

大篠支所管内より

元気の秘訣は人とのふれあい

にしおかてるお
西岡 照夫さん(74)

照夫さんは、大篠地区能間部落の部落長をはじめ民生委員として地域のために尽力しています。高齢者福祉活動では、一人暮らしの高齢者宅を訪問する見守り活動を通して、身近な相談相手として必要な支援を行っています。また、昨年より同地区社会福祉協議会の会長に就任し、活躍の場を広げています。

コロナ禍による制約や人間関係の希薄化へのもどかしさを感じる一方で、「人との交流や付き合いから元気をもらうことが多い」と照夫さん。中学生から陸上競技を長年続けられ、現在も週に一回『100まで走ろう会』の仲間とランニングで汗を流しています。「これからも気を付け工夫しながら活動を続けていきたい」と前向きに取り組んでいます。

大川支所管内より

2人でいつも踊っています♪

ついでりくと
筒井 陸斗くん(3)

ゆうと
悠仁くん(11カ月)

わたる
父：渉さん 母：琴美さん

兄の陸斗くんはボール遊びなど、身体を動かして遊ぶことが大好き！汗びっしょりになるほど元気に走り回っています。大きくなったら「ウルトラマンになる！」と目を輝かせる陸斗くん。かっこいいヒーローに憧れています。

弟の悠仁くんはつかまり立ちが始まり、お兄ちゃんのように活発な姿を見せてくれるようになりました。自分の力でいろいろな所につかまり、興味を示している悠仁くん。好奇心や探求心も強くなり、日に日に成長しています。

2人は歌やダンスが大好きで、よく身体を動かしてノリノリで踊っているそうです。ご両親は「これからも兄弟仲良く、すくすく大きく成長してほしい」と2人を温かく見守っています。

十市支所管内より

身体を動かすことが大好きです！

いのうえみか
井上 味香さん(46)

小中高とバレー部で、9人制の社会人チームで全国大会に出場した経験もある味香さん。子育てが落ち着いた5、6年前からソフトバレーを始め、「身体が動く限りは続けていきたい」と、現在も現役でプレーしています。

味香さんの3人のお子様もバレーやサッカー、陸上、ピアノと多くの習い事をしており、自主練に付き合うなど一人一人が全力で打ち込めるようにサポート。応援に行くと大声でチームを鼓舞し、士気を高めています。

クラス役員やPTA活動などにも積極的で、3年前より『食生活改善推進委員(ヘルスマイト)』としても活躍しています。得意分野でもある料理を活かして食育活動実施。地域の子どもたちと交流を図っています。



息子さんのサッカーの自主練にも全力で付き合います。

長土地区

からごんにちは 今月の気になる人

エサは栄養満点！

自家栽培の野菜です

いのうえまさお
飼い主：井上 正雄さん

ペット：①ハクくん(5)・②レンちゃん(5)

③ポポくん(6)・④さくらちゃん(5)

動物好きの娘さんが取り寄せ、5年程前から飼っている2羽のアヒル。おしとやかで人慣れしているハクくんとリーダーの素質があるレンちゃんです。2羽はとっても仲良しで、どこに行くのも一緒。日中は自宅前の水路や敷地内を散策し、自由に過ごしています。

ウサギのポポくんとさくらちゃんは、ともに知り合いから譲ってもらい5、6年前に迎え入れました。普段は別々のゲージで過ごしていますが、仲良しの2匹。走ったり、穴を掘ったりしてのびのび過ごしています。

井上家では、他にも犬や猫、ニワトリを飼っています。「動物にとってストレスがかからない環境を整えることが大切」と、命の重みと向き合いながら献身的にお世話をしています。

三和支所管内より



きれいな実ができると

「やったー」と嬉しくなります

かわむらみちこ
川村 康子さん(83)

結婚を機に吾川郡いの町本川村に嫁ぎ、ご主人と農業を始めた康子さん。JA高知県れいほく園芸部カラーピーマン部会に所属し、この地で30年近く赤ピーマンを栽培しています。

今作は、1.5アールのハウスに100本の苗を定植。収穫作業は11月上旬頃まで続きます。「毎年同じようにはいかんけど、手をかけた分だけ応えてくれる」と、難しさを感じながらも、長年の経験やノウハウを活かして前向きに取り組んでいます。納得のいくものができた時は、喜びもひとしおです。

康さんは、赤ピーマンの他にもナスやトマト、キュウリなど自家消費野菜を栽培しています。「続けられる限りは続けていきたい」と、娘さんの手を借りながら農業に励んでいます。

大川支所管内より



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！



みんなで汗を流した稲刈り

1 南国市地域

青壮年部員と地元小学生が楽しく稲刈り



J A高知県土長地区長岡青壮年部は8月5日、南国市にあるJAの田んぼで同市立長岡小学校の5年生と稲刈りをしました。青壮年部員10人と児童23人が参加し、4月に植えた「コシヒカリ」を収穫しました。

この取り組みは、普段食べているお米がどのようにできているか知ってほしいという部員の思いから26年前に始まりました。児童らは、1人1丁ずつ鎌を持ち、横一列に並んで刈り取りを体験。同校の教員や保護者、JA職員も協力し、約1時間かけて作業を行いました。稲刈り後には、昔ながらの脱穀機も体験し、収穫の喜びを味わいました。同青壮年部の山崎隆弘部長は、「米作りの大変さや環境維持の大切さを感じてほしい。活動を続けていくことで、子どもたちが農業に興味を持ち、未来の後継者の育成にもつながってほしい」と力強く話しました。

昨年は、コロナ禍の影響で中止にしたため2年ぶりの稲刈り。収穫した米は、生徒が給食で味わう他、学校行事での販売を予定しています。



下村支部長(左)から支援物資を受け取る高橋所長

2 れいほく地域

復帰の一助に！米や野菜を寄贈し支援

J A高知県女性部れいほく地区は8月3日、配偶者暴力(DV)による被害者を支援する目的で、高知市の高知女性相談支援センターを訪問し、米や野菜、日用品などを寄贈しました。

この取り組みは、県内のDV被害の実態を知った同女性部の川井由紀部長の呼びかけにより、2010年から毎年続けられています。今年も管内5支部とフレッシュミズ部会を中心に声かけを行い、部員らが育てた米やトマト、カボチャなどの野菜の他、タオルや食器、マスクなど多くの物資が集まりました。同女性部大豊支部の下村愛子支部長は、「二人でも多くの方に喜んでいただけたら嬉しい。今後も支援を続けていきたい」と話しました。

同センターはDV被害に遭った女性からの相談を受け付けている施設。一時的な保護や新生活に向けた支援を通じて、社会復帰を後押ししています。高橋敦子所長は「毎年たくさんの方の物資を提供してもらいありがたい。新鮮なうちに届けさせていただきます」と感謝しました。

3 南国市地区 十市園芸部 ししとう部会、勉強会



熱心に聞き入る参加者

十市園芸部ししとう部会は8月19日、南国営農経済センターで勉強会を開きました。同部会では、栽培技術の向上を目的に年2回、勉強会を開催しています。当日は、生産者や振興センター、JA職員ら12人が参加しました。

勉強会では、振興センターの職員が講師となり、振り返りも兼ねて栽培状況や出荷量の推移を共有。収量の増加に向けて、灌水や日射量、日の出日の入りに合わせた管理の徹底を呼び掛けました。また、病害虫等への対策についても事例を交えながら全体で再確認。参加者は、質問するなどして熱心に耳を傾けました。

4 れいほく地域 「吟の夢」現地視察研修会



活発な意見交換が行われた現地検討会

土佐酒振興プラットフォーム酒米部会は8月19日、標高約850mに位置する本山町古田地区で栽培されている酒米品種「吟の夢」の現地視察研修会を開きました。生産者や県、酒造メーカーら27名が参加し、意見交換を行いました。

今年、田植え前の水不足の影響から定植の遅れはありましたが、概ね例年並みに生育。参加者は、肥料設計や土の成分バランス、今後の栽培管理について質問するなど、活発な検討会となりました。

同部会は、酒米の生産拡大と高品質米の生産を目的に県に設置され、平成28年から活動を行っています。

5 南国市地区 直販所で新米まつり開催



3年ぶりに開かれた新米まつり(風の市で)

早場米の産地として知られるJA高知県土長地区の南国市管内の直販所「風の市」と「かぎくるま市」で8月中旬、新米まつりを開きました。両直販所では、20年以上前から新米が回るこの時期にお米のPRと消費拡大を図る目的で、新米のおにぎりを配布しています。

今年も南国市産の美味しいお米を味わってもらうと各協議会メンバーが早朝から準備を開始。令和4年度産の「コシヒカリ」を使用したおにぎりを「かぎくるま市」が約420パック、3年ぶりの開催となった「風の市」で300パック用意し、来店客一人一人に手渡しました。

6 れいほく地域 品質上々！赤ピーマン収穫



生育状況を確認する橋田さん

J A高知県れいほく地区管内で栽培されている赤ピーマンが収穫を迎え、生産者が作業に追われています。通常のピーマンに比べて柔らかく、甘みがあるのが特徴で、同JA園芸部カラーピーマン部会は、生産者7人が45アールで赤ピーマンを栽培しています。

生産者の1人、大川村で赤ピーマンを栽培している橋田勇生さんの圃場では、4月末に約1300本を定植。7月下旬頃から採れ始め、作業は12月上旬頃まで行われます。

今年度、管内全体で約13トンの収穫を見込んでおり、収穫した赤ピーマンは選別した後、県内外へ出荷されます。



役立つ！
得する！
情報

えいのう〜

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

栽培の総仕上げ& 来作に向けての取組み*

徐々に気温が下がり始め、夏秋作の栽培もラストスパートを迎えようとしています。栽培終盤の管理と来作に向けた取組みについて、以下のポイントを実践しましょう。

作終盤の管理

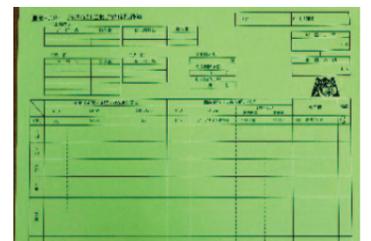
- ・気温の低い日や夕方は早めにハウスを締切り、保温を行う事で適正気温での栽培に努めましょう。
- ・病害虫をしっかり防除し、最後まで取りきりましょう。防除をしっかり行う事で、来作の病害虫発生抑制にも繋がります。また燻煙剤は、ハウス内を均一に防除でき効果的です。

作終了後の片付け

- ・土壤消毒や定植の計画を確認し、計画的に片付けを行います。
- ・片付けは、なるべく早く行い、ハウス内に病害虫を留まらせないようにしましょう。
- ・基本的には、残った株や根、葉等は圃場外へ持ち出してください。すき込む場合は、厳寒期に入る前に行い、地温を保ち分解を促します。
- ・作中に使用した資材（支柱、灌水チューブ、台車、コンテナ等）は病原菌が付着している可能性があるため、洗浄し来作まで衛生的に保ちましょう。
- ・マルチ等の交換可能なものは毎年更新をおすすめします。

栽培の振り返り

- ・記録簿、GAP点検シートを記入し今年の栽培を振り返りましょう。良かった点、改善が必要な点などを振り返り、来作の栽培計画に繋げましょう。記入の際は、記入漏れや書き間違いが無い、もう一度確認してください。



↑作業記録簿

GAP 掲示板 vol.30 番外編 れいほく地域

使用済みの肥料袋や展張フィルムは適正に管理、処分しましょう！

空いた肥料袋、使用済みビニール、廃ポリなどは場所を決め、分別して保管しましょう。放置や野焼きは周囲環境に悪影響を与えるため、JAの回収日に指定場所に持ち込み、適切に処理しましょう。



南国市地域より
南国営農経済センター 営農指導課 0881-86312415

水田のスクミリンゴガイ対策について

スクミリンゴガイは乾燥に強く越冬も可能で、水稲栽培時期になると水路から水田へ侵入し、繁殖を繰り返して田植えから3週間前後の間苗を食害します。大量発生を防ぐ為には地域ぐるみで以下の防除対策を行う必要があります。

1. 冬期の耕うん作業

12〜2月の厳寒期に田を乾燥させ、耕うん走行速度を遅くし、ロータリーを高回転で浅く（深さ5cm前後）2回程耕うんする。（貝を破壊し、寒気にさらし越冬防止を図る）田面が硬い時に耕うんすると貝の破碎効果が高い。

2. 整地〜移植直後

整地・代掻きを均平にし（圃場が凸凹だと深い所の株が食害される）移植時期を早める。（貝は柔らかい小さな稲を好んで食害するので、貝の活動前に稲の生育を進める）

移植後は苗が活着したら水深を出来るだけ浅く保ち、浅水管理で貝が稲を引き込めなくする。（1cm程度が理想。4cm以下で実害を減らせる傾向）



3. その他耕種防除

水路に約5mm目の網を張り水路からの侵入を防ぐ。
水路を清掃し卵を除去する。（卵は産卵後、一定期間内に水中に落とせばふ化しない）
水口付近を少し掘り、誘引して捕殺する。（野菜等を餌にすると効果的）
※本貝は、寄生虫を持っている場合があるので、触れる時にはゴム手袋を着用しましょう。

・薬剤による防除については、営農指導課（86312415）までお問い合わせください。



南国営農経済センター 営農指導課 近澤 慶哉

ビニールハウスにおける加温の省エネ対策について

・燃料暖房機のメンテナンス
施設園芸では、加温機の定期的な点検や清掃が欠かせません。定期的なメンテナンスにより暖房機の加温能力を最大限に引き出すとともに、省エネルギー対策に努めましょう。

① 燃焼室内やデフューザーの清掃
② パーナーノズルの定期的な清掃または交換
③ ファン清掃、エアシャッターの調節による燃焼に適切な空気量の確保等
④ フレームアイの清掃

・ハウス内の被覆の多層化
内張りカーテンの設置により、夜温の保温効果を高めたり、出入り口、側面へのカーテンの設置により、熱放射を遮断し、室外空気の流入を抑えることが重要です。

・ハウス内の気密性を確保（隙間の点検）
被覆部分の隙間は温室の保温性を低下させるだけでなく、付近にヒートポンプがあると隙間から冷気を吸い込み暖房効率が低下

・循環扇の使用
循環扇を使用することによってハウス内の温度ムラを改善するようにしましょう。



南国営農経済センター 営農指導課 松浦 宏樹

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

家庭菜園を大切に楽しく！

(十市支所・74歳)

▼ご自宅で家庭菜園を楽しまれているんですね。一から愛情込めて育てた作物の味は格別です！ これからも、家庭菜園を楽しんでください。

コロナと熱中症予防、マスクを外すか否か。毎日悩まし過ぎる今夏。はやく収まってほしいものです。

(れいほく支所・56歳)

▼毎日のように全国各地で熱中症アラートが発令され、うだるほど暑かったですね。日常化してきているマスクも夏場は熱中症のリスクが高まるので悩ましいところ……。本当に1日でも早く収束してくれることを願っています。

夏野菜と言えば、リユウキュウ、ナス、ミョウガなど色々ありますが、これらをお寿司で食べるのがすごく大好きです！ でも、自分ではなかなか作れないので、もっぱら田舎寿司を買って食べています。自分でも作れるように頑張ってみようと思っています。

(岡豊支所・68歳)

▼田舎寿司美味しいですよ！ 高知の郷土料理の一つ。ぜひ、レシピを参考にリユウキュウ寿司作ってみてください。感想もお待ちしております！

みなさんが様々な取り組みをして頑張っている様子を見て、励まされています。

(本山支所・47歳)

▼頑張っている姿は励みになりますよね。取材で出会った方々と話しをする中で、いつも刺激をもらっています。地域の取組みなどを多くの方に発信していけるように、これからも頑張ります！

『まことゆず』のレシピ本、楽しみです。

(長岡支所・66歳)

▼一般販売はありませんが、各JA支所での設置を予定しています。後日、配布イベント等も開かれるそうです。詳細はJA高知県のHPでご確認ください。

『輝け！新農人』に出ているのを見ると、農業に明るい未来を感じます。輸入だけでなく、自国でまかなえるようになってほしいです。そのためにはたくさんの方の『輝け！新農人』が必要です。

(大篠支所・67歳)

▼これからの地域農業を支えていく新規就農者の存在は心強く、頼もしい限りです。農業が盛んな高知で就農し、県内の農業が益々発展していくように応援していきます！



れいほく

れいほく新米キャンペーン！

四国の中央部、吉野川流域で栽培された棚田のお米「ヒノヒカリ」を、是非ご賞味ください！

対象商品 「ヒノヒカリ」5kg・10kg精米、30kg玄米

キャンペーン期間 10月下旬～11月下旬（※期間内特別価格）
※開始期日が収穫の状況により変更する場合がございます。

お問い合わせ先 お近くの購買店舗、又は、れいほく営農経済センター購買課（TEL：0887-82-2805）

れいほく

ライスセンター・集出荷場アルバイト募集

①土佐町ライスセンターアルバイト

作業期間 10月～11月末ごろ

作業内容 稲刈り後の生籾受入・乾燥・糺り、玄米袋詰め作業など

勤務場所 土佐町ライスセンター

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：筒井、石本（TEL：0887-82-2803）

②土佐町集出荷場

作業期間 10月～11月末ごろ

作業内容 野菜の選果、箱折り等軽作業など

勤務場所 土佐町集出荷場

募集人数 若干名