

女性部より

みんなで楽しくつくりました☆ 春野地区での男の料理教室に 参加した皆さん

P13「できごとピックアップ」掲載！ JA高知県女性部春野地区と「春野大好き！ スズメ元気会」共催の『男の料理教室』プレ開催に参加した皆さんです♪調理したのは、「アジの炊き込みご飯」「塩もみナスの牛肉巻き」「オクラの卵スープ」「カボチャのヨーグルトサラダ」の4品。参加者は「自分で頑張って手作りしたぶん美味しく頂くことができました！」と大満足の様子でした！部長の矢野由美さんは「初めての取り組みだったけれど、一般向けに実施するための良い一歩が踏み出せました。今後も積極的に活動を継続することで、地域活性化や女性部員の増員に繋がっていきたいです」と感想を話していました。



高知
地区

から こんには 今月の〇〇 気になる人

ルミエールはるのより



心に残るスタッフを目指して 橋本 侑大さん(18歳)

実際にJA葬祭でお世話になったことがあり、その時に対応して下さった方々の姿や対応に感銘を受けて就職を決めました。「この人たちのようになりたい」と、自分の中に印象深く残っていたんです。元々抱いていたイメージと違い明るい雰囲気職場ですが、その分「いざという時の切り替えや、メリハリがしっかりしていて凄い」というのが、実際に働いてみて感じた印象です。言葉使いも大切ですし、覚えることもまだまだたくさんありますが、私も誰かの心に残るようなスタッフになれるよう頑張りたいと思います。

前職も就農のきっかけに 片山 優俊さん(30歳)

春野町西畑でキュウリを栽培して3年目になります。前職は青果の小売業でしたが、生産者の方と話をしているうちに「楽しそう」と感じたことがきっかけで就農を決めました。親が農家ということもあり、もともと興味があったのも理由の1つです。自然が相手なので、マニュアル通りにいかず難しい部分もありますが…。周りの方にアドバイスをもらいつつ、自分自身で考えながら作業ができることに魅力を感じています。

休日は子どもと遊びに出かけたり、一緒に過ごす時間が癒しの一時です。家族との時間も大切にしながら、これからも頑張ろうと思います。

西畑地区より



ルミエールはるのより



人の心に寄り添えるやりがい 中村 心美さん(18歳)

高校生の頃、進学か就職か悩み、なかなか進路を決められなかったのですが…。母の友達など、周りの人に相談するうちに葬祭業に着目するようになりました。実際に勤めている知り合いもいたので話を聞きながら、Webなどを活用し調べたうえでJA葬祭に就職しようと決意。実際に働いてみると、様々な現場からのご連絡を受けるので想像と違うこともあり驚きも多かったです。ですが、もともとコミュニケーションをとることが苦手な私でも、こうして人の心に寄り添い働くことができる事にとてもやりがいを感じています。

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 ルミエールはるの 思い出の品を供養・ルミエールで人形供養祭



約2,000体の人形などを供養した人形供養祭

(株)JAメモリアル高知と春野町農経済センター購買課は7月24日、春野町のルミエールはるの「人形供養祭」を行いました。約2,000体の人形や故人の写真、アルバム等を祭壇に並べ、春野町にある六條八幡宮の新川一也宮司が神事を行い供養しました。事前に町内外から約50人が思い出の品を持ち込み、コロナ対策のため供養祭には関係者のみ参列しました。人形を持ち込んだ人は「思い出があり、そのまま捨てるのは忍びなかった。供養できてほっとした」と笑顔で話しました。

3 高知地区管内 高知FD公式戦で出店 高知県産品をPR!



多くの人で賑わった出店の様子

7月24日に高知市総合運動場で開催された「高知ファイティングドックス公式戦」へ、青壮年部土佐香美本部と香美地区園芸部ししとう部会、れいほく営農経済センターが出店に参加しました。こんがり焼いたシントウをのせた「特製とさかみ塩焼きそば」と「かき氷」、「れいほく八菜」や「土佐あかうし」の牛串を販売。「シントウの佃煮」「シントウのベーコン巻き」の試食も用意し、高知県産品のレシピリーフレットを配布するなど積極的なPRも行いました。

6 春野町仁ノ 祭りの灯つなぐ



真剣を使った太刀踊りを披露するメンバー

春野町の仁ノ地区は8月1日、仁ノ八幡宮で夏祭りを開きました。コロナ対策として、演奏や踊りは地元団体のみのみ、2時間程度と時間を短縮して開催されました。地域に古くから伝わる太刀踊りや、有志による大鼓演奏、浴衣姿の盆踊りなどが披露され、集まった地元客は地域に伝わる伝統芸能に拍手を打ちながら楽しみました。 神社総代の中内憲文さんは「コロナ禍でもできる祭りのあり方を考え、地域の協力を得て開催できた」と話しました。秋祭りは10月に開催、俳句コンテストや絵馬の募集を予定しています。

4 女性部春野地区 男性対象 料理教室をプレ開催!



協力して調理を進める様子

女性部春野地区は7月29日、春野公民館平和分館で男の料理教室を開きました。 もともと独居の一般男性向けに行う予定でしたが、新型コロナウイルス感染拡大の影響で企画を中断。市の社会福祉協議会の職員や実習生など5人を対象に、プレ開催として実施しました。当地区では初めての取り組みで、地域住民のためには初めよいつくりをすすめる「春野大好き！スズメ元気会」と共催。4品のレシピを2班に分かれ調理し、部員に教わりながら協力して完成させました。 ※P11「高知地区からこんにちは」にも関連記事があります。



荒茶の由来を確認する参加者

1 営農販売事業本部 良質な荒茶目指して 生産者らが研修会

JA高知県農産販売課は7月16日、情報交換し品質向上への意識を高めることを目的に、高知市で荒茶の研修会を開催。生産者や関係者ら40人が参加しました。 サンプル外観研修・試飲会では、各産地の茶葉の色合いや香りを入念にチェックし、令和3年産の出来を確認。参加者は「他の産地の茶葉を見る機会がなかなかないので刺激になる」「互いの産地の味を知り、意見を言っていたことで勉強になった」と話しました。 静岡県(株)山崎屋山崎 和俊 仕入製造部長は「以前の研修の頃から、出来が明らかに変わってきている方もいて意義があるものとなっている」と感想を話しました。 また、令和3年産の生産状況や、(株)静岡茶市場からの総評などをJAより報告。土佐茶振興計画の策定について、高知県の環境農業振興課 山崎幸重課長補佐 兼チーフが説明し、今後の販売戦略(案)や新たな茶業及びお茶文化の振興に関する基本方針について情報を共有しました。



先生に指導を受けながら調理する様子

2 高知地区管内 夏野菜でオシャレにランチ!

JA高知県は7月17日、「男の料理教室 旬の野菜・果物を使ったベジフルレッスン」野菜ソムリエプロと一緒に作る「第2回目」を高知市で開催。男性9人が参加し、旬の野菜や果物を使ったランチ作り挑戦しました。 この取り組みは、一般消費者らに向けた食と農の情報発信とJAについて理解を深めてもらうことがねらい。同市でカフェ「HONEY GARDEN」を経営する野菜ソムリエプロの山崎優子先生が指導しています。今回は「野菜たっぷり冷麺」「トマトのキウイみぞれかけ」「ナスとチーズのカッペ」「牛乳かん」の4品を、夏野菜をふんだんに使い調理。Eコープマーク品の「中華めん」「牛乳かんの素」を使用し、安全・安心で美味しく食べられることを伝え商品のPRも行いました。また、山崎先生による「野菜の色」や「トマトのお話」の講座も実施。野菜の彩りに含まれる機能性成分や、トマトに関する逸話などを学びました。 次回は「頑張らなくてもできるカフェごはん」と題した講座を実施する予定です。

高知農業改良普及所より

台風対策（施設）のポイント ～就農間もない農業者のみなさんへ～

今年もまた、台風の季節がやってきました。
そこで、今回は農業を始めて間もない方に、台風接近時にチェックしておいてほしいポイントを紹介します。

〈台風接近前〉

- ビニルハウスの被覆フィルムを押さえているマイカー線の「ほつれ」や「断裂」はないか。
- ビニベットのスプリングやレールにゆるみや腐食はないか。
- フィルム破損時の潮風害を想定して、タンクに水を貯めて動力噴霧器の準備をしておく。
- 重油タンクをしっかりと固定し、燃料コックは閉めておく。
- ビニルハウス周辺の備品の片付け（飛んでいかないようにしっかりと固定させる）。



〈台風接近時〉

- 暖房機や天窓減速機等の電源を切っておく。
- インバーターで回転数を調整できる換気扇を設置しているハウスでは、吸気シャッターを閉めて、換気扇をゆるく作動させ、ハウス内の気圧を下げてビニルの浮き上がり、バタつきを防止する。なお、風が弱まればビニルが破損する恐れがあるため、直ちに停止する。

※風が強くなってきたら、施設に近づかない。やむを得ない場合は、ヘルメット等を被り、安全に配慮すること。

〈台風通過後〉

- 切っていた電源を回復させ、換気システムを復旧させる。
- ハウス内の気温の急上昇に留意し、速やかに換気する。
閉め切ったハウス内が高温になっている場合、換気を一気に行くと外気が急に流入すると、作物が傷むことがあるので、まず天窓を開けてハウス上部の高温の空気を抜いた後、サイドを徐々に開ける。
- 作物への泥の跳ね上がりが多い場合は、病害の防除を兼ねて動噴で洗い流すように作物登録のある殺菌剤を散布する。
- 風台風で潮風をあびた場合は、できるだけ早く散水して茎葉に付着した塩分を洗い流す。
- 速効性の液肥を施用したり葉面散布を行い草勢の回復を図る。



なお、日頃からベテラン農家はどんな災害対策を行っているか、観察したりアドバイスをもらい参考にしましょう。

（参考：高知県農業イノベーション推進課、環境農業推進課「ハウス施設の台風対策」）



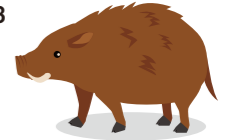
お問い合わせ：高知農業改良普及所（TEL.861-0711）



鳥獣被害対策専門員からのお知らせ



鳥獣被害対策専門員 上地 和久
携帯電話:090-3189-0373

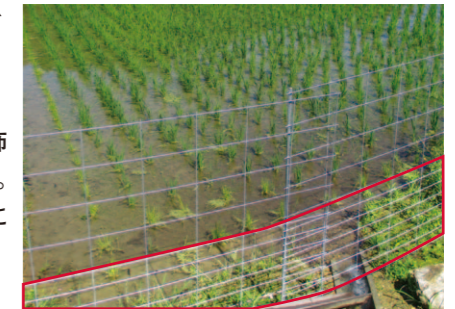


獣害対策用柵の注意点

獣害対策として柵を設置している方も多いと思います。ただ、誤った使い方をすると被害に遭うことも。今回は柵ごとの注意点をご紹介します。

●電気柵

電気が流れていないまま柵を放置するのはタブーです。イノシシが電気柵を怖いものではないと学習し、電気を流した時も、そのまま突破されるようになります。収穫が終わった後は電気柵を回収するか、電源を切らずに電気を流さばなしにします。



●ワイヤーメッシュ（WM）柵

WM柵は格子の大きさに注意が必要です。よくホームセンターで売られているのは15cm角ですが、これだとウリ坊には入られてしまいます。ウリ坊が圃場に入ると、その親も何とか圃場に入ろうとし柵が壊される可能性が高まります。獣害用のWM柵は、値段は高くなりますが、下部の目が細かくなっているためウリ坊でも入れません。

●ネット柵

ネットは動物に簡単に噛み切られてしまい、2～3年しか持ちません。張るならステンレス入りネットを選ぶと良いでしょう。

手軽に健康 手指体操

手首回しで柔軟性アップ!

健康生活研究所所長●堤 喜久雄

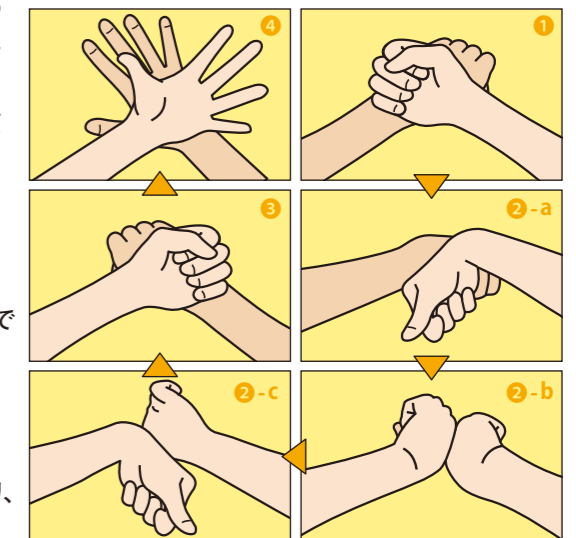
体の機能は使わないと老化が進みやすくなります。特に骨と骨を結ぶ関節は硬くなると可動域が狭くなり、筋肉が緊張状態になります。体に余分な負担がかかり、不調につながります。つまり、関節の柔軟性と健康は密接な関係にあるのです。

ここでは手首の動きを柔らかくする体操をご紹介します。腕や肩の筋肉の血の巡りを良くするので、肩凝りの人にも効果的です。両手を同時に行うので集中力も上がります。

手首だけでなく、足首回しもセットにして起床後や就寝前の習慣にすると良いでしょう。柔軟性アップで、いつまでも健やかに!

両手を離さずぐるりと1回転

- (1) こぶしを軽く握り、右手を上にして手の甲同士を合わせます。
- (2) 手の甲同士をこするように手首を回転させていきます。ゆっくりでよいので両手が離れないように注意して。
- (3) 1回転したら、左手が上に来ます。
- (4) 回転し終わったところで指をパッと開きます。再びこぶしを握り、逆回転させて1セットです。これを3セット続けて行いましょう。



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

安芸の道の駅にこんなおしゃれなメニューがあるなんてびっくりです。ぜひ食べてみたい！

(高知市葛島 23歳)

▼写真でも伝わるナスの美味しそうな輝きに、目を奪われますね…☆ 本文中にもある通り、テイクアウトもできるので海を眺めながら食べるのもGoodです。メニューの種類が豊富なので、何度も足を運びたくありません…！

子供の頃、畑の隅にあった茶を摘み、フライパンで炒ってお茶を作りました。作って味わった人にしかわからない新鮮さ、美味しさがありました。またとって作って、友達と飲みながらおしゃべりをしたいですね。

(春野町弘岡下 73歳)

▼私も小さい頃、祖母の家で茶炒りを経験しました。いつも手作りのお茶で迎えてくれる温かな日々が懐かしいです。今でもお茶は手作りしているのだろうか…。世の中が落ちていたら、確認しに行きたいと思います！

香北町の出身で、昔を思い出して懐かしいです。釜炒りで熱かったことを思い出します。

(高知市新屋敷 81歳)

▼お茶作りの記事を見て、懐かしい！という感想のおたよりを多くいただきました。大人になっても記憶に残るこういった貴重な時間は、これからも大切にしておきたいものです。体験した子どもたちも、大人になった時にこうして思い出す日が、きっと来るのでしようね！

こうぐりを見て近場の店などを知り、ドライブがてら立ち寄っています。

(春野町秋山 70歳)

▼お立ち寄りいただき光栄です☆ 県内でも、まだまだ知らないお店がたくさんあって驚きですよ。これからも「こうぐり」で情報収集していただけるよう頑張ります！

(高知市大谷 67歳)

▼コチットも、みなさんに情報を伝えるために、あちこち飛びまわり大忙しの様子！以下、コチットからの伝言です！「これからは色んなお店をご紹介できるように、楽しみながら頑張るコチット☆」

手軽に健康 手指体操は、簡単でいつでも出来ますね。また手洗いの所作にも重なって、とっても良いなあと思いました。

(高知市幸町 54歳)

▼農作業の合間に、お仕事の合間に、おしゃべりしながらでも出来るなんて…！ 代謝や気の巡りを良くして、スッキリした気持ちで今日も元気に頑張りますよ！☆

お中元・夏ギフトも国産国産で！全部おいしそうですね！特に、とさの野菜アイスは食べてみたいです。

(高知市二宮 15歳)

▼野菜アイスは私もなかなか食べる機会がないので気になっています…！ ぜひご家族や友人の方と買って、食べてみて下さいね。感想もお待ちしておりますよ！

新生姜でできる料理、また1つレシピが増えました。

(高知市介良 45歳)

▼レポートの参考に、これからも「こうぐり」を要チェック！してくださいね。

【連絡先一覧表】

高知地区（春野町）

企画課	894-3033
春野支所	
信用課	894-2203
共済課	894-3304
金融渉外課	894-3309

他組織・子会社等

高知中央サービスセンター (事故処理)	821-6015
(株)JAエナジーこうち 春野給油所	828-6212
ルミエールはるの	(フリーダイヤル24時間) 0800-200-5911
春野農機センター	894-5290

春野営農経済センター

購買課	828-6111
Aコープはるの 直販所「春の里」	894-2225
重油係	828-6115
ビニール加工場	894-4264
経済渉外課	828-6111
JAグリーンはるの店	828-6161
配送部門	828-6113
販売課	894-2222
養鰻出荷・加工場	894-5424
営農指導課	894-5660
はるちゃんのアイス屋	894-2760