



「花と暮らす」を始めよう。
高知の花をもっと日常に

特集

縁の下の力持ち!

新規就農の ささ 支え手たち

KOUGURI-vol.40



広報担当者が届ける
こうぐり! #26

新たな価値や魅力を発信していくことで受け継がれてきた土佐の名物「皿鉢料理」。

温暖な気候に恵まれ育まれた高知の海の幸、山の幸など新鮮な地元食材を美しく豪快に盛り付けた一皿に心もはずむ。

おいしい料理やお酒の前に自然と打ち解け仲が深まるのも魅力のひとつ。

「おさやく」文化が根付く高知の郷土料理は食を愛する人たちの心意気であることを知った。

「土長地区」 森光 亜衣



【緊急時の連絡先】 24時間・365日の安心サポート！

- キャッシュカード、通帳、証書、印鑑紛失・盗難時の連絡先
JAバンクキャッシュカード紛失共同受付センター ☎ 0120-55-3127
- JAカードの盗難・紛失専用ダイヤル
NICOS盗難紛失受付センター ☎ 0120-159-674
- 交通事故(起こしたとき・遭ったとき)
JA共済事故受付センター ☎ 0120-258-931
- ガス漏れ・事故等の緊急時のこと
LPガス集中監視センター ☎ 0120-182-571

編集後記

4月といえば入園、入学、進級、就職ですね。新しい一歩を踏み出した方も多いのではないのでしょうか。一人暮らしを始めた方や下宿や寮生活の方、家で過ごす時間が増えた方にもぜひ活用していただきたい、「おうちでの花の楽しみ方」を今月号では紹介しています。

花は部屋に飾っておくだけで、部屋全体を明るい雰囲気してくれます。さらに花の匂いが部屋に漂い、ふわりと香り、心を癒してくれます。また、次はどの花にしようか、組み合わせはどうしようかと選ぶ楽しみもあります。

家族と離れて暮らしたり、新しい土地での生活が始まり期待と不安の中、頑張りが過ぎて疲れてしまった心もお花で気分一新！ぜひ試してみてください。

幡多地区
企画組合員課
石崎 理恵



輝け！新農人

39

高知地区・春野町

おかわ まさおみ

小川 賢臣さん (34)

〔就農7年目 キュウリ〕

正解は樹の状態に現れる。
自分の力を試せる
農業は面白い。

新しい農業との
出会い

32歳の時に24アールの高軒高ハウスを建て、ハウスの内状態を数値化し効果的に管理する環境制御装置を導入。県やJAが推進し、春野町ではハウス栽培の環境制御技術の活用が軌道に乗ったタイミングでした。「先輩農家やJAのアドバイスを受けて、土地に合った機械を設置できた」と話します。

春野町内は施設園芸が盛んで、特にキュウリ農家が多い地域。横のつながりで、

両親の後に
継ぐために帰高

「両親が大変な思いをして農業をしているのを見て、正直継ぎたくないと思ってた」と話すのは、就農7年目の小川賢臣さん。高校卒業後、大阪の大学に進学し、大阪でアウトドアショップに就職しました。

失敗と成功を
積み上げて

新しい技術など情報交換できるのも強みです。西日本で最大のJAの選果施設があり、集出荷体制が整っていることや、IoT技術の導入など高度化が進んでいます。

広いハウスでは場所により条件が異なり、ベテラン農家の両親と意見がぶつかることも。そんな時は、測定装置の数値や学んだ知識などを基に作業性や収量について意見を交わします。

昔は後を継ぐことを悩んでいた農業。新しい技術との出会いや、失敗と成功を積み上げる中で、自分の力を試せる農業は面白いと感じるようになりました。「正解は樹の状態に現れる」と力を込めます。

妻も農業に携わるようになり、経営者として資金の管理や青色申告を勉強中です。「収量をあげて、経営を安定させることが目の前の目標。規模拡大も視野に入れた」と語る小川さん。産地の担い手として着実に歩みを進めています。

※IoPとはInternet of Plantsの略、植物のインターネットのことです。施設園芸の生産現場で天候の環境情報に加えて植物の生育情報(光合成、作物の成長)や収量、収穫時期や農作業などの情報を計測し、植物の情報の「見える化」を図ります。

土佐の高知のあぐりのチカラ

こうぐり



2022 4月号 もくじ

03 輝け！新農人 [高知地区・春野町] 小川 賢臣さん

04 特集 縁の下の力持ち！
新規就農のささて 支え手たち

08 トップニュース

10 地区版 今月の気になる人

12 地区版 できごとピックアップ

14 地区版 役立つ！得する！情報「えいのう〜」

16 地区版 みんなのひろば・お知らせ

17 キクカツ 幡多地区のあんなこと、こんなことを再発見

18 「花と暮らす」を、始めよう。
高知の花をもっと日常に

20 Living with Flower [flower etc.]
～花のある暮らし part2～

21 うちんくの台所 / 四万十地区編

22 コチットのイチオシ！
【香美地区 物部支所管内】コハマーコーヒー
ゆずドリンク・ゆずかりんとう

23 読者プレゼント

24 広報担当者が届ける こうぐらむ!



表紙紹介
ブルースター

水色の5枚の花びらが輝く星のように見えるブルースター(オキシペタラム)。花言葉は「信じあう心」「幸福な愛」。結婚式に、花嫁が青色のものを身につけると幸せが訪れるというヨーロッパの言い伝えから、ブライダルシーンでも人気の花です。



生産者

【安芸地区・芸西村】
芸西支部園芸部研究会花卉部
ブルースター部会
おかわ かずひこ
岡村 和彦 部会長

約40年前に芸西村で栽培が始まったブルースター。芸西支部園芸部研究会花卉部ブルースター部会では、8人の生産者が約328アールで栽培しています。日本一の生産量を誇り、例年約350万本を出荷。部会での実証試験や生産技術の確立、新品種の育成などを経て、海外コンテストで受賞するなど世界に誇れる花へととなりました。現在はオリジナル品種の「ピュアブルー」「おるきブルー」「エンジェル」「エンジェルホワイト」を栽培しています。新型コロナウイルス感染拡大で落ち込んだ需要も、昨年からは「会えないからこそ花を贈りたい」と、母の日などは例年以上の売れ行きに。岡村和彦部会長は「以前より家に花を飾ってくれるようになって嬉しい。先輩達が築いてきたブルースターの産地を守っていきたい」と想いを話してくれました。



特集

縁の下の力持ち! 新規就農の 支え手たち



農業就業人口の減少、高齢化など農業の将来が懸念される中、新規就農者を増やそうと手厚いサポートを行っている農業の「支え手」たち。地区の支え手たちと共に、日々尽力する取り組みを紹介します。

安芸地区 | 安芸市担い手支援協議会の取り組み 行政とJA・地域が一体となって協議会でサポート

きっかけは10年後の将来予測

安芸市とJA高知県安芸地区、高知県安芸農業振興センターなど地域の関係機関で構成し、平成18年に設立された安芸市担い手支援協議会(以下、協議会)。現在に至る新規就農支援の取り組みは、この頃に行われた10年後の農業の将来予測にあったといえます。

「担い手がどんどん減っていく」「空きハウスがたくさん出てくる」という予測に、後継者の確保と農業者の経営安定を図ろうと、つながりのあった関係機関が連携して取り組みを進めていくことになりました。協議会設立後、何度も検討を重ね、県外で開かれる就農相談会への参加や、農業体験ツアーの開催など、幅広く情報を発信。また、就農相談や研修希望者の受入審査、研修生のフォローなど、新規就農者を支援する活動を行っており、研修から就農までの道筋を整えてきました。

「本気」を問いかける

就農希望者とは協議会で面接を行い、就農への覚悟を問いかけます。「農業は厳しい面もあるからこそ、本気でやりますか」と。事業を始めるには、ある程度の貯蓄や家族の応援体制など総合的に就農のタイミングを判断しています」と、安芸営農経済センターの小松淳課長。「就農の失敗を避けるために厳しく審査をしています。厳しい審査に断念する方もいますが、翌年度に改めて審査に合格する方もいます」と、これまで就農

※予測では、平成17年から平成27年の10年間で、安芸市の農業就業人口が2,315人から1,909人と△406人、経営耕地面積は726ヘクタールから595ヘクタールで△131ヘクタールと、軒並み18%近く減少するという結果でした。

希望者を見てきた安芸市農林課の樋口慧主幹も話します。

研修前や研修中に、高知県立農業担い手育成センターにて最低3カ月かけて基礎知識から先進技術まで一連の流れを学びます。その後、受入農家(JAの子会社(株)アグリード土佐あきも含む)で、1年から2年間に渡る実践研修に移ります。

自立就農までのサポートは最長4年間。長いようですが、一人の事業主として経営するために、栽培技術と経営力を身に付けて農家として成功してもらう大切な4年間と、協議会では位置付けています。

支援を拡充する 「サポートハウス制度」

研修終了後、中古ハウス等を活用し自立就農もできますが、なかなか空きがない中古ハウスや、審査の厳しい園芸用ハウス整備事業(レンタルハウス)を活用した新設ハウスの取得は容易ではありません。ハウス取得までの間を補完しようと、市やJAが建設し貸付を行うサポートハウス制度を整備しているのが特徴です。「JA単独、市単独ではできないことでも、地域一体となって新規就農者を確保していくのがうちの取り組みです」と、連携の強さを小松課長は話します。

現在、安芸市内には6棟(安芸市が建設した5棟とJAが建設した1棟)のサポートハウスがあり、安芸地区管内には、ほかにも行政が7棟、JAが1棟を有しています。JAは来年、芸西村に1棟のサポートハウスの新設を予定しており、支援の拡充を目指しています。



安芸市農林課農政係 樋口慧 主幹

JA高知県安芸営農経済センター 営農企画課 小松淳 課長

高知県安芸農業振興センター 農業改良普及課 小原容子 チーフ

※所属・役職は、取材当時の内容となります。



農業を職業の選択肢に

協議会設立後、平成22年度以降に研修制度を活用した就農者数は37人。協議会の取り組みが功を奏し、空きハウスが増えるという当時の予測は免れ、産地を維持することができています。

「農業を一つの職業の選択肢に。卒業後、企業や公務員ではなく、農業をした」という人が増えてほしいという思いでいろいろな活動も行ってきました。課題はまだありますが、地域の人口が減る中、移住者も来てもらって活性化していきたい。日本一の生産量を誇る冬春ナス産地を抱える安芸地区。トップの地位を守り抜くために、担い手支援のさらなる充実に向けて前向きです。

植物の機微を感じ取る感性を鍛えたい!

みやた のりやす
宮田 典保さん

担い手育成センターで1年間の研修後、アグリード土佐あきで研修。令和2年7月からJAのサポートハウスで就農し、16.2アールでナスを栽培。



神戸の食品会社でセールスの仕事をしていましたが、帰高して就農しました。農業経営者のお客さんや、地元の農業を始めた同級生などとの交流から「やりたい」と思いました。両親ともに非農家なので、研修制度やサポートハウスはほんとにありがたい、絶対必要です。来年7月の自立就農が楽しみです。



高知地区 | 春野きゅうり部会の取り組み 研修から独立まで部会でサポート



新規就農者が
溶け込みやすいように
地域で連携を

JA高知県 春野きゅうり部会 矢野 清和 部会長



課題を克服し
受け入れ人数を
増やしていきたい

JA高知県 春野営農経済センター 営農指導課 長崎 直人 課長補佐

※指導農業士とは…優れた農業経営を行いつつ、新規就農者等の育成に指導的役割を果たしている農業者が、各都道府県の知事から指導農業士として認定されており、地域農業の振興に関する活動を行っています。

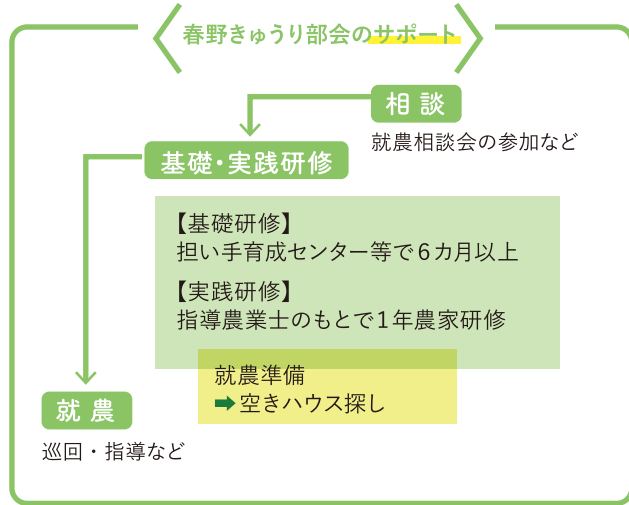
26年に独立。春野町では令和4年3月現在までに計23人が就農し、うち13人が部会の研修制度を活用しています。

この取り組みでは、部会として研修生を受け入れるまでに3度の面接があり、就農希望者の登竜門となっています。最後に行う部会の指導農業士との面接では、就農に向けた想いを聞くとともに、産地に早くなじむ重要性などを助言します。

研修生の受け入れが決まれば、指導農業士のもとで1年間の実践研修に入ります。JAや普及所など関係機関で構成する新規就農支援チームでは、定期的に集まり就農希望者の状況や就農後のフォローなど情報を共有。部会と連携をとりながら、研修生の受入指導、研修生と地域住民・組織とのパイプ役、各地域における遊休資源(農地、空き園芸用施設、空き住居など)の情報収集、それらの研修生への紹介を行っています。「この取り組みを始めるまでは研修や資金支援はなく、知り合いのつてなどに頼って空きハウスを探し、就農するしかありませんでした」。春野営農経済センターの長崎直人課長補佐は、この取り組みが新規就農者の定着に結びついていると実感しています。

1つのチームとして地域を維持していく

研修制度は整ったものの、新規就農者が増やすにはまだ課題があります。「現状では空きハウスの確保が難しかったため、新規就農者を毎年2人程度しか受け入れできませんでした。毎年生産者が5人ずつ減る予測を考えると、2人では足りません。だから出口対策が必要なんです」と長崎課長補佐。矢野部会長も「農家側も他人事ではなく、集落単位でもっと話をするべきじゃないかと思



う。やっぱり信頼関係がないとハウスの貸し借りは難しい。だから、JAなどがうまくクッションになってくれれば助かる」と話します。この課題を解決するため、中古ハウスを探して斡旋し、貸す側と借りる側の間に入ってサポートをする協議会の設立に向けて関係機関と検討を進めています。出口対策が整えば、現在部会に11人いる受け入れ側の指導農業士も増やしていく予定です。

生産者がこのまま減少し続けると、安定的な生産・出荷体制も難しくなります。「新規就農者が地域に溶け込みやすくなるように農家が顔つなぎをして、JAにはパイプ役になってもらう。地域をチームとして捉えて、全体で連携していけたら維持につながっていく」と、県や市など関係機関との連携を重要視する矢野部会長。「新規就農者の確保を通じて、産地そして地域の活性化を支えています。その大きな志が産地の活性化



栽培の一連の作業も苦ではなく楽しい!

田岡 宏文さん

以前は高知市で印刷会社に勤めていました。農業へのあこがれがあって、2年間ほど妻の実家でショウガ栽培を経験し、就農を決意しました。キュウリ栽培に興味を持ったきっかけは、春野で新規就農していた知人に勧められたことと、担い手育成センターでの研修期間中にいろいろな作物を触ってみた結果、自分に一番合っていたから。一人で就農するのは無理なので、部会のサポートはすごくありがたいです。就農を検討している人に春野のキュウリ栽培をおすすめしたいです。



新しい人に、技術を伝えていきたい

指導農業士 深瀬 勝志さん [キュウリ18アール]

指導農業士として2人目を受け入れています。元々JAの職員で営農指導もしていたこともあり、JAから相談があって指導農業士になりました。新規就農者が増えると栽培面積の減少を食い止めることができるので、これからは、部会として受け入れていくといいと思います。これからは、若い指導農業士を増やして、新しい技術も伝えていけるといいですね。

新規就農支援は、各地区で高知県や市町村と連携した多様な取り組みが展開されています。

高知県農業振興部の調査結果では、令和2年度の県下の新規就農者は217人(雇用就農を含む)で、平成23年度から毎年200人を超える新規就農者が地域を担う農業者として就農しています。

支援の取り組み事例では、就農希望者自身の本気度を確認するために面談し、本人が農業を職業としてやっていく覚悟と熱意があるかどうかを見極めます。また、農業をやっている自信が持てるよう実践的な栽培技術と経営感覚を磨いてもらうサポートを行っています。

この特集では、安芸・高知(春野)の両地区の取り組みを先進事例として紹介させていただきましたが、ほかにも各地区で多くの新規就農者が活躍されています。組合員の皆様にもこの取り組みを知っていただき、地域の担い手として新規就農者を励ましていただきたいと思います。

生産組織の皆様には、新規就農者の確保や育成に対しご支援をいただきますようお願いいたします。JAも行政と連携し、さらに支援の取り組みを続けていきます。



JA高知県 代表理事専務 (営農販売担当) 青木 厚林

部会と関係機関がしっかり連携

春野きゅうり部会では、都市部で行う就農相談会に参加したり、産地提案書や農業大学校、地元の高校などで新規就農者を募っています。就農希望者は、部会の指導農業士のもとで行う実践研修でしっかりと栽培のノウハウを習得。研修後は、部会員同士のつながりなどから中古ハウスを探し、スムーズに就農できる体制を作っています。平成25年に部会で初めて研修生を1人受け入れ、1年間の実践研修を経て平成

部会内でも危機感を共有し、新規就農者の確保・育成が必要だと考え、平成25年から部会として新規就農者をサポートする研修制度をスタートしました。

高知地区のJA高知県春野きゅうり部会では、県・市・JAなどの関係機関と連携し、新規就農者を支援する取り組みを行っています。「部会が主体となり新規就農者を増やしていく。それは単純に、産地や部会の維持ということではなく地域の課題と絡んでいると、春野きゅうり部会の矢野清和部会長は説明します。

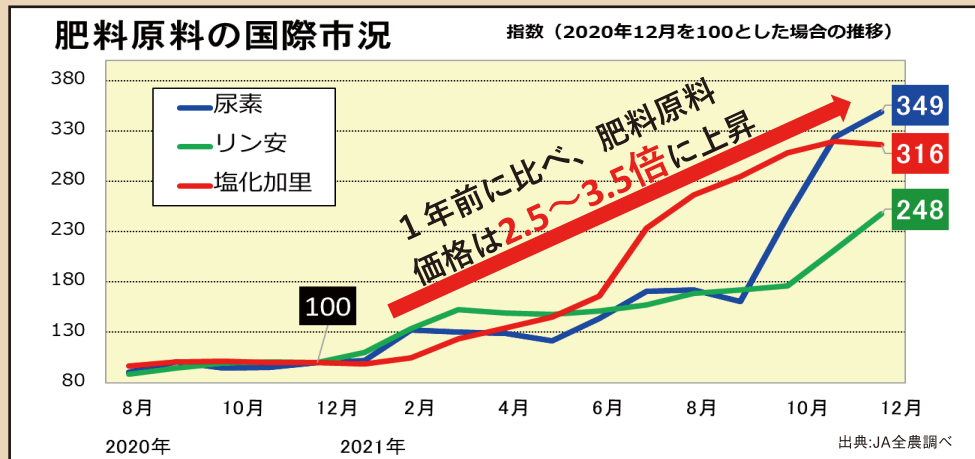
平成24年に行われた営農意向調査で、高齢化によりこの地域のキュウリ栽培において、毎年生産者が5人、栽培面積が1ヘクタール減少するという予測が出ました。離農により土地は荒れ、空き家が増え、身近な商店がなくなることも現実起きています。「現状を打破するには人を呼んでほしいといけません。そのためには、僕らがしっかり生産して一定の収益が確保できることを証明する必要があります。働く場があつてこそインフラを維持できると考えています」。

原点は「地域を想う気持ち」

肥料の価格が値上がりしています！

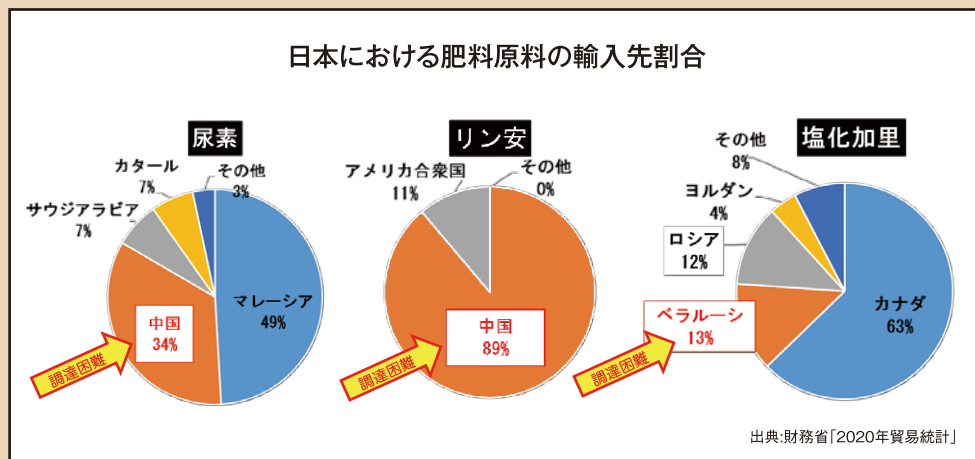
POINT 1

穀物需要の上昇などから、肥料の需要が高まっており世界的に肥料原料の価格が大幅に上昇しています。



POINT 2

中国など産出国における肥料原料の輸出規制等により肥料原料の調達が難しくなっています。



※ JAグループでは、引き続き、調達先の変更等により原料の確保に努めます。

POINT 3

JAグループでは、農家組合員様からの予約注文に基づき、肥料の安定供給に努めます。

- ・ 予めご予約いただいていないご注文には対応できないこともあります。
- ・ 原料価格の高騰により、銘柄によっては当初価格よりも値上げで供給せざるを得ない場合もあります。

※納品時期の調整や使用原料の変更などの発生によりご不便・ご迷惑をおかけするかもしれませんが、何卒ご容赦いただきますようお願いいたします。

「土佐茶消費応援運動」実施中！

新型コロナの影響により、お茶の利用が大幅に減少しています。お茶の消費拡大により、お茶農家を応援するため、「土佐茶消費応援運動」を4～6月の期間で実施します。

土佐の緑茶・土佐の番茶ペットボトル(500ml)を24本入1ケースを2,160円(税込)で販売します。詳しくは、各地区購買課へお問い合わせください。ご協力よろしくお願いたします。



自慢の野菜を出荷しませんか？ 春の里 新規部員募集

直販コーナーへの出荷者を新規募集しています。JA高知県の組合員の方は、春野町外からも出荷できます。入部を希望される方は、春野営農経済センター購買課までお問い合わせください。

出荷資格 JA高知県の組合員で、部員登録をされる方

お申し込み 高知地区 春野営農経済センター 購買課

TEL 088-828-6111 (担当: 小松・池田)

2022 APR.

JA高知県



トップニュース

「これぞ！#まっこと高知の実家メシ」放送開始

ミツカン「まっことゆず」を使った実家メシ 大大大募集中！



安芸地区の生産者らは3月9日と13日、ミツカン提供のミニ番組「これぞ！#まっこと高知の実家メシ」の収録に挑みました。土佐かつおさんをリポーターに、生産者や料理人、漁師など県内の様々な方がミツカンのぼん酢「まっことゆず」を使った実家メシを紹介。一部では、「まっことゆず」のTVCMソングを歌う南国市出身の演歌歌手・三山ひろしさんもスペシャルゲストとして登場します。高知放送で4月2日から6月25日まで、毎週土曜日12時56分からの放送です。

13日には三山さんと土佐かつおさんが、なすマダムの尾木浩子さんと安芸営農経済センター大谷順之部長の実家メシを堪能しました。尾木さんの実家メシ「ナスの豚肉巻き」を試食した三山さんは、「ナスとユズと豚肉のコラボレーションや！こじゃんとうまいっ！」と話し、大好評でした。

番組では、一般視聴者からも「まっことゆず」を使った実家メシを募集中。レシピの書籍化も予定しており、採用されるとあなたのレシピが紙面に載るかも!? 応募は高知放送HPから。ぜひ、ふるってご応募ください。



撮影に挑む土佐かつおさんと三山さん(左)と尾木さん(右)



ユズ農家・小松正博さんの実家メシは「グレのたき」

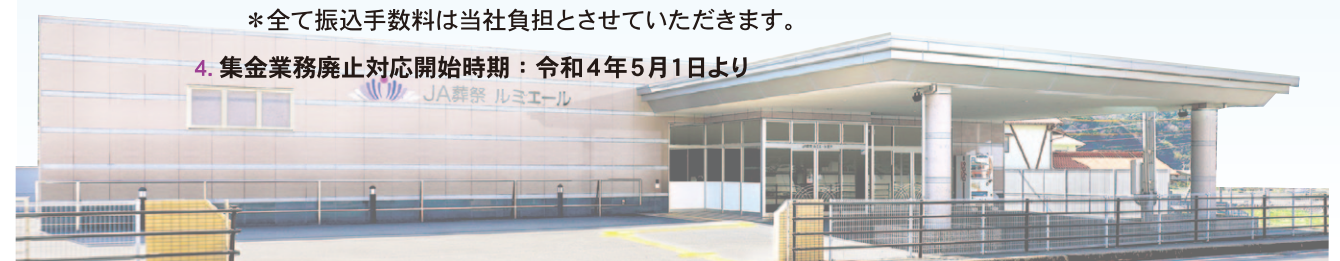


(株)JAメモリアルこうち(JA 葬祭) 集金業務廃止のお知らせ

平素よりJA 事業への格別のご高配を賜り、厚くお礼申し上げます。さて、当社(株)JAメモリアルこうちの親組織であるJA高知県で昨年より発生しました不祥事に関連しまして、今般コンプライアンス態勢の強化および不祥事再発防止の観点から集金業務の廃止を下記のとおり対応させていただくこととなりました。皆様には大変なご迷惑とご不便をおかけしますが、何卒事情ご賢察の上ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

1. 対象営業所：全営業所
2. 廃止する集金業務：全事業における集金業務
 - ① 葬儀式典・関連品 ② 供花 ③ 法要品(49日法要品他)
3. 上記に対するお支払い手続きのお願い
 - ① 金融機関から当社口座への振込
 - ② ATM でキャッシュカードから当社口座への振込
 - ③ 各営業所へ支払に来ていただく
 - ④ クレジットカード決済(カード読み取り器具 / カードリーダーを持参し手続きさせていただきます)

*全て振込手数料は当社負担とさせていただきます。
4. 集金業務廃止対応開始時期：令和4年5月1日より



この件に関するお問い合わせは最寄りのJA 葬祭(ルミエール)まで



米麴と大豆、種水を混ぜ合わせ攪拌したものを団子状にして空気を抜く作業



子どもたちの「おいしい!」が元気の源 「宿毛さくら味噌加工部」のみそ造り

女性部幡多地区宿毛支部の「宿毛さくら味噌加工部」は米こうじみそを造り、宿毛市立学校給食センターに届けています。大豆をはじめとする原料は全て国産。海水塩と地元の米を使い、甘味があり優しい味と好評です。

女性部宿毛支部管内では各地区でそれぞれみそ造りを行っていましたが、3年前に宿毛市から学校給食で使うみそ造りの依頼を受け、部員12人が出資して「宿毛さくら味噌加工部」を発足。年間約1tの注文を受けて、年4~5回みそ造りを行っています。

2月16日に行ったみそ造りでは、11kgのみそ樽を28個分作りました。

宿毛市と宿毛支所が協力して取り組んだ「学生応援すくもふるさと便事業」にも米こうじみそが使われ、県内外の学生に届けられました。



まだまだ新人です。
試行錯誤しながら頑張っています。
子どもたちが楽しみにしている給食を
愛情込めて作っています。

伊与田末子部長



米こうじみそは4日間かけて作ります

【1日目】

- 米を洗い、一晩水に漬けておく。

【2日目】

- 蒸した米と麴菌を混ぜる。発酵器で発酵させる。

【3日目】

- 米麴は固まってくるので全体をほぐす。発酵を続ける。
- 大豆を洗い、水に漬けておく。

【4日目】

- 大豆を3時間かけて蒸す。
- 米麴はほぐしながら、塩とよく交わるように混ぜ込む。
- 大豆をミンチにする。米麴と大豆、種水(湯冷まし)を攪拌機でよく混ぜ合わせる。
- 団子状にして空気を抜きながら樽に詰める。

大豆を蒸しています



大豆をミンチにします。



米麴をほぐす
3日目に2回繰り返します。

宿毛支所販売課にある予冷庫で
1年間寝かせて、
同センターからの注文を
受けて届けます。



樽に詰めたらカビ防止に、
塩をまんべんなくふりかけます。

甘味があり優しい味と好評!

「高知の花」を使って、花をもっともっと楽しむアレンジ

春の切り花を飾ってみよう!

周年流通している花もありますが、この季節にしか出会えない県産の春の切り花を使ったアレンジメントをご紹介します!



アネモネ



ランキュラス



ストック



ミモザ



ワスレナグサ

単体はもちろん、2種類以上を組み合わせても◎

春の花で作った花束。贈り物にもオススメ!



ストック ⊕ ミモザ



アネモネ ⊕ ミモザ



ランキュラス ⊕ ワスレナグサ



周年流通している定番の花も、組み合わせ次第でいろいろな見せ方ができます。



トルコギキョウ



ブルースター



ガーベラ

ラッピングでさらに花の可愛さがアップ!



花を長く楽しむ

おうちでも出来る「ドライフラワー」

花は、生花として楽しんだあとドライフラワーにして楽しむことができます。おうちでも簡単に出来るので、ぜひ試してみてください。

「ドライフラワー」作りのポイント

- 根本を麻ひもなどでくり、直射日光の当たらない涼しい場所で、なるべく高い所に逆さにして吊るします。重なりあわないように、なるべく壁際ではないところがオススメ。
- 本数が多いと乾燥しにくいので、2〜3本程度に分けて吊るすようにしましょう。
- 湿気が多い、梅雨時期に作るのは×。冬など、乾燥している時が作りやすいです。
- 触ってみて、中心が柔らかければもう少し吊るしましょう。全体がパリパリとした感触になれば出来上がりです。
- 完全にドライになった後は梅雨時期以外、花瓶に挿してOK。湿気に弱いので、梅雨がきたら逆さに吊っておきましょう。湿気が心配な時は、窓際と直射日光は避けて、できるだけ日当たりの良いところに移動させます。



麻ひも

楽しみ方いろいろ!



花がポロポロと落ちてしまっても、ガラス瓶に入れるとおしゃれに変身!

いろいろな種類を組み合わせると花束に。

ブルースターやグロリオサは、押し花がオススメ!

- ① 花先を切ってキッチンペーパーで挟み、雑誌などの間に入れて本を重ねます。
- ② 上からブロックやレンガなどで重しをして、2週間ほどで完成。押し花も湿気を嫌うので、机の上などなるべく高い所に置いてください。



完成したら、ラミネートしたり写真立てに入れたりして楽しみましょう。

※ほとんどの花はドライフラワーにすることができます。花の種類にもよりますが、満開でドライフラワーにすると花びらが崩れやすくなるので、5分咲き程度でドライフラワーにするのがオススメ。

教えてくれたのは、
「MINT style」の小松 三佐子さん

高知県高知市愛宕町1丁目9-5 1F / TEL:088-856-7113
午前10時から午後6時まで営業 / 火曜日定休



「花と暮らす」を、始めよう。

高知の花をもっと日常に

コロナ禍により、仕事や生活の在り方が一変。日々、不安やストレスを感じることはありませんか。そんな中、「気分が明るく前向きになった」「心が落ち着いたりする」と、自宅に花を飾って楽しむ方が増えているといます。おうち時間をもっと楽しく過ごせるように、花を長持ちさせる方法や春にオススメの「高知の花」を使った簡単&おしゃれに飾るポイントなどをご紹介します。

まずはここから!

花を長く楽しむための「基本のお手入れ」



花瓶えらび

自分のお気に入りを見つけよう!



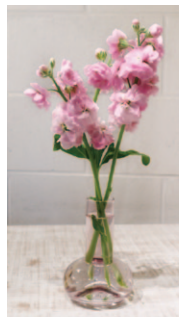
ざっくり入れても可愛い!



涼しげで、爽やか!



花瓶に合わせて茎の長さをカット。高さが違うと印象が変わります。



1 生ける前に、茎の切り口をカット

花瓶に生ける前にハサミを使って茎の断面を斜めに切ります。水につけながら切るか、切った後はすぐに水につけましょう。水を吸い上げる面積が広がるように、斜めに切るのがポイント。切り口をつぶしてしまわないように、優しく切りましょう。



ポイントは、斜めにカット!

2 水を毎日取り換えると長持ち!

水は、できるだけ毎日取り換えましょう。取り換える時は、茎を洗ってあげることも大切。また、定期的に茎の先をカット(1cm程度でOK)して切り口を新しくすることで、水の吸い上げがよくなります。水の量は器に対して半分ぐらいが目安。ガーベラなど水が苦手な花もあるので、お花屋さんを確認してみてください。



茎のカットとお水の交換!

3 日陰で涼しいところに

花を置く場所は、なるべく日陰で涼しいところがベスト。直射日光は避けて、エアコンなどの風が当たらない場所に置きましょう。



ショウガをたくさん使った料理をぜひ食べてみてください!



女性部レシピ

うちんくの台所

四万十地区 東又支部編



JA高知県女性部
四万十地区 東又支部
武市 由美 支部長
鬼頭 美鈴 副支部長

【材料】

- 卵……………5 個
- 薄力粉……………80 g
- 砂糖……………90 g
- サラダ油……………50cc
- 牛乳……………50cc
- ショウガ(みじん切り)……大さじ 1～2

……お好みでジャムやココアや抹茶、シナモンなども♪……

ジャムを入れる場合⇒砂糖を30g減らす(大さじ3)
ココア・抹茶・シナモン等を入れる場合⇒(大さじ2～3)

【作り方】

●下準備
オーブンを予熱しておく。

- ① 卵を卵黄と卵白に分ける。卵白を泡立て、砂糖を加えて角が立つまでしっかり泡立てる。
- ② 卵黄、サラダ油、牛乳の順に手早く混ぜ合わせる。(ジャムを入れる場合はここで入れる)
- ③ 薄力粉をふるい入れ、ショウガのみじん切りと一緒にゴムベラで手早く混ぜ合わせる(ココアなどの粉類を入れる場合は、薄力粉と一緒にふるい入れる)。
- ④ シフォン型に流し入れ、170度のオーブンで30分焼く。
- ⑤ 焼き上がったら、シフォン型を逆さにして冷ます。
- ⑥ 冷めたら、型とケーキの間にナイフを入れて、型からはずす。

【材料】

- ショウガ……………1kg
- 砂糖……………300 g
- みりん……………200cc
- 醤油……………200cc
- 酢……………大さじ 3
- 塩昆布……………28 g

シイタケやゴボウ、
昆布をいれても
おいしいよ♪

【作り方】

- ① ショウガをスライスし、20～40分茹でて一晩水にさらす。
- ② お鍋の中に調味料を合わせ、ショウガを入れて15～20分煮詰める。
- ③ 冷めてから塩昆布を混ぜる。



ショウガのシフォンケーキ



ショウガの佃煮

Living with Flower [vol. 13]

～花のある暮らし part2～

住宅街にある「花の良心市」。
リネンのフラフが、可愛い目印。

2年前の春に始めた「花の良心市」。きっかけは、コロナ禍による花の需要低迷です。「せっかくこんなきれいな花を作ったのに、値が付かなかったり廃棄されたりするのは見て何かできないかと思っただけです。コロナ禍ということもあり、利用していただく方も多かったです」と、flower etc. (フラワーイーターシー)の西岡さん。天候を見ながらの不定期販売でも、散歩途中の方や車で何気なく通る方などが花を見つけて買い求めてくれるそうです。店舗を持たないお花屋さんですが、作業場には生花やドライフラワーが並び、注文を受けると花束やアレンジメントを作り、配達まで行ってくれます。

コロナ禍で行われた県内の花の需要拡大に向けたイベントなどを通じて、西岡さんも「高知の花」を意識するようになったといいます。「高知の人の柄を表しているというか、グロリオサはパッと目を引く色だったり、ダリアも最近いろんな色があつて元気になります。ブルースターも、キレイな青色が人気です」。おうち時間が増えた今、自分用にと花を買い求める方も多そうです。「今は特に癒しを求めている時だと思っています。花を見ると可愛いとかキレイだなと思って癒されますよね」。

また、自分で飾るのはもちろん誰かにプレゼントして喜んでもらえるのも花の魅力。「配達に行つて直接手渡すこともあり、贈られる方の驚きや喜びなどの反応を知ることが出来ます。それがこの仕事の醍醐味でもあります」と、笑顔で話す西岡さん。配達や良心市を通して人とのつながりを日々感じています。



贈られる方に直接手渡す時は、驚きや喜びなどの反応を知ることが出来ます。それがこの仕事の醍醐味です。

グロリオサ、ダリア、トルコギキョウ、ブルースター、ストックなどの高知の花と、野菜も入ったオリジナルアレンジメント(写真は5,500円)。

作業場になっている部屋いっぱいに並ぶ生花やドライフラワー。花の彩と香りでいっぱいの素敵な空間。

flower etc.
(フラワー イーターシー)
高知市西久万52-8
Tel. 090-8697-6850
営業時間 10:00～18:00
不定休

※予約対応のみで、3,000円以上で配達可能(配達エリアは要相談)。

floweretc.73

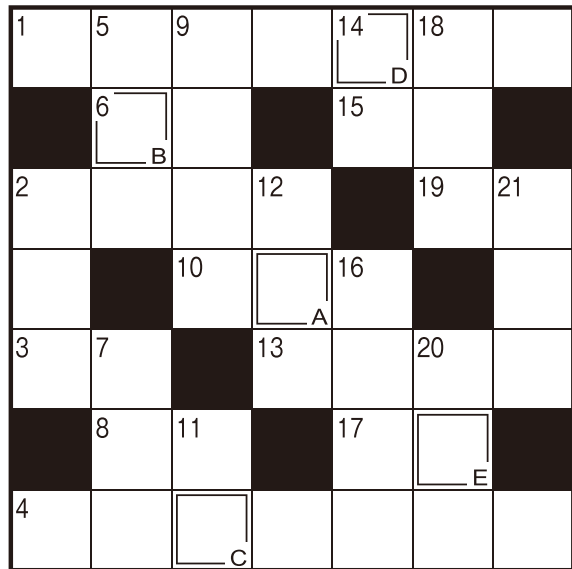


この日の良心市にはブルースターや、春らしい桜などを組み合わせた花のセットが販売されていました。価格も300円程度とお手頃。不定期ながら、次々と人が立ち寄り買い求めていました。

presented by **tosagoro**
 土佐の「食べ頃」とさごろをお届けします。
とさごろ
 からの贈り物
 「とさごろ」はJAグループ高知が運営するネット通販サイトです。



露地小夏 5kg



二重マスの文字を、A～Eの順に並べてできる言葉は何でしょう？

答え

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

郵便はがきに、①パズルの答え ②住所 ③氏名 ④年齢
 ⑤職業 ⑥電話番号 ⑦今月号で良かった企画 ⑧ご意見や感想、つぶやき、川柳などのメッセージやイラスト
 ①～⑧を必ずご記入のうえ、下記住所までご応募ください。

応募先

〒781-0303
 高知市春野町弘岡下中央 2454番 15
 JA高知県「こうぐり」プレゼント 係

※読者の皆様からいただいたお便りの個人情報、当選者へのプレゼント発送に利用させていただきます。
 また、お便りの内容を誌面に紹介する際に、名前(姓のみ)またはイニシャルを掲載させていただく場合があります。



3月号の答え [ネンドマツ]

クイズ正解者の中から **20**名様
 抽選で計 **20**名様
 応募締切は 令和4年 **5月5日**
 (当日消印有効)
 プレゼントの当選者発表は発送をもってかえさせていただきます。



応募フォームから
 ご応募できます。

出題：ニコリ

ヨコのカギ

- ① 新1年生を迎える行事です
- ② 『ローマの休日』や『プリティ・ウーマン』は——映画の名作です
- ③ 名古屋市の南側に位置する——半島
- ④ 『銀河鉄道の夜』や『注文の多い料理店』の作者
- ⑥ 大がL、中がMなら、小は
- ⑧ 黒い石と白い石で戦います
- ⑩ 日本庭園に敷かれていることも
- ⑬ 4月29日は——の日。国民の祝日です
- ⑮ 稲や麦の茎を干したのもの
- ⑰ 表の反対側
- ⑲ 画家がキャンバスに走らせます

タテのカギ

- ② ナットやボルトを締めます
- ⑤ そこが彼の彼たる——だ
- ⑦ 自動車の、地面に触れる部分
- ⑨ 調味料控えめで作りました
- ⑪ 花見のときに広げることも
- ⑫ ——を求めて猫カフェに行った
- ⑭ カイコの餌になる植物
- ⑯ 結婚が決まり、——の顔合わせを行った
- ⑰ お酒を飲んでいない状態
- ⑳ 元素記号はU。原子力発電所の燃料にも使われます
- ㉑ ここ20年ほどで携帯する人が増えました



コチットのイチオシ!
 vol.13

【香美地区 物部支所管内】『コハマコーヒー』

- ゆずドリンク 940円
- ゆずかりんとう 390円



不定期だけど、「ゆずスコーン」や、ゆず果汁とゆずビール入り「カトルカール」を販売。ゆずの時期である11月と12月にはゆず玉や、ゆず皮を器にしたオシャレな「ゆず玉寿し」、ゆのす（売り切れるまで）も売っているよ♪

令和2年10月に香美市物部町のコハマ農産物直販所にオープンした「コハマコーヒー」にやってきたよ。香美市はゆずの栽培が盛ん。今回は、そんなゆずを使ったドリンクとかりんとうを紹介するコチ！

お手製「ゆずドリンク」は、物部のゆずと砂糖、ハチミツが入った濃縮タイプ。冷たい水や炭酸水、お湯、お酒などで割って、自分好みの濃さに調節してね。ドリンク以外にもお菓子作りに使うのもオススメ！「ゆずかりんとう」は材料にこだわっていて、国産の小麦粉とアルミフリーのベーキングパウダーを使い、ゆず皮を切って加工し、まぶして完成するまでの全ての工程を手作業で行っているよ。カリカリ食感とかりんとうの甘さ、ゆず皮の洗みのバランスが絶妙コチ～！

テイクアウト専門店だけど、店外にはテーブルと丸太のイスが用意されてるからそこで楽しむこともできるんだ。物部町は景色が綺麗だから、景色を楽しみながらお茶をするのもいいかも！物部町に来たらぜひ寄ってみてね～♪

コハマブレンドやカフェオレなど、ドリンクメニューも充実。コーヒーは注文を受けてから挽いているんだって！



コハマコーヒー
 香美市物部町小浜 732-4
 TEL 0887-58-2972
 営業時間 9:00～15:30
 営業日 木・金・土曜日

営業の変更や休業日についてはInstagramをご覧ください。

