

吾川支所管内池川より



### 毎日にぎやか♪ 元気いっぱい三兄弟

西森 祐成くん(10歳)  
瀬成くん(9歳)  
琉成くん(3歳)

元気いっぱいな西森三兄弟♪ 長男の祐成くんはマイペースなのんびり屋さん。なんと好きな食べ物は「ざるそば」。洗い!

次男の瀬成くんは祐成くんと一緒にソフトボールを頑張っています。控えめだけどしっかり者。

三男の琉成くんは一番わんぱく(お父さん談)。好きな食べ物は「ぶどう!」と元気いっぱい答えてくれました。

「人に優しく育てほしい」とお父さんの願いです。

### 誰も食べたことのない おいしい文旦を作りたい

玉木 竜造さん(34歳)

祖父母の後を継ぐため、高校卒業してすぐ、2007年に就農しました。今は150アールで土佐文旦を栽培しています。

2013年に独立し結婚も。独立してから最初はかなり苦労したとか。「祖父母について習ってたけど、いざ独り立ちしたらわからないことだらけ。それからまじめに勉強をして、やっと身につきました」と話します。

今は一男三女の父としても奮闘!「土佐文旦には将来性があると思います。誰も食べたことのないおいしい文旦を作りたい!」と話してくれました。

土佐支所管内より



仁淀川  
地区

## から こんにちは 今月の○○ 気になる人

越知支所管内より



山椒農家にならんかえ?

### 仕事も、趣味も、農業!

森下 安志さん(62歳)  
早苗さん(63歳)

越知町で土佐文旦を40アール、山椒を50アール栽培している森下さんご夫婦。「農業は手がけた分、成果が出るところが魅力」と話してくれました。

安志さんは今アボカド栽培に夢中!「今年苗を買ってきて植えたところ。変わったものを育てるのが好き!」とのこと。

早苗さんは「山椒の佃煮」や「梅のらっきょう酢漬け」など、作ったものを近所におす分けするのが楽しみの一つです♪

### 消費者と直接交流を 金曜市やインスタも駆使!

水田 かおりさん(56歳)

「今収穫しゆうがは空心菜とか、棚栽培の韓国かぼちゃ。これからお店に持って行くの」と教えてくれた水田さん。

結婚を機に就農し、約30年。「農業は楽しい!」と話します。多品種を栽培、出荷している水田さん。「金曜市やインスタグラムで消費者や飲食店さんと直接交流するのが楽しい。インスタグラムは飲食店さんが良く見てくれているし、市は毎週来てくれる人もいて、ありがたいです」と微笑みました。

伊野支所管内より



Instagram  
@kochimizutanouenでは、  
農園の日常や収穫仕立ての  
お野菜などがたくさん載ってます♪



水田農園で採れたお野菜。  
特に棚栽培の韓国かぼちゃ(真ん中)は  
売り出し中!

# 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 営農 露地ピーマンがスタート！ 越知支所ピーマン生産部会



選別の基準を確認する生産者とJA職員

越知支所ピーマン生産部会は6月3日、露地ピーマンの目慣らし会を開き、部会員やJA職員、関係者ら約30人が参加しました。  
同支所営農経済課の真辺秀雄さんは「これから梅雨入りし、長雨が多くなる時期。品質トラブルがおきないように、選果選別を徹底し、早めの収穫を心がけてほしい」と伝えました。  
部会長の和田泰明さんは「目慣らしをしっかり行い、選別をしっかり行って高品質なピーマンを出荷したい」と話しました。

## 3 スクール メンズくつきんぐスクール 基本の出汁を学ぶ



いりこの頭とワタを除ける受講生ら

「あぐりメンズくつきんぐスクール」は6月14日、佐川町で入学式と1回目の授業を行い、受講生4人が参加しました。  
授業では基本の出汁をつかった豆腐の味噌汁と、筑前煮、生姜ご飯を作りました。  
かつおぶしやいりこ、昆布の出汁の取り方を学び、試飲して味の違いも学びました。煮物では調味料を入れる順番や落し蓋の作り方なども学びました。  
2回目は「冷や汁」「カボチャの煮物」「キュウリの酢の物」を調理する予定です。

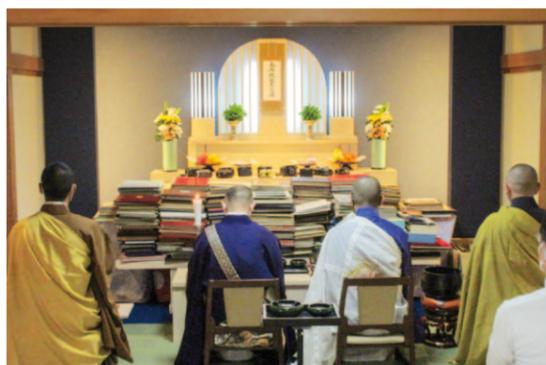
## 6 営農 ハウスキュウリ反省会 土佐市胡瓜部会



かん水管理の調査結果を聞く部会員ら

土佐市胡瓜部会は7月1日、土佐市で令和4年度年度の反省会を行い、部会員やJA職員、関係者ら約25人が参加しました。  
会では栽培期間の天候と見合わせて、出荷量や単価の推移を振り返りました。参加者は「資材や燃料が高騰している。対策はないか」「キュウリの生産者が減っている。人材育成が必要」などと意見交換を行いました。  
反省会では、土壌水分センサーを用いたかん水管理について、調査結果を共有しました。

## 4 葬祭 写真カメラ供養祭を行う ルミエールコスモス



写真カメラ供養祭の様子

ルミエールコスモスは6月1日、別館紫苑で写真カメラ供養祭を行いました。写真はアルバムが約350冊分、カメラが11台集まりました。  
今回の供養祭では仏教青年会より高野寺、元亨院、観音寺、護国寺の僧侶4人が供養をあげました。  
ルミエールコスモスの担当者「組合員や地域のかたの遺品や生前整理のお手伝いのできればと思ひ実施した。今後も誠心誠意お手伝いをしていきたい」と話しました。

親子あぐりスクール in 仁淀川地区は6月11日、2回目の授業を開き、地区内の小学校9校の1、4年生と保護者の10組20人が参加しました。  
2回目は地域の特産品である茶について学ぶため、村田園芸の村田千絵子さんを講師に招き、茶の栽培や煎茶の作り方を学びました。  
村田さんは用意した茶の枝を使い、「二芯二葉」の位置や摘み方を教えました。また動画を使い、茶畑の様子やお茶が出来上がる過程を伝えました。  
その後、スクール生は蒸しておいた茶の葉をホットプレートで煎ったり、手で揉んだりを繰り返し、40分ほどかけて緑茶を作りました。また、荒茶を使ってほうじ茶も作りました。  
スクール生は「手が緑色になった」とか「ほうじ茶の香りがとってもいい」と話しました。  
仕上がった煎茶やほうじ茶を試飲し「おいしい！」と喜びました。  
3回目は遠足として土佐和紙の手すき体験やアイス工場の見学を行う予定です。



※P17「チクカツ」でも親子あぐりスクール in 仁淀川地区の詳細を掲載！見てね！

村田さん（緑のエプロン）がほうじ茶づくりを実演。

## 1 スクール 親子あぐりスクール in 仁淀川地区 特産のお茶を学ぶ



あぐりライフスクールの様子

## 2 スクール あぐりライフスクール リニューアルして始動！



(佐川会場)



(土佐市会場)

仁淀川地区では今年度から「あぐりライフスクール」をリニューアルして開校しました。佐川会場と土佐市会場の2カ所で開かれ、それぞれ異なるプログラムで実施されます。仁淀川地区内の女性部員は割引価格で参加できる仕組みです。地域住民の方も、興味のある講座に自由に参加できます。  
佐川会場では5月24日、「スマートフォン教室」から、土佐市会場では5月11日、「PPバンドのかごづくり教室」から始まりました。  
スクールを開催する組合員課の平松美課長は「女性部員や組合員、地域の方々が気軽に参加できる講座を開き、生きがいやワクワクを感じてもらいたい。また、ライフスクールを通じてJAを知ってもらえたら」と話しました。  
今後は、「こけ玉作りやウォーキング教室（佐川会場）、みそづくりやもち作り（土佐市会場）で多数講座を実施する予定です。講座の詳細については、JA高知県のHPをご覧ください。

# えいのう〜



あなたもチャレンジ! 家庭菜園

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

## タアサイ 霜に当たるとおいしさが増す

園芸研究者 ● 成松次郎

タアサイはツケナの仲間で、中国語で「塌菜」と書きます。「塌」は「つぶれる」という意味です。葉は平たく杯状に広がっており、さじ状で縮れがあり、日本の野菜では「キサラギナ」に似ています。チンゲンサイと共に、代表的な中国野菜です。

「品種」品種分化が少なく「緑彩二号」「サカタのタネ、「タアサイ」(タキイ種苗など)として販売があります。

「畑の準備」種まきの2週間前までに1平方メートルあたり苦土石灰100gをまき、酸度を矯正しておきます。1週間前までに堆肥1kgと化成肥料(NPK各成分10%)100gを施し、土とよく混ぜておきます(図1)。次に、幅1m、高さ5cm程度の栽培床を作ります。

「種まき」春まきでは条間15cm、株間15cm、秋まきで大株にするには条間20cm、株間20cmに1カ所5、6粒の点まきをします(図2)。発芽まで土が乾かない程度に灌水(かんすい)し、発芽後は土が乾いたらたっぷり与えます。なお、ポリマルチを使うと、生育の促進に加え、土が葉の間に入るのを防ぐ効果があります。

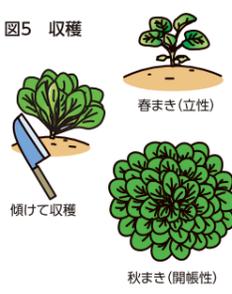
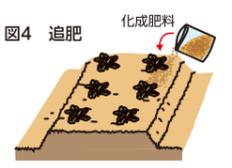
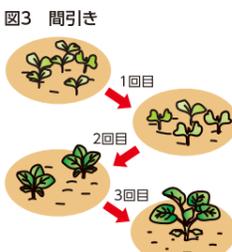
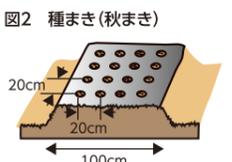
種まき後は防虫ネットでトンネルを作り、害虫から保護します。また、べたがけは発芽促進と害虫の防止になるため、1カ月程度被覆するのも良いでしょう。

「間引き」1回目は発芽後、込み合っている株を除き、2回目は本葉2、3枚の頃に2本、3回目は本葉5、6枚の頃に1本にします(図3)。

「追肥」大株に育てるには、最後の間引きの半月後に化成肥料を畝間にばらまき、軽く土寄せします(図4)。

「病害虫防除」アブラムシやアオムシ、ヨトウムシなどが発生します。アブラムシには粘着くん液剤など、アオムシ、ヨトウムシにはアロー水和剤CTなどを使用します。長雨のときは、べと病や白さび病が発生しやすいので、株間を少し広めに取ります。

「収穫」春まきでは株が立性になり、草丈25cmくらい、秋まきでは、葉が大きく広がり開張性になり、上から見て直径20cmくらいから収穫を始めます(図5)。寒い時期になるとおいしさが増していきます。収穫後は広がっている葉を内側につぼめてひもで縛ると扱いやすくなります。



ためてみて!! イチオシ商品

エコープ 糸寒天・こめ油・甘酒

白玉フルーツ

<材料> (6人分)

- エコープ糸寒天...24g
- 季節のフルーツ(キウイ、オレンジなど)...適量
- エコープこめ油...600CC

[A]

- 白玉粉...100g
- エコープこめ油...大さじ1
- 水...100ml

<作り方>

- エコープ糸寒天を30度位のお湯に10分つけてザルにあげ、水気を切っておく。
- ボウルに[A]を入れて耳たぶ位の固さに練り、18等分に丸める。
- ②をやわらかゆで、水につけて冷やす。
- ①と③を器に盛って甘酒をかけ、フルーツを飾る。

Aコープ・直販店で取扱中!  
(店舗によっては取り扱いが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

## 鳥獣被害に強い 地域づくり



鳥獣被害対策専門員 上地 和久

現在、県のサル被害対策のモデル事業が県下2地区で実施されております。その1地区においては94頭の群れが確認されており、香川県を除けば四国で最大規模の群れです。当初は50頭程度を想定していただけに、その結果を知るや参加者からは驚きの声が上がりました。

県のサル被害モデル事業とはいえ、口ケツト花火やモデルガンを使用した追い払い、ワイヤーメッシュ柵と電気柵の複合柵の設置は、地区の代表者を中心とした住民が実施主体となっています。鳥獣被害防止対策コンサルタント会社や研究者、専門員はあくまでも住民のサポートを行っているに過ぎず、地域住民の合意形成なくして今後の事業継続は望めないうつ。



以上のことから、インシシヤやハクビシンの被害に関しましても集落が連携し、住民全員が一丸となって、地域を守る共助の被害対策が重要と考えられます。

専門員は被害の防除や軽減を図るため各種の研修へ積極的に参加し、被害状況の調査、わなによる捕獲の技術向上に励んでいます。調査等で圃場へ立ち入る場合がありますので、地域の皆様のご理解、ご協力をお願いします。

## 露地のししとうの管理について



営農指導員 松田 祐徳

**(整枝・誘引)**  
垣根仕立て・盃状仕立てともに側枝・徒長枝の混み合う枝を間引きし、樹間内に太陽光が十分あたり、風通しが良くなるようにしましょう。樹形を整え、白果・石果・短形化などの不良果の発生を抑え事故品を出さないよう気をつけましょう。

**(かん水)**  
生育状態・天候に応じてかん水量を調整し、夏場の晴天続きには早朝か夕方の涼しい時間に行いましょう。なお著しく乾燥している場合は、辛味果・変形果を防ぐために通路に水を這わすなどして、ほ場内の湿度確保に努めましょう。

**(高温対策)**  
柵を利用して通路の上のみに遮光ネット(遮光率40%程度)を展開し、品温の上昇と草勢の低下を防ぎます。

**(台風対策)**  
・本支柱・支柱・針金・ばん線・誘引糸の張りを強化する。  
・ほ場の周囲には防風ネットをしっかり張る。  
・ほ場が浸水しないよう排水対策を十分しておく。  
台風通過後は天候の回復を待って薬剤を散布し、病害の発生を予防するとともに、草勢の回復に努めましょう。

**(収穫後の管理)**  
出荷規格に合わせ遅れないように収穫する。収穫が遅れると草勢が低下し、収量・品質低下の原因となります。また、雨天時の収穫で濡れた果実は乾かして出荷を行いません。濡れた果実を乾燥させる場合は清潔な布等の上に果実を並べ、直接風が当たらないように注意し、扇風機などを用いて乾かしましょう。  
また、収穫の際には腐敗果発生防止のため、果梗部をつぶさない(爪どりにしない)ように気を付けましょう。

### 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: 0903-1890673

ノブエス地区  
鳥獣被害対策専門員  
真辺 忠志  
電話: 0889-217823  
(ノブエス営農経済センター)



鳥獣被害対策専門員 真辺 忠志

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

毎日飲んでる牛乳が消費者に届くまでの過程がわかり、生産者さんやメーカーさんの大変さを感じました。そしてスーパーに行くと、当たり前に見えることに感謝します。

(佐川支所管内・Yさん 54歳)

牛乳の活用方法を普段あまりかんがえることとなくいたので、参考になりました。ステーキも美味しそうで是非食べにいくと思います。

(土佐市支所管内・Iさん 16歳)

最近カルシウム不足を指摘されました。ナスタイミングでレシピが載っていたので参考にさせてもらいます。

(土佐市支所管内・Oさん 49歳)

我が家のお味噌汁は牛乳入り。まろやかになり、減塩対策にもなっています。自家製牛乳寒も冷蔵庫に常備しています。牛乳は我が家の食卓には無くてはならないものです。

(伊野支所管内・Hさん 66歳)

▼乳房炎の牛さんを必ず完治させてから搾乳をすると、病気になるまいよう工夫を凝らすとか、生き物を育てるって本当に大変ですね(汗) 生乳の過程も、搾乳後はほとんど5℃ぐらいに保って品質を管理しているというの、本当にたいへんなことだと思います。美味しい牛乳が気軽に飲める高知県。最高ですね！牛乳が苦手な人も、体質的に飲めない方もいるとは思いますが、いろいろな形で応援していただければと思います！

ごほんに牛乳っておいしくない？

(佐川支所管内・Fさん 73歳)

▼挑戦した方からのコメントをご紹介します！「牛乳入り大豆ごはん、思ってたより美味しかったです」(佐川支所管内・Tさん・68歳)とのことです！かちりやお醤油も入っているの、匂いはあまり気にならないさそうですね！私も挑戦してみたいと思います(^^) 私はお米とミルクのスイーツ「リオレ」も大好きです♡①冷や飯を洗いぬめりをとる②牛乳と砂糖とバナラエッセンスと洗ったご飯を入れておかゆみたいになるまで煮ると完成！お好みでジャムなどをかけて食べてもOK！です。

小学生がシヨウガ栽培の取り組みをがんばっている姿はとて素晴らしい事ですね。20年以上前からの取り組みずっと続けてください。

(伊野支所管内・Kさん 61歳)

昨年から夫がシヨウガの栽培を始めました。子育て以上にシヨウガへ愛を注ぎお世話しています。シヨウガの病気のページを夫にも読ませたいと思いました。

(斗賀野支所管内・Tさん 32歳)

▼私はJAに入るまで、シヨウガがどのように栽培され、どんなふうになるのかまったく知りませんでした！初めてシヨウガ掘りの現場に行った時のシヨウガの香り、忘れられません。朝の清々しい空気とシヨウガの爽やかな香り、最高でした！子どもたちにもぜひ知ってもらいたいですね！そして、シヨウガは効能がいっぱいあるのに、本人たちもとっても繊細！栽培には気を使うと思いますが、たくさんシヨウガが収穫できるようお祈りいたします！

毎月、届けてくださるので楽しみに拝読させていただいています。ありがとうございます。パズルは必ず解いています。あぐりライフスクールに参加してみたいです。地区版とあるのは？ほかの地区のを読んでみたいのです。何処かで可能ですか？

(土佐市支所管内・Fさん 65歳)

▼読んでくださりありがとうございます！あぐりライフスクールは興味のあるもの、日程があうもの、お気軽にご参加くださいね(^^) お待ちしています！また、地区版ですが、JA高知県はエリアが広いので東から安芸地区、香美地区、土長地区、高知地区、仁淀川地区、高西地区、幡多地区と分かれております。P10～P16が地区ごとに異なる内容になります。他地区の広報誌は公式HPに掲載していますので、ご覧いただければ幸いです(^^)

プレゼントのくだもの、うれしいですね。時には花のプレゼントもあたらうれしいですね。花のある生活ステキ！ですね。

(吾北支所管内・Tさん 62歳)

▼毎回各地の美味しい野菜果物、ときどきお肉がプレゼントですね！お花のプレゼントもステキ！提案しておきます(^^)

## イラストコーナー



(伊野支所管内・Nさん・63歳)

## あぐりライフスクール各種行事は、HPでチェック！

佐川会場

問合せ

組合員課  
0889-22-7809 (加藤・平松)



土佐市会場

問合せ

土佐市支所  
088-854-0321 (坂本)

