

PRISM

JA KINAN COMMUNITY PAPER

2024.8.25
Vol.60



JA紀南



〒646-0027 和歌山県田辺市朝日ヶ丘24-17
TEL : 0739-23-3450 FAX : 0739-23-3451
URL : <https://www.ja-kinan.or.jp>
E-mail : info@ja-kinan.or.jp



紀州の名にふさわしい白干梅を

那須

一令さん

梅干し生産者(田辺市中三栖)

農業で輝く
農(アグリ)
テラス



受け継いだ「南高梅」、次は息子へ

親から引き継いだ梅を4畝で栽培しています。ほとんどは自宅で漬け込みをして、天日で干し、白干し梅のタルに一次加工して販売しています。
息子がUターン就職しており、那須家として「梅で生きていこう」との気持ちも新たに、親が圃地を拡大し、漬込み設備まで整えてくれましたので、次は息子へと任せる部分も広げていきたいです。
「南高梅」は紀州梅干しのブランドで、その名にふさわしい品質の梅干しを作りたい……。特に今年の梅は凶作や雹(ひょう)被害にも見舞われ農家も大変な思いをしています。しかし、紀州梅干しを待っていてくれる消費者の方々がいる限り、負けずに頑張ります。



紀州梅干し

お知らせ!

田辺市の小中学生対象に梅料理コンテスト

JA紀南と田辺市でつくる「紀州田辺うめ振興協議会」は、田辺市内の小中学生(小学5年生以上)を対象とした「第1回うめえ料理コンテスト」を開催します。



子どもらしいアイデアを待っています!

応募締め切りは9月6日、学校へ提出を

「ト」を開催します。実際に梅料理レシピを考案する部門と、イラストや絵で描く「こんな梅料理あったらいいな!」部門を設け、入賞者には図書券や農産物を進呈します。
夏休み前に学校から配布された申込用紙に必要事項を記載のうえ、9月6日までに学校へ提出してください。用紙を紛失された方は協議会のホームページからダウンロードできます。詳しくは田辺市梅振興室(電話0739・26・9959)まで。



「農業は気候により豊作・不作、苦しい時もあれば良い時もある」。4畝で梅を栽培し、自家漬けた白干し梅を選別する那須一令さん

8月8日、宮崎県沖で発生した地震を受け、大規模地震が発生する可能性が高まったとして「南海トラフ地震臨時情報」が発表されました。幸い1週間以内での発生はありませんでしたが、今後は地震だけではなく台風シーズンも本格的に迎える中、災害時に慌てることがないよう家族で事前準備をしておきたいものです。

いざというときに慌てないために！ **家族ではじめる**

事前準備の心得

非常事態に備えて次の3点について話し合しましょう

- 1 避難する場所** 避難とは、避難所に限らず安全な場所に行くことです。親戚や友人宅、ホテルも選択肢に含めましょう。
 - 2 避難スイッチ (基準)** どの情報で避難準備を開始し、避難行動をとるのか、タイミングを決めることが大切です。
 - 3 避難開始までの行動** 災害の情報を得る人、避難先に連絡する人など、**家族一人一人の役割**を具体的に決めておきましょう。
- !** 非常事態に備えて事前に決めておかないと、人は急には動くことができません。どういった状況になったときに誰がどのような行動をとるか、ハザードマップでお住まいの地域のリスクを把握して具体的な行動を決めておきましょう。



災害に備えて用意しておきたいマストアイテム

備えてあるかチェックしよう！	
<input type="checkbox"/> 眼鏡・補聴器	体の一部になっているものがないと、避難がより困難になります。
<input type="checkbox"/> ホイッスル	危険な状況におかれたとき、周囲に助けを求めるときに役立ちます。
<input type="checkbox"/> 携帯電話の充電器	ソーラー式や手回し式も準備しておくと、停電時も安心です。
<input type="checkbox"/> 携帯トイレ	飲食以上にトイレを我慢するのはむずかしいことです。
<input type="checkbox"/> 多少の現金	災害時はカードや電子決済ができない可能性があります。
<input type="checkbox"/> カセットコンロ	停電時、水や食料を温めるときに役立ちます。
<input type="checkbox"/> 食品用ラップ	食器に巻くと洗う必要がなくなり断水時も安心です。

! 基本的には、市販の防災バッグに上記とともに育児用品や常備薬など**家庭ごとに必要なものを追加**すればOKです。飲料や食料は普段使いのものを多めに買い、古いものから使い回しましょう。

建物や家財の**保障**を改めて点検しましょう



JA紀南では、万一建物や家財に損害が出た場合、**再建するための保障が十分かどうかの点検活動**を行っています。詳しくは、お近くのJA支所窓口、またはライフアドバイザー、複合外務までお問い合わせください。

串本支所・下崎

家が揺れても、
人生は揺らがないように。

地震への備えは、万全でしょうか。
建物はもちろん、家財の被害にも備えておくと、
日常を取り戻すのに役立ちます。

「共済」は「助け合い」。地震などの自然災害が多発するなか、真価が発揮されています。

平成16年10月 新潟県中越地震 【共済金支払】 87,659件 773億円 うち家財 9,867件 60億円	平成23年3月 東日本大震災 【共済金支払】 684,820件 9,376億円 うち家財 97,079件 1,030億円	平成28年4月 熊本地震 【共済金支払】 94,223件 1,487億円 うち家財 11,519件 122億円
平成30年6月 大阪府北部を震源とする地震 【共済金支払】 43,676件 482億円 うち家財 5,249件 26億円	平成30年9月 北海道胆振東部地震 【共済金支払】 5,211件 85億円 うち家財 977件 12億円	令和4年3月 福島県沖地震 【共済金支払】* 186,994件 1,550億円 うち家財 53,044件 274億円

令和5年3月末時点 (※は令和5年12月末時点) JA共済連調べ



※ご加入にあたりましては、お近くのJAへお問い合わせください。どなたでもご相談いただけます。

はじめて共済 <https://shiryo.ja-kyosai.or.jp>
 ■JA共済ホームページ <https://www.ja-kyosai.or.jp>

JA共済相談受付センター (JA共済連 全国本部) 受付時間: 9:00~18:00 (月~金) 9:00~17:00 (土)
 ☎0120-536-093 ☎0120-167-100 (ご高齢者専用ダイヤル)
※日曜日、祝日および12月29日~1月3日を除きます。※メンテナンス等により予告なく変更する場合があります。
 ※電話番号は、おかけ間違いのないようご注意ください。※「ご高齢者専用ダイヤル」とは、直接オペレーターにつながり、ご高齢の方にもよりわかりやすく、丁寧に対応させていただきます。

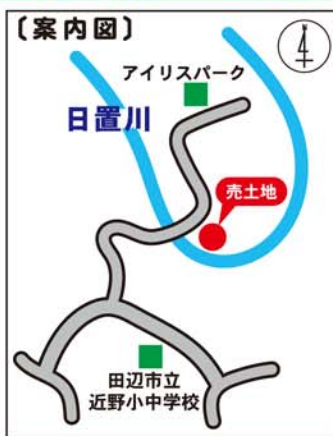
くらしの保障、相談するなら **JA共済**

耕そう、大地と地域のみらい。JAグループ

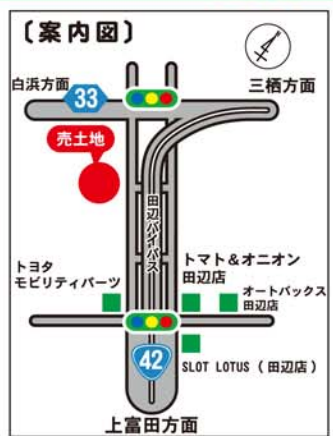
24481050089

JA紀南 売物件のご案内

- ①** 物件名 近露小原土地
 所在地 田辺市中辺路町 近露 148
 地目 山林
 土地面積 975 m² (294.93 坪)



- ②** 物件名 新庄町田鶴土地
 所在地 田辺市新庄町1766-1 他2筆
 地目 山林 / 雑種地 / 用悪水路
 土地面積 1133.49 m² (342.88 坪) (平地部分 720 m²)



上記物件について、入札による売却を予定しています。買受けを希望される方は、下記までお問い合わせください。

【受付期日】令和6年9月30日まで 【お問合せ】JA紀南 総務部 管理課 (担当: 中井) 電話 0739-23-3450

神島屋×JA紀南 インスタ企画

#みんなの梅弁当2024
優秀作品5点が決定!

JA共済の協力のもと、JA紀南が神島高校の商品開発プロジェクト「神島屋」と行ったInstagramの写真コンテスト「#みんなの梅弁当2024」で、右の5作品が優秀作品に選ばれました。

「梅の日」の6月6日から7月5日までの約1カ月間で91作品の応募があり、どれも魅力的な作品ばかり。Instagram「#みんなの梅弁当2024」で閲覧できます。



輪になって踊ろう弁当 (@shibaonlove)



優秀賞

梅の花弁当 (@yuhia983)



神島屋賞

金魚弁当 (@yucham_acham)



優良賞

夏はさっぱりそうめん弁当 (@mayomayodakauma)



JA紀南賞

梅の花弁当 (@muscattomomo)

Instagram 「梅の魔法」かんたん梅料理ピックアップ一品

UMENOMAHO_JAKINAN

【材料】(2~3人分)
 梅干し.....2個
 ナス.....1本
 ピーマン.....3個
 パプリカ.....1/2個
 ミニトマト.....6個
 揚げ油.....適量
 「めんつゆ(3倍濃縮).....50cc
 (A) 水.....100cc
 L おろししょうが.....小さじ 1/2 くらい

はちみつ梅干し
(塩分4%はちみつ梅)を使用

【作り方】
 ①梅干しは種を取って細かく刻む。
 ②保存容器に①と(A)を混ぜ合わせておく。
 ③ナスは食べやすい大きさに切っておく。
 ④パプリカ、ピーマンも食べやすい大きさに切っておく。
 ⑤ミニトマトはヘタを取って、浅く切り込みを入れる。
 ⑥フライパンに1cmくらい油を入れ、③④⑤を揚げていく。
 ⑦油を切ったら、②の梅入りつゆに浸す。
 ⑧粗熱が取れたら、30分~1時間くらい冷蔵庫で冷やす。

ピックアップ旬の野菜
ナス

【旬の野菜の栄養価】
 ナスには栄養が少ないと思われがちですが、皮の濃紫色の色素はポリフェノールの一種で、アントシアニン(ナスニン)が豊富です。体のさびを防ぐ抗酸化作用があるといわれています。

【ナスの食べ方のコツ】
 味は淡泊で癖がなく、特に油との相性が良いので、油で揚げると色が良く、おいしくなります。生のまま、塩もみしてサラダにしたり、グリルや焼き網で焼いて、焼きナスにしたり、煮物や炒め物など、いろいろな料理で楽しめます。ナスは切り口が空気に触れるとあくで変色するので、調理の直前に切るか、すぐに水に漬けます。油で揚げたり、炒めるときは、あくの成分が高温で変化して、えぐ味が甘味に変わるので、水に漬けて調理します。

【ナスの旬と種類】
 一年中栽培されますが、8~9月が旬。この時期は皮が柔らかく、特に秋ナスは果肉が締まり、肉厚になりおいしくなります。一般的な長卵形の他、長ナス、丸ナス、米ナス、赤ナスなど、形もいろいろ。全国各地で作られ、地域によって品種が異なり、200種近く存在するともいわれます。

【失敗しない選び方】
 皮に張りつつやが重みがあること、また皮の紫色が濃く、へたのとげが痛いくらいに張っていることがポイントです。低温に弱いので、買ってきたら冷蔵庫には入れず、常温で保存し、2~3日で食べ切りましょう。

エコープマーク品を使ったレシピ紹介

えびとブロッコリーのデリ風サラダ

【材料】(4人分)
 えび.....8尾
 ブロッコリー.....1/2株(150g)
 卵.....3個
 「エコープらっきょう酢.....大さじ2
 (A) マヨネーズ.....大さじ5
 粗びき黒こしょう.....適宜

【作り方】
 ①えび.....背わたを取り、茹でて殻をむく。
 ブロッコリー.....小房に分け、塩を加えた熱湯で茹でる。
 卵.....ゆで卵を作り、食べやすい大きさに切る。
 ②(A)の調味料を合わせる。
 ③ボウルに①を入れ、②を加えて全体をサッと混ぜ合わせる。
 器に盛り、粗びき黒こしょうをふる。

旬を味わう地場産レシピ

焼きなす茶そば

【材料】(4人分)
 ナス.....2本
 梅干し.....4個
 ミニトマト.....2個
 ミツバ.....1把
 茶そば.....200g
 市販の麺つゆ.....適宜
 わさび.....適宜
 堅焼きせんべい.....1枚

【作り方】
 ①ナスは縦に皮目に6~8本の包丁を入れ、焼き網で転がしながら強火で軟らかくなるまで焼き、氷水に素早く落とし熱いうちに皮をむく。
 ②梅干しは種を取り包丁でたたき、ミニトマトは半分に切り、ミツバはさっとゆで、ざく切りにする。
 ③大きめの鍋に湯(材料外)を沸かし、茶そばをゆで、ゆで上がったら素早く水洗いしてざるにあげる。
 ④器に茶そばを盛り付け、2分の1に切った焼きなす、梅肉、ミツバ、ミニトマト、わさび、砕いた堅焼きせんべいをあしらひ、麺つゆ(好みの濃さで)を張る。

JA紀南の組合員メンバーズカード

クミカ kumica

ココが
お得!

① 会員価格でお得にお買い物いただけます。
 ② ポイント進呈サービスも随時開催中!

JA紀南の各種事業のご利用でポイントが貯まるオトクなカード。加入のお手続きは、JA紀南管内のAコープや支所で行えます。ポイントが一定数貯まると、商品券などと交換可能!

貯金ローン Aコープ 紀菜柑 JA-SS その他

JA紀南の事業を利用してポイントどんどん貯まる

JAバンク JAバンクアプリプラス 新登場!

アプリで全部できるぞう。

振込・振替 カードローン
 税金・各種料金の払込み(ペイジー) 住所・電話番号変更アプリで完結(来店・郵送不要)
 JAバンクを初めてご利用の方に / 口座開設* アプリで完結(来店・郵送不要)

帰宅後に 通勤中に 休憩中に

詳しくは、JA紀南の各支所窓口までお問い合わせください。

いつでも手続きできるぞう。

JA直売所巡り

半作嶺〈乙女の寝顔〉
(田辺市平瀬)



関西百名山の1つと呼ばれる半作嶺(はんざれい)は、麓にある田辺市平瀬地区から見える山の稜線が女性の横顔のように見えることから「乙女の寝顔」と呼ばれています。

展望ポイントの看板が目印です。



滝尻王子宮十郷神社
(田辺市中辺路町)



富田川と石船川(いしぶりがわ)が合流する地点にある「滝尻王子」は、後鳥羽上皇がこの王子社の宿所で歌会を開いたといわれています。熊野の御子神五所を祀る五妹王子の一つとされ、明治時代には村内の神社を合祀して十郷神社と呼ばれました。現在は滝尻王子宮十郷神社と称されています。

ついでに探訪

田辺市大塔・なかへち方面

■熊野古道なかへち
所在地:田辺市中辺路町栗栖川358-2
営業:午前9時~午後7時
電話:0739-64-1369



■あゆかわ
所在地:田辺市鮎川597-5
営業:午前9時半~午後6時半
電話:0739-49-0219



■熊野古道ちかつゆ
所在地:田辺市中辺路町近露1794-1
営業:午前8時半~午後6時
電話:0739-65-0536



直売所「ことういち」はAコープなかへち店、ちかつゆ店、あゆかわ店にそれぞれあり、原木生しいたけやブルーベリーなど、地域の特色をいかした地場産品が並びます。

さわこし ゆうき
澤越 勇輝 (28)
朝来支所

「**渉外の仕事はサッカーで培った体力を生かして**」



大阪出身で大学卒業後、JA紀南に就職しました。父の故郷が中辺路町で、幼い頃によく遊びに来ており、自然豊かで皆さん気さくな印象でした。JAでいま働いているのは、そんな縁があったからだと思っています。

朝来支所の渉外担当は3年目に入っています。組合員や地域の皆さまのニーズをよく聞き取り、それに合った貯金や共済をおすすめし、お役に立ちたい。それが自分の仕事のモチベーションになっていると思います。

体を動かすのが好きで元はサッカー一筋。今はフットサルやソフトバレーを楽しんでいます。

今期は親子20組50人が参加 好評「おやこ・で・あぐり」

JA紀南は親子で食や農業に親しんでもらおうと「おやこ・で・あぐり」を開催しています。今期は20組50人が参加し、農産物の収穫体験や料理・工作など5月から毎月開催し、全6回講座を予定。「親子で楽しい思い出が作れる」と好評です。

8月3日には第4回講座として「夏休み遠足」を実施。33人の親子が「堺・緑のミュージアムハーベストの丘」を訪れ、ピーマンの収穫とピザ作りを体験しました。



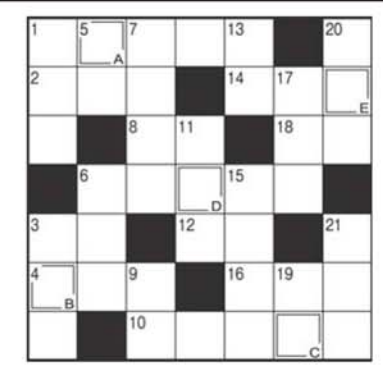
上秋津少年野球クラブが優勝 第22回ちやぐりん野球大会

JA紀南は7月20日・21日・27日の3日間、「第22回JA紀南旗争奪ちやぐりん学童軟式野球大会」を田辺市の神島台運動場で開き、13チーム(252選手)が熱戦を繰り広げました。トーナメントの結果、決勝では「上秋津少年野球クラブ」が「朝来パワーズ」を6対1で下し、優勝を勝ち取りました。

大会は田辺・西牟婁学童協議会の主催、JA紀南の後援、JA共済の協力のもと毎年開催。開会式では、全チームの入場行進を審査する「ベスト行進賞」を白浜クラブが受賞し、上秋津少年野球クラブの野村巨主将が選手宣誓を務めました。



問題 左のパズルを解いて、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生のままの魚を味わいます
 - ②頭から潮を吹く海の生き物
 - ③金魚はこの魚を品種改良したもの
 - ④——で作業したかいあって朝には完成した
 - ⑦「おはよう」「こんにちは」「さよなら」など
 - ⑨正確——の一撃
 - ⑪神社で玉串に使ったり、神棚に供えたり
 - ⑬少しずつ夏の暑さを忘れていく季節
 - ⑮流行の服を着て店頭に立ちます
 - ⑰フリーザーを開けると出てきます
 - ⑲この帽子、——が広いから日差しを避けるのにぴったり
 - ⑳出雲大社や石見銀山がある県
 - ㉑はがきの表の中心に書くもの
- ★ヨコのカギ**
- ①美しい青色をした、9月の誕生石
 - ②剣道をするとき手に持つ物
 - ③土足禁止の所で脱ぎます
 - ④果物と砂糖を煮て作ります
 - ⑥マグロの赤身を入れた巻きずし
 - ⑧パンダがよく食べる物
 - ⑩マンジュシャゲともいう花
 - ⑫臼の相方
 - ⑭雲の——から日の光が差す
 - ⑯郵便料金分をべたりと貼ります
 - ⑰米が実ります

読者プレゼント



正解者から抽選で10名様にJA紀南の商品券(1,000円分)をお贈りします。

【ハガキでの応募】
ハガキに答えと住所・氏名・年齢・電話番号と本紙の感想やJAへのご意見等を書いて、JA紀南広報係(〒646-0027 田辺市朝日ヶ丘24-17)までお送りください。

【Eメールでの応募】
答えと住所・氏名・年齢・電話番号と本紙の感想やJAへのご意見等を書いてお送りください。アドレス: kouhou@ja-kinan.or.jp

応募締切
9月4日(水)

※答えは締切日にJA紀南のホームページに掲載します。
※応募で得た個人情報は抽選と賞品発送のみに使用します。
※当選者の発表は、発送をもって代させていただきます。