

あいらすいらく

“I LIKE” Agricultural Products in Aira!

Vol. 11
Winter
2023



特集

あいらおごじよ



JA AIRA Farmers Interview

I like farming!

～JAあいら管内の魅力的な生産者たち～



JAあいら管内には、パワーあふれる女性たちが自身の夢や家族や仲間、地域のために意欲的に活動しています。今回の「あいらいく」は、そんな「あいらおごじょ」たちにスポットをあて、ご紹介していきます。

～有機の魅力伝える～

始良市

山下 妙子さん

【農業歴：18年目】

- 面積
(畑) 5ha (田) 15ha
- 品目
有機野菜、お米



父が脱サラして農業を始め、息子さんが生まれたタイミングで実家の農業に従事するようになりました。現在は、母と従業員1人、外国人技能実習生を含む6人で有機野菜やお米の栽培を行っています。年間を通して出荷ができるように、多品目栽培をしています。

山下さんが所属するあいら有機部会では市と連携して「オーガニックビレッジ」の取り組みを行っています。毎月定例会を開催し、部会員とJA・行政などの関係機関と情報共有や勉強会を実施しています。地元の祭りやイベント、県内のオーガニックフェスタ等にも積極的に参加し、様々な場でPR活動を行っています。

「Aコープや生協で名前を見て買ってくれる人や、イベント等で知り、声をかけてくれる人がいることが嬉しい。それを聞いて頑張ろうという気持ちになります」と話します。

近年、温暖化など地球環境の変化で、作物の生育に影響が出ていることや気温の変化による虫への対策など、自然を相手にすることがとても難しいと言います。

今一番思っていることは「有機野菜についてもっと

知ってもらい食べてもらうことです。食べたならその美味しさがわかると思うので是非手にとって多くの人に食べてもらいたいです」と笑顔で話しました。



～牛への感謝～

霧島市隼人町

森 ヒデ子さん

【農業歴：40年目】

- 品目
生産牛



結婚をきっかけに牛を飼い始め、現在は親牛9頭、子牛7頭を飼育しています。元々牛のことは何も分からず、苦労も多かったそうですが、今では毎日牛舎に通い、夜の見回りも欠かさず行っています。雄牛には「タロウちゃん」雌牛には「ハナちゃん」と声をかけ、愛情を注いでいる姿がとても印象的です。

牛の世話をする傍ら、JAあいら女性部隼人支部の役員や始♡LOVE和牛女子の会員として、さまざまな場で精力的に活動しています。「仲間がいるから頑張れる。牛の世話をすることはもちろん、仲間との活動も生きがいになっている」と笑顔で話します。

和牛女子の活動は、世代を超えた交流や情報交換ができ、若い世代の意見を聞けるいい機会になっていると言います。活動を通して、頑張っている若手を応援したいという気持ちも強くなったそうです。



※始♡LOVE和牛女子は管内の女性畜産農家で構成されるグループです。

また、孫たちに活動の様子を話したり写真を見せたりすると「すごいね!」と言ってくれることも頑張る力になっていと言います。

森さんは「これまで牛に支えられて生活をしてきた。これからは恩返しのつもりで、牛に『ありがとう』の気持ちを伝え、健康に気を付けながら、農業も仲間との活動も精一杯頑張りたい」と力強く話しました。



～姉妹でつくる霧島茶～

霧島市牧園町

川口 百合絵さん(左)

【農業歴：7年目】

永山 茜さん(右)

【農業歴：4年目】

- 面積
(有機茶) 5.3ha
(田) 30a
- 品目
有機茶、コマ打ちシイタケ、お米



姉の百合絵さんは、高校卒業後に島根の大学へ進学し農業系の学科で学んだ後、鹿児島へ戻り就農し7年目になります。妹の茜さんは高校卒業後、静岡県の茶業試験場でお茶を専門的に学び、その後2年間は静岡のお茶農家で研修を積みました。鹿児島に帰ってきて就農し、現在4年目になります。2人は互いを「仕事の良き相談相手」と話します。

若い人に手にとってもらいやすいよう、価格やパッケージにこだわっています。商品についているパッケージシールも二人で考えたものです。現在は、緑茶メイン

で茶葉を栽培していますが、紅茶に特化した茶葉の栽培も進めたいと話します。

「天候に左右されたり有機栽培のため除草剤が使用できず、除草作業が大変なこともあります。茶づくりは土を触るところからはじまり、人の手にわたり口に入るまでの過程を肌で感じられること、自分たちで手掛けたものがひとの手に届き、喜んでいただけることが仕事のやりがいや満足度に繋がっている」と話します。

イベントなどでいろいろなお客さんの声を聞くことで「こういうお茶を作りたい」「期待に応えられるようなお茶を作りたい」というお茶づくりの原動力になっていると言います。また、自分たちが普段当たり前の「仕事」としてやっている農業・お茶づくりが、「若い人が頑張っている」「二人の姿を見て将来お茶を作りたいと思った」など、誰かの励みや目標になるのであれば嬉しいと笑顔で話しました。



今後は「お茶の品質や単価を上げること、小売販売に力を入れていきたい。また、育てているものや家にあるものを利用して加工品の販売もしてみたい」と夢が大きく膨らみます。



「私たちと一緒に楽しく活動しませんか?」

JAあいら女性部会員募集



活動例

- ★各支部グラウンドゴルフ大会
- ★自主活動グループ
- ★加工品作り(味噌、めんつゆ、ふくれ菓子)
- ★人間ドック助成5,800円(女性コースのみ)



年会費 600円



骨盤ヨガ教室

寄せ植えづくり

20代～40代の「フレッシュミズ」メンバーも楽しく活動しています♪

フレッシュミズとは、わたしたちの“やってみたい”をテーマに、楽しく学びながら活動するグループです。農業やJAのことを知らなくても大丈夫!地域にお住まいの女性ならどなたでも参加OKです♪

【お問い合わせ・加入のご連絡先】総務部くらし広報課 TEL.0995-55-7301

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食肉か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。

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生まれ、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12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 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.11 いもごはんのおにぎり

「いもごはんのおにぎり」の作り方

《材料》2人分
米…2合、さつまいも…200g、塩…1つまみ

《作り方》

- ① さつまいもは一口大に切る。
- ② ①のさつまいもは5分位、水につけあくぬきをする。
- ③ お米をといで、通常通りの水を入れる。
- ④ 塩を入れ上にさつまいもを乗せてスイッチオン!
- ⑤ 炊きあがったらおにぎりにして完成☆

POINT おにぎりを握るときは、たっぷり愛情をこめましょう。



さつまいもは栄養満点

さつまいもは食物繊維やビタミンCが豊富で、主成分は糖質ですが、ビタミンB1を多く含む比較的エネルギーの燃焼効率が良いです。白い液体のヤラピンは整腸作用があります。便秘予防、大腸がん予防、ストレス解消、高血圧予防、解毒などの効果があります。



地元も食べる。
地元で食べる。

国消国産・地産地消

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12月15日発行 発行/JAあいら
〒899-4332 鹿児島県霧島市国分中央三丁目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

国

「地産地消」「国消国産」で食卓からSDGsを始めよう。

こくしょう 国産 こくさん

NATIONAL CONSUMPTION & DOMESTIC PRODUCTION



持続可能な社会を一SDGsにつながる「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。



JA あいらホームページにもレシピを多数公開中



季節野菜の豚肉巻き

《材料》2人分

- 塩もみキャベツ…1/4個
- 人参…1/2本、じゃがいも(小)…1個
- 小葱…1束、ゆで竹の子(小)…1/2個

豚薄切り肉…200g、スライスチーズ…2~3枚
小麦粉…適量
焼肉のたれorすきやきのたれ…大さじ2~3
サラダ油…大さじ1

POINT 豚肉はしゃぶしゃぶ用の薄く切った肉を使うと早く火が通り、たくさん作れます。

《作り方》

- 1 具材の人参・じゃがいもは8cm長さの5mm角の千切りにして蒸す。
- 2 キャベツ、ゆで竹の子も8cm長さの5mm幅の千切りにする。
- 3 小葱は8cmの長さに切る。
- 4 豚肉の上に3等分したスライスチーズを乗せ、その上にAの具材をそれぞれ乗せて端から巻き、小麦粉をまぶす。
- 5 フライパンにサラダ油を熱して、4の巻き終わりを下にして焼く。ころがしながら全体を焼き、こんがり焼き色がついたら焼肉のたれかすき焼きのたれを回しかけ、からめる。



酢ごぼう

《材料》5人分

あいら新ごぼう…6~8本(500g)

- A 砂糖…100g(砂糖はお好みで調整)、酢…100cc
- 薄口醤油…200cc、みりん…100cc、白ごま…適量

《作り方》

- 1 ごぼうを6~7cmの長さに切る(太いものは2~4分割)
- 2 Aをレンジで2分ほど温める。
- 3 Aの調味液を作り、鍋で沸騰させ1を入れ再び沸騰させ10分ほど煮る。(ごぼうの固さが残るくらい)
- 4 鍋を下ろしそのまま冷ます。冷めた後、白ごまをふって出来上がり。

POINT 新ごぼうはそのままでも柔らかいので長く煮すぎないように。作り置きにもオススメです。



里芋コロッケ

《材料》4人分

里芋…6個(400g位)、玉ねぎ…中2個(みじん切り)
合びき肉…100g、塩…小さじ1、サラダ油…少々
小麦粉…適量、溶き卵…1個、パン粉…適量、揚げ油…適量

《作り方》

- 1 里芋は皮を剥き、柔らかくなるまで湯がき、粗熱が取れたら潰す。
- 2 みじん切りにした玉ねぎと合びき肉を炒め、塩で味付けをする。
- 3 2が冷めたら1と混ぜ合わせる。
- 4 3を俵型に丸め、小麦粉・サラダ油を入れた溶き卵・パン粉の順番に衣をつける。
- 5 170℃の油で揚げて出来上がり♪

POINT 中農ソースをかけてお召し上がりください。中にチーズを入れてもオススメです。



スイートパンプキン

《材料》マフィン型4~5個分

カボチャ…250g(種・皮を除く)、砂糖…30g、
バター…25g、卵黄…1個分、生クリーム…大さじ1~2
バニラエッセンス…少々、牛乳…少々

《作り方》

- 1 カボチャのわたと種を取り、耐熱皿に乗せラップをかけ、電子レンジで4分加熱する。
- 2 竹串が通る位になったら、スプーン等で果肉をこそげ取りボールに入れ、マッシャーなどで潰しておく。
- 3 鍋に、1と砂糖、バターを入れて弱火にかけ、ヘラで練る。
- 4 さらに卵黄、バニラエッセンスを加え、手早く練る。生クリームは生地の硬さをみながら、調整して入れる。
- 5 4をマフィン型に入れ、表面に焼き色がつくように牛乳を少々たらし、オーブントースターで5~10分位焼く。

POINT お好みでホイップクリームやミントの葉を乗せてください。

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！



ちやくりんスクール稲刈り



よこがわ牛援隊



紅茶づくり体験



さつまいも収穫



かごしま国体で郷土菓子振る舞い



郷土料理「煮しめ」の伝承



JAあいら青壮年部「国消国産」看板制作



営農塾



鹿児島黒牛カレーの販売



ぶどうテレビPR



JAあいらフェア



国分中央高校花・野菜出荷

「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！

【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あいらいくを手にとった店舗名⑦「あいらいくVol.11」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】2024年2月9日(金) 消印有効/QRコード・E-mail…2024年2月9日(金) 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三丁目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。

申込みQRコード

