

高西 地区から こんにちは

四万十地区より



女性部YSC ミニミニ料理教室 四万十地区女性部YSC

11月13日、JA高知県女性部四万十地区YSCは直販所みどり市でミニミニ料理教室を開きました！今回は、部長の長山速子さんと鬼頭美鈴さん、武市由美さんが旬のサトイモを使ったサトイモコロッケを振る舞いました。揚げたて熱々だったので、来店者の方からも喜ばれました😊たくさんの方から「おいしい」と嬉しいお言葉をいただきました。

四万十地区より



「JAおまつり広場」開催！

11月9日、四万十町内で台地祭りが開かれ、みどり市駐車場で「JAおまつり広場」を開催しました。今年もたくさんのお店があり、ニラ青壮年部によるニラトンや女性部手作りのサラダ巻きやちらし寿司などを販売。午前中に完売するお店も多数あるなど、大勢の方に訪れていただきました。特に、窪川養豚協会が販売する豚肉は開始とともに行列になるほど今年も大人気でした！野菜品評会や、小学生によるコンテナショウガコンテストも行われ、さまざまな部門で受賞された方の表彰式も行われました！他にも、ショウガ積み競争やニラ飛ばし競争では子どもの部と大人の部とも、豪華な景品を獲得するため白熱した勝負が続き、会場中大盛り上がりでした。恒例のもち投げでも、たくさんの方に足を運んでいただき大盛況でした。



四万十地区より



地域食材を使った こだわりのシュトーレン カゴノオト

四万十町土居にあるお店「カゴノオト」では、季節ごとのシュトーレンやタルトなどを販売しています。平成24年12月にオープンし、使用している果物などは直接地域の農家さんから仕入れているそうです😊「1年かけた四万十の旬でつくるシュトーレン」は、12種類の旬の素材をぎゅっと詰め込んでおり、カットするところによって味の変化も楽しめる一品となっています！「しまんと果実タルト」は、文旦・キウイ・ブルーベリーなど種類豊富で、下の層はサクサク、中はしっとり、上にはフルーツがのった色鮮やかなタルトです！ギフトで購入される方が多いそうです🌟お店での販売だけではなく、ネット販売やさまざまな県内外のイベントにも出店しています。店主の前成照さんは「カゴノオトが、人と人とが会える場所、交流できる交差点になったら良いな」と話してくれました。カゴノオトでは、クリスマスの時期に限らず、季節ごとのシュトーレンも販売されています。みなさん是非地域の食材を使ったシュトーレンやタルトを食べてみてください😊

チョコレートシュトーレンは四万十産のイチゴやユズ、キンカンが入っています！



ショップオープン
木・金・土曜日 10:00～16:00

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！



たくさんの方に足を運んでいただきました。

1 四万十地域

第25回 J A 高知県 四万十野菜品評会

11月9日(土)、第25回 J A 高知県四万十野菜品評会を開催しました。

この日出品されたのは、管内で栽培されるシヨウガ・ニラ・ミヨウガ・サトイモ・ユズ・みどり市直販野菜を中心に、参考出展として冬春ピーマンや水耕セリも展示。同会場には、小学生がコンテストで栽培したシヨウガや観察ノートも展示されました。

この野菜品評会については、旧四万十農協管内の主要野菜品目を中心に生産組織代表者会、J A 高知県の主催のもと生産技術の相互研鑽と地域への地元農産物のPRを含めて開催しています。

今年の出品農産物については、表彰式での山脇健世会長の「今年は記録的な猛暑の年となり、農作物の栽培管理には大変な苦労があったことと思いますが、そのような厳しい環境の中でも、本年出展された農産物の品質は、レベルも高く出品農家の高い技術と日頃の努力のたまものにより甲乙つけがたいものとなっております」との言葉通り、どの農産物も品質の高いものが展示されていました。

また、野菜品評会終了後は、展示農産物の即売会も開催され多くの方にご来場いただき盛況のうちに閉会となりました。

J A 高知県四万十生産組織代表者会では、引き続き地元農産物のPR活動に力を入れていきます。

2 四万十地域

北幡地区青壮年部との交流会開催



今後も交流を続けていきます。

11月29日(金)、高西地区・幡多地区北幡地域の青壮年部交流会が開催されました。

交流会には、高西地区(台地支部・興津支部) 15人、幡多地区北幡地域(西土佐支部・十和支部・大正支部) 13人の合計28人の部員が参加しました。

初めに四万十野菜集出荷場の見学、その後意見交換会を行いました。集出荷場では、ニラの施設や機械の説明を受けながら、実際に稼働している所を見学しました。

意見交換会では各支部の活動内容報告を行いました。どの支部も新型コロナウイルス流行以降活動が縮小しており、本来の活動が出来ておらず、コロナ禍前と同等の活動をするために新規部員をどう確保していくかなど、各地区から課題や対策の意見を出し合うなど、活発な意見交換が行われました。

交流会を開催することで、他地区の支部の活動状況や現状を知ることができ、部員同士の輪も広がりました。今回は数年ぶりの開催となりましたが、今後の青壮年部活動の活性化につながる有意義な交流会を行うことができました。今後も定期的に開催される予定です。

3 四万十地域 JA共済 アンパンマン交通安全キャラバン



歌ったり踊ったり楽しいイベントでした！

11月3日 J A 高知県高西地区と J A 共済連は、四万十支所で J A 共済アンパンマン交通安全キャラバンを開催しました。

管内の未就学児を対象とした交通安全の大切さを歌や踊りで伝えるもので、10時からチケットを配布し、120人を超えるご家族に参加をいただきました。イベントでは、横断歩道の渡り方や、信号の見方などをアンパンマンたちと一緒に学び、子どもたちは大きな声で返事をしてくれました。イベントの最後には、アンパンマンたちの握手会も行われました。会場にはアンパンマンたちがデザインされているキャラバントラックも展示されました。J A では、今後も管内の小中学生の交通安全について啓発や交通安全教室の実施を行ってまいります。

4 津野山地域 津野山畜産振興会 和牛仔牛の見方「実習編」



勉強会で学んだことを生かしていきます。

11月26日に津野山畜産振興会の勉強会が開催されました。今回は、前回6月に開催された「和牛仔牛の見方」に引き続き、実習編として津野山畜産公社の協力のもと、実際に仔牛を見ながら前回のおさらいを含めた、見るべきポイントの説明をしていただきました。今回の勉強会では、肥育農家の目線からも、実際にどのような牛を購入しようと思うかなど、率直なご意見をいただき、地域一体となって良い牛を育てていくことを共有する会となりました。

5 四万十地域 ニラ部会目慣らし会開催



熱心に注意点の説明を受けました。

11月14日、四万十二ラ部会は四万十野菜集出荷場にて目慣らし会を開催しました。

生産者と J A 職員、普及所が参加し、出荷規格表や、実際に出荷された物を見ながら、長さや曲がり等の規格の確認や、出荷する際の注意点について説明を行い、部会員と共有しました。ニラ部会では、より多くの生産者に参加してもらうために、毎年昼間と夕方の2回開催しています。

全体の9割以上を占めるハウス栽培のニラは年間を通して出荷されており、今年度は1500t以上の出荷量があり、定期的な目慣らし会を行っていきます。

6 津野山地域 サツマイモスイ〜ツづくり♪



みんなで大いさます！

梅原学園の小学1年生が、秋に収穫したサツマイモを使った「スイ〜ツづくり」に挑戦しました。子どもたちにとって J A 職員は年間の食育活動で顔を合わせているため気軽にあいさつができていたが、J A 女性部の方々はこの日初めてお会いしてのスイ〜ツづくり。子どもたちも緊張した感じにも見えますが、そこは好奇心いっぱい1年生！作業が始まると「これいいですか？」「猫の手で！」「元気がいいの音が響きます。」夏の猛暑の影響や害虫が多かったこともあり、例年より収穫は少なかったのですが、子どもたちの希望メニューから「スイートポテト」と「塩バター炒め」を無事に作る事ができました。教えてくれた女性部の皆さんにも感謝を込めて、最後はみんなで大いさしました。

津野山地域より

農作業機械 使用の注意点



令和5年の統計によると、国内において農業機械作業に係る事故は303件発生し、そのうち乗用型トラクターによる事故は98件で、61人が命を落としています。(農林水産省調べ)

乗用型トラクターを走行中、ほ場や道路から転落する事故が多くを占めており、慣れた作業であっても事故防止のための注意が必要です。

●道路走行時の左右ブレーキ連結

乗用トラクターのブレーキは、左右が分かれているため小回りが効き便利です。しかし、ほ場からの出入りや、道路走行時に連結操作を忘れ、転落・転倒する事故が多く発生しています。

そこで作業中の以下のような場面では忘れずに**ブレーキ連結**を確認しましょう。

- ①ほ場へ出入りする
- ②移動走行する
- ③傾斜地で作業を行う
- ④畦を乗り越える



●シートベルトを着用しましょう

安全・キャブフレームのあるトラクターでもシートベルトを着用しなければ、転倒した際に身体が固定されないため、身を守ることができません。

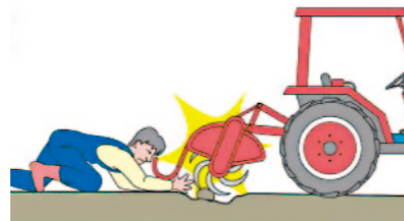


●作業機の下は危険

トラクター作業中にロータリーなどの作業機から異音があると、慌てて機械の中や下をのぞき込みたくなります。

これは非常に危険ですので、必ず安全な状態にして、点検整備を行いましょう。作業機を点検する際は必ず以下の対策を実施してから行ってください。

- ①作業機を上げます
- ②昇降部の油圧ロックを掛けます
- ③駐車ブレーキを掛けます
- ④エンジンをOFFにします
- ⑤ブロック等を作業機の下に入れて、支えにします



お問い合わせ先 高西営農経済センター 津野山経済課
TEL.0889-62-3501



えい|の|う|~

四万十地域より

ショウガの土壌消毒について

《ショウガ栽培における土壌消毒の必要性》

ショウガ栽培には根茎腐敗病をはじめとする土壌伝染性病害がいくつかあり、その発生程度によっては、収穫皆無になってしまったり、翌年同じほ場で栽培することができなくなることもあります。

これらを防止するためには、植え付け前の土壌消毒の実施が必要不可欠な手段であり、防除効果を高めると同時に薬害防止に気を付けることも重要になってきます。

今回は、土壌消毒剤の中でも比較的使用しやすい、ダゾメット粉粒剤（商品名：バスアミド微粒剤またはガスタード微粒剤）の使用に際してのポイントは以下のとおりです。これから土壌消毒を実施するにあたり参考にしてください。

【土壌消毒剤：ダゾメット粉粒剤の特徴】

- ①刺激臭が少なく使いやすい
- ②粒剤なので散布が簡単
- ③広範囲の土壌病害・線虫類に効果があり、雑草処理にも有効

注意点

- 土壌の水分に反応して効果を発揮するため、処理時には土を握って塊が崩れない程度の水分状態がベスト
- ガス抜きには、10～14日と比較的長い期間が必要
※薬害回避のために、被覆資材除去後に一定の降雨にあてることや、発芽テストを行うことも有効

| 登録内容 | 対象病害虫等 | 使用量 | 使用時期 | 使用回数 | 使用方法 |
|------|------------------|---|--------------|------|--------------------|
| ショウガ | ・根茎腐敗病 ・一年生雑草 | 30～60kg/10アール ※1年生雑草が対象の場合は20～30kg/10アール | 定植 21日前まで | 1回 | 所定量を均一に散布して土壌と混和する |

●散布から植付までの目安



●散布から植付までの作業手順

| 1 土壌水分の調整と整地 ●植物の残さ等を取り除いてください。 ●降土は丁寧に行ってください。 ●土壌が乾いている場合、予め散水して土壌水分を整えてください。 | 2 適切な土壌水分量 ●水分がないと分解しません。土を握って形が崩れない程度の土壌水分。 | 3 均一散布 ●バスサンダー等の散布器具で均一に散布してください。 ※吸気用防護マスク・ゴム手袋・長ズボン・長袖の作業衣・ゴム長靴等を着用してください。 | 4 ロータリーで混和 ●土壌深さは15～25cmの深さまで十分に混和してください。 | 5 散水 ●水分が不足すると分解が遅れて効果不足や薬害の原因にもなるため必要に応じて散水してください。 | | | | | | | | | | |
|---|--|---|---|---|--------|-----|---------|-----|---------|---------|-----------|--|--|---|
| 6 表土を被ふく ●ただちにビニール等で被ふくしてください。 | 地温による被ふく期間の目安 <table border="1"> <tr><th>地温</th><th>被ふくの日数</th></tr> <tr><td>25℃以上</td><td>7日～10日</td></tr> <tr><td>20℃</td><td>10日～14日</td></tr> <tr><td>15℃</td><td>14日～20日</td></tr> <tr><td>10℃～15℃</td><td>20日～30日以上</td></tr> </table> | 地温 | 被ふくの日数 | 25℃以上 | 7日～10日 | 20℃ | 10日～14日 | 15℃ | 14日～20日 | 10℃～15℃ | 20日～30日以上 | 7 ガス抜き(最低2回) ●散布後ビニール除去後に第1回のガス抜きを行い、その2～3日後に再度行って、完全にガス抜きをしてください。 | 8 発芽テスト ●ガスが完全に抜けたかどうか、レタス、ダイコン、カラシナ等のタネを用い発芽テストをしてください。 | 9 施肥・植付け ●必ず無病の苗を用いてください。 ●堆肥は完熟堆肥を使用してください。 |
| 地温 | 被ふくの日数 | | | | | | | | | | | | | |
| 25℃以上 | 7日～10日 | | | | | | | | | | | | | |
| 20℃ | 10日～14日 | | | | | | | | | | | | | |
| 15℃ | 14日～20日 | | | | | | | | | | | | | |
| 10℃～15℃ | 20日～30日以上 | | | | | | | | | | | | | |

お問い合わせ先 高西営農経済センター 営農指導課 担当 山崎
TEL.0880-22-5179 FAX.0880-22-5177

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

俳句

霧の里句会

お祝ひに杖を戴く小六月
秋霖の田に餌あさる番鳥

市川 和美

銀杏散り黄金の道を犬散歩
小春日や三匹の猫丸くなり

田中 信子

蛇穴に入りそこなひて命果つ
切株に生えし冬ばら年を経て

今橋 孝子

時ならぬ枝に咲き継ぐ返り花
現世の無常と無情木の葉降る

長谷部 延子

役場より敬老記念げにうれし
久久に友と語りふ秋の朝

竹内 春猪

短歌

窪川短歌教室

老いつきし足・腕・腹の筋力は見捨てなければ強くなるらし

宮崎 英雄

この日頃耳に馴める言葉ありスマホ画面の未読と既読

市川 隆子

運動会の靴下と靴の写メがくるそれが目印孫を探しぬ

中内 佐登美

母親に抱かれ眠るおさなこの無垢なる頬に淡きひかりが

竹田 和子

あかまんま、すすき、カマキリ、オニヤンマの野原に足りぬ遊ぶこどもが

黒岩 やよゑ

犬 猫 鯉 ペットの餌も値上りし北里さんではどれも買えない

北村 さち子

億万智CMデビューす良くやったいわしのお煎餅で首をどうぞ

市川 浩子

夢を見て何が悪いと言いつつテレビアニメのヒーローなりき

文野 見枝子

俳句

おたよりから

人よりは自然の力冬になり

(津野町・弘瀬 秀頼)

赤蜻蛉もつれて飛びぬ風の道

(津野町・村田 三喜子)

軒先に暖簾の如き吊し柿

(四万十町・樋口 治壽)

1月

2025年

JA健康寿命100歳プロジェクト ～薬剤師のワンポイントアドバイス～

今年も元気いっぱい的一年になりますように

こうぐりをご覧の皆さん、新しい年が始まりました。いかがお過ごしでしょうか？

今年もさまざまな出来事とともに一年を過ごすことになると思います。

皆さんはいろいろな計画を立て、「今年こんなことや、あんなことをやろう！」とお考えの方もたくさんいらっしゃると思います。

その中に、「元気に過ごすための食事・運動・睡眠など何か1つ考えて実行してみる」というのを加えるのはいかがでしょうか。

もしかすると生活の中に、「食事の偏り・運動不足・不規則な睡眠」などがあるかもしれません。

これを「バランスのとれた食事を心掛ける・普段の生活にちょっとした運動を取り入れてみる・規則正しい就寝時間にする」などに変え実際にやってみると、今までとは違った明日が訪れるかもしれません。

さあ、新しい明日へ進みましょう。

今年も、皆さんが元気に過ごせますように。



富士市役所ホームページより引用

薬剤師 矢嶋 幸一 (メディカル調剤株式会社)