

吾川支所管内より



地域 みんなに支えられて

にしもり だてお
西森 忠雄さん(86歳)
ヨシイさん(81歳)

「3年前に閉めようと思ったけど、地域みんなの応援があって、場所を変えてつづけているの」と話す西森夫妻。今までは自宅で理容店を営業していましたが、自宅から少し離れた国道沿いで営業を再開！

以前より立ち寄りやすくなって、地域の方たちが気軽に訪ねてくれるとのこと。忠雄さんは「弁当下げて“通勤”するのが楽しい」ヨシイさんは「毎日歩いて通うので健康にいいわ！」

日高支所管内より



飲食業界から農業へ

「現場を知りたかった」
このう せい たらう
小能 聖太郎さん(48歳)

「みんなゴールをどこに設定しているんだろう？」と屈託のない笑顔で話す小能さん。

東京出身で2014年に家族で高知県に移住。イチネン高知日高村農園で2017年からミニトマトの栽培に励んでいます。

かつては東京で飲食店を経営していた小能さん。「仕事を通して現場を知りたかった」と話します。「農業はゴールがない。深くて難しく面白！」とワクワクした口調で話してくれました。

仁淀川
地区

から こんにちには 今月の〇〇 気になる人

吾北支所管内より



“あっこ”が得意な ランくんです

ランくん(オス・ラブラドルレトリバー・11歳)
飼い主：曾我 健二さん

人懐っこいランくんは“あっこ”が得意技！“あっこ”はあごを乗せること。手、腕、机などにあご乗せをして、上目遣いで見てきます♡

「おとなしいイメージの犬種だけど、やんちゃでいたずら好き」と話す、曾我さんのご家族。サンダルは10足ほどダメになったそうですが、よだれ拭きは自分で持ち歩き、自分で拭きます！好きなごはんは鯉節ごはん。鯉節ごはんが出てこない、夕飯は終わりません(笑)

オリジナルチロルチョコまで
作っちゃいました！

土佐市支所管内より



摘果は毎回悩めます！

なか ひら ひろ み
中平 明美さん(43歳)

「摘果は判断力が必要で難しいです」と話す中平さん。夫の吉彦さんと義母の三津子さんと一緒に北原地区で小夏や水晶文旦を栽培しています。

ビニール張り、花つけ、剪定、摘果など、年中を通して作業を一緒に行います。

明美さんは子どもたちに小夏ゼリーをよく作ります。「小夏をくりぬいて器にするのは大変だけど、子どもたちのリクエストなので頑張ってます」と笑顔を見せてくれました。

小夏をくりぬいて、容器にします。
果汁と砂糖を少し。
寒天やゼラチンで固めて出来上がり！
美味しいですよ〜♪

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！



露地ショウガを収穫する作業員

1 営農

露地ショウガ 収穫に大忙し！

仁淀川地区の管内では、11月に露地ショウガの収穫がピークを迎えました。管内は県内多数のショウガ産地で、1600トンを受け入れています。

土佐市では例年並みの100トンの受け入れをしました。土佐市生業部の三宮一浩さんは同市戸波地区でショウガを60ア栽培します。

三宮さんは11月5日から収穫を始め、家族や作業員ら8人で収穫作業を行いました。一塊が2キロほどあるショウガは機械で掘り起し、手作業で茎を切り落とします。ビニール袋を敷いたコンテナに隙間なく詰めた後、乾燥しないよう口を括り、JAの予冷庫に保管します。1カ月半程度寝かし、困いショウガとして1年通して出荷します。

三宮さんは「病気も出ず、平年並みの収量。収穫に至りほっとしている。ショウガをたくさん食べて、寒い冬を温かく過ごしてほしい」と話しました。



無人車による自動運搬作業の実演

2 営農

スマート農業機器で 労力軽減

佐川町スマート農業推進協議会は11月11日、スマート農業機器現地実演会を同町で開催しました。農家、JAの営農指導員、県の普及指導員、町職員ら約20人が参加しました。

自動運転を実演したのは、防除や収穫物の運搬などに使う農業用無人車「R150」。荷台は自由に加工でき、最大150kgまで積載できます。無人車は操縦者が持つリモコンの位置を受信し、操縦者と2.5mの間隔をあけて自動で追従します。基本的には最短距離で追従しますが、操縦者が指示した地点を通過するよう指示もでき、決められた地点を自動で往復する設定も可能。平坦地であれば、1トンをけん引することもできます。

同協議会の土本誠会長は「生産者の求める機能やほ場と機械の相性など、条件を一致させることが大切。今後も実演会や実証実験を続け、スマート農業先進地としてPRしていきたい」と話しました。

3 営農 香り豊かな温室文旦 11・12月出荷



温室文旦を収穫する藤岡部会長

戸波集出荷場では温室文旦の出荷が11月29日から始まり、12月末までに約20トンの出荷を予定しています。

戸波温室文旦部会では12人が約3畝で栽培に励んでいます。藤岡義久部会長は11月15日から収穫を始めました。

戸波支所経済課の広瀬修久さんは「天候不順の中、生産者はともおいしいうま文旦を作ってくれた。高値で取引されるように努めたい」と意気込みました。

5 食育 ピーマンの天敵を勉強 宇佐小学校



天敵昆虫の容器を見せる寺田営農指導員

とさし営農経済センターは11月4日、土佐市立宇佐小学校で4年生27人にピーマンの出前授業を行いました。同センターの寺田広貴営農指導員と新居支所経済課の山本康博さんはピーマンの定植時期や、作業内容、天敵栽培について説明しました。

児童は「ピーマンの味が苦いとか甘いとかあるのはなぜか」と質問。寺田営農指導員は「品種改良が進み、ピーマンは苦みがなくなってきた。生でも食べてみて」と話しました。

4 スクール 料理の楽しさに気づいた！ メンズくっきんぐ卒業式



ご卒業おめでとうございます！

「めぐりメニューくっきんぐスクール」は11月16日、6回目の料理実習と卒業式を佐川町で開きました。受講生3人が和風ロール白菜と柿のなます、春菊の白和えを作りました。

卒業式では、受講生は「最近料理番組を見るのが楽しい」「自炊のレパートリーも増えて食事が充実してきた」などと発表しました。

講師の川添愛実さんは「食材をみて、スクールで学んだことを思い出してもらえたらうれしい」と卒業の言葉を送りました。

6 組織活動 フレームアレンジに挑戦



色とりどりのフレームアレンジ

女性部連池支部は11月11日、土佐市でフラワーアレンジメント教室を開きました。部員7人が参加し、部員でフラワーデザイナーの松本桜祐さんが講師を務めました。

フォトフレームにクリスマスツリーをアレンジ。ヒムロウスギでツリーを作り、野ばらの実、ジュズダマなどで飾り付けました。

部員らは「同じ素材なのに、一人ずつ全然違う仕上がりになってびっくり」「家で飾って楽しみたい」と喜びました。

えいのう〜



あなたもチャレンジ! 家庭菜園

カブのトンネル栽培 適切な温度管理を心掛ける

園芸研究家●成松次郎

カブは、暑さと乾燥に弱いが、寒さには強いという特徴があります。温暖地の露地栽培は3、4月まきになりますが、トンネル栽培では2月まきができます。生育促進と、とう立ち防止にマルチ、べた掛け、トンネル資材での保温が必要です。

「品種」低温肥大の良い「白鷹」(武威野種苗園)、「ゆきわらし」(カネコ種苗)、周年安定した生育をする「耐病ひかり」(タキイ種苗)などがあります。

「畑の準備」種まき2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gを全面にまき、深く耕しておきます。1週間前に化成肥料(NPK各成分10%)100gと堆肥1〜2kgをまいてよく混和しておきます(図1)。

「畝立て」幅70〜80cm、高さ5〜10cmのベッド(栽培床)を作り、平らにならします。畑が乾燥し

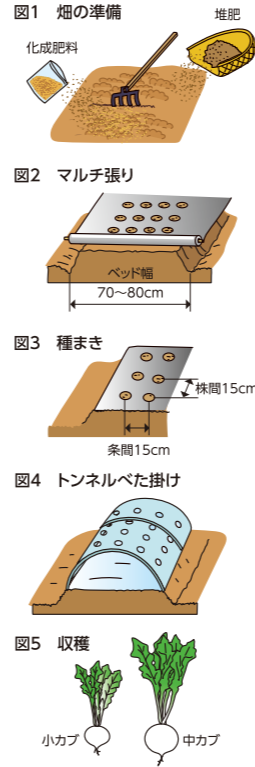
ているときは、灌水(かんすい)して土壌水分が適度な状態にし、15cm間隔の穴開きシートでマルチをします(図2)。

「種まき」種は1穴当たり4、5粒をまき、1cmほど土を掛けます(図3)。その後は、発芽促進と幼苗の保温のために、べた掛けとトンネルをします(図4)。

「間引き」発芽し、双葉がそろった時点で、密になっている部分を間引きます。その後も、生育の劣る株を間引き、最終的に1株立ちにします。

「トンネルの被覆と換気」冷涼地や温暖地の2、3月はまだ夜温は低いが、昼間のトンネル内は高くなるため、本葉1、2枚の頃から換気を開始します。フィルムを裾を開閉する方法、フィルムに穴を開ける方法や穴開きフィルムを使う方法があります。そして、生育後半にトンネル内の茎葉が繁茂する頃、遅くともヤエザクラの開花の頃にトンネルを撤去します。

「収穫」直径5、6cmから収穫(小カブ)を始め、10〜12cm(中カブ)まで収穫期間があります(図5)。



ためてみて!! イチオシ商品

エコープ ほめられ酢

お鍋で使っただしからで、簡単佃煮を作ってみませんか?

<材料>

- ・エコープほめられ酢…大さじ2
- ・こんぶ…10g
- ・濃口しょうゆ…大さじ1
- ・削りがつお…30g
- ・みりん…大さじ2
- ・水…100cc
- ・ごま…お好みで

<作り方>

- ① こんぶとかつお節は、食べやすい大きさに切る(キッチンバサミが便利)
- ② 鍋にこんぶと水を入れ、中火で煮る。
- ③ こんぶがやわらかくなり、鍋の水分がほとんどなくなったら、かつおぶし、濃口しょうゆ、みりんを入れ、ひと煮立ちさせ完成。

Aコープ・直販店で取扱中!
(店舗によっては取り扱っていない場合も
ございます。ご了承ください)

鳥獣被害対策専門員からのお知らせ

狩猟を詳しく 知ろう!

11月3日に「ケモノを知ってケモノから守れ!」(主催…土佐市観光協会)が行われ、上地和久専門員が鳥獣被害について説明し、ワナの設置体験の講師をしました。

土佐市波介地区で行われ、狩猟者の明神三男さんや認定NPO法人四国自然科学研究センターの葦田恵美子さんが協力しました。葦田さんは足跡や食痕、ふんなどから動物の判別の仕方を教え、明神さんは実際に設置している箱わなを見せてくれました。くくりわな設置体験では、わなの設置場所の選び方、隠し方などを学びました。



鳥獣被害対策専門員 上地 和久



くくりわなを設置する参加者 (㊦上地専門員)



フィールドサインを探す参加者 (左から3人目: 葦田さん)



箱わなを見学する参加者 (㊧明神さん)

鳥獣被害についてのお問い合わせ

春野・土佐市地区
鳥獣被害対策専門員
上地 和久
携帯電話…
0903-890673

ノメス地区
鳥獣被害対策専門員
真辺 忠志
電話…0889-217823
(ノメス宮農経済センター)



鳥獣被害対策専門員 真辺 忠志

トマトの奇形果の発生について

【奇形果の要因】

収穫期間中(3〜4月)に見られる奇形果の発生は12月下旬から1月上旬の低温管理による花芽形成での異常分裂等が要因となります。

★発生しやすい条件★

- 花芽分化期における低温管理(乱形果)
- 雄ずい初生期における土壌水分過多(楕円果)
- 雌ずい初生期における栄養過多(楕円果)

▼乱形果

果実が丸みに欠け、変形したり、凸凹した状態となる。



★対策★

- 低温にならないように温度管理(夜温10℃以上)をする
- 樹勢に注意し、チッソ過多にならないようにする

★参考資料★

表 高温になるほど花芽分化・開花・果実肥大・完熟のスピードが早くなる

平均気温	次の段位の花芽分化までの日数	花芽分化始めから開花までの日数	開花受粉から果実完熟までの日数
15℃	23日	60日	90日
20℃	15日	40日	60日
25℃	10日	30日	45日
30℃	7日	20日	30日

(出典: 農文協 家庭菜園レベルアップ教室①より抜粋)



営農指導員 岡林 隼平

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

「輝け！新農人」は、新しいことにチャレンジする姿に感動させられます。

(新居支所管内・Nさん75歳)

「輝け！新農人」の三好さんの農福連携に對する思いに共感します。どこまでできるか、精一杯頑張ってください。応援します!!

(土佐市支所管内・Yさん72歳)

「輝け！新農人」いつも楽しみに読んでます。と、同時に頑張らんといかん!とパワーをもらいますね。

(吾北支所管内・Tさん70歳)

▼新しいことを始めた方たちの言葉や姿には、いつも勇気をもらいます。一人ひとり農業に携わるようになったきっかけや関わり方は違いますが、同士と思っています!

とにかく気になった!! カラーピーマンのにぎり寿司、どんな味なのか…食べてみたいナア。

(戸波支所管内・Mさん57歳)

パブリカのお寿司、目からウロコです。気になります。

(日高支所管内・Nさん52歳)

▼紙面で紹介していたのは、れいほくの「彩りピーマン」ですね! パブリカでも美味しく作れると思います♡ みなさん気になるようなので、↓にレシピを書いておきますね! ぜひ、ご家庭でお試ください!

あぐり食堂ほつと、コロナウイルス感染者も少なくなっただんで、カレーライス食べに行きたいナ。野菜の天ぷら付きなんて初めて。ボリューム満点。

(越知支所管内・Sさん62歳)

私はカレーライスに目がないのですが、コチツトのイチオシでは、美味しそうなカレーライ스가!! コロナも落ち着いてきて、美味しい食べ物を食べたいと思っていたところで、早速食べに行きたいと思っています。

(新居支所管内・Uさん35歳)

「お好み天」作ってみました! ムキエビがプチプチとい食感で紅シヨウガも彩りと風味を添えてくれてとても美味しくいただきました。安芸地区羽根支部の皆さん、ありがとうございました。

(土佐市支所管内・Nさん64歳)

▼見ただけで「美味しそう」と思わせる、女性部さんのカレー! パワーがあります。カレーに唐揚げトッピングがあるなら、天ぷらも絶対に合います♡「ナスとピーマンの肉みそ丼」「お好み天」も美味しそう♡どちらもレシピは簡単ですし、まだ試していない方はぜひ!

いろいろな物価が値上がりして、厳しい日々! 寒くなるけれど元気に過ごしましょう! メロンが大好き。メロンにメロメロ。4日で1個食べてしまっ、古希のバーちゃんデス。

(仁淀支所管内・Fさん70歳)

テレビを通じて「農」「食」「暮らし」「地域」の観点から様々な取り組みについて知ることができたので、良かったです!! ここでしか手に入らないアールスメロン1玉、すごくほしいです! 当たりりますように。

(戸波支所管内・Mさん25歳)

▼今月はいつになく、プレゼントへのPRが多く感じました(笑)メロン、美味しいですよ! なかなか当たらないというおはぎも多いです。はぎやメールを出さないと当たらないので、みなさん根気強く出してくださいね(笑) ちなみに私は抽選者ではありません!

あんなに暑かったのに急に寒くなり冬支度にバタバタ(汗) 昨今の今頃…足をねんざしてしまい、お手を出荷できず、ずーっと3か月ぐらい置いてたら、まあ…熟しておいしくなつてびっくり! 品種は、紅はるが、本当に驚きました! 痛い思いをしたけど、つ利口になりました。

(越知支所管内・Mさん61歳)

▼今年は怪我なくお過ごしでしょうか? さつまいもは寝かすと美味しくなるということですが、どうやって寝かしましたか? 私はいただいたお手を新聞にくるんでそのまま置いていたのですが、それでもいいのだろうか…美味しくなりますように!

落花生を掘ったところ、地面がモグラの穴だらけでびっくり。収穫は去年の半分でした。

(仁淀支所管内・Tさん71歳)

▼去年の半分とは、ショックですね…先日初めてモグラの穴を発見しました。意外と小さいし、まっすぐ進んだ跡でした。自然豊かな土地であることに感謝しながら、対策しましょう! ご相談は鳥獣被害対策専門員までお願いします!

花のある暮らしのなから、勝手に自分用にキーホルダーを作りました。切り取りしてごめんなさい。このピンクの花がとっても気に入りました。これからもよいお花を見せてください。楽しみにしています。

(日高支所管内・Oさん73歳)

▼つづりを活用していただき、ありがとうございます! これからも気に入ったものがあれば、キーホルダーにしてくださいね。皆さんの喜びのお手伝いが出来て幸せです☆

カラーピーマンのマリネ寿司

(KUTV ベジフルStory+でご紹介したレシピです)

材 料

- ・カラーピーマン 3色1個ずつ
- ・<マリネ液>
- すし酢…大さじ2
- エキストラバージンオリーブオイル…大さじ1
- ゆず酢 (レモン果汁でもOK) …小さじ1
- ・酢飯…250g
- ・わさび醤油…適量

作り方

- ① カラーピーマンを1個ずつラップに包む。
- ② 電子レンジ (約500W) で1個ずつ10分ほど加熱する。
- ③ 粗熱が取れたらへたと種を取り筋に沿って3等分にする。
- ④ 丁寧に指で皮をむいていく。
- ⑤ すし酢、オリーブ油、ゆず酢を混ぜ、マリネ液を作り、ピーマンを漬ける。
- ⑥ 酢飯にのせてお寿司を作る。

ポイント!

電子レンジによって加熱具合が違うので様子を見ながら温めよう!
マリネ液につけたピーマンは一晚置くと味がさらに馴染んでより美味しくなる。