

GREEN HIROBA



特集
 ひんやり優しい
 ミルクスイーツ





ひんやり優しい

ミルクスイーツ

6月は牛乳月間です。
甘くて見た目もかわいらしい、
牛乳を使ったスイーツを
ご紹介します。



JミルクWEBサイト
「ミルクレシピ」



材料(2個分)

粉寒天	2g
水	50ml
砂糖	30g
牛乳	250ml
抹茶	大さじ1/2
熱湯	大さじ2
イチゴシロップ	大さじ1
ゆで小豆	小さじ3
練乳	少々

彩りも楽しく優しい和風の甘さ

ミルク寒天の3色和ロパフェ

出典:JミルクWEBサイト「ミルクレシピ」

作り方

- 1 鍋に粉寒天と水を入れ、火にかける。沸騰して寒天が溶けたら砂糖と牛乳を加え、沸騰させないようによく混ぜながら煮溶かす。
- 2 ①を3等分して、熱湯で溶いた抹茶、イチゴシロップをそれぞれ混ぜて3色のベースを作り、茶こしを通して別々の型に流し入れ、粗熱が取れたら、冷蔵庫で2時間ほど冷やし固める。
- 3 フォークでざっと混ぜて寒天を崩し、器に盛り付け、ゆで小豆を添えて練乳をかける。

甘酸っぱい果物がクリームにマッチ

ミックスベリー クープ

出典:JミルクWEBサイト「ミルクレシピ」

材料(4個分)

薄力粉	大さじ1
A コーンスターチ	大さじ1
砂糖	40g
卵	1個
バニラエッセンス	数滴
牛乳	100ml
プレーンヨーグルト	150g
レモン汁	小さじ1/2
B 生クリーム	100ml
砂糖	5g
カステラ	厚さ1cm×4枚
ミックスベリー (ブルーベリー、ラズベリーなど)	100g



作り方

- 1 Aを合わせて、よく混ぜておく。
ボウルに卵を割り入れ、泡立て器で混ぜる。①を少しずつ入れ、ダマが残らないようによく混ぜ、バニラエッセンス、牛乳を加えて鍋に移し、弱火にかけて混ぜながらぼってりしてくるまで焦がさないように火を通す。火から下ろし、粗熱が取れたらヨーグルトとレモン汁を加えて泡立て器ですらに混ぜ、冷ます。
- 2 Bを合わせて八分立てにする。
- 3 カップにカステラをちぎって敷き、②のクリーム、ミックスベリーの順に重ね、③の生クリームを絞って飾る。



身近な野菜で手作りスイーツ

トマトのシャルロット

出典: JミルクWEBサイト「ミルクレシピ」

材料(4個分)

トマトコンポート

砂糖	25g
白ワイン	50ml
A 水	150ml
ミニトマト	4個

トマトジャム

完熟トマト	1個
B 砂糖	25g
レモン汁	大さじ1/2
水	大さじ1
ゼラチン	2g
マスカルポーネチーズ	100g
牛乳	50ml
砂糖	30g
生クリーム	50ml
プレーンヨーグルト	50g
ラム酒	少々
カステラ	厚さ5mm×8枚
ミントの葉	4枚

作り方

- 1 トマトコンポートを作る。Aの砂糖、白ワイン、水を火にかけ、砂糖が溶けたら湯むきしたミニトマトを入れて火から下ろし、冷めたら冷蔵庫で冷やす。
- 2 トマトジャムを作る。Bのトマトを湯むきしてざく切りにし、砂糖と共に火にかけ、時々あくを取りつつ、木べらで混ぜながら煮詰め、半量になったらレモン汁を加えて一煮立ちさせ、ざるでこして冷ます。
- 3 水にゼラチンを加えてふやかし、電子レンジで15秒加熱して溶かす。マスカルポーネチーズと牛乳、砂糖を泡立て器でよく混ぜ、ゼラチンを加えて、氷水でボウルの底を冷やしながらかき混ぜる。とろみが付いたら泡立てた生クリームとプレーンヨーグルトを加え、香り付けにラム酒を加える。
- 4 カステラをカップの側面に貼り付け、③を入れて冷やし固め、上に②をかけて①とミントの葉を飾る。

ゼリーとシャーベットが一度に楽しめる!

ミルク氷でぷるぷる

カフェオレゼリー

レシピ:料理家・管理栄養士 小山浩子さん
出典: JミルクWEBサイト「ミルクレシピ」

材料(2個分)

インスタントコーヒー	大さじ1
砂糖	大さじ1と1/3(12g)
熱湯	100ml
粉ゼラチン	5g
ミルク氷	160g

コーヒーシロップ

インスタントコーヒー	大さじ1
A きび砂糖または砂糖	大さじ1(9g)
水	大さじ1

ミルク氷 氷代わりのシャーベットとしても楽しめます。

材料(作りやすい量)

牛乳…500ml
練乳…1本(120g)
牛乳に練乳を加えて混ぜ、製氷皿に注ぎ、冷蔵庫で完全に凍らせる。



作り方

- 1 耐熱容器にインスタントコーヒーと砂糖を合わせ、熱湯を注ぐ。コーヒーが完全に溶けたら粉ゼラチンを振り入れて丁寧に溶かす。
- 2 ①にミルク氷を加える。
- 3 ②をスプーンで混ぜながらゼリー状に固める。
- 4 お好みでコーヒーシロップ(Aを混ぜ合わせ、電子レンジで砂糖が溶けるまで加熱し、冷めたら冷蔵庫で冷やす)をかけ、ハーブ(材料外)を添える。

家庭菜園も楽しもう

ニンジン 適期の種まきと灌水で 発芽を万全に

あなたもチャレンジ！ 家庭菜園
園芸研究家 ● 成松 次郎

ニンジンの発芽適温は15〜25度で、7〜10日で発芽がそろいますが、35度以上では発芽しません。発芽直後の種は乾燥すると枯死し、過湿では酸素不足で発芽不良になります。その後の生育適温は20度前後の冷涼な気候です。

「品種」耐病性、耐暑性に優れる品種を選びましょう。五寸系では「向陽二号」（タキイ種苗）、「ベーターリッチ」（サカタのタネ）、「ひとみ五寸」（カネコ種苗）などがあります。ミニニンジンは極早生で柔らかく、生食向きです。

「畑の準備」種まきの2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gを散布して、深さ30cm程度に耕しておきます。種まきの1週間前に、1平方m当たり化成肥料（NPK各成分10%）100gと完熟堆肥2kgを施し、土とよく混ぜておきます。70〜80cm程度の畝幅に、条間20cm、深さ1、2cm程度のまき溝を2条

図1 畑の準備

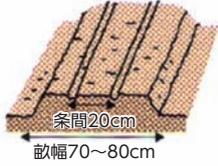


図2-1 間引き①

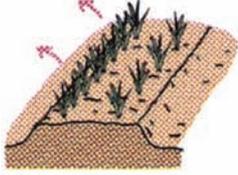


図2-2 間引き②

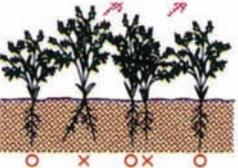


図3 土寄せ

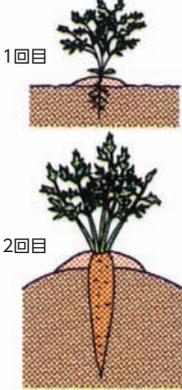
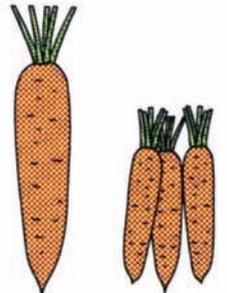


図4 収穫



五寸系ニンジン ミニニンジン

作ります（図1）。
「種まき」畑が乾いているときは、まき溝に灌水（かんすい）をしておきます。溝に種を1、2cm間隔に条まきし、裸種子は5mmの厚さ、ペレット種子の場合は1cmの厚さを基準に覆土します。軽い火山灰土では手でしっかり土を押さえ付けておきましょう。さらに、もみ殻をかぶせて乾燥を防ぐ、黒寒冷しゃの被覆で地温を下げるなどの対策を行います。
「灌水」種まき前に土にしっかり水を含ませること、発芽後も土を乾かさないうことが大切です。なお、黒寒冷しゃなど日射を遮る資材でべたがけたときは、発芽後すぐに取り除きます。
「間引きと追肥、土寄せ」1回目の間引きは本葉2、3枚のときに密生部や生育の遅れている株、逆に極端に進んでいる株を間引きます（図2-1）。2回目は本葉5、6枚のときに行い、株

間を6〜10cmにします。間引く株の根元を手で押さえて引き抜きます（図2-2）。最後の間引き後に1平方m当たり化成肥料50gを追肥し、株元に土寄せして株をしっかりと固定させましょう。収穫期近くには、根の肩の部分にさらに土寄せし、根が緑に着色するのを防ぎます（図3）。
「病害虫の防除」葉はキアゲハの好物なので、見つけ次第、手で取り除きます。ネコブセンチュウに弱いので連作を避け、前作に被害があるときは作付けを控えましょう。
「収穫」根径5cm程度に肥大した株から順次抜き取ります。年内は肥大が続くので、太り過ぎて裂根しないうちに収穫をします（図4）。8月まででは、さらに土寄せして越冬させ、葉が枯れた後でも適宜掘り上げて収穫できます。

栽培カレンダー（ニンジン）

月	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
冷涼地		●	●	●	■	■					
中間地			●	●	●	■	■	■			
暖地				●	●	●	■	■	■		

●種まき — 生育 ■収穫

JAの家庭雑誌

家の光

《特集1》

暑さを乗りきる 熱中症ゼロ習慣

近年、日本の夏は長期化・猛暑化の傾向にあり、屋外だけでなく屋内でも熱中症になるケースが増えています。

予防と対策を万全に、夏を元気に乗りきりましょう。

みどころチェック!

7月号
定価922円
(税込み)



《特集2》

実はスゴイ! ラジオ体操の底力

3分14秒で約400種類ある全身の筋肉を活性化できる、ラジオ体操第1。気持ちよく体を動かしながら、さらに効果を上げるコツを、専門家が教えます。

《別冊付録》

冷凍して 干して シンプルに漬けて 夏野菜をまるごと使いきる

トマト、キュウリ、ナスなど、たっぷりとした夏野菜を最後までおいしく食べきる方法を紹介します。どれも保存に適しているだけでなく、その後の調理が楽になったり、栄養価が高かったり、おいしくなったりと、いいことがいっぱいあります。

ご注文は各支所窓口まで



こんにちはー今月号のユースレポートを担当させていただきます、朝倉支部部長の岡崎寛行です。

朝倉支部は現在25人の部員で活動しており、部員は水稲やシヨウガ、梨などの様々な品目を栽培しております。活動としては部員同士やOBとの交流を深めるスポーツ大会や釣り大会、地域の小学校を対象とした食農教育や野菜の収穫体験・子ども食堂などを行ってりましたが、近年はコロナウイルスの影響により満足していく活動ができていない状況が続いております。

しかしながら、この5月よりコロナウイルス感染症の位置づけが変更されたことにより、今後は様々な活動が再開できるところとだと思います。朝倉青壮



▲小学校との野菜定植体験



▲廃棄農薬缶の回収作業

年部においても、先日、地域貢献とした廃棄農薬缶の回収作業を行いました。また今後は地域の小学校への野菜の収穫体験や定植体験といった活動も再開していく予定です。他支部の方や職員の方との交流の機会も減っておりましたが、今後はそういった活動も再開できることを期待しております。

これから暑い季節になっていきますが、体調管理に気を付けて頑張っていきましょう！



こんにちは。一宮支部支部長の山本知子です。

朝ドラ「らんまん」が始まりました。「女性部 一宮支部」も始まりました。万太郎病でしょうか。道はたの小さな草や花に、つい見入ってしまします。名前はあるのだろうか…と。

「雑草という名の草はない。その草なりに役割もある咲いちゅう」という言葉に感動しました。

これまで、とても活発で意欲的に活動してきた一宮支部を2年前に中澤前支部長から引き継ぎました。



▲2021年の料理教室

コロナ禍もあり、思うように活動ができない中でできることを少しずつ活動してきました。今年度も1日研修（一宮支部では1泊研修か1日研修をします）、料理教室、3B体操、それから良心市、土曜市など楽しく活動していきたいと思っています。

私が女性部で良かったなと思うことは、本部の文化教室で行われている絵手紙教室に20年近く参加していることです。今は静岡県に引っ越しされていますが、講師を務めてくださっていた成沢先生との出会いは私にとって宝物です。先生からいろいろなことを学びました。絵手紙は、上手に書くことではなく相手に伝える手紙を書くことです。人間同士の関わりにも言えることではないでしょうか。きっかけになった女性部さんに感謝しています。

一宮支部の部員さんとの交流、本部や他支部の方々との交流をこれからも大切にしていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いたします。

次回は布師田支部さんです。お楽しみに。



シェフ永井のおすすめ

永井智一（ながいともかず）
茨城県笠間市にある
「天晴（旧キッチン晴人）」
オーナーシェフ



新ジャガイモと ホタルイカのサラダ



作り方

- ①ホタルイカは目とくちばしを取り除きサッとゆでてざるにあげ、ナバナもサッと塩ゆでする。新ジャガイモは5mm角の拍子木切りにして水にさらす。Aは混ぜ合わせてソースにする。
- ②フライパンにオリーブ油を入れ、弱火でつぶしたニンニクの香りを通し（2～3分ほど）、水気を拭いた新ジャガイモを入れ中火で炒め、火が通ったらホタルイカ、ナバナを入れ塩で味付けしサッと炒める。
- ③器に彩り良く盛り付け、Aのソースを流し出来上がり。

材料(2人分)

- ポイルホタルイカ ……………8杯
 新ジャガイモ ……………1個
 ブロccoliのナバナ(他のナバナでも可)
 ……………6本
 ニンニク ……………1片
 オリーブ油 ……………大さじ1
 塩 ……………適宜
- A
 マヨネーズ ……………大さじ2
 レモン汁 ……………小さじ1
 マスタード ……………小さじ1/2

新タマネギと 新ジャガイモの かき揚げ



材料(2人分)

- 新タマネギ……………中1個
 新ジャガイモ ……………2個
 ソラマメ ……………8粒
 薄力粉 ……………適宜
 水溶き天ぷら粉 ……………100ml
 サラダ油 ……………適宜
 塩 ……………少々

作り方

- ①新タマネギは繊維に沿って5mm幅にスライスする。新ジャガイモは極細に千切りし水にさらす。ソラマメはさやから取り出し皮をむく。
- ②ボウルに新タマネギ、水気を切った新ジャガイモ、ソラマメを入れ、薄力粉をまぶし混ぜ合わせ、水溶き天ぷら粉を入れさっくりと混ぜる。
- ③18cmのフライパンに1cmほどのサラダ油を入れ180度に熱し、②のかき揚げの材料を入れ2～3分ほど揚げ裏返して、さらに2～3分ほど揚げる。
- ④③を二等分に切り器に盛り付け、塩を振って出来上がり。

～ 予 定 表 ～

6月		7月
16日(金) 支所集会 (午前：土佐山、午後：一宮)		1日(土)
17日(土)		2日(日)
18日(日)		3日(月)
19日(月) 支所集会 (午前：初月、午後：中央)		4日(火)
20日(火)	(午後：鴨田)	5日(水) 青色申告会 総会
21日(水)	(午前：大津、午後：高須)	6日(木)
22日(木)	(午後：長浜)	7日(金)
23日(金)	(午後：鏡)	8日(土)
24日(土)		9日(日)
25日(日)		10日(月)
26日(月)		11日(火)
27日(火)		12日(水)
28日(水) 第35回通常総代会		13日(木)
29日(木)		14日(金) 協同組合デー 高知集会
30日(金)		15日(土)



★今月のテーマ…
『グリーンひろば』

■毎月「グリーンひろば」の表紙の生産者の方や、ご家族の方の笑顔に心が癒やされます。毎回素敵な笑顔を楽しんでいます。私も笑顔になっています。

K・K

■限られたページの中で記事も写真もすばらしいですが、毎月表紙を飾る家族等の写真がいつも明るく心がいやされます。これからも…!! 秦南のスマダさん

■毎回表紙、家族の写真楽しみです。職員さんの紹介もしてください。これからグリーンひろば楽しみにしています。

くまちゃん

■一番の楽しみはクロスワードパズルを解答してプレゼントをGETすること。当選した商品券はJAで肥料や消毒にかえて家庭菜園を楽しんでいます。ありがとうございます!!

ケンチロン

■「真心ふぁーむらぶ」で売っているお弁当の写真と、おかずで珍しいものがあれば文で説明する。魚のおすしも写真と文で〇〇の魚のおすしですか。ハウスの内で働いている人と何を作っているのかの紹介など。

M子

■「一花」を取り上げていただきたい。

N・M

■家庭菜園だけでなく、花の育て方もいいと思います。 パッチ

■毎月楽しみに見えています。地産地消の料理特集をもっとやってほしいです。

Y・M

■形が変なとか、ものすごく大きい、小さいとか、おもしろい野菜果物の便り。

インディ J・r.

■野菜料理のレシピがもっと欲しいです。

Y・T

■農家ではありませんが、祖父母の代から、ずっと愛読しています。スタッフの皆様さん、これからも充実した紙面作り頑張ってください。 朝倉のばあば

次回のテーマは…

『熱中症対策』

「笑顔」は広報誌を作るうえで大切に行っていることなので、お声を頂けて本当に嬉しです！被写体の皆様もとてもいい笑顔を見せてくださるので、日々癒やされています。お花や地元食材のレシピに関するお声も多くいただきました。少しでも反映させていけるように努力していきます！ありがとうございます！

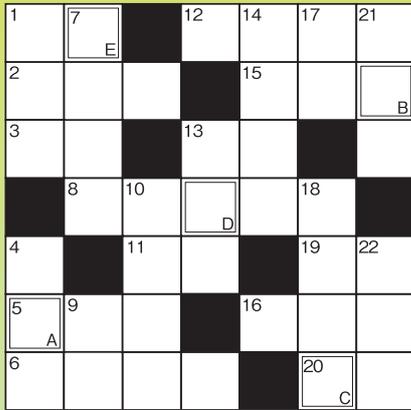
次回のテーマは「熱中症予防」です。もう暑いですね！日差しと気温にやられてしまいませんか？ 私は小まめに水分補給をして脱水にならないように心がけています。皆さんはどんな熱中症対策をしていますか？ぜひ教えてください。

クロスワードパズル

CROSSWORD PUZZLE

パズルを完成させて
プレゼントをGETしよう!!

何でしょうか?
AからEを並べてできる言葉は
出題・ニコリ



タテのカギ↓

- ① 招く側がホストなら、招かれる側は
- ④ タマネギを切ると出ることも
- ⑦ 建てたばかりの建物のこと
- ⑨ 数字のゼロを日本語でいうと
- ⑩ サブ→→→→トス→アタック
- ⑬ 「海鼠」と書く生き物
- ⑭ 置き時計はクロック、腕時計は
- ⑰ 仕事や用事がない空き時間のこと
- ⑱ コショウ、ナツメグ、シナモンなど
- ⑳ プールの授業のときに着ます
- ㉑ 領収書に収入——を貼った

ヨコのカギ→

- ① 1年で一番昼が長い日
- ② 徳川家康が晩年を過ごした——城
- ③ 不動産会社が売買するものの1つ
- ⑤ 「落穂拾い」や「晚鐘」を描いた画家
- ⑥ 奈良や鎌倉のものが有名
- ⑧ テッセンとも呼ばれるキンポウゲ科の花
- ⑪ 相撲取りが踏みます
- ⑫ 抑揚のないせりふ回しは
- ⑬ トウモロコシやゴーヤーが多く出回る季節
- ⑮ 弁当箱にご飯と一緒に詰めます
- ⑯ ——コート、——ブーツ
- ⑰ 円周率を表す文字
- ⑱ ネタとシャリで作ります

4月号の答え
A B C D E
「ハルガスミ」



キリトリ

住所 (〒)	
氏名	
電話番号	
年齢	職業

今月号で良かった記事

お便りのテーマ「熱中症対策」その他ご意見など
匿名希望の方はペンネームを ()

正解者の中から抽選で5名の方に「農協全国商品券(2,000円分)」をプレゼントいたします。
(とさのさと、ギフトガーデンルピナス) 他で使えます。
※プレゼント当選者の発表は、商品の発送をもってかえさせていただきます。

FAX・Eメール・ハガキでの応募はこちら



(088) 883-6935



kouhou@kochishi.ja-kochi.or.jp

ケータイからも
簡単送信

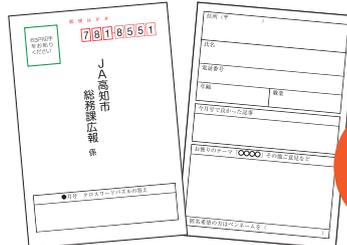


スマホにも
対応しました

QRコード



ハガキ



締切
6/30
(当日消印有効)

【お客様の個人情報について】

当組合の広報誌に関して、お客さまから個人情報をいただく場合は、①広報誌への掲載・編集、それらに関する確認 ②投稿者・当選者・入選者、入賞者の発表 ③プレゼントの発送 ④当組合の提供する商品・サービスに関する各種の情報のご提供等のためにのみ利用させていただきます。これらの利用目的以外にお客さまの個人情報を無断で使用することはありません。

想い伝わる特別な贈りもの。

gift garden
Lupinus

お中元・夏ギフトはお近くのJAで

PREMIUM GIFT

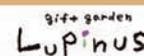
 <p>コク深いクリームで包んだ パンロール。あまおういちごの ビュレを使用したロールケーキ セット</p> <p>ザ・スイーツ×モンシェール ロールケーキセット (ストロベリー、バナナ)</p>	 <p>「博多あまおう」を使用した異なる 4種の味わいが楽しめる アイスギフト</p> <p>博多あまおうのこだわり アイス(10個)</p>
 <p>ごろっと果実を贅沢につかった フルーツゼリーギフト</p> <p>ザ・スイーツプレミアム フルーツゼリー(9個)</p>	 <p>濃厚で上質な味わいが魅力の 100%果実ジュースギフト</p> <p>ウェルチ100% 果汁ギフト(28本)</p>

※季節商品につき、予定数完売次第販売終了とさせていただきます。ご予約はお早目に！

ご注文・お問い合わせ

グリーンファーム高須店 ☎0120-086-802

グリーンファーム横内店 ☎0120-481-268



第35回通常総代会の開催

JA高知市の第35回通常総代会は下記の通り開催します。総代の皆さまはご出席くださいますようお願いいたします。

開催日時 令和5年6月28日(水)
午後1時30分

開催場所 セリーズ
高知市高須砂地155番地

*総代会終了後に懇親会を実施する予定です。
ただし、諸般の事情により予告なく中止させていただきます場合があります。

クールビズ実施中

当組合では地球温暖化対策として、事務所内の夏季冷房温度の基準を28℃としクールビズ運動に伴うノーネクタイを実施しております。

期間 令和5年5月1日(月)～
令和5年10月31日(火)

皆様のご理解、ご協力を賜りますようお願いいたします。

キリトリ

郵便はがき

63円切手
をお貼り
ください

7	8	1	8	5	5	1
---	---	---	---	---	---	---

JA高知市

総務課広報係

6月号 クロスワードパズルの答え



高知のみようがを買って

現金 5,000円 GETしよう!

抽選で **500** 名様に 当たる!

応募期間 令和5年 **5/1(月)~8/31(木)**

※当日消印有効 ※応募シールが貼られたみようがの出荷は8月上旬までです。

応募方法
ハガキ みようがバックに添付された応募券(左記参照)をハガキ1枚に3枚貼って、必要事項を記入し、ご応募ください(シール裏面参照)
ウェブ 右のQRコードを読み取り、応募券が貼られた商品写真(3枚1口)とレシートの画像を添付してご応募ください。
 ※はがきとWEB、両方の方法で応募した場合は、一方を無効とさせていただきます。

問合せ **Tel.088-885-3230** (株)ファクトデザイン事務所内
 みようが現金5,000円プレゼントキャンペーン事務局(土・日・祝を除く9:00~17:00)
JA高知県 JA土佐くろしお JA高知市 共同開催

6月13日は「いいみようがの日」
 みようがを食べよう!
 みようがとちりめんじゃこのごま油あえ
 みようがの豚肉巻きフライ

高知のみようが生産量 **日本一** シェア9割!!
 その他シビはこちら

web応募 [よくある質問]はこちらから

〈JAグループ高知の安全・安心への取り組み〉

高知県農産物安全検査センターのご案内



検体を抽出する作業の様子



ガスクロマトグラフ質量分析計で農業成分を分析

(一社)高知県農業開発機構は、高知県の農業振興に寄与することを目的に高知県農産物の安全・安心の確保に関する事業を行っています。

同機構が運営する高知県農産物安全検査センター(以下、検査センター)は、高知県産農産物の安全・安心を確保するためのJAグループ高知の自主検査施設で、平成15年に高知市仁井田新港(現在のJA高知県営農販売事業本部敷地内)に設置されました。

検査センターは現在職員4名体制で業務を行っており、野菜・果実・米等の高知県産農産物の残留農薬分析を行い、食品衛生法で定められている基準値が守られているかどうか

等を検査しています。

前年度の出荷実績に応じて策定した実施計画に基づき、県内主要品目を中心に年間約1,700件の農産物を検査しています。

令和6年度には分析機器を更新します。

今後のJAグループ高知の農産物の安全・安心のために、正確で迅速な検査の実績に努めてまいりますので、皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。





JA 高知市 in ベスト電器

大商談会

令和5年

6月17日(土)→7月17日(月・祝)

開催場所・時間

ベスト電器高知本店 ・ ベスト電器高知西店
(午前10時～午後8時) ・ (午前10時～午後7時)



←こちらの案内状を忘れずにベスト電器にご来店
ください！

*詳しくは広報誌「グリーンひろば6月号」の折込
チラシをご覧ください。

お問い合わせ先

J A 高知市 経済課 088-883-6559



21世紀を前進する高知市農協
のシンボルマークです。
KAはKochi-shi Agricultural
Cooperatives

(KA)はForwards'KAを表しています。

大地のめぐみ・人の知恵—未来へ

発行/JA高知市 〒781-8551 高知市高須東町4番8号
TEL088-883-6800 FAX088-883-6935

ホームページ: <http://www.ja-kochishi.or.jp/>
メール: kouhou@kochishi.ja-kochi.or.jp

編集/総務部総務課 ・ 発行日/2023年6月1日 No.412 ・ 印刷/株式会社高知新聞総合印刷