

JA全農えひめ情報

みくらへど

2025

8

Aug.

Sep.

9

特集

愛媛県産夏秋野菜の紹介と
消費宣伝活動の取り組みについて



全農

JA全農えひめ



▲「自分に見合ったペースで堅実に栽培していきたい」。夏の終わり、大北俊平さんの肌も伊予なす色に近づいているかな



▲見事なV字型に誘引



▲光沢のある濃い黒紫色の伊予なす



▲防風ネットで覆った8aの園地に伊予なす50本が植わる

伊予なすの栽培・収穫 (東温市)

JAえひめ中央重信支部、なす部会員の大北俊平さん(40歳)は昨年10月から農業に従事する新規就農者です。勤続約20年の種苗会社から転職。実家の農業をいずれば継ぐ思いがあったところにJAえひめ中央の新規就農研修センターの手厚い取り組みを知り、今が適期と判断したので

す。

栽培品目は伊予なすです。研修で学び、夏から秋にかけて長期収穫が見込め、共同選果により等級とサイズをまとめるだけの効率の良い出荷体制が決まりました。

園地8aを借り受けました。元は米麦栽培だったほ場を耕し、草を刈って整えていきます。春、畝立て、苗の植え付けとスムーズな滑り出します。なすの成長にあわせて防除、誘引、作業量は増えていきます。誘引は伸びる枝の日当たりや風通しを良くし、木の形をV字型に整えていくことで病害虫を抑制、収量と品質の向上、倒木防止となる大切な作業です。6月19日、初出荷。「感動よりも、なんとか出荷にこぎつけた安堵感が大きいです」。すべて一人で行い、これでいいのか、今は順調でも失敗しないかという迷いや不安、「初心者園地8aは少し広かったかな」と苦笑いも。真夏のピーク時は1日20キャリア以上の収穫量となり、並行する誘引・剪定が遅れ気味に。もしもの台風被害など、就農1年目は心配の種が尽きません。

「1年でどこまでできるかを見極め、失敗や問題点は2年目の成功につなげよう、一步一步進んでいこう」。今、落ち込んでいる余裕はなく、ただ前を見て走り続けています。

めぐり〜ど

2025年8 - 9月号

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



子どもたちは夏休み。1日のはじまりは学校がある日よりも早起きをして、日の出前のピーマンの収穫のお手伝いから。お父さんも子どもの成長がうれしく、大助かりです。ひとしきり収穫をして一段落。山あいからのぼる朝日にピーマンの朝つゆと額からふきでる汗が輝いています。

今日も一日が良い日でありますように。

●表紙：ピーマン
小林 恵 (イラストレーター)

※「めぐり〜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 - 応援! 農業人 - Vol.247

伊予なすの栽培・収穫 (東温市)

2

〈特集〉

愛媛県産夏秋野菜の紹介と
消費宣伝活動の取り組みについて

8

THE・ねっとわーく

9

県内JA新トップ紹介

12

ふるさと ESSAY VOL.315

繋がるペダルで心をつなぎ
夢を描けば 夢叶う!!

津賀 薫さん

14

TOPIC NEWS

20

READERS通信

NOW NOW COOKING

〈今月の素材〉きゅうり

JA全農えひめ

ホームページ

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



■お取り寄せ・JA全農えひめ直販ショップ
<https://www.ja-town.com/shop/c/c7201/>
※愛媛の旬の農産物と加工品をお届けします!

■JA全農えひめ「えひめの食」企画
<https://www.zennoh.or.jp/eh/food/>
※「えひめの食」では、旬の農産物情報を発信しています。

◆株式会社 えひめ飲料
<https://www.ehime-inryo.co.jp>

◆株式会社 アイボックス
<http://ai-pax.jp/>

◆株式会社 フレッシュフーズ
<https://fresh-ranran.jp/>

◆株式会社 ヒメライス
<https://www.himerice.jp/>

◆株式会社 エネルギー
<https://www.ja-ehimeene.co.jp>

◆株式会社 えひめ物流
<https://www.jat-ehime.co.jp/>

特集

愛媛県産夏秋野菜の紹介と消費宣伝活動の取り組みについて

(園芸農産部 園芸販売課)



1. はじめに

皆さんは「夏野菜」と聞くと、何が思い浮かぶでしょうか？

愛媛県の野菜は1年を通して数多くの品目が各地で栽培されています。多品目栽培の産地背景ではありますが、年間を通して出荷が最も多いのが「夏秋期」です。きゅうり・とまと・なす・ピーマン・アスパラガスといった夏野菜が多く生産され出荷販売されています。J Aグループ、J A全農えひめとしては、県内外の消費者の皆さんに「えひめ野菜」を知ってもらい、手に取ってもらえるよう、知名度の向上対策や有利販売に向けた取り組みを行っています。

今回の記事では、愛媛県の夏秋野菜を代表

するきゅうり・とまと・なすの3品目を紹介し、これらの野菜の魅力を伝えるために行っている消費宣伝活動の取り組みについてご紹介させていただきます。

2. 品目の紹介

(1) きゅうり

まずは、きゅうりについてご紹介します。きゅうりは愛媛県産野菜の取扱数量1位(※)の品目で、夏秋期の露地栽培を中心に冷涼期の施設栽培もあり、年間を通して各地で栽培されています。東予地区から南予地区まで多くの産地で栽培され、県内・県外市場へ出荷されています。

令和7年産夏秋野菜出荷計画表

	令和7年産出荷計画 (4月~10月計画)		前年対比 (%)	
	面積 (ha)	共販量 (t)	面積 (ha)	共販量 (t)
	きゅうり	46.6	3,305	102
枝豆	7.0	34	92	127
とまと	22.9	2,021	99	108
ミニとまと	5.2	156	100	134
ピーマン	10.3	599	94	112
アスパラガス	12.1	143	95	112
生椎茸	-	112	-	101
伊予なす	9.2	715	99	105
松山長なす	2.6	122	93	99
絹かわなす	1.7	153	94	119
メロン	3.0	10	94	88
合計	120.6	7,368	98	107

出荷に目を向けると、生産者が生産したきゅうりの多くは選果場に持ち込まれます。現在愛媛県内では、4 J Aできゅうり選果機が稼働しています。定められた長さ、太さ、曲がり具合等の基準に選別され、品質の高位平準化を図っています。その後、卸売市場等を通してさまざまな販売先へ供給され、スーパーなどではバラ売りや袋詰め販売、お惣菜業者や漬物業者へ納品されたものは加工され消費者のもとへお届けされます。愛媛県内は



もちろん、関西市場への出荷も多く、身近な販売先で目にすることも多いかと思えます。きゅうりは、野菜の中でも成長が特に早く、最盛期には1日2回収穫が基本で、炎天下での作業時間が長くなります。年々夏場の暑さが厳しくなる中で、外での作業は過酷を極めます。また近年の猛暑により、高温障害の発生がみられ、対策が急務となっており、各関係機関が一丸となって高温障害対策に取り組



んでいます。丹精込めて生産された愛媛県産きゅうり、ぜひ売り場で見かけた際には手にとっていただければと思います。

(※JA全農えひめ取扱数量)

(2) とまと

続いて、とまとについて紹介します。愛媛県内では、「春…JA愛媛たいき↓夏秋…JA松山市・JAえひめ中央・JAひがしうわ↓



冬春…JAおちいまばり」と地域から地域へリレー出荷が行われ、年間を通して各地で栽培されています。「とまと」とひと言でいつでも「大玉とまと」「中玉とまと」「ミニとまと」とさまざまな種類がありますが、愛媛県内で一番生産が多いのは「大玉とまと」です。特に7月～9月の夏期の出荷が多く、暑い時期に栽培されるため、久万高原町や伊予市中山地区、西予市城川地区の比較的標高の高い場所で多く生産されています。

各産地にある選果場では、大きさや形状、傷の有無によって選別されます。選果場によって違いがありますが、「色」での仕分けもされることは知らない人が多いかもしれません。

せん。選果場から出荷されたとまとは、県内・四国・関西市場を中心に出荷され、高品質な仕上がりで市場での評価も高いものとなっています。

「とまとが赤くなると医者青くなる」ということわざがあるように、リコピンをはじめ栄養素が豊富な食材です。食卓に登場する回数は、ほかの食材に比べても多いのではないのでしょうか？生で食べるのはもちろんです



が煮る・焼くなどさまざまな調理方法があります。JA全農えひめのホームページにも、様々なレシピが掲載されていますので、是非お試しください！

(3) なす

続いて、なすについて紹介します。なすは、県下全域で栽培されており、「みずみずしさ」と「柔らかな果肉」が特徴の愛媛を代表する地元野菜の一つです！愛媛県内では、伊予なす・松山長なす・絹かわなすの、大きく分けて3種類のなすが栽培されています。

まずは「伊予なす」ですが、県内では最も多い生産量を誇ります。品種名の筑陽なすと



伊予なす

いうイメージしやすい人も多いかもしれません。JAえひめ中央を中心に、県内各地で栽培されており、果皮が濃黒紫色をしており、色ツヤが非常に良いのが特徴です。他のなすと比べ果皮がしっかりしていてハリがあり、果肉はキメ細かいため、煮炊き・炒め物など様々な調理方法で楽しむことができます。

続いて「松山長なす」です。一番の特徴は、名前の通りその長さです。果実の長さが35cm



絹かわなす



松山長なす

以上にもなり、皮や実もとても柔らかく、煮ても、焼いても、揚げてもおいしい品種です。中予地区を中心に栽培され、今治市などでも栽培されています。松山長なすは、通常のがすと比べて非常に長く、果皮も柔らかいため、風による傷や実が曲がりやすいといった栽培の難しさがあり、生産者の方々が手間暇をかけて栽培しています。

最後に「絹かわなす」です。石鎚山を源とする名水百水にも選ばれた「うちぬき水」を使って、西条市のみで栽培されており、JAえひめ未来（旧JA西条）の登録商標となっています。名前のとおり、皮が絹のようになめらかで白くて柔らかくアクや種がほとんどない果肉が特徴です。松山長なす同様に、果皮が極端に薄くて柔らかいため、風によるキズがつきやすく、栽培するのが難しい品種でもあります。

それぞれの品種により違いがありますが、県内・京阪神市場、遠くは関東市場まで出荷されています。それぞれにおいしさのある愛媛のなす！お好みの品種を見つけるもよし、3種類を食べ比べるもよし、JA全農えひめのホームページにも様々なレシピが掲載されていますので、ぜひお試しください！

3. 消費宣伝活動の取り組みについて

本会における野菜の消費宣伝活動は、JA愛媛野菜生産者組織協議会が担っています。現在、「えひめ野菜フェア」（量販店販促）やメディアを活用した宣伝、SNSを活用した宣伝などさまざまな取り組みを展開しています。



えひめ野菜フェア



「旬感！えひめチュレ」生産者へのインタビュー風景

消費宣伝のまず1つ目には、「えひめ野菜フェア」を年間30店舗前後、県内外の量販店で展開しています。販売員（マネキン）による試食販売や、時には生産者が直接店頭立ち、消費者の声を聴きながら愛媛県産野菜についてのPRを行っています。

愛媛県産野菜を知ってもらう活動は、量販店での活動以外にも様々なものがあります。

す。ラジオ「旬感！えひめチュレ」では、中

岡良一氏、まずはあきこ氏をパーソナリティとして、野菜を育てることの難しさや苦労、消費者の皆さんに手塩にかけてつくった野菜をたくさん食べてほしいという熱い思いなど、生の声をお届けしています。また、学校と連携した食育活動や親子料理教室、愛媛県大阪事務所前での「野菜の日イベント」、リジエール松山屋上ビアガーデンでの試食会などを開催し、愛媛県産野菜を知ってもらうファンになってもらう活動を継続しています。

令和4年度からの取り組みとして、JAA全農えひめ公式インスタグラムを活用した愛媛県産野菜の情報発信も行っています。新型コロナウイルス禍で対面型販促が難しくなった中で開始した取り組みで、新型コロナウイルス流行が終息後も継続した取り組みとなっています。愛媛県産野菜について、もっと知ってもらいたいという思いから、生産現場や出荷の様子、取材風景、えひめ野菜フェアの様子を投稿する中で、幅広く愛媛野菜を知ってもらうきっかけ作りのために投稿をしています。これからも、様々な投稿やキャンペーンを積極的に行っていきますので是非JAA全農えひめ公式インスタグ

ラムをチェックしてください。

今後また皆さんの人に愛媛県産野菜を知ってもらい、ファンとなってもらえるようなPR活動を積極的に行っていきます。

4. まとめ

近年、高温や局地的な豪雨など異常気象が頻繁に起こり、夏秋野菜の栽培には苦労が絶えません。このような中、産地では、「品種の見直し」や「高温対策資材の実証」など、あらゆる工夫を凝らしながら立ち向かっていることと取り組んでいます。こうして栽培された野菜が店頭に並び、一人でも多くの消費者に手に取っていただき、おいしく食べてもらいたい、そのためには今後も継続したPR活動が重要だと考えています。

愛媛の夏秋野菜は他県の大産地と比較すると決して生産量が多いわけではありませんが、品質・食味はどの産地にも引けを取らない自信があります。生産者の愛情が詰まった愛媛野菜の魅力を今後も引き続き全国の消費者に伝えていけるよう、JAAグループ愛媛一丸となり取り組んでいきます。



ポスター



©尼子騒兵衛



ポスター



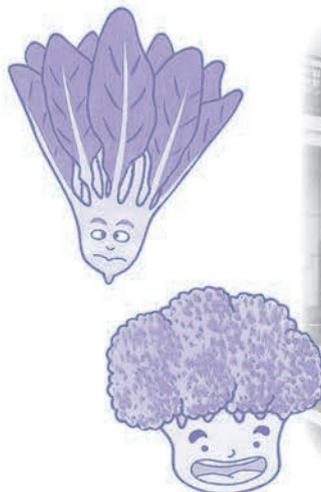
クリアファイル



エコバッグ



うちわ



トラックの壁面



THE

ねつとわーく

「会員代表者会を開き 令和6年度事業を報告」

管理部

JA全農えひめは、6月27日、松山市のJA愛媛で会員代表者会を開き、令和6

年度で計画比87%の64,406百万円となりました。

各別別の概況は次の通りです。

【営農畜産振興部】素牛の数量増・

単価高により、計画を上回りました。

【園芸農産部】温州みかん・伊予柑

などの柑橘や洋菜類・いちご類などの野菜の販売数量減少により、計画未達となりました。

【生産資材部】肥料、農機等の値上り前需要の反動や、柑橘の出荷量減少に伴う段ボールの製造数量減少により計画を下回りました。

【生活部】選果貯蔵施設、一般施設等の次年度繰り越しにより計画未達となりました。

また、同日に各連合会表彰式が行われました。

JA全農えひめ関係の受賞者は左表のとおりです(敬称略)。

【表1】JA全農えひめ 令和6年度取扱高実績(総供給販売高)
(単位:百万円)

部門	計画	実績
営農畜産振興部	709	722
園芸農産部	46,909	38,576
生産資材部	12,913	11,420
生活部	13,816	13,689
合計	74,347	64,406

【表2】JA全農えひめグループ会社 令和6年度取扱高実績
(単位:百万円)

会社名	計画	実績
(株) えひめ飲料	16,257	16,969
JAえひめアイパックス(株)	3,709	3,763
JAえひめフレッシュフーズ(株)	4,046	3,904
(株) ひめライス	2,937	4,630
JAえひめエネルギー(株)	2,618	2,704
(株) えひめフーズ	478	547
JAえひめ物流(株)	6,448	5,643
合計	36,493	38,159

【表1】【表2】百万円未満は四捨五入のため合計値に差異が生じます

【表3】令和6年度 全農愛媛県本部表彰
【JA表彰】

えひめ未来農業協同組合	周桑農業協同組合
東宇和農業協同組合	

【特別功勞表彰】 ※カッコ内はJA名

古窪 隆彦 (えひめ中央)	野島 武 (にしうわ)
朝日 邦彦 (えひめ南)	

【優良職員表彰】 ※カッコ内はJA名

日野 邦彦 (周 桑)	砂野 正吾 (えひめ中央)
伊藤 健太 (同上)	福本 匡吾 (同上)
武内 玄 (おちいまばり)	高田 英夫 (愛媛たいき)
西部 純一 (同上)	上甲 一夫 (にしうわ)
西本 孝次 (松山市)	蔵本 浩次 (えひめ南)

県内JA新トップ紹介

JA周桑



^{ひがき}
檜垣 ^{じゅんじ}
純二 代表理事組合長（令和7年6月25日就任）

■略歴

- ・昭和57年 周桑農業協同組合 入組
- ・平成19年 同組合 営農部長補佐兼資材物流課長
- ・平成21年 同組合 営農部長兼営農管理研修センター長
- ・平成27年 同組合 参事兼コンプライアンス対策室長
- ・令和5年 同組合 代表理事専務
- ・令和7年 同組合 代表理事組合長

JAえひめ中央



^{たけいち}
武市 ^{よしひさ}
佳久 代表理事理事長（令和7年6月24日就任）

■略歴

- ・平成2年 旧松山市垣生農業協同組合 入組
- ・平成25年 えひめ中央農業協同組合 審査管理部 部長
- ・平成28年 同組合 総合企画室 室長
- ・平成31年 同組合 参事（営農経済担当）
- ・令和元年 同組合 理事参事（金融担当）
- ・令和4年 同組合 常務理事（金融担当）

JAにしうわ



^{いだ}
井田 ^{としかつ}
敏勝 経営管理委員会会長（令和7年6月26日就任）

■略歴

- ・昭和56年 八幡浜青果農協 入組
- ・平成23年 西宇和農業協同組合 矢野崎出張所長
- ・平成26年 同組合 八幡浜支店長
- ・平成28年4月 同組合 共済部長
- ・平成28年7月 同組合 参事
- ・令和元年 同組合 常務理事
- ・令和7年 同組合 経営管理委員会会長

グループ会社 常勤役員の体制について

J A全農えひめのグループ会社7社は、6月19日に株主総会・取締役会を開き、下記のとおり新役員体制を決めました。

(株)えひめ飲料

- 代表取締役社長
芝 亮介
- 代表取締役専務
氏原 教次
- 常務取締役
松浦 勇人
- 常勤監査役
塩崎 洋章

J Aえひめアイパックス(株)

- 代表取締役社長
竹村 靖
- 専務取締役
嶋田 浩志
- 常務取締役
猪股 徹

(株)ひめライス

- 代表取締役社長
武田 司
- 常務取締役
中山 祐二

J Aえひめフレッシュフーズ(株)

- 代表取締役社長
井上 寛
- 常務取締役
矢野 貴之

(株)えひめフーズ

- 代表取締役社長
長山 峰久

J Aえひめエネルギー(株)

- 代表取締役社長
得能 祐治
- 常務取締役
菅 文郎

J Aえひめ物流(株)

- 代表取締役社長
中矢 琢
- 専務取締役
白石 啓司
- 常務取締役
矢野 喜好

※ J A全農えひめグループ各社の令和7年度役員体制（非常勤含む一覧表）については、10-11月号で掲載予定です。

令和7年度 新規採用職員紹介

今年度、5名の仲間が新たに加わりました♪
JA全農えひめに新たな風を吹き込むフレッシュな5名を紹介します♪



左から伊藤さん、金子さん、北岡さん、清家さん、岡本さん

所属部署
名前

- ①趣味・特技
- ②好きな食べ物
- ③今後の抱負

園芸農産部 米穀課

いとう りゅうた
伊藤 竜汰

- ①アイドルの推し活
- ②ひめの凧
- ③早く慣れるよう努力します！

生産資材部 肥料農薬課

かね こ きょうすけ
金子 恭典

- ①金魚の飼育、読書、人の顔と名前をすぐ覚えられること
- ②玉ねぎ、アボカド、サバ
- ③業務で携わる方々と良好な関係を築き、信頼される職員になり、大好きな愛媛県と農業に貢献できる職員を目指します。

くらし支援部 中四国エネルギー生活事業所
愛媛生活推進課

きたおか せいな
北岡 聖菜

- ①ゲーム、旅行
- ②梨、さつまいも
- ③エコープマーク品や、暮らしに役立つ商品の魅力を最大限伝えられるよう頑張ります！

生産資材部 段ボール工場販売課

せいけ ひろむ
清家 大陸

- ①野球、温泉
- ②焼き鳥
- ③包装関連資材の知識をいち早く覚え、職場・取引先から信頼される職員になります。

営農畜産振興部 畜産課

おかもと しょうま
岡本 称真

- ①映画・ドラマ鑑賞、読書
- ②伊予牛「絹の味」、「ふれ愛・媛ポーク」、パスタ
- ③日々学ぶことを忘れず、信頼される畜産担当になれるよう頑張ります！

ふるさと ESSAY

Vol.315



繋がるペダルで心をつなぎ 夢を描けば 夢叶う!!

障がいとは？

「タンデム自転車NONちゃん倶楽部」の活動から多くの学びをいただきました。重度の身体障がい児のお母さんから「元気に産んであげられなかったと自分を責めた」と聞き、お産は女の偉業（命懸け）と言われる中で、悩んでいた母に寄り添えないだろうか？と自転車のツール探しにも力が入りませんでした。脳性麻痺で自力歩行ができなかったけれど、諦めずリハビリや手術を受けていた大翔君、小学校入学前にモヤモヤ病で視覚・言語・半身麻痺になった比呂志君、水上バイクに撥ねられ両上下肢機能全廃となり文字盤会話の秀太君、高校時に脳動静脈奇形破裂で半身麻痺になった陸君、妊娠中の子宮頸がん発見から28週目の帝王切開で脳性麻痺・座位保持困難な楓雅君、網膜色素線条症で突然視覚障がいになった美由紀さん、網膜芽細胞腫で3歳で両目摘出の翔君、網膜色素変性症により30

歳で視力を失う一明さん、先天性網膜色素変性症で生まれつき全盲の純江さん、体外受精二度目でやっと授かった真緒ちゃん、重度知的障がいを伴う自閉スペクトラムの侑生君、ダウン症の浩喜君等々、活動のお蔭でいただく出会いに、ただただ驚いていました。みんな乗れないと思っている自転車で風を感じた時に感動や喜びを表現してくれる。ただそれだけで一緒にいるこちらまで嬉しくなる。「ありがとう」のたった5文字でやって良かったと心が躍る。ボランティアの方々は「自分磨きができます」と、障がい者からは「生きていて良かった」と言われる一日がそこにあります。

技術班のなせる技

1893年デンマーク生まれのタンデム自転車。婚活ツールでのカップリング率は非常に高い。防災訓練では子供たちが大きな力を発揮してくれる。

津賀 薫

KAORU TSUGA

■プロフィール■

1951年松山市（旧北条市）生まれ、松山市在住。
特定非営利活動法人「タンデム自転車NONちゃん倶楽部」理事長。夫・徳行氏が薬害にて視覚を失ったことをきっかけに、官定法や愛媛業草会など、自然治癒力を引き出す健康法の活動を。松山市母子保健推進委員にて読み聞かせを通じて読書の大切さを伝える。2010年8月1日「タンデム自転車NONちゃん倶楽部」発足。障がいのある方も自転車で乗る喜びを感じてもらおうと、心のバリアフリーや多様性のある社会の形成に寄与することを目的に、マリンスポーツ分野まで活動範囲を広げている。

■生き方を変えた言葉■

「生命の奇跡に無感覚にならないで！ 死を遠ざけるのではなく生を高める」（映画「パッチ・アダムス」より）

■表彰■

2016年 松山市市民活動推進事業表彰
2018年 文部科学大臣表彰・第51回南海放送賞
2020年 自転車活用推進功績者表彰（国土交通大臣表彰）
2022年 読売福祉文化賞受賞
2023年 内閣府男女共同参画局「女性のチャレンジ賞」受賞
2024年 第72回愛媛新聞賞 社会部門賞
障がい者スポーツ協会育成指導者部門優秀指導者賞受賞
地方新聞47紙とNHK、共同通信が地域活性的取り組みを応援する「第14回地域再生大賞」優秀賞受賞



▲車椅子ごと乗れる「アウトリガーカヌーWハル」。四国中央市の金砂湖にて



▲入手した車椅子ごと乗れるBIG SUP

視覚・知的障がい、ダウン症の方も問題なく乗車できる。個別の対応が必要な肢体不自由児たちは車椅子などを扱う梅澤さんとの出会いで乗れるようになりました。大翔君には、靴をペダルに固定して足の踏み込み角度を補正、右麻痺の陸君は右足をペダルに固定し、ハンドルを握る手もサポートで固定する工夫を。個々の補助具の製作でサイクリングが可能となりました。諦めていたことが出来た時、人の心のエンジンは大きく駆動し始めるのです。

心が震える先には金色の道がある
 エンジンが駆動し始めると勢いを止めることができません。一明さんはトライアスロンへの挑戦を宣言し、イベントで出会った浅井さんがガイドを引き受け、2023年全盲の鉄人誕生を成し遂げました。大翔君と陸君、左半身麻痺の梨乃ちゃんはしまなみ海道縦走70km挑戦を宣言し、2023年夢を実現。この時、一明さんと栄さんのマッサージ、パイロット(タンデム自転車前席の運転者)も一丸でフォロー。普



▲細やかな心配りで参加者全員に声をかけてまわる津賀さん(右)。隣の秀太君も楽しそう

段車生活の家族も共にタンデムサイクリングにチャレンジし、成し遂げた瞬間!! 人生の大きな糧となったと確信しています。そんな先輩の姿に刺激を受けて、座位保持困難な楓雅君がラクラクーンでの目的地到達を遂げました。全盲の純江さんがタンデムサイクリングの喜びを物語にし、ボランティアの有理恵さんが挿絵を描いた絵本を小学校に寄付。正に「心が震える先には金色の道がある」の実践ができた喜びです。

生命は海から誕生した

2022年、車椅子ごと乗れるBIG SUP^{サブ}に出会い、その心ときめく海のツールを手に入れてしまいました。さて、どこに置こう? に始まり、日本代表選手だった今治ローイングクラブの井手さんとの出会いもあり、10年越しの海の体験活動はさらに中身の濃いものになっていきます。

海のツールを通して「人として生き抜くとは?」をテーマに、「CHALLENGE OCEAN NONちゃん倶楽部」もスタートしました。「知覚動考」。まず動いてから考えることが大事だと思う「NONちゃん倶楽部」です。

◎ J A 愛媛野菜生産者組織協議会 50周年記念大会・通常総会

販売協力店でのフェアの実施、関係各所と連携したPR活動に取り組む！

愛媛県内10 J A 69部会(20品目)で組織する J A 愛媛野菜生産者組織協議会は、6月30日、ウエルピア伊予で50周年記念大会・通常総会を開き、6年度事業報告、7年度事業計画などが承認されました。

6年度は、生産面では生産基盤の強化、栽培技術の高位平準化に向けた取り組み、生産改善共進会の開催による生産技術の向上と意欲の啓発、販売面ではえひめ野菜

フェアを中心とした愛媛野菜のPR活動、SNSを活用した産地PR活動などに取り組みました。

7年度は、「マーケットニーズを踏まえた生産振興支援対策の取り組みにより、愛媛野菜の生産基盤強化と持続性のある生産体制の構築に取り組み」「愛媛野菜の消費拡大およびファンづくりに向け、販売協力店におけるフェアの実施、対面型消費宣伝活動の拡充

および関係各所と連携した産地PR活動に取り組む」の2点を事業方針に決定し、引き続き生産面・販売面両方の活動を充実させる事としました。

また、全農西日本営農資材事業所の内山知二氏による「野菜に土づくりが必要なわけ」の講演を行いました。

総会では、愛媛県農産園芸功労知事表彰、共進会表彰状授与、感謝状贈呈、営農指導員表彰ならびに表彰状授与が行われました。

入賞者は次の通りです(敬称略・カッコ内は J A 名)。

◆愛媛県農産園芸功労知事表彰▽越智修二(おちいまばり)、一色雅典(周桑)

◆野菜生産改善共進会入賞者「夏秋きゅうり」▽県知事賞Ⅱ別府将樹(ひがしうわ)▽全農愛媛県本部長賞Ⅱ松田秀紀(おちいまばり)▽協議会会長賞Ⅱ佐伯直起(周桑)、小泉祐輔(おちいまばり)、上城伸也(ひがしうわ)「夏秋と

まと」▽県知事賞Ⅱ西川健二(愛媛たいき)▽全農愛媛県本部長賞Ⅱ田丸幸彦(松山市)、協議会会長賞Ⅱ上村友範(同)、矢野丸吉(愛媛たいき)、中野知昭(同)「夏秋

なす」▽県知事賞Ⅱ福岡潤司(えひめ中央)▽全農愛媛県本部長賞Ⅱ二木洋一郎(えひめ中央)▽協議会会長賞Ⅱ川端正仁(松山市)、武智昭(えひめ中央)、田中恵多(えひめ南)「ミニとまと」▽県知事

賞Ⅱ井門裕彦(おちいまばり)▽全農愛媛県本部長賞Ⅱ家森栄治(ひがしうわ)▽協議会会長賞Ⅱ

アグリ歌仙(おちいまばり)、日高啓之(えひめ中央)、松浦貢(ひがしうわ)◆全農愛媛県本部長感謝状贈呈者Ⅱ本宮喜美男(おちいまばり)、堀田静男(ひがしうわ)、

中岡将(愛媛たいき)、石川富夫(東予園芸)◆生産振興支援要領営農指導員表彰▽最優秀賞Ⅱ川村朋也(周桑)▽優秀賞Ⅱ越智倫久(えひめ未来)



愛媛県農産園芸功労知事表彰者の越智修二さん



野菜生産改善共進会県知事賞の別府将樹さん

愛媛県果樹同志会 第12回総会

平家誠人さんが新会長に

愛媛県果樹同志会は、5月27日、J A愛媛で第12回総会を開き、新会長に平家誠人さん（西宇和青壮年同志会・新任）を選任しました。



(写真左から) 西山副会長、平家会長、二宮副会長

令和7年度事業計画では、県、試験研究機関、農業団体等関係諸組織との密接な連携・協調のもと、現状の認識を把握し意識改革を図ること。特に隔年結果は正対策及び高品質安定生産を最重点課題とし、本県果樹農業の発展を期することで合意しました。

令和7年度のその他の主な役員は次のとおり（敬称略・カッコ内は所属同志会）。

▽副会長 西山聡（えひめ中央果樹研究同志会・再）、二宮崇（南予果樹同志会・新）

▽監事 岡本武（西宇和青壮年同志会・再）、赤松正月（南予果樹同志会・新）、能田英文（えひめ中央果樹研究同志会・新）

アイガモロボ2実演会を開催

除草対策はアイガモロボで省力化を！

J A全農えひめは、6月4日、西予市宇和町で、「アイガモロボ2実演会」を開催しました。田力本願(株)の代表中野聡さんから相談を受けたJ A全農えひめ営農支援課は、愛媛農機事務所と連携し、今回の実演会開催となりました。



中野さんの田んぼを航行する「アイガモロボ2」

井関農機(株)の担当者より説明の後、実際に中野さんの田んぼに浮かんだ「アイガモロボ2」は、水田をかき混ぜながら縦横無尽に動きまわり、水田を濁らせて日光を遮断し、除草効果を促します。ルート設定は不要で電源を入れるだけで自動航行し、あぜにぶつかると、田んぼの形状を学習しながら網目状にくまなく航行します。10aの作業時間は2時間で、その間は田植作業などに集中しつつ、雑草対策が出来るのが大きなメリットです。また、本体は6kgと軽量で隣の水田への移動も容易に出来ます。様子を見ていた中野さんは「可愛くて、愛おしく見えてきた」と述べました。

J A全農えひめは、今後も環境面に配慮したスマート農機の実演会を継続して実施しながら、環境調和型農業に寄与する手法を県内に拡げていく予定です。

栽培履歴をデジタル化

「あい作」検討部会を開催！

J A全農えひめは、5月21日、松山市のJ A愛媛で、栽培履歴を生産者自らがスマートフォン等の端末にて記録することが出来る営農支援システム「あい作」検討部会を開催しました。参加したのは、既に導入している3J A（J Aえひめ未来、J A松山市、J Aえひめ中央）と今後の導入を検討しているJ Aえひめ南です。



導入J A、および導入検討J A担当者による協議の様子

各部会に所属する部会員は、J Aの栽培指針と連動された選択内容に沿って、施肥・防除に関する作業内容を「あい作」に入力することで栽培履歴をデジタル化することが出来ます。また、これまで「紙」による栽培履歴の記入・提出を受けていたJ Aも、「あい作」で、栽培履歴を即座に確認することが可能になり、適時・適切な営農指導や栽培履歴の確認に要していた時間や手間を省力できます。今後、現状の課題に対して、(株)NTTデータ・J A・J A全農えひめの3者が連携し、職員の対応力を向上させていく取り組みを協議していきます。

また、J Aは、生産履歴台帳の作成に関して、部会毎で対応が異なっていたり、「あい作」と紙を併用しているものも利用が進まない一因であると考え、利用促進の仕組みづくりを模索していきます。J A全農えひめは、今回の検討部会で出た課題や対応策を、県内の他J Aにも共有し、「あい作」の導入促進を図っていきたく考えています。

愛媛県くり研究同志会第59回総会 基本管理を徹底して高品質な くり生産を！

愛媛県くり研究同志会は、6月5日、JAEひめ南鬼北支所で、第59回総会を開催しました。

開催にあたり、三ツ井会長が「農業生産資材の価格高騰など、農家にとって苦しい時ではありますが、基本管理を徹底して高品質なくり生産を持続させていきましょう」とあいさつ。総会では、第1号議案の「令和6年度事業報告および収支決算について」以下、全議案について承認されました。また、第4号議案の役員改選では、三ツ井会長をはじめ全役員が再任となり、令和7年度の体制が決まりました。

総会後は、愛媛県鬼北農業指導班が、「くり栽培における省力化技術と鬼北農業班の取り組みについて」と題して講演を行いました。



あいさつする三ツ井会長

令和7年度えひめ愛フード推進機構総会 「かんきつ王国えひめ」の 一層のPRを！

愛媛県など行政団体・農林水産団体や商工・流通団体などで組織するえひめ愛フード推進機構（会長・中村時広愛媛県知事）の令和7年度総会が、6月5日松山市で開かれ、令和6年度事業報告・収支決算報告、令和7年度事業計画・収支予算案について決議されました。

昨年度、本格販売が開始された「紅プリンセス」について、JAE全農えひめと連携し、店頭プロモーションやSNSを活用した情報発信等を通じて、県オリジナル3品種（紅まどんな・紅かんぺい・紅プリンセス）の統一キャッチコピー「紅コ



レクション」を活用した効果的なPRを実施していきます。また、かんきつファンづくりイベントを開催するなど「売れる仕組みづくり」と「販路拡大」に引き続き取り組んでいくことを決定しました。

第51回乾椎茸品評会 高橋征敏さんが、 初の最優秀賞！

愛媛県椎茸同志会主催の第51回乾椎茸品評会が、5月23日、大洲市で開かれ、高橋征敏さん（JAひがしうわ）が初の最優秀賞（全農会長賞）を受賞しました。

品評会には、春子20点が出品され、入賞8点他が、6月5日の「第58回全農乾椎茸品評会」に出品されます。

その他の主な入賞者は次の皆さん（敬称略・カッコ内はJA名）。

▽優秀賞Ⅱ成高王洋（愛媛たいき）、矢野欣一（同）▽1等賞Ⅱ久保勝利（同）▽2等賞Ⅱ河内遼一（同）▽3等賞Ⅱ羽柴忠幸（同）

なお、6月5日、全農椎茸事業所入札場で開かれた全農椎茸品評会において、愛媛県より4名が入賞しました。入賞者は次の皆さん（敬称略・カッコ内はJA名）。

▽全農会長賞（こうしん大葉厚肉）Ⅱ高橋征敏（ひがしうわ）、（こうしん大葉中肉）Ⅱ成高王洋（愛媛たいき）、（こうしん中葉厚肉）Ⅱ久保勝利（同）▽（財）日本きのこセンター理事長賞（こうしん中葉中肉）Ⅱ矢野欣一（同）



最優秀賞を受賞した高橋征敏さん



JAえひめ南「みかん学校」での研修 肥料農薬課と営農支援課が 研修を実施

昨年度開校した、JAえひめ南の「みかん学校」。「新規就農を目指したい」「これからかんきつ栽培を始めたい」という方が、就農に関する知識や栽培技術に関する研修を受ける施設です。協力農家での作業実習、栽培現場や集荷場などの視察研修。先輩農家や研修生同士のネットワークづくり等がカリキュラムとして予定され学んでいます。

JA全農えひめも開校当初から、研修の講師として参加しており、昨年度は肥料農薬課、今年度は営農支援課も加わり、授業を実施しました。

5月17日は肥料農薬課「①系統肥料事業の取り組み②肥料の基礎知識③作物の栄養の基礎知識④土壌改良資材の基礎知識」6月10日は営農支援課「①スマート農業関連②果樹技術指導員会活動紹介③グリーンメニュー！環境調和型農業」7月10日は肥料農薬課「①土壌診断室紹介②処方箋の説明③果実定点調査に基づいた各JAの柑橘土壌の特徴④南予地域のかんきつ栽培の歴史」について講義を行いました。

今後もJA全農えひめはみかん学校に協力し、かんきつ生産者の育成支援に取り組んでいきます。



営農支援課による研修風景



JA愛媛養豚経営者協議会第46回総会 安心して消費者に提供出来る 豚肉の生産流通に努める！

JA愛媛養豚経営者協議会は、6月20日、松山市のJA愛媛で第46回総会を開催、令和7年度事業計画などが承認されました。

令和7年度は、「ふれ愛・媛ポーク」認定農場の経営安定、生産性向上、消費拡大、「系統養豚生産性向上プロジェクト」での競争力強化と農家経営の安定化、疾病発生を防止するための個別衛生対策の実施などに努めます。

また、総会に先立ち、優秀会員を表彰しました。受賞農場は次の通りです（カッコ内はJA・会社名）。

▽優秀会員Ⅱ伊予スワインガーデン（JA全農くみあい飼料株）



優秀会員表彰を受ける伊予スワインガーデン

「フレッシュ市部会」第28回総会 「地産地消」「食農教育」で 地域貢献を！

6月23日、「ファミリーマート・全農ふれっしゅ広場」の直売所出荷者で組織する「フレッシュ市部会」が第28回の総会を開きました。令和6年度の活動報告・会計報告を行い、令和7年度活動計画・予算計画など、提案した全議案が承認されました。

令和7年度活動方針では、魅力ある商品づくり、豊富な品ぞろえにより消費者に支持される売り場づくりを目指すほか、総合的な食品安全体制を確立していくことなどを確認しました。「近くて便利な地域コミュニティ」として、「地産地消」に取り組み、地域に密着した直売所を目指していきます。



あいさつをするフレッシュ市部会東村雅則会長

令和7年度愛媛県肉牛生産者協議会総会 後継者育成による生産基盤の 維持を！

愛媛県肉牛生産者協議会は、6月24日、松山市のJA愛媛別館で令和7年度総会を開き、令和7年度事業計画を決めました。

令和7年度事業方針では、後継者育成による県内肉牛生産基盤の維持と飼養管理技術の向上に取り組みます。また、防疫・衛生管理の徹底と生産履歴の明確化により、安全で安心な伊予牛「絹の味」を生産するとともに、県内消費者に向けたアピールや販路拡大に取り組むことを決めました。

なお、総会に先立ち、優良生産者を表彰しました。受賞者は次の通りです（敬称略・カッコ内はJA名）。▽優良生産者Ⅱ和氣修（ひがしうわ）、井上秀一（ひがしうわ）



池田一成副会長あいさつ



優良生産者表彰のJAひがしうわ

第62回JA愛媛農業機械技術指導士連絡協議会総会 農家経費削減と農機事業収支 改善をはかる

JA愛媛農業機械技術指導士連絡協議会は、7月2日、伊予市のウェルピア伊予で第62回通常総会を開催し、令和7年度の取組方針などを決定しました。

令和7年度は、生産者とのふれあいの機会をより増やすため、個別実演・試乗会を積極的に展開、新品・中古・修理整備・部品4事業分野の体質強化と経営改善、指導士相互の情報交換と研修活動の活性化、などを決議しました。

総会後には、11メーカーから大型機械（トラクター・田植機・共同購入コンバイン）を含め、話題のバッテリー関連製品（株）やまびこジャパン）やJAオイル（株）出光興産）等の説明を受け、新しい製品知識の習得に努めました。

なお、総会に先立ち、農機の修理・推進において優秀な成績を修めた会員の表彰も行われました。主な受賞者は次の皆さんです（敬称略・カッコ内はJA名・会社名）。



【一般表彰】舟本剣（うま）、大野星太郎（えひめ中央）、井上寛規（愛媛たいき）
【団体表彰】えひめ未来農機センター（えひめ未来）、周桑農機センター（周桑）

JAえひめ中央の食育活動に協力 小野小学校で「松山長なす」 の授業を実施

7月3日、4日の2日間、JAえひめ中央とJA全農えひめは小野小学校4年生4クラスにて「松山長なす」について食育授業を実施しました。

この授業は、「松山長なす」のことを知ってもらい、地産地消の大切さを子供たちに伝えるために開催されました。

まずは、園地にて松山長なすの収穫体験を行いました。生産者からなすの収穫の仕方について説明を聞いた生徒たちは、2人1組で収穫作業をしました。「すこく長かった」「どれをとるかまよった」「トゲがあつて少し怖かったけど、楽しかった」等、感想を述べていました。

その後教室にて、JAえひめ中央担当者、JA全農えひめ担当者より、愛媛の野菜について・なすの種類・松山長なすの歴史、特徴などについて学んだあと、収穫した松山長なすの袋詰め体験もしました。

後日、「わたしはなすがながたつたけれど、長なすを食べたらとてもおいしかったです。はじめて長なすがおいしいと感じました」など、授業を受けた生徒全員123名から嬉しなお礼の言葉をいただきました。



松山長なすの収穫



袋詰め体験

令和6年度冬春野菜出荷反省会・生産対策会 愛媛野菜の生産基盤強化、 対面型消費宣伝活動の拡充

7月8日、松山市のJA愛媛別館にて「令和6年度冬春野菜出荷反省会・生産対策会」が行われました。会議にはJA関係者・各品目の県部会長をはじめ、地元・関東・関西の青果会社、愛媛県関係者、およびJA全農えひめなどが参加し、令和6年度産の販売実績、目標単価クリアに向けた取り組み、消費宣伝活動、生産基本方針総括などを報告しました。また、その他報告事項として、JA全農えひめ肥料農薬課より、今後の冬春野菜・品質向上対策への取り組み、土づくり、作物栄養のためのボカシ肥料の提案、原料情勢について報告しました。



令和7年度販売促進事業計画についても、販売促進・消費宣伝活動の拡充、関係各所と連携した広報宣伝・産地PR活動の拡大、協議会全体会・品目会議を開催する旨の報告もされました。また、全体会に続き、品目別の分科会も行われ、令和6年度産の総括及び次年度対策等について協議がされました。

JA愛媛米麦生産者組織協議会第26回通常総会 えひめ米、麦類のさらなる 品質向上と安定生産を！

JA愛媛米麦生産者組織協議会は、7月14日、松山市のJA愛媛で、第26回通常総会を開きました。

総会には、会員17人の他、県やJA等関係者約40人が出席し、令和6年度事業報告、令和7年度事業計画・予算計画等を審議し、承認されました。

令和6年度は、愛媛県米麦振興協会などの関係機関と連携し、「売れる米づくり」、「特産麦及び県産大豆の品質向上、安定生産対策の取り組み」をすすめました。また、品質面では、「にこまる」が「特A」の評価を獲得し、3年連続という非常に優れた結果となりました。

令和6年度産の二麦種合計の作付面積は2、133haと前年を上回りましたが、湿害の影響により収穫量は5、330トン（前年比約80%）となりました。はだか麦の平均反収は229kg/10aと目標を大幅に下回る結果となりましたが、38年連続生産量日本一（4、030トン）となりました。



令和6年度は、愛媛県米麦振興協会などの関係機関と連携し、「売れる米づくり」、「特産麦及び県産大豆の品質向上、安定生産対策の取り組み」をすすめました。また、品質面では、「にこまる」が「特A」の評価を獲得し、3年連続という非常に優れた結果となりました。

令和7年度愛媛県TAC・出向く活動パワーアップ大会 最優秀賞に、JAおちいまばりの 合田光さん

JA全農えひめは、7月17日、令和7年度「愛媛県TAC・出向く活動パワーアップ大会」を松山市のJA愛媛で開催しました。県内JAのTAC関係者ら約50人が参加し、7JA7名のTAC担当者が1人15分で活動事例を発表しました。

最優秀賞は、JAおちいまばり営農指導課の合田光さんが受賞。「目指せ3億円！〜伝統あるきゅうり産地を守るために〜」と題し、①新規栽培者の獲得②販売単価向上の課題解決に向け、きゅうり団地構想、選果基準最適化の取り組みを発表しました。取り組みを進めていく中で、様々な苦労があったものの、目合わせ会、定期的な選果場巡回、選別講習会などを実施し、令和5、6年実績で新規栽培者の増加、担い手の所得向上を実現したことが評価されました。

優秀賞は、JAえひめ南津島営農センターの清家大輔さんとJA周桑園芸生産指導課の川村朋也さんの2名が選ばれました。今後さらなるTAC活動のレベルアップが期待されます。



発表するJAおちいまばりの合田さん



（左から）優秀賞の清家さん、最優秀賞の合田さん、優秀賞の川村さん

特集 あきたこまちの後継品種

「にじのきらめき」について

地球沸騰化と呼ばれる昨今、今年の梅雨も何処へ？このような中、「にじのきらめき」に期待！これからいろんな農作物においても、高温耐性改良が必要となるのでしょうか、私達も環境を守る対策、工夫をしていかなければいけないと思います。

(松山市・PN：まままさん)

愛媛県においても特に「あきたこまち」の品質・収量低下が顕著に現れており、生産者はその現実と直面していました。そこで導入したのが、「にじのきらめき」です。今後、ますますの普及が進んでいくことが予想されています。

特集 あきたこまちの後継品種

「にじのきらめき」について

地球温暖化の中、高温に強い品種は待望ですね！豊作を期待し、安定した価格で、毎日の食卓の出番を今から楽しみにしています。

(西条市・PN：みかんさん)

今回の特集へは、読者の皆様から今まで

にない、たくさんのお葉書をいただきました。ありがとうございます！これもひとえに「にじのきらめき」への期待と感じております。近い将来、「にじのきらめき」が早期米の主力となるよう、持続可能な基盤づくりを進めて参ります。

NOW NOW COOKING

今月の素材 アスパラガス

今月もおいしそうなおかずですね。私も全部一度には無理ですが、作って家族に食べてもらうよう、努力しますね。

(松山市・松本さん)

愛媛のアスパラガスは、甘くてやわらかいのが特長です。春芽は、ゆでもよし、軽く焼いて食べるのもおいしいです。また、アスパラガスにはタンパク質、カロチン、ビタミンB2や繊維質も含まれています。作って、食べてもらった感想、是非、教えてください。

農の風景 きゅうりの施設販売

文中に「1年目は高温障害で枯れてしまい全滅」という事ですがこれから毎年、高温があると思います。どう

かお体に気をつけて農作業をしてください。

(今治市・PN：ピッチョさん)

取材前、日程調整で柿谷さんにご連絡したとき、「当日、仲間が来たいと言っているので呼んでもいいですか？」と。「勿論構いません」と返事をし、取材日を迎えました。そこには、「JAおちいまばりの生産者さん、営農指導員さんなど5名の方々が。今まで13回「応援！農業人」の取材をしましたが、初めての事でした。せっかくなので誌面にも登場いただきました（お母さん含め7名が写っている写真です）。柿谷さんのお人柄がとても感じられた取材になりました。



愛媛県産はだか麦キャラクター スーパームギムギマン

年間購読のご案内

月間技術情報誌「果樹園芸」この一冊を読めば、愛媛の果樹の栽培技術・流通情報が丸わかり！

- 年間購読料：4,320円
- お申し込みはJA全農えひめホームページからどうぞ



今月のクイズ

今回の特集のタイトルで、下記に入る文字は何でしょうか？

愛媛県産〇〇〇〇の紹介と消費宣伝活動の取り組みについて

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5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

2025年9月15日（当日消印有効）

発表

「あぐり〜ど」10-11月号で発表します。

当選者発表

6-7月号の答えは「きらめき」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5人の方に図書カード1,000円分をお送りします。

- おけーちゃんさん（今治市）
- ざらりんご.さん（今治市）
- 大盛焼飯さん（今治市）
- おにぎりさん（八幡浜市）
- 吾郎さん（今治市）

NOW NOW

COOKING

今月の素材

きゅうり



生でおいしい
炒めてもおいしい

▶ (右) きゅうりのチャンプルー、(上) きゅうりの冷製ポターージュ、(左) 水晶鶏のきゅうりドレッシング



指導/愛媛調理製菓専門学校 永野 佳那 先生

水晶鶏のきゅうりドレッシング

〈材料・4人分〉 ※1人あたり約215kcal

鶏むね肉	1枚
① 塩・酒・おろし生姜	少々
片栗粉	適量
きゅうり	2本
酢	大さじ2
砂糖	小さじ2
② 薄口醤油	小さじ1
オリーブ油	大さじ2
塩・おろしにんにく	少々
生わかめ (3cm角切り)	60g
トマト (乱切り)	1個
ミョウガ (輪切り)	1個

〈作り方〉

- ① 鶏肉をそぎ切りし、①をもみ込み少しおく。
- ② ①に片栗粉を薄くつけ、熱湯で茹でて火が通れば氷水にとる。
- ③ きゅうりをすりおろし、ペーパータオルで少し水気をしぼり、②を混ぜて味を調える。
- ④ 皿に② (水晶鶏)、わかめ、トマトを盛り、③をかけてミョウガを天盛にする。

きゅうりの冷製ポターージュ

〈材料・4人分〉 ※1人あたり約180kcal

きゅうり (輪切り)	2本
じゃがいも (いちょう切り)	1個 (約150g)
たまねぎ (薄切り)	1/2個 (約100g)
バター	20g
水	250cc
コンソメ (キューブ)	1個
牛乳	250cc
生クリーム	50cc
塩	小さじ1/4程度
きゅうり (小角切り)	少々

〈作り方〉

- ① 鍋にバターを熱して、じゃがいもとたまねぎを炒め、水とコンソメを入れ、柔らかくなるまで煮る。
- ② ①を冷ましてミキサーに入れ、きゅうりと牛乳を加えて回す。
- ③ ボウルに移し、生クリームを加えて塩で味を調える。
- ④ よく冷やして器にそそぎ、上に小角きゅうりを飾る。

きゅうりのチャンプルー

〈材料・4人分〉 ※1人あたり約311kcal

きゅうり	2本
木綿豆腐	1丁
豚バラスライス	150g
① 白ねぎ (斜め切り)	1本
赤パプリカ (千切り)	1/2個
卵	2個
ごま油	少々
塩・こしょう	少々
濃口醤油	大さじ1
② 酒	大さじ1
みりん	大さじ1
鰹節	少々

〈作り方〉

- ① きゅうりを縦半分に切り、スプーンで種をとり7~8mm幅の斜め切りにする。
- ② 豆腐をちぎって茹で、ザルにあげて水切りし、一口大にほぐす。
- ③ 豚肉を2~3mm幅に切る。
- ④ フライパンにごま油を熱し、②を入れて焼き色をつけて取り出す。
- ⑤ ①を炒めて、塩・こしょうをし、①と④を加えてサッと炒め、②で味付けする。
- ⑥ 溶き卵を回し入れ、固まってきたら火を止める。
- ⑦ 皿に盛り、鰹節をかける。



塩
柑橘
Sparkling



暑さ対策に!
水分・塩分補給



株式会社 えひめ飲料

〒791-8603 松山市安城寺町478番地
TEL: 0120-591-516 FAX: 089-923-1522

<https://www.ehime-inryo.co.jp>
(通販専用) <https://www.pom-j.com>



知っとなる!?!

愛媛のはだか麦は 生産量日本一



えひめのはだか麦
シンボルキャラクター
「スーパームギムギマン」

愛媛のはだか麦は生産量日本一を誇る特産品のひとつ。

はだか麦は昔から、麦みそや麦ごはんなどに使われており食物繊維は白米の10倍以上含まれています。*

最近では焼酎、ビール、パンなどの新製品も開発されています。

そんな万能選手「愛媛のはだか麦」を毎日の食に取り入れて美味しい食生活をエンジョイしましょう!

※日本食品標準成分表2020年版(八訂)より



全農 JA全農えひめ/JA愛媛米麦生産者組織協議会



「JA全農えひめ」Instagram
Follow Me!



「えひめの食」Instagram
Follow Me!



あぐり〜どはWEBでも読めます
<https://www.zennoh.or.jp/eh/about/information/>