

長岡支所管内より

日々、癒しとパワーをもらっています！

飼い主：宇陀 繁子さん

ペット：マリンちゃん(13)

トイプードルの中でも体のサイズが小さいティーカッププードルのマリンちゃん。娘さんの希望で13年前に茨城県からはるばる宇陀家に……♪ 夏に産まれたのでマリンと名付け、家族に癒しを与えています。

甘えん坊のマリンちゃんは、家族が大好き！日中も誰かにくっついて、のんびり過ごしています。出掛けようとする気配を察するとソワソワ。後追いや抱っこを求めたり、行動を先読みして待っていたりするそうで「そんなところも可愛い♡」と、溺愛されています。

「顔を見たら疲れも吹き飛ぶ。孫であり、子どもでもある」と、繁子さん。6月に迎えた13歳のお誕生日は、犬用のケーキを食べて一緒にお祝いをしたそうです。



長岡地区 から こんにはは 今月の 気になる人

あっという間の43年でした

おかだ 岡田 まちさん(75)

「農協の職員さんにもお世話になった」と笑顔で振り返るまちさんは、昨年8月に43年間勤めたヤクルトを退職されました。たくさんの方が声をかけてくれることが嬉しくて「頑張ってきた甲斐があった。人との繋がりは自分の財産！」と、話します。

現在は、ご自宅のハウスでトマトやキュウリ、ゴーヤなど自家消費用の野菜を栽培。「手をかけたらかけた分だけ成長する。だから農業は楽しい！」と、魅力を語ってくれました。

花が好きで、グリーンなどで苗を買ってきてお世話を楽しんでいるまちさん。ご自宅の庭には、紫陽花など季節の花々が咲き誇っていました♪ これからもお元気で、家庭菜園などの趣味を楽しんでくださいね！

日章支所管内より



大田口支所管内より

創業44年！

やまなか のりみ 山中 詔美さん(78)

大豊町育ちの詔美さんは、昭和53年からJR大田口駅前喫茶店『蘭』を営業し、今年で創業44年を迎えます。地元の方がコーヒーを飲みに来るなど憩いの場となっています。注文があればお昼にはお弁当のテイクアウトも行っています。

5年程前に俳優の火野正平さんが自転車で各地を巡るテレビ番組『日本縦断こころ旅』でお店を訪れた際に、振舞ったのが写真の“あったかい米粉うどん”です。テレビを見た視聴者さんからの反響も大きく、北は北海道、南は九州から米粉うどんを求めてお客さんが訪れたそうです。

詔美さんによると、お店は休まず年中無休で営業していますが、「用事があっておらん日が定休日」だそうです。



きょうだい思いの優しい

3きょうだい

おおた はるき 太田 明輝くん(7)

ひろき 弥輝くん(5)

ちひろ 千尋ちゃん(3)

父：剛さん 母：千香さん

今年から小学校に入学した長男の明輝くんは、弟・妹思いの優しいお兄ちゃんです。しっかり者で工作が大好き！色々なものを作って楽しんでいます。次男の弥輝くんは、探求心が強く気になったことは納得するまで追求する性格。お母さん曰く「活発の一言に尽きる」そうです。長女の千尋ちゃんは、お兄ちゃんの事が大好きで、いつも後をついていきます。歌も好きで、保育園で覚えた歌などを披露して家族を楽しませています。

太田家はミニトマトのほか、さまざまな野菜を栽培しており、収穫時には3人もお手伝いをしています。ご両親は「きょうだい仲良く助け合って、大自然の中でのびのびと心も体も大きく育てほしい」と、願っています。

大田口支所管内より



大篠支所管内より

自由が利くのは農業の魅力です！

まつした なおき 松下 直樹さん(41)

専門学校卒業後、県内の会社で5年ほど勤め25歳で就農した直樹さんは「地域のためにやってみよう！」と、家業を継ぐことを決意。現在、南国市大桶で父親とシシトウを栽培しています。

「今まで通りのことを丁寧にすることが大切」と、直樹さん。父親から教わった栽培ノウハウや経験をもとに、樹の状態をよく観察。ハウス内の環境を整えるなど消費者に良いものを届けられるように努めています。

価格の低下や生産資材の高騰などの影響で厳しい状況は続いています。「常にやりがいを追求し、秀品率を高めていきたい」と、前向きな直樹さん。所属するJA無人ヘリコプター事業組合の活動など、地域との繋がりが大切に農業に励んでいます。



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 南国市地域

健康づくり・女性部



デュアルタスク体操を実践する部員ら

J A高知県女性部南国市地区は6月23日、南国市立スポーツセンターで健康づくり勉強会を開きました。部員間の親睦と交流、健康で心豊かな生活を送ることを目的に開催された勉強会には、6支部と長岡地区の部員ら64人が参加しました。勉強会では、農協共済別府リハビリテーションセンターで作業療法士を務める浅野なるみ氏を講師に「コロナを吹き飛ばそう！楽しく介護予防体操」と題した講演会を開催。部員らは、認知症の効果期待されるデュアルタスク（1度に2つ以上の動きを同時に行うこと）を取り入れた体操等で楽しく学習を深めました。

3 南国市地域

後免野田小学校・田植え体験



手植えを楽しむ児童ら

南国市立後免野田小学校の5年生児童31人は6月10日、同校前の廣井智さんが管理する水田8アールで田植えを行いました。児童らは、JAの近澤慶哉指導員から県内の稲作栽培について説明を受けた後「たちほるか」の手植えに挑戦しました。終了後には、田植え機にも乗せてもらい「機械やと真っ直ぐ植えれるき便利やね」と感心していました。児童らに田植えを体験してもらいたいと10年ほど前から続けている田植え体験。廣井さんは「通学の際などに観察して見守ってください」と、呼びかけました。稲刈りは、10月中旬頃を予定しています。

6 れいほく地域

青壮年部草刈り作業実施



協力して作業を行う部員ら

青壮年部れいほく本部は6月4日、大豊町川口にある葬祭会館ルミエール山月裏の草刈り作業を行いました。この活動は毎年6月と10月の年2回実施しており、この日は13名の青壮年部員が参加。早朝より汗を流しました。作業開始前には事務局より作業内容の確認や事故防止の注意喚起を行い、部員は細心の注意を払いながら約1時間半、作業を行いました。作業終了後、部長の式地優貴さんは「今日は多くの部員の皆さんに参加いただいたおかげで早く作業が終了できました。JAのことはJAの組織で取り組む、今後も美化に努めていきたい」と、話しました。

4 れいほく地域

環境点検実施 れいほく園芸部



1件1件訪問し聞き取りを行った環境点検

J A高知県れいほく園芸部は6月20、22、23日の3日間、部会員のほ場を巡回し、環境点検を行いました。この取り組みは、栽培環境を相互にチェックし、よりよいものに改善していくことと20年ほど前から毎年実施しています。今年も、同部役員や普及指導員、各町村、JAが参加し、3日間で約90件の圃場を訪問。班ごとにエコシステム栽培の必須項目の点検・確認を行いました。併せて、高知県版GAP実施状況確認シートに基づき、農作業が適正に行われているかなどを確認。改善を要する圃場には是正を行い、第三者確認の登録更新に向けて取り組んでいきます。



実の熟れ具合や糖度を確認した目慣らし会

1 南国市地域

極早生桃「ちよひめ」出荷！



J A高知県南国市管内の稲生地区の農家で組織する南国市稲生果樹研究会は6月6日、同研究会会長の中澤康男さんの圃場で極早生桃「ちよひめ」の目慣らし会を開きました。生産者や市場関係者、振興センター、JA職員が参加し、実の熟れ具合や糖度を確認。出荷時期を話し合いました。「ちよひめ」は、桃の中でも早く収穫できる品種の一つで同地区の主力品種です。今年はやや小ぶりながらも平均糖度は14・3度と例年を大きく上回り、高品質に仕上がりました。安定した品質で出荷ができるように、出荷初日に目慣らし会を開き外観や規格を統一。今年も8日から出荷が始まり、初日は312パック（1パック500g）の持ち込みがありました。同会では、10戸が50アールで「ちよひめ」を栽培。1週間から10日ほどの短期間で収穫した桃は、JAの稲生園芸集出荷場で箱詰めして県内に出荷しました。中澤会長は「今年も、例年になく糖度が乗り自信を持って薦められる桃に仕上がった」と、話しました。



手際よく盛り付けをするメンバー

2 れいほく地域

牛のうどん屋さん カフェ



J A高知県女性部れいほく地区の部員12人で活動する「牛のうどん屋さん」は6月14日、旧JA土佐れいほく相川店の「牛のうどん屋さんカフェ」でJA高知県女性組織協議会の移動役員会で管内を訪れた役員ら21人に昼食を振舞いました。メニューは、土佐あかうしを使ったハンバーグや米粉グラタン、原木生しいたけのポタージュなど、管内の農畜産物を使った全9品。メンバー6人が協力して調理、盛り付け、配膳を行い、12時にオープンしました。参加した役員からは「ボリューム満点でおいしい」と、見た目も味も大好評のランチ。同女性部の真辺由香さんは「地元食材をふんだんに使った料理を味わってください」と、呼びかけ、メニューを紹介しました。コロナ禍の影響により、牛のうどん屋さんカフェでの食事提供は2年ぶり。真辺さんは「レシピを教えてほしいなどのお声もいただき好評で良かった。米や野菜など、美味しい食材が豊富にある地域のPRにも繋がったと思う」と、話しました。

えいのう〜

役立つ! 得する! 情報

れいほく地域より

れいほく営農経済センター 営農販売課 0887-82-2803

冬春野菜を作ってみませんか?



夏秋作が終了する前に、冬作の準備をはじめましょう。
品目によって栽培の期間が異なりますので、次の夏秋作の計画を立てながら栽培してみましょう。

●スナップエンドウ

スナップエンドウはさやと未熟な豆を食べる種類で、さやは肉厚、実は甘みがあります。たんぱく質、カロテン、ビタミンC、B1などを豊富に含む緑黄色野菜です。生育適温は12℃~20℃で寒さに強く、簡単な防寒で冬越しできます。収穫は開花後20日前後、ある程度実が太ってきた頃が収穫適期です。

スナップエンドウ	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月
作付け時期		播種					収穫期	

●ほうれん草

栄養豊富でビタミンやカロテン、鉄分、カルシウムなどの含有量が多いことが大きな特徴です。生育適温は10℃~20℃で、寒さに強い野菜です。播種後45~60日程度で収穫でき、草丈20~25cmの頃が収穫適期です。

ほうれん草	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月
作付け時期		播種					収穫期	

●レタス

ビタミンC、Eやカロテン、カルシウムやカリウムなどのミネラル分も豊富です。冷涼な気候を好み、暑さには弱いですが、光を確保するため、日当たりのいい場所で栽培しましょう。播種後80~90日程度で収穫でき、玉の頂部を手で押してみて、硬く締まっていたら収穫適期です。

レタス	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月
作付け時期		播種				収穫期		

GAP 掲示板 vol.28

番外編 れいほく地域

気温が高くなり、雑菌が繁殖しやすい環境になっています。収穫時のハサミやコンテナは定期的に洗浄しましょう。

また、調整場のテーブルや果実を拭くタオル等は清潔に保ちましょう。
手洗いも忘れずに!



稲刈り後の雑草防除 (翌年に向けての水田雑草対策)

南国市地域より

南国営農経済センター 営農指導課

0881-86312415

近年水田の多年生雑草の中でも難防除雑草である「コウキヤガラ」「ホタルイ」等の発生が増加しています。

これらは、稲刈り後も土中に地下茎や、塊茎を作り越冬し、翌年再び発生するという繰り返しで繁殖していきます。

多年生雑草は塊茎寿命が長いものが多く、単年での完全防除は非常に困難です。稲作中は除草剤散布適期に効果が見込める初・中期剤を使用します。水持ちの悪い水田の場合、薬剤の効果の持続期間が短くなり、十分な効果が期待できなくなります。また、稲刈り後は以下のような対策を数年継続して行うことが重要です。



・**多年生雑草の種類**
コウキヤガラ(ヤカラ)・キシユウスズメノヒエ(シバクサ)・ホタルイ・ミズガヤツリなど。

・**初期除草剤の効果を高める作業方法**
代掻き作業を浅水で丁寧に、すでに発生している株を土中に埋没させます。こうすることで初期剤の効果がより高まります。

・**非選択性除草剤の利用**
稲刈り後、雑草がある程度成長したら(茎葉長がシバクサイm、ヤカラ・ホタルイ・クログワイ20cm)、雑草の葉茎部から入って根まで枯らす除草剤を散布します。

地上部を枯らすとともに、浸透移行性があるので、地下部の塊茎等にも効果が期待できます。多年生雑草の地下茎まで枯らせば、雑草の発生源を絶やすので、翌年の発生を軽減することができます。

ただし低温になり、雑草の生育が停滞する頃になると浸透移行の効果が落ちるので散布時期に注意しましょう。

・秋・冬の圃場耕うん

秋から厳冬期までの間にロータリー耕うんを行い、雑草の地上部を埋没したり、茎や根を切断することで塊茎の形成量を抑えることができます。また、田を乾燥させてから塊茎を掘り出し、地表面にさらすことで、塊茎量を減らす効果があります。(湿田では効果が低くなります)



南国営農経済センター 営農指導課 近澤 慶哉



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

『うちんくの台所』がいつも楽しみます。身近な材料で美味しそうに見えて簡単に作れるので好感を持てます。

(日章支所・73歳)

▼毎月ありがとございます。今月号は三和支部の女性部さんにご協力いただき、リュウキユウと花にらを使ったレシピを紹介しています。ぜひ、ご家庭でも作ってみてくださいね。

大好きな牛乳が、酪農家さんの心のこもったお世話によって私たちの手元に届くことに感謝します。牛乳飲んで骨格パワァー！

(れいほく支所・65歳)

▼搾乳や餌やり、牛の体調管理など、365日お世話をして、美味しい牛乳を届けてくれていることに感謝ですね。多くの栄養素が含まれている牛乳を飲んで、健康に過ごしましょう。

県外の方がリールを「美味しい」と言ってくれて本当に嬉しかった。私はコーヒー牛乳が好きです。若い時からずっとひまわり牛乳を飲んでいました。

(長岡支所・67歳)

▼高知のソウルドリンクといっても過言ではない、リール。身近すぎて、高知県限定の商品だと知らない方も多そうですね。コーヒー牛乳もおいしいですよ！実家の冷蔵庫には必ずストックされています。

毎年梅をつけますが、普通の梅干しはあまり食べないので母から教えてもらった少し甘めのカリカリ漬けを大量に漬けます。これだと主人も食べてくれます。

(十市支所・63歳)

▼独特な食感が楽しいですよ！昔、祖母が瓶いっぱい漬けていたことを思い出しました。梅干しには、ミネラルや鉄などの成分が豊富に含まれており、疲労回復や貧血予防などの効果が期待できるそうです。

大変な酪農家さんの仕事から各方面の研究などで安全で美味しい牛乳をいただけていることは、有難いことです。そして、そのまま活用できるレシピまで載っていて助かります。

(大篠支所・74歳)

▼強みを最大限に生かした製品づくりやこだわりが県内で愛される美味しい牛乳に繋がっているんですね。レシピを活用して、積極的に摂取していきましょう！

今年の4月で金婚を迎えました。妻に感謝の50年でした。感謝の気持ちを込めてさめうら荘レイクサイドホテルで『土佐あかうしのサーロインステーキ』をごちそうしたいと思います。

(本山支所・74歳)

▼金婚おめでとうございます。こんな風に思われ、大事にされている奥様が羨ましく、微笑ましく読ませていただきました。ぜひ、感謝の言葉とおいしいものをお祝いしてください！

川柳・短歌 紹介

この妻と 金婚迎え 悔いはない

(本山支所・74歳)

我が誇り 具多素類は 土佐の色

(本山支所・75歳)

南国

(株) 南国スタイルより 短期農作業員募集

作業内容・期間

- ①次世代ハウス内の片付け・定植準備作業
8月～9月上旬予定
- ②南国ライスセンター作業
8月～9月予定 (※期間は作業状況により変更あり)

募集人数

若干名

お問い合わせ先

(株) 南国スタイル担当：後藤 (TEL：088-855-3179)

れいほく

ライスセンターアルバイト募集

勤務場所

土佐町ライスセンター

作業内容

稲刈り後の生粳受入・乾燥・糶摺り、玄米袋詰め作業など

作業期間

8月中旬～11月末ごろ

募集人数

若干名

お問い合わせ先

れいほく営農経済センター営農販売課
担当：石本 (TEL：0887-82-2803)