広報 あなたとJAを結ぶ 情報誌

南さつま

https://ja-minamisatsuma.or.jp/

2023
March.
3

令和5年
2月20日
発行

No. 300



ピーマン生産に励む石田恭介さん（南さつま市加世田）

新しい夢どんどん
育てよう明日を
JAグループ鹿児島

広報
南さつま
2023
3
March
No.300

CONTENTS／目次

【風は南から】
石田恭介さん（南さつま市加世田）…… 2

㊗人参出荷スタート …… 4

葉たばこ播種式、きんかん春姫果実品評会、
枕崎市茶業協議会総会 …… 5

レインボーニュース …… 6

地域探訪（川辺二日市） …… 7

［特集］ＪＡ広報「南さつま」300号発行記念 …… 8

家の光クッキングフェスタ＆家の光大会 …… 12

家の光クイズ、無料職業紹介所 …… 14

南さつまの今が旬、きらっとおごじょの活動 …… 15

チャレンジ家庭菜園 …… 16

ＪＡインフォメーション
（こんにちはＡコープです、健康情報ほか） …… 17

お悔やみ、短歌、さつま狂句 …… 18

クロスワードパズル …… 19

スマイルすまいる、おたよりコーナー …… 20



研修で学んだ技術活かして 目指すは継続的な高品質生産

ピーマン生産農家
石田（いしだ）恭介（きょうすけ）さん（33）
南さつま市加世田

■研修制度を活用して始めた農業

鹿児島市出身で、就農前は三重県で建築土木関連の企業に勤務していました。独立を考えていましたが、新型コロナウイルスの影響で制限が多く、独立に向けて動くことができませんでした。それでも自身での経営を夢見ていたので、そのことをピーマン農家の叔父に相談しました。叔父の勧めもあって南さつま市の研修制度を活用して、ＪＡ



風は南から



加世田ピーマン部会に受け入れてもらい、研修生として二〇二一年五月から一年間、叔父の圃場で農業技術や経営のノウハウを学び、二二年七月に就農しました。

■研修期間で培った経験生かして

研修当初は、土壌消毒、苗づくり、植え付け、整枝など様々な作業を経験しました。一年を通した作業の流れは把握できましたが、作物はすぐに目に見える変化があるわけではないので、作業を行うタイミングや見極めは大変難しいと感じています。そのような時には、部会の先輩たちのもとへ相談に行ったり、生育状況を見せてもらったりしながら、自身の栽培管理の参考にしています。

また、ハウス内を見回りながら病害虫発生をできるだけ早く発見して対処するように心掛けています。

技術取得のために、研修中から日誌に書くことを習慣にしており、教わった事やその日の作業内容を書き込んでいます。今年は、日誌を見返しながら計画を立て、作業に励んでいます。

■変わった仕事への意識

現在は十六㌃で栽培し、今の時期は収穫作業を行っています。昨年は一緒に作業していた叔父にすぐ聞けましたが、今年は自分で考えながら作業しなければなりません。これが経営することだと実感しながら責任感を強く持って取り組んでいます。

■さらなる技術研鑽で規模拡大へ

昨年十月に初めての出荷を迎えました。JAの営農指導員から「草勢があり収量が多く、品質の良いピーマンが実っている」と言ってくださり、大変嬉しかったです。

今後は、経営規模の拡大を視野に入れながら、さらに技術を磨いて高品質のピーマンを継続的に生産できるように頑張りたいです。



人参選果場で選果される人参

枕 人参出荷スタート

天候に恵まれ生育良好

ＪＡ南さつま管内では、一月二十四日から二〇二二年度産の㊍人参の出荷が始まりました。ＪＡ枕崎人参選果場には、生産者が掘り取った人参が持ち込まれ、選果場内では職員らが洗浄や選果作業を行っています。

一月二十三日には、同選果場で出荷協議会を開催し、生産者や行政、ＪＡ関係者三十五人が出席しました。集出荷要領や販売方針について協議し、圃場での選別と出荷計画の順守を徹底して、Ａ品率向上と効率的な出荷に努める事を確認しました。

今年産は、播種後の干ばつによる生育への影響が心配されましたが、秋以降は天候に恵まれ、品質の良い人参に仕上がっています。枕崎・知覧地区の生産者三十八人が二二・二ヘクタールで販売数量八八八トン、販売金額一億六五六万円を計画し、三月中旬まで京都・大阪の市場へ出荷します。

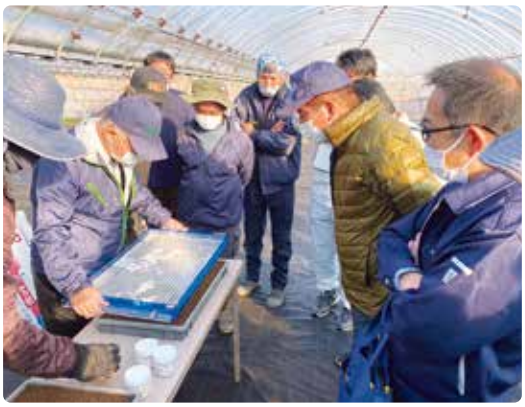


高品質に仕上がった人参

豊作願い葉たばこ播種
共同苗床で播種式

南九州市頴娃町の葉たばこ共同苗床で一月十日、二〇二三年産の葉たばこ播種式が開催され、関係者が豊作と良質な生育を願いました。式には、頴娃・知覧・枕崎地区の生産者や行政、ＪＡ関係者が出席。各地区に分かれ、コーティング種子をまきました。苗は三月上旬に定植され、五月から七月に収穫します。

南九州市葉たばこ振興会の飯伏勝則会長は「生産・販売を取り巻く環境は厳しいが、今年も的確な作業で高品質生産に取り組もう」と呼び掛けました。


コーティング種子をまく関係者ら（頴娃）

一月二十三日には、南さつま市の加世田共同育苗施設で、南さつま、川辺地区の葉たばこの播種式が開催され、生産者や県たばこ耕作組合、行政、ＪＡ関係者ら約六十人が出席しました。ビニールハウス内に並べられた育苗箱に、鹿沼土の混ぜた葉たばこの種を丁寧にまき、今年産の豊作を願いました。

育苗ハウスの責任者である上釜清二さんは「燃料や資材等の価格高騰で厳しい状況だが、昨年の反省を生かし、関係機関の協力を得ながら生産に励みたい」と話しました。


豊作を願って種をまく関係者ら（加世田）

最高賞に中山千恵子さん（加世田）
きんかん春姫果実品評会

ＪＡ南さつま果樹部会は二月三日、ＪＡ果樹選果場で「きんかん春姫」の果実品評会を開催しました。厳正な審査の結果、最高賞であるＪＡ組合長賞に中山千恵子さん（加世田）が輝きました。今年は十五点が出品され、南薩地域振興局や行政、ＪＡ関係者ら七人が外観、着色や糖度等を審査しました。その他結果は次の通りです。

▽南さつま市長賞＝中村幸雄（加世田）
▽ブランド推進本部長賞＝松木田薫（川辺）
（敬称略）


外観や着色を審査する関係者ら

足腰の強い産地目指す
枕崎市茶業協議会

枕崎市茶業協議会は一月三十日、ＪＡ南さつま枕崎支所で第四十五回総会を開催しました。生産者をはじめ行政、ＪＡ関係者ら約五十人が出席しました。二〇二二年度事業計画や予算案等の全五議案を協議し、会員相互の研鑽を重ねて枕崎茶の銘柄確立と足腰の強い産地づくり、茶業経営の安定・発展を目指す事を確認しました。また、市荒茶品評会の表彰を行い、最優秀賞を受賞した篭原農場に前田祝成市長が表彰状を贈りました。


協議する関係者ら

レインボーニュース

管内の身近にある情報をご紹介するコーナーです。きれいな風景や花、地域の行事などありましたら、最寄りの支所へご連絡ください。

加世田

地元の美味しい魚を味わう

正信寺保育園



上舞広報委員

南さつま市加世田の正信寺保育園の園児は2月7日、小湊校区公民館で魚食と野菜について学習しました。

市の商工水産課職員が、地元で獲れた魚を紹介して、園児らの目の前で魚のさばき方を披露しました。また、園内で育てた野菜を使った味噌汁を作り、焼き魚と一緒に味わいました。



同園は、同市とJA南さつまの協力のもと、地元の魚と野菜を使った食農教育に取り組んでいます。

大笠

御伊勢講 3年ぶり練り歩く

南さつま市笠沙町・片浦集落



柳元広報委員

南さつま市笠沙町で2月11日、3年ぶりに伝統行事「お伊勢講」が行われました。片浦集落では公民館で神事を行い、地元の若者が着物姿で鬼や天狗、ひょっとこ等の面を被り「振り子」に扮して、隊列を組んで「オイヤナ、オイヤナ」という大きな掛け声で集落を練り歩きました。沿道には地元住民が一行を待ち受け、お賽銭を渡したり、振り子に刀やなぎなたで頭や肩を叩いてもらい、一年の家内安全と無病息災を祈りました。



知覧

おひなさま巡り楽しんで

南九州市内19カ所



上木原広報委員

南九州市では、2月4日から「南九州市おひなさま巡り」を実施し、市内の19カ所にひな人形を展示しています。知覧武家屋敷内の西郷恵一郎邸には、座敷にひな飾りが並べられ、訪れた人々の目を楽しませています。また、市内の8つの飲食店では、ひなまつりにちなんだ御膳や限定スイーツが食べられます。ひな人形は3月31日まで展示されます。



枕崎

お茶の淹れ方を指導

枕崎市茶業青年の会



前田広報委員

枕崎市茶業青年の会は2月2日、同市立立神小学校で5、6年生75人を対象に、美味しいお茶の淹れ方教室を開催しました。教室では、メンバー7人とJA南さつま営農指導員の指導のもと、児童らが淹れ方を実践し、急須から出る茶を最後の一滴まで丁寧に注ぎ、美味しく味わいました。また、一煎目と二煎目を飲み比べ、味の違いを楽しみました。教室終了後には、家庭でも味わってもらおうと児童全員に急須と煎茶を贈りました。



川辺

力合わせて桜島大根収穫

南九州市立高田小学校



神野広報委員

南九州市立高田小学校の1、2年生12人は2月2日、校内の花壇で育てた桜島大根を収穫しました。地元農家の有村光雄さんと内原敏則さんの指導のもと、児童らは「よいしょよいしょ」と声を掛けながら、力を合わせて白い肌の大きな大根を引き抜きました。また、採れたての大根を切り分けて試食しました。収穫した児童は「甘くてシャキシャキして美味しかった。皆で楽しく収穫できた」と笑顔で話しました。



3月の運勢 おひつじ座 3月21日～4月19日

全体運…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

健康運…適度な運動で心身共にリフレッシュ　幸運を呼ぶ食べ物…クレソン



地域探訪

地域の美しい風景、珍しいスポットなどを紹介します

春告げる二日市 三年ぶり開催

鹿児島県の三大市として知られる恒例の川辺二日市が二月四日、五日の二日間、南九州市の川辺町商店街で行われ、市内外から多くの人で賑わいました。

一・三キロにわたり歩行者天国となった商店街には、植木や陶器、刃物、飲食など約四〇〇店舗が並びました。また、バナナのたたき売りや猿回し、福男福女による餅投げなどのイベントが行われた他、チンドン行列が商店街を練り歩き、商店街を盛り上げました。



福男福女餅投げ



陶器

JA南さつまや各生産者組織も地元の農畜産物、加工品などを販売し、好評を得ました。

二日市は、江戸時代に人々が農閑期に作ったワラ細工や竹製品などを持ち寄って売り買いや物々交換のために開かれたのが始まりとされ、約二四〇年の歴史を誇ります。



チンドン行列



JA南さつまも出店！



刃物



バナナのたたき売り

全体運…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
健康運…食べた分、体を動かしてカロリーを消費して　幸運を呼ぶ食べ物…タマネギ

3月の運勢
おうし座
4月20日～5月20日

特集

JA広報「南さつま」300号発行記念



1999年 第1回通常総代会

1999年4月27日、第1回通常総代会を開き、総代395人の出席のもと、提出議案すべてが承認されました。総代会に先立ち、管内の58会場で地区別座談会が開催され、組合員からJA事業や運営に関する意見や要望をいただきました。

JA南さつまの開業と同時にスタートした広報誌「南さつま」。2023年2月に創刊300号を迎えることができました。組合員をはじめ読者の皆様のご支援・ご協力の賜物であり、心から感謝申し上げます。今回は「300号記念」と題して、JA南さつまの歩みを振り返ってみました。

今後も組合員・地域住民の皆様へ地域に密着した話題や役立つ情報を提供し、誌面の充実に努めて参ります。



2002年 百姓市場「さえんばたけ」オープン

2001年12月に百姓市場「さえんばたけ」（加世田）がオープンしました。2002年10月には、川辺支所野菜集荷場敷地に「さえんばたけ」川辺店がオープンしました。現在も、安心・安全な農産物の生産と販売を通して、生産者と消費者との交流の場づくりに努めています。

1998年 JA南さつま開業式

1998年3月1日に、旧JA南さつま、JA大浦町、JA枕崎市、JA知覧町の4JAが一つになり、新生「JA南さつま」が県下トップクラスの広域合併JAとして誕生しました。JAの使命を認識し、組合員・地域住民の営農と生活を守り高める機能をより強化するために、人的または物的な体制の拡充と総合的な事業機能の革新を目指しました。

年	月	行事
1998	3月	・JA南さつま　開業式
	4月	・新採用職員　入組式
	8月	・総代選挙（600名選出）
	10月	・第1回年金友の会グラウンドゴルフ大会
	11月	・JAレストランちらん亭オープン
	5月～10月	・第1回年金友の会ゲートボール大会
	2月	・全国茶サミット鹿児島県大会（知覧）
	4月	・JA南さつま女性部新発足
	4月	・座談会58会場で開催
	4月	・第1回通常総代会
	8月	・生産者組織連絡協議会設立総会
	9月	・LPG供給センター・自動車整備センター業務開始
1999	12月	・助けあい組織「にじ」の会部会設立
2000	11月	・広域育苗センター落成式
2001	1月	・鹿児島県果樹振興大会
	1月	・坊津ポンカン70周年記念大会
	8月	・合併3周年記念中国・世界遺産の旅
	9月	・「百姓倶楽部」設立総会
	9月	・ちゃぐりんフェスタ開催
	10月	・加世田のかぼちゃ　ブランド産地指定10周年
	11月	・本格焼酎「黄金ほたる」新発売
	12月	・百姓市場「さえんばたけ」オープン
	12月	・本格焼酎「紅ほたる」新発売
2002	2月	・JA広報「南さつま」50号発行
	10月	・百姓市場「さえんばたけ」川辺店オープン

3月の運勢 ふたご座 5月21日～6月21日

全体運…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
健康運…発熱に注意。ビタミンCを取って風邪を予防　**幸運を呼ぶ食べ物**…シイタケ

2003年 JA南さつまホームページ開設

2003年11月にホームページを開設しました。JAの事業や管内の農畜産物、生活情報、イベント情報等を掲載し、リニューアルを繰り返してニーズに応えた利用しやすいページ作りに努めています。



2008年「元気な食をいただきます。南さつまの食ぢから」

南九州の家庭料理を一堂に揃え、食と地域を考えるフォーラム「元気な食をいただきます。南さつまの食ぢから」（NHKエデュケーショナル、読売新聞社など主催）が2008年9月、南九州市の知覧体育館で開催されました。JA南さつま女性組織協議会が、地元食材を使用した305点の家庭料理などを展示し、1780人の来場者が詰めかけました。



2005年 ちゃぐりんフレンドクラブ結成式

2005年6月、「ちゃぐりんフレンドクラブ」が結成されました。同クラブは、次代を担う管内の小学生とその保護者を対象に、雑誌「ちゃぐりん」を活用した様々な体験活動を通して、食や農業の大切さを伝えています。

2007年 合併10周年記念行事を開催

合併10周年を迎えた2007年は、記念事業として多くのイベントを開催しました。8月には「第1回ちゃぐりんカップ」ソフトボール大会・バレーボール大会を開催しました。子どもたちの健全な心と身体を育成してもらうとともに、スポーツを通じて、いのち・自然・食べ物・農業の大切さを知る機会を提供しています。



2003

- 2月 ・JA南さつまふれあいセンター落成式
- 7月 ・「知覧のさつまいも」かごしまブランド産地指定10周年記念大会
- 11月 ・JA南さつまホームページ開設
- 12月 ・枕崎支所女性部50周年記念ミニバレー大会
- 1月 ・鹿児島の食〝もっと安心・安全〟現地交流会
- 2月 ・枕崎市茶業青年の会設立30周年記念式典
- 6月 ・加世田市「砂丘特区」協定調印式
- 11月 ・年金レディ発足会

2004

- 6月 ・ちゃぐりんフレンドクラブ結成式
- 8月 ・㈲南さつまライフサービス開業式
- 9月 ・「百姓市場さえんばたけ」加世田店移転オープン

2005

- 1月 ・きんかん「春姫」かごしまブランド産地指定記念大会
- 7月 ・JA広報「南さつま」100号発行
- 11月 ・らっきょう共乾施設起工式
- 12月 ・川辺セルフSSオープン
- 12月 ・加世田の抑制かぼちゃ「かごしまの農林水産物認証」授与

2006

- 4月 ・らっきょう共乾施設　落成式
- 5月 ・JA広報「南さつま」表紙がカラーに
- 7月 ・広報誌のコーナー「南さつまの今が旬」開始
- 8月 ・第1回ちゃぐりんフレンドクラブ
- 8月 ・合併10周年記念行事（企画旅行、記念式典ほか）～2月
- 11月 ・知覧セルフSSオープン
- 11月 ・枕崎市茶業振興大会30周年記念大会
- 12月 ・広報誌のコーナー「レインボーニュース」開始

2007

- 9月 ・「元気な食をいただきます。南さつまの食ぢから」

2008

- 6月 ・「コインランドリーかご」オープン
- 7月 ・「南さつまのたんかん」かごしまブランド産地指定記念大会
- 12月 ・JA広報「南さつま」全面カラーへ

2009

全体運…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
健康運…心の健康に目を向けて。音楽鑑賞がお勧め　**幸運を呼ぶ食べ物…**ニラ

3月の運勢 かに座 6月22日～7月22日



2012年 アンパンマンこどもくらぶ発足

「アンパンマンこどもくらぶ」を展開し、妊婦の方や子育て世代などを対象とした子育て支援サービスを実施し、地域貢献・次世代層とのつながり強化に取り組んでいます。2012年12月には、南さつま市で初めて開催し、第1回目のイベントには12組の家族が参加しました。



2011年 JA南薩拠点霜出澱粉工場

2011年9月からJA南薩拠点霜出澱粉工場が稼働を開始しました。甘しょ生産基盤の拡充を目的に、JA南さつま・JAいぶすき、JAさつま日置の3JAがJA南薩甘しょ協同事業体運営しています。



2014年 育てよう笑顔プロジェクト 清掃活動を実施

協同組合の役割や取り組みをPRするために、毎年7月第1土曜日の「国際協同組合デー」にあわせて、今後も県内全域で統一活動に取り組んでいます。2013年7月に初めて実施し、管内の7カ所で清掃活動を行いました。





2012年 移動購買車「ふれあい」号が運行開始

2012年8月、移動購買車「ふれあい号」の運行を開始しました。軽トラックを改造し、食料品、生花、雑貨等の販売を行い、日常の買い物が困難な方への買い物支援と地域を見守る役割を果たしています。現在は複数台体制でJA管内を回り、地域のくらしを守り、買い物弱者の支援に取り組んでいます。

年	月	行事
2010	2月	・日本農業新聞移動編集局JA南さつま開局
	4月	・JA南さつまポイントカード「にこにこカード」開始
	9月	・JA広報「南さつま」150号発行
	11月	・鹿児島県茶業振興大会「かごしまお茶まつり」南九州市で開催
2011	3月	・べにふうき　販売開始
	3月	・被災地へ救援物資
	9月	・農業法人倶楽部「フェニックス」設立総会
	12月	・JA南薩拠点型霜出澱粉工場落成式
	4月	・「加世田のかぼちゃ」かごしまブランド産地指定20周年記念大会
2012	8月	・移動購買車「ふれあい」号　運行開始
	11月	・全国らっきょうサミット開催（加世田）
	12月	・アンパンマンこどもくらぶ　発足
2013	1月	・北と南交流協定（南さつま×津軽みらい）
	7月	・「知覧のさつまいも」かごしまブランド産地指定20周年記念
	9月	・移動購買車「ふれあい」2号　運行開始
	10月	・JAグループ鹿児島総合ポイントカード「JADDOカード」利用開始
	10月	・JA南さつまネット通販「JAタウン」オープン
	1月	・かごしまの「食」活動表彰　県知事賞（食育活動部門）を受賞
2014	5月	・ルミエール川辺　新館オープン
	7月	・育てよう笑顔プロジェクト　清掃活動を実施
	11月	・鹿児島県茶業振興大会「かごしまお茶まつり」枕崎市で開催
	12月	・内山田セルフSSオープン
2015	4月	・枕崎茶ペットボトル販売開始
	9月	・移動購買車1台増車　「ふれあい3号」運行開始
	12月	・マスコミ農業・農村研究会開催

3月の運勢
しし座
7月23日～8月22日

全体運…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
健康運…友人たちとの会話が気分転換に。一緒に体操も◎　**幸運を呼ぶ食べ物**…アシタバ



2016年 JA南さつま公式「LINE」配信スタート

2016年7月から無料アプリ「LINE」による配信をスタートしました。JAのイベント情報やLINE会員限定イベント、キャンペーンのお知らせなどを配信しています。

2021年 庭先対話活動スタート

2021年11月から庭先対話活動を展開しております。組合員・地域住民の皆様から意見・要望を伺いながら、信頼関係を構築し、JAとの関係を強化して参ります。

2018年 第1回カップリングパーティー

JA管内の農業に携わる未婚男性を対象とした婚活イベント「第1回カップリングパーティー」を開催しました。女性と出会う機会が少ない若手農業者に交流する場を提供し、参加女性に地域農業の魅力を知ってもらおうと企画しました。



2022年 移動金融店舗車「みなみちゃん号」運行スタート

移動金融店舗車「みなみちゃん号」2台を導入し、2022年3月から運行をスタートしました。地域に新たな金融サービスを提供し、安心して暮らせる地域社会の実現に貢献しています。災害発生時には、九州・沖縄ブロックの被災したJAへの派遣および金融サービスの支援・協力を行います。



2020年 無料職業紹介所開設

農作業を対象にした、無料職業紹介所を開設し、農業現場での労働力不足の解消に取り組んでいます。高齢化や後継者不足による労働力不足に悩む農家に、農作業を支援できる働き手（求職者）を紹介し、持続可能な地域農業の実現を目指しています。

2016

- 1月 ・地域まるごと売込隊「TEAMみなみ姫」発足
- 3月 ・事業推進決起大会開催
- 7月 ・JA南さつま公式「LINE」の運用スタート
- 10月 ・JA広報「南さつま」200号発行

2017

- 1月 ・JA南さつま女性組織協議会「みんなで20周年おめでとうまつり」
- 3月 ・南九州市と「空き家対策事業に関わる業務連携協定」を締結
- 3月 ・南九州市の茶銘柄を「知覧茶」に統一
- 9月 ・第11回全国和牛能力共進会　鹿児島県が団体優勝

2018

- 2月 ・日本農業新聞ズームアップ企画実施
- 3月 ・営農指導員による耕種作物及び畜産の試験研究発表会を初開催
- 11月 ・第1回JA南さつまカップリングパーティー開催
- 12月 ・第1回JA南さつま役職員大運動会

2019

- 1月 ・JA広報「南さつま」250号発行
- 1月 ・でん粉原料用甘しょ生産振興大会
- 9月 ・県果樹振興大会　決起大会

2020

- 2月 ・無料職業紹介所開設
- 4月 ・JAグループ鹿児島かんしょスマート農業実証コンソーシアムを実施
- 11月 ・日本農業新聞ズームアップ企画実施

2021

- 4月 ・移動購買車2台増車　5台体制で運行開始
- 6月 ・知覧茶フィナンシェ販売開始
- 7月 ・知覧茶ペットボトルリニューアル
- 9月 ・広報誌のコーナー「風は南から」スタート
- 11月 ・庭先対話活動スタート

2022

- 3月 ・移動金融店舗車「みなみちゃん号」運行開始
- 5月 ・「加世田のかぼちゃ」かごしまブランド指定30周年
- 10月 ・第12回全国和牛能力共進会鹿児島県大会（霧島市・南九州市）
- 11月 ・㈲江籠畜産が農林水産大臣賞受賞（第6区総合評価群）
- 11月 ・JA南さつま女性組織協議会「みんなで25周年おめでとうまつり」
- 12月 ・第10回鹿児島県果樹振興大会　南さつま市で開催

3月の運勢 おとめ座 8月23日～9月22日

全体運…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
健康運…規則正しい生活を心がけて。休養日も大切　幸運を呼ぶ食べ物…ナバナ



南さつまの食 再発見! JA南さつま 家の光クッキングフェスタ



多くの人が参加した家の光クッキングフェスタ

ＪＡ南さつまとＪＡ女性組織協議会、家の光協会は2月8日、南さつま市民会館で「家の光クッキングフェスタ」を開催しました。ＪＡ南さつまでの開催は15年ぶりで、雑誌「家の光」購読者やＪＡ女性部、行政、ＪＡ関係者など200人が参加しました。「南さつまの食　再発見！」をテーマに、参加者は食と農の理解を深め、地元の農畜産物の魅力や旬の美味しさを再認識しました。

講演では、講師に料理研究家のきじまりゅうたさんを迎え、「健康は食事から」と題して、自身の経歴や食にまつわるエピソード、美味しい調理のコツなどを紹介しました。また、春菊を使った簡単レシピやステーキの美味しい焼き方を実演し、参加者から好評を得ました。きじまさんは「鹿児島には食をはじめ多くの魅力がある。その魅力を大切にして広く発信してほしい」と話しました。

参加者は「ユーモアを交えた講演で楽しい時間を過ごせた。日常ではより一層地産地消を心掛けたい」と話しました。



きじまりゅうたさんのプロフィール

料理研究家。祖母は村上昭子、母は杵島直美という家庭に育ち、全国での料理教室やイベントなどに出演。家の光協会発行の雑誌「家の光」にも登場し、雑誌「地上」では連載を持つ。テレビ・ラジオ出演、SNS、書籍など幅広く活動中。
【主な出演】CBC「キューピー3分クッキング」NHK「きじまりゅうたの小腹がすきました」「きょうの料理」「あさイチ」など



家の光の魅力を話すきじまさん



調理実演の様子



本を購入した方を対象にサイン会も行いました

会場展示・販売

「家の光」創刊号から現在までの表紙のうつり変わりがわかるパネルや女性部活動で制作した手芸などが展示されました。また、加世田常潤高校食農プロデュース科1年生も参加し、農産物や加工品を販売しました。



加世田常潤高校による販売



女性部員が制作した手芸展示



「家の光」表紙の展示

3月の運勢 てんびん座 9月23日～10月23日

全体運…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
健康運…楽しみながらできるスポーツで健康増進　　幸運を呼ぶ食べ物…ミツバ

▶調理

参加者全員にきじまさんがレシピを考案した4品が入った弁当を配付しました。JA管内の農畜産物をふんだんに使い、きじまさんと女性部のスタッフら30人と準備しました。









レシピ

きんかん甘酢煮豚（4人前）

豚肩ロース厚切り（とんかつ用）……3枚（350g）
きんかん……6個（120g）
サラダほうれん草……200g
水……適量
A
酢……大さじ2
芋焼酎……大さじ1
B
砂糖……大さじ2
塩……小さじ2/3
輪切り唐辛子……0.5g



作り方

① きんかんは横半分に切って、なるべくタネを取り除き、さらに半分に切る（クシ型4等分）。
② 豚肉を8等分（計24片）に切る。
③ 鍋に豚ときんかんとAをいれ、かぶるくらいの水を注ぐ。
④ 火にかけて煮たったらアクを取り、フタをして弱火で15分煮込む。
⑤ サラダほうれん草を、塩を入れた熱湯で茹でて水に取り、4cmの長さに切る。
⑥ Bをいれて再度フタをして弱火で30分ほど煮る。
⑦ 豚肉ときんかんを器に盛りサラダほうれん草を添える。



★他のレシピは次月号以降にご紹介！

▶産地見学

きじまさんは、イベント前日にJA南さつま管内を巡り、ピーマン・そらまめ・人参の圃場や選果場、さえんばたけ川辺店を訪れました。









3月の運勢 さそり座 10月24日～11月22日

全体運…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
健康運…持病のケアを。名医に出会える予感も　幸運を呼ぶ食べ物…シュンギク

みんなでチャレンジ！《家の光クイズ》



JAグループの総合家庭雑誌「家の光」を皆さんに知ってもらおうと、毎月「家の光」に掲載されている記事の中から、クイズを出題いたします！

今月のクイズ

今回は「家の光」2023年3月号からの出題！

1 丈夫で育てやすいエンドウマメは連作や酸性土壌でもよく育つ。○か ×か。

（P75掲載）

2 南極観測隊には年に2度の食料補充がある。○か ×か。

（P77掲載）

3 浴室の汚れはほとんどがアルカリ性の汚れである。○か ×か。

（P209掲載）

2月号の答え＆解説

① ○ 「スクリーンショット」と呼ばれるこの技術を使えば、スマホに表示される内容を説明したいときなどに役に立ちます。
② × 石けん作りに使用されるカセイソーダは、劇物に指定されているのでくれぐれも取り扱いには注意する。
③ ○ ほうれん草のあくに含まれるシュウ酸は、しみに効果的に作用します。

正解者の中から抽選で**5名様**に粗品をプレゼント！
クロスワードパズルも回答すればダブルでプレゼントが当たるチャンスです！
19ページのハガキにクイズの答えと必要事項を記入し、郵送もしくは最寄りのJAへご応募ください。
当選者は発送をもってかえさせていただきます。

JA南さつま無料職業紹介所

**働き手が欲しい方！
農業の仕事に興味のある方！
ぜひ、登録してみませんか!?
ご興味のある方はお気軽に
お問い合わせください。**



〈無料職業紹介所のしくみ〉



- 求人者（農家）は、JA南さつまの組合員の方に限ります。
- 求職者（働き手）は、南九州市・南さつま市・枕崎市・鹿児島市に在住の方に限ります。
- 紹介に関しては、農業の仕事に限ります。
- この紹介所では、必ずしもマッチングをお約束できるものではございません。



お問い合わせ先 JA南さつま 無料職業紹介所
TEL 0993-58-7114 FAX 0993-58-7127

3月の運勢 いて座 11月23日～12月21日

全体運…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
健康運…体調不良は次第に解消。焦らず様子を見て **幸運を呼ぶ食べ物**…ウド

南さつまの今が旬

桜エビの薄焼き卵チヂミ





今回は…
長屋料理教室（加世田）に参加した女性部員さんがつくりました!

今月の野菜 **ニラ**



緑黄色野菜に含まれるニラは、マルチビタミン野菜と呼ばれるほどビタミンが豊富で、ミネラルや食物繊維などもバランスよく含んでいます。

材料（2人分）

- 卵……4個
- 水……1/2カップ
- ごま油……大さじ1
- 塩……ひとつまみ

A

- ニラ……50g
- 酢……大さじ1
- しょうゆ……小さじ2
- ラー油……10滴
- ごま油……適宜

タレ

- 桜エビ……30g
- えのきたけ……30g

作り方



1. えのきたけ、ニラは2cmの長さに切る。
2. ボウルに卵を溶きほぐし、Aを加えてよく混ぜる。
3. 直径26cmのフライパンに油大さじ1を中火で熱し、①、桜エビを広げ入れて1分焼き、さらに1分炒める。②を流し入れ、まわりが固まってきたら大きく3回混ぜ、平らにして広げ、ふたをして弱火にし、5分焼く。
4. 食べやすい大きさに切って器に盛り、タレを添える。

JA女性部組織 きらっとおごじょの活動

まごころ込めた手作りみそ配布

加世田女性部



手作りみそを作る女性部員

JA南さつま加世田支所女性部は1月27日、管内の80歳以上の女性部員とその家族117人に手作りみそを配布しました。

女性部活動で製作した加工品を生かしてボランティアに繋げたいとの思いから、毎年取り組んでいる地域貢献活動です。

当日は、部員6人がJA南さつま四季彩館で昨年仕込んだみそを袋に詰め、各集落に分かれて配布しました。みそには「お体に気を付けて元気に過ごしてください」と書いたメッセージを添えました。

郷土料理に造詣深める

いきいきサークル

JA南さつま女性組織協議会は2月1日、女性大学いきいきサークルの6回目の講座と閉講式を開催しました。会員20人が参加し、鹿児島の郷土料理を学びました。NPO法人霧島食育研究会の千葉しのぶさんを講師に迎え、「豚骨」や「カライモ団子の吸い物」など6品を完成させ、皆で試食しました。

2022年度は、手芸や工芸、料理教室など多様な活動を通じて会員相互の交流を図りました。閉講式では、毎回参加した会員に皆勤賞を贈りました。



郷土料理を教わる参加者ら

3月の運勢 やぎ座 12月22日～1月19日

全体運…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
健康運…薬の飲み忘れに注意。サプリはほどほどに　幸運を呼ぶ食べ物…カブ

3月の運勢
みずがめ座
1月20日〜2月18日

全体運…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
健康運…バランスの良い食事と運動で体力アップ　**幸運を呼ぶ食べ物**…ワケギ

こんにちはAコープです!

サザウィン店・立神店・木原店で実施中!



キャンペーン期間中、1000円(税込)お買上毎にシールを1枚差し上げます。シールを集めると、キャンペーン商品を特別価格にてご購入いただけます。お洒落なキッチングッズです。
ご利用ください。
3月26日(日)まで。



Aコープでは、環境保全活動に取り組んでいます。レジ袋の削減を通じて、資源の節約、ゴミの減量に努めています。
皆様のご協力よろしくお願いいたします。

SDGsへの取り組みを行っています。

令和5年度 人間ドックに関するお知らせ

令和5年度の人間ドック受診予約は3月6日(月)から始まります! 受診予約やお問い合わせは、JA南さつま くらし広報課(TEL:0993-58-7117)までご連絡ください。

- 胃カメラは、受診枠に限りがございますので、お早めの予約がおすすめです。
- JA南さつま組合員の受診者には、JAから受診料金の助成を受けられます。



人間ドック応援キャンペーン実施中!

【キャンペーン期間】
令和5年1月～5月

【申込方法】
■インターネットでの申し込み
(http://www.kago-ksr.or.jp/ken)
■TELでの申し込み
■JAへの申し込み

健康情報

『冬に負けない』

冬は心筋梗塞や脳卒中など血管に関する病気が起きやすい季節です。

急に温度差のある所を移動すると血圧は急激に変化し血管に負担をかけてしまいます。そのため、脱衣所やお風呂の床・トイレは暖かくして急な温度差を避けるようにしてください。

また寒くなると外に出ることが億劫になってしまい運動不足になってしまいますが、これも心筋梗塞や脳卒中などをおこす原因の1つです。

運動をすることで善玉コレステロールといわれるHDL-コレステロールは増やすことができます。とくにメタボリックシンドロームや糖尿病の方はより効果がみられることが分かっています。

HDL-コレステロールは、細胞などで使われなかったコレステロールを回収する働きや、血管壁にたまったコレステロールを取り除く働きがあり、動脈硬化の予防に繋がります。

ただし、ウォーキングを行う際は、急な気温差にも気を付けた服装で実施してください。

鹿児島厚生連病院
臨床検査科　福　迫　智　子

理事会だより

2023年1月24日、第13回理事会を開き、次の事項を決議しました。

【協議事項】

(1)リスク評価書・リスク総括表について

(2)諸規程の整備について

①資産査定要領の一部改正について

日頃よりJA南さつまをご利用いただき、誠にありがとうございます。

2023年版JA南さつまカレンダーに記載されておりました電話番号に誤りがございました。

南部営農センター　【誤】0993-84-1158
↓
【正】0993-84-1185

関係者各位ならびにご迷惑をお掛け致しました皆様には、心よりお詫び申し上げます。お問い合わせいただいた皆様につきましても大変ご迷惑をお掛け致しまして、誠に申し訳ございませんでした。

3月の運勢 うお座 2月19日～3月20日

全体運…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
健康運…ヨーグルトを食べて腸の健康をキープ　幸運を呼ぶ食べ物…パセリ

お悔やみ

一月に亡くなられた方のうち、左記の方々がJA南さつま葬祭センターを利用されました。生前のご遺徳をしのび、謹んでご冥福をお祈り申し上げます。
（了解を頂いた方のみ掲載してあります）

亡くなった人　享年　集落名

●加世田葬祭センター

湯舟　正三（六四）高倉西
今村トキヱ（八六）上　門
宮脇　一實（九〇）下　村
藤﨑　弘子（九〇）村原三丁目

【大浦地区】

上野スヤ子（八六）上之門

【金峰地区】

江田　節子（一〇一）日　吉
佐多　香代（九五）横井場
永田　六男（七五）打　越
菊永　義隆（一〇〇）菊　永
松元　やう（九五）横　峯
折田　憲市（八七）上別府
菊池ナリ子（七三）池之河内

【頴娃地区】

髙吉　岩男（九〇）高　吉

●知覧葬祭センター

大隣　司（九九）大　隣
菊永　又男（八九）菊　永
中木原フジ子（八三）中木原
瀬戸山照夫（八七）新　町
濵﨑　弘江（八七）松ヶ浦
田中　力（九六）浮　辺
飯野　文夫（九六）飯　野
松山　政盛（九五）松　山

●川辺葬祭センター

原口多恵子（七八）仁之野
中薗サカエ（九三）田代下
桁木ツギエ（八五）桑水流
古市　絹子（九二）古　市
秋田ノブ子（一〇〇）大倉野
桑水流和見（八六）楠　原
大倉野サチ子（八四）山　添
橋口　最治（九〇）平山下

葬儀のご依頼は総合葬祭
ルミエール斎場
葬儀・法事の事前相談承ります。
ルミエール友の会　会員募集中
24時間受付 年中無休
加世田☎52-8844
知　覧☎83-1249
川　辺☎56-4444

短歌

〈川辺短歌会〉

贈られし三年日記をかえりみて書き始めたる二年目の朝　下永田悦子
ふるさとに春を誘ふ二日市　行き交ふ人に笑顔の満ちて　有薗　裕子
時ならぬ温とひ雨に椎茸は割れて広がりグローブの如く　尾込　芳恵
「頼むよ」と言ひ聞かせつつ一粒の飲む目薬を手のひらに乗す　大坪　琴子
拝殿の冷気に響く大太鼓神威ますます霧島の神　室屋　洋一
爆弾の破片尖りてウクライナの野に降り注ぎ凍りてをらむ　大薗ハヤ子
遥かなる春はまだかと問ふ吾に三輪咲かせし伊豆の踊子　中尾　雄作
山茶花は散りて椿の赤き色春待つ庭のうごめき聞こゆ　小原いち子
生をうけ九十年を越えにけり歌続くるを楽しみとせり　中禮　千鶴

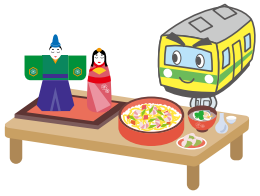
さつま狂句



編集後記

皆さん、「おっのこんぼ」をご存じですか。七福神のひとり・大黒様の奥様で、古くから鹿児島に伝わる、一家の無病息災を見守る神様です。「起き上がり小法師」が訛った名前で、「家族の人数よりも1つ多く買って飾ると良い」「台所の火元を向けて飾ると良い」など、飾り方にも様々な言い伝えがあります。以前から手に入れたかったおっのこんぼが、先日開かれた川辺二日市の露店で販売されていました。さっそく購入しようとすると、お店の方に「1個1個顔が違うから、好みの顔をよーく、よーく選んでね」と言われました。顔をよく見ると確かに1つ1つが個性的な表情をしていました。時間をかけて写真のようなおっのこんぼを選びました。わが家に幸運を運んできてくれますように。　（一直線くんVer.2）

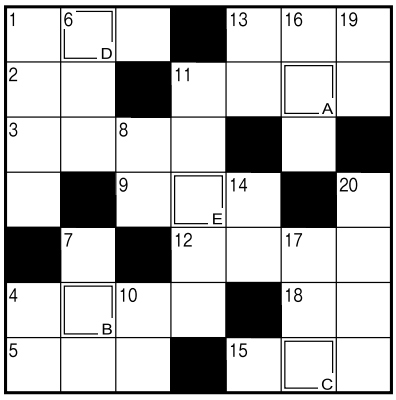




クロスワードパズル

出題：ニコリ

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？



タテのカギ

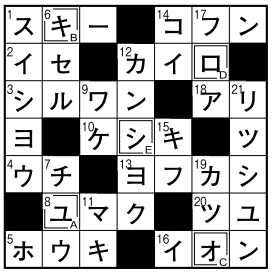
1 ひな人形に供える餅
4 入試のときはケアレス――に気を付けて
6 ぐっと辛抱すること
7 ウドの生産量が日本一の、北関東にある県
8 跳ね上げたひげが特徴的なスペインの画家
10 石が細かく砕けたもの
11 雪解けで川の――が増えた
13 つくのはうそ、吹くのは
14 中華がゆなどにのせる赤い実
16 スタッドレスからノーマルに替えようかな
17 宿屋のこと。漢字では旅籠と書きます
19 出かけていて誰もいません
20 ひな祭りのうしお汁によく使われる貝

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

先月号の答え

A



解答　A B C D E
ユ キ オ ロ シ

クロスワードの答えと必要事項を左下のハガキに記入し、郵送、もしくは最寄りのJAへご応募ください。
正解者の中から抽選で5名様に粗品を差し上げます。
締切　令和5年3月14日(火)

2月号の当選者は次の方々です。
おめでとうございます。
粗品をお贈り致します。

鈴　木　ナルミさん（加世田）
上　野　京　子さん（大　浦）
水　流　政　子さん（枕　崎）
市　坪　美代子さん（知　覧）
柿　木　彩　華さん（川　辺）

キリトリ線

3月号クロスワードパズルの答え	

3月号 家の光クイズの答え	1		2		3	

フリガナ		年齢	
お名前			
住所	〒　－	性別	男・女
電話番号			

◎本誌に関する感想や日頃感じていることなどを、お書きください。

皆さんからいただいたハガキは「おたより」コーナーで紹介します。
掲載された場合、氏名は、「イニシャル」で表記いたします。
また、クロスワードに当選された場合は、氏名（フルネーム）を掲載させていただきます。

ご記入いただいた個人情報およびご意見ご感想は、本誌編集のみに利用させていただきます。
支所・出張所の窓口にても受け付けます。

キリトリ線

組合員資格のご確認について

組合員の皆様で、組合員資格に変動があった場合には、変更手続きが必要となりますので、誠にお手数ですが、最寄りの支所・出張所にてお手続きいただきますようお願い申し上げます。

・正組合員から准組合員へ
◇ **正組合員の方で離農された、もしくは耕作が10a未満となり、1年間に農業に従事する日数が90日に満たなくなった方。**（※1年のうち農業に従事する日数が90日以上の方を除きます。）

・准組合員から正組合員へ
◇ **耕作面積には変動があり、現在の耕作が10a以上になる方。**
◇ **耕作面積は10a未満であるが、1年のうち農業に従事する日数が90日以上になる方。**

・相続による名義変更
◇ **組合員（出資証券の名義人）が死亡された場合。**

・その他
正・准組合員の方でお住まいや電話番号、結婚等によりお名前が変わられた方。



○発　行／JA南さつま　○編　集／総合対策部　くらし広報課
○発行日／令和5年2月20日

鹿児島県南九州市知覧町17285番地
TEL0993-58-7117

スマイルすまいる

南九州市知覧町

森　夏蓮（かれん）ちゃん（4）
夏音（かのん）ちゃん（4）



しっかりものの夏蓮ちゃんと天真爛漫な夏音ちゃんのかわいい双子の姉妹です。２人ともジャニーズのアイドルが大好きで、よくテレビやスマホ動画をチェックしています。福岡県に住んでいる２人はお正月やお盆などには、知覧のおじいちゃんとおばあちゃんに会いにきて、一緒にお出かけしたり、ご飯を食べたり、遊んだりして楽しい時間を過ごしています。

おじいちゃん おばあちゃん から一言

「これからも２人仲良く遊んで、
お友達をたくさん作ってね」
駒水　友春さん・昌代さん
【ご両親】　森　　祐輔さん・悠希さん

このコーナーでは管内在住のお子様や、元気に明るく働く女性を掲載いたします。自薦・他薦でもよろしいですので、ご希望の方は、総合対策部　くらし広報課 TEL0993-58-7117 まで、ご連絡下さい。

おたよりコーナー

JAの広報誌や家の光をよく読み、中でも家庭菜園に関する記事は大好きで、重宝しています。今年も暖かくなってくる今頃から畑の準備をして、主人と2人で野菜づくりを楽しみたいと思います。
（南さつま市加世田　U.Rさん）

ありがとうございます!自分たちで育て上げた野菜を収穫するときや食べるときの達成感は特別ですよね。今年も広報誌や家の光の記事を活用して、野菜づくりを楽しんでください。

2月に入り、ヒカンサクラや梅の花が見事に咲いています。
自然は人間より季節に敏感で、その移ろいを見せて私たちを癒してくれます。
（南さつま市笠沙町　S.Kさん）

たしかに様々な草花や木が芽吹いてきたと感じます。元気な鳥のささやきも聞こえ、いよいよ春がそこまで来ていますね。暖かくなってくると、私は･･･花粉が気になってしまいます(笑)

郵便はがき

63円切手を貼って下さい。又はJA窓口へ

〒897-0302
鹿児島県南九州市知覧町郡一七二八五番地
JA南さつま　本所
広報誌「南さつま」3月号
クロスワード係宛