

上益城の“農”と“人”を繋ぐJAかみましき祭の地域コミュニティ誌

かみ・Come!!

Vol.31
2024.4
春号

山都町のイケ生産者

タケノコづくりは温故知新!

山都町のタケノコ農家を訪ねて

ぱぱっとうれしい♪旬イベント!

でる



タケノコづくりは温故知新！ 山都町のタケノコ農家を訪ねて



自然な山々はタケノコ生産において最適な環境。そんな自然に囲まれる中、山都町島木地区でタケノコづくりに全力を注ぐ村上誠一さんにお話しを伺ってきました。

タケノコづくりに関して、私の中でまず頭に浮かぶのは温故知新という言葉です。温故知新とは昔のことを研究し、そこから新しい知識や道理を見つけて出すという意味で、タケノコづく



は？
タケノコづくりにかける想いは？

私がタケノコを栽培したのは60歳で定年してからなので、今年で16年目になります。国産のタケノコを少しでも多くの消費者に広めたいという思いやタケノコは害虫による病気のリスクも少なく、自分の頑張り次第で生産性を上げられる作物だと思ったのがきっかけです。



タケノコづくりはじめたきっかけは？

今回訪ねたのは、タケノコの生産が盛んな山都町島木地区で農業に取り組まれている村上誠一さん（76歳）。自然な山々はタケノコ生産において最適な環境です。今回はそんな自然に囲まれる中、タケノコづくりに全力を注ぐ、村上さんにお話しを伺ってきました。



整備された竹林

りだけでなく、農業やそのほかの事にも言えるとは思いますが、私はタケノコを作るうえでこの言葉を大事にしながら日々タケノコづくりに励んでいます。具体的な行動としては、タケノコの収穫や肥料を振りやすくなるため、間引いた竹を横だけでなく縦に置き、区画を作ったことや親竹に色の付いたテープを貼り、シーズンごとに色を変え、タケノコがでる時期を把握し効率的に収穫できるよう日々栽培方法を研究しながらタケノコを作っています。まだまだこれからも、新しい知識や考え方を取り入れながらタケノコづくりに励んでいきたいです。

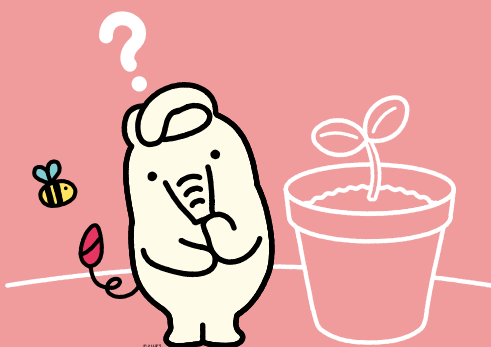


山都町 村上 誠一さん（76）

【経営規模】
タケノコ（50アール）、水稲（50アール）
銀杏（30アール、約100本）



JAにお金にまつわる
お悩みを
相談してみませんか



将来に備えて、お金の色分けや資産運用を始めたい方はじめの一步はJAへ。
お金にかかわるお悩みにしっかりお応えいたします。

金融部
からの
お知らせ

投資信託のご相談、資産運用のご相談、お気軽にご相談ください！

福祉のことで何かお困りの事、ありませんか？

JAかみましきでは
上益城郡内で居宅介護支援や
通所介護老人ホームなどの
福祉サービスを行っています。

JA上益城居宅介護支援事業所

☎ 0967-73-1253

居宅介護支援事業所虹のかけ橋

☎ 096-234-0009

福祉センター

☎ 0967-73-1211

福祉
からの
お知らせ

何かお困りの時は、
お気軽にお尋ね
ください！



一緒に頑張るスタッフも
募集中。
詳しくはお電話ください。



今後の目標は？

まだタケノコづくりで、竹林が自分のイメージ通りになっていないところがあるので、さらに工夫をしていきたいと思っています。また、今後は農業の技術などを若い生産者に伝えていき、管理されていない竹林を少しでも減らせればと考えています。今が旬のタケノコを皆さんぜひ食べてください。

1 タケノコを見つける



2 タケノコのまわりを掘っていく



3 掘れたら根本から収穫



タケノコの栄養について

タケノコは、カリウム、マンガン、アミノ酸の一種チロシンを含みます。高血圧の抑制、生活習慣病予防に効果があり、マンガンには活性酸素を消す作用や、女性ホルモンの分泌を盛んにする作用があります。チロシンは脳を活性化させる働きも。食物繊維が豊富なため大腸ガンの予防効果があります。



◆たけのこのあく抜きについて



①穂先を斜めに切り落とす ②上から下に切れ込みを入れる ③たけのこ、米ぬか、鷹の爪 ④あく抜きが終わったら皮を ⑤完成
を入れて火にかける 剥いていく

- ①たけのこの穂先を斜めに切り落とし、上から下に切れ込みを入れておく
- ②鍋に水をはり、たけのこ、米ぬか、鷹の爪を入れ火にかけ約40分程茹でてあく抜きをする
※米ぬかがない場合は、にがりを50ccほど入れる
- ③あく抜きが終わったらボウルに水を入れたたけのこを入れて皮を剥く
※たけのこの姫皮は、塩昆布と合えたりすると美味しいです



購買部からのお知らせ



2024 JAジュシー愛飲運動

熊本の水と大地の贈り物ジュシー。

1 2,760円	2 2,540円	3 2,560円	4 2,560円	5 2,280円	6 1,870円	7 1,500円
8 2,500円	9 2,460円	10 1,950円	11 2,580円	12 2,660円	13 2,500円	14 2,550円
15 2,810円	16 1,770円	17 1,980円	18 2,400円	19 2,110円	20 2,480円	21 1,890円
22 2,150円	23 2,730円	24 2,540円	25 2,660円	26 2,680円	27 2,410円	



JAバンクでも 投信取扱い はじめました



投資信託を始めるなら、身近なJAバンクが便利で安心。専門のJA職員に気軽に相談できて、さまざまな投資信託をご検討いただけます。

金融部からのお知らせ

投資信託のこと、資産運用のこと、お気軽にご相談ください！

ぱぱっとうれしい旬レシピ



タケノコと春野菜のピラフ



材料 (4人分)

米……………2合
 タケノコ……………2本(上部5cm)
 アスパラガス……………3本
 人参……………1本(5cmの長さに千切り)
 コンソメ顆粒……………大さじ2
 塩……………少々
 バター……………30g
 オリーブオイル……………大さじ2



作り方

- ①米は洗ってざるにあげ15分置く
- ②フライパンにオリーブオイルを入れ米を透き通るまで炒め塩少々加える
- ③タケノコをくし切りのスライスにし千切りにした人参を②に加えて炒める
- ④炊飯器に③を入れ水、コンソメ顆粒を入れてスイッチを入れる
- ⑤アスパラガスの下をピーラーで剥き軽く塩ゆでしてひと口大にカットし別皿に取っておく
- ⑥炊き上がったらバターとアスパラを入れ10分ほど蒸して混ぜたら完成

あんかけタケノコボール



材料 (4人分)

タケノコ……………2本(下部)(粗みじん切り)
 鶏ミンチ……………200g
 人参……………1本(2cmの長さに粗みじん切り)
 生しいたけ……………1枚(粗みじん切り)

A	味噌……………大さじ1	B	水……………300cc
	酒……………大さじ1		薄口醤油……………大さじ3
	塩……………1つまみ		濃口醤油……………小さじ1
	片栗粉……………大さじ2		かつおだし……………大さじ1

水溶き片栗粉……………(水50cc・片栗粉大さじ1)

作り方

- ①ボールに鶏ミンチとAを入れこねて滑らかにする
- ②タケノコ、しいたけ、人参を①に混ぜ合わせピンポン玉状の球にする
- ③レンジ皿に②を間隔をあけて並べラップをして600Wで4分加熱する
- ④Bを鍋に入れ煮詰めたら水溶き片栗粉を入れとろみをつけておく
- ⑤加熱が終わったら、④の餡をかけ完成

JAかみましきホームページには、この他にもたくさんの美味しいレシピを掲載しています。



プレゼント

JAかみましきの「旬の野菜詰め合わせ」を5名様にプレゼント!



この紙面をご覧になったご意見、ご感想等をご記入いただき、氏名、住所、郵便番号等をご明記の上、はがき、FAX、またはEメールにて下記までご応募ください。たくさんのご応募お待ちしております！(お寄せいただいた情報は、プレゼント発送の目的以外には使用しません)

はがき 〒861-3243 熊本県上益城郡甲佐町白旗543-1
 JAかみましき「かみ・come!! 春号プレゼント係」

FAX 096-234-0890

E-mail jakamimasiki@aioros.ocn.ne.jp

締切 5月7日(火) 必着

*当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

ご応募は
お早めに!



JAかみましき

〒861-3243 熊本県上益城郡甲佐町白旗543-1 TEL: 096-234-1155 FAX: 096-234-0890
 E-mail: jakamimasiki@aioros.ocn.ne.jp URL: https://www.ja-kamimashiki.or.jp/

編集 総務部企画・管理課