



趣味はゲーム! お父さんの作業も手伝うしっかり者

森田 龍正くん(11歳)
修平さん(44歳)

ゲームがとても大好きな龍正君。お父さんの修平さんはお祖父さんの後を継ぎ、北原地区の60アールの土地で露地の土佐文旦を栽培しています。

龍正君に「お父さんの好きなところは?」と訊くと、「穏やかなところ」と教えてくれました。お父さんのお手伝いをして貯めたバイト代で、中古のノートパソコンを買いたいそうです。

「将来は勉強もできて、お金に困らないような大人になりたい」という考えを持つ龍正君。今年、年男です♪

母とは大の仲良し!!

田上 莉子さん(17歳)
沙織さん(53歳)

莉子さんは、まるい生姜部会長・田上和久さんのご長女。現在、土佐女子高校の2年生。お母さんの沙織さんとは友達みたいにとっても仲良し! お母さんとは何でも話すそうです。

高校3年生を送る予餞会で、歌手Adoの「唱」を一人で熱唱するという度胸の持ち主。リクエストすると、歌を聞かせてくれました。将来は「海洋の研究をしたい」と夢を語ってくれました。

伊野支所管内より



伊野支所管内より

左:沙織さん 右:莉子さん
推しの漫画
「魔界の主役は我々だ!」
と一緒に。

莉子さんが
描いたイラスト

仁淀川
地区 から こんにちは
今月の こく 気になる人

新婚ほやはや♡

農園が繋いだご縁

(左) 西森 真悟さん(36歳)
(右) 孝子さん(36歳)

中南米でバックパッカーをしていたという新潟出身の孝子さん。コロナの影響で海外渡航できない時に四国へ行ってみたいと思い、高知県へ。越知町の岡林農園で5ヶ月間住み込みの仕事をしていたところ、真悟さんと出会い昨年結婚。現在は、仁淀川町長者で学童の仕事をしています。

真悟さんはユズや栗を栽培し、(株)フードプランや直売所へ出荷している農家さん。趣味はトレイルランニングという、山道を走るスポーツで、達成感があるのが良いそうです。取材した時も「これから熊本県で行われる大会へ行つきます」と教えてくれました。



レタスが大好きな やんちゃぼうず!!

トラくん(オス・茶トラ・7歳)
飼い主:片岡 政幸さん
眞美さん

きっかけは7年前の台風の前のこと。政幸さんが仕事帰りの山道で、雨の中をヨチヨチ歩いていた子猫のトラくんに出会い、かわいそうに思い連れて帰ったそうです。

性格はやんちゃで甘えん坊。立派な髭がご自慢です。

好きな食べ物はなんとレタスだというトラくん!

これからもいっぱい食べて、いっぱい寝て、元気で長生きしてね♪

越知支所管内より



5 組織活動 彩りと香りで癒しを キャンドルづくりを実施



溶かした蠟に押し花でデザインする部員ら

女性部土佐市地区戸波支部は12月7日、土佐市でキャンドルづくりの講座を開きました。講師にphyto-lab. の藤岡さわさんを招き、キャンドルづくりをしました。好きな香油や押し花を選び、デザインして、オリジナルのキャンドルとアロマワックスサシェの2種類を作成しました。部員らは「溶かした蠟に思つた通りにデザインするのが難しかった」「癒しの時間になつて心が潤つた」「かわいらしく仕上がりで飾るのが楽しみ」などと喜びました。

6 組織活動 クリスマスにもお正月にも フラワーアレンジメント講座



華やかなアレンジメントに仕上がりました

女性部土佐市地区高岡支部は12月22日、土佐市でフラワー アレンジメントの講座を開き、20人が参加しました。講師に蓮池支部の松本桜祐嘆さんを招き、ブルーアイスやカスミソウをベースに、バラやグロリオサなどを生けて華やかに仕上げました。松本さんは「ナンテンや千両などを足すと、お正月アレンジになるので、長く楽しんで」とアドバイスしました。部員らは「同じ花材なのにそれぞれ違った仕上がりで面白い」と喜びました。

3 組織活動 助けあいセミナー 認知症の知識を学ぶ



講師の説明を熱心に聞く部員ら

女性部コスモス地区は12月1日、助けあいセミナーを開催し、26人が参加しました。第2回となる今回、講師に高知赤十字病院認定看護師を招き、「認知症の基本、接し方」について学びました。「認知症をあらためて聞き、理解していくつもりでもなかなか大変だなあ、明日は我が身と日々気をつけようと思った」と話す部員もいました。講演の後は、チラシを使って肩たたき棒を作成しました。

4 スクール ライフスクール キムチ作り教室 開催



講師の説明に耳を傾ける参加者ら

あぐりライフスクール佐川会場は12月8日、佐川町健康福祉センター「かわせみ」でキムチ作り教室を開催しました。講師には、本場韓国へキムチ作りを習いに行った片岡井久美さんを招き、女性部員を含む20人が参加しました。直販所に貼つてあるチラシを見て友人を誘い、参加したという地域おこし協力隊員は「ずっと前からキムチ作りを体験してみたかった」と喜び、女性部員らは手についた唐辛子を見て「思ったよりヒリヒリしないね」と話していました。

Monthly Topics

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！



ラージボール卓球を楽しむ参加者ら

1 信用

仁淀川地区年金友の会 ラージボール卓球大会 開催

佐川支所苺部会は12月12日、圃場巡回と出荷目慣らし会を開催しました。当日は部会員とJA職員、量販店の担当者、市場の関係者を含め30人が参加。黒岩地区の畠亨さん、小松謙太郎さん、徳弘跳一郎さんの圃場を巡回しました。それぞれの圃場では、定植日や栽培中の作業、収穫時期についての説明があり、意見交換も行いました。

圃場巡回後には目慣らし会を開催。出荷規格に伴うパック詰めも行いました。出荷規格に伴うパック詰めは、昨年12月の甚大な雪害から約1年が経ち、完全復興とは言えないので、収穫に遭ぎつけた佐川支所苺部会。部会員が丹精込めて栽培した「さかわいちご（ゆめのか）」は県内のサンマートで販売しています。

仁淀川地区年金友の会は12月10日、佐川町文化センターで第2回ラージボール卓球大会を開催しました。当時はJA職員を含めた24組48人が参加。JA職員に誘われて参加したという、矢代安治さんは「身体を動かすことが大事、年寄りだからと甘えたりはいかん」と試合前に意気込みを語ってくれました。

世話役の佐川町さくらスポーツクラブの理事・和田孝平さんは「今日は行くところがあることと、今日は私が身と日々気をつけようと思った」と話す部員もいました。試合は4ブロックでのリーグ戦の後、上位2チームによるトーナメント戦を行い、佐川支所管内の大原幸壽さん・楠輝美さんペアが優勝しました。

</div

えいのう～

春まきキャベツ 育苗管理が肝心

あなたもチャレンジ！ 家庭菜園

※関東南部以西の平坦地を基準に記事を作成しています。

園芸研究家・成松次郎



キヤベツなどのアブラナ科野菜は夏まき栽培が一般的です。しかし、低温期に種まきをする春まき栽培では、早期に花茎が伸びて収穫できないことがあります。適切な品種を選び、苗作りでの温度管理を上手にすれば、初夏に収穫する作型を成功させることができます。

【品種】とう立ちしにくい晩抽性と収穫期の高温を避けられる早生性を兼ね備えた品種を選びましょう。

柔らかくジューシーな春系の「春波」(タキイ種苗、「中早生二号」(サカタのタネ)などがお薦めです。

【苗作り】発芽温度は、おおむね5~35度で、適温は20~25度です。その後の温度は、日中15~20度、夜間5~10度を確保します。そのため、トンネル内に温床マットなどで温床を作り、最低10度を目安に加温します。

【畑の準備】畑1平方m当たり苦土石灰100g程度をまいて、よく土を耕します。畠幅70~80cm、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり堆肥1kgと化成肥料(NPK各成分10%)100gを施し、土とよく混ぜて畠を立てます(図3)。

【植え付け】時期はソメイヨシノが開花する頃(気温10度以上)に、株間40cmに植え付けます(図4)。

【追肥】結球期まで肥効が残らないように、定植後2週間程度で株の周りに化成肥料を1株当たり10gくらいまいて、株元に土寄せします。

【病害虫の防除】気温が上がるとアオムシ、コナガの発生が多くなるので、BT剤などで防除します。

【収穫】球が固く締まる前に早めに収穫します(図5)。



栽培カレンダー (春まきキャベツ)						
	1	2	3	4	5	6
冷涼地	●	-	-	-	▲	■
中間地	-	●	-	▲	-	■
暖地	-	●	-	▲	-	■

●種まき - 苗作り ▲植え付け ■生育 ■収穫



にんじんとツナのカップ寿司

<材料> (6~7人分)
 ・米…3カップ・水…3カップ・塩…小さじ1/2・にんじん…1本半
 ・ツナ缶…1缶・プロセスチーズ(1cm厚さ)…60g
 ・卵…2個・コーン缶…70g・さやえんどう…適量

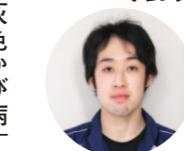
<合わせ酢> 砂糖…大さじ4・塩…小さじ1/2・エーコープ食酢または米酢…1/2カップ

<作り方> ①米を洗い、水を加え30分以上おいて炊く。にんじんは皮をむき、1本をせん切りにする。塩もみをして、しなりしたら水気をきる。
 ②残りのにんじんは輪切りにして、好みの型で抜き、熱湯で茹でて水気をきる。ツナ缶は汁をきり粗くほぐす。コーン缶の水気をきる。
 ③プロセスチーズは1cmの角切り。卵は砂糖・塩で味付けし錦糸卵にする。
 ④ご飯が抜けたら合わせ酢を混ぜてすし酢をつくる。すし飯の粗熱がとれたらにんじん等を盛り付ける。

<コツ・ポイント> その他にもスマートサーモン、えび、いくら、鶏そぼろ、まぐろ、鮭フレーク、青じそ等がトッピングとして合いますよ。



冬季のトマト栽培の注意点 灰色かび病



営農指導員
岡林 隼平

冬季以降のトマト栽培において問題となってくる病害として、「灰色かび病」や「葉かび病」があります。今回は、「灰色かび病」について紹介します。

発生しやすい条件

外気温が低くなる11月～4月頃にかけて発生しやすくなります。ハウス栽培では夜間の冷え込みを恐れて密閉しがちとなってしまいますが、その際20℃くらいで室温も低く多湿になります。朝夕の急激な冷え込みは、病気の発生を著しく助長する傾向があります。

① 果実・花弁・葉・葉柄・茎などの被害部表面に灰白色のカビを密生させる。

② 発生が著しい施設栽培では、緑色の果実に2~3ミリのゴーストスポットと呼ばれる白いリング状の病斑を生じることもある。

対策のポイント

ポイントは「温度」と「湿度」の管理です。低温にならないように保温に努め、多湿にならないように、日中高温のときは積極的に換気を行い、ハウス内の水分除去に努めましょう。(プロアーやコンプレッサーによる花粉の吹き飛ばしも有効です)。



実際にかびがついている様子。
早めに取り除く方が良い



葉にかびの胞子がついている様子
(茶色い部分)

※画像はJA版農業電子図書館参照

生育障害について 生育障害について



営農指導員
寺田 広貴

厳寒期を抜け、温かくなる季節の変わり目。ハウス栽培では一気に温度が高くなり環境の変化に伴い様々な障害が発生しやすくなっています。ハウス内でこれから発生しやすくなる症状を紹介します。

① 果実への被害

ハウスでは急激な温度変化が起こりやすく、葉や果実に日光が当たる局所的に高温になることがあります。その際、特に果実への被害が発生しやすくなります。トマトの裂果(ナス・きゅうり・ピーマン等の日焼け実)、強日射によって果实温度が急激に高まり、果実に結露が発生することで助長します。特に曇雨天の後に晴天になったときは、急激な温度上昇によって果実に結露が発生しやすく、被害が大きくなるので注意が必要です。対策としては、曇雨天時は加温や循環扇を使用し蒸れるのを少なくし、曇雨天日後の晴天日の早朝は早めのかん水や通路散水で急激な温度上昇を防ぎましょう。

② カルシウム不足

トマトやピーマンの下底部の変色(尻腐れ)、レタスのチップバーンとして症状が現れてくると植物内でカルシウム分配が少ない可能性があります。カルシウム不足の要因は様々ですが、日射量が強まる時期では過剰な蒸散によつても発

生します。これはカルシウムが植物体内の水の流れに大きく左右され特定箇所に移動しにくい(蒸散量の少ない果実や若い葉)ためです。症状が果実に出てからでは遅いので早めにカルシウム資材を施肥するなど対応して気を付けましょう。

③ センチュウ被害

施設栽培では冬季でも増殖に好条件のため発生しやすいですが、地温が高くなることでさらに繁殖が旺盛になり、密度が高まります。ナス科で被害が多い青枯れ病菌等も根の傷から侵入しますので抑えるには密度を減らすことが重要です。発生が認められたら必ず作終わりの耕種的防除に取り組みましょう。また、作中に定期的に土壤のpH、EC検査をしている方は、根量調査と合わせてセンチュウ調査も行うことで早期発見につながります。

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

本当に高知ってユズの加工品が多いんだね！アレもコレも買って友達に送りたくなります!! パズルはついついやりたくないなります。

(戸波支所管内・Mさん71歳)

大好きなユズの加工品の種類の多さにおどろいています。「とさのさと AGR-1コレットへ行ってぜひひぜひまだ食べたことのないお品を買って貰いたいと思いました。たのしく12月号こうぐりを見ました。」

(新居支所管内・Tさん71歳)

ユズの加工品が多いですね。柚子胡椒結構好きです。

(伊野支所管内・Mさん71歳)

「ユズ」高知の山間部をドライブするとあちこちにユズの木があり、空家の庭やら畠に実がついたまま…もったいない事です。北川村の中岡慎太郎館に行つた時はユズを収穫していく辺り一面、それは、それは、いい匂いがしていました♪(越知支所管内・Mさん64歳)

ユズの香りは何ともいえない良い香りですね。

(土佐市支所管内・Nさん66歳)

野菜づくりがなかなかうまくいきません。「失敗は成功のもと」だけれど…葉二二ヶは育つてます。ヌタを作つて釣つた魚をおいしくいただくことが楽しみです。

(土佐市支所管内・Nさん66歳)

▼高知県人はブリにヌタを付けて食べますよね。県外では珍しいようです。

(吉川支所管内・Kさん78歳)

「和菓子處おおいし」さんのきれいな素晴らしい和菓子にとても癒されました!! 花のある暮らしのページもとても好きです!! ユズの加工品いつも使用しています。

(伊野支所管内・Yさん58歳)

おおいしさのお菓子は見て良し、食べて良しどすね!

亡き父が裏の畑に植えたユズの木に20個程ユズの実が結びました。愛らしいです♡(伊野支所管内・Yさん58歳)

▼お父さんが残してくれた毎年楽しめる遺産ですね。

▲

(土佐市支所管内・Oさん48歳)

そんな風に感じていただけると嬉しいです。

来年も沢山美味しいものを食べてくださいね！

これからも女性部レシピ、それぞれの地区の美味しいものを紹介していくだけなら楽しみです。こうぐらム！ #46 素敵な写真いいですね!!

今年も柚子を主人が収穫したので、ジャム用に分けてもらいました。

みのり保育園にあさこはんまんが来ててくれました。ユズの良い香り…☆

良かつたですね。私も取材でユズ農家さんにユズをいただき、絞つてジュースとして頂きました。

生農家さんは生姜鍋がおいしいと話していました。

その他部署内で検討してみたところ、サバ缶やトマトを入れるお鍋もあると話していましたよ。

子どもが成長し、味覚も変わってきて、紅生姜を入れたりすることが出来ました。元々は好きだったけれど、我慢してましたが、そんな時期も今となってはあつという間で、上の子はもうすぐお酒も飲めるようになります。すり身天のおつまみもいですね。

すり身天がおいしいそうで、作つてみたいと思いました。

(斗賀野支所管内・Oさん36歳)

なんでもポン酢をかけてしまっぽどのポン酢好き!! ハンバーグ、卵焼き、目玉焼き、ちくわや納豆等、何にかけても合うポン酢最高です。

(伊野支所管内・Kさん25歳)

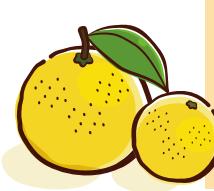
お酢は身体に良いので、ポン酢好きはいいですね。

（伊野支所管内・Yさん58歳）

「ぶんちゃん」懐かしい響きです…最近ではあまり見かけなくなりましたね。ご意見ありがとうございます。

今月の俳句・短歌・川柳

いい香り ゆず風呂漫かる 年の瀬よ
(伊野支所管内・Yさん・58歳)



ライフスクール 佐川会場 「PPバンドのかご・バッグ作り」

日 時 令和6年2月20日（火）9：30～
3月14日（木）9：30～

場 所 佐川支所 パストラルホール

講 師 西森 みどり先生 **最 小 催 行 人 数** 5人程度

**参 加 料
(材料費込)** 一般 400円
女性部員 200円

材 料 費 初めての方 100円

持つくるもの ハサミ、洗濯ばさみ、メジャーまたは定規、空き箱など（詳細は参加時に連絡します）

募 集 期 間 各々の開催日の1週間前まで

お申込み・お問い合わせ

JA高知県仁淀川地区本部企画組合員課（西村・平松）
〒789-1201 高知県高岡郡佐川町甲1751-1
TEL 0889-22-7809 メール niy-kumiaiin@ja-kochi.or.jp
LINE公式アカウント @641yqsta