

とさのさとより



## 挑戦し続けることが大事

ほし じ とおる  
傍士 徹さん(58歳)

約8年前まで地元のスーパーで働いていましたが、父が病気で農家を引退したことを機に、土地を受け継いで農業を始めました。現在は1.5ヘクタールの土地で冬はハクサイ、夏はスイートコーンなどをメインに少量多品目で栽培し、全てとさのさとに出荷しています。自分が納得いく野菜を、できるだけ鮮度の良い状態でお客さんに届けることができるように収穫・出荷の早さを意識しています。

農業は挑戦し続けることが大事だと思っています。近いうちに豆類の栽培にも取り組みたいので、作業の合間にYouTubeを見て勉強しています。

## トマト部会の 収量・収益増を目指して

のむら たかおき  
野村 貴隆さん(51歳)

株トマトの村の専務とJA高知県春野トマト部会の部会長を務めています。先代の社長に誘われ、入社して16年。大規模農業のノウハウを学んできました。現在はハウスの責任者として、大玉トマト計3.2ヘクタールを栽培・管理しています。皆さんにおいしいと言ってもらえる、安心安全なトマト作りを心掛け、部会全体の収量・収益増に向けて頑張っています。直販所「春の里」にも出荷しているので、ぜひお買い求めください。

趣味は釣りで、休みの日にはイカや青物などを狙いに海へ行きます。昨年10月には、1メートル級の大物のブリを釣り上げました！

西畑より



高知  
地区

から こんにちには  
今月の〇〇 気になる人

西畑より



## 高知の女性の魅力を 発信したい！

きよはら ありさ  
清原 有紗さん(37歳)

SNSでプレミズの活動を見たことをきっかけに、もっと同世代の女性との交友関係を広げたいと考え、昨年5月にプレミズに加入しました。これからどんどん活動に参加していきたいと思っています。

普段は生活支援員兼経理として働くほか、「ミセスオブザイヤー2023」の活動を広め、高知の女性の魅力を発信する事務局としても活動しています。昨年行われた高知大会では特別賞を受賞し、日本大会にも出場。全国のミセスに向けて、主婦のパワーを披露できたと感じています。趣味は歌うことと美容。食生活に気を付けて、野菜や玄米などをバランスよく食べることを意識しています。

## お客さんの力になりたい

はしもと つよし  
橋本 強史さん(29歳)

専門学校卒業後、県外で自動車整備士として働いていましたが、地元のキュウリ農家の友人に紹介されたことがきっかけで、5年前から春野給油所に勤めています。前職の経験上、車の異常に早く気付けることを活かして、気軽にお客さんへ声掛けするよう心がけています。

室内清掃と洗車を拭きムラ無くすることで、「丁寧にやってくれて嬉しい」と言ってもらえることが、とても嬉しいですね。現在は、ガス販売の資格取得を目指して勉強中。いつも給油所を利用してくださっている農家さんや一般の方々のお力になれるよう、これからも頑張ります。

春野給油所より



# 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！



意見表明する矢野さん（高知市で）

## 1 高知地区

### 販売目標額618億円掲げる 23園芸年度高知県 園芸品販売拡大推進大会

高知県とJAグループ高知は11月7日、高知市で令和5園芸年度高知県園芸品販売拡大推進大会を開きました。

令和5園芸年度の販売目標額は618億円。農業者のニーズに応える対応の強化と県域共販に基づく販売体制の拡充によって、取引力の強化に取り組みます。また、各種資金の活用支援や助成制度等への申請支援をはじめ、販売促進や需要の回復拡大、生産経費高騰に対する支援施策の要請活動にも取り組むことで、青果物10万423ト、花き24584千本の生産出荷を計画しています。

大会では、生産組織を代表して県共計委員会の矢野清和委員長が「生産者が望むことは、皆が笑顔で農業を続ける事、生産したものが消費される事、国産産物という考えが国民に波及し、現代の百姓一揆として農産物の価格転嫁が進むことを強く望む」と意見を表明しました。

## 2 高知地区

### 春野営農経済センター キュウリ現地検討会を開催



キュウリの状態を見ながら意見を交わす部員とJA職員（高知市で）

春野営農経済センターの春野キュウリ部会は11月10日、春野町内でキュウリの現地検討会を開催しました。同部員や職員、関係者約30人が参加し、同町内3カ所の圃場を視察。生育状態を確認し、部員同士で意見を交わしました。

JAの各担当者は出荷状況やIOPクラウド「SAWATCH」の導入状況などを説明。また、ハウス内の保温性向上について、外張被覆の点検によりハウス内の放熱を防ぐことで、重油の節約に繋がることを伝えました。

種苗会社の担当者は、11月の促成つるおろし栽培の管理方法について、力枝の管理やハウス内の温度管理、病害対策の面から説明。そのほかメーカーによる常温煙霧機の紹介も行われました。

検討会に参加した小川賢臣さんは「部員と共に実際に圃場を見学することで、自分の圃場の改善点も見つけることができ、栽培のモチベーション向上に繋がる」と語りました。

## 3 高知地区 アットホームな雰囲気 JA高知県女性部初のスマホ教室



講師に操作を教わる女性部員 写真④

JA高知県女性部春野地区は11月1日、春野営農経済センターでスマホ教室を開きました。同JAでは初の取り組みです。NTT docomoのスタッフ3人を講師に迎え、同部8人が参加。インターネットの使い方を学びました。

参加者からはキーワード入力や音声検索の方法などを知ること、情報の探し方を学んだほか、インターネットを使用する際「危険サイト」や「データ通信量の使い過ぎ」に注意することを学びました。

参加した弘岡上支部の石田真砂子支部長は「女性部のメンバーが集まったアットホームな雰囲気の中で、スマホの操作を確認できて良かった」と話しました。

## 4 高知地区 土佐の豊穰祭2022 県の農畜産物・グルメ・SNSをPR



JA高知県のSNSを来場者に紹介（高知市で）

「土佐の豊穰祭2022高知市会場」が11月5日と6日、高知市の中央公園で開催され、県内JAなど26団体が集結。県内の農畜産物や当地グルメのPRを行いました。

JAグループ高知は、土佐あかうしの牛串、ニラ、シントウ、ナスやユズを使った地元ならではの料理や加工品で来場者をもてなしました。

また、JA高知県のPRブースではインターネット交流サイト（SNS）のLINEやインスタグラムを紹介。2日間で延べ約480人が同アカウントを友達登録・フォローしました。

## 5 高知地区 弘岡下女性部 フレミズ部員と味噌作り



大豆の蒸し具合を確認し合う部員

JA高知県女性部春野地区の弘岡下支部は11月10日、みそ作りを行いました。同女性部のフレッシュミズ部会の部員も参加し、9人で65kgの味噌を作りました。

弘岡下支部のみそ作りは50年以上前から続いています。これまでのみそ作りの履歴やレシピなどはノートに記録され、同支部長に代々受け継がれています。甲藤繁子支部長は「ノートを見返し、過去の光景を思い出しながら、みそを作っている感じがする」と話しました。

甲藤さんは「フレッシュミズ部会と相談し合い、共同で作業することはとても刺激になる。若い世代の方々と交流できて嬉しい」と話しました。

## 6 高知地区 JAに勤労感謝 保育園児が手作りカレンダー渡す



手作りのカレンダーを渡す園児

高知市立春野中央保育園は11月18日、勤労感謝の日に合わせて春野支所を訪ねました。4歳から5歳の9人は手作りのカレンダーと小物入れを「いつもお仕事ありがとう」と言いながら職員に手渡しました。地域のために仕事をしている事業所を訪ね、日ごろの感謝と身近な地域に親しむことを目的に毎年行っています。

園児は「JAはどんなお仕事をしていますか」と質問し、JAの山下愛共済課長は「大事なお金を預かったり、方が一時的の共済を取り扱っています。野菜も売っているのでもた来てね」と、お返しのみり絵や鉛筆などをプレゼントしました。

高知農業改良普及所より

# 令和5年産水稻の育苗管理と 注意点について

「苗半作」という言葉があるように、育苗期間の管理が稲の収量に大きく影響します。適切な育苗管理を行い、健苗育成に努めましょう。

生育期	管理作業	実施内容と注意点
育苗期	種もみ準備	・種子を更新しましょう。
	塩水選	・塩水選をしましょう（水1L+食塩85g）。*塩水選後は、必ず水洗いをしましょう。
	袋詰め	・もみ袋の7分目程度の種子を入れましょう。
	種子消毒	・種もみ量：薬液量=1：2（例 種もみ量:4kg 薬液量:8L テクリードCフロアブル：40mL） ・薬液温度15℃で、24時間浸漬 <b>注意</b> 浸漬処理液後の残液は河川に流さない。
	浸種（しんじゆ）	・浸種期間は水温15℃で10日間を確保し、2～3日に1度水を入れ替えましょう。 ・均一に発芽・生育をさせるため、十分に吸水させましょう。 ・発芽遅延が懸念される場合は、浸種期間を十分取りましょう。  消毒液は1日 吸水は10日間 種もみを浸す
	催芽（さいが）	・催芽温度は30℃で、ハト胸（芽の長さ1mm程度）に芽出しをそろえましょう。
	播種	・催芽もみは、約280cc（乾燥籾150g）/箱 ・もみの持ち上がりを防止するため、覆土（ふくど）は苗箱の上端部まで入れましょう。
	緑化	・育苗器内の温度を30～32℃に保ち、2～3日で鞘葉（しょうよう）が1cm程度に伸びたら緑化を行いましょう。 <b>ポイント</b> *白化防止のため、徐々に日光に慣らしてください。 ・本葉1.5葉まで、日中25℃程度、夜間は15℃程度で管理しましょう。
	硬化	・昼間は25℃を超えないよう通風・採光を十分に行いましょう。*夜間8℃以下になるとムレ苗が発生する恐れがあります。  培土 3.3ℓ/箱 催芽もみ 280cc/箱 昼間 25℃以下 夜間 8℃以上で管理
	田植期	移植

※苗立枯病の防除について  
過去に苗立枯病の発生が見られた場合は、播種時にナエファインフロアブル1,000倍液を1箱当たり0.5L灌注しましょう。

問い合わせ先：中央西農業振興センター 高知農業改良普及所  
(TEL.088-861-0711) (FAX.088-861-0660)

# 役立つ! 得する! 情報 えいのう〜

鳥獣被害対策専門員からのお知らせ



春野・土佐市地区

鳥獣被害対策専門員 上地 和久  
携帯電話:090-3189-0373



## イノシシの生態や行動を考慮した被害対策

イノシシは嗅覚に優れる鼻を使って、ものの感触を探る行動をよくとります。とくに隙間や窪み、境界線といった場所を丹念に鼻で調べる習性があります。鼻の高さは成獣で約40cm、幼獣（ウリボウ）で約20cmです。ちなみに、電気柵を設置する場合は、鼻が当たるあたりに電柵を通すと、高い防護効果が見込めます。

学習能力は高く、強度の低い金網なら、簡単に突破します。一度学習したことは半年以上記憶しているとされ、一度「餌場」と認識すれば、何度も侵入するようになります。また、侵入に成功した他のイノシシを真似る（模倣学習）といった行動もとります。

光、音、匂いを使った防除に対しても、危険がないと知られるとすぐに慣れてしまいます。臭いや味による忌避効果は、あくまで一時的なものと考えたほうが良いでしょう。忌避行動が確認されたと思っても、実のところは臆病な性質から普段と違うものを避けていただけで、慣れると全く効果がなくなったというパターンがほとんどです。本質的にイノシシを忌避させるのであれば、イノシシが人間の近くで定住しないようにする環境づくりが重要です。そのためには、以下の対策が挙げられます。

- ・**藪（やぶ）の刈り払い**：農地に接した山裾の藪を刈り払うことにより、イノシシが農地に近づきにくい環境をつくります。
- ・**竹林の整理**：竹林は絶好の隠れ家となり、好物のタケノコもあります。抜き伐りして見通しを良くし、人里近くにイノシシが定住することを防ぎます。

- ・**不要な農作物等の適切な処分**：放置された農作物や果実、生ゴミ等はイノシシを誘因します。
- ・**適切な防護柵の設置**：農地等にイノシシが入らないように、物理的な防衛ラインを設置します。身体能力や行動を考慮した柵の構造が必要です。使用しない電気柵は感電しないものとして学習するため、電線を撤去するよう心がけてください。



文旦畑に設置した電柵

被害を放置すると、イノシシが大胆になっていき、被害エリアが拡大する場合があります。上記の対策を地域全体で取組むこと、そして取組を継続して行うことが大切です。

手軽に健康 手指体操

## 指の付け根ストレッチで心身リフレッシュ

健康生活研究所所長 ● 堤 喜久雄

一年で最も寒さの厳しい時期です。この時期は血管が収縮し、血行が悪くなることで筋肉が硬直するため、気が付かないうちに体が縮こまりがちです。特に外気にさらされる手指は冷えてこわばります。加えてスマートフォンの長時間使用や、片手だけでスマホを操作することで指の関節や腱（けん）に過剰な負荷がかかり、さらに悪循環に陥りがちです。

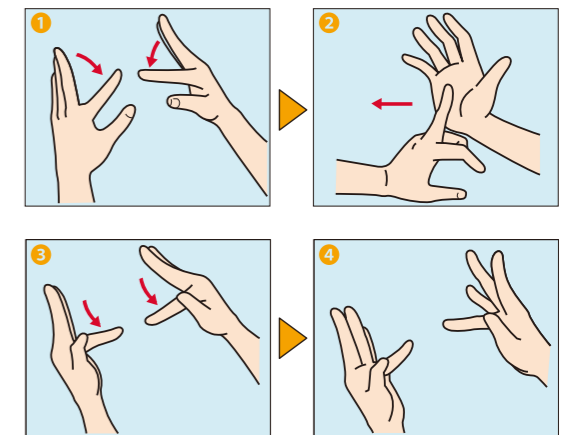
今回は、指の付け根ストレッチに焦点を合わせて、指先の血行を良くして硬直を和らげる動きを紹介します。指先の血行が良くなると全身の血の巡りも良くなります。また、スマホからいったん離れることで気分の切り替えにもなります。どこでもできる簡単な体操なので、気付いたときに行い、習慣にしてくださいね。

### STEP1 基本の動き

- 1 指の外側を伸ばします。親指から小指まで、1本ずつ順に根元から倒します。指が曲がったり、他の指が釣られて倒れないように指の付け根を意識しましょう。
- 2 次に指の内側を伸ばします。左手の指を1本ずつ、右の手のひらに当てながら反らします。小指まで行ったら左右の手を替え、右手の指も同様に1本ずつ反らします。

### STEP2 応用

- 3 両手の親指で人さし指の第2関節辺りを押して倒します。
- 4 人さし指に続き、中指、薬指、小指の順に1本ずつストレッチします。小指まで倒したら人さし指まで同じようにストレッチしながら戻ります。STEP1、STEP2共に3回繰り返してみましょう。



**ポイント** ストレッチは痛みを感じない程度、気持ち良く感じるくらいの力で行います。

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

ニラは大好きでよく食べています。今度専用の香南塩だれでレシピ通り作ってみました。  
(高知市十津 66歳)

▼11月号では、11月12日(いいニラの日)にちなみ、ご当地B級グルメ「香南ニラ塩焼そば」を特集しました。ちなみに、高知県はニラの生産量が日本一です。みなさんはご存じでしたか？ ページ内に大きく写っている焼そばの写真はインパクトがあり、食欲がそそられますよね。  
読者プレゼントの、クロスワードパズルの頭の体操になり、とても良いですね。  
(高知市神田 72歳)

▼いつもご応募ありがとうございます。ちよっとした息抜き・頭の体操として、パズルを楽しんでくださいな。  
居住地は高知市、でも高知県内の別の場所まで農業をしています。組合員にはなれますか？  
(高知市高須 64歳)

▼高知県内にお住まいの方であれば、JA高知県の准組合員にはどなたでも加入することができます。ですが、正組合員になるには農業の従事状況等を確認しなければなりませんので、詳しくはお近くの支所にお気軽にご相談ください。

JA高知県のホームページでも、詳細を確認できます。



特別賞受賞は凄いですね！「みもり」賞えました！  
(高知市青柳 82歳)

▼JA高知県トップニュースでは、オランダで開催された国際園芸博覧会で土佐町・上田さんのユリ「みもり」が特別賞に輝いたことをお伝えしました。嶺北地域が世界で唯一の産地である「みもり」が、高知の花の魅力を発信できる存在になったのではないかと感じます。  
お芋もカボチャも梨も、いろんなものがある季節を迎えて、私のおなかも豊作です。  
(高知市東秦泉寺 38歳)

▼みなさんは「食欲の秋」を楽しみましたか？ 私も目一杯楽しんで、おなかも豊作になりました。(笑)  
いつも楽しく読んでいます。「うちんくの台所」は参考にさせて頂いています。今月号のメニューも早速作ってみたいと思います。  
(春野町秋山 45歳)

▼いつも「うちんくの台所」を読んでくれてありがとうございます。四万十地区松葉川女性部の皆さんが2品紹介してくれました。寒い日が続きますので、温かい「カボチャのスープ」を作ってみてください。

今月の川柳

ペンを鎌 無事に育てと 見守る夫  
(春野町西畑・74歳)

## 【連絡先一覧表】

### 高知地区（春野町）

企画組合員課 894-3033

はるちゃんのアイス屋 894-2760

### 春野支所

信用課 894-2203

共済課 894-3304

共済普及課 894-3309

### 他組織・子会社等

高知中央サービスセンター (事故処理) 821-6015

(株)JAエナジーこうち 春野給油所 828-6212

ルミエールはるの (フリーダイヤル24時間) 0800-200-5911

春野農機センター 894-5290

### 春野営農経済センター

購買課 828-6111

Aコープはるの直販所「春の里」 894-2225

重油係 828-6115

ビニール加工場 894-4264

経済渉外課 828-6111

JAグリーンはるの店 828-6161

配送部門 828-6113

販売課 894-2222

営農指導課 894-5660