

物部支所管内より

ゆの酢の効いた田舎寿司を 召し上がれ

nao お弁当屋
橘佐古 街子さん(46)

今年7月に、物部町橘佐古から大栃に移転。nao店内とAコープ香北、葎生の里(美良布直販所)などで「土佐田舎寿司」とお弁当を販売しています。お寿司にお酢は欠かせませんが、使用するのは物部町特産の「ゆの酢」のみ。ゆの酢だけで作ることで、ゆずをしっかり感じるができます。また、原木干しシイタケを使うのもnaoのこだわりです☆ お寿司を食べた神戸のお客さんからは「美味しかったです」とはがきを頂いたそうです！ そんなnaoの自慢の田舎寿司をご賞味ください♪



JA高知県物部支所の向かいにのぼり旗が立っているところがnaoです。営業時間 6:30~9:00頃まで



広報担当者より



野菜たっぷりの食事とともに 木の温かみや自然を堪能する

café IVY (カフェアイビー)
岡原 由紀路さん(64)

岡原さんはアイビーログ工房でログハウスの建築をする傍ら、2012年に土佐山田町佐竹でカフェを始めました。特徴は何といっても、アイビーログ工房お手製のログハウス！物部町の丸太を使っています。また、カフェがメインの道路からダムを挟んで向かい側にあり、自然に囲まれているのも魅力です♪現在は岡原さんと息子さんで日替わりで営業中。“ベジカレー”や、大豆ミートを使った“畑のお肉ランチ”、自家製の燻製ターキー入りチャーハン、パスタなどを提供しています！今後の目標は、ダムでカヌーやサップのようなレジャーもできるようにすること！“カフェで食事をして、ダムでレジャーを楽しむ！”なんて日も近いかもしれません♪



岡原さんの日はベジカレーと畑のお肉ランチを、息子さんの日はカレー、チャーハン、パスタ等を提供しています♪



いずれは自分が経営者に！

小松 良平さん(26)

「いつか父の後を継いで農家になるだろうな」と思いながら県外で働いていたという小松さん。今年の6月にUターンし、3ヶ月間農業担い手育成センターに通い、基礎知識を学んだのちに親元就農しました。現在はハウスでナスを栽培している父から知識と技術を学び、新たに建設した17アールのハウスを管理しています。「自然、そして作物が相手なので今は不安でいっぱいですが、いずれは経営者というのを夢見ています」と話してくれました。

野市支所管内より



夜須支所管内より

この店でしか味わえないこと

Build Base
代表 北村 桂さん(45)

ハーレーをこよなく愛する北村さんは“バイカーが集まれる場所を”と、店を始め、野市町で2年間営業。そして昨年11月に夜須町へ移転してきました。Build Baseでは、ドリンクをメインにランチや軽食も提供。“その時に店にあるもので料理する”のが北村さん流です♪また、夜は生ビールやハイボール、個人の好みに合わせたカクテルなど、お酒も楽しめ、バイカーや、農家、地域の方々の交流の場となっています。バイク好きはもちろん、そうでない方もふらっと立ち寄れる雰囲気のお店です。皆さんぜひ一度ご来店ください♪



※ランチや軽食を希望の方は来店前にご連絡ください。バイクもカクテルも料理もカスタマイズします♪

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！



J A高知県のInstagramに投稿するPR動画を撮影しました。みなさんご覧ください

1 土佐山田支所管内

「小ねぎ記念日」って？



11月23日に、「小ねぎ記念日」を迎えました。これは、全国的に11月下旬頃から小ねぎの生産量が増え、鍋などにもよく使われる季節であること、この日が「勤労感謝の日」であり「ねぎらいの日」(葱来らいと読む語呂合わせ)に由来。小ねぎ主産県5県(J A全農みやぎ、J A高知県、J A全農ふくれん、J A全農おおい、J Aグループ佐賀)で組織する「小ねぎ主産地協議会」が、日本記念日協会へ登録申請を行い制定されました。

高知県では、香美市土佐山田町を中心に栽培される小ねぎを「やつこねぎ」と呼んでおり、香りも歯ざわりもとても軟らかいのが特徴です。当地区では、ハウスで周年栽培し、播種前には土壌検査を実施。元肥・追肥の施肥設計、水やりや、温度、病害虫防除の対策を徹底し、高品質なやつこねぎを栽培しています。現在、部会では95戸の生産者が約35ヘクタールで栽培。今年の品質は例年並みに良好となっています。

2 野市支所管内

高知野菜とニラの魅力を伝える



しきりにメモを取る児童

営農指導課の宮本剛人さんは11月9日、佐古小学校の体育館で3年生の児童42人を対象に「高知野菜とニラさいばい」と題し、出前授業を行いました。初めに、J Aや自身の仕事内容について話し、高知県がニラの生産量日本一であることや、県の主要11品目、香南市で栽培している農産物を紹介。ニラの歴史や栽培方法の他、出荷までの流れなどを3択クイズを交えて説明しました。

「いいニラの日」を当てるクイズでは、記念日が昨年制定されたことを知り「えー！知らなかった」「去年？」などと、児童の驚きの声が響きました。また、「みょうがの日」や「ゆずの日」など、農産物に関する日を紹介すると、制定された理由に興味を持ち、しきりにメモを取る様子も見られました。宮本さんは「昔に比べ、農業人口が減っています。今日の話を聞いて、農業に興味を持つ児童がいたら嬉しい。栄養たっぷりのニラを食べて、スタミナをつけ、冬を乗り切りましょう」と呼びかけました。

3 野市支所管内 稼働を始めて1年10カ月経ちました



そぐりセンター内の様子

1月現在で、野市集出荷場内にある「シミス・アグリプラス株式会社」運営の「ニラそぐりセンター」が稼働して、1年10カ月になります。農業者の高齢化や人材不足を解消するため、清水建設 株・農林中央金庫・県やJ A、生産者との話し合いの中で設立。受け込んだニラをそぐり、計量、結束するところまでを担っています。昨年度は130トンを受け込み、今年度は200トン以上を目標としています。

同株式会社神成篤司代表取締役社長は「利用は増えてきたが、目標まではまだまだなので、ぜひご活用頂きたい。また、センター内の人手不足も懸念されるため、人材確保にも力を入れていく」と意気込みました。

4 土佐山田支所管内 郷土料理と健康課題を学ぶ



手本を見せ、指導する部員

女性部土佐山田支部は11月に鏡野中学校の2年生134人を対象にクラスごとに4回出前授業を行いました。

調理開始前に、栄養教諭が香美市の健康課題の1つである「高血圧」について説明。その後、宮地テル子支部長が「具たくさんみそ汁」と郷土料理の「けんかもち」の作り方を説明し、部員が調理方法を指導しました。各班丸めた「けんかもち」の大きさが様々で、笑いがおこります。

また、塩分濃度の同じ「具の多いみそ汁」と「具の少ないみそ汁」を用意し飲み比べを実施。生徒は「具が多い方が野菜の味がして美味しい」と野菜の持つ旨味と「減塩」への理解を深めました。

5 野市支所管内 毎年恒例の干支の作品づくり



作成した作品を手に笑顔を見せる会員

助けあい組織かがやきは11月30日に野市支所2階で、折り紙を使い、来年の干支である「寅」の色紙を作成しました。講師には、日頃からデイサービスで折り紙を教えている上田雪枝さんと吉田美代さんを迎えました。

会員は「ここは先生が谷折りにするとあってたよ」「これは難しいからやってみようか」などと互いに声をかけあい、細かい作業の際には助け合う様子も。完成後は全員で記念撮影を行いました。

この活動は今年で6年目。会員は12支を完成させることを楽しみに参加しています。

6 地区管内 広報担当者の研修会開催



次回は土長地区で開催予定です

11月26日に、広報活動の充実を図ることを目的に、香美地区で各地区・各事業本部の広報担当者の研修会を開催しました。

研修会では、山北果樹集出荷場と山北みかんの園地、ルナビエナスイカのほ場を視察しました。山北みかんの選果・選別・箱詰めや生産者指導員から栽培のこだわりなどについて話を聞き、スイカのほ場では空中にぶら下がっているルナビエナスイカに驚きの声が聞かれました。

参加者は「各地区・地域によって栽培している農産物が異なり、大変勉強になった」と話しました。

チャレンジ！ 家庭菜園

ジャガイモ

多様な品種を楽しむ

休眠の明けた芽は5度程度で活動が始まるため、早植えて発芽した芽は遅霜の被害を受けやすい。生育適温は10〜23度で、冷涼な気候を好みます。

【品種】ホクホクした粉質の「男爵薯」「キタアカリ」や、アンデスの栗ジャガと呼ばれる「インカのめざめ」、ねっとりした粘質の「メークイン」「レッドムーン」など料理に向いた品種を選びましょう。秋作を行うには「デジマ」「シユタカ」など休眠の浅い品種を使います。

【畑の準備】 植え付け2〜3週間前に1平方m当たり苦土石灰50gを施しよく耕し、1週間前に、畝間60〜70cm、深さ15cmの溝を掘り、畝1m当たり普通化成肥料100gと堆肥1kg程度を施し、土を戻してよく混ぜておきます（図1）。

【植え付け】 種イモの大きさは1個30gくらいが良く、大きいイモは各片に頂部に芽が付くように3〜4片に縦切りします（図2）。切り口は、日陰で短時間乾かしておきます。元肥の上に少し土を戻し、種イモの切り口を下にして、株間30cmに植え付け、7〜8cmの覆土をします。マルチ栽培をすると雑草を防ぎ、地

温が上がるため収穫期が1週間程度早まります。この場合、種イモを植え付け後、黒色ポリフィルムを張り、芽先がフィルムを持ち上げたら、フィルムを破り上に出します。なお、発芽後の遅霜被害対策として、不織布のべた掛けがお勧めです。

【芽かき】 芽が10cmくらいに伸びた頃、強い芽を2本残して他はかき取ります（図3）。

【追肥・土寄せ】 芽が15〜20cmの頃、畝1m当たり普通化成肥料50gを畝の両側にまき、5

cm程度の厚さに土寄せします。2回目の土寄せは同じようにつぼみが付いた頃に行います。土寄せは十分し、イモの露出を防ぎます（図4）。マルチ栽培ではマルチの裾を上げて追肥をします。

【収穫】 開花後2〜3週間て新ジャガを楽しむますが、葉が枯れ始めてから掘り取れば充実したイモになります。晴天が続いた日にイモを傷付けないように掘り取ります（図5）。イモは光で緑化するため冷暗所で保存します。

図1 畑の準備

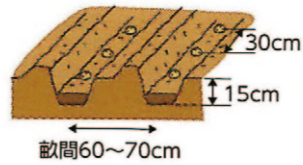


図2 種イモの切断



図3 芽かき



図4 追肥・土寄せ



図5 収穫



えいのう〜



ピーマン

菌核病

症状・発生条件

花卉、果実、茎、葉に発生します。最初は花卉が褐変腐敗します。発病花卉が茎、葉、果実に付着すると、その部分に褐色不整形の病斑を形成します。多湿条件下では、白色綿毛状のかびを生じ、やがてネズミの糞のような黒色の菌核を形成します。茎では、被害部から上位の茎葉が萎ちよう枯死します。枯死した茎内の空洞部に菌核を形成していることが多いです。

対策

- (1) 2カ月以上かん水して菌核の死滅をはかります。
- (2) 全面マルチ栽培。
- (3) ハウス栽培では湿度管理に注意します。
- (4) 被害茎葉などは菌核形成前に除去し、次作の伝染源を少なくします。
- (5) 株内湿度を下げるため整枝を適正に行います。

薬剤防除

スミレックス水和剤 10000倍〜20000倍
ロブラーール水和剤 10000倍



トルコギキョウ

温度管理

特性

植物には、葉や茎、根などの栄養器官と花や果実などの生殖器官があり、それぞれの成長を栄養成長と生殖成長といえます。トルコギキョウは夏季に開花する植物で、高温で生殖成長が促進されやすく、長日であるほど開花の早い相対的長日植物です。

地区管内では、施設栽培で冬春出荷作型のため、夏とは逆の気候で栽培することに なります。そのため、栽培中は高温を意識した温度管理をすることが重要です。また、昼温と夜温の温度差（以下、日較差）を大きくすることで、生殖成長を維持しやすくなります。逆に日較差を小さくすると栄養成長が強くなり、花飛び（ブラスチング）や花色の色流れが発生しやすくなります。

昼温管理

冬期の気温管理としては、昼温は午前8〜9時頃に天窓を徐々に開放して、施設内外の空気を入れ替えるイメージで換気。その後、昼温25〜28℃になるように調節しましょう。加温期間中は、加温機が動く前からハウスを閉め切ってしまうと高温条件下になり、花じみが発生しやすくなります。そのため、夕方に加温機が動き出してから内張り、外張りを閉めるようにしましょう。

早めに閉めたい場合は換気して外気を取り入れ、強制的に施設内気温を加温機設定温度まで下げて加温機が動くようにすると高温度になりにくいです。

夜温管理

夜温は14〜16℃を維持できるように加温すると日較差を10℃以上確保することが出来ます。なお、開花時期に十分な夜温がないと本来の花色とならず、色が悪くなります。12〜2月の曇雨天日で、日中の温度が上がらない日は、昼温が20℃になるまで加温しましょう。昼温と夜温の日較差を作ること、少しでも光合成ができるよう温度管理に努めると良いでしょう。



覆輪系の品種に発生した色流れ
20℃付近で日較差が少ないと発生しやすい

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

いつも「うちんくの台所」参考にしています。食材がこのレシピよりも揃います。それが一番。
(香美市物部町・73歳)



うちんくの台所、どこの地区からどんな料理が出てくるか毎回楽しみです。作っている人の顔が見えて良いですね。
(香南市香我美町・84歳)

▼やはり毎回「うちんくの台所」は人気ですね。たくさんのお便りありがとうございます。12月号は当地区からのレシピでした！皆さん作ってみましたか？

「どっちこまつり」を知りませんでした。来年参加してみたいです。
(香美市土佐山田町・74歳)

「どっちこまつり」青ゆずつかみ世界大会、早くやってみたい！！
(香美市香北町・65歳)

▼去年、今年と中止だったので、実は私も参加したことがないんです！来年はみんなで参加しましょう！なっちゃんに負けないよう腕を磨かないとっ！

毎号写真が綺麗で読むのが楽しいです。今月号の南国市のかさぐるま市にはよく行くのですが、次回は食堂も利用してみます。もちろん、カレーライスを食べます。
(香南市赤岡町・61歳)

▼私も気になりました！天ぷらもあって、ポリユミーで美味しそうですよ！

クロスワードとプレゼントを家族で楽しんでいます。
(香南市野市町・12歳)

▼ありがとうございます！家族で「誰が一番早く解けるか？」など楽しんでくれているのかな？嬉しい限りです。またお便りお待ちしております！

P14えいのうとP21うちんくの台所。お好み天作ってみます。
(香美市香北町・74歳)



▼素敵なイラストもありがとうございます。お好み天を作ってみるといってお便り、たくさん頂きました。皆さん実際に作って見ていかがでしたか？感想お待ちしております。

【連絡先】 高知県農業協同組合 香美地区本部 〒781-5295 香南市野市町西野2704-2 TEL.0887-56-0121

香美営農経済センター	56-2372	物部支所	58-3105	特産センター	56-0061	車輛センター	56-0314
野市支所	56-0921	土佐山田支所	53-2155	農機センター	53-4221	LPガスセンター	53-4353
香北支所	59-2321	赤岡支所	55-2151	JA共済中央サービスセンター	088-821-6015		
吉川支所	55-2117	香我美支所	55-3135	JA葬祭会館「ルミエールとさかみ」	56-5911	(24時間対応)	
夜須支所	55-2155						

「JA高知県女性部土佐香美地区」主催

令和3年度土佐香美「おんな塾」 いやしのキャンドル教室 ～インテリアだけでなく防災にも役立ちます。～

- と き** 令和4年2月16日(水)
- 講 師** 藤岡 さわ 先生【38phyto lab.】
- と ころ** JA高知県香美地区 野市支所2階 大ホール
13:30～15:30(予定)
- 申込み** 令和4年1月17日(月)より受付開始
申込締切は2月4日(金)
- 参加費** 1,000円
- 定 員** 30人(先着順)
- 対象者** 管内の女性
・JA高知県香美地区管内にお住まいの方
・組合員とご家族 ・女性部員



お申込み・お問い合わせ JA高知県香美地区本部 企画組合員課

TEL 0887-56-0121

*ペットボトルのお茶を準備します。
*マスク着用をお願いします！