

こだわりの和菓子をどうぞ

おがさわら たてお
小笠原 健夫さん(53歳)

本町より



天神橋商店街にある昭和24年創業の和菓子店、御菓子司 小笠原の3代目です。生菓子、焼き菓子、団子など30種類ほどを両親と作っています。店頭で販売するほか、とさのさとや空港へも出しています。

米粉や砂糖、あずきなど国産の良質な材料にこだわり、手作りしています。人気のあるのは団子ですね。季節の表情を映した練り切りもおすすめです。

製菓の専門学校で講師をしたり、アグリコレットで和菓子教室を開いています。和菓子に親しむ人が増えるとうれしいです。良いものを作ることにこだわって和菓子作りを続けていきたいですね。

御菓子司 小笠原
高知市本町3丁目4-6
TEL.088-875-2430
営業時間 9:00 ~ 18:30

食育活動も行っています

まさぎ あさこ
正木 朝子さん(73歳)

弘岡下より



弘岡下の女性部に入って約20年、みそや焼肉のタレ作りなどの活動に参加しています。またコシヒカリも約20アール育てているほか、家庭菜園で年間20種類ほどの野菜を主人と一緒に栽培しています。育てた野菜は近所の方々におすそ分けしたり、自分で料理して食べることも好きです。

食生活改善推進協議会に所属し、ボランティアでヘルスメイトとして、地元の小中学生に春野の郷土料理や朝食の大切さなどを伝える食育活動も行っています。少しずつ軽い運動やお庭の草引きをして、笑顔で元気な毎日を過ごしていきたいです。

高知
地区

から こんにちわ
今月の〇〇 気になる人

喜んでもらえるような梨を皆さんに

ひろた よしたか
廣田 至崇さん(69歳)

弘岡下より



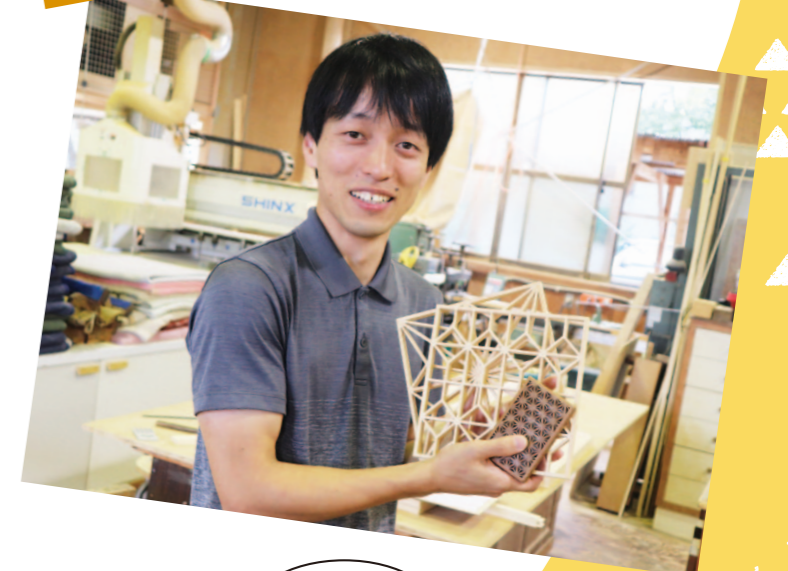
令和5年度
高知県秋季果実展示品評会で
出品した新高梨が
「優良賞」を受賞しました！

中学生の頃から農家の祖父と父の手伝いをし、高校卒業後3代目として家業を継ぎました。梨を育てて50年。現在は豊水・幸水・秋月の早生品種をメインに5品種、約88アール、約500本を栽培しています。剪定作業は、毎年の着果が良くなるようにこだわり、3年先の木の状態を見据えて行っています。1年間世話をしてきた収穫する瞬間が嬉しく、やりがいを感じます。お客さんに喜んでもらえるおいしい梨を目指して育てています。

歴史ある伝統工芸を味わって

いわもと だいすけ
株式会社土佐組子 代表取締役
岩本大輔さん(37歳)

西分より



高校卒業後、建具屋の3代目として家業を手伝い、県外の名工と呼ばれる職人の元で組子の基本を教わりました。地元高知に戻り独学で経験を積んだ後、建築以外で組子の可能性を見出したいと思い、7年前に会社を立ち上げました。製品は、高知県の木を中心に使用し手作業で仕上げた唯一無二のものを提供しています。組子は1300年以上の歴史ある伝統工芸。先人から受け継がれてきたからこそ味わえる美しさを多くの方々に感じて欲しいですね。

今の子供たちが大人になって家を建てる時「組子を入れる」という選択ができるような社会を目指し、全国各地で年齢・性別問わず組子の普及活動を行っています。



HPはコチラ！

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！



第1弾デザインのファイル⑤と第2弾のポスター（土佐弁バージョン）④

1 高知地区 方言で「まずさ」伝えたい 国消国産訴える ポスター&ファイルを作成

JAGグループ高知は9月12日、「国消国産」に対する県民理解を図るため、県独自で「おいしい作物の、まずい話」第2弾となるポスターと第1弾デザインのファイルを作成しました。県内のJA各支所や施設・直販所で掲示するほか、東京・大阪などで市場要請の際に活用し、「国消国産」の意義や農産物の適正な価格形成の実現を訴えます。

ポスターのデザインは、県の代表的な園芸作物であるキュウリとナスが、生産資材高騰などによる生産者の厳しい現状などについて話し合うポップなもの。ファイルには、廃棄される米をアップサイクルして製造された紙素材「komeikami」を使用しています。

JA高知中央会総務企画部の山之内智史次長は「農業現場の厳しい状況を知ってもらうためにも、立ち止まって読んでもらうことが重要。子どもや若い世代にも関心を持ってもらえれば」と話しました。



現地でシミュレーションする職員

2 高知地区 自動車燃料課 「初動対応」に特化した 重油流出対応研修を実施

購買事業本部生活部自動車燃料課は9月12日から14日までの3日間、JAGグループ高知で初となる重油流出対応研修を四万十市・安芸市・高知市の3か所で開きました。ハウス等からの重油流出の際、対応の遅れによる被害拡大を防ぎ、原状回復に係るコストの低減並びに産地への風評被害未然防止が目的です。

研修では、流出時の段階別対応として初動対応・原状回復・保険対応の3つの段階に分けて学習。特に「初動対応」においては、遅れるほど流出域が広がることや「原状回復」に係る費用が膨大になること、産地イメージ低下の防止のため、迅速な対応が求められることを共有しました。

そのほか実際にあるJA施設からの漏洩発生シミュレーションも現地で開催。同課の堀内真課長は「対応の遅れによるリスクを理解し、必要資材の適正配置や事案発生時の役割の明確化など対策を講じ、職員の意識改革につなげたい」と話しました。

3 高知地区 春野支所 4年ぶり年金相談会



相談を受ける社労士と小川さん 写真④

春野支所は9月2日、年金相談会を開きました。新型コロナウイルスの影響もあり、4年ぶりの開催。相談者が支所の担当者と一緒に社会保険労務士に年金制度や受給の手続きなどについての質問や相談を行いました。また、相談前に現在の状況や相談したい内容を「JA年金ご相談うけたまわり票」に記入してもらったことで、相談時のスムーズな対応・状況把握にもつながりました。担当した信用課の小川真由子さんは「社労士の話を聞ける貴重な機会でもあるので、職員のスキルアップにもなれば」と話しました。

4 高知地区 女性部・青壮年部と共に前へ 組合員組織と対話集会



挨拶する秦泉寺組合長

JA高知県は9月5日、常勤役員と女性部・青壮年部との対話集会を高知市で開催しました。女性部の宮地幸部長や青壮年部の森田修平部長、秦泉寺雅一組合長ら56人が出席。また今回は初めて、安芸・れいほく・春野地区のフレッシュミズ部会長も出席しました。

秦泉寺組合長は「組合員・地域の皆様と共に良い未来を作る信念のもと、女性部・青壮年部と忌憚りの無い意見交換をすることで、JAと一緒に進める会にしたい」とあいさつしました。JAと両組織は、組合員から寄せられたJA経営・運営や営農指導事業など各事業に関する意見・要望について意見交換を行いました。

5 高知地区 みょうがプレゼント キャンペーン抽選会・高知県3JA



抽選するJA職員と生産者ら

JA高知県とJA土佐くろしお、JA高知市は9月21日、高知市のJA高知県営農販売事業本部で、「みょうがプレゼントキャンペーン」の抽選会を開きました。キャンペーンは今年5月から8月末まで全国で展開し、応募総数は15万629通。ハガキにはミョウガへの思いや料理方法など様々な意見が寄せられました。

JA高知県四万十ハウスミョウガ部会の中嶋崇部会長は「全国の方々がおいしくミョウガを食べてくれていると感じた。週に何回も購入するなどの意見もあり、生産者にとってこれ以上嬉しいことはない」と話しました。

6 高知地区 胡瓜部会若手育成会 新会長に片山さん選任



昨年度の事業報告を行うJA職員

春野営農経済センター春野胡瓜部会は9月22日、2024年度第1回若手育成会を同センター内で開きました。昨年度の活動・販売状況の報告や今年度の事業計画の共有、役員改選などを行いました。

職員から、過去数年間の出荷量や販売単価などのデータを用いた報告のあと、今後の活動方針などについて質疑応答も行われました。役員改選では、会長に片山祥寿さん、副会長に川島寛明さんが新たに選任されました。

新会長の片山さんは「部会の先輩方と協力しつつ活動を企画・視覚化し、部会全体で共有できるような組織にしていきたい」と意気込みを話しました。

高知農業改良普及所より

果樹の整枝・せん定について

1. 整枝とは？ / せん定とは？

何気なく使っている「整枝」、「せん定」という言葉には以下のような意味があります。

- 整枝：枝の誘引や樹形を整えること
- せん定：枝を切ること

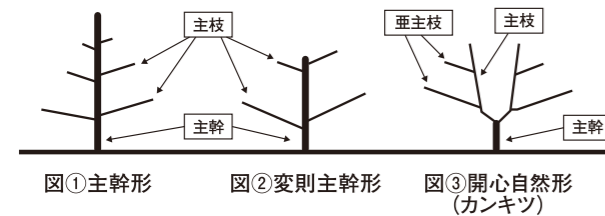
2. 整枝・せん定の目的

整枝・せん定の目的を考えることで、どのような樹を目指すべきかが決まってきます。例えば、せん定の目的には以下のようなものがあげられます。

- ①樹の生育、結実を考え、高品質になるよう整える
- ②作業性が良くなるよう整える
- ③日光が行き渡るよう整える
- ④防除薬剤がかかりやすいよう整える、病虫害のついている枝を取り除く

3. 樹形の種類

立木で栽培する果樹の主な樹形については以下のとおりです。



- ①主幹形：クリスマスツリーの様に主幹が中央にまっすぐ立っている樹形です。カキやクリなどで幼木期に用い、樹が大きくなり作業性や光の透過が悪くなると、変則主幹形や開心自然形に移行します。
- ②変則主幹形：主幹形から主枝が十分に広がれば、主幹を2～3mの高さにある主枝との分岐で切り下げ、主枝を3～4本配置する樹形で、カキやクリなどで用いられます。
- ③開心自然形：モモ、ウメ、スモモ、カンキツなどで用います。図③はカンキツの開心自然形で、例えば、ユズの場合、主幹は20～30cmとし、主枝は3～4本立てます。

4. せん定の種類

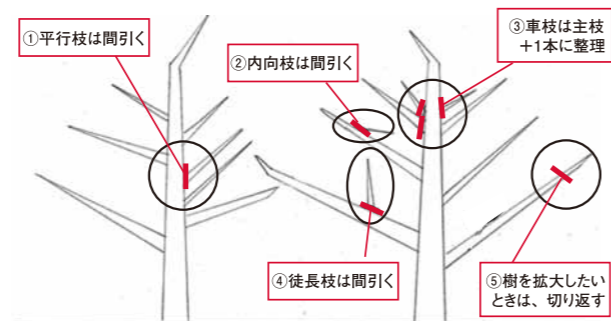
せん定には大別すれば、切り返しせん定と間引きせん定とがあり、これら2つを組み合わせで行います。

- 切り返しせん定：①主枝など骨格になる枝を伸ばすとき、②樹勢を回復したいとき など
- 間引きせん定：①光が届くよう混んでいる枝を除く、②残したい枝と競合する枝を除く など

5. せん定の時期

せん定は樹体への悪影響を避けるため、冬～樹液の流動が始まる前（春）までに行います。

6. せん定の進め方



- 枝の込み入ったところは、間引きせん定
 - ①平行枝（同じ方向に近い場所から発生している枝）
 - ②内向枝（主幹の方向に向かっている枝）
 - ③車枝（1か所で3本以上分岐している枝）
 - ④徒長枝（長すぎる当年枝）
- 樹を拡大したい場合は、切り返しせん定
 - ⑤伸ばしたい芽が残るように切る

はさみを使うときのワンポイント

ちょっと太い枝を切るには、はさみを持っていない方の手で切る枝を持ち、切り口がどんどん広がる方向に枝を押すと楽に切ることができます。一度お試しください。



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)



春野営農経済センターからのお知らせ

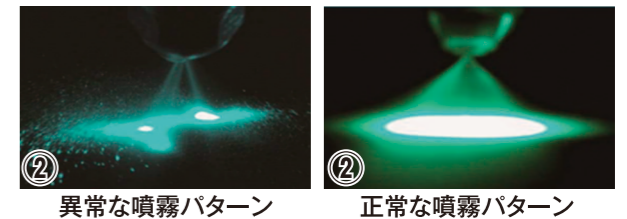
高知地区 JA高知県春野営農経済センター
電話:088-894-5660 (営農指導課)

“加温燃料費の節減”のための対策はお済みですか？

温室ハウスの保温効果を高めることは加温燃料費削減のための重要なポイントとなります。厳寒期を迎える前に、しっかりと保温効果を高める準備をしておき、加温燃料費の節減に取り組みましょう。

対策のポイント

- ①ハウスの保温性向上
保温効果を高めるには、被覆面に隙間を作らないことが重要です。ハウス内の熱の逃げやすい箇所の点検を行い厳寒期を迎える前に保温対策を済ませておきましょう。
- ②バーナーノズルの交換
燃料噴射ノズルは高圧で噴霧するため、使用とともに摩耗します。摩耗が進むと燃焼状態が悪化し燃料が余分に必要となるため、定期的にノズル交換を行いましょう。



私の食育日記

子どもが大好きサツマイモ

食育インストラクター●岡村麻純

待ちに待ったサツマイモの季節が来ました。寒くなるこの季節、子どもたちには風邪予防にたくさんの野菜を食べてほしいけれど、食の嗜好(しこう)がまったく違う子ども2人が共通して喜ぶ野菜はなかなかありません。そんな中、2人とも大好きなのがサツマイモです。どんなに時間がなくても1食に1品は野菜を入れるよう心がけているわが家では、サツマイモが大活躍です。

サツマイモの主成分の3割は炭水化物です。その炭水化物のうち多くはでんぷんですが、スクロースやグルコース、フルクトースも含まれるため、他の芋類より甘味が強く、乳幼児期にはおやつ定番でした。炭水化物が多いことから、サツマイモはエネルギー源としての役割が強い印象ですが、野菜としての栄養もしっかりと含まれています。

サツマイモは芋類の中でビタミンCが豊富です。通常、ビタミンCは熱に弱く、生で食べる野菜での摂取が中心ですが、サツマイモのビタミンCはでんぷんに守られることで加熱しても失われにくいことが分かっています。焼き芋の皮なし100gに含まれるビタミンCは23mg。これは、おおよそですが、焼き芋1本に、幼児が1日に必要なビタミンCが含まれていると考えられます。ちなみに5歳の娘の場合、サツマイモ半分はべろりと食べてしまいますが、同じぐらいのビタミンCを取るためにピーマン1個を食べさせるのは至難の業なため、母としても大助かりです。

他にも、サツマイモには食物繊維が多いため、便秘改善効果もあります。また、ビタミンEが含まれ、紫芋にはアントシアニン、安納芋など黄色いサツマイモにはカロテンが含まれるため、病気や老化を防ぐ抗酸化作用があることが分かっています。

サツマイモの季節、子どもたちはたくさんの品種のサツマイモを焼いたり蒸したりして、味比べを楽しんでいます。2人はやはり、好みのサツマイモもまったく違うようです。



岡村 麻純 (おかむら ますみ) タレント、食育インストラクター。お茶の水女子大学食物科学講座卒業。大学では食育をテーマに研究。現在は男女2児の母。

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

以前とさのさとでまな板を購入しました。作っている方のお顔が拝見できて嬉しく思いました。

(高知市東秦泉寺 35歳)

▼9月号の「高知地区からこんにちは」では、高知県産のヒノキを使った木工品をさのさとに出荷している職人さんを紹介しました。まな板の他にも、木のおもちゃなども制作しており、作れるものの幅も広がっているとのこと。電話やハガキ、そのほか直接工場まで来て「気に入った」と声を掛けてくれるお客さんが居ても嬉しい、と取材中笑顔で話してくれました。

「適正な残液処理」の記事、農業を知らない者にとって「そんな問題もあるのか」と知ることができた。

(高知市一宮東町 75歳)

▼「えいのう」では、高知農業改良普及所より農薬の残液処理についてお知らせしました。万が「何かお困りのことがあれば、市町村またはお近くのJA・普及所にご連絡ください。

家の光三誌、懐かしい。母が読んでいたのを思い出しました。読んでみたいですね。

(春野町弘岡下 75歳)

▼特集2では、「家の光三誌」の読みどころ。記事作りのポイント・雑誌の活用のねらいなどを各編集長がご紹介。三誌それぞれに特徴があり、暮らしや生活に役立つ情報誌です。購読の申し込みは、お近くの支所窓口にお越しください。

レシピが毎月楽しみです。いつも参考にしています。

(高知市葛島 69歳)

▼うちんくの台所では、コスモス地区吾川支部の女性部さんが「鮎寿司」「ぜんまいの白和え」を紹介してくれました。鮎寿司の写真の豪快さに驚いた方や、乾燥ぜんまいの戻し方を知ることができた、などいろいろなご意見がありました。毎月人気のコーナーです。

ローストビーフ丼や海鮮丼、ランチなど一度食べに行ってみたいです。

(高知市十津 67歳)

▼「コチットのイチオシ！」では、本山町「いち松」のランチメニュー、ローストビーフ丼を紹介しました。1日5〜6食限定なので、事前に電話予約がオススメです。ご飯が見えなくなるほど敷き詰められたローストビーフに温泉卵、写真を見るだけでおなかがいきてきました。

県の取り組みやイベント情報を知ることができるので、楽しく読んでいます。職場では高齢の方が多いので、話のきっかけにもなっています。

(高知市塚ノ原 45歳)

▼こうぐりが話のタネになれてとても嬉しいです。これからも組合員・地域の皆さんに楽しんでいただける広報誌になるように頑張っていきますので、応援よろしくお願います！

【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