

大月支所管内より



パイパヤで加工品製作が楽しい

まつだ てるよ
松田 照代さん(60歳)
すがぬま たくと
菅沼 拓都 指導員(25歳)

大月町で米ナスを28アール、ハウス栽培しています。9月18日に植え付けし、収穫は11月5日から始まり、7月中旬まで続きます。時期によってまん丸くなったり長くなったりして形をそろえるのが難しいですが、選果スタッフさんと仲良しになり、収穫した自身の米ナスがどうだったのか「大丈夫よ」、「今日は小さかったね」など教えてくれます。

パイパヤの栽培もしていて、実や葉を加工し「グミ」「茶葉」「生姜焼きのたれ」など作っています。「仲間と一緒にいろいろ考えたり試作したり楽しいです」と話してくれました。

富山地域のこと知ってほしい！大用中学校全校生徒11人で新聞作成

四万十市大用中学校では地元である富山地域の良さを知ってもらおうと、地元の方と一緒にさまざまな活動を行い、発信しています。その一つ、地元で栽培する「純米吟醸とみやま」の酒米「吟の夢」の田植えや稲刈りに参加しています。その後、醸造する藤娘酒造へ見学に行きお酒になるまでの工程を学習したり、酒米を釜で炊き実食して普通米と比べ調査したりしました。

それらの取り組みをまとめたものや地域の活動、特産物を新聞として全校生徒で作成。作成した新聞は高知県の新聞コンクールに応募するとともに、地域の回覧で地元の皆が見られるようにしました。

中村支所管内より



福の
地区

から こんには 気になる人

宿毛支所管内より



第33期宿毛市 囲碁・将棋名人戦

ひろうち そら
弘内 奏楽さん(23歳)優勝

JAグリーンはた宿毛店に勤務する弘内奏楽さんが将棋部門Aクラス(上級)で優勝しました。小学校6年生から将棋を始めた弘内さん。歴史が好きで時代劇の将棋のシーンを見て興味を持ち、また将棋の戦略的な要素も好きになったそうです。「他のボードゲームにはない、取った駒を捨てずもう一度使える所が楽しいし、同時に難しい所。1対1なので相手の顔や姿勢、打ち方などを見て優勢劣勢を見極め次の手を考えます」。普段は穏やかな雰囲気の方ですが、勝負への熱い心を垣間見ました。

普段はなかなか実践練習ができないので、専らゲームアプリで練習しているそう。将棋仲間を募集中です。初めての方も丁寧に弘内さんが教えてくれます。皆さん、将棋と一緒に楽しみませんか。

宿毛市特産「さがほのか」宿毛支所専部会のみなさん

ブランド名「だるまいちご」として15年前から出荷しています。部員数は14人。うち3人は、今年度の新規就農者です。収穫の始まりは12月初旬から。2月にピークを迎え、5月中旬まで収穫が続きます。

「だるまいちご」は主に大阪へ、また高知市場にも出荷されます。「ほどよく酸味があり甘味も強く感じおいしいですよ」と担当の沖本営農指導員のイチオンです！ 昨年は約47tを出荷。今年は50tを目標としています。

宿毛支所管内より



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 西土佐支所 栗生産現地検討会開催 西土佐支所栗部会



剪定を終えた栗の木 剪定前

高知県果樹研究協議会と西土佐支所栗部会は1月18日、栗生産現地検討会を開きました。約30人が参加し、高知県農業技術センター果樹試験場が現地での剪定講習を行いました。
同支所栗部会田辺次男部会長の園地で、定植から約8年の栗の樹形を「心抜き開心自然形」に仕上げるよう剪定。この形は光環境を良く、薬剤防除などの作業労力の軽減になります。田辺部会長は作付面積100アールに約360本の栗の木を管理、栽培しています。「3年くらいから主枝になる枝を選んでおくことが大事。来年の会で今日剪定した樹形がどうなっているか見てほしい」と話しました。

3 幡多地区 ミドル世代研修会 大学教授ら招き講演



WEB研修会の様子

JA高知女性組織協議会は1月27日、組織間の交流や学習の場づくりを目的に女性部員のミドル世代(46歳〜65歳)を対象とした研修会を開催しました。WEB開催となりましたが、高知県域各地区から女性部員や事務局が参加。研修では各々の分野から3人の講師が「未来のくらしと健康に備える減災ケア」や「みんなが通る道」のテーマで講演をしました。
質問や意見も交わされ、幡多地区から参加した十和支部和手部長は「れいほく地区の講演など、いい話が聞けて良かった」と話しました。



着色や形を確認する部員のみなさん。

1 中村支所

「おおきみ」目慣らし会 中村支所おおきみ部会

中村支所おおきみ部会は1月7日、部員全員が出荷を始めたことから目慣らし会を開きました。部員9人全員が参加。全員で実の着色基準を確認し、販売課の岡本翔担当が選果選別の徹底、箱詰め仕方など注意を促しました。
「おおきみ」は平均果重35g以上の大玉で、香りが良いことや糖度が15前後と高く酸味が少ないのが特徴です。また炭そ病に強く、花の数が少なく大果な分、収穫やパック詰めの手軽減ができる利点があります。日持ちするので出荷は大阪と東京の市場、またアジア6か国・地域へ輸出しています。レギュラーパックの他、化粧箱入りの贈答用としても出荷し、高級イチゴとしてのブランドを確立。単価が高くて高志向や海外の富裕層など年々需要が高まっています。
令和3園芸年度は、8人で約13tを出荷。今年度は新規就農も1人増え、9人で84・5アール、15tの出荷を目標としています。1月中旬から実が揃い、収穫は5月末まで続きます。
野口部長は「需要に対し出荷量が追いついていない。すべての需要に応えられるよう生産者を増やすことが課題。おおきみの利点を広め部員の確保に努めたい」と意気込みます。

6 中村支所 中村駅もりあげ隊！！ 中村南小学校



隊員の代表が職員にリーフレットを託しました。

JAグリーン四万十店に「中村駅もりあげ隊！」が、町をPRするリーフレットを持ってやって来ました。隊員は中村南小学校の3年生31人です。便利な場所が無くなってしまったら困る、安心安全な場所を守ろうと総合学習として取り組んでいます。
リーフレットは、今できることは何か考え、自分たちで名所や名産などを調べ作成。中村駅やJAグリーン四万十店、ホテルなどたくさんの人に見てもらおうと、みんなで配りました。同店イトインコーナーと地区本部本館にて展示しています。皆さん、ぜひご覧ください。

4 宿毛支所 プロ野球自主トレキャンプ 宿毛市産のお米を贈呈



キャンプ開催を歓迎する参加者の皆さん。

プロ野球の自主トレーニングキャンプが1月6日から11日まで、宿毛市大深浦にある野球場にて行われました。開催にあたり歓迎セレモニーが行われ、宿毛支所から中平支所長が出席し、宿毛市産の米を20kg贈呈しました。
米の贈呈は、同市合同自主トレの主催団体代表者と交流のある宿毛市関係者の紹介によって平成23年から実施されています。今年度は、東北楽天ゴールデンイーグルスの鈴木大地選手やオリックス・バッファローズの小田裕也選手ら4人が参加しました。



トラックいっぱい積んだ文旦をおろすスタッフ。

2 宿毛支所

宿毛市産土佐文旦初出荷 文旦研究部会

宿毛支所は1月19日、令和4年産の土佐文旦5tを初出荷しました。
宿毛市は全国的にも主要な文旦の産地。温暖な気候を生かし、「木なり」で越冬させます。光センサー選果機で「大きさ」「形」「糖酸度」を選別。中でも糖度と酸度のバランスが良く果形や見た目が特に優れたものは、ブランド名「だるま文旦」で出荷しています。幡西営農センターの菅沼拓都指導員は「今年は小玉気味だが、秋以降の雨が少なかったため糖度が高い。酸ぬけもよく味は抜群です」と話しました。
同支所文旦研究部会には25戸の農家が所属し、25ヘクタールで令和3園芸年度はおよそ400tを出荷しました。今年度は420tを目標にしています。

初心者（家庭菜園）向け ホウレンソウ



栽培のポイント

- 酸性土壌が特に弱いので苦土石灰を施し、中和してから植え付けましょう。(pH6.5~7.5)
- 排水が悪いと立ち枯れ病がやすいので、水が溜まらないように整地しましょう。
- 品種によってとう立ちが異なるので、栽培時期により品種を選択しましょう。

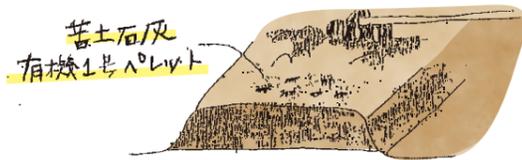
【年間作付計画】

作型	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
春まき			●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
夏まき						●	●	●	●	●	●	●
秋まき										●	●	●
トンネル栽培	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

●:種まき ■:収穫

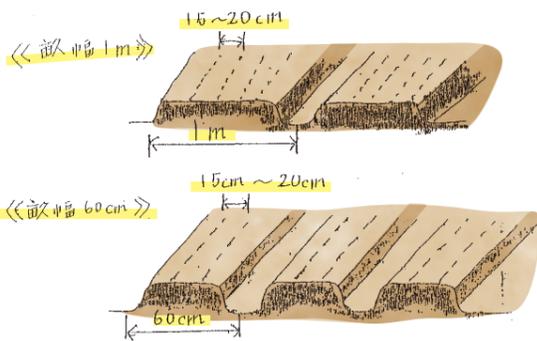
① 元肥

- 1㎡当り苦土石灰150g、有機1号ペレット200gを施します。



② 畑の準備

- 畝幅を60cmまたは1mの畝を作り、水が溜まらないように均一にします。排水の良いところでは平畝でも構いませんが、排水の悪い圃場では、高畝にします。

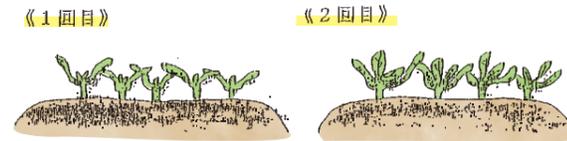


③ 種まき

- 畝幅1mで4~5条、60cmで2~3条植えにします。条間は15~20cmで浅いまき溝を作り、すじまきにします。
- 1cmほど覆土し、たっぷりと灌水し発芽まで乾燥させないようにします。

④ 間引き

- 本葉1枚頃に1回、本葉4~5枚の頃に2回目を行い、株間を5~6cmにします。

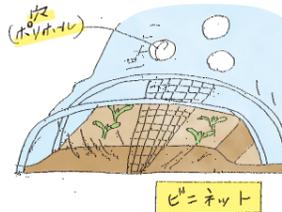


⑤ 追肥

- 春まき栽培については、追肥をする必要は特にありませんが、生育が悪い時には少量施します。
- 秋まき栽培については本葉2枚時と3~4枚の時と収穫の7~10日前に追肥を行います。
- 追肥の量は千代田化成1㎡当り10g程度施します。

⑥ トンネルによる防寒

- 低温による生育不良や、霜を避ける為ビニルトンネルなどで防寒対策をしましょう。但し、昼間は高温になるので穴あきのフィルムを使用したり、ビニルネットを取り付けると良いです。



⑦ 収穫

- 草丈が20cmくらいから収穫します。収穫までの日数は春まき栽培で40~50日、秋まき栽培60~80日です。特に春まき栽培ではとう立ちのおそれがあるので、早めに収穫します。

ちょっと一言!

『ホウレンソウは大ぶりが美味しい』

市販品のホウレンソウは草丈20~25cm程度のものが多いですが・・・。それよりも大きめが美味しいので、自家製なら大ぶりに育てるのもオススメです!

役立つ! 得する! 情報 えいのう~

■ 幡多農業振興センター 鈴木 (0880-34-7070)

食農教育活動に力を入れています!! ~宿毛4Hクラブ~

■ 宿毛4Hクラブとは?

「4H」とは、農業の改良と生活の改善に役立つ腕 (Hands) を磨き、科学的に物を考えることのできる頭 (Head) を養い、誠実で友情に富む心 (Heart) を培い、楽しく暮らし、元気に働くための健康 (Health) を増進するという、同クラブの4つの信条の頭文字を総称したものです。

4Hクラブとは、若手農業者で構成され、よりよい農村・農業を創るために活動している組織です。宿毛4Hクラブは設立から58年目を迎え、30代・40代の農家が中心の、総勢27名で、4Hの理念のもと地域の子供達への食農教育や仲間同士、消費者との交流等の活動を行っています。

■ 活動について

宿毛4Hクラブは、地域の子供達に農業の魅力を知ってもらうことを目的として、小学校での出前授業や、保育園などへの出張畑作りといった食農教育活動に力を入れています。また、宿毛市の農業PRを目的として、自分たちで生産した農産物の販売を行っており、宿毛市産業祭などへの出店や、地域の店舗と連携してファーマーズマーケットを開催しています。

これまでも、地域の農業や農畜産物の魅力、食の大切さについて学んでもらえるように、『すくも青空フェスタ』という当クラブ主催の食育イベントの開催や、宿毛市産の食材を使った料理コンテスト、小夏の収穫体験、子供達がお菓子を作り販売するKid'sレストランなど、様々な取り組みを行っています。

令和3年度は、小学校や児童館での出前授業を2回と、地元の保育園と連携したジャガイモの定植・収穫作業を行いました。ジャガイモ収穫では、例年をはるかに上回る大豊作で、JAや市役所、保育園等でクラブ員による販売を行い、地域の方との交流を深めることができました。



小学校での出前授業



保育園児によるジャガイモ収穫

今後も多くの方々に宿毛4Hクラブの活動を知ってもらい、子供達に農業の魅力を伝えられるよう、出前授業や食育イベントなどに力を入れていきます。

宿毛4Hクラブの活動に興味がある方は、お気軽に幡多農業振興センターまでご連絡ください。

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

移住された若い女性農業者の方が活躍されていてうれしく思います。農業や高知の良さをちゃんと理解されて発信してくださっています。私は庭にちよこつと家庭菜園を作っているだけですが、「草とり大変」とかすぐにくじけてしまいます。でも、若い女性農業者の方に勇気づけられて「わたしもがんばらねば」と感じています。

(宿毛支所管内・61歳)

「地域で輝く女性農業者のチカラ」感動しました。まだまだ高知もすてたものではありません。こんなはちぎんがそろっているの。みなさんがんばれ!!

(佐賀支所管内・65歳)

女性が頑張っている姿はいいですね。私も頑張ろうと思います。

(宿毛支所管内・61歳)

若手の農業者、新規就農者にこのようにスポットライトが当たると希望や励みになると思います。今後も定期的に取り上げて頂けたらと思います。応援しています。

(大月支所管内・47歳)

紹介された平岡美香さん。松山から宿毛に移住し、夢に向かって着実に計画を進めている事に感動しました。

(中村支所管内・72歳)

田んぼや畑の荒れている場所を見ると淋しく感じていましたが若い方々が頑張っているのを知り応援したくなりました。「品物」を見かけたら買います。

(中村支所管内・72歳)

▼1月号の特集は、「地域で輝く！女性農業者のチカラ」でした。皆さんからのお便りのほとんどが「嬉しく思う」、「頑張つて！」との声が多く大変反響がありました。明るい笑顔で、女性の活躍が知れました。また、仲間や家族のサポートもあり素敵だなと思いました。

ごはん・お米への想いを自由に表現！小学生なのにしっかり思いをのべたり作っている人への感謝や大変さを、おじいちゃんおばあちゃんに感じられるやさしい気持ちになるのは、おいしいお米の食事ですね。うれいいですね。

(大方支所管内・72歳)

▼食べたおにぎりの数でおばあちゃんの体調の変化に気付き、おかゆにして食べやすくもなる。白ごはんは本当においしくて万能ですね。大きなお茶碗に白ごはんをてんこ盛りにする絵が印象的でした。

〜川柳〜

- ・園児等(ら)がマスクの中から コニチハ
- ・危機管理 教えてくれた 新型コロナ
- ・手づくりマスク 帰省かなわぬ 子に送る
- ・マスクでは 防ぎきれない 妻のグチ
- ・お父さん マスクも会話も よくずれる (宿毛支所管内・66歳)
- ・唯一無二 吾の生きた道 宝物 (宿毛支所管内・74歳)
- ・宿毛産 文旦食べて 元気でる (宿毛支所管内・61歳)
- ・初雪を 踏みしゴミ出し クツの跡 (宿毛支所管内・79歳)

INFORMATION

お知らせ



幡多地区本部本館ロビーにて、家の光協会新刊図書を展示、貸し出し、販売しています。これまでに発行された本、園芸書や料理本、自己啓発本や健康作り、雑学本など色々な分野の本が揃っています。貸し出し、購入は1階の企画組合員課が受け付けております。どなたでもお気軽にご利用下さい。



家の光図書好評レンタル&販売中

新刊のお知らせ



●『頑張りがすぎる人のための疲れない習慣 朝・昼・晩のケアと眠り方』

上符正志 総監修
定価：1,430円(税込)

医師や管理栄養士など7名の専門家が、ストレスを軽減して疲れを対処・予防する生活習慣を朝昼晩の時間帯別に紹介。睡眠や食事のとり方のほかストレッチやツボ押しなど手軽なセルフケアで誰でも実践できる。



●『初めての和菓子レッスン 決定版』

金塚晴子・宇佐美桂子 著
定価：1,650円(税込)

おいしい和菓子が自分で作れる！生地作りは電子レンジを使用。プロセスは写真つきで丁寧に紹介しているから、初めての人でも失敗しない。どら焼き、白玉、桜もちなど定番はもちろん、アレンジ和菓子も満載。