

弘岡下地区より



### お砂糖代わりにハチみつを!

しょうがのしのぶ  
勝賀野 忍さん

直販所「春の里」にはちみつ、ネギ、オクラ、ナスを年間通じて出しています。  
夫婦で毎日のように出荷にきています。はちみつはお砂糖の代わりに煮物に使うのがおすすめ。その他にもレモンや大根を漬けたり、酢物に少し入れるとおいしいんですよ!  
ヨーグルトに入れたり、ホットケーキにかけたり、体に良いハチミツをみんなに食べてもらいたいですね。

### アイス大好き、ママ大好き!

うかこうめ  
宇賀 小梅ちゃん  
ゆづき  
柚月くん

私たちは弘岡中保育園に通っていて、今日は遠足にいったよ! 公園でいっぱい走ったからアイスがとってもおいしいの。このアイスはママがお店で作っていて私はチョコ、弟の柚月はミルクがお気に入り、おいしいアイスを作ってくれるママが大好き!  
もちろん、お野菜ももりもり食べて元気いっぱい。将来は看護師さんになって、病気のひとにやさしくしてあげるの。柚月はアンパンマンになりたいんだって!

弘岡中地区より



高知  
地区

## から こんには 今月の〇〇 気になる人

弘岡下地区より



### メロン作りは最初が肝心!

やなぎむら せつ お  
柳村 節男さん

夫婦と両親でメロンとショウガを作っています。おいしいメロンを作るために、発芽時や定植のとき特に温度や水管理に気を配り、根の強い苗づくりをしています。またメロン部会の部長として、大阪や広島に試食宣伝にも出向き春野のメロンをPRしています。  
学生のアルバイトを定期的に受け入れているので、土日に作業してもらえるように段取りを考えています。工夫することで家族が休みを取れるようになり、無理なく農業を続けていきます。

### 心に寄り添う対応を

おかえりこ  
岡 詠里子さん

JAメモリアルこうちに入社して半年になります。以前はアパレル関係の仕事をしていましたが、祖父の葬儀の時、会館の職員の方にすぐ助けられたことをきっかけに、この仕事に就きました。まだまだ勉強中ですが、上着をお預かりしたり、お困りの方に声掛けをするなど、人の気持ちに寄り添う対応を心がけています。

葬祭会館ルミエールはるのより



# できごとピックアップ

地区内のイベントや、地域農家の取り組みなどを紹介します！

## 5 高知市

### 管内から3人が受賞



春野産野菜の試食宣伝をする生産者の川島寛明さん

2月2日・3日の2日間、高知ばさんセンターで平成31園芸年度高知県園芸品展示品評会が開かれました。当JAからは22名が24品目を出品し、野菜の部で3人の生産者が受賞しました。また屋外のテントでは、春野産野菜を大ぶらにして試食宣伝を行い、たくさんの方が訪れました。

【野菜の部】  
 ▼高知県知事賞・三谷恭平さん(キュウリ)▼エコシステム品賞・川田拓生さん(あき豆)  
 ▼優秀賞・尾仲和人さん(土佐甘とう)

## 3 仁ノ地区

### とれたてキュウリで恵方巻きがぶり!



新鮮なキュウリと大好きな卵焼きをまいていただきます!

2月2日春分の日を前に、高知市の子育てグループが春野町のキュウリハウスで収穫体験をしました。

仁ノ地区の越智史雄さんのハウスに集合した親子30人は、はさみを使って丁寧に収穫。越智さんからは農業を極力使わない、天敵栽培について説明を聞きました。

その後、同地区公民館のキッチンで、採れたてのキュウリや自家製マヨネーズを使った恵方巻きを手作りし、親子で楽しみました。

## 6 南国市

### 女性のパワーを今こそ!



手作りの佃煮の試食をどうぞ

春野地区女性部は2月21日、南国市のアンジェブランで開催された女性大会に参加しました。体験発表では、ミドル部長・濱田利佳さんが発表。キュウリの栽培管理勉強会や医師による健康講座を開催したことを話すと、会場から驚きと感心の声が上がりました。

休憩時間には県内女性部による展示即売会が行われ、当女性部からはキュウリなどの野菜の他、手作りシフォンケーキ、佃煮、焼き肉のたれを販売。好評のうちに完売となりました。

## 4 高知市

### キュウリの甘酢漬けでランナーを接待



ランナーを応援しながら甘酢漬けを配る部員ら

2月17日、約1万1千人が参加した高知龍馬マラソンで春野産キュウリをPRするため、春野きゅうり部会が沿道でランナーの接待を行いました。

疲れた体をリフレッシュしてもらおうと、一口大の甘酢漬けを5千食配布。甲斐漁港事務所前に構えた接待所には、次から次へとランナーが訪れ、1時間程度で配布終了しました。

参加した同部会の吉次康裕さんは「疲れた体に甘酢漬けが気持ち良いと喜んでもらえた」と手応えを感じていました。



8連覇を達成した春野Aチームのみなさん

## 1 春野地区

### 春野Aチーム8連覇! 第43回JA青壮年部組織親睦駅伝大会

1月30日、春野運動公園で県内の農協青壮年部員が集う恒例の駅伝大会が行われました。主催は高知県農協青壮年部。オーブン参加も含め20チーム約200名が参加し、43回目の開催となりました。(以下括弧内は大会時の年齢・敬称略)

【前半 春野A】  
 春野総合運動公園の施設内を周回する、ゆるやかな上り坂がある22kmのコース。全選手同条件でのレースとなり、2区で春野A・片山祥寿(34)が6人抜きでチーム順位3位に追い上げました。

【結果発表】  
 春野Aが総合タイム55分24秒で2位に2分22秒の差をつけて優勝。栄えある8連覇を達成しました。

4区・岡崎智正(43)が2位で前半を終了しました。  
 【後半 若手選手が活躍!】  
 5区春野A野村望(48)が2位で後半をスタート。俊足ぞろいの土佐あきや土佐市をかわし、6区・片山普永(30)が1位に追い上げ、7区・上田雄大(35)がキープし、後半1位でゴールしました。



心を込めてお弁当を作る女性部員ら

## 2 春野地区

### 手作りに心をこめて 一人暮らし高齢者へのお弁当作り

春野地区女性部は2月19日、管内の80歳以上の一人暮らしの高齢者を対象に手作りのお弁当を届けました。この行事はJA助け合い組織活動の一環として毎年行っており、本年度は約70名の高齢者にお弁当を届けました。

メニューは、脂ののった大きなぶりの照り焼をメインに、野菜のかき揚げ、ネギとイカの酢味噌和え、ニンジンしりしりや卵焼き、甘辛く煮た干し大根とかちりの佃煮など、心を込めて作ったご飯に合うおかずやデザートを用意しました。

その後、各支部の役員が1軒ずつ訪問してお弁当を手渡すと、高齢者は「手紙をもらってこの日を楽しみに待ちよった」と笑顔でお弁当を受け取っていました。

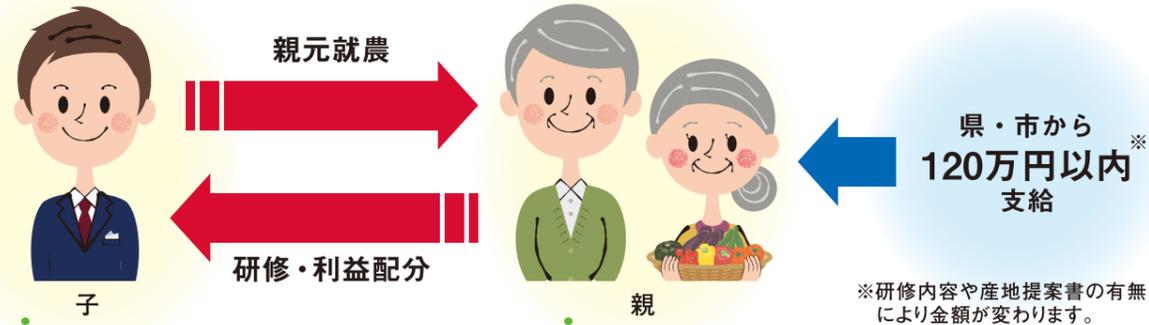
ザイトを女性部員が彩りよく盛り付けます。プチトマトも添えられ、見た目にも楽しいお弁当になりました。

高知農業改良普及所より

# 親元への就農を応援します！

「他産業に従事」していた農家子弟が、産地提案書（注）など一定の要件の元で親元に就農する場合、親である農家の方に助成をする事業があります（平成28年度～）。

（注）「産地提案書」とは、県内の各産地や地域が募集する品目、求める人材像、就農までの流れや支援体制を具体的に明記し、新規就農者の募集に活用する提案書です。高知市春野町では、春野胡瓜部会が対象となっています。（各地域の産地提案書を公開中。「こうち農に就く.net」→「メニュー」→「産地提案書」）



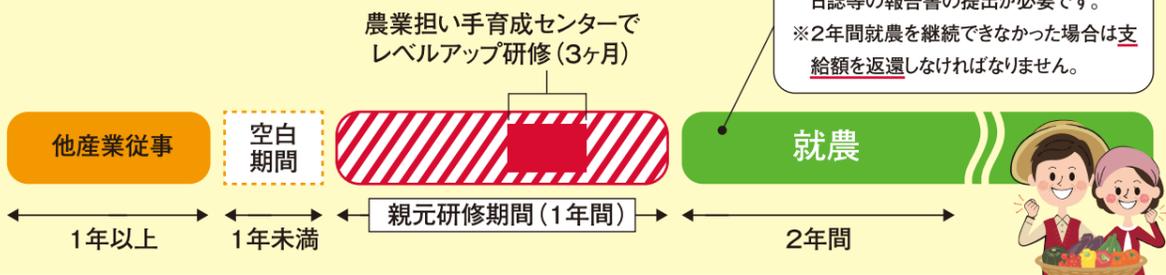
## 対象研修生（農家子弟）の主な要件

- 対象親元農家の子・孫・兄弟姉妹・甥・姪等であること
- 15歳以上65歳未満
- 親元就農する以前に、1年以上「他産業に従事」していることが公的な書類で確認できること
- 親元に就農してから1年未満であること（上記の書類で親元就農していないことが確認できる最終日から起算して1年以内であること）

## 対象親元農家の主な要件

- 認定農業者または人・農地プランの中心となる経営体に位置づけられていること
- 担い手育成総合支援協議会等が策定した研修プログラムに従い研修が実施できること
- 家族経営協定を作成し、給与や役割等を明確にすること
- 経営継承計画を提出すること

## スケジュールの一例



〈詳しくは問い合わせください〉 ●高知農業改良普及所（TEL 088-861-0711） ●高知市春野地域振興課（TEL 088-894-4387）

# えいのう〜



## 鳥獣被害対策専門員からのお知らせ ハクビシン被害を防ごう



**H30年度は、ハクビシンによる被害も増大!**  
四季折々、美食家のハクビシンは皆さんの作物を狙っています。防護柵なしの露地栽培は勿論、ハウスであっても隙間があれば侵入を試みます。その際、爪でひっかいたり、小さな穴に鼻先を入れ侵入口を作られるケースもあります。圃場の点検、作物の状態確認は被害対策において非常に大切です。  
**毎年、被害を受けるままにしない事**  
野生鳥獣の進出は驚異的です、これらの天敵となることのできる人間です。加害獣に対する知識や防護柵の設置等で可能な対策をする事が大切です。まずは、今出来る事から始めましょう。せっかくなので作物を守るためには防護が必要不可欠。ハクビシンには縄張り意識がありません。1圃場に数匹のハクビシンが被害を及ぼしている可能性もあります。

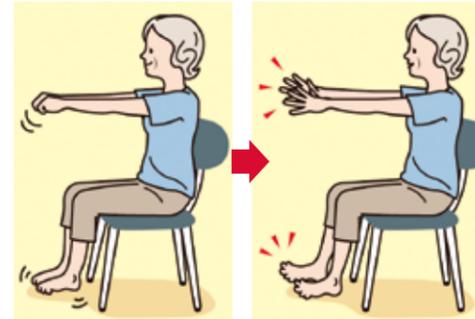
鳥獣被害対策専門員（携帯電話）0901318910373

## 手軽に健康 手指体操 座って全身運動その1 手足20本の体操

健康生活研究所  
所長 堤 喜久雄

いよいよ農作業が本格的に始まります。とはいえ春先は寒い日と暖かい日が交互に訪れ、体調を崩しやすい季節でもあります。今回ご紹介する体操は、座ったままで行えるグーとパーを使ったシンプルなもの。手足同時に動かすことがポイントです。  
夜、手先や足先が冷たくて寝付けないうとき、あるいは朝起き抜けに体が動かないときなどに行うのがお勧めです。運動量は少なくても、血行促進に効果があります。脳梗塞や心筋梗塞の予防にも役立ちます。  
慣れてきたら右半身と左半身の使い分けをするなど応用してみましょう。スリッドを変えたり、「グー、パー」と声に出したり、立つてやってみたりと自由自在にアレンジが可能です。シンプルな動きだからこそ、飽きずに続けられる体操でもあります。

### ステップ1 手足同時にグーパー



- 椅子に座り、両手と両足同時にグーにします。手の親指は内側に握り込み、足は床から爪先を上げて指を丸めます。
- 両手と両足を同時にパーにします。このとき、爪先は床に着け、指をリラックスさせます。このグーパー体操を1分間、秒針の速さで交互に繰り返します。

### ステップ2 右半身と左半身で交互にグーパー

- 右手と右足をグーに、左手と左足をパーにします。
- 右手と右足をパーに、左手と左足をグーにします。ステップ1と同じ速さで繰り返します。

皆さんからのご意見、ご感想、つぶやき、川柳、イラストなど、お便りを心待ちにしています！

# みんなのひろば

今月の気になる人に知り合いが出ていてびっくりしました。春野に住んでいて家族みんなキュウリが大好きです。よくJAへ買いにいくんですよ。

(南ヶ丘 原さん)

▼「…気になる人」では自由に地域にかかわる人を紹介しています。きつとまたお知り合いが登場すると思うので、これからもご愛読ください。

3月号の「プロッコリーのパス」レシピを見ながら作りました。プロッコリーが好きなので料理法があつてよかったです。これからもレシピを載せてください。

(ペンネーム ホネホネマン)

▼12月から5月までの旬を迎えたプロッコリーが直販所にもたくさん出ています。新鮮でおいしいプロッコリー、毎日でも食べたいですね。

「もうぐり」になって広報誌にも広がり、膨らみを感じます。今の時期暖かい縁側でゆっくり読めるのも楽しいです。

何もかも忘れて走る1万余人 青年の夢 早春賦なり (龍馬 マラソンの情景を詠む)

(西分 瞬鳩)

▼農作業の合間に縁側で「もうぐり」を広げている光景を思い描きました。特集や、各地域の取り組みなどたくさん掲載していきます。ぜひこれからお目通しください。

ひなまつり。我が家は男家系で、初孫に女の子が生まれてとてもうれしかった昔を思い出します。その孫ももう成人しましたが、毎年おひなさまを出して、桃の花、アラレ、白酒を飾ります。

(ペンネーム あじさい)

▼おひなさま、毎年飾られるとはステキですね。お孫さんが生まれた時の喜びが伝わりました。今年も春が来て良い季節になりますね。

「花のある暮らし」のページがいですね。花に囲まれて心が和みます。我が家のネコのひたいほどの庭にもクリスマスローズが顔を出し始めました。

(二宮 大菊さん)

▼クリスマスローズはいろんな種類があつて、人気のお花ですね。春の花が咲く、にぎやかなお庭を想像しました。

退職後、毎日趣味とボランテアに飛び回っています。今日は久しぶりに姉妹で温泉に行きました。

(横浜新町 岡本さん)

▼ボランテアで婚活サポートをされているという岡本さん、ぜひその活動の様子もお便りでお知らせください。



## INFORMATION

### お知らせ



#### 水稲育苗箱返却のお願い 水稲育苗箱の返却日程

- 1.返却場所 森山育苗センター
- 2.返却期間 2019年4月16日(火)～2019年5月21日(火)  
上記期間の毎週 火曜・土曜のみ
- 3.受付時間 8:45～12:00迄
- 4.返却方法 よく洗い、同じ箱10枚ごとにひもでまとめる  
(モチとコシヒカリを一緒にしない)

※上記日時以外は持ち込まないでください。  
※返却時にはJA職員が枚数確認します。

お問い合わせ 営農渉外課 894-5660

#### 家の光

2019年4月号 定価 906円(税込)

#### 〈特集1〉まんがでわかる手口と対策 最新「詐欺」撃退マニュアル

「振り込め詐欺」をはじめとする卑劣な詐欺事件。オレオレ詐欺、還付金詐欺、名義貸し詐欺など、巧妙にかたちを変えながら、あなたの財産を狙っています。その手口の巧妙さを、リアルなまんがで解説。被害に遭わないために、詐欺グループの手口を把握し、撃退術を身に付けましょう!



#### 【春野支所・営農経済センター 連絡先一覧表】

総務課 894-3033	店舗課 828-6116
信用課 894-2203	Aコープはるの 894-2225
共済課 894-3304	JAグリーンはるの店 828-6161
金融渉外課 894-3309	(株)JAエナジーこうち 828-6212
購買課 828-6111	配送部門 828-6113
農機センター 894-5290	販売課 894-2222
ビニール加工場 894-4264	養鰻出荷・加工場 894-5424
重油係 828-6115	営農渉外課 894-5660
ルミエールはるの 0800-200-5911	はるちゃんのアイス屋 894-2760