



地域とともに —福江みなとまつり参加—



J Aは九月三十日、福江みなとまつり（同協賛会主催）にネブタの引手として参加しました。地元のブランド牛『五島牛』を模して作った張りぼてや、J Aならではのゆるキャラがネブタとともに商店街へ登場、今年も注目を集めました。

ネブタのパレードには同J Aの若手職員や子供が参加、力強くネブタを引き、観客にJ AバンクやJ A共済の粗品等を配り、日頃の感謝の気持ちを示すと共に、J A事業をPRしました。参加した職員は「楽しみながらできる地域貢献。高齢化が進む島で元気や活力を感じることができるイベントは決して多くないので、来年も参加したいです」と話していました。

まつり参加は三年連続。地域貢献を目的とした毎年恒例の行事として、定着してきています。

いつでもどこでも、みんなのJ A

知って納得JA

—協同組合の力—

Q JAはなぜ銀行や保険会社のような事業をしているの？

A 信用・共済事業を通じて、組合員の営農とくらしを守り、より豊かにするためです。

協同組合のルーツの一つは信用・共済事業です。特に農村では、地域の人々がお金や米を出し合って積み立て、そこから困った人がお金を借りたり、災害に遭われた人にお金や米を援助したりするなどの仕組みが、草の根的につくられてきました。こうした地域の「相互扶助」の仕組みが、信用・共済事業として発展してきました。

J Aの信用事業は、組合員間で資金を積み立てて融通し合うので「相互金融」と呼ばれ、組合員の営農やくらしに役立てられています。

J Aの共済事業は、互いを信じ救い合う「相互扶助」の精神の下で行う非営利事業です。組合員のくらしを守るため、「ひと」「いえ」「くるま」などの保障を充実させています。

（監修＝広島大学 助教 小林元）

「協同の精神」に基づいて行われる J Aの信用・共済事業

信用事業



J AとJA信連、農林中央金庫（農林中金）は「JAバンク」を構成して、金融機関として機能しています。JAバンクはグループ全体のネットワークと総合力で、農林水産業や国民経済の発展に貢献しています。

共済事業



J AとJA共済連が共同で共済契約を引き受け「JA共済」として保障を提供しています。JAはJA共済の窓口として各種手続きを行い、JA共済連は各種の企画、仕組み開発、資金運用、支払い共済金にかかる準備金の積み立てなどを行っています。

耕そう、大地と地域の未来。

第17回 JAごとう 農業まつり

～未来へつなぐ「食」と「農」と「地域の絆」～

五島（しま）と共に五島（しま）と生きる
農業を通じて、組合員・地域の皆さんと共に五島を元気に。



【日時】 11/ **25** (土) **26** (日)
10:00～17:00 9:00～16:00

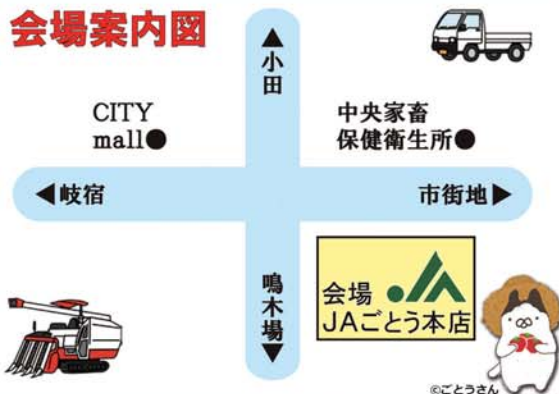
【会場】 JAごとう本店特設広場

主な催しもの

- 農産物コンクール●農産物即売●畜産物即売●米即売
- 農機・自動車展示会●電器展示会●農産物加工コンクール
- 産直果物即売●軽食バザー●餅即売●風船プレゼント
- 露店販売●スタンプラリー●書道コンクール●餅まき
- 大型トラクター試乗（記念写真プレゼント）
- ポンポンマスコット作り（小学生以下対象）●お買上げ抽選
- 各種団体による演奏など●仏壇展示会●JA共済ブース
- 学習机・ランドセル展示会●組合員加入促進ブース
- JAバンクブース●五島美豚・経産肥育牛試食会

主催：ごとう農業協同組合・各生産部会・青年部・女性部
協賛：五島振興局・五島市・新上五島町・全農長崎県本部

会場案内図



お問い合わせ：JAごとう本店
TEL/0959-72-6211 FAX/0959-72-3077

12月3日は 時間 9時～15時 上五島で**農業まつい**

合同展示会は農業まつい前日の
12月2日(9時～17時)も開催いたします。

- 冬季電化等合同展示会
- ガス器具・農業機械展示即売会
- 引換券付もちまき(Aコープ商品券)
- 喫茶コーナー(JA女性部による)
- 農産物加工品評会
- 「五島牛」「五島美豚」試食会
- 各種団体による踊り・演奏



場所：新上五島町石油備蓄記念会館

七ページ掲載のレトルト食品三品、皆さんは食べてみましたか？私は、食べてみないと伝えられないと思い、販売開始当日に直売所で購入。撮影も兼ねて早速食べてみました。三品ともとてもおいしかったのですが、個人的にはミートソースが一番のオススメです。掲載用の写真は自宅で撮影したのですが、ついつい夢中になってしまい、撮影

編集後記

が終わるまで昼食を待っていた妻の視線にも気付かず三十分：若干冷めたカレーやパスタに妻の無言の抗議。それでもおいしかった『ごとうさんの』三品、熱々のうちに食べればもっとおいしかったことでしょう。私も今度は食べることに集中して、農家の皆さんが丹精込めて育てた農畜産物を使った新商品を、最高の状態でいただきたいと思っています。

(竹山幸弘)



産直市場
五島がうみ

住所：〒853-0041 五島市籠淵町2450番地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)

※土日限定バイキング 11時～15時

料金 大人：1,080円 子ども：600円(小学生以下)

定休日：原則年中無休

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
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