



耕そう、大地と地域の未来。

みのり

2

No.371

2025.2



新しい夢 **どんどん**

育てよう明日を

JAグループ鹿児島



鹿児島きもつき

<http://www.ja-kagoshimakimotsuki.or.jp/>



こくしょうこくさん
みんなのよい食プロジェクト

Instagram
でも紹介中!



ご来場ありがとう
ございました!

第10回
JA鹿児島きもつき

大感謝祭

2024.12.8



きもつき
NEWS

J A 女性部健康作り大会を開催！



J A 鹿児島きもつき女性部は1月22日、鹿屋市の体育館で健康作り大会を開き、8支部から部員約80人が参加しました。
鹿児島県厚生連から講師を招いた健康講話と体操の後、ニュースポーツ（ストラックアウト・クロリティ・フライングディスク）で汗を流しました。



グラウンドゴルフを楽しむ会員



肝属肉用牛女性部連絡協議会 グラウンドゴルフ大会を開催

肝属肉用牛女性部連絡協議会は11月中旬、グラウンドゴルフ大会を鹿屋市のかのやグラウンドゴルフ場で開き、会員約50人が参加しました。
生涯スポーツとしての人気が高いグラウンドゴルフを通じて健康増進を図り、肝属地区内各地域の肉用牛女性部会員同士の親睦を深めてもらおうと企画。昨今の飼料高騰を受け、参加者に濃厚飼料を1袋ずつ配布しました。

大会では、会員同士で普段の肉用牛飼養の課題点、各自が取り組んでいる対策等を語り合う場面も見られました。
大会に参加した会員は「他の地区の会員と交流を深めることができ、とても有意義な時間を過ごせた。今後大会を開催して欲しい」と話しました。

中学3年生へ畜産出前授業

南大隅町畜産振興会と南大隅町、J A 鹿児島きもつきは11月下旬、同町の花ノ木家畜審査場で「南大隅町畜産出前授業」を開き、南大隅町内2校の中学3年生約60人を招きました。

受験や進路選択を控えた学生らに同町の主要産業である畜産について知識を深めてもらうねらい。2021年から毎年開催しています。

会では、大隅地域振興局の職員が牛・豚・鶏についてのクイズを出題した他、J A の畜産技術員が牛の鼻紋採取を実演し、生徒らが体験しました。

鼻紋採取を体験した生徒は「牛を近くで初めて見た。緊張したけど上手に鼻紋採取ができて良かった」と喜びを語りました。

会には町内の畜産農家らが同席。バーベキューで地元産の牛・豚・鶏肉を味わいながら畜産の仕事や経営について語り、学生らと交流を深めました。



生徒 鼻紋採取体験をする生徒

肝付町高山農業祭開催

J A 鹿兒島きもつき高山支所と肝付町は12月1日、Aコープ高山店(肝付町) 肝付町高山農業祭を開き、多くの来場者で賑わいました。

イベントでは抽選会やたまごのつかみ取りを開催。出店では同J A 養豚部によるホルモン焼き(1パック100円)や同支所営農購買チームが野菜や生活資材を販売した。鹿兒

島黒牛肉の販売は来場者が長蛇の列をなし、開始1時間ほどで売り切れました。

開会セレモニーで、J A の中野正治組合長が「今年の夏の酷暑が農畜産物に大きな影響を及ぼしている。その中で、肝付町高山農業祭を開催して地域の皆様と五穀豊穡を祝えることをうれしく思う。今日は祭りを楽しんで欲しい」と挨拶しました。肝付町内から来場した女性は「この日を楽しみにやってきた。また来年も開催して欲しい」と話しました。

高山支所 広報委員 角野



賑わう会場

「野菜摂取量」手のひらでチェック

J A 鹿兒島きもつきは12月8日、

J A の直売所「どっ菜市場」で開いた第10回大感謝祭の会場で、カゴメが提供する、推定野菜摂取量摂取量を測定する機器「ベジチェック」を設置しました。

同機器は、手のひらをセンサーに約30秒押しあてるだけで、簡単に推定野菜摂取量が測定できる。野菜摂取量を確認する事で、食習慣改善の行動変容をサポートするというもの。イベント会場では、ベジチェックの測定結果に一喜一憂する姿が見られました。

ベジチェックを体験した来場者は「数字で野菜を食べているかどうか測定されて面白い。思っていたより数値が低かったので、野菜を多めに食べるよう心掛けたい」と話しました。



野菜摂取量をチェックする来場者

サツマイモバイオ苗地域への普及を目指して

県立鹿屋農業高校は12月13日、同校で「さつまいもバイオ苗引渡式」を開き、生徒やJ A 鹿兒島きもつき、大隅地域振興局の職員ら約40人が出席しました。

大隅地域サツマイモ基腐病対策プロジェクトの一環。同校の生徒が培養したサツマイモバイオ苗をJ A が育苗し、農家へ供給する計画です。



生徒からバイオ苗を受け取る吉水本部長ら⑤

式では、バイオ苗栽培工程について生徒が説明。生徒は「基腐病の被害軽減につなげて欲しい」とコガネセンガン苗1500本、こないしん苗800本、みちしづく苗600本を同JA園芸購買本部の吉水健太郎本部長らJA職員へ手渡しました。生徒からバイオ苗を受取った同JAの吉水本部長は「鹿屋農業高校の生徒さんたちが育てた苗を大切に育て、地域の農家へ普及していく。今後も継続した農業経営が出来るよう、病害対策に努めていきたい」と話しました。

ガラポン抽選会盛況／どっ菜市場初商い

JA鹿児島きもつきの農畜産物直売所どっ菜市場は1月4日の初商いで、「ガラガラ抽選会」を開き、1年の運試しに訪れた多くの買い物客でにぎわいました。

抽選会は千円で1回ガラポン抽選ができ、ハズレ無しで鹿児島黒牛のセットや直売所で販売している商品が当たるというイベント。

抽選に挑戦した女性は「5回チャレンジして、牛肉のセットが1つ当たってラッキーだった。お鍋のスープも当たったので、どっ菜市場で野菜を買い足して今日の晩御飯にした

い」と喜びました。

JAの中野正治代表理事組合長は「どっ菜市場は2025年も地域の『食』を支える拠点として、きもつきの美味しい食材を地域の皆様に届けていきたい。今日は抽選会や買い物を楽しんで欲しい」と話しました。



抽選に挑戦する買い物客

家畜市場の無事故・無災を祈願

JA鹿児島きもつきは1月6日、鹿屋市の肝属中央家畜市場で安全祈願祭を開きました。JA役員など関係者ら約30人が参列。JAの中野正治組合長らが玉串を奉納し、市場業務の安全と盛況な運営を祈願しました。



玉串を奉納する中野組合長

七草を地域でお祝い

JA鹿児島きもつき女性部根占支部は1月7日、諏訪神社で七草粥のふるまいを行い、七草祝いに訪れた児童らを祝いました。

七草粥は、同支部の部員が調理したもので、弁当パックに粥と炊き込みご飯を詰め、お菓子や部員が栽培する黒米を児童に手渡しました。

根占地区では、数え7歳の子どもが近所7件を回って七草粥を貰う風習がある。少子化が進み、風習が廃れつつあるのを危惧し、同支部では2023年から七草粥のふるまいを

続けている。

同支部の炭屋久美子支部長は「七草を地域で一緒に祝うことができるので自分たちにとっても良い機会。今後も部員と協力して活動を続けていきたい」と話しました。

七草粥を受け取った児童の母親は「七草粥を7件巡ってもらおうというのも今は中々難しいので、うれしいサプライズ。帰ったら子どもたちと一緒に味わいたい」と喜びました。



児童に七草粥の入ったパックを手渡す女性部員



農薬を安全に使用するためのお願いです。JAグループ 使用前・使用時・使用後にチェックしましょう!

農薬使用の前に確認しましょう

- 農薬登録番号のある農薬を選びましょう
- 農薬ラベルをよく読みましょう
作物名、使用量・希釈倍数、
使用時期・収穫前日数、総使用
回数、注意事項、最終有効年月
を確認しましょう
- 散布器具の点検を行い、前回使用時の薬
液が残っていないか等確認し、使用前に
通水しましょう
- 生産者同士、住民、他業
者と連携をとり、作業ス
ケジュール等連絡を密に
行いましょう



農薬登録番号のある
農薬を使います

作物名	適用濃度	希釈回数	使用回数	使用時期	備考
キュウリ	1000ppm	2000倍	10回以内	収穫前10日	散布
トマト	2000ppm	1000倍	10回以内	収穫前10日	散布

殺虫剤 000000 水和剤
有効成分の総量 0.000000%
適用内容の載明で
適用します

効果的な使い方、薬害回避の
ための注意などを確認します

安全に使用するための
注意事項を守ります



使用してよい
作物を確認します

効果的な使い方、薬害回避の
ための注意などを確認します

農薬の使用時に確認しましょう

- カッパなどの防除衣や農業用マスク、ゴー
グル、メガネ、手袋などの保護具を着用し
ましょう
 - 散布圃場面積にあわせ、散布液は残らない
よう調整しましょう
 - 農薬飛散防止のための基本的な施用
法を実践しましょう
- ▶ 風向きに注意し、風の強い時は散布しないように
しましょう
- ▶ 作物の近くから散布し、圃場の縁近くは内側に向
けて散布しましょう



農薬使用の後に確認しましょう

- 散布器具のタンクやホースに農薬が残ら
ないようによく洗浄しましょう
- 農薬は鍵のかかる専用の保管庫に入れて管
理することを徹底しましょう
- 圃場、作物ごとに農薬の使用履歴を都度
記録しましょう
散布日、農薬名(剤型)、散布した量
(使用量・希釈倍数)は必ず記録しましょう



保管時は施錠する!

農薬を知る。理解する。適正に使う。

白崎セルフSS
洗車のサブスクはじめました!

DAIFUKU
AWA evolution VEGA

警告 車高制限 2.3M

詳細は
コチラ!

お得に
洗車!

WashPass 月額料金表

◆ご利用可能時間 7時~19時(土・日・夜8時~19時) ◆1日のご利用可能回数 1回	スタンダード会員 2,000円 <small>(税込)</small>	ゴールド会員 4,000円 <small>(税込)</small>
--	--	--------------------------------------

アプリについてのお問合せはこちら(9:00~20:30)

フリーダイヤル 0800-800-7106

WashPass サブスク
毎月定額で!
洗い放題
ドライブスルー洗車

洗車のサブスクをまずはご体験下さい!
ドライブスルー洗車1ヶ月無料
キャンペーン実施中!

※キャンペーン期間は、入会した日から1ヶ月の間に5回無料でお試しご利用頂けます。※入会にはクレジットカードの登録が必要になります。※入会後1ヶ月以内に解約すれば、料金は発生しません。※2ヶ月以上の場合は自動的に毎月サブスク料金となります。※解約は利用で発生車庫ご利用になります。1回以上は1回まで、※予告なく内容が変更となる場合がございます。※本キャンペーンは、先着順または抽選による抽選メンバーによる、ご利用期間の抽選が行われます。予めご了承ください。

きもつき アプリダウンロードはこちら!

JA-SS

App Store からダウンロード

Google Play で手に入れよう

JA鹿屋 **インフォメーション** CHECK!

2月のイベントカレンダー

節分 2分	3	4	5	6	7	8
節分	新鮮!朝どれたまごの日	ソフトクリーム 50円引き (LUANA CAFE)	JADDOポイント 5倍還元	JADDOポイント 5倍還元	フライの日	水・日限定 税牛100% 7L-7PM パン-が販売
9	10	11	12	13	14	15
なないろ マルシェ (9:30-16:00)	新鮮!朝どれたまごの日	ソフトクリーム 50円引き (LUANA CAFE)	JADDOポイント 5倍還元	JADDOポイント 5倍還元	フライの日	鹿児島黒牛 特売
16	17	18	19	20	21	22
鹿児島黒牛 特売	新鮮!朝どれたまごの日	店休日	JADDOポイント 5倍還元	JADDOポイント 5倍還元	フライの日	生産者・生活者 応援セール JADDOポイント 5倍還元
23	24	25	26	27	28	3/1
ふれあい畜産動物園が やってくるよ!	新鮮!朝どれたまごの日	ソフトクリーム 50円引き (LUANA CAFE)	JADDOポイント 5倍還元	JADDOポイント 5倍還元	フライの日	

※各イベント詳細につきましては、店頭チラシ・ポスター等でご確認ください。

JA鹿屋 鹿児島県鹿屋市笠之原町 7517-1
 営業時間 9:00▶18:30 TEL.0994-36-8899

火曜日 新鮮!朝どれたまごの日

水曜日 LUANA CAFEの日

木曜日 JADDOポイント5倍還元の日

金曜日 フライの日

2/15(土)、16(日) セレクトバイキング開催
 鹿児島黒牛 大特価! 2パック 2,000円(税)
 (組み合わせ自由)

農産物・加工品 出荷者募集中!!

安心・安全な地域の食を支える一員を募集します。詳細につきましては、店頭またはお電話にてお問合せ下さい。(担当:牧)

どっ菜市场 公式Instagram フォローお待ちしております!



JA鹿児島きもつき アグリパークかのや **コスモス畑フォトコンテスト2024受賞作品**



最優秀賞 mamichan.223さん

優秀賞



komiさん



みーママさん

どっ菜市场賞



すばるさん



フェリー船尾さん



バイク arimuraバイクさん

夢SUN参



JA女性部串良支部は12月24日、フラワーアレンジ教室を開き、部員11人で季節の花を使った正月アレンジを学びました。

初めは難しそうに周りを見ながら作業を進めていた部員も、後半には完成イメージが出来上がってきたようで、素敵な作品に仕上がっていききました。参加した部員らで互いの作品を見ながら「これでステキな正月を迎えられるね」と談笑していました。

おじやんせ通信



浜田地区

JA鹿児島きもつきいきいき部会鹿屋は1月、古江・古里・浜田の3地区で「おじやんせ」(ミニデイスイサービス)を開催しました。

浜田地区では、トランプを使ったゲームやすごろくをしながら、世間話に花が咲いていました。

お昼ご飯は野菜たっぷりのシチューや白菜の和え物で、「体があたたまる。おいしい」と喜ばれました。

JA女性部・高齢者助け合い組織活動に関するお問い合わせは
JA本所 企画広報課 0994-41-4746まで

家の光 2月号

表紙 松坂 桃李さん

やる意義を自分の中で見だせる作品に出たいと思うようになったきっかけは、子どもが生まれたことが大きいかもしれません。のちに作品が子どもに留まることがあれば、何か伝わるかも。

家族ができて時間の使い方はだいぶ変化しました。休日は料理もします。

定価(税込)
●普通月号 629円
●付録月号(1・4・5・7・9月号) 922円
●家計簿付き12月号 1,027円

家の光 2月号

牛乳パックを活用!
クラフトバンドの眼鏡ケース

義母と義妹が嫌いでしかありません。美輪明宏の人生相談

集ぼっこりおなかにきょうなら

すつきりおなか大作戦

2ステップでラクうま!

味つけ冷凍おかず

人気の果菜類&暑さに強い **野菜の種 プレゼント**

楽しく学ぶ JA共育ドリル

一〇一歳 農家の夫婦 津曲卓志さん 律さん

食料安全保障とJA

「家の光」のお問い合わせは、お近くのJA窓口 または JA本所 企画広報課 TEL 0994-41-4746まで

イベント情報

(一部変更になる場合があります)

2月19日(水) 子牛せり市 (21日まで)

2月28日(金) 購買棚卸 ※購買店舗終日休業

JA鹿児島きもつきの情報発信中

ホームページは、お知らせの他、広報誌「みのり」や特産物を使ったレシピなどJA鹿児島きもつきの情報盛りだくさん♪

JA公式@jakimotsuki
どっ菜市场@dossaichiba

JA公式@jakimotsuki

JA鹿児島きもつき

【売却のみ】

子牛セリ市成績表

(単位：頭・円) 価格は税抜き

項目	地区	鹿屋	垂水	串良	東串良	高山	内之浦	大根占	根占	田代	佐多	JA全体
総頭数		212	46	403	122	175	14	58	80	40	34	1,184
めす	頭数	95	24	189	58	84	8	30	42	25	15	570
	最高	633,000	1,031,000	750,000	600,000	614,000	330,000	514,000	650,000	560,000	499,000	1,031,000
	最低	169,000	238,000	100,000	217,000	95,000	282,000	198,000	251,000	298,000	228,000	95,000
	平均	368,011	429,292	413,201	369,431	378,107	302,250	356,667	422,500	423,160	394,933	392,830
去勢	頭数	117	22	213	64	91	6	28	38	15	19	613
	最高	810,000	754,000	905,000	750,000	777,000	782,000	785,000	801,000	685,000	828,000	905,000
	最低	226,000	368,000	150,000	225,000	56,000	440,000	280,000	353,000	352,000	397,000	56,000
	平均	513,410	556,000	526,099	508,172	493,835	570,000	490,000	565,842	572,267	566,789	521,724
総平均	448,255	489,891	473,955	442,213	438,286	417,000	421,034	490,588	479,075	490,971	459,949	
前月比	-37,734	4,761	-25,739	-12,152	-58,055	-47,385	-66,908	-26,339	-35,397	-22,962	-32,679	
平均体重雌	265	270	264	264	267	259	269	270	273	275	266	
〃去勢	297	295	295	293	294	322	291	306	312	316	297	
総平均体重	282	281	280	279	281	286	280	287	288	298	282	

子牛セリ種雄牛別成績表

種雄牛名	めす		去勢		合計	
	頭数	平均	頭数	平均	頭数	平均
梅華福	123	376,439	126	527,270	249	452,763
若百合	106	372,509	131	545,809	237	468,300
安亀忠	77	376,312	81	526,840	158	453,481
秀幸福	71	370,972	84	506,845	155	444,606
源茂勝	37	400,919	39	542,282	76	473,461
華忠良	22	395,864	16	472,813	38	428,263
夏百合	19	426,211	17	437,588	36	431,583
百合未来	12	403,833	17	572,059	29	502,448
福之鶴	5	375,400	11	593,182	16	525,125
喜亀忠	6	325,833	10	464,600	16	412,563
華勝栄	9	429,111	7	493,857	16	457,438
白清誉	6	391,500	7	425,000	13	409,538
福之姫	8	436,000	4	583,250	12	485,083
紀多福	7	415,286	4	693,250	11	516,364
益華明	7	420,714	4	582,750	11	479,636
華春福	4	472,000	5	570,600	9	526,778
華姫博	2	315,500	7	486,714	9	448,667
吉高竜	4	399,750	5	507,400	9	459,556

〈JA畜産部から〉

1月子牛せり市については、年末の和牛枝肉の需要期を過ぎ、導入も落ち着いたことから平均価格507,666円(税込)、前月比▲33,924円の相場となりました。

寒い日が続きますが、子牛の疾病予防等に取り組みながら商品性向上に努めましょう。

年金友の会グラウンドゴルフ 県大会が開催されました！

1月27日(水)にかごしま健康の森公園にて「第28回」JAバンク鹿児島年金友の会グラウンドゴルフ大会が開催され、当JAを代表して5チーム(計25名)の年金友の会員が出場しました。

鹿児島県下から総勢60チーム(計300名)の選手が参加するなか、**重吉 泰子さん、下八重 のり子さん、小野 純人さん**が輝かしい成績を獲得されました！

個人の部 女性部門

優勝

重吉 泰子さん
(高隈チーム)
33打

個人の部 女性部門

第3位

下八重 のり子さん
(錦江さわやかチーム)
35打

個人の部 男性部門

第4位

小野 純人さん
(高山せせらぎチーム)
31打

JA年金友の会 NEWS

12月12日にどっ菜市場にて、表彰式を開催いたしました！



表彰式の様子
(左小野さん 中重吉さん 右下八重さん)

『あなたの肝臓のこと、
肝炎医療コーディネーターに相談してみませんか』



もしあなたが、肝臓の数値が悪かったらどうしますか？

様子を見ますか？それとも専門の医療機関を受診しますか？

「すぐに受診」、必要であれば「すぐに治療」をお勧めします。
症状がないからといって、肝臓病をそのまま放置しておく、肝硬変や肝がんができる危険性が高くなってしまいます。

当院には様々な職種(看護師、保健師、薬剤師、医師等)の肝炎医療コーディネーターが在籍しており、専門的な知識を活かして肝臓病の患者さんの困りごとや相談に応えます。

「治療」「仕事」「医療費」「食事」「家族との生活」など、肝臓病に向き合う上で気になることや不安に思うことをなんでも相談できます。

当院の肝炎医療コーディネーターに気軽に声をかけてください。
(丸いバッジをつけています)



鹿児島厚生連病院
診療部 肝臓内科部長
肝炎医療コーディネーター 最勝寺 晶子



こんにちはA コープです!

AコープのチラシがLINEでも見れます!

お手持ちのJADDOカードがLINEでご利用いただけます。
カードはJAやAコープなどで発行 入会金・年会費無料

まずは/
LINE友だち登録から!

カメラアプリやLINEアプリで読み取り、友だち登録をお願いします!

LINEからチラシも見れます!

コチラをタップ!

JADDOカードをLINEと連携するとAコープのチラシが見れます!
まずは、QRコードにてLINEお友だち登録から!

皆様の家計・お買物を応援!

家計応援!
安さ納得宣言

お買い得品をより厳選してお届けいたします!

毎日の食卓に欠かせない商品を厳選し、1ヶ月間毎日お買得価格で提供しています。
対象商品は、店頭のパスター、折込みチラシ等でご案内しております。
どうぞご利用ください。

+ 人間ドック日程 +

2月

3月

日	地区	一般	女性	日	地区	一般	女性
13(木)	鹿屋	8	4	5(水)	鹿屋	3	2
17(月)	高山	5		6(木)	内之浦	1	
25(火)	根占	4	3				

毎日元気で
あるために
年に1度は
健診を!!



※今年度の鹿屋市の人間ドック助成金申請は受付を終了しています。
他市町村につきましては、JA各支所ドック担当が行政へお問い合わせください。

知らないと損! 農業者年金(積立型)の税制優遇と保険料補助

保険料が全額 社会保険料控除の対象なんです!

経営や家計の状況より保険料を上げたり下げたりできるんです!

ご存じですか?

青色申告等の要件を満たせば月額で最大1万円(年12万)の保険料補助*の仕組みがあるんです!

生計を一つにする配偶者や後継者の保険料を支払った場合は、その合計額(最高保険料6万7千円の場合は3人分で24.1万2千円)が経営主の所得から控除できます。

- ※ 保険料補助 を受けるには...
- 国民年金第1号被保険者などの農業者年金への加入要件に加え、
- 39歳までに加入
 - 農業所得が900万円以下
 - 下記の農業者の担い手要件 を満たせば受けられます。
 - ① 認定農業者で青色申告をしている人
 - ② 認定新規就農者で青色申告している人
 - ③ ①または②の要件を満たす経営主と家族経営協定を締結して経営に参画している配偶者、後継者 など

詳しい内容やご相談については...
最寄りの農業委員会やJA鹿児島きもつきにお問い合わせください。

農業者年金基金ホームページ

農業者年金基金

検索

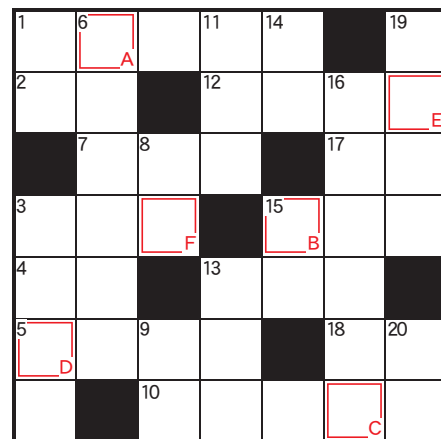
http://www.nounen.go.jp

頭の体操！ クロスワードパズル



二重マスの文字をA～Fの順に
並べてできる言葉は何でしょうか？

出題●ニコリ



↓ タテのカギ

- ① 教育・勤労・納税は国民の三大___です
- ③ 気仙沼の名物、サメの加工品
- ⑥ さいころや角砂糖はこの形
- ⑧ 封書を数えるときに使う言葉
- ⑨ キラキラ光る___入りのセーター
- ⑪ 風を受けて水上を進みます
- ⑬ 地銀よりも規模が大きめ
- ⑭ といで炊きます
- ⑮ 水で洗い物をするとかじかむことも
- ⑯ 多くが九州で作られている酒
- ⑰ こ、これぐらい平気だい！
- ⑳ チョキがはさみならパーは

→ ヨコのカギ

- ① 2月14日に職場などで配る人もいます
- ② リンゴの品種。青森県北東部に同じ名前の市があります
- ③ 天気が崩れて___が強まった
- ④ 寒い日にはこりやすくなる人も
- ⑤ 節分にイワシの頭を刺して飾ります
- ⑦ 紅茶の茶葉とお湯を入れます
- ⑩ 熱心に後輩を指導する、___のよい先輩
- ⑫ 看護師___ともいうナースステーション
- ⑬ 和歌山県には奈良県と三重県に囲まれた___があります
- ⑮ 不利の反対語
- ⑰ 古代インド発祥のエクササイズ
- ⑱ じゅうたんを敷く所

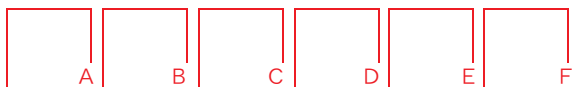
11月号の答え



解答

ホシガキ

クロスワードパズルの答え (2025年2月号)



85円切手を貼って郵送するか、
切手を貼らずにJA支所窓口へご持参ください。

氏名			年齢
			歳
住所			最寄りのJA
			支所
電話番号	— —		
今月号の気になった記事 (感想)			

クロスワードパズルプレゼントの応募について

〈必ずお書きください〉

- ① 氏名、② 年齢、③ 住所、④ 最寄りのJA、⑤ 電話番号、⑥ 記事の感想

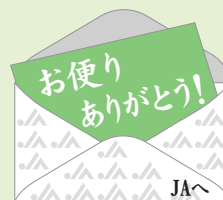
〈締め切りについて〉

地域によって、本誌がお手元に届く日が異なるため、応募締め切り日は設けておりません。次号が届くまでを目安にご応募ください。



- 戸越 けい子さん (垂水)
- 江口 美紀子さん (東串良)
- 辻 初雄さん (高山)
- 城下 良子さん (大根占)
- 池田 行徳さん (田代)

- 毎月「みのり」をもらうのを楽しみにしています。どっ菜市場によく行くので、イベント情報とても助かります (田代・33歳)
- 毎月楽しみにさせていただいてありがとうございます！今後もどっ菜市場ではさまざまなイベントが開催されていきますので、お楽しみに♪



- 鹿屋に2024年4月、仕事の関係で初めて住むことになり、鹿屋の食の魅力に取りつかれています。同僚から近くのおいしいお店や直売所を教えてください、本当に鹿児島は食の宝庫だと感じております。 (鹿屋・60歳)
- ようこそ鹿児島・鹿屋へ！JA鹿児島きもつきの農畜産物直売所「どっ菜市場」には、鹿児島黒牛・茶豚・新鮮な野菜などおすすみの「美味しいもの」がたくさんあります！レストランもありますので、ぜひお越しください！



材 料 (1人分)

- | | |
|------------------|-----------------|
| 豚バラ薄切り肉 ……10枚 | 削り節 …… 適宜 |
| 白菜 …… 5枚 | 青ねぎ(小口切り) …… 適宜 |
| 【A】 | いりごま(白) …… 適宜 |
| 牛乳 …… 300ml | |
| 白だし …… 大さじ1～お好みで | |
| 醤油 …… 小さじ1～お好みで | |

作 り 方

- 1 白菜の上に、豚バラ薄切り肉2枚の端が少し重なるように並べ、順に重ねて6等分に切る。
- 2 ①を断面が上になるように鍋のふちに添って敷き詰める。※余った白菜は隙間に詰める。
- 3 ポウルに【A】を入れて混ぜ合わせ、鍋に入れる。お好みで削り節、青ねぎ(小口切り)、いりごま(白)を散らし、中火にかける。沸騰したら弱火にし、蓋をして全体的に火が通るまで5分ほど煮込む。



レシピ提供 ● 一般社団法人Jミルク「ミルクレシピ」

表紙



今回の表紙はJA鹿児島きもつき女性部が1月22日に開いた「健康作り大会」の一幕。1〜9までの的に向かってボールを投げる「ストラックアウト」を楽しむ女性部の皆さんです。

「あら、難しいわあ」「変なところにボールが行く!」と1投ごとに盛り上がっていて、とても楽しそうでした。

大会では、ほかに鹿屋市県厚生連病院の講師による「年齢に負けない!健康UPにつながる秘訣」と題した講話があり、脳トレを交えた体操や簡単な体操で盛り上がりました。

※本誌3ページでも大会の様子を紹介しています。

理事会だより

12月26日に第10回理事会を開き、以下の議案について話し合いました。

協議事項

1. 令和6年度第3四半期実績並びに決算見込みについて
2. 個人情報保護法関連規程の改訂について
3. 高額融資について
4. その他

編集後記

本誌5ページで紹介しておりますJA女性部根占支部の「七草粥ふるまい」。「七草粥」といえば、セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトケノザ、スズナ、スズシロを入れた塩味のおかゆを指すことが多いですね。

正月に弱った胃腸を休ませるという意味ではあっさりとした「七草粥」が最適なのでしょうが、「ちょっと物足りない」と思うのは私だけでしょうか。七草の日といえば、大根や餅、鶏肉、豆もやしなどが入った「ずし」を食べていました。

調べてみると、地域で中身が違うという七草粥。皆さんのご家庭ではどんな料理を七草に食べていましたか?行事食は大切にしていきたい文化ですよ!

郵便はがき

893-0016

85円切手を貼って郵送するか、切手を貼らずにJA支所窓口へご持参ください。

JA鹿児島きもつき
広報誌「みのり」係

鹿屋市白崎町一番一号