

JA AIRA FOOD & LIFESTYLE MAGAZINE

FREE MAGAZINE

あ い ら い く

"I LIKE" Agricultural Products in Aira!

Vol.
10
Summer
2023



特集

国消国産

JAあいら

JA AIRA Farmers Interview



～JAあいら管内の魅力的な生産者たち～



今回の「あいらいく」は生産者コーナー・直売所・物産館などに愛情をこめて栽培した旬の農産物を出荷しているJAあいら管内（霧島市・始良市・湧水町）の生産者にスポットをあて、ご紹介します。

～野菜づくりが生きがい～

霧島市国分
久保田 孝さん
【農業歴：20年目】

- 面積
(畑) 2ha (田) 1ha
- 品目
ピーマン、ナス、小松菜、大根葉、米など



高校卒業後、県外へ就職しましたが、20年程前に42歳で霧島市国分に戻り、実家の農業を本格的に手伝うようになりました。子どもの頃や就職後も、稲刈りやタバコ栽培の農繁期には、実家に戻り両親の手助けをしており、農業の世界に入ることは、自然の流れだったと言います。

現在、JAあいら東部地区産直部会の会長を務める久保田さんは、水稻の他、季節に合わせて、約2haの畑にピーマン、ナス、小松菜、大根葉など20種類以上の野菜を周年栽培し、「ほぼ毎日、畑に行くのが日課」とのこと。

Aコープの生産者コーナーや直売所、物産館に出向き、自分の品物の売れ行きを確認するとともに、他の生産者の出される商品の品質や作り方等を学んでいます。お客さんがどんな野菜を求めているのか、青果担当者とも話し、情報収集するなど、「日々勉強です。」と笑顔で話します。

売り場で消費者から「久保田さんのあの野菜、今度はいつお店に並ぶの？」と声をかけてもらえることもあり、

とても励みになっているそうです。「どんな仕事も楽なことではない。肥料や資材も高騰し、農業経営も厳しくなっている。だからこそ消費者に安心して食べてもらうために、多くの品目を大量生産ではなく、自分の目がしっかり届く範囲で栽培し、提供していきたい。」と、力強く語りました。



～野菜が苦手な子どもたちにも～

湧水町
中尾 隆さん
【農業歴：40年目】

- 面積
(畑) 3ha (茶) 3ha
- 品目
スイートコーン、白ネギ、ミニ白菜、リーフレタス、サツマイモ、茶



実家が養蚕と生産牛農家だったこともあり、農業はとても身近な存在でした。「自然に強い品目を育てたい」との思いもあり、高校の頃から興味があったお茶について鹿児島県茶業試験場で学び、県内の茶農家で研修後、お茶農家として就農しました。

以前は大根などの重量野菜も栽培していましたが、現在はお茶の他に白ネギやスイートコーン（バイカラコーン[®]等）、リーフレタス、サツマイモなどを奥さんと息子さんの3人で栽培しています。

JAあいら湧水町野菜振興会産直部会の会長を務める中尾さんは、商品は自分の顔だとして、出荷前の品質管理・商品チェックは念入りに行い、売り場に足を運び、客層の確認にも余念はありません。



※「カクテル84EX/バイカラコーン」黄色と白色の掛け合わせで作られた、甘みの強い品種のスイートコーン。黄色と白色の割合は3対1。

実際に売り場で、自分の商品を手に取ってもらえたのを目にした時、とても嬉しかったといいます。

「今後は、野菜が苦手な子どもたちでも美味しく食べてもらえるような品目にも挑戦して、新鮮な地元の野菜を消費者に届けていきたい。」と意気込みを語りました。

近年、サツマイモの病気「基腐病」の関係で県内のサツマイモ生産農家が減少していることから、「安心して美味しいサツマイモを消費者に届けるために、品種や品質にこだわり更に良いものを育てていきたい。」と目を輝かせていました。



～看護師から農家へ～

始良市
清藤 小百合さん
【農業歴：2年目】

- 面積
(畑) 10a (田) 3.6ha
- 品目
ナス、ピーマン、オクラ、タマネギ、ネギ、米



実家が農家だったことから、将来的には親の後を継ぐ気持ちでいましたが、父が一人で農作業をすることが厳しくなったため、看護師を辞めて就農する覚悟を決めたと話す清藤さん。現在は両親とご主人、小学生の子ども2人と同居しています。

看護師時代は田んぼの手伝いぐらいで、草刈り機を

使える程度。まさか、こんなに早く就農するとは思っていませんでした。今は父が師匠となり農業機械や田植え機も扱えるようになりました。

「現在は米ぬかなどを取り入れ、土づくりにこだわっています。いずれは減農薬の野菜作りや栄養価の高い野菜作りにも挑戦したい。」と目標を語りました。

就農した今の率直な気持ちをお聞きすると「時間に縛られず自分のペースで仕事ができるようになったことでストレスが減った。ただ、農業は土日の休みが無く、子どもたちの習い事などの付き添いが出来ないこともあり申し訳ない気持ちもある。小学4年生の娘はタマネギの収穫が楽しかったと、畑の手伝いをよくしてくれる。」と、答えてくれました。



ナスのおすすめの食べ方を聞くと、「素揚げして白だしとかたん酢を混ぜ、浸して食べると美味しいですよ。子どもたちのお気に入りにはショウガ醤油です。」とお母さんの優しい笑顔が印象的でした。



JAグループ
鹿児島県農業振興会

わたし
私たちの **国消国産**
せん りゅう
川柳コンテスト

乃木坂46

開催期間
6/15～9/4

特別審査員
のぎざか
乃木坂46

国産の農畜産物の魅力や、日本農業への想いをテーマにした川柳を募集!!

国産の農畜産物を
愛する方々なら、
誰でも応募可能です!
表彰者には豪華景品も!
皆様のご応募
お待ちしております♪

詳しくは
コチラから

特設サイト▶

国消国産

【特集】
NATIONAL CONSUMPTION
& DOMESTIC PRODUCTION

こくしょう こくさん

「地産地消」「国消国産」で
食卓からSDGsを始めよう。



10月16日は「国消国産の日」 食卓から日本の農業を応援しませんか

「国消国産の日」とは…JAグループが提唱する「国民が必要とし消費する食料は、できるだけその国で生産する」という「国消国産（こくしょうこくさん）」の考え方を広く知ってもらい、国産農畜産物の消費を通じて日本の農業生産基盤を維持していくことを目的に10月16日を「国消国産の日」として制定しました。

JA あいら
ホームページにも
レシピを多数
公開中



私たちが地域でできること—「地産地消」

日本の食と農、SDGsのために、地域でできる取り組みが「**地産地消**」。その**地域**で**生産**された農畜産物を、その**地域**内で**消費**することです。例えばファーマーズマーケットを利用すれば、新鮮な地元の農畜産物に出会えます。また、食材の長距離輸送にともなうCO₂の排出削減につながり、環境への負荷を減らせます。



日本の食と農を未来につなぐ—「国消国産」

「地産地消」をはじめ、国産の農畜産物を**消費**することで、食の安心をすすめていくこと。それが「**国消国産**」。**国民**が必要とし**消費**する食料は、できるだけその**国**で**生産**するという考え方です。日本の食料自給率はカロリーベースで37%。6割を輸入に頼っており、このままでは、いざという時に心配です。**生産者**は今、**消費者**ニーズに応える農畜産物づくりに取り組んでいます。日本**の食を守るため**には、国産農畜産物をもっと食べて、農業を応援していくことが**重要**です。



持続可能な社会を—SDGsにつなげる「国消国産」

このまま日本が国内生産を増やさず、食料を海外に依存し続けたらどうなるか。安易に途上国から輸入をすることで、その国の食料を奪う可能性はないのか。「**地産地消**」「**国消国産**」をすすめることは、持続可能な食料、農業、地域社会、環境など、SDGsの実現に貢献します。またJAグループは、子ども食堂への食材提供、**農業従事者への各種支援**、フードロス削減など、さまざまな活動を展開し、SDGsの達成を目指しています。



©みんなのよい食プロジェクト



五目おこわ

《作り方》

- ①もち米を研いで、水に3時間漬けておき、2時間水切りをする。
- ②豚バラ肉を適当な大きさに切り、フライパンに油をひき、肉と調味料Aを入れ炒める。肉を取り出し、残った汁に①のもち米を少し入れ汁を吸わせる。
- ③ささげ豆を茹でる。（煮汁は取っておく）
- ④人参は皮を剥き、いちょう切りにする。
- ⑤干し椎茸は水にもどし薄切りにする。（もどし汁は取っておく）
- ⑥ゴボウは皮をこさぎ、笹がきにする。
- ⑦竹の子は短冊切りにする。
- ⑧ささげ豆、人参、干し椎茸、ゴボウ、竹の子を鍋に入れ、③の煮汁と⑤のもどし汁合わせて400ccにBの調味料を入れ10分くらい煮る。（煮汁はとっておく）
- ⑨もち米、②の豚バラ肉、⑧の具材を混ぜて蒸し器で蒸す。25分蒸したら、上と下を混ぜ返して、さらに5分蒸し、⑧の煮汁をかけ、よく混ぜ、10分蒸す。

《材 料》10人分

もち米…5合、豚バラ肉（スライス）…200g
ささげ豆…150g、人参…中1本、干し椎茸…4枚
ゴボウ…1/2本、竹の子（茹でたもの）…小1/2本

A 醤油…大さじ2、砂糖…大さじ2、みりん…大さじ1
酒…大さじ1、すりおろしにんにく・しょうが…少々

B 醤油…大さじ2、砂糖…大さじ2、みりん…大さじ1
酒…大さじ1、本だし…小さじ2



竹の皮だんご

《材 料》約5本分

サツマイモ…500g、寒ざらし粉又はもち粉…150g
小麦粉…100g、砂糖…150g
あんこ（市販品）…300～400g ※5等分にしておく。
竹の皮…5枚、竹の皮のひも…5本

《作り方》下準備：竹の皮は2日～前日に水に浸しておく。

- ①サツマイモは皮をむき適当な大きさに切り、鍋で柔らかくなるまで煮る。柔らかくなったら水を切り、熱いうちにマッシャー等で潰す。
- ②①に砂糖、小麦粉、寒ざらし粉を入れて、耳たぶ程度のかたさになるようこねる。※柔らかすぎたりした場合は小麦粉や寒ざらし粉などを入れて調整してください。
- ③5等分にした②の生地を竹の皮ののぼし、中心にあんこをおき生地を巻き込むように竹の皮で包む。中心を竹のひもで結び、セイロで1時間弱蒸したら出来上がり♪

鹿児島黒牛肉や霧島茶など、JAあいらのネットショッピングでご購入いただけます

鹿児島黒牛

鹿児島黒牛サーロインステーキや鹿児島黒牛すきやきセットなど、JA食肉がごし
まから直送でお届けいたします。

鹿児島黒牛サーロインステーキ(2枚)・
すきやきセット(300g×2パック)
／ ¥15,000(税込)



霧島茶

霧島茶は天孫降臨の神話で知られる高千穂の峰のふもと、お茶の栽培に適した冷涼な気候と風土で育まれた茶葉を使用しています。味わい深く、香り高い霧島茶のほか、スッキリした飲み口の「きりしま茶ペットボトル」など、ホッと一息入れたいときのお供にピッタリです。
※10月開催「燃ゆる感動かごしま国体・かごしま大会」仕様ラベルのきりしま茶ペットボトルを数量限定で販売中!

霧島茶(特撰100g)／ ¥1,404(税込)
きりしま茶(500ml×24本入り)／ ¥2,400(税込)



霧島そだち ヒノヒカリ 湧水 ヒノヒカリ

霧島山麓で自然の大地に育まれ、丹精こめて作られたお米です。霧島そだちヒノヒカリ・湧水ヒノヒカリの2つを食べ比べてみませんか。



霧島そだち ヒノヒカリ(5kg)／湧水 ヒノヒカリ(5kg)
各¥2,030(税込)

有機野菜

土からこだわり、生産者の自信と愛情がたっぷり詰まった有機野菜は、季節に応じて様々な品目が生産されています。そんな、こだわりの有機野菜から、旬の味わいを詰め合わせた「有機野菜セット」をお届けします!



※写真はイメージです。
季節により内容が変わります。

有機野菜おまかせ詰め合わせセット／ ¥3,000(税込)

※写真はイメージです。※令和5年7月1日の価格表示です。

JADDO じゃっど! **カード会員募集中!**
入会金 年会費 無料
AコープなどJAグループ鹿児島の施設・店舗でポイントが貯まる! 詳しくは、www.jaddo.jp



公式 Facebook
シェアやいいね!をお願いします!



LINE@
友だち登録でお得な情報をGet!

JAあいらと、LINEでつながろう! 最新情報やお得な情報をお届けいたします!



季節の食材を使った、おにぎりをご紹介します。

おにぎり 具 っど
Onigiri Good!



Vol.10 豚味噌おにぎり

「豚味噌おにぎり」の作り方

《材 料》

ゴボウ…100g、豚肉ミンチ…300g、麦味噌…300g、ニラ…お好みで、黒糖…100g、料理酒…大さじ2
みりん…大さじ2、ハチミツ…小さじ1、温かいごはん…お好みで、海苔…お好みで

《作り方》

- ①ゴボウをさがきにし、ニラは細かく刻む。
 - ②フライパンに豚肉ミンチを入れて弱火で炒める。(油は数かず)肉から脂が出てきたら、一度火を止めて、しっかりと脂をふき取る。
 - ③①のゴボウとニラ・麦味噌を加えてさっと炒める。
 - ④③に黒糖・料理酒・みりん・ハチミツを入れてよく混ぜ合わせる。
 - ⑤汁気が飛んだら、火から下ろして、出来上がり!
 - ⑥おにぎりの中に豚味噌を適量入れ、海苔を巻き、上に豚味噌をのせて完成!
- ※豚肉ミンチはじっくり炒めて脂を出し、ふき取る。
※黒糖がない場合は砂糖でも可。砂糖の場合はハチミツを小さじ2にする!



地産地消・国消国産

外国産より国産、国産なら県内産、県内産なら地元産

JAあいら管内(霧島市・始良市・湧水町)には野菜・果物・お米・お茶・お肉などおいしい食材がたくさんあります。安心・安全で新鮮な農畜産物をおいしく食べることで地域の農業をみんなで応援しましょう!!

JA AIRA FOOD & LIFESTYLE MAGAZINE
あいらいく
"I LIKE" Agricultural Products in Aira!

「あいらいく」とは、「あいら」と「育」、「I Like」をあわせた造語です。
地元で「育」った農畜産物を「好き」になってもらい、農業を通してこれからの地域のあり方を考えるJAあいらの情報誌です。

2023年7月28日発行 発行/JAあいら
〒899-4332 鹿児島県霧島市国分中央3丁目3番10号 TEL 0995-55-7300(代表)

あいら
I♡Raちゃん
マスコットキャラクター



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



© みんなのよい食プロジェクト

JAあいら は持続可能な開発目標 (SDGs) に取り組んでいます。

未来へ 2030年に全ての人が 豊かな生活を送るために！

特集 国消国産



JAまつり鹿児島黒牛 (あいら和牛) 試食PR



緑のエコカーテン設置



白ねぎテレビPR



鹿児島黒牛 (あいら和牛) を学ぶ



茶摘み体験



ジャガイモ収穫体験



店舗で野菜販売体験



紙コップで作るシャカシャカおにぎり



稲の種まき



田植え体験



新鮮朝市 有機野菜



あいらゴボウ御膳

「持続可能な開発目標 (SDGs)」とは、2015年9月の国連サミットで採択された2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標です。17のゴール・169のターゲットから構成され、地球上の「誰一人取り残さない」ことを誓っています。

協同組合の精神「一人は万人のために、万人は一人のために」はSDGsの基本理念に非常に近いものです。JAあいらは農業と地域社会に根ざした組織として、農業はもちろん、食や緑、さらには環境・文化・福祉を通じて地域社会に貢献します。また人と人との結びつきを大切にしながら、地域社会の持続可能な発展に取り組んでいきます。

あいらいく 読者プレゼント

※写真はイメージです。



お米
2名様

霧島茶
3名様



鹿児島黒牛
(あいら和牛肉)
5名様



合計10名様にプレゼント！

申込みQRコード

【応募方法】①氏名②年齢③性別④郵便番号・住所⑤電話番号⑥あいらいくに手にとった店舗名⑦「あいらいくVol.10」のご感想をお書きの上、ハガキまたはQRコード・E-mailにてご応募ください。【締切】2023年10月31日(火) 消印有効 / QRコード・E-mail…2023年10月31日(火) 17:00必着 【宛先】JAあいら 総務部 くらし広報課 / 〒899-4332 鹿児島県霧島市国分中央3丁目3番10号 / E-mail…air.907@ks-ja.or.jp ※お寄せいただいた個人情報は、当プレゼントご当選の方へのご連絡のみに使用し、厳重に保管管理の上、使用後は速やかに破棄いたします。※当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

