

幡多地区管内より

女性部幡多地区が 料理教室開催

JAグリーン四万十店2階の調理室で8月25日、女性部幡多地区による料理教室を開きました。19人が集まり、嬉しいことにご夫婦での参加もありました。メニューは「揚げカボチャの甘酢炒め」、「ナスとタコの甘酢ソースかけ」、「コマツナのからし和え」、「トマトとグリーンピースの卵汁」、「なすのゼリー」の5品。いずれも『家の光』に掲載されていたものを採用しました。出来上がった料理はみんなで食べ、味つけや色、作り方について話し楽しい時間を過ごしました。



ナスフェスを盛り上げました!

西土佐中学校
左から 堀内 鼓太郎さん
中野 拓真さん
岡村 芭瑠さん

所属する部活の違う3人。8月6日は一緒に来場者をお出迎えました。手作りの地図を貼り、「どちらから来ましたか」と聞きながら地図に印をつけていました。

また、2階に設置した米ナスのデコレーションは生徒らが企画。目や鼻などのパーツをシールに描き貼ると…ユニークでかわいらしい、さまざまな表情の米ナスの出来上がり。参加した来場者は「目ヂカラを強くしよう」など楽しんでいました。

西土佐支所管内より



幡多地区から 今月の○○気になる人

幡多地区管内より

夏休みの宿題応援企画! 女性部幡多地区が ちやぐりんフェスタ開催

女性部幡多地区は8月4日、小学生の夏休みの課題に多い工作を応援しようとちやぐりんフェスタを開きました。全学年対象にし、17人が参加しました。家の光協会発行の『ちやぐりん』から3種類の工作を採用。

友達同士で、また親子で参加し親も含め全員が制作。子どもたちはカッターナイフを使って上手に切ったり思いのままに色を塗ったりしながら楽しみました。

その他、工作を始める前に、同雑誌に掲載の「ミルクもち」を作って冷やしており、工作が終わった頃は食べごろで、みんなで食べ楽しい時間を共有しました。



仕事も楽しみもどちらも大切 吉名 愛子さん(80歳)

三崎支所管内でシントウを栽培している吉名さん。結婚を機にシントウ農家を継いで約45年になります。また、16年にわたり同支所シントウ部会の部長も務めました。当初は400本栽培していましたが現在は4アールに200本、水稻を約3ヘクタール、他にもオクラや葉ゴボウも栽培しています。

「シントウの収穫はお義姉さんが自分の事のように手伝ってくれるので助かります。主人は草刈りをしてくれる」と感謝していました。また、馴染みのお店で毎朝のモーニングをするのも日課。「仕事だけじゃいかん。どんなに忙しくてもモーニングをする。それが楽しみ」と笑顔で話しました。

三崎支所管内より



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！



上手に巻き寿司を作りました。

1 幡多地区

郷土料理「皿鉢」作りに挑戦！ 第16期 あぐりスクール

幡多地区本部は食農教育の一環として8月18日、あぐりスクールを開きました。親子等合わせて15人が参加。「地元の野菜を使って郷土料理「皿鉢」を作ろう」と題し、参加した児童1人につき皿鉢を1枚用意。サラダ巻きと玉子巻き、エビフライや肉入り野菜炒めなどのおかず3品を作りました。全員が全ての工程を体験できるようにし、皆で全員分の調理をしました。

また、JAグリーン四万十店で各自が好みの食材を調達し自由に調理をしたり果物を添え皿鉢料理に加えました。ルールに縛られない皿鉢の特長を活かし盛り付けも自由。祖母や父親、母親らと一緒に作りオリジナル皿鉢料理が完成しました。



参加した子どもは「みんなと一緒にできて楽しかったし、いろいろな料理を作れて勉強になった」と嬉しそうに話しました。出来上がった皿鉢は各家庭で味わえるよう持ち帰りました。

5 幡多地区 令和5園芸年度各生産部会が総会を開催



議案について承認する部員のみなさん。

大方支所園芸部会は8月22日、総会を開き部員や関係機関、JAなど約60人が参加しました。令和5園芸年度の事業報告、次年度の事業計画が報告され承認を得ました。出席した部員からは、県域JAのメリット発揮のため、出荷資材や手数料を県下で一律にすべきなどの意見が出ました。

3 中村支所 テレビ放送でしまんと農法米PR 店頭で新米キャンペーン



YouTubeの「JAグループ高知」チャンネルでもご覧になれます。

高知放送「こちゅー」の番組内「ちゃがまらんの突撃！高知のあぐりマルシェ」のコーナーでJAグリーン四万十店としまんと農法が紹介されました。放送内容は高知で活躍するユニチューバー「ちやがまらん」が店内を回り商品を物色したり、店長とのやりとりや田んぼで生産者の田邊真司さんと交流も。しまんと農法とは何か、その目的などをアピールしました。

4 高西・幡多地区 ニラ安定生産へ新たな集出荷場始動



玉串奉奠をする武政部会長。

8月4日、高西地区はニラの集出荷場として稼働を始めた「四万十野菜集出荷場」で内覧会と竣工式を行いました。

この集出荷施設は高西地区と幡多地区の主要品目であるニラを、将来にわたり安定的に生産・出荷するための施設として建設され、当JAで進めている集出荷場の再編構想に基づいて整備した。県下第1号の施設です。受益地域は二地区をまたぎ、そぐり調整作業を佐賀集出荷場で行い、当出荷施設では計量・結束・包装作業並びに出荷調整機能を備えた近代的な施設として完成しました。佐賀支所ニラ部会武政正男部会長は「幡多では既にそぐりから包装まで出荷作業が完了していたので不安はある」としながらも長きにわたって運営していく出荷施設に期待を寄せました。

6 西土佐支所 ドローンで農薬散布 水稲で初の受託作業



ドローンの飛行や散布具合を観察しています。

はた農経済センター購買課は西土佐支所管内で8月21日、初めて水稲栽培でのドローンによる農薬散布受託作業を行いました。

使用したのは入交アグリ株式会社から取り扱うXAG社の完全自動散布ドローンP30で農薬用AIを搭載しています。位置情報システムはセンチメートル単位の高精度。54アルを栽培する田中義造さんのほ場で、いもち病、紋枯れ病、害虫対策の農薬「アミスターレボシロアブル」をドローン散布用に8倍に希釈。6ほ場での作業時間は農薬の補充も含め20分程度で完了しました。田中さんは「いつもは動力噴霧機で1時間以上かけて散布している。スマート農業へ切り替えば時間短縮で他の管理ができる。この散布でどれ程効果がよく見えてほしい」と話しました。防除後にはトンボが騒ぎ始めました。



米ナスのデコレーション、ナスジャムの試食など地元の中高生が活躍。米ナスと鮎のピザも好評でした。

2 西土佐支所

地域全体で盛り上げたナスフェス

西土佐支所の米ナス部会、小ナス部会、いごっそうなす研究会は「社」アツいまちと協力し8月6日、道の駅「よつて西土佐」にてナスフェスを開きました。県内外から観光客が集まる道の駅で、同地域がナスの産地であることをもってアピールしようと毎年行っています。

米ナスや小ナス、いごっそうなすの直売の他、今年は米ナスで商品開発に取り組む地元の高校生が、「社」アツいまちと協力しナスジャムを試作。来場者に試食してもらい味の感想などのアンケート調査をしました。試行錯誤しながら

生徒自身が試作まで仕上げたジャムは大変好評でした。生徒は「甘さの加減が難しかった」と話していました。

また、地元中学生による米ナスのデコレーションは体験型で、シールに目や鼻、口などのパーツやサングラス、眼鏡を描いて米ナスに貼ります。さまざまな表情でユニークな作品ができました。体験してもらうには生徒たち自身が、来場者に声を掛けブースに来てもらう必要がありますが、生徒たちは一生懸命に子ども連れの観光客らにむけ声を掛けアピールしていました。

初心者（家庭菜園）向け
ソラマメ



栽培のポイント

- 種まき、苗の植え付けの適期は10～11月です。
- 連作障害が出やすいので、連作を避けましょう（3～4年はあける）
- 深まきせず、おはぐろ（へそ）を斜め下に向けてまきます。
- ウイルス病にかかりやすいので、アブラムシ防除を心がけましょう。
- 茎葉が伸びると倒れやすくなるので、草丈60～70センチメートルに切り詰めます。収量には影響しません。

●:播種 —:生育 ■:収穫

月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
作付け計画										●		

① 畑の準備

- 植えつけの2週間くらい前に畝全体にばらまき、15cmほどの深さに鋤き込みます。
- 直播き、苗の定植の2週間くらい前に千代田化成を1㎡当たり大さじ3杯施し、幅約1mの畝を作る。畝の高さは10～15cmとします。

④ 追肥

- 草丈が20cmほどになる2月中旬に1回目の追肥をします。千代田化成を1株小さじ1～2杯、周辺の用土と軽く混ぜ合わせます。
- 花が咲いて実が成熟するまでに2週間に1回程度追肥をしましょう。

② 播種・定植・間引き

1. 直播き
 - 畝の中央に50cm間隔の一条で点播します。種子はオハグロ部分を斜め下にして播き、薄く覆土したあと軽く手のひらで押さえておきます。
2. 育苗
 - ポリポットに2～3粒、オハグロ部分を斜め下にして2cmほど用土にさし込みます。発芽するまでの間は用土の表面が乾くタイミングで水をこまめに与えます。
 - 本葉が出そろったら生育の良い1本だけ残します。本葉が3～4枚になるまでポットで育てます。
 - 植え付け後は根付くまでたっぷりと水やりを行います。

⑤ 倒伏防止

- 株の両側に2～3m間隔で支柱を立ててテープまたはネットを張り、株を挟み込みます。株を挟む間隔は70cmぐらゐを目安にしましょう。

③ 害虫防除

- アブラムシがつきやすいので、早期発見に努め遅れずに農薬散布をしましょう。アブラムシは様々な病気を運んでくるので注意が必要です。



役立つ！ 得する！ 情報 **えい の う ～**

幡多農業振興センターより

幡多農業振興センター 安田 電話:0880-34-7070

漬物を製造するには営業許可が必要になります！



【なぜ営業許可が必要?】

令和3年6月1日以降、食品衛生法の改正により**漬物の製造は営業許可が必要となりました。**

【いつまでに許可が必要?】

- (1) 令和3年5月31日時点ですでに営業していて、令和6年6月1日以降も継続する場合
令和6年5月31日までに営業許可を取得してください。
- (2) 令和3年6月1日以降に、新たに漬物製造業の営業を開始する場合及び施設を移転する場合
営業開始前に営業許可を取得してください。

【どうやって許可を取得するの?】

- ① 製造施設が施設基準に適合するかを保健所に事前相談
- ② 保健所窓口で許可申請書類を入手（県業務衛生課ホームページ※1でも入手可能）
- ③ 許可申請書類の必要事項を記入し、窓口へ提出（同時に申請手数料の支払いが必要）
- ④ 製造施設の確認検査
- ⑤ 確認検査の結果不備がなければ、おおよそ10日間前後（延びる可能性あり）で許可がおります
- ⑥ 営業許可証は後日許可証交付講習会で交付されます
※システムによりオンライン申請することも可能ですが、手数料の納付については、オンライン化しておりません。

【その他注意する点は?】

- ① 食品衛生責任者を1人設置する必要があります。
→都道府県等が適正と認める「講習会」を受講した者や調理師等の免許を有する者を選任してください。
→「講習会」の詳細については、（一社）高知県食品衛生協会のホームページ※2でご確認ください。
- ② HACCP（ハサップ）に沿った衛生管理を行ってください。
→HACCP（ハサップ）は、一部の方を除き業界団体が作成した「手引書」を参考に進めてください。
→「手引書」については、「HACCPの考え方 手引書」で検索または厚生労働省のホームページ※3でご確認ください。
- ③ 食品営業許可には、許可期限（5～8年間）があります。
期限満了後も営業を継続する場合には、許可を更新する必要があります。



※1 県業務衛生課 HP



※2 県食品衛生協会 HP



※3 厚生労働省 HP

【問い合わせ先】

- 制度の概要について・・・幡多農業振興センター農業改良普及課（担当：安田）
(TEL.0880-34-7070)
- 制度の詳細について・・・幡多福祉保健所衛生環境課（食品担当）
(TEL.0880-34-5119)

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

エコープの商品では、知らないものがたくさんありました。ゼリーの素やむしパンミックスはよく利用して子ども（孫）達によるこぼれます。今度、ほめられ酢を探して購入したいです。

（佐賀支所管内・67歳）

エコープ商品のきゅうり漬の素、ゼリーの素、むしパンミックス使っています。

（佐賀支所管内・59歳）

エコープマーク商品、コーヒーゼリーの素や「さけわかめ」など娘によく送っています。

（十和支所管内・65歳）

▼8月号は、安心・安全がモットーの「エコープマーク品」の人気のある商品を取り上げ紹介しました。ふだん使っている作り方と異なり、「そう使う？」というようなアレンジレシピの掲載もありました。JA購買店舗やグリーン四万十店、宿毛店などに並べていますが、店舗によって入荷する商品が異なりますのでご注意ください。

うちんくの台所で、毎年保存、炒めて食べるイタドリですが、こんな食べ方もあるんですね。次作ります。

（中村支所管内・71歳）

一番にクイズ挑戦。次にうちんくの台所。今月号のスタミナ漬け作りました。家族に喜んでもらい嬉しい一日になりました。

（中村支所管内・84歳）

黒潮町在住なので幡多地区のコーナーをおもしろく拝見しました。うちんくの台所のイタドリのスタミナ漬けもおもしろそうでマネしたいです。

（大方支所管内・36歳）

イタドリを塩つけて冷凍庫に保存しています。他に何か入れて味つけがスタミナになり薬味いっぱい入れるので、夏を乗り切るのにバッチリのスタミナ料理ですね。作り方や味つけの量も書いていてうれしいです。さっそく作り食べたいです。

（三原出張所管内・72歳）

▼恥ずかしながら、今までイタドリを使った料理は、じゃこ天と炒めて甘辛く味付け。この1種類だけでした。「お酒のアテにも最高の一品！」とのこと。必ず作るうと思えます。

稲作を少しですが3反くらい作っております。夫婦とも高齢となり、稲刈りをゆっくり行う為に2年前より南国そだちとコシヒカリを作っております。昨年は稲刈りが1月27日に来た為、7月中旬に南国そだち、コシヒカリは8月始めに稲刈りが楽に出来ました。今年も南国そだちとコシヒカリの稲刈りが2月に入ってから同時に届きました。そのため、南国そだちとコシヒカリをほぼ同時くらいに刈ったせいか疲れが残っています。来年は南国そだちの稲刈りが早く届きます様宜しくお願いします。

（佐賀支所管内・72歳）

▼いつもJAでの稲種のご注文、誠にありがとうございました。各支所に稲種が届き次第すぐに、お渡しまたは配達の手配をし注文いただいた組合員のみなさまにお届けしております。皆さまにはまだかまだかとお待ちいただいております。皆さまにはまだかまだかとお待ちいただいております。誠にありがとうございます。該当部署同、いち早くお届けするよう努めて参ります。何卒、ご了承下さいますようお願い致します。



新刊のお知らせ



●『レンチン薬膳ごはん』
齋藤菜々子 著
定価：1,650円（税込）

「体にいい食事がとりたけれど、作る時間がない」。そんな人におすすめなのが国際中医薬講師の著者が考えた「レンチン薬膳ごはん」。火を使わずに数分間チンするだけでおいしくヘルシーな食事ができあがる。



●『かぞくをつなぐより子さんのレシピ帖』
坂井より子 著
定価：1,870円（税込）

専業主婦歴50年の著者が、家族のために作ってきたレシピを初公開。特別な日のごちそうや子どもが好きな料理、地味だけど味わい深い料理など、次の世代に伝えたい家庭料理と台所仕事を1冊にまとめました。



●『スパイスカレー沼にハマってみたい?』
印度カレー子 著
定価：1,650円（税込）

スパイスカレーをおいしく作るための理論を、SNSでも人気の著者がわかりやすく解説。玉ねぎをしっかりと炒める理由やスパイスを入れるタイミングなど、奥が深い世界を知ればどっぷりハマって抜け出せない！