



高原の  
風と水と心の  
メッセージ



よつい山麓の8つのJAが1つになりました

JAよついコミュニティ情報誌/Yoo!Yoo!Yooty!

Vol 002

2009年8月16日

発行 よつい農業協同組合  
虹田郡俱知安町南1条東2丁目5番地の2  
電話 0136-21-2311

URL : <http://www.ja-youtei.or.jp/>

巻頭特集

# 「子ども達が、 土とふれ合い、 みつけたもの」。

俱知安小学校3年生による、じゃがいも育成勉強会

「食」に「農業」は欠かせない存在。  
JAよついは、さまざまに  
「食農教育」を推進しています。

世界の各地で食料不足のニュースが伝えられる中、日本に住む私たちは手軽に食べ物を口にできる環境にあります。しかし、少しその背景に目を向けてみると、日本の食べ物も多くの問題を抱えていることがわかつてきます。たとえば、日本は食料の60%を海外に頼つており、特に小麦・大豆・飼料作物といった穀物の自給率はいちだんと低くなっています。そうした中でも、国内の農業は、安全・安心な農畜産物づくりに取り組んでいますが、原油・飼料・化学肥料の高騰などにより、生産の基盤が大きく揺るがされるような状況も続いています。

それらを踏まえてJAグループでは、「食」について一人ひとりが考えていくことをテーマに掲げ、それを「食」に不可欠な「農業」と結びつける「食農」教育として、さまざまな活動を開催しています。

JAよついでは、青年部をはじめ関係者の協力のもと、自然とふれあいながら農業を身近に感じてもらえるよう、地元の小学生などを対象とした農業体験を応援しています。

また、JAパンク食農教育応援事業として、地元の小学校に食農教育に関する補助教材を贈ることにも取り組んでいます。  
子ども達が、実際に土とふれ合い、自分で育てた作物を収穫し、食べることを体験します。そのことが、日本の農業や食料について考えるきっかけとなり、将来へと繋がっていくことを願っています。

\*業者や一般の方に対する農業体験の受入や生産者の紹介斡旋などは行っておりませんのでご了承願います。

わたしは「笑味ちゃん」です。  
みなさんよろしく。



この運動のシンボルマーク。漢字の「食」をモチーフに、「よい食」をおいしそうに食べている笑顔を表しています。「食欲・活力・日本」を表す赤を基調に、力強いシンプルな配色でデザインしました。公募の結果、名前は「笑味(えみ)ちゃん」に決定。おいしい国産農畜産物を「笑」顔で「味」わっている、という意味です。みんなが笑顔になれる味を、農家と消費者が一緒になって笑顔でつくっていきたいという願いを込めました。

みんなのよい食プロジェクト専用サイト [www.yoi-shoku.jp](http://www.yoi-shoku.jp)

食は、日本の未来。  
みんなのよい食プロジェクト



# 旬野菜 ココがスゴイ

野菜など生命あるものには、その生命を最高に輝かせるとき…「旬(しゅん)」があります。土(畑)、気温など野菜が育つ自然環境が最高の条件になって、収穫量も増す旬の時期は、野菜の生長にも勢いがあって生命力が充実し、美味しい栄養価も豊富になります。もっと「旬」を知って健康維持に役立ててみませんか。

## 覚えておきたい 旬知識

### 春夏秋冬

春の野菜は冬の間にたまたま老廃物を排出して新陳代謝を活発にし、夏の野菜は体を冷やし、冬の野菜には体温を温めてくれる作用があります。「旬」を食べるということは、心身のバランスを保つ上でも、とても大切なことです。

### 旬の食材はシンプルに

旬のものは、シンプルに食べるのが一番ではないでしょうか。調味料は控え目にし、香り・味が引き立つ調理方法をお勧めします。野菜なら、茹でたり、おひたしにしたり、蒸し煮、炒の野菜は、そのまま味だけで十分美味しい味が楽しめることが知っています。

### 旬の目利きになろう

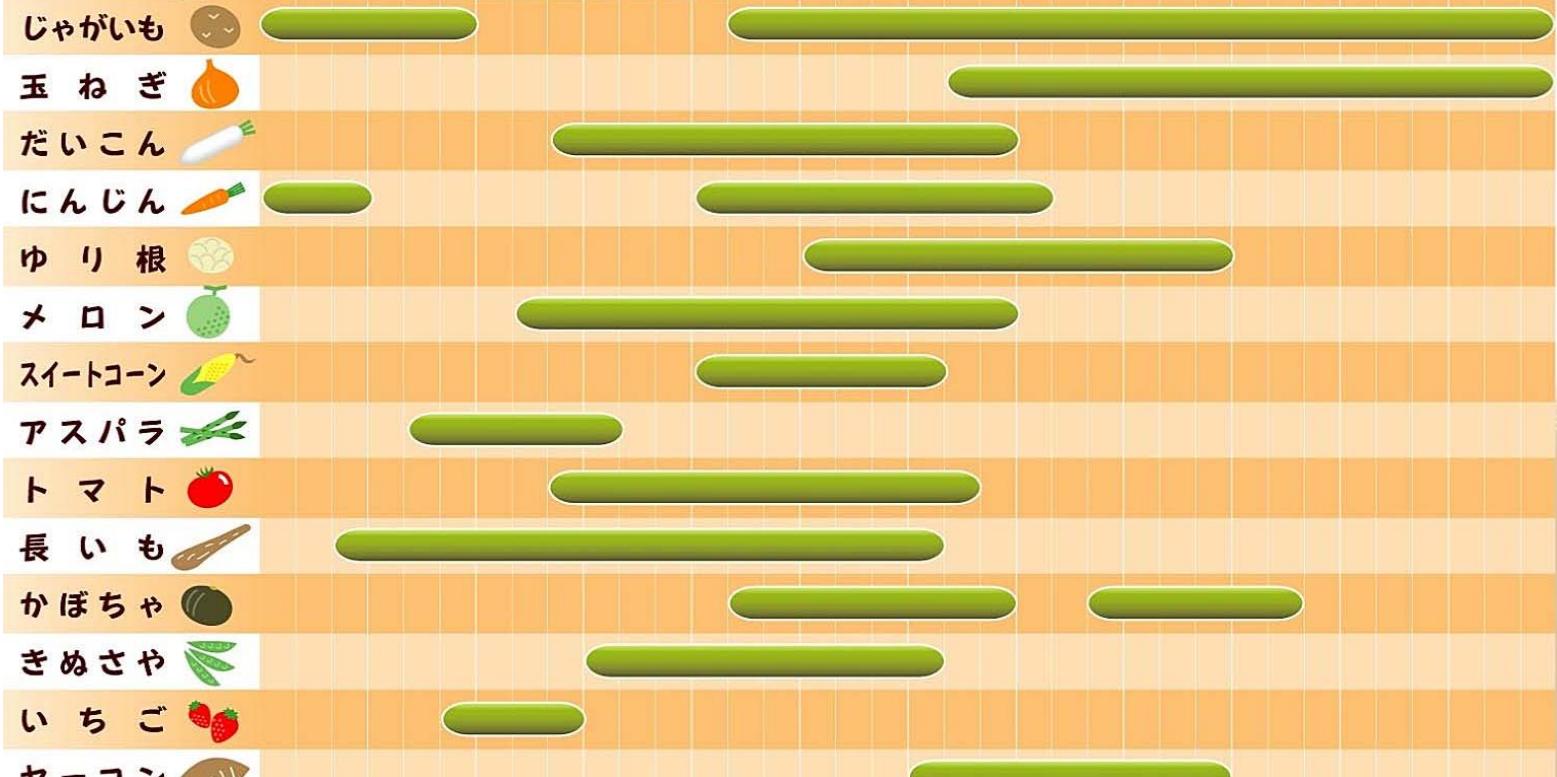
旬は、その時に体が求める美味しいと栄養がいっぱいなので、子供のころからきちんと舌に覚えさせてあげたいものです。味覚とその時に食べるものを見分ける力は、生活習慣病を防ぐことにもつながります。ぜひ、旬の野菜で季節を感じてみましょう。

### 地産地消ってどういうこと?

地産地消運動は、単に「地場産品の消費拡大運動」という面だけではなく、「産地と食卓の交流」や「健康的な食生活の実現」、「旬と食文化への理解」、「環境保全」、「地域の活性化」など、いろいろな役割を持っています。



## ようていのおいしいとこどり旬の早見カレンダー



### ゆり根

JAようてい管内のゆり根の栽培は40年もの伝統があり、日本一の生産量を誇ります。地中の茎(球根)に栄養をきわだたせ、ぶつくりと太らせる為に花のつぼみを切るなどの手間をかけ、実に3年もの歳月をかけて丹念に育てられます。形のよさ、肌の白さにホクホクした口当たりと、品質面でも最高級との評価を頂いています。

### アスパラ

喜茂別町は、「日本アスパラガス摇籃(ようらん)の地」(大正11年に農学博士である下田喜久三氏が岩内町で栽培に成功し、昭和7年、アスパラの栽培に適した喜茂別町で本格的に生産が開始されました。)であり、長い歴史に培われた生産技術と羊蹄山麓の冷涼な気候が抜群に美味しく新鮮なアスパラを育ててくれます。

**Gurut Youei TokuToku Drive**

前回では、JAようついのトップブランドである「じゃがいも」を紹介しましたが、じゃがいも以外にも多くの種類の野菜が栽培されています。ドライブに出かけて、畑を眺めるのも楽しい季節ですね!

**ニコニコとく グル~っと ようでし 知つて得する イブ ドラ**

とれたて 知つて得する イブ ドラ

**Gurut Youei TokuToku Drive**

### スイートコーン

JAようついでは、スーパースイートコーンと呼ばれる「味来(みらい)」が主力。糖度が高く皮も柔らかいのでそのままでも食べられるほど美味しい。冷涼な気候環境の下で早朝収穫、一元出荷体制で温度管理を徹底し、品質と鮮度の維持に努めています。

### かぼちゃ

JAようついでは、作付け地区による栽培時期を調整し、8~10月までの長期収穫・安定出荷を行っています。また、冬至の時期まで貯蔵できる「雪化粧」も栽培しており、高品質でホクホクとした食感と日持ちが良いのが特徴です。

### にんじん

JAようついでは収穫後、土付きのまま予冷庫に入れ、品温を上げないように羊蹄山の伏流水で洗浄し、保冷車で輸送することにより鮮度の低下を最小限に抑えています。【成分特徴】羊蹄山麓の肥沃な大地と伏流水で育った人参は、栄養価が高くビタミン・ミネラル・カルシウムなどを多く含み、特にカリウムを大量に含んでいます。

### だいこん

JAようついでは10品種それぞれの特徴を活用し計画栽培しています。栽培は4年輪作を基本としたマニュアル化を実施しており、肌の白さ・形状の良さと瑞々しさにおいて、ようつい大根は高い評価を受けています。JAようつい大根生産組合では、「信頼される産地・「選ばれる産地」の確立を図ることを目的に、環境保全型農業を基本とした「持続性の高い農業生産方式(エコファーマー)」を導入する取組みを行っており、平成18年6月に全戸151名が認定を受けています。冷涼な高原性気候を活かした生産者の努力により、肥料・農薬を最小限に減らし、安全・安心・新鮮な大根栽培に取組んでいます。

### メロン

JAようついでは、品種特性をいかした栽培りレーにより、6月中旬~10月下旬まで、道内でも有数のロングラン出荷を行っています。リピア系は甘くて日持ちがよく、食べ頃期間が長いのが特徴で贈り物にも最適です。

### トマト

JAようついでは、リコピンが豊富な赤色の濃さは抗酸化作用を持つ色素「リコピン」が豊富な証拠。羊蹄山麓の肥沃な大地が美しい赤色を生み出します。JAようついでは、収穫から出荷までの品温を低く保ち、選果はカラーセンサーを導入し、色むらのない均質なトマトの出荷を行っています。

### 玉ねぎ

JAようつい管内の特徴である寒暖差の大きい高原性気候と肥沃な大地、羊蹄山・ニセコ連邦から湧き出る伏流水により、品質・味覚ともに満足のできる「ようつい玉ねぎ」を育てました。

### きぬさや

JAようつい管内の特徴である寒暖差の大きい高原性気候と肥沃な大地、羊蹄山・ニセコ連邦から湧き出る伏流水により、品質・味覚ともに満足のできる「ようつい玉ねぎ」を育てました。

### ヤーコン

JAようついでは、リコピンが豊富な赤色の濃さは抗酸化作用を持つ色素「リコピン」が豊富な証拠。羊蹄山麓の肥沃な大地が美しい赤色を生み出します。JAようついでは、収穫から出荷までの品温を低く保ち、選果はカラーセンサーを導入し、色むらのない均質なトマトの出荷を行っています。

### 人参のポタージュ

JAようつい産人参…1/2本  
チキンブイヨン…3g  
牛乳…1/1カップ  
ごはん…大さじ2  
バセリ…1本(みじん切り)  
塩・こしょう…適量

- ①人参は皮をむき、厚さ2cmほどの輪切りにし、ラップで包んで電子レンジで4分加熱する。
- ②①の人参とごはんと一緒にミキサーにかける。
- ③鍋に②を移し、牛乳とチキンブイヨン、塩・こしょうを加えて火にかけ沸騰したら弱火にする。
- ④スープ皿に③を注ぎ、バセリを散らしてあかひ。

### ゆり根のフリッター

JAようつい産ゆり根…100g  
大和芋…10g  
薄力粉…20g  
全卵…1個  
揚げ油…適量

- ①全卵を軽く角が立つくらいまで泡立てる。
- ②大和芋をすりおろす。
- ③①と②を混ぜ、薄力粉を加えて練らないようにさっくりと混ぜ合わせる。
- ④ゆり根は水気をふきとつて片面に③をつけ、170℃の油でキツネ色になるまで揚げる。
- ⑤塩を振る。好みでマヨネーズ3対ケチャップ1を混ぜたソースを添える。

### 大根と玉ねぎの和風サラダ

JAようつい産玉ねぎ…1/2個  
JAようつい産大根…10~15cm  
しょう油…大さじ1・1/2  
みりん…大さじ1  
砂糖…小さじ1/2  
ダブルオイル…大さじ1  
酢…大さじ2  
塩…少々  
しょうが…小さじ2(すりおろし)

JAようつい産大根は、皮をむき、水にさらして水気をしきりきる。JAようつい産玉ねぎは、薄くスライスし、水にさらして水気をしきりきる。JAようつい産大根とJAようつい産玉ねぎを混ぜ、ダブルオイル、砂糖、みりん、しょう油、酢、塩、しょうがを混ぜ合わせて盛り付け、良く混ぜたドレッシングをかける。

今号からスタートする『おしえて！えぞふじくん』。身近な疑問質問にJAようついの担当者がお答えする農協と読者の皆さんとのキヤツチボール企画がスタート！

おしえて！



ようついの旬の農産物を友人に贈りたいと思いますが、どこに問い合わせればいいですか？

A



(株)Aコープようついの各店舗もしくは、地方発送受注窓口 **フリーダイヤル：0120-049-748** で受け付けています。

ご家庭でインターネットが繋がっている場合は、JAようついのホームページ <http://www.ja-youtei.or.jp/> の「農産物のご購入」のコーナーからリンクしている販売サイト（にっぽん市）で注文することもできます。

ギフトとして贈られる場合は、アスパラ（5月中旬～6月）、メロン（6月中旬～10月）、スイートコーン（8月上旬～9月）、ゆり根（9月上旬～12月）、トマトジュース（通年）などがおすすめです。  
ようついの旬の農産物は、地元からの贈り物として最適です。

収穫情報などは、ホームページでも紹介していきますので、ぜひご覧になってください。



はじめまして  
は



えぞふじ（蝦夷富士・羊蹄山）  
にちなんだデザインで、子供たち（ミニふじ）と共に誌面に  
神出鬼没に登場していきます。  
楽しみに！

皆さんから  
ご質問お待ちしています♪

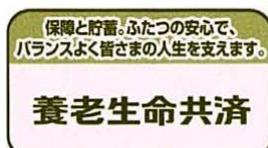
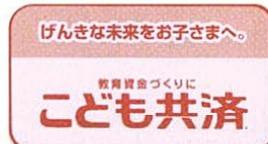
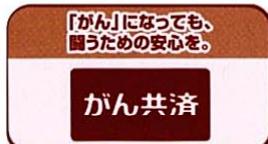
<http://www.ja-youtei.or.jp>

※お問い合わせ頂いた個人情報については、お問い合わせに対するEメールでの返事のみに使用させて頂きます。

（質問の内容によっては、お答えできない場合があることをご了承願います。）

※お問い合わせの多い内容については、本コミュニティ誌でも紹介させて頂きます。

## JA共済の厳選されたラインナップをご紹介します。



JA共済  
ずっと・サンキュー3Q  
キャンペーン

会って安心。あなたの笑顔をいつまでも。

●ホームページからもご応募できます。

抽選で各期39,000名様(総計156,000名様)に当たります!

A. ニンテンドーDSi  
B. JA共済オリジナル  
C. アンパンマン賞  
D. JAタウン船  
※A-DはニンテンドーDSi用の記念セレクションオリジナルケースです。

※賞品のデザイン・仕様等が変更となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

キャンペーンホームページはこちらから ▶▶ <http://www.3qja.jp>

(09011501033)

JA共済では、創立以来、みなさまに「お会いすること」を最も大切にしています。