



みやこんじょを「農」から元気に!

地産地消応援マガジン



# みやこん農

毎月26日発行

※自由にお取り下さい  
**無料**

2010  
VOL.3  
**1** 月号

編集・発行 ぼんち情報サポート※禁断転載  
沼城市上川東2丁目14-8  
TEL&FAX 0936 (77) 2431  
URL : <http://www.bjs-power.com> E-mail : [mkonjou0936@bjs-power.com](mailto:mkonjou0936@bjs-power.com)

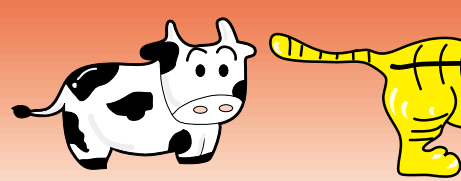


## 特集 2010年どんな年? 漢字一字でゆく年・くる年

ピックアップ ● 自然農法で食育 (自然農法都城普及会)  
椎茸まつり 高崎町農産加工センター  
フォーカス 横原地区収穫祭 (高城町)

今月の農家さん いちご栽培農家 戸越さん (山田町)

◆お料理コーナー : coo <sup>キング</sup> T a k a (しいたけサンド&ねったほ)



## ご挨拶

拝啓

二〇〇九年も残すところあとわずかとなりました。

本年は格別のご愛顧を賜り、まことに有難く厚く御礼申し上げます。

9月より発行を始めた「みやこん農」も、今月で3号（通巻4号）となりました。

これも偏に皆様のおかげでございます。

これからも、農業、商業、工業の連携を基盤として、ふるさとみやこんじよの元気の一端となれるよう努力してまいります。

来年も、より一層のご支援を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

敬具

平成二十一年十二月吉日

ぼんち情報サポート

代表 川内 賢幸



# 広告掲載大募集中

『みやこん農』は、都城・北諸県地域の「農業」をメインに扱っているフリーペーパーですが、私ども、ぼんち情報サポートでは「農・商・工」の連携を基盤に活動しております。

読者層は20代～80代と幅広く、あくまで一般の消費者をメインターゲットとしたフリーペーパーです。

個人事業主様・企業様の新たな宣伝媒体として、ぜひ本誌をご活用いただきたいと思います。広告を検討されている方、予定はないけど話だけ聞きたいという方、どんな些細なことでも構いません。お気軽にお問い合わせ下さい♪親切丁寧に対応させていただきます。

(誠に勝手ながら、アダルト・風俗等の広告はお断りしております。ご了承下さい。)

**BJS** **ぼんち情報サポート**

ブログ、過去分「みやこん農」公開中！

ぼんち情報サポート

検索

〒889-0012 宮崎県都城市上川東2丁目14-8

☎ **0986 (77) 2431**

URL: [http:// www.bjs-power.com](http://www.bjs-power.com)  
E-mail: [mkonjou0986@bjs-power.com](mailto:mkonjou0986@bjs-power.com)



2010  
VOL.3

1

月号

## P 4 特集 2010年はどんな年? & 漢字一字でゆく年くる年

### 《ピックアップ》

P 6 自然農法で食育 (自然農法都城普及会)

P 8 椎茸まつり (高崎町農産加工センター)

### 《フォーカス》

P 10 収穫祭 (高城町横原地区)



## 今月の農家さん

P 12 JA都城いちご専門部会山田支部 (戸越さんご夫婦)



P 14 ◆お料理コーナー: coo <sup>キング</sup>王 T a k a (しいたけサンド&ねったぼ)



P 16~ みんなの広場、1月イベント情報、野菜占い、休日急患 ほか

(※目次写真: 12月16日撮影 場所: 山田町)

◎ 2月号予告◎  
(※変更の場合があります。)  
(特集)  
トラトラトラ! 肉を食べて元  
気!! (仮)  
ほか

# 漢字で一字でゆく年・くる年

みなさんにとって2009年はどんな年でしたか？そして、2010年はどんな年にしたいですか？

読者のみなさんからいただいた2009年の漢字、2010年の漢字。

はたしてみなさんが思う「ゆく年」「くる年」とは？

ちなみに私どもは、ゆく年「慌」・くる年「飛」。2009年は「慌ただしく」て2010年は「飛躍」するように♪  
 それでは、読者のみなさんが胸に抱いた漢字を見てみましょう！いろいろな思いが現れていますよ～。

## くる年

幸

「くる年」の一位は「幸」でした！一年たったときにこの漢字であらわせたならそりゃもう「幸せ」でしょうな。

希 明 笑 安

二番目はこの四つ。どれも未来への想いが現れていますね。毎日がこうありたいものです。さて、残りはどうと…実はみなさんバラバラ。しかし、どれも新年への想いが込められていますね！

翔	不	樹	遊	華	子
前	開	望	幻	当	動
実	咲	豊	発	未	飛
夢	健	変	福	楽	挑

## ゆく年

苦

幸

「ゆく年」の一位は「苦」「幸」！対照的な漢字です。まさに格差社会…。

貧

暗

改

二番目はこの三つ。なんとというか、こんな国に誰がした！（涙）さあ、気を取り直して残りの漢字を見てみましょう。う〜ん、耐え難きを耐え、忍び難きを忍び（涙）え〜い！新年は必ずいい年にしましょう！！

疲	波	騒	辛	悲	楽
淋	努	前	賑	忍	発
変	減	耐	静	悩	自
夢	忙	新	無	根	遼

「ゆく年」「くる年」の漢字、みなさんはどんな漢字を思い浮かべますか？こうしてみると、いろんな一年があり、新年に向けての想いも様々なのがよくわかりますね。

2010年は、寅年です。そこで、隣のページでは、12年前・24年前の寅年がどんな年だったのか一覽で表わしてみました。ゴチャゴチャ見づらいとは思いますが、お許しください…（汗）どうです？あの日、あの時のことが思い出されますね。私自身は、86年だと「マイク・タイソン」「三原山噴火」、98年だと「W杯カズ外れる」「クローン牛」が印象的です。

ちなみに、86年サッカーW杯を制したマラドーナ。2010年は監督となつて帰ってきますね。他にも、98年「天下り見直し」発言もありますね。いやはや、「時代は繰り返す」とはよく言ったもんです。みなさんにとって充実した一年になるといいですね☆



# 2010年はどんな年？

## 2010年の主な出来事（予定）

12月	11月	10月	9月	8月	7月	6月	5月	4月	3月	2月	1月
・21日 第10回世界短水路選手権 ・20日 日本FFAAワールドカップ開 ・20日 催国決定	・11日 沖縄県知事選 ・12日 アメリア合衆国中間選挙 ・12日 アジア競技大会（中国）	・21日 全国障害者スポーツ大会（千葉） ・13日 プラザル大統領選挙 ・31日 国勢調査	・25日 第65回 ゆめ半島千葉国体秋季大会	・21日 全国高等学校野球選手権大会 ・31日 世界バドミントン選手権	・21日 第22回参議院議員通常選挙 ・28日 大相撲七場所（愛知） ・31日 地上アナログ放送終了	・11日 小惑星探査機はやぶさが地球に帰還 ・11日 国際宇宙ステーション完成予定	・30日 核拡散防止条約再検討会議 ・3日 第77回日本ダービー	・4日 労働基準法、土壌汚染対策法、宅地建物取引業法の改正の施行	・12日 平城遷都千三百年記念事業（奈良） ・8日 茨城県山崎直子さん宇宙飛行場が民間共用を開始	・17日 別府大分毎日マラソン ・21日 パンクリック ・28日 パーオリピック開催	・15日 大相撲一月場所（西国） ・10日 北九州を中心に中部地方 ・5日 都城市長&市議会議員選挙 ・1日 通常国会召集

## 12年前、1998年はこんな年だった！

12月	11月	10月	9月	8月	7月	6月	5月	4月	3月	2月	1月
・12日 日米合意 ・21日 日本提案の核軍縮決定が国連で採択	・11日 松坂大輔が現役引退 ・11日 小学生的3割「授業がわからない」	・10日 岡山大で5年生の連続移植に成功 ・10日 岡山大で5年生の連続移植に成功	・9日 米G7がスズキの筆頭株主に ・9日 結核感染が増加傾向 ・9日 巨匠黒澤明監督が死去	・8日 エース松坂の活躍で横浜高校春夏連覇 ・8日 北朝鮮が日本側にミサイル発射	・7日 石川県で「テイクアウト」の実験開始 ・7日 石川県で「テイクアウト」の実験開始	・6日 野茂英雄が「小室」を新設 ・6日 参院選スタジアムの時間を新設	・5日 スカイラインが誕生（若貴） ・5日 元XJAPANのhideが自殺	・4日 アゴントニオが引退 ・4日 民主党正式に旗揚げ（菅代表）	・3日 自己破産過半数を閣議決定 ・3日 「通信傍受法案」などを閣議決定	・2日 長野冬季大会開幕 ・2日 子供も欲しい20代が62%	・1日 石ノ森章太郎氏が死去 ・1日 キリンラガー43年ぶりに首位陥落

## 24年前、1986年はこんな年だった！

12月	11月	10月	9月	8月	7月	6月	5月	4月	3月	2月	1月
・12日 三原山が再噴火 ・12日 中曽根が内閣支持率が39%に落ちる	・11日 千代田の富士4連覇 ・11日 伊豆大島でマグニチュード7.1の地震	・10日 一世帯当たり3口から逆転優勝 ・10日 阪神が3割から逆転優勝	・9日 宮崎空港滑走路延長工事が始まる ・9日 女性党の土井たか子が大政党初の ・9日 宮崎県で航空自衛隊T2	・8日 米家庭文化交流が復活 ・8日 日航901便墜落から1周年忌 ・8日 合弁会社GMが小型自動車生産の	・7日 鹿嶋線が廃止が確定 ・7日 米千鶴の廃止が確定 ・7日 鹿嶋線が廃止が確定	・6日 W杯マラドーナのアルゼンチン優勝 ・6日 衆議院、通称「死んだらぶり解散」 ・6日 急激な円安 ・6日 衆議院、通称「死んだらぶり解散」	・5日 F1のライオンズ杯 ・5日 中曽根首相が衆議院選挙を断念 ・5日 中曽根首相が衆議院選挙を断念	・4日 米飛行機が墜落 ・4日 米飛行機が墜落 ・4日 米飛行機が墜落	・3月 観測（76年ぶりに核実験を実施） ・3月 米が初の地下核実験を実施	・2月 フォードが外務大臣に就任 ・2月 フォードが外務大臣に就任	・1月 工場の閉鎖で14人に ・1月 米ヤバレーンジャールの打ち上げ失敗 ・1月 金閣寺で猟銃男が立てこもり事件

- ### 1998年その他
- ・流行語大賞
  - ・ハマの大魔神
  - ・だっちゅうの
  - ・「今年の漢字」
  - ・「毒」
  - ・和歌山カレー事件などで
  - ・「テレビ」
  - ・鉄腕DASH放映開始
  - ・ショムニ、GTO 他
  - ・「音楽」
  - ・「夜空のノムコウ」
  - ・「Automatic」 他
  - ・「ファッション」
  - ・紺ハイソックス流行
  - ・厚底靴
  - ・ネイルアート流行始まる

- ### 1986年その他
- ・「流行語大賞」
  - ・新人類
  - ・「今年の漢字」
  - ・1995年からのため無
  - ・「テレビ」
  - ・加トちゃんケンちゃんこきげんTV
  - ・風雲！たけし城
  - ・男女7人夏物語
  - ・あぶない刑事
  - ・太陽に吠える（終了）他
  - ・「音楽」
  - ・「DESIRE」
  - ・「CHA・CHA・CHA」 他
  - ・「仮面舞踏会」
  - ・「ファッション」
  - ・ミニスカート
  - ・ダイアナファッション
  - ・ボディコンファッション登場

# 自然農法で食育



写真提供：MOA自然農法文化事業団

第1回ふれあい収穫祭が、11月22日 都城市今町で行われました。これは、自然農法都城普及会が、未来を託す子どもたちに「安心・安全」の食材を知ってもらいたい、食べてもらいたいという熱い思いから実施されました。当日は、自然農法で栽培された、ニンジンとゴボウの収穫体験から始まり、食育の一環で、自然農法で栽培された食材を使った料理を味わう食事が行われました。

先に行われた収穫体験は、ぐずついたお天気を吹き飛ばすかのように、子ども達の明るい笑顔があふれていました。畑から野菜を収穫するたびに、子どもも大人も大歓声。小さなお子さんは、土の中から出てくるニンジンやゴボウを不思議そうに見ていました。親御さんの中にも、初めて収穫を体験した方もいて、子どもたちと共に分かち合う喜びに、終始笑顔が絶えませんでした。

また、食事会では、自然農法についての説明や野菜を当てるクイズを行うなどの食育授業を行いました。子どもだけでなく、大人も一緒になって自らの食について考え、食に関する知識と食を選択する判断力を、楽しく身につける良い機会になったようです。提供された料理は、自然農法で栽培された野菜や材料を使用して調理されており、「安心・安全」を直に体験できる



写真提供：MOA自然農法文化事業団

▶ながくいゴボウが採れました！自分の身長より長いゴボウにビックリ!!

いい機会となりました。

娘の茉莉花ちゃん(5歳)と参加した赤坂さんは、「今回は、娘の希望で参加を決めました。父娘でこういう体験をするの初めてですが、こういう貴重な取組、体験が広がっていくと楽しいですね。」と語ってくれました。

「収穫・食事・勉強」と三拍子そろった今回の催し。単なる体験ではなく、食育・食事会まで含んだ内容に、参加者の皆さんは親子そろって充実した時間を過ごしていました。



▲みんなで参加の牧崎さんご一家。家庭菜園で野菜作りに励んでいるそう。今回は「すごくいい体験ができた」とみんな楽しそうでした。長男の廉くん（左）は、花を見て野菜を当てるクイズで、大人顔負け脅威の正解率でした（驚）



▲NPO法人MOA自然農法文化事業団の宮島さん（上）、都城普及会の谷口会長（右）、実行委員の高橋さん（左）による自然農法や食についての説明の様子。知らないことも多くとても勉強になりました。



◀すべて自然農法の野菜や材料を使った料理。おいしかった〜♪



◀自然農法で作られた材料のみで製造されている商品。こんなにあるとは驚きです。

## ちょっと豆知識

MOA自然農法とは、『無農薬』『無化学肥料』『自然尊重』『自然順応』の4つの柱を軸とした、岡田茂吉師の創唱による永続的かつ体系的な農業生産方式をいいます。自然農法を実践するにあたって、次のような心得が定められています。

- 一、人のため、社会のために貢献する志と行動力を養う
- 二、自らの健康、家族の健康を大切にする
- 三、生産の計画を立てる
- 四、生産した農産物への責任をもつ
- 五、創意工夫をする
- 六、環境に配慮する

（詳細はMOA自然農法事業団HP参照。）  
<http://www.moaagri.or.jp/index.htm>



▲食事会の準備をする婦人部のみなさん。朝早くから準備をなさり、おいしい料理をたくさん作ってくれました！

# 高崎町農産加工センター



▲しいたけ売り場は大盛況！終始にぎわいを見せていました。

▼朝一番乗りのお客さん。高原町からお越しで、よく買い物にいらっしゃるそうです。



▲テレビの取材で石ちゃん来店！！放送は、1月22日（金）16時23分～UMKであるそうです。お見逃しなく！！

12月6日に、高崎町農産加工センターで「しいたけ祭」が開催されました。このしいたけ祭、夏と冬年2回開催するそうで、加工センターのオープン時からある恒例の祭で、今年で十数年目になるそうです。

祭の開始は9時30分からでしたが、一時間前に訪れた方もいるほどの人気です。祭り開始の間になると、次から次にお客さんが訪れました。この日は、風が強くて肌寒い日でしたが、外に設けられた特設のしいたけ売り場は大賑わい！お歳暮の時期とも相まって、どんこしいたけを箱ごとお買いになり、その場で郵送の手配をされるお客さんもいらっしまいました。

今回の祭では、高崎町産の干しいたけ・生しいたけの販売はもちろん、来場の方に人気だったのが試食。つきたて餅の試食に始まり、しいたけカレー、生しいたけの炭火焼、地頭鶏の炭火焼、黒豚のしゃぶしゃぶ・・・、どれも試食できるなんとも太っ腹！特に、目玉のしいたけを使った料理はどれも絶品。肉厚で、風味豊かなどんこしいたけの素晴らしさを、これでもかと言わんばかりに堪能できました。食材は言わずと知れた高崎町産。理事長の坂元さんは、「この加工センターは、オープンした時からとことん産地産地にこだわっています。ここで販売されているものすべて、高崎町産の農産物・加工品ばかりです。ぜひ多くの方に、安心・安全で顔の見える商品をお買い求めいただきたい。」と語ります。従業員の皆さんも同じです。その皆さんが、団結して働く結果が、地元のみならず他の地域の方々からも支持される店舗を作っているのがよくわかりました。





▲しいたけの炭火焼。くう〜、思い出すだけでよだれが出ます・・・。



▲餅つきの様子。もち米はもちろん高崎産。こちらでも試食できました。



▲朝早くから仕込んだしいたけカレー。大きなしいたけがたくさん入っていました！



▲思わずこぼれる笑顔。本当に試食の料理はおいしかった〜♪



▲日南市から、おじいちゃん・おばあちゃんと訪れた川野希隆くん（7歳）。しいたけカレーに舌鼓♪北斗鍋の大ファンで、なくなると買いに来るそうです（驚）



▲店舗内のレジにもお客さんが多く並んでいましたよ。



▲高崎町産の新鮮な農産物がいっぱい。他にも加工品などがあり品ぞろえも豊富！



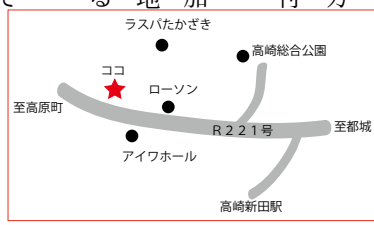
▲生産者の方が、新鮮野菜を朝一で運んできました。



9 ▲高崎町農産加工センターのみなさん。朝早くから祭りの準備、惣菜や試食品の仕込みをしていました。みなさんと元気で、よかおごじょっかいでしたー！

高崎町農産加工センターでは、地採れの野菜はもちろん、センターで調理された惣菜や精肉なども販売しています。珍しいものとしては、高崎産の小麦粉。この小麦粉を使用して調理された「ガネ」は、人気商品の一つです。そして、遠方からも買いに来る方がいるほど人気の「北斗鍋」の素。その味は、昨日取材に訪れた、ホンジヤマカの石ちゃんも大絶賛のお墨付きです。

このように活気あふれる加工センター。地域で取組む地産地消への思いを肌で感じる事ができる店舗です。一度足を運んでみてはいかがでしょうか？

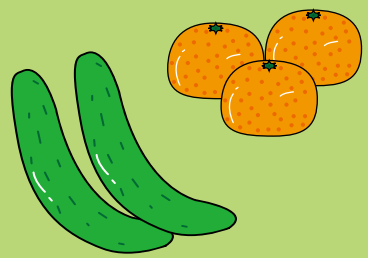


【高崎町農産加工センター☎：0986-62-5016】



高城町横原地区

# 収穫祭



# 農業がもたらす地域の結束

12月13日(日)に、高城町横原地区で収穫祭が行われました。この収穫祭、国の5年間の補助事業としてスタートした『横原「水・土・里」を守る会』(横原・原中と横手という隣接する地区の総称)が主催となり、今年初めて行われました。この会では普段、地域の子どもたちが参加して、田植え・稲刈り体験や、ホタル復活運動による水質・水生生物調査などを行っているそうです。

今回の収穫祭は、多くの方に収穫したものを還元して、地域の活性化につなげようという思いから1年前に企画されました。今回の目玉は、栽培したそば粉を使ったそばのふるまいと、子どもたちが育てたもち米を使った餅のふるまいでした。他にも、地域住民の方が栽培した野菜や加工品の販売、牛乳を使ったバター作りなどがお行われました。

午前11時、花火の合図とともにスタート。会場には地区内外から多くの方が訪れ、老若男女問わず大賑わい。特に野菜・加工品の直売コーナーでは開始早々行列ができたほど。一方、子どもたちにはバター作りが大人気。バターができるまで30分ほど振り続けなさいといけなさいため、かなり大変でしたが、できたバターをのせて食べるじゃがいもは絶品でした。



▲「水・土・里」を守る会で行っている、収穫と田植えの様子。(写真提供:「水・土・里」を守る会)

しかし、一番の人気はそばの無料ふるまいでした。目の前で手打ちしたものが食べられるとあって、終始長蛇の列ができていました。作るお父さん方は大変そうでしたが(汗)そして、もう一つの目玉の餅の無料ふるまい。会場の子どもたちが、その場で元氣よくついた餅がふるまわれました。

こうして、大賑わいで行われた収穫祭。会場で目を惹いたのは、大人から子どもまで一緒になって楽しむ姿でした。いたるところに笑顔があふれ、みんながふれあう空間、今では珍しくなった地域の光景がありました。「水・土・里」を守る会の天神博巳さんは「補助事業が利用できるのはあと2年ですが、子どもたちと地域のために、それ以降もボランティアで続けていきたい」との想いを語ってくれました。

農業を通じて培った大人と子どもの絆が、地域の結束と活性化につながる。食の問題などから再び注目を浴び始めた「農業」ですが、このような形で機能することもまた、農業の持つ魅力の一つではないでしょうか？



▲手作りそばを食べてニッコリ。できたての手打ちそば、おいしかった～♪ふるさとの味。



▲おばあちゃんにそばを食べさせてもらいました。ちょっとカメラにびっくり!?



▲会場では、いたるところで笑顔があふれていました。笑顔の力、地域の力、素晴らしいです!



▲バター作り体験中。大人から子どもまで大人気!しかし、30分振り続けるのでかなり大変でした・・・(汗)



# 今月の農家さん



J A 都城いちご専門部会山田支部

戸越 弘美 さん

リツ子 さん

(山田町)

← 収穫の時期は化学農薬を低減 ←



▲殺菌剤散布機。これも化学農薬ではなく微生物殺菌剤で、中身は納豆菌です。う〜ん、どれも安心・安全のために工夫されています。



▲弘美さんが行っているのは、殺ダニ剤散布。といても薬ではなく、害ダニを食べる「天敵」のダニを投入しています。目には目を、です。



▲黄色の札は、虫の密度を下げるための粘着剤です。アナログですが効果があります。

「色々な難しい問題がありますが、より高品質ものを、何より安心・安全のいちごを皆さんの手元に多く届けられるように努力しています。」とご夫婦は語ります。収穫から出荷まではわずか一日。鮮度が命のいちごは、収穫したその日にはバック詰めされて翌朝には出荷されます。こうして私達の手元に届くまっ赤ないちご。収穫のときをじっと待つその姿は、生産者の方々の熱い情熱によってより一層赤みを増し、まるでキラキラと輝く宝石のようでした。

今回は、JA都城いちご専門部会山田支部に取材協力をいただきました。現在同支部でいちご栽培に取り組んでいる農家は5戸。山田支部では、各戸が切磋琢磨して安心・安全でおいしいいちご作りに情熱を燃やしています。その成果もあり、平成19年度宮崎県農産園芸特産物共進会（集団の部：野菜）において、「県知事賞」「農林水産大臣賞」「経済連会長賞」「NOSA I 連会長賞」を受賞するなど県内でも有数のいちご生産支部です。

今回取材をさせていただいたのは、支部長を務める戸越弘美さん・リツ子さんご夫婦。JA都城いちご専門部会で過去四年間で3回もグラントチャンピオンに輝く実力者でもあります。本格的にいちご栽培を始めたのは平成8年ごろからで、今日まで試行錯誤で取り組んでいます。こちらで栽培されているいちご（品種・さがほか）は、みやざきブランドとして認定されています。（基準は豆知識参照。）いちごの収穫時期は11月下旬から5月中旬ごろまで。その期間の収穫量は10aあたり4.5t、1haだと40tにもなるそうです。

今回は、JA都城いちご専門部会山田支部に取材協力をいただきました。現在同支部でいちご栽培に取り組んでいる農家は5戸。山田支部では、各戸が切磋琢磨して安心・安全でおいしいいちご作りに情熱を燃やしています。その成果もあり、平成19年度宮崎県農産園芸特産物共進会（集団の部：野菜）において、「県知事賞」「農林水産大臣賞」「経済連会長賞」「NOSA I 連会長賞」を受賞するなど県内でも有数のいちご生産支部です。

今回取材をさせていただいたのは、支部長を務める戸越弘美さん・リツ子さんご夫婦。JA都城いちご専門部会で過去四年間で3回もグラントチャンピオンに輝く実力者でもあります。本格的にいちご栽培を始めたのは平成8年ごろからで、今日まで試行錯誤で取り組んでいます。こちらで栽培されているいちご（品種・さがほか）は、みやざきブランドとして認定されています。（基準は豆知識参照。）いちごの収穫時期は11月下旬から5月中旬ごろまで。その期間の収穫量は10aあたり4.5t、1haだと40tにもなるそうです。



▼パック詰めされたいちご。サイズなどによって分けられ、梱包後はすぐにエチレン除去装置付き保冷庫に運ばれ、翌朝の出荷を待ちます。

▲収穫されたばかりのいちご。見るからにおいしそう。この中から出荷できるものだけを選定してパック詰めをします。



◀いちごの苗になる部分。よく見るとすでに根が出てきています。これを切り離してポットに植えて育てるそうです。なんだか不思議ですね。



▲見事に実った真っ赤ないちご。大きさによって出荷サイズが決められていて、S～4Lまであるそうです。



▲ハウス内にはミツバチがたくさん。受粉のために働いているそうです。このハチのおかげでおいしいいちごが実ります。ありがとうございます。



▲ポットに分けられた苗。来年に備えて大事に育てられます。



▲1パックあたりの重量は300g。この数値になるように、サイズをそろえながらパック詰めしていきます。言われてみれば、同じ大きさのいちごばかりでいるわけがないですよね…(汗) さらに、素人目にはわからない形の悪いものやキズものでも、絶対に出荷しません。



▲夜7時～翌朝4時まで、1時間当たり10分(時期によっては5分)光を照射します。いちごの生育は、基本的には温度と日長に影響されます。そこで電照を使い、夜の時間を短くして、いちごに春を感じさせるそうです。綺麗ですね♥

### ちょっと豆知識

#### ◆商品ブランド認証基準

- (1) 収穫後、農家段階から保冷中に、エチレン除去装置による鮮度保持処理を実施していること
- (2) 製品予冷・保冷輸送の実施
- (3) 出荷期間中に月2検体以上の残留農薬検査の実施
- (4) 良質堆肥施用の実施(高設栽培を除く)
- (5) 使用済み資材の回収と適正処理の実施
- (6) 使用農薬・資材の記帳



みやざきブランドは、このマークが目印

#### ◆いちごの効能・効力

**がん、動脈硬化の予防。風邪の予防。ストレスの解消。肌荒れの改善。**  
 ビタミンCがとても豊富で、コラーゲンが生成され、肌のしみ、そばかすを防ぎ、体組織細胞の傷を修復します。  
 苺の赤い色素は、発がんを抑える作用があります。



▲JA都城いちご専門部会山田支部のみなさん。それぞれが工夫を凝らしていちご作りに励んでいます。



# TaKa



TaKa

しいたけサンドは、  
デミグラスソースや  
コンソメスープで煮  
こむと洋風のおかず  
になりますよ〜♪



## しいたけサンド

(4~5人分)

- 生シイタケ・・・20枚
- 豚挽肉・・・1パック
- にんじん・・・適量
- だし汁・・・1カップ強
- 酒・・・大さじ2
- 砂糖・・・大さじ2
- しょうゆ・・・大さじ4
- みりん・・・大さじ1



高崎産の生しいたけ



5 刻んだ軸とにんじんを、豚挽肉とを混ぜ合わせます。



4 しいたけの傘を飾り切りします。今回は島津の十字にしました。



3 軸を細かく刻みます。にんじんも同様に刻む。



2 しいたけの軸を切り取ります。



1 材料をお好みの形にカットします。



10 ミンチの煮え具合を確認し、途中裏返して煮含めればでき上がり。



9 (7) で作ったも鍋に入れ、落し蓋着せ蓋をして中火で、沸騰後は弱火で煮ます。



8 だし汁に各調味料を入れて、火にかけます。



7 (5) のミンチを塗りつけ、2枚貼り付けます。



6 しいたけの傘裏に片栗粉をはたきます。



ハンバーガーみたいだけ  
ど、生はダメー！  
余ったミンチは団子にする  
ね〜♡♡♡

### しいたけの薬用効果

しいたけには、次のような薬用効果があるといわれています。

- ①豊富な食物繊維による、便秘、腸癌、糖尿病、肥満などの予防
- ②血圧降下作用
- ③含有のエリタデニンによりコレステロール値を下げる
- ④旨み成分のグアニル酸は血液をサラサラにする作用があり、心筋梗塞や脳梗塞の予防に効果。
- ⑤少なくとも5種類の抗腫瘍性を有する物質があり、これらは体の免疫力を増強することで腫瘍の発達を抑制。さらに、抗腫瘍性物質の多くは抗ウイルス作用を併せ持っています。

ちなみに、しいたけは、日光に当たると含有成分エルゴステロールが、カルシウムの吸収を助けるビタミンD<sub>2</sub>を生成することで知られています。牛乳と一緒に食することで多くの効果が期待できますね！



今月も、二本立て!!  
正月の一品に加えて  
ちようだい♡



COOO



ねったぼ

(ねりくり、ねったくり)

- サツマ任 ..... 500g
- 餅 ..... 250g
- きな粉 ..... 適量
- 砂糖 ..... 適量
- 塩 ..... 少々

注) 写真の材料は、量が多くなっています。餅とイモの割合は1:2が目安です。



5 適当な容器に、きな粉をして、砂糖・塩で味付けをします。



4 完全に混ざるまで頑張ってください。時間が経つと餅が硬くなるのでご注意ください!



3 餅も蒸すかレンジでやわらかくし、すり鉢などで餅とイモを混ぜます。結構大変です(汗)



2 イモを蒸します。この時レンジを使用すると時短縮できます。



1 材料を用意します。イモは適当な大きさに切ります。



6 (4) をきな粉と合わせてできあがり。

しいたけとねったぼ食べて、でっかくなるう★  
ただし、横に大きくならないように気をつけて!

へっへっへ。奥さん、  
いつ見てもよかおごじよ  
ですわ〜♪



ねったぼは、「ねりくり」「ねったくり」「イモもち」などいくつか呼び方があります。作り方も、ガネと同じように似て非なるレシピがあるようです。昔から親しまれている郷土料理ですね。この時期は、焼いて食べてもおいしいですよ!

量が少ないときにはすり鉢などでOK。多いときはうすで、お持ちなり....。





# みんなの広場



旬の野菜コーナーや旬の野菜を使った料理コーナーがあるといいなあ。

(ストリートティさん)

そうですね。家庭菜園の初回で野菜の時期をお知らせ予定です。今しばらくお待ちを。旬のものは旬のうちに食べたいですね！みやこん農つて前からあったのですか？今回初めて見ましたが、毎月の楽しみにになりました。

(アーヤさん)

ありがとうございます！毎月色々な内容で送りますので、これからもお楽しみに♪牛乳のすごさに驚きました。あんなにもたくさん機能があって、完全食品といわれる理由がよくわかりました

(リッコちゃんさん)

牛乳のパワー、はかり知れません。私は小さい時から毎日牛乳を飲んでいました。多いときには毎日1リットルは飲んでいました。おかげで元氣百倍です(笑)

私は、病で体の自由が利きませんが、キャンパスの会の方々を見てるといつも明るくて元氣が出てきます。

(フタ女さん)

純粹だからこそ笑顔ではないでしょうか。一緒にいるだけ自然と微笑む自分に何度も驚かされました。私も元氣もついています♪クリスマスイルミネーションがいっぱいで楽しいです。たばな天文台のイベントを家族で楽しもうと思います。

(キヌちゃんママさん)

イルミネーションに夜空の星。ロマンチックです。昨日のふたご座流星群とてもきれいでした☆  
料理が苦手なのですが、TAKAレシビを参考にして作ってみました。

(匿名希望さん)

私も得意ではありません(笑)できるだけ簡単にできるものを取り上げるつもりです♪こんな本があったんですね！結構おもしろかったです。

(ミルクさん)

そうですね、あったんです！これからもよろしく願います☆

カレンダーがあと一枚に。お茶を初めて35年余り。去年から不景気で大変で、毎日が不安でいっぱいです。

(ミーちゃんさん)

本当に不景氣。そんなミーちゃんさんに松岡修造の言葉を送ります。「今を生きて！」簡単に説明すると、未来はみんな不安なんだよということらしいです。プラス思考だ！

白菜の牛乳スープを作ってみました。野菜たっぷりとても美味しかったです。家族にも好評でした。

(オトちゃんさん)

それはよかったです！私自身もその美味しさに驚きました(笑)体があつたまる、この時期ならではの料理ですよ。

ヨーグルトの作り方がわからなかったので、TAKAレシビを参考に作ってみました。ありがとうございます。ありがとうございます。

(アツちゃんさん)

それはよかったです。実際のヨーグルトとは少し違いますが、牛乳そのままなので機能性はバツグンです！  
授業で子どもたちがテリーイー工場見学にいったようで「牛乳いっぱいすごかったよ。」と目を丸くしていました。牛乳の機能すごいですね。これから飲むように心がけます。

(ネクターンさん)

工場ってほんとうにスゴイの一言。それを作った人間って…。これも牛乳の力でしょ(笑)私は毎日牛乳飲んでます♪

県外にいる娘は、ヨーグルツベが大好きで毎月1ケース送ってます。もう何十ケース送ったやろ…。私自身も大好きです。

(アリババーアさん)

「ヨークグルツベ」のメロディが流れたあのCM。私も小さいときから大好きです。にしても、娘さんたくさん飲みますね(汗)今回はじめて読みました。若い方にもどんどん読んで欲しいと思いました。

(へぶさん)

そうですね。若い方々にもぜひ読んでいただきたいですね。読んでもらえるようにいろいろ工夫しなければいけませんね…。

初めてみやこん農を見たのですが、ためになることが書いてあり、毎月楽しみにしています。

(タツキ♡さん)

ありがとうございます！毎月26日発行です。これからも少しでもお役に立つ情報をお送りしたいと思えます。お楽しみに☆  
牛乳は苦手な方ですが、レシビのフルーツヨーグルトさっそく作りました♡

(りんごさん)

とっても簡単でしょうか？どこか懐かし味です。フルーツと牛乳で栄養バッチリ！  
白菜の牛乳スープ作りました。ビタミン、ミネラル豊富で栄養がとれました。

(しげちゃんさん)

旬の野菜をふんだんに使えて、手軽にできるので私も重宝しています。今月の一品も挑戦してみてください。

皆さんいろんなことにはなばつらつしゃるので元氣づけられました。まだまだ歳だと言ってもらえませんか！

(よねちゃんさん)

お歳はまだまあ若いですよ！私も毎日いろんな方々に元氣をもらっています。皆さんからのお便りもその一つです♪  
普段何気なく飲んでる牛乳が、厳しいチェックを経てできているのを知って更に安心しました。

(ファームさん)

いや、ほんとうに厳しいチェックです。安心・安全なものが一番ですね。  
フルーツヨーグルトうまそう〜！さっそくくりまします。

(はつちゃん)

牛乳が苦手な方にも、これなら大丈夫だと思います。手軽に栄養補給ができて、おいしいとなれば言うことなしです。  
キャンパスの会の記事がよかったです。大切に育てた様子がよく伝わってきました。あと、野菜の直売所情報があるのいいと思います。

(かばの子さん)

障がい者の方には本当に元氣をもらいました！野菜の直売所情報 実現在調査中です。春までにはなんとか…。

TAKAさんがガレッジ・セールの川ちゃんに似てますね。おいくつでしょう？

(ねむきさん)

おつと、今月も(笑)最近よく言われます。ちなみに歳は28歳です☆  
牛乳をあらためて飲んだほうがいいと思いた。あと、「花」のコーナー希望します。

(匿名希望さん)

「花」ですか。季節の花って意外と知りませんが。検討してみます！  
クリスマスの一品にフルーツヨーグルト試してみます♡ケーキは…今年も買います♡

(いけちゃんさん)

いちごを入れるとおいしくなりますよ！ケーキは手間がかかりますよ(汗)でも今年も頑張っちゃおうかしら。  
「何事もネガティブに考えないと時間がいくらあっても足りない、悲しいときこそ笑おう」とビエロのおじさんが言っていました。にしても都城市はセブンイレブンが多い。

(たまちゃんさん)

ビエロのおじさん、ありがとうございます。セブンイレブンは宮崎市内にも多いです。カーナビで見ると「7」しか映りません。ラッキー☆  
若い就農者をもっと紹介してほしいです。牛乳特産、親戚に酪農関係が多いので嬉しかったです。牛乳で健康だ！

(らいぎよさん)

そうですね！若い力をどんどん紹介していきたいと思えます。ほんと、牛乳で健康だ！  
初めて見ました。いろんな記事があり楽しく読みました。身近な農業者や農家紹介、季節の香りのする情報誌にしてください。

(焼鳥大好きちゃんさん)

ありがとうございます！「身近」「地域」「人」は私たちのテーマの一つです。どこまで期待にできるかわかりませんが、頑張ります！  
農業への転職に興味があるところに、みやこん農と出会いました。今後も頑張つて続けて、大勢の人に未知の世界を伝えてください。

(めいたんさん)

農業への転職ですか！応援しています。私も頑張るのでめいたんさんも頑張つてくださいね！

今月の農家さんの永峰さん、若いのに頑張つていらして元氣をもらいました。お体に氣をつけて頑張ってください。

(北国母さん)

若い力、素晴らしいですよ！私も負けないようにがんばるぞー！  
2週間に1回は都城に買い物に行きます。その時いつも子どもが「牛乳工場だ」いいいます。今回の記事をみて大喜びでした。

(わっきちゃんさん)

それはよかったです！見学できるといってもなかなか見れませんよ。すごいもんで。クリスマスは、いくつになっても、結婚しても、予定がなくてもウキウキ。今年もイルミネーションポイントにお出かけしようと思えます。

(momotaさん)

クリスマスイルミネーション綺麗ですよね。最近LEDの普及で綺麗なお宅も増えました。  
不況続きですね。都城では母子家庭で子どもを育てながら働くお母さんが多いような気がします。子どもが熱を出してしまい働けない方も多いそうです。高校の無料化など実現してほしいものです。

(プリンさん)

母子加算復活や子ども手当、高校無料化、父子家庭の問題：本当に必要な方のために機能してこそ価値のある政策ではないかと思えます。不況に負けずに頑張つて行きましょう！

## お便り募集中

みやこん農では皆様からのお便りを募集しております。頂いたお便りはみんなの広場に掲載させていただきます。

紙面の感想や日常の些細なことなど、なんでもかまいません。隣の利用紙またはハガキ、FAX、メールにてドスト直にお寄せ下さい！たくさんのお便りお待ちしております。





# 1月イベント情報

## ●オーガニック&食育映画祭 薩摩川内

食育から始まった小さな奇跡が人々の幸せを紡いでいく…。オーガニックブームを巻き起こしたドキュメンタリー映画『未来の食卓』を上映します。ぜひお越しください。

【期間】 1月17日(日)

1回目…15時30分  
2回目…18時30分

【入場料】 大人500円、中学生300円

【場所】 鹿児島県薩摩川内市

国際交流センター

【問合せ】 健康野菜でまちづくり実行委員会

TEL 0996 (25) 2061

## ●三州病院健康教室

今回は、内科医の堀添善尚先生による「漢方薬の話」。最近何かと話題の漢方薬。この機会にいろいろ勉強しませんか？

【期間】 1月15日(金) 15時～16時

【場所】 三州病院3階カンファレンス教室

【問合せ】 三州病院(担当…川内)

TEL 0986 (22) 0230

## ●第16回 ぼんち

約90店舗が地場産品などを陳列・販売します。毎回大賑わい。今回ピックアップした自然農法普及会さんも参加しています。ぜひおいで下さい。

【期間】 1月10日(日) (8時～11時)

雨天決行

【場所】 東中町通(大丸デパート前)

【問合せ】 都城商工会

TEL 0986 (23) 0001

## ●読売巨人軍歓迎パレード

日本一に輝いた巨人軍の凱旋パレードが行われます。宮崎県庁を出発し橋通りへ。このチャンスをお見逃しなく。

【期間】 1月31日(日)

歓迎セレモニー…12時30分～12時45分の間  
歓迎パレード…13時～13時40分

【場所】 宮崎県庁～山形屋前交差点

【問合せ】 宮崎市観光協会

TEL 0985 (20) 8658

## ●青島神社裸参り

毎年恒例の裸参り。この風習は、昔、彦火火出見命がにわかには海神宮からご還幸された際、村の人々が衣類をまとう暇もなく裸の姿で取り急ぎお出迎えたという古事から起こったものです。一度参加してみませんか？

【期間】 1月11日(月祝) 11時～

【参加料】 500円

【問合せ】 青島神社

TEL 0985 (65) 1262

## ●エコツアー「諸塚でやま学校しよう！」

### 第95回

諸塚村自慢の原木しいたけ狩りといったけの駒打ちに挑戦！夜は、集落の住民総出で伝承されている神楽を観る。むらのおばちゃんに教わる神楽だんごづくりも。諸塚村の山の恵みを思う存分満喫だ！

【期間】 1月30日(土)～1月31日(日)

【参加料】 大人5000円、中学生以下4500円(宿泊料・三食・体験料込)

日帰り2500円

【場所】 諸塚村

【問合せ】 諸塚村観光協会

TEL 0982 (65) 0278

## みやこん農 1月号 アンケート

1. 今回一番おもしろかった記事は何ですか？
2. 今回一番いまいちな記事は何ですか？
3. 『みやこん農』はみなさんとともに成長していく雑誌です。こんな記事あったらなあと思うことがあればご記入ください。
4. なんでもスペースです。好きなことをお書き下さい。

※このはがきにより入手した個人情報については、プレゼント並びに記事作成以外の目的で使用されることはありません。

885-0012

都城市上川東2丁目14-8

ぼんち情報サポート

行

お手数ですが  
50円切手をお貼り下さい。

ご住所	〒
お名前	----- 男・女
ペンネーム	
生年月日	明・大・昭・平 年 月 日 歳
電話	
メール	@
希望プレゼント	
本誌をどこで入手しましたか？	





※応募はお一人様一枚限り有効とさせていただきます。

# 野菜占い

次の野菜の中から、一つ選んでください。  
あまり時間をかけずに直感的に選んでください。



色は、人の心理と関係があるといわれています。  
あなたが直感で選んだ野菜はなんですか？  
日によって選ぶ野菜も変化するはずですよ。【根拠はありませんので暇つぶしに(笑)】

 <p>しいたけを選んだあなた・・・ 何事にも新しい気持ちで臨むと、いいスタートをすることができるとでしょう。</p>	 <p>きんかんを選んだあなた・・・ 自分を見つめ治すのに最適です。いつもよりお風呂にゆっくり入るといいでしょう。</p>
 <p>大根を選んだあなた・・・ 活発に行動することで運氣がUPします。ただし、夜更かしには注意しましょう</p>	 <p>白菜を選んだあなた・・・ 気持ちを前向きに持つことで不思議と元気が出ます。いつもよりちょっと早起きすると◎</p>

月日	曜日	医療機関名					
1日	(金)	宇宿医院(内・小・胃) 25-9031(栄町)	あきと内科胃腸科(内・胃) 46-5500(都原)	佐々木医院(内) 62-1103(高崎町)	たかお浜田(外・内) 22-8818(鷹尾)	横山医院(泌) 22-2806(都島町)	丸田病院(産・婦) 23-7060(八幡)
2日	(土)	ふくしまクリニック(内・消・小) 46-5001(下川東)	しげひらクリニック(内) 27-5555(神之日山)	坂田医院(内・消・胃) 51-2003(三股)	仮屋外科(外・内・胃・肛門) 25-7712(志比田)	ならはら皮膚科(皮膚) 22-1455(志比田)	ふたみ眼科(眼) 38-5532(都北)
3日	(日)	柳田病院(小・内) 22-4862(東町)	とくとめクリニック(内・循・消) 26-1820(一万城)	みまた医院(内) 52-1155(三股)	福田クリニック(外・内・循) 46-1122(葦原)	江夏整形外科クリニック(整・リハ・リウ) 51-1122(三股)	たき心療内科(心内・精) 46-9191(若葉町)
10日	(日)	城南病院(小・内) 26-3662(大王)	ケイオークリニック(内・小) 46-4500(一万城)	瀬ノ口内科(内) 22-7780(都原)	三州病院(外・内・胃) 22-0230(花緑)	いき形成外科ひふ科(形・皮) 45-0020(年見)	くぼた眼科(眼) 26-3100(南鷹尾町)
11日	(月)	共立病院(内) 22-0213(蔵原)	原田医院(内・外・小) 26-3330(郡元)	田中隆内科(内) 52-0301(三股)	宗正病院(外) 22-4380(八幡)	小牧病院(整) 24-1212(立野)	きたむら皮膚科(皮・アレ) 38-7300(吉尾)
17日	(日)	相良病院(内) 22-4086(前田)	豊栄クリニック(内) 39-2525(下長飯)	山田医院(内・小・リウ・アレ) 64-2816(山田)	池ノ上整形(整・リウ・リハ) 23-2311(上川東)	安藤医院(消・外・内) 39-2226(豊満)	岩下耳鼻咽喉科(耳鼻) 51-1187(三股)
24日	(日)	田中内科(内) 23-5872(北原)	いづみ内科(内) 22-7111(鷹尾)	政所医院(内・小) 58-2171(高城)	福島外科(外・胃) 38-1633(都北)	姉川医院(皮・泌) 22-2205(小松原)	吹上耳鼻科(耳鼻) 21-4133(鷹尾)
31日	(日)	宮永病院(内・胃・外) 22-2015(松元)	富田医院(内・小) 23-4586(栄町)	隅病院(内・胃) 62-1100(高崎)	橘整形(整) 23-7236(中町)	吉見クリニック(外・内・整) 58-5633(高城)	中山産婦人科 23-8815(前田)

※12月21日時点での情報です。詳しくは医師会事務局までお問い合わせ下さい。(Tel 22-0711/ 音声ガイダンスTel 23-5555) (1月)

休日急病診療機関

この部分にノリをお塗り下さい。この部分にノリをお塗り下さい。この部分にノリをお塗り下さい。この部分にノリをお塗り下さい。この部分にノリをお塗り下さい。

## プレゼントコーナー



麹の力を十分に生かし、発酵熟成に一年以上かけた、いわゆる本醸造製法のJAS特級醤油です。北海道、青森、秋田県のMOA自然農法産転換期間中大豆、北海道のMOA自然農法産小麦を使用しています。

**瑞雲醤油天 濃口 1Lペット3名様**  
【提供：(株)MOA西日本販売 画 099 (268) 7578】



※画像はイメージです

**自然農法栽培 農作物セット3名様**  
【提供：MOA自然農法都城普及会】



**都城産いちご1ケース 5名様**  
【提供：JA都城いちご専門部会山田支部】



※画像はイメージです。

**高崎町産加工品セット 3名様**  
【提供：高崎町農産物加工センター】



**サンA紫の野菜7の果実 280ml 1ケース 1名様**

**♡ご応募方法♡**  
裏面のアンケートハガキまたはFAX、メールにてご応募ください。FAX・メールは形式は問いませんが、ハガキと同じ内容をご記載下さい。  
締切：1月20日(当日消印まで)  
ご応募はお一人様一枚まで有効です。ご了承下さい。  
当選者は、3月号で発表いたします。

この部分にノリをお塗り下さい。この部分にノリをお塗り下さい。この部分にノリをお塗り下さい。

この部分にノリをお塗り下さい。この部分にノリをお塗り下さい。この部分にノリをお塗り下さい。

# 牛乳宅配募集中!!

1週間に小瓶2本、大瓶1本から配達可能です。

《日替わり配達OK》

宅配をご希望のお客様に無料サンプル差し上げます!

(一部地域外有)

## デリー牛乳 年見販売店

まずは  
お問い合わせ!

# 38-2858

いろいろ  
商品があるよ!



### 日替わり弁当・オードブル 宅配サービス

給食センターでは、障がい者の方たちが農園で栽培された低農薬の安心・安全の野菜などを使って、昼食・夕食の宅配弁当や仕出しの惣菜を調理しています。

★ぜひ、ご利用ください★

《日替わり弁当》

**350円~**

(全弁当汁物つき)

《オードブル》

**3000円~**

(予算に応じても可能)



※写真は一例です。

《新年会や成人祝にもどうぞ》

年未年始は

12月30日~1月4日までお休み  
となります。ご了承下さい。

### ご注文受付・お届け時間

昼食	受付	8:00~10:00
	お届け	10:30~12:00
夕食	受付	8:00~12:00
	お届け	15:00~17:00

オードブルは4日前までにご予約ください。

《ご注文・お問い合わせ先》

**キャンパスの会 給食センター**

TEL:(0986) 51-5132

26-5732

住所: 宮崎県都城市南鷹尾町13街区2号

心の  
温  
技

和の  
木の  
匠の



今年もたくさんのご愛顧を賜り誠に有難うございました  
来年も、より一層のご支援を賜りますようお願い申し上げます

# 空

銘木  
床柱

# 川内工芸

【取扱】

床柱  
床材一式  
集成材

都城市山之口町花木2253-6

TEL 0986 (57) 3829  
FAX 0986 (57) 3972



まずはお問い合わせ下さい。



みやざき産牛乳をみんなで飲もう!

# 毎月1日は牛乳の日

2001年国際連合食糧農業機関 (FAO) が、6月1日を世界牛乳の日 (World Milk Day) として創設しました。  
日本酪農乳業協会 (J-milk) もこれに合わせる形で、6月1日を「牛乳の日」としました。これを受け、宮崎でも毎月1日を「牛乳の日」として酪農の理解を深める活動や牛乳・乳製品消費拡大に取り組むことにしました。

「食の安全」を得るには、国内農業の発展が不可欠です。牛乳は国産100%です。だから守りたい!

元気になるため毎日牛乳を飲もう!



こどもの未来のために、この笑顔のために...

牛乳に相談だ。

ATOM (アトム) と農家のお店Aコープでは、毎月1日、「安全・安心」のみやざき産牛乳を特価にてご奉仕しております。



JAグループ宮崎 JA宮崎経済連

宮崎県酪農協議会 宮崎県酪農青年女性連絡協議会 宮崎県乳用牛改良同志会