

すいとう

I LOVE むなかた

JAむなかた

Feb. 2017
Vol.41

*【すいとう】…むなかたを好いとう！と
農業のシンボル・水稲に想いを込めました



むなかた産

こだわり名鑑 vol.27



カリフラワー

[Cauliflower]

むなかた地域は、福岡県で唯一のカリフラワーの産地です。勝浦・津屋崎エリアでは、海岸線の減多に霜が降りない気候を活かして上質なカリフラワーが作られ、市場で高い評価を得ています。

品質にこだわり、新品種への取り組みも

むなかた地域でカリフラワーの産地化に取り組み始めたのは昭和43年。JAが中心となり、品質に徹底したこだわりを持って進められました。昭和52年には「特定野菜」に産地指定され、福津市の名産品として「福津の極み」にも認定されています。

現在「JAむなかたカリフラワー部会」の会員は19人。高齢化や後継者不足により出荷量は減少しましたが、地域に適した品種の選定や栽培・防除記録の徹底、専門の検査員による厳しいチェックなどを行うことで、伝統ある産地を守り続けています。また、収穫後すぐに真空予冷装置で冷却して出荷。遠方にも鮮度を保ちながら運んでいます。

今年は、新品種「雪月(ゆきづき)」の特別販売に取り組んでいます。「雪月」は、他の品種に比べても白さが際立ち、市場でブランド化され注目を集めています。カリフラワーの中でも特に繊細で傷つきやすいため、より丁寧な栽培・管理を徹底しています。

- *特定野菜とは…消費量が多く国民生活にとって重要な野菜(指定野菜)に準ずると認められた野菜。いちご、かぼちゃ、ブロッコリーなど35品目。
- *福津の極みとは…福津市の生鮮、加工品、工芸品等で優れたもの、良いもの、福津らしさを表現したものを、福津ブランドとして認定したものです。



定植作業



大きさや品質などの規格を確認



おもに8kg段ボールに詰めて出荷されます

▼カリフラワー出荷まで

- 5月 販売実績検討
次年度品種検討
販売状況や品種、今後の見通しなどを話し合います。
- 8月 播種
- 9月 定植
追肥、病害虫の防除を徹底します。
- 11月 出荷規格査定会
出荷期間中定期的に査定会を開催、規格の統一をはかります。
- 11月 収穫・出荷
係員が品質を丁寧にチェック。真空予冷装置によって短時間で冷やし、高品質のまま出荷します。

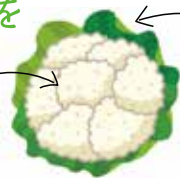
なるほど! カリフラワーのルーツと豊富で壊れにくいビタミンC

紀元前600年頃、古代ギリシャ人が食べていたケールという野菜からキャベツが生まれ、キャベツの蕾が肥大化してブロッコリーが誕生。そのブロッコリーが突然変異して生まれたのがカリフラワーです。

ブロッコリーが緑黄色野菜に分類されるのに対し、カリフラワーは淡色野菜。ということは栄養価が低いのか?と思うかもしれませんが、そんなことはありません。例えばカリフラワー100g中にはビタミンCが81mgも含まれています。茹でたあとでも、同量のレモン果汁より多くのビタミンCを含んでいるんです。また、高血圧に効果があるカリウムも豊富に含まれています。

おいしいカリフラワーを選ぶポイント

蕾が白くて、締まっている



葉や軸の切り口がみずみずしい
ずっしりと重いもの

カリフラワーの保存方法

なるべく早く茹でるなどして調理するのがベストですが、保存方法としては湿らせたキッチンペーパーで巻き、ラップで包むと乾燥を防ぐことができます。茹でてから水気を切って冷凍保存してもGood!

PRESENT!!

正解者の中から抽選で **プレゼント** クイズ
JA共通商品券2,000円分を5名様にプレゼント!



クイズ

今年、特別販売に取り組んでいるカリフラワーの新品種の名前は何でしょう?

応募方法

住所・氏名・年齢・電話番号、クイズの答、『すいとう』へのご感想などを書いてハガキまたはメールでご応募ください。

〈宛先〉〒811-3436 宗像市東郷4丁目3-1

JAむなかた「すいとう」係 まで

★メール / kouhou@ja-munakata.or.jp



応募締切

3月3日(金) (当日消印有効) *JAむなかたHPからも応募いただけます!

- 当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。
- 個人情報厳重に管理し、賞品の発送以外の目的では使用しません。

フェイスブックでも情報配信中!

facebook

右のQRコードからもアクセスできます。ぜひチェックしてください。



ホームページは JAむなかた で検索!

旬の野菜たっぷり
カリフラワーと鶏肉の
中華風炒めもの

材料
(3~4人分)

- カリフラワー.....1 房
- 鶏肉.....200g
- しめじ.....適量
- かぼちゃ.....適量
- 絹さや.....適量
- 生姜・ニンニク.....適量
- 鶏ガラスープの素.....大さじ2
- 酒.....大さじ1
- みりん.....大さじ1
- 醤油.....大さじ2
- ゴマ油.....小さじ1
- オリーブオイル.....大さじ1
- 塩コショウ.....適量

作り方

- 1 カリフラワーとかぼちゃは一口大にカットし、ラップをかけて電子レンジで加熱する。鶏肉は塩コショウをし、絹さやはスジをとっておく。
- 2 フライパンにオリーブオイルを熱し、生姜とニンニクのみじん切りと鶏肉を炒める。
- 3 鶏肉がこんがりしたらカリフラワーとほぐしたしめじを炒め、鶏ガラスープの素、塩コショウ、酒、みりんを入れ炒める。
- 4 かぼちゃ、絹さやも合わせて炒め、仕上げに醤油、ゴマ油を回し入れ、ざっくり炒めたらでき上がり!



むなかた、ふくつ産の
食材を主役に

忙しいあなたに
おすすめ!
創作
料理



簡単にできる
カリフラワーとほうれん草の
中華スープ



材料
(2~3人分)

- カリフラワー.....適量
- ほうれん草.....適量
- にんじん.....適量
- しめじ(またはエノキタケ、椎茸など).....適量
- ベーコン(またはハム、ウィンナー).....1 枚
- 水.....400~450cc
- 鶏ガラスープの素.....小さじ2
- 醤油.....小さじ1
- ゴマ油.....小さじ約1/2
- 塩コショウ.....適量

作り方

- 1 材料を食べやすい大きさに切る。カリフラワーとほうれん草は下茹でをするか電子レンジで加熱する。
- 2 鍋に水を入れ、沸騰したらほうれん草以外の材料と、鶏ガラスープの素を入れる。
- 3 カリフラワーに味がしみるまで煮込んだら、醤油・塩コショウで味を整え、ゴマ油を入れる。
- 4 最後にほうれん草を入れ、ほうれん草が温まったら完成!

Let's challenge!
家庭菜園

育てやすく何度でも収穫
プランターでニラつくってみませんか

ニラはビタミンが豊富な野菜。生育適温は15~25℃ですが、暑さや寒さに強く、半日日が当たらない場所でも育てることが可能です。一度植え付けると長期間の栽培が可能で、年に7~8回は収穫ができるので、家庭菜園初心者の方にもおすすめの育てやすい野菜です♪

1年目は株が十分に育ちきっていないので、雨や寒さで葉が傷んでしまいます。冬季は室内もしくは屋根のある場所で育てましょう。

1. 土作り

プランターは深さ20センチ以上のものを選びましょう。鉢底石を敷き詰めたプランターや鉢に培養土を入れ、表面を軽くならし、鉢底から水が流れ出るまでたっぷり水をかけます。

培養土
鉢底石(ボラ石)
深さ20cm以上
底から溢れるまで水をたっぷりやる

2. 種蒔き

棒や指などで深さ約1cm程のまき溝を作ります。列と列の間隔(条間)は15cm程空けます。まき溝の中に約1cm間隔で種をまき、周囲の土をかぶせ、手で軽くおさえます。その後、たっぷり水を与えます。

条間は15cm、1cm間隔で種をまく

肥料

植え付け後、2週間に1回ほど5~10gの化成肥料を追肥します。または、週1回水やりを兼ねて液肥を施します。肥料、特に窒素が多いと芽が濃緑色となり、葉が柔らかくなります。逆に足りないと黄緑色になりますので、葉の色を見ながら追肥してください。

3. 間引き

発芽後、密生してきたら間引きし、軽く増し土をします。その後はたっぷり水を与えます。さらに草丈10cmぐらになったら2~3cm間隔に間引きします。

水やり

土の表面が乾いたら鉢底から少し水が流れ出るくらいまであげましょう。(外で管理する場合は多雨に注意)

4. 収穫

1年目は収穫せずに育てるといいますが、収穫してもかまいません。(柔らかいニラが食べられます) 2年目からは葉が伸びて20~25cmになったら収穫時です。根元から3~4cm残して収穫します。2~3週間後には再び葉が伸び始めて何度も収穫が楽しめます。収穫後も追肥をします。追肥のあとは土寄せ、もしくは土が減っていたら増し土をしましょう。

3~4cm残して収穫

☆参考: プランターで家庭菜園 (http://yasai.aromahow.com/hasai/17.html)



輝くむなかたびと

思い出の風景を
ジオラマで甦らせる
松田 茂義さん「福津市宮司ヶ丘」
66歳



「幼い頃から乗っていた電車や見た風景を再現しているんです。だから昔から知っている北九州市・宗像市・福津市だけが、僕が作るジオラマの舞台」と笑う松田さん。路面電車や筑豊線、宮地岳線を中心に、写真と記憶から鉄道模型のジオラマを作製しています。

きっかけは、1997年秋、松田さんが47歳の時に肩を壊し、趣味のアーチェリーを続けられなくなったことでした。ふらっと立ち寄った模型店で鉄道模型のジオラマを目にし、店主と客が繰り広げる模型談義に加わります。小さい頃から模型が好きだったことを思い出した松田さんは、早速、鉄道模型の会「まくら軌会」に入りジオラマ作りのノウハウを教してもらいました。

懐かしい街並みを自分流で再現

松田さんが作るのは記憶の中にある風景です。20代から蒸気機関車や鉄道を追って撮り溜めたモノクロ写真を見ながら、1枚の写真に納まった風景をA4サイズ程の面積のジオラマにしていきます。「イチから全部自

分で作る人もいますが、僕は既製品の模型を組み替えて、『こんな建物あったよな』という形や色に変えていけます。木の枝や100円ショップのつけまつげを使うことだってありますよ。なんでも材料になるからね」と松田さん。そうしてできた一つひとつの風景は、組み合わせるとどこか見たような懐かしい街並みに。「写真そのままというよりは、僕の主観が入っている」というジオラマには、松田さんの記憶で作られる色合いや雰囲気独特の趣が生まれています。

興味がある人は是非チャレンジしてほしい

昨年8月にはJR福岡駅構内で初めて模型を展示しました。「自分だけの趣味だと思っていたけど、『懐かしい』『あその景色ですよ』と言われたときは、人それぞれ自分の思い出を持っていることを改めて感じて、僕のジオラマで懐かしんでもらえることが嬉しかった」と、笑顔で振り返りました。「興味がある人には是非、自分の手で作ってもらいたい。『誰にだって作れるんだよ!』と伝えたいです」

知っとお? 地元トリビア 宗像・福津のナルホド雑学をご紹介します!

つやざき きどう
福岡と宮地獄神社をつなぐ馬車鉄道 津屋崎軌道

◆明治後期から昭和初期まで馬車が参拝者の足でした

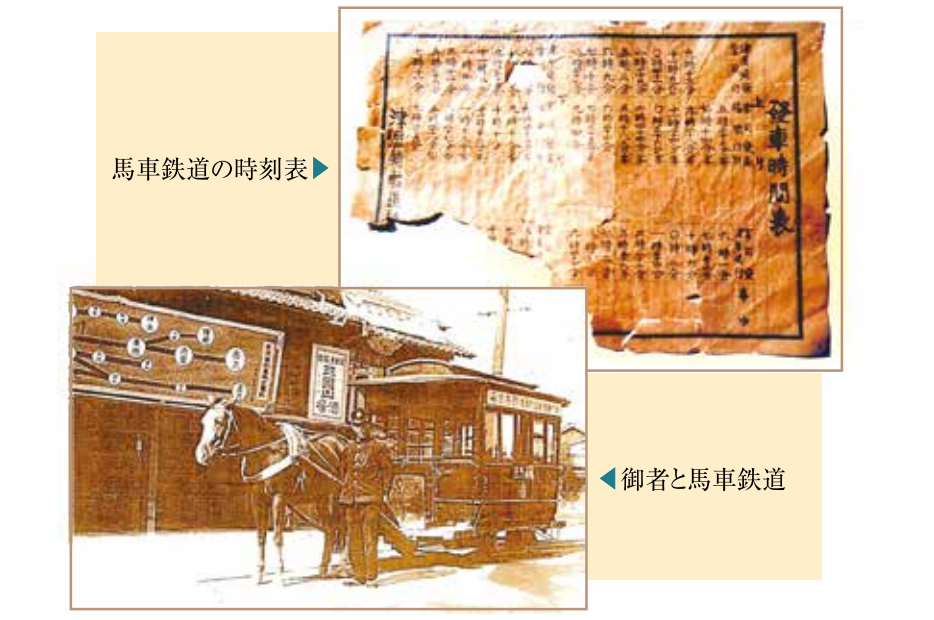
最近、人気アーティストのTVコマーシャルで一躍有名になった宮地獄神社。明治・大正時代も、いと変わらず多くの参拝者が訪れ、九州鉄道福岡停車場(現JR福岡駅)は大いに賑わっていました。現在は、福岡駅から宮地獄神社まで路線バスが走り、アクセスも便利になっていますが、バスがなかった当時どのような交通手段で参拝に行っていたのでしょうか。

明治後期、九州鉄道福岡停車場から約1.5km離れた神社までをつないでいたのは、馬車鉄道(津屋崎軌道)でした。地域の人たちからは「馬鉄(ばてつ)」と呼ばれ親しまれていました。

◆福岡から宮司~津屋崎までの3.8kmを時速10kmで

馬車鉄道は1908(明治41)年に完成。機関車がわりの馬の手綱を御者(馬をあやつる人)がさばき、道路に敷設された単線の軌道に沿って時速10kmほどのスピードで走るのんびりしたものでした。翌1909年8月には宮司(宮地獄神社最寄駅)から津屋崎まで路線を延長し、総路線は3.8kmになりました。御者には地元の農家の人たちが持馬とともに採用され、最盛期には13人が午前と午後の二交代勤務で大変忙しかつたようです。

開業当初は人力車との競合で乗客数は伸び悩みましたが、その後少しずつ増えていきました。乗客の大多数は宮地獄神社への参拝客でした。



◆1939(昭和14)年に姿を消しました

1924(大正13)年、津屋崎軌道は西鉄の前身である博多湾鉄道汽船株式会社に吸収合併され営業を存続しますが、乗合自動車(バス)の普及により乗客が減少し、開業から31年後の1939(昭和14)年に廃止されました。

この歴史を伝えるために福津市の乗馬クラブが2011年から予約制の観光馬車を走らせています。

JAむなかたでは、地域に密着した様々な活動を展開中です。それぞれの部署・支店が行っている楽しい活動をご紹介します。

JAは地域の皆様どなたでもご利用いただけます。
お気軽にお近くのJA各支店へ♪

キッズクラブ第3弾は枝豆狩り♪



ふれあい生活課

子どもたちの食と農への興味を高める「キッズクラブ」は年に5回開催。今回は枝豆を収穫し、「ずんだもち」を作りました。「枝豆ってこんなふうになっているんだ♪」

ピラティスで自分磨き



ふれあい生活課

これからの地域を担う女性にもっと素敵に輝いてほしいと開講している女性講座「きらめき塾」。第4回は受講者の9割が初体験のピラティス講座で、楽しくエクササイズをしました♪

子どもたちと楽しく収穫体験



各支店

写真は、河東支店主催の収穫体験

春に河東保育園のみんなが植えたお芋の苗がすくすくと成長し、いよいよ収穫。大学芋と芋の天ぷらを作り、採れたてを味わいました♪「美味しい〜」

寒さ吹き飛ぶ! 支店まつり♪



各支店

写真は、田島支店♡みなと愛まつり
地域の皆さんに日頃の感謝を込めて毎年開催しています。アグレス(JAむなかた女性部)の皆さんによって振る舞われた豚汁や、田島支店が作ったたこ焼きは好評でした♪

大好評! 島の農業まつり



大島支店

島の皆さんに野菜や米粉パンなどをまつり価格で販売しました。開始前から大行列で、「安いね〜!」とカゴいっぱい購入。ぜんざいも振る舞われ、あつたか〜い1日に♪

夏から続けた蕎麦作り



河東支店・東郷支店

2支店が合同で蕎麦作り体験を実施しました。9月の種まきから、蕎麦打ち・実食までを体験した皆さんからは「貴重な体験ができて楽しかったです」と嬉しい声も♪ 来年もがんばります!!

Information from JA Munakata

JAむなかたからのお知らせ

聞いて見て食べてみよう!! 宗像・福津のやさしい祭り!

むなかた 食と農地域フォーラム

●日 時…平成29年3月12日(日)
(開場/10:00~ 開演/10:30~)

●場 所…玄海ロイヤルホテル

●参加料…1,500円(ランチ代含む)

●定 員…200名

●講 演
講 師:古川 年巳さん (古川クッキングスクール校長)
テーマ:「おふくろの味で心は育つ」

●ランチタイム
古川先生が考案した地元野菜を使ったメニュー(カリフラワー・ブロッコリーなど)

★チケット販売開始…2月1日(水)(定員になり次第締切)

★チケット販売場所
JAむなかた支店・米粉パン工房姫の穂・米粉パン工房穂の香・ほたるの里・かのこの里・ふれあい広場ふくま・あんずの里市道の駅むなかた

●主催/JAむなかた・むなかた地域農業活性化機構

●お問合せ 農業対策課 ☎0940-36-2374

第35回 文化講演会

錦野 旦「元気に明るく、生きるためには」
ミニライブ&夫妻トークショー

日時 平成29年 3/18(土)
●開場12:00 ●開演13:00
※都合により開場時間を早める場合がございます

会場 宗像ユリックス イベントホール (宗像市久原400)

チケット 全席自由・前売券のみ
一般 1,500円(税込)
JA会員 1,000円(税込)
(組合員・アグレス・年金友の会)

各支店で販売中

●お問合せ ふれあい生活課 ☎0940-36-2371

農業者支援強化プロジェクト特別金利

この機会に農業用自動車、農機具、ハウスなど、欲しかった農機具を自分のものに♪
農機具クレジットの借換えもOK!

JAむなかた 農業所得向上 応援事業 **特別金利**

JA農機 ハウスローン

返済期間5年以内 全期間固定 年 **0.2%**

返済期間5年超 当初5年 年 **0.5%** (5年超:1.5%)

●キャンペーン期間 平成29年3月31日(金)まで

●対象:借入金額100万円以上(当初5年間1%軽減適用)

●お問合せ 本店融資課(☎0940-36-4456)または各支店

春野菜苗の 売り出し

期間 4月20日(木)~5月7日(日)
9:00~16:00
(販売時間は変更になる場合がございます)

グリーンセンター本店 福間・津屋崎
[津屋崎は4月22日(土)のみ販売]

●お問合せ グリーンセンター本店 ☎0940-36-4785

元気と笑顔溢れる! JAむなかたの文化講座

JAむなかた 平成29年度 **アグレス講座**

《講座期間:平成29年5月~平成30年4月》

アグレス会員は 年間受講料が割引価格でお得です!
あなたにぴったりの趣味の講座を見つけませんか?

フラワーアレンジ ガーデニング 料理教室
生け花 ワンストロークペインティング やさしい英語
サンフレッシュ健康体操 3B体操 プリザーブドフラワー

★詳しくはJAむなかたホームページをご確認ください。

●お問合せ ふれあい生活課 ☎0940-36-2371

アグレス会員 になりませんか?

アグレスとは? 農業と女性を意味するアグリカルチャーとレディースを使った造語で、JAむなかた女性部の愛称です。

こんな方に特にオススメです♪

- いつまでもイキイキしたい方
- 地域のいろいろな仲間と交流したい方
- 地産地消や安全安心な食に興味のある方
- 健康な生活を目指す方
- 鑑賞やお出かけなど 楽しいことや旅行が好きな方
- お花や体操など何か自分磨きを始めたいな~と思っている方……など

年会費 **1,000円**
年齢制限もありません。宗像市・福津市にお住まいの方ならどなたでも会員になれます。

●お問合せ ふれあい生活課 ☎0940-36-2371