

みらいへど

JA全農えひめ情報

■特集〈愛媛県TACトップセミナー 講演録〉

夢の持てる地域農業の振興に向けて～JAおちいまばり～

■JA直売所めぐり

〈総集編〉Aコープ西日本愛媛エリア

3

2014・March



▶今年の「えひめみかん祭り」会場でもPR



愛のオレンジロード ～柑橘PR&消費拡大

4月14日は「オレンジデー」。「愛のシンボル」であるオレンジを贈り合い、愛を育み大切な人との絆を深める記念日です。「オレンジデー」は、平成6年に愛媛県内のかんきつ生産農家が発案したとされ、JA全農えひめが平成21年5月に日本記念日協会に登録した記念日です。

JA全農えひめは、愛媛発祥の「オレンジデー」を盛り上げて生産量日本一を誇る愛媛産柑橘のPRと消費拡大につなげようと、11月3日の「みかんの日」から、「バレンタインデー」「ホワイトデー」、4月14日の「オレンジデー」まで、愛の記念日ごとに「愛のシンボル」である旬の柑橘を贈り合い、愛を育んだり絆を深める道のりを「愛のオレンジロード」として取り組んでいます。

この一環として、バレンタインデーを前にした2月9日、松前町のエミフルMASAKIで、愛媛いよかん大使2人らが、生産量日本一を誇る伊予柑を中心に、せとかなど愛媛の旬の柑橘の店頭試食販売を実施し、豊富な種類の愛媛産柑橘をアピールしました。

「オレンジデー」の4月14日は、松山市の道後温泉本館前で愛媛いよかん大使らが旬の柑橘「清見タンゴール」のサンプリング（先着1,000人限定）を行う予定です。



▲2月9日エミフルMASAKI消費宣伝活動

あぐり〜ど

March 2014

CONTENTS

全農グループの経営理念

私たち全農グループは、
生産者と消費者を安心して結ぶ
懸け橋になります。

私たちは「安心」を3つの視点で考えます。

- 営農と生活を支援し、元気な産地づくりに取り組みます。
- 安全で新鮮な国産農畜産物を消費者にお届けします。
- 地球の環境保全に積極的に取り組みます。

今月の表紙



お墓参りの帰り道に、ちょっと寄り道。
小川の土手にシートを敷いて小休止。周
囲は桃や菜の花、タンポポ、忘れな草と、
花々が咲く陽気です。手づくりおはぎを
ほおばっているところへ、背後に誰かの
呼ぶ声が…。振り返れば、満面笑顔のお
じいさんとおばあさん。カゴには摘んだ
ばかりの山菜がいっぱい。そここに、
春の息吹があふれています。

●表紙：お彼岸
はら ふみ(イラストレーター)

※『あぐり〜ど』は、「愛媛農業 (Agriculture)」を「リード (Lead)
する」という意味と「心をつなげる (Agreed)」という意味を
込めています。

農の風景Vol.159

愛のオレンジロード ～柑橘PR&消費拡大

2

〈特集〉

平成25年度愛媛県TACトップセミナー開催
夢の持てる地域農業の振興にむけて
TAC活動を展開

6

THE・ねっとわーく

7

統計BOX

8

ふるさと ESSAY VOL.227

元気になれる場所

作道 泰子さん

10

TOPIC NEWS

13

なんでもBOX

14

J Aふるさと自慢Vol.159「直売所めぐり」

〈総集編〉Aコープ西日本愛媛エリア

16

READERS通信

NOW NOW COOKING

〈今月の素材〉キャベツ

JA全農えひめ

ホームページ

<http://www.eh.zennoh.or.jp>

■JA全農えひめ「えひめの食」企画

<http://www.eh.zennoh.or.jp/ehimenosyoku/>

※「えひめの食」では、旬の農産物情報を発信しています。

◆(株)えひめ飲料

<http://www.ehime-inryo.co.jp>

◆JAえひめアイパックス(株)

<http://www.iyokkora.jp/>

◆JAえひめ物流(株)

<http://www.jat-ehime.co.jp/>

◆JAえひめフレッシュフーズ(株)

<http://fresh-ranran.jp/>

◆(株)ひめライス

<http://www.himerice.jp/>

◆JAえひめエネルギー(株)

<http://www.ja-ehimeene.co.jp>

「平成25年度TACトップセミナー」先進地事例報告より 「JAおちいまばりにおけるTACと営農経済事業のかかわり」 夢の持てる地域農業の振興にむけて TAC活動を展開

越智今治農業協同組合 営農経済担当常務

渡部 浩忠さん

TACを核に心のおつきあいを！

JAおちいまばりの経営理念は、「あったかい、心のおつきあい。わたしたちは地域農業の創造、心豊かな地域づくり人づくりをめざします。」です。また、人事理念では「人間力あふれる人材の創造」を掲げ、人の心を動かし情熱と感動を届ける人づくりを目指しています。

JAが地域の組合員と心のおつきあいをしていくための戦術の一つとしてTAC（出向くJA営農担当者）を位置づけています。

私どものJAは今治市と上島町が管内ですが、島しょ部の上島町では農業者の平均年齢が70歳を超え、陸地部でも68歳を超えており、高齢化の進行と担い手不足、耕作放棄地の増大が顕著です。こうした状況を踏まえて、農

業振興計画では、次代へつなぐ「地域営農ビジョン」を策定し、地域農業を支える担い手づくり、農地の利用により地域の農業生産力の維持拡大を図っています。また、生産から販売までの一体的な取り組み強化によって農家所得の向上に努め、農を通じた豊かな地域づくりをめざしています。

その具体的な取り組みとしては、まず、地域農業の生産基盤の維持と総合的な営農支援の強化に向け、集落ごとの「地域営農ビジョン」の策定や農業経営支援体制の構築に取り組んでいます。2つ目には、農家所得向上に向けた生産販売戦略の強化ということで、販売を見据えた積極的な生産体制の構築、農業経営者に応じた効果的かつ効率的な営農類型の提案、産地提案型の「売れる仕組み」と「売れる商品」づくりに取り組んでいます。3つ目として、消費者との信頼関係の構築及び情



報発信として、安全・安心な農畜産物づくりの継続や地産地消の取り組みのさらなる強化に取り組んでいます。特に地産地消では、直

売所の「さいさいきて屋」を軸とした取り組みや地場農産物の学校給食への拡大を推進しています。

4つ目として、営農経済事業改革の取組強化として、物流拠点の集約や総合物流の検討、指導員体制ではTAC指導員の体制・活動強化を進めています。

TACを通じて営農指導と 農家経営指導強化、事業間連携

私は5年前営農販売部長となった時、地域の組合員さんの期待に応えられる営農経済事業の職員を一人でも多く作ろうと考えて取り組んできました。そうした中で、JA全農のTACと出会い、県内のJAうま、JA西条といった先輩JAに出向き勉強させていただいて、地域の農業振興を図る上で、戦略ではなくて、戦術の一つとしてTACの取り組みを始めました。

TACの取り組みにあたっては、まずTACと何を結びつけるかということでした。TACと購買、TACと営農指導、あるいはTACと金融や共済などJAごとに課題にあわせた取り組みになります。私どものJAではTACと営農指導を結びつけて、営農指導・農家経営指導体制の強化及び事業間連携を進めています。また、指導員の世代交代が進んでおり、5年先10年先の地域農業を見据えた中で、5年先10年先に通用する人づくりや営

農指導の道しるべとしてTACがあると考えられています。

TAC指導員は、「日々の業務の中で、農家の「困った」を集め、農家の手助けになることは何でもやる」ことを掲げています。

現在、TACの体制は、TAC統括1名、TAC管理者4名、TAC指導員11名です。また、JA全農えひめからはJAのTAC会議に毎回出席して情報提供やTACのあるべき姿について指導を受けながら、取り組んでいます。

TAC活動では、毎月の定例会議などを通じて、第1に人づくり・人間力の向上の場、第2に問題の共有化、つまり出席者全員が今困っている事を出し合って共有化し、その中で明確な答えを出していくこと、そして第3に新しい事業提案などにつなげていきます。

TACを通じて人づくり

第1の人づくり・人間力の向上については、JAの事業も厳しい中で営農指導員数も減っており、教育・育成・コーチングとともに、「組合員への見える化・見せる化」を進めていかなければなりません。JAとして地域の組合員さんに対してやっていることをきちんと見せるために、いろんな会議や情報などの場面を通じて見える化、見せる化に努めています。また、宿題や課題をもらえる職員になれ！と言っています。

そして、「おちいまぱりブランド」を自ら作るつもりで、「ありがとう」をいっぱい集める職員に！ということを言っています。今の職員は「ありがとう」と言われる機会が少ないので、先ほど言ったように農家からの宿題や課題にきちんと対応することで、「ありがとう」をいっぱいもらえる職員になるよう、人間力・人づくりを進めることで、農家のやる気・本気を引き出し、そして地域が元気になる取り組みを進めていきたいと考えています。

私が毎月読んでいる月刊誌の編集長が今治に來られた時に、人間性を高めようとしていく中で「お客様への最大のサービスはその「人格」ですよ」と言われました。TAC指導員がいくつら良い情報や技術があっても、その人格がしっかりしていないと通用しません。人格を高めないと組合員や地域の期待に応えることはできない、ということをついやる場面です。

JA内部で情報を共有化し 意思決定をスピードアップ！

第2に問題の共有化ですが、TAC定例会議で参加者全員が今、困っている事、今直面している問題点を持ち寄って話し合います。役員や出席者が参加した中で、決定できることはその場でスピーディーに決定していくようにしています。JA西条で勉強させていた

◆特集：JAおちいまばりにおけるTACと営農経済事業のかかわり

だいたいに、出された問題に役員がきちんと判断されていたのを見て、絶対にTAC活動に取り入れようと思ったわけですが、JA組織では「検討する」ということがよく使われます。意思決定のスピードアップ（高速化）がTAC活動の持ち味であり、私どもJAの最大の目玉商品です。

ただ、職員が指示待ちでは困ります。必ず「私ならこうする。こうしたい」という自分の意見を持つように、問題の共有化とあわせて常に考え工夫する力を磨く、自分なりの答えを持つよう常日頃から話しています。

第3の新しい事業提案については、他部門と連携した取り組みということで、TACの毎月の定例会議には融資課の課長と担当者の2名が出席し、営農経済部門だけでなく、他部門との連携も進めています。その場合は、双方がWin-Winで無ければ事業は伸びません。TACの取り組みを通していろんな事業と幅広い連携をとりながら進めてきたいと考えています。これは、職員自身に積極的に挑戦する気持ちを持たせることにもつながります。

また、次年度からは、営農経済の渉外担当をTACの中で1名配置するなど、横の連携をさらに強化したいと考えています。

そして農家の「困った」から 新たな取り組みを展開中！

「農家の「困った」を集め、農家の手助け

になることは何でもやる」TACが農家の「困った」を集め、JA内部で情報を共有し、課題解決を検討していく中で、耕作放棄地と担い手育成対策としてJA出資農業生産法人（株）ファーム咲創（さくぞう）、農作業支援グループ「心耕隊（しんこうたい）」といった地域農業を守るための新たな取り組みが生まれました。

「（株）ファーム咲創」は、24年7月に設立以来、耕作放棄地の解消、担い手の育成に積極的に取り組んでいます。現在まで私どもの農地利用集積円滑化事業に52ha集まってきていますが、そのうち15haを「（株）ファーム咲創」で生産管理し、それ以外の農地はJAも出資している地域の生産法人と連携した取り組みをしています。ファーム咲創には研修生が5名いましたが、そのうちの女性1名が研修を終了し、昨年11月から農業経営を始めました。

もう一つは、農作業支援グループ「心耕隊」による果樹農家を支援する取り組みです。昨年4月に、農家の高齢化対策として1日でも長く農業をしていただくため、農家の要望に応え、農家の農作業支援に取り組み、あわせて将来に向けての地域農業の新たな担い手の確保・育成を図ることを目的に立ち上げました。「労力がない」「年を取って思うように農作業ができなくなった」という方々などの声を受けて、「心耕隊」の職員が巻き上げマルチの設置・被覆、収穫作業、簡易ハウスの設置、新しい品種への改植などの幅広い農作業

を支援しています。

この取り組みは、JA島原雲仙の「農援隊」の事例を勉強させていただきましたが、私はネーミングにこだわる方なので、二宮尊徳の「心田を耕す」という言葉から、農家に元氣を出してもらうための心を耕すということで心耕隊とネーミングしたものです。

今や「困ったことがあれば心耕隊」というようなキャッチフレーズもできるくらいで、農家から職員の指名もかかったり、「ありがたい」という言葉をいただいたり、要望もたくさん来るようになってきました。まだ1年たっていませんが、職員もチームワークができて頑張っています。先日、地域の会合で、「金融の利率上積みキャンペーンもよかったが、咲創と心耕隊の取り組みが一番のヒットじゃない」と声も上がるなど、地域の農家から喜んでいただいています。TACが農家の一番困っていることを聞いて、それを会議の中で提案し、すぐさま対応しようとしたことに加え、TACの会合で提案があったことなので、自らが行動しなければ機能しないということを皆が理解した点が大きかったと思います。

また、島しょ部では柑橘の樹が弱っているのでTACが豚糞堆肥による土づくりを提案していますが、労力面に加え、運搬に費用（橋代）がかかり負担になっているという声を受け、畜産農家と耕種農家の連携、TACと購買部門との連携による土づくり対策（豚糞の運搬費用助成等）も実施しているところです。

『売れる農産物作り』めざし JAおちいまばりブランド確立

JAおちいまばりブランド確立に向けて、TAC指導員を中心に東京銀座のみのりみのマルシェで販促するなど、TACも販売やブランド化の経験を積んでいます。

JAおちいまばりブランド化とは、農産物に、自然・景観・文化などの地域資源を源泉とする地域イメージを取り込んだ中で、JAおちいまばり産の農産物全てをブランド商品とすることで、農産物と地域イメージのつながりから、農産物の購買動機を作っているという考えです。

柑橘品種の「はれひめ」については、指定園地で厳選した果実を「瀬戸の晴れ姫」としてブランド化し、販売を始めて5年を迎えました。私どもJAでは数少ないブランド品ですが、ありがたいことにこの取り組みが25年度に第22回愛媛農林水産賞を受賞させていただきました。

元氣な地域農業の復活を！

TACを中心とした営農指導・農家経営指導体制の強化では、事業間連携を図りながら、『元氣な地域農業の復活!!』という目的を明確に位置づけて取り組みを進めています。

また、営農経済事業部門の若手職員でイノ

ベーションプロジェクトを立ち上げていろんなことを検討していますが、26年度からその一つとして、JAやTACが進める農地管理の面で、准組合員を交えた援農支援グループを立ち上げたいと考えています。准組合員の皆さんには、なんとか農とかかわりを持っていただきたいという思いがあります。以前生活福祉を担当した時に介護保険に認定されない方々を支援するための有償ボランティアによる助け合い組織を立ち上げましたが、できれば農業版の助け合い組織を作れないだろうかということを考えています。

管内には1万7千人以上の准組合員がいます。最初は勉強も必要でしょうが、その人たちに、何とか農作業を支援する人になっていただけないかということ、その対価をポイント制等にしてJAの直売所「さいさいきて屋」などで地域農産物の購入に使ってもらえるような形ができないか検討もしています。農地がないと困っている准組合員には、「株ファーム咲創」が管理している土地を貸して、消費するだけでなく、少しでも直売所や市場に出荷する農産物を作ってもらう。要は、1千万以上収益を上げる農家の育成も大事ですが、10万円の農家を1万人つくれば10億円になるわけで、そういった組織を作れば面白いかなという思いもあります。

「心耕隊」や「株ファーム咲創」を始めたことで、いろいろな取り組みも生まれてきました。一つのことからいろんなことが発信で

きるし、TACを通じて新しい事業を生んでくるんじゃないかと期待しているところですよ。

いろいろお話ししましたが、私どものJAのTACは、まだまだ県内外の先輩JAに学ぶことの方が多いわけですが、TAC活動を通じて、TACの豊かな人間形成の場、人間性を学ぶ場にしていきたい。TACは地域の農業振興担当者ですので、5年先・10年先に通用する職員を育てていきたいと思っています。それから、スピード&アグレッシブということで、意思決定のスピードアップにつなげていきたい。そして、思いがあるTACにはどんどんやらせていく、積極的かつ攻撃的な動きにつなげていきたいと考えています。

一方でTAC指導員の活動・取り組みを進めることによって一番成長したのは、課長・センター長といった管理者です。部下が成長してきたら自分も成長しなければならぬということ、発言する内容のレベルが変わってきたし、JA内部や外部に対して、見える・見せる化がより鮮明になってきたなと感じています。

最後になりましたが、夢の持てる地域農業の振興のために、今までにない新しい発想で取り組みることが重要になってくるかなと思っています。先進JAに肩を並べられるようこれからも頑張ってきたと考えています。

THE

ねつとわーく

「愛媛いよかん大使が消費宣伝キャンペーンを実施」

果実課

J A全農えひめ果実課は、全国生産量の9割を占める愛媛いよかんの本格販売にあたり、愛媛いよかん大使による消費宣伝キャンペーンを実施しました。

キャンペーンのスタートにあたり、



▲中村知事にいよかんを贈呈



▲大田市場など各市場で拡販を呼びかけ

り、1月24日(金)、J A全農えひめの岡本健治運営委員会会長、諏訪玄県本部長と2013愛媛いよかん大使4人が愛媛県庁に中村時広県知事を表敬訪問しました。

愛媛いよかん大使4人は、消費宣伝キャンペーンにあたって、「『愛媛



▲さっぽろ雪まつり会場でもPR

のいよかん『いい予感』ということ、全国の皆様に「いい予感」をお届けし、PRしてきます」「『色よし、味よし、香りよし』三拍子そろった美味しい愛媛いよかんを一人でも多くの方に食べてもらえるようPRしてきます」「全国の皆様に愛媛いよかん『いい予感を届けてきます』と決意表明し、中村知事に伊予柑を贈呈。中村知事から、「皆さんの笑顔で愛媛いよかんの魅力を一人でも多くの方に伝えてください。受験シーズンに入り『愛媛いよかん』いい予感』は受験生等にも人気ということ、セールスポイントでもあります」

し、今年の伊予柑は味も良いということなので、私もみなさんとともにセールス活動に取り組んで、力を合わせて昨年以上の成果を出していきたい。ともに頑張りましょう」と激励を受けました。

キャンペーンは毎年行っており今回が38回目。大使らは、1月25日(26日の「第36回えひめみかん祭り」(松山市のいよてつ高島屋で開催)で活動した後、1月27日キャンペーンに出発し、2月5日まで、大阪・神戸・東京・仙台・札幌の5都市を訪問。市役所・新聞社・市場等の表敬訪問、店頭でのPR活動やさっぽろ雪まつり会場での無料配布など消費宣伝・販売促進活動を行い、質・量とも日本一の愛媛いよかんをアピールしました。

このほか、J A全農えひめは、店頭試食宣伝活動を延べ200日実施し、愛媛いよかんの販促・PRに取り組んでいます。

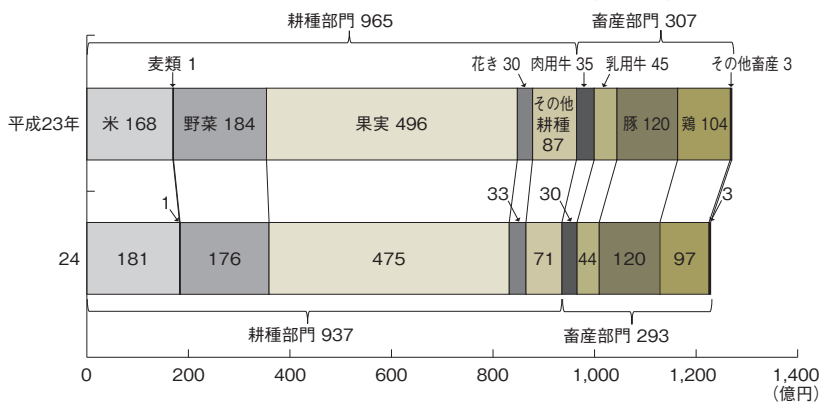


▲店頭試食宣伝を実施

統計BOX

愛媛県の農業産出額は、前年に比べ42億円減少 — 平成24年農業産出額及び生産農業所得から —

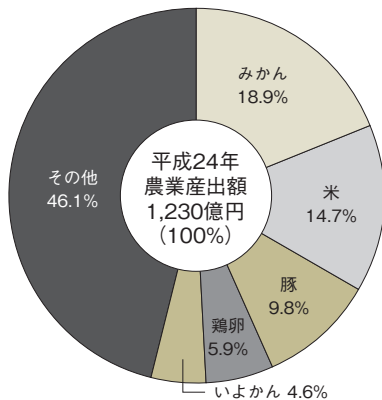
図1 主要部門における農業産出額の内訳(愛媛県)



資料：農林水産省統計部『生産農業所得統計』

我 が国の農業総産出額は、昭和59年に11兆7、171億円でしたが、その後は、多少の増減があるものの、減少傾向で推移しています。平成24年の農業総産出額は8兆5、251億円で、前年に比べて米等の価格が上昇したことにより2、788億円(3・4%)増加しましたが、昭和59年に比べて3兆1、920億円(27・2%)減少しています。今月は、愛媛県の農業産出額について見ていきます。

図2 主要品目の農業産出額に占める割合(愛媛県)



資料：農林水産省統計部『生産農業所得統計』

**愛媛県の農業産出額は
1、230億円**

24年の愛媛県の農業産出額は1、230億円で、前年に比べて42億円(3・3%)減少しました。このうち耕種部門の産出額は937億円で、前年に比べて28億円(2・9%)減少しました。これは、前年に比べて米が13億円増加したものの、根菜類等の価格低下で野菜が8億円、いよかん、なつみかん、はつきく等の雑柑類の生産量が減少した上、価格低下で果実が21億円及びその他作物が11億円減少したためです。また、畜産部門の産出額は293億円で、前年に比べ14億円(4・6%)減少しました。これは、前年に比べて肉用

品目別ではみかんが1位

牛が5億円、乳用牛が1億円及び鶏が7億円減少したためです(図1)。

愛媛県の産出額上位5品目は、平成18年から7年連続して1位がみかんで232億円(18・9%)、次いで米が181億円(14・7%)、豚が120億円(9・8%)、いよかんが73億円(5・9%)、なつみかんが56億円(4・6%)となっています(図2)。このうち、みかんの産出額は全国(1、480億円)の15・7%を占め、順位を前年より1つ上げて全国第2位となっています。

我が国の農業の持続的な発展を図り産出額を高めていくためには、農地の有効利用や農業経営の効率化を進めることが大切で、担い手への農地の集積・利用の集約化を進め、創意工夫に富んだ農業経営者が存分にチャレンジできる環境を整備するとともに、地域一体となって農業・農村の多面的機能を維持・発揮し強い農林水産業を創り上げることが必要不可欠です。

※ 表示単位未満を四捨五入しているため、計と内訳が合わない場合があります。

中国四国農政局
松山地域センター農政推進グループ



元気になれる場所

毎年、行くと必ず元気になれるイベントがあります。そこはビタミンカラーのオレンジ色の世界。柑橘のなんとも言えない爽やかな空気がたちこめた特別な場所。そう、愛媛が誇る柑橘の一大イベント！『えひめみかん祭り』です。ご縁があつて司会をさせていただくようになったのは8年前。この場所に立つと、子供の頃の思い出が一気に蘇ってくるのです。

私の実家は松山市でもみかん栽培が盛んな地域で、冬になると裏山がオレンジ色の水玉模様になる景色が大好きでした。今は亡き祖父が主に作っていたのは伊予柑。幼い頃3つ違いの姉と山へ行き、そう手伝えもしないのに（笑）一生懸命みかんの取り方を教えてもらったな〜と、思い出しています。そうそう、みかんバサミは持ち方が難しいんですね。ヘタをうまく切るのも大変。結局うまく出来ず、姉と一緒にほほみかん狩り状態で（笑）みかんを食べていた記憶も…。私の一番の楽しみは、みかん山から家まで祖父が運転するみかんを運ぶ車（テラー

という名前だったかな？）に乗せてもらう事。この車、めっきり見なくなりました。エンジンは確か手動で掛けるんですが、掛けるにもコツがあるんですよ。エンジン掛けの様子を見るのも何故だか大好きだった記憶が。自動車のスピードとは違い、ゆっくりと走るテラー。もちろん歩くよりは早く、自転車と同じくらい？の程よいスピード。そう、風の匂いを感じられるスピードとでもいいかもしれません。乗り心地は、ちよつとガタガタと揺れる感じがまるで遊園地のアトラクションのようでもあり、本当に楽しかったなあ。何より、この車を運転している時の祖父の顔が嬉しそうだったのがしっかりと記憶に残っています。

愛情たっぷり育てられた祖父のみかんは、甘みと酸味のバランスが最高に良く、それも私の自慢でした。伊予柑なら一気に5〜6個。温州なら20個くらいはかるく食べていたような…。お陰で私の手の平は真っ黄色でしたが、超ノがつくほどの元気さっぷりは、恐らくみかんパワーだったのだろ

作道 泰子

TAIKO SAKUDOU

フリーアナウンサー。松山市出身。1月5日生まれの子羊座B型。松山大学を卒業後、南海放送に入社。ラジオリポーターとして県内各地の中継リポートや番組パーソナリティを務める。退社後、テレビ愛媛の番組キャスターを約6年間務め、現在はテレビ・ラジオを中心に幅広く活躍する。2010年度からはJAVバンクえひめの各種キャンペーンのキャラクターとしても活動。2013年から自転車の番組を担当し、初心者ながらも愛媛を疾走中、瓶ヶ森〜石鎚スカイラインの雄大な自然・しまなみ海道の穏やかな景色・西予市明浜町から八幡浜市へと続く美しいリアス式海岸・自転車で走ってみて改めて愛媛の自然、四季の美しさを実感している。今年は『瀬戸内しまのわ2014』の年。10月のサイクリング大会に向けてさらに頑張ります！！

◆担当番組◆

『映画情報番組 シネナビ』あいテレビ（日・22：54～）
『うちのレシピ』南海放送テレビ（土・9：30～10：00）
『門田基志・作道泰子のレッツサイクリング！』南海放送テレビ（第3土・20：54～）
『県政広報特別番組・行って来うわい』南海放送テレビ（不定期）
『いきいきプラザ』テレビ愛媛（火～金・11：20～）
『ナンバー1を探せ〜四国の日本一を訪ねる〜』四国の日本テレビ系列／南海放送テレビ（月・21：54～）



◀えひめみかん祭りにて。毎年、榊形浩人さんと一緒に盛り上げます♪（今年は直前にインフルエンザにかかり、やむなく司会を断念。関係者の皆様、来て頂いた皆様すみません。後で掛けていただいた言葉、本当に嬉しかったです。来年は頑張ります！）



うと思います（笑）子供の頃の記憶、それはいつもみかんが近くにあったと言っても過言ではありません。

さて、『えひめみかん祭り』は行くとな気になる場所と書きましたが、私にとって1年ぶりに帰る故郷のような感じ。生産者の皆さんと「今年も宜しく！」と言葉を掛け合い、月日を感じさせない自然に呼吸が合う、居心地のいい場所なんです。

特徴は柑橘の種類が多い事。毎年約35種類の柑橘が並びます。それだけではありません。みかんの事ならなんでもお任せ！の頼もしい「みかん博士」

（笑）こと、宇和島市吉田町の生産者、

牛川慎吾さんが登場しての「みかんクイズ」。みかんを丸ごと使った「みかん餅つき」、ポンジユース蛇口などなど。想像してみてください。これでもか！というみかんのオンパレード！司会をしていて感じるのは、生産者も来場者も毎年この祭りを心から楽しみにしているという事。大々的に宣伝をする派手なイベントではないのに、何故こんなたくさんの方がやってくるのか。

理由の一つは、みかん生産者が直接対面販売をしているからではないで

しょうか。どうやら博士が調べたところ、全国的にも生産者がこうした形で対面販売をしているのは愛媛だけ、との事。お客さんはみかんを育てた人から、直接詳しく聞く事ができる。生産者も今、消費者が何を求めているのかが分かる。辛口の意見も含め、まともに聞けるのはこの祭りしかない、という声も。

ちょっとした裏話ですが、実はみかん祭りに立つ生産者の皆さん、ある意味体育会系で、「今年も声出していうー！」と始まる前に言っているとか♪

愛情を持って育てた自信作。1年の集大成の場がこの祭りなんです。そう！4年前、今では全国にその名をとどろかす愛媛生まれの高級柑橘「紅まどんな」を初めて世に紹介したのも、ここでした。あの時のゼリーののような食感の感動を今もはつきりと覚えています！特別な広告もしていません。たその味わいにみんな驚き、翌年末には爆発的に売れた紅まどんな。基盤にしっかりとした愛媛の技術とブレない気持ち、本物という誇りがあるからこそ！なんでしょうね。だからこそ！愛媛の柑橘は今注目を集めているのだと思います。

今後も愛媛生まれの新しい柑橘がどんどん出てくると思います。期待をしつつ、生産農家さん達、関係者の皆さんの思いが込められた愛媛のみかんを私も誇りに思っています。

●第36回えひめみかん祭り

愛媛産柑橘約35品種を集め消費者にPR!

1月25日(土)・26日(日)の2日間、松山市のいよてつ高島屋8階スカイドーム特設会場で、愛媛産の柑橘を一堂に集め、『第36回えひめみかん祭り』を開きました。

このイベントは、愛媛県果樹研究同志会、愛媛県女性果樹同志会、愛媛県、J A全農えひめなどが、愛媛産柑橘のPR・消費拡大と果樹農業の振興を図るため、生産者と消費者の交流イベントとして毎年開催しており、大勢の人出で賑わいました。

今回は、「つくる人から食べる人へ…みかんのラブレター」をテーマに、「オレンジロード」の紹介、みかん餅つき、みかん綿菓子、ポンジュース蛇口、クイズ大会、みかんの皮アートづくりなど多彩な催しで盛り上げました。

会場では、県内各地から選抜された「果実コ

ンクール」出品果実198点を展示販売したほか、旬の柑橘をはじめ、愛媛オリジナル品種の「甘平」「紅まどenna」といった生産量がまだ少なく普段味わうことの少ない品種を含め約35品種を試食販売。来場者は柑橘類生産量日本一の愛媛の味を満喫していました。



●第36回「えひめみかん祭り果実コンクール」

農林水産大臣賞（優秀賞）に山岡建夫さん

1月24日開催した第36回「えひめみかん祭り果実コンクール」審査会では、県内7 J Aで選抜された柑橘198点が出品され、農林水産大臣賞（優秀賞）に山岡建夫さん（J Aえひめ中央）の宮内伊予柑が選ばれました。

その他のコンクール入賞者は次の皆さん（敬称略・カッコ内は品種名・J A名）。

◆えひめみかん祭り果実コンクール

▽優等賞＝寺坂末吉（甘平・えひめ中央）、大野定志（不知火・同）、大野健二（せとか・同）、宝生芳正（ひめのか・愛媛たいき）、石田慎一（せとか・えひめ中央）、竹田源太郎（南柑20号・えひめ南）、水木里志（甘平・えひめ中央）岩村万徳（南柑20号・にしうわ）、山内明（宮内伊予柑・えひめ中央）、山岡和孝（大津4号・おちいまばり）▽優良賞＝鎌田吉太郎（太田ボンカン・えひめ南）、小池了（宮内伊予柑・えひめ中央）、水木賢一（不知火・同）、桑原義彦（愛媛果試第28号・同）、玉井真吾（宮内伊予柑・にしうわ）、宮川浩司（甘平・えひめ南）、白石武（甘平・おちいまばり）、土井正博（普通温州・えひめ中央）、西川佳秀（不知火・にしうわ）、尾上武司（河内晩柑・えひめ南）、八木勝幸（せとか・えひめ中央）、松浦喜孝（タロッコ・にしうわ）、岡田時男（太田ボンカン・えひめ南）、石丸孝義（宮内伊予柑・えひめ中央）、小



▲農林水産大臣賞を受賞した山岡建夫さんの宮内伊予柑

林元翁（不知火・同）、向井繁昌（せとか・同）、岡宮寿（石地温州・同）、山崎敬久（はれひめ・同）、喜田治三郎（はるみ・同）、中田孝志（白柳ネーブル・同）、玉井大介（宮内伊予柑・同）、山下栄二（太田ボンカン・えひめ南）

◆えひめみかん祭りほ場コンクール

▽優秀賞（農林水産大臣賞）＝寺坂明（せとか・えひめ中央）▽優等賞＝石田六一郎（愛媛果試第28号〈施設〉・えひめ中央）、越智郁夫（石地温州・おちいまばり）▽優良賞＝酒井勇（はれひめ・おちいまばり）、大西徹（南柑20号・えひめ南）、大野定志（せとか〈施設〉・えひめ中央）

●第36回生椎茸品評会 県知事賞に大塚幸男さん

愛媛県椎茸同志会主催の「第36回生椎茸品評会」が、1月24日、大洲市のJ A愛媛たいき本所で開かれ、出品93点の中から、県知事賞1点のほか、原木の部13点、菌床の部3点、計17点の入賞品が決まりました。

審査は、大きさ・形状・色・肉厚などを総合的に審査。県知事賞の大塚さんの椎茸は、形状・大きさ・粒揃い・傘の開きが高く評価されました。

その他の入賞者は次の皆さん（敬称略・カッコ内は所属支部名）。

【原木の部】◇優秀賞＝高橋茂行（東宇和）、◇1等賞＝成高王洋（愛媛たいき）、大和田孝（東宇和）◇2等賞＝河内遼一（愛媛たいき）、井上久男（同）、中村重清（東宇和）、◇3等賞＝松本和夫（愛媛たいき）、西村幸治（同）、久保勝利（同）、◇努力賞＝山首憲市（同）、岡中勝彦（東宇和）、川内律男（愛媛たいき）、大西三（うま）

【菌床の部】◇優秀賞＝小西勝歳（愛媛たいき）、◇1等賞＝神山隆之（同）、◇努力賞＝林裕美（えひめ南）



▲県知事賞を受賞した大塚幸男さん



▲展示風景

●社会貢献活動 今年も大阪市の児童福祉施設に伊予柑を贈呈

J A全農えひめは社会貢献活動の一環として、1月28日、大阪市を通じて愛媛産伊予柑50ケースを大阪市内の児童福祉施設に贈りました。

大阪市役所正面玄関前で行われた寄付收受式では、J A全農えひめ営農販売部の関岡光昭部長が大阪市こども青少年局の内本美奈子局長に目録を手渡しました。

また、2013愛媛いよかん大使の竹林麻菜未さんと永井優花さんが同市の松本勝己子育て支援部長らにカゴ入り伊予柑を手渡し、全国生産量の9割を占める愛媛いよかんをPRしました。

この取組みは、J A全農えひめが「愛媛いよかん消費宣伝キャンペーン」の一環として福祉施設の子どもたちに、愛媛の美味しい伊予柑を味わってもらおうと毎年実施しています。昭和63年に温州みかん、平成元年以降は伊予柑を

贈っており、贈呈は今回が26回目。



▲関岡部長（右）より内本局長に目録を手渡しました

●「親子で学ぼう！地産地消体験ツアー」第5弾 親子30人が参加し椎茸とイチゴの魅力を満喫

えひめ愛フード推進機構とJ A全農えひめ・愛媛県椎茸同志会・J A愛媛野菜生産者組織協議会などが、2月16日大洲市で、「親子で学ぼう！地産地消体験ツアー」第5弾となる原木椎茸・イチゴ体験コースを実施しました。

このツアーは、親子で見て、触れて、食べる体験を通して、愛媛産農産物の魅力や地産地消の意義を学んでもらおうと開いたもので、応募のあった48組の中から親子12組30人が参加しました。

大洲市菅田町では、愛媛県椎茸同志会の成高王洋（なるたか たまひろ）会長などから、原木椎茸の特徴、栽培法や苦勞について説明を受けた後、生産者の指導で原木に穴をあけたり、植菌と収穫を楽しみました。参加者は、「こんな大きいのがとれた」と歓声をあげながら、袋いっぱいに椎茸を詰め込み、「バター焼きにして食べたい」「これから毎日食べれるね」と笑顔を見せていました。

昼食では、同志会の有志で組織する「げんぼく55（ゴーゴー）会」の女性が椎茸をメインにえひめ野菜を使って調理したタタキや白和え・



カレー・しゃぶしゃぶなどの料理8品を満喫した後、参加者が感想を発表したり生産者に質問して交流を深めました。

このほか、イチゴの収穫、J A愛媛大気の野菜集出荷場と直売施設「たいき産直市 愛たい菜」の見学を楽しんだ参加者は、「原木椎茸は菌ごたえが違った」「料理のレパートリーも広がった。家でも試したい」「（持ち帰る）原木に椎茸が生えてくる2年後が楽しみ」「イチゴは品種でこんなに味が違うんだ」などと話し、貴重な体験に満足した様子でした。

●POM「アシタノカラダ」プレゼントキャンペーン抽選会 2万1,115通の応募の中から、当選者2,000人選ぶ

（株）えひめ飲料は、1月22日、松山市安城寺町の本社で、「のんで！あつめて！カラダにまじめな『アシタノカラダ』プレゼント」キャンペーン抽選会を行い、高原茂社長らが、2万1,115通の応募の中から、当選者2,000人を選びました。

このキャンペーンは、POMブランド製品利用者への謝恩とともに、主力のボンジュース1ℓ・500mlに加えボンジュースファミリー3商品（アップル・グレープ・フルーツミックス）の定着・拡販をめざし、昨年9月上旬から12月末まで実施したもの。対象5商品の応募マーク5枚1口で応募する方法にもかかわらず、北海道から沖縄まで全国各地から前回キャンペーンを上回る応募がありました。

応募者からは、「ボンジュースのファンです。いつも家族で美味しく飲んでます」「ボン

ジュースが一番飲みやすい。牛乳と混ぜて飲んでも美味しい」「県外に住む孫にいつも送っています」などの声が寄せられました。

当選者には、1月下旬、賞品の「POMアシタノカラダ」125ml24本入り1ケースが送られました。



▲高原茂社長(右)らが2万通余りから当選者選ぶ

なんでもBOX

●第52回愛媛マラソン

『ふれ愛・媛ポーク』チームが力走しブランドPR

早春の伊予路を駆ける「第52回愛媛マラソン（湯ったりオレンジロード）」が、2月9日開催され、「ふれ愛・媛ポーク」生産者やJA全農えひめなどから大勢のランナーが出場しました。

昨年に続き出場した「ほのぼの媛ポークランナーズ」は、生産者と関係者など11人が『ふれ愛・媛ポーク』のロゴマーク入りユニフォームで出場し、沿道でブランドキャラクター「ひめとん」などの応援を受けながら10人が制限時間内に完走しました。『ふれ愛・媛ポーク』の走る広告塔として、沿道で応援する方々にPRしました。

またJA全農えひめとグループ会社の職員など12人も揃いのユニフォームで出場。全員が制限時間内に完走しました。

（株）えひめ飲料は昨年に続きみかんジュースを提供。レース途中に設置されたおもてなしコーナーで選手に渡され好評でした。



▲『ふれ愛・媛ポークランナーズ』とJA全農えひめチームの選手

●25年度えひめの「食」料理コンクール

「愛」あるブランド産品PRと地産地消の推進めざす ～和・洋・中3部門の優秀作品を表彰～

えひめ愛フード推進機構などは、「愛」あるブランド産品のPRと地産地消の推進をめざし、2月10日、いよてつ高島屋で、平成25年度えひめの「食」料理コンクールの審査会と表彰式を開きました。

今回は、和食・洋食・中華の3部門に計56人のシェフが、指定食材（和食は「伊予美人」など、洋食は「愛」あるブランド産品に認定されているJA産品など、中華は『ふれ愛・媛ポーク』など）をメインに使ったメニューを出品。一般消費者を含む審査員が、見た目や味覚、バランス、独創性などを審査し、各賞が決まりました。

各部門の最優秀賞受賞者は次の皆さんです（カッコ内は勤務先・市）。3月17日には、最優秀3名が改めて競い合うTV番組も放映されました。

▼和食部門＝宇和川定（うめ乃や・松山市）▼洋

食部門＝上林亮（オーベルジュゆらぎ・新居浜市）

▼中華部門＝坪内譲治（雁飯店・松山市）



▲審査風景



▲中華部門最優秀賞の愛媛の彩り「媛ポークとちりめんの蒸し物 緋の無ソース」

総集編 Aコープ西日本 愛媛エリア 生産者直売コーナー



インフォメーション

生産者直売コーナー名	TEL	営業時間	休	住 所	設置Aコープ店
彩葉今治店	0898-32-3551 (直通)	9:00~19:00 (1~3月は18:00)	1月1・2・3日	今治市別宮町9丁目1-27	Aコープいまばり愛彩店
またきてや新鮮市	089-993-3120	9:00~20:00	1月1日のみ	松山市北条辻445-3	Aコープハートマート北条店
ハト新鮮市	089-925-7070	9:00~21:00	1月1・2日	松山市山越2丁目664-1	Aコープハートマート山越店
おたのしみ市城南店	089-956-0620	9:00~20:00	1月1日のみ	伊予郡砥部町高尾田71	Aコープ城南店
おたのしみ市とべ店	089-962-2916	9:30~18:30	1月1・2日	伊予郡砥部町大南甲325	Aコープとべ店
ふるさと市	0892-50-1061	10:00~18:30	毎週日曜、 1月1・2日	喜多郡内子町寺村1020	Aコープおた店
わくわく市	089-967-5522	9:30~18:30 (日曜、祭日は18:00)	1月1・2日	伊予市中山町出淵2-145-3	Aコープなかやま店
神山新鮮市	0894-22-3535	9:00~20:00	1月1・2日	八幡浜市大字五反田1-5-1	Aコープやわたはま店
とれたて市	0894-72-3431	9:00~20:00	1月1日のみ	西予市野村町野村12-634-1	Aコープのむら店
にこにこ市	0895-58-2440	9:30~19:00	1月1・2日	宇和島市三間町宮野下525	Aコープみま店
得々会	0895-42-1661	9:30~19:00 (10~3月は18:30)	1月1・2日	北宇和郡松野町松丸314	Aコープ松野店
さわやか市	0895-32-2381	9:30~19:30 (11~2月は19:00)	1月1・2日	宇和島市津島岩松682	Aコープつしま店

おたのしみ市城南店 ~Aコープ城南店~



▲Aコープ城南店の入り口付近。両方を一度に見れるコの字型レイアウト



▲トクとご覧あれ！ 立派な地元の野菜たち

松山市近郊にして、周辺にはゆたかな田園風景も残るAコープ城南店の「おたのしみ市」には、ご近所ともいうべき旧砥部町内と松山市久谷地区からの各種朝採れ野菜が、一気に集まっています。朝一番の陳列カゴはまるで野菜畑がそっくりそのまま引越したような賑わいです。開店一番、お客様もお目当ての商品へと目散！まさに地産地消を地で行くコーナーは人も野菜も元氣です。

とれたて市 ~Aコープのむら店~

山あいののどかな風景が自慢の西予市野村町を中心に、とれたて・滋味あふれる農産物が毎日届く、その名通りの「とれたて市」。広い認知度を誇る野村のキュウリはもちろんのこと、春先はフキノトウやタラの芽、夏にはスイカ、山の恵みの肉厚シタケ、つやつやニンジン等々、季節の恵みが盛りだくさん。生産者の層の厚さを感じさせる広さ90㎡のコーナーです。

▶料理の用途に合わせて選べるほど、同一農産物も規格やサイズが多種多様に揃う



さいさい

彩菜今治店 ～Aコープいまばり愛彩店～



▲店頭ではシキビや花も色が添える



▲集客力バツグンの魅力的な商品群

今治地方一円の新鮮な農産物が所狭しと出そろった生産者コーナーです。というのも、「さいさいきて屋」で知られるJAおちいまばりの直売所と聞けば、野菜のみならず惣菜や甘味も種類が豊富、品質・味の良さもナットクです。明るくて気さくな女性スタッフたちが情熱をもって運営しているので、お困りごと、素朴な質問、なんでも気軽に声をかけてください。

ハト新鮮市 ～Aコープハトマート山越店～

松山市内のスーパー激戦区にあるハトマート山越店。他店と差別化を図るのがこの「ハト新鮮市」です。出荷者のみなさんは安心・安全な農産物づくりに余念がないJAえひめ中央の組合員の方々。商品がよいと、お客様の目も肥え「よいいものを求めよう」「よいいものを提供しよう」と、双方のさらなる相乗効果でぐんぐんと良品が展開しています。後には、出荷希望者も待機する、生産者にとっても人気の高いコーナーです。



▲松山市城北地域を中心に、伊台、五明、湯山、北条、島嶼部、南は砥部町、伊予市まで出荷地域は広がっている



【広域map】



●以前は伊予柑といえばエヒメというくらいに伊予柑をまわりで見かけましたが、近ごろは他の柑橘に押されてしまつて影が薄くなつた様な気がします。でも、その色と香り、みずみずしさはどの柑橘より代表的な果物です。ぜひぜひ、いよかん大使の皆様、えひめの美味しい伊予柑を全国の皆様に紹介してほしいですね。

(八幡浜市・岡 葉子さん)

●今年初めてキウイフルーツの出荷の手伝いをしました。何気なく当たり前のように手に取つて食べているキウイ。出荷前にきれいに化粧をされているのを知つて、随分手をかけているのだなと思ひました。ありがたく大切にいただきます。年年歳歳続いていくであろう未来が、平和で暮らしやすい世の中であれ！と思います。PPPや消費税の問題などがある中で、子供たちや孫たちに残していくふるさとの姿が草山なんかじゃない、緑豊かな大地であることを願つて、良い一年が遅れるように、神頼みするのみです。

(今治市・村越 久美子さん)

●中村和憲さんのエッセー、「星の王子さま」とはおもしろい発想です。エッセーのタイトル「星の王子さま」本当に大切なもの」の見出しを見て一体どんなことなんだろうと、心浮き浮きワクワクしながら読んでみると、元気で過ごすための食事のあり方でした。五感をすべて使うのが食事、笑顔で楽しく食べているとき免疫力が高まるとは、初めて知りました。また、伝統食「まごわやさしい」を大切に、健康づくりを心がけ健康です。

●編集部様、JA周桑の芋炊きを毎年しておりますが、普通は鶏ガラでだし（コンブ、鶏肉（かしわの肉）を使いますが、お客様や男性の方から牛肉を入れたらという声もあり、牛肉を入れる時もあります、少しむづこくなります。やはり鶏ガラ・かしわが無難です。でも人それぞれ好みがあります。若い人は油濃い方が喜ぶようです。

(西条市・高橋 千代美さん)

●編集部より：1月号でお願いした芋炊きのダシに関する情報提供を早速いただきありがとうございます。中村さんのエッセーで、「今の食事が2年後の体作る」という言葉にドキッとなりました。毎日

好きなものを食べ満腹感を味わつていてはダメだ。規則正しい食生活と適度な運動をしなくては、私の2年後は…？我に返つた思いがしました。

統計BOXの中に、不足したエネルギーを補うのにおすすめは「ごはん食」とありましたが、最近ではお米を食べると太るといって、あまり食べない人がいます。いかがなものでしょうか？

(今治市・阿部 節男さん)

●エッセーを読んで、その通りだと感動しました。我が家もどんなに忙しくてもインスタントは食卓にはあまり並びません。野菜・果物などいろいろ作っています。食べることが一番大切だと思ひます。手作りでいろいろ工夫して体のことを考えて美味しい料理ができるように勉強していきたいと思ひます。勉強になりました。

●「紅まどん」(愛媛県試第28号)が柑橘の中では一番美味しいように思ひます。口の中であじうす。近所・親戚・友人に味見してもらいました。「これが噂の紅まどん」と喜んでもらいました。今年は10本くらい植えることにしました。みかんも「弓削のみかん」はとても美味しい」と言つてくれるので、今年も頑張ろうと張り切つています。

(今治市・森崎 益枝さん)

●みかん祭りの紹介の中で、愛媛の品種数は、みかん1+中晩柑類41とありましたが、私もみかん1+中晩柑類23を作っています。それで、1月中旬の今はあれやこれや収穫しています。

●「星の王子さま」は何度も読みました。近ごろは作家のサン・テグジュペリのパイロットだった時の言葉「あの灯の1戸1戸のお家に楽しい家庭がある」そんな思いに共感しました。彼の像もフランス？で見ました。

(今治市・乾 律子さん)

●「農協グリーンで肉の日メニュー提供」を読んで。「ふれ愛・媛ポーク」や伊予牛「絹の味」を出すのはすごく良いPRになると思ひます。県内でJA主催の婚活イベントがあったそうですが、全く知りませんでした。もっと周知するといひに…と思ひました。

(松山市・池田 奈緒美さん)

今月のクイズ

4月14日は、「愛のシンボル」であるオレンジを贈り合い、愛を育み大切な人との絆を深める記念日です。愛媛発祥のこの記念日は？

「○○○○デー」

プレゼント

クイズに正解した方の中から抽選で、図書カード1,000円分を10名様にさしあげます。

応募方法

折り込みハガキにクイズの答えと本誌に対するご意見・感想などをお書き添えの上、ご郵送ください。



締切り

平成26年4月17日(当日消印有効)

発表

「あぐりーど」5月号で発表します。

当選者発表

1月号の答えは「36回目」でした。たくさんのお便りありがとうございました。厳正な抽選の結果、次の10の方に図書カード1,000円分をお送りします。

仙波比佐子さん(松前町) 定成 恭子さん(西条市)
平家 真理さん(八幡浜市) 春富 静子さん(上島町)
伊達 美紀さん(内子町) 長井 翔太さん(西条市)
石村てるみさん(四国中央市) 八木セツ子さん(今治市)
村上 一博さん(八幡浜市) 秀野 隆昭さん(松山市)

編集後記

★3月21日から10月26日まで6か月間、愛媛県と広島県で「瀬戸内しまのわ2014」が開催されます。期間中は、しまなみ街道を中心に200以上様々なイベントが行われ、魅力発信するそうです。みなさんもこの機会に出かけてはいかがでしょうか？

(正直)

NOW NOW

COOKING

今月の素材

キャベツ



シャキッとやわらか、やさしい甘み
春系キャベツはふんわり巻きを選ぼう



▶(左) キャベツとアサリのあっさり蒸し、(前) レモン風味塩キャベツ、(右) キャベツとベーコンのコンソメスープ

指導／学校法人愛媛学園（愛媛調理製菓専門学校）大西 望先生

キャベツとアサリのあっさり蒸し

〈材料・4人分〉	※1人あたり約51kcal
キャベツ	1/2玉 (800g～1kg)
アサリ (砂抜き)	300g
塩	ひとつまみ
水	200cc

〈作り方〉

- ① キャベツはざく切りにする。
- ② アサリは砂抜きをして、殻同士をこすり合わせて洗っておく。
- ③ 鍋に①、②と水を入れて蓋をし、中火にかける。
- ④ アサリの口が開いたら塩を加えて火からおろす。

レモン風味塩キャベツ

〈材料・4人分〉	※1人あたり約78kcal
キャベツ	4枚(約140g)
塩	小さじ1/2
おろしニンニク	小さじ1
顆粒ダシ (和風)	小さじ1
④ 昆布茶	小さじ2
湯	60cc
ごま油	大さじ2
レモン汁	1/6個分
白ゴマ	適量

〈作り方〉

- ① キャベツはざっくりとちぎる。
- ② ④を塩から（表記の）順に混ぜ合わせ、①と和える。
- ③ なじんだら器に盛り、白ゴマをふる。

キャベツとベーコンのコンソメスープ

〈材料・4人分〉	※1人あたり約126kcal
キャベツ	300g
ベーコン (ブロック)	100g
ニンニク	1片
オリーブオイル	大さじ1
水	800cc
固形コンソメ	2個
塩・コショウ	少々
パセリ (みじん切り)	少々

〈作り方〉

- ① キャベツは芯をとってざく切り、ベーコンは棒状に、ニンニクはみじん切りにする。
- ② 鍋にオリーブオイルを熱し、ニンニクとベーコンを炒める。香りが出たらキャベツを加えてなじむように炒める。
- ③ 水とコンソメを加えて、ひと沸したら塩・コショウで味を調えて器に盛り、パセリをちらす。



ポン

スパークリング

甘酸っぱさがやさしい シュワツと柑橘

ポンジュース果汁を30%配合。ポンジュース特有のやさしい味と、ほどよい炭酸の刺激が口の中にシュワツとやさしく広がります。



株式会社 えひめ飲料

〒791-8603 松山市安城寺町478番地

TEL: 089-923-1500 FAX: 089-924-0304

http://www.ehime-inryo.co.jp

(通販専用) http://www.pom-j.com

きれいな肌は、
きれいな服より
恋を实らせると思う。

ビタミンCでお肌に栄養!

愛を伝えるものって
バラの花以外にない
と思ってました。

オレンジも"愛のシンボル"

デートとか旅行とか
大切な日にかぎって
風邪はやってくる。

β-カロテンで免疫力UP!

温泉にマッサージ。
行きたい場所が
ぜんぶ癒し系。

ビタミンB群で疲労防止

カラダに「愛」を。
ココロに「愛」を。

愛媛のみかん

愛のオレンジロード

オレンジは"愛のシンボル"。「オレンジデー」までの記念日に贈り合って、大切な人との絆を深めませんか。

みかんの日
恋するシーズンの到来
11/3 12/3
(旬の柑橘) 温州みかん、紅まどな、POM 愛媛みかん缶ストレート100

バレンタインデー
愛を届けよう
2/14
(旬の柑橘) 伊予柑、ポンカン、はるみ、甘平

いい予感
恋愛成就のいいきざし
1/14
(旬の柑橘) 伊予柑、ポンカン

ホワイトデー
愛に応えよう
3/14
(旬の柑橘) ゼコポン、せとか

オレンジデー
愛を深めよう
4/14
(旬の柑橘) 清見タンゴール、カラマンダリン

4.14 Orange day
ふたりのみかん。
4/14(水) 10:00~12:00

詳しい内容はホームページをチェック!
愛のオレンジロード [検索](#)

JA全農えひめ