



とちぎ プラザ

ふお you

vol. 223

JAグループ栃木は、安全・安心な農畜産物の提供、地域社会への貢献など多彩な活動を展開しています。企画特集「ふお you とちぎ JAプラザ」では「豊かな暮らしをサポート」をメインテーマに県内の農畜産物と生産者、直売所、JAグループ栃木の取り組みを紹介します。

【企画・制作 下野新聞社ビジネス局】

鹿沼のブランド「守りたい」

脱サラし新規就農
今月、待望の初出荷

栃木県は高知県に次いで全国2位の「ニラ生産県」。中でも鹿沼市のニラ農家が中心の「鹿沼にら部」(100人)の生産量は本県全体の約3割を占め、県内最大の産地。全国でもトップクラスを誇っています。鹿沼にら部に所属する同市油田町の石川丈泰さん(47)は昨年4月に新規就農し、今年1月に待望の初出荷へ漕ぎ着けました。

「鹿沼のニラのブランドを守りたい」と張り切っています。今月中旬は、ニラが最もおいしい

という「一番盛り」の出荷のピーク。石川さんは、妻の和美さん(46)、和美さんの父母の計4人で刈り入れと出荷作業に追われています。

栃木市育ちの石川さんはかつて、東京都内で会社員として働いていました。超ハードなサラリーマン生活でした。母の実家がコメとナシの農家で、子どもの頃に手伝った楽しい経験が『いつか農業をしてみたい』という思いにつながった」と振り返ります。

ニラを選んだのは、それほど重労働ではなく、「父母世代とともに家族みんなで農作業ができる」「収入が最も多い」という理由で、

「鹿沼のニラは品質も全国トップクラス。幅広で肉厚、深みのある甘みに特徴があります」と胸を張ります。昭和40年代前半に栽培が始まり、約60年間で培われた栽培技術が今日の地位を支えています。「高齢化で農家が減少してい

る現状はありますが、石川さんのような新規就農者もここ数年増えていきます。後に続く若い人たちの良いモデルになってほしい」とエールを送ります。

おいしい食べ方について、石川さんは「今が旬の一番刈りをレンジで少し温め、ポン酢で食べるのが最高です」と教えてくれました。

お問い合わせはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

動画はこちらから

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。

お問い合せはJAかみつが総務部くらしの活動課(0289・65・1012)。



市場評価が高い鹿沼のニラ

初年度は「ミラクルグリーンベルト」と「ゆめどり」の2品種を、ハウス6棟で計12アール栽培。将来的には50アールの栽培を目指しています」と夢が膨らみます。



収穫に向けた準備作業

動画はこちらから



石川 丈泰さん(47歳)

お役立ちレシピ 豚しゃぶのごまにらダレかけ



●材料●(材料2人分)
豚肩ロースしゃぶしゃぶ用...200g
にら...1/2束
ポン酢しょうゆ...大さじ5
白ごま...大さじ3
砂糖...大さじ1
ごま油...小さじ2
ラー油...適量

■1人分 カロリー...321kcal
塩分...2.0g(にらダレ2/3程度使用)
調理時間...15分

にら独特のにおい成分である「アリシン」には、疲労回復に必要なビタミンB1の吸収率を高める効果があると期待されています。また、血行を良くして体を温め、胃腸の動きも助けるので、風邪予防や回復にも効果的です。



- ①豚肉は食べやすい大きさに切る。鍋に湯を沸かし豚肉を入れて茹で、色が変わり火が通ったらザルにあげ、水気をしっかりと切り器に盛り付ける。
- ②にらは3mmの長さに切る。ボウルににらとAを入れ良く混ぜ合わせる。
- ③②を①の上に回しかける。

ワンポイントアドバイス

- ・ごまにらダレは、しゃぶしゃぶ以外にも焼いたお肉やお魚にも良く合います。今回のレシピの分量ですと多めに出来上がりますので、残り分は他の組み合わせでもぜひお試しください。
- ・にらの辛みが気になる方はサッと火を通してお使い下さい。

JAふれあい食材
管理栄養士 駒込美季
「ふれあい食材」では、安心・安全、新鮮、便利な食材をご自宅までお届けします。



「JA全農とちぎ 生活情報発信室」の公式【Instagram/X(旧Twitter)】が出来ました!



Aコープマークの商品紹介や、販売店舗のご案内、JAふれあい食材のおススメ商品や、季節に合わせたとりまとめ企画のお知らせなど日々の生活に役立つ魅力的なコンテンツを配信していきます! たくさんのフォロー☆いいね♡お待ちしております!



Instagram X(旧Twitter)



華やかな寄せ植えが完成



参加者全員で記念撮影

JAしおのや管内:矢板市、さくら市、塩谷町、高根沢町 次回はJAなす南です。

多彩な活動、社会貢献も

JAしおのや女性会 新年にふさわしい華やかで、女性がいいきとかな寄せ植えを制作しました。

参加し、地域や社会にも貢献するさまざまな取り組みを行っています。同会では、みそ作りや旅行、ヨガや絵手紙教室などを開催。昨年からは、はしもを編み込むマクラメのキーホルダー教室を新たに企画したところ好評でした。また、教室は毎年恒例となり、今回は22人が参加。講師を務めた吉沢生花店(氏家小前)の担当者から手のひらで育てる活動の収益を寄付する活動

も開催されています。JAしおのや女性会 全体の取り組みでは、フードドライブ活動を通じて生活困窮家庭に食料を提供しているほか、被災地向け募金も行い、地域や社会で困っている人を積極的に支援しています。地道な活動を通じて、新たな会員の獲得も目指しています。

お問い合わせはJAしおのや営農経済部(028・681・7554)。

地域の活性化 Information ~お知らせ~

JAしおのや

花の寄せ植え教室など



寄せ植えに挑戦する参加者

直売所のイチオシ!

JAうつのみや 上三川いきいきプラザ農産物直売所



地元産サツマイモを使った干し芋。おやつにいかが

甘くて柔らか 地元産の干し芋

県内でサツマイモ栽培が盛んな上三川町。新4号国道そばにある上三川いきいきプラザ農産物直売所では地元産のサツマイモを加工した干し芋が人気です。町内の石崎農園が製造・販売。地元産の「べにはるか」を徹底した温度管理の下で1カ月寝かし、さらに2週間じっくり天日干しで乾燥させ甘さを閉じ込めています。

丸干し商品(280g、1720円)と食べやすくスライスした商品(150g、840円)の2種類を販売。甘くて柔らかく、食物繊維も豊富で、子どもから高齢者まで幅広い層に人気です。

直売所には、地元生産者が栽培した旬の野菜が所狭しと並び、町内外からの来店客でにぎわいます。これからの時季、イチゴやダイコンも旬。午後1時閉店のため、来店は早い時間がお薦めです。



上三川いきいきプラザ 農産物直売所の詳しい情報はこちら

【営業時間】午前9時～午後1時
【定休日】第2火曜、隣接する上三川いきいきプラザ閉館日(毎月29日以降)、年末年始(12/29～1/5)※2/22、2/25～28 臨時休業
【所在地】上三川町上蒲生127-9
【電話】0285-55-1515(JAうつのみや上三川営農経済センター)



JAグループ栃木

お問い合わせ JA栃木中央会総務企画部
☎028-616-8540 <https://www.tcchu-ja.or.jp>

国産国産

国産国産とは、「国」民が必要として「消」費する食料は、できるだけその「国」で生「産」する、という考え方です。



特設サイト