



稲刈りまだまだやりたい! 宿毛小学校6年生

青壯年部幡西ブロックとくも4Hクラブは10月10日、宿毛市坂ノ下「坂ノ下農地保全会」の協力のもと、コメの収穫体験を行いました。宿毛小学校6年生49人が体験。子どもたちは6月7日に田植えを体験しており、自分たちの植えた「サイワイモチ」の収穫を喜びました。始めに同部事務局の山脇営農指導員が注意事項を話し、鎌の持ち方や、稲の持ち方、切り方を実演。子どもたちはのみ込みが早く初めてとは思えないほど。次々と刈りあつという間に刈り終わりました。

家の光・健康大会 しまんとぴあ「りぐるホール」で開催

女性部幡多地区主催で10月30日、「家の光・健康大会」を開催しました。部員やJA役員、家の光協会、事務局など約140人が参加。会では、宿毛支部伊与田末子支部長が『家の光』記事活用体験発表を行い、料理教室や手芸、旅行などの活動を発表しました。また、(株)JAXメモリアルこうちの櫻本智子さんが「遺言書・相続登記について」と題し講演。さらに、JA高知青年大会の「JA青壯年組織活動実績」で最優秀賞を受賞した青壯年部幡西支部の兼松裕哉さんが『「未来の農業者のために」～青壯年部として出来ること～』をテーマに発表しました。

お昼のお弁当は女性部支部長らが早朝から集まり、



「じゃこ飯」や「かき揚げ」など製造。おいしい手作り弁当をみんなで味わいました。

午後はお楽しみの「アトラクション」で各支部の出し物です。出場者はみんないきいきと舞い観覧する部員の皆さんを魅了しました。

コロナ禍後、久しぶりとなる1日開催でたくさんの部員が参加し、見聞を広め、学び、笑い合い、さらに栄養のあるおいしい食事。楽しかった思い出の日になったことと思います。

幡多 地区から こんにちは!



女性部のシンデレラ倶楽部 富士山5合目、伊豆、箱根の旅

JJA高知女性組織協議会では2年に1回、シンデレラ倶楽部と銘打ち国内旅行を企画しています。今年度は3コース準備されました。その中の1コース、幡多地区の女性部では10月6日から3日間で富士山五合目、伊豆、箱根を満喫しました。各支部から部員14人が参加。西エリア担当の竹吉常務も同伴。この旅行は部員以外でも申し込むことができます。同じ日程で土長地区管内からご夫婦での参加もありました。

曇天もありましたが、富士山五合目に到着した時は、晴れ間が見えてはっきりと見ることができ「これぞ富士」と感じることができました。ご当地の食事に温泉、部員同士の交流、参加した部員の皆さんには「楽しかった。また参加したい」と話していました。次回は令和8年度。4月に開催する「女性部幡多地区総会」で部員に向けチラシを配布します。

焼き肉のたれ作り 女性部三崎支部

女性部三崎支部は10月27日、地域の方を招き「焼き肉のたれ作り」を行いました。親子で参加するなど事務局合わせて21人が参加。材料は、しょう油や味噌、ニンニクや玉ねぎなど。3班に分かれてそれぞれの班で作りました。全て混ぜ合わせて火にかけると食欲をそそる「焼き肉のたれ」のにおいが。みなさん「いいにおい」、「はやく食べたいね」と話し待ちきれない様子。各自で準備したペットボトルに入れ持ち帰りました。



5 西土佐出張所 米ナス（露地栽培）終盤 現地検討会開催



10件のうち5件のほ場を部員間で確認し合いました。

米ナス露地栽培の終盤を迎えた。10月28日、今年度最後となる現地検討会を開きました。現地検討会の後、営農販売事業本部野菜販売一課の有友チーフより県内における今年度の出荷状況や前年対比などの説明がありました。また、市場概要を説明し、米ナスにおける県外産地の終盤を受け、部員に向け出荷販売期間の延長の協力を依頼しました。また、農センターより月別旬別の個人出荷量と1本あたりの出荷箱数、昨年度と今年度の比較表を部員に配布し、共有しました。

6 幡多地区 女性大学あぐりコース サツマイモの収穫



サツマイモの収穫を喜ぶ受講生の皆さん。

幡多地区企画組合員課が主催の女性大学はた小町あぐりコースでは11月5日、サツマイモの収穫をしました。受講生は6月20日に約20本のツル挿しをしており、この日を楽しみにしていました。掘っていくと次々とサツマイモが姿を現して大収穫となり、均等に分け持ち帰りました。また、11月6、7日には各自の管理する3畝に冬野菜の種や苗を植えました。トンネルを作り冬に備え、大根やハクサイ、春菊、カブ、ニンジン、茎フロッコリーなど収穫を楽しみにこれから管理していきます。

3 中村支所 目慣らし会・勉強会を開催 よさこいミディトマト研究会



勉強会に参加し説明を聞く皆さん。

よさこいミティトマト研究会は10月29日、目慣らし会と勉強会を開催しました。目慣らし会では販売課より、出荷規格や荷動きなど直近の市況や今後の見通しを説明しました。その後の勉強会ではタキイ種苗（株）がフルティカの品種特性、猛暑による問題点や具体的な対策について説明しました。会員から、果実ゼリーの色や縦に裂果することなどについて等質問も多く担当者はそれに詳しく答えました。

4 三崎出張所 土佐清水市消防本部に寄贈 JA共済連高知と幡多地区



寄贈式典に臨む松岡本部長（左から5番目）と竹吉常務（左から4番目）

J.A.共済連高知とJ.A.高知県幡多地区は10月23日、訓練用や救急資機材を土佐清水市消防本部に寄贈しました。同市の程岡庸民本部長、消防署員など21人が参加。寄贈式典ではJ.A.高知県西エリア担当の竹吉功常務が、程岡市長に資機材などの目録を贈りました。医師が到着するまでの救命処置の重要性が高まる中、最新鋭的心肺蘇生訓練用人形やAEDなど応急救手当一式等を寄贈。程岡市長は「市民の生命、身体、財産を守り、社会公共の福祉の増進に全力で尽くしていきたい」と感謝状を贈りました。

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！



一生懸命に大豆を手作業でつぶす児童。

1 宿毛支所

山奈小学校で味噌作り 女性部宿毛支部

女性部宿毛支部は10月15日、宿毛支所管内の山奈小学校で味噌作りの出前授業を行いました。2年生14人と担任2人が参加。同部は5年前に「宿毛さくら味噌加工部」を発足。部員12人が学校給食に年間1ヶ月味噌を卸しているほか、J.A.グリーンはた宿毛店や高知市の中販所「とさのさと」に出荷しています。

授業では、「味噌は何ができるか」や「保存方法」などをクイズ形式で説明。その後、蒸した大豆、塙、下準備をした米麹など材料をまぜ合わせ、手作業で味噌づくりをしました。児童は初めての米麹の匂いや空気を抜き団子にする作業で「なんにおい？」や「手が気持ちいい」と話し作業を楽しみました。

同部は一度の味噌作りで4日間かけて約300kg分を作り、年に6回程度、この程度を行います。また、令和3年度と令和5年度に宿毛市が実施した事業に応援する「ふるさと便」では、「口ナ禍や物価高騰に負けないよう同市出身で他県にいる学生を応援しようと地元の特産物の中に、同部の「米こうじみそ」や「いりごみそ」、「大葉みそ」を取り入れるなど現在では地元を代表する味噌となっています。

した。同部の伊与田末子支部長は「半年寝かせてみながら3年生になった4月ころから食べ」「お味噌汁や、味噌を使った料理で食べて」と呼びかけました。家族で味わえるよう一人ずつ容器に入れ持ち帰りました。

農法。令和5年度は生産者13戸で作付面積約9ヘクタールを栽培。コシヒカリ、ヒノヒカリともに完売しました。また、同市内の山間部で酒米を栽培

中村支所と四万十市、生産者の三位一体で取り組む「しまんと農法米」。同支所は、令和5年度における売上金の一部を寄付する贈呈式を10月25日、同市役所にて開きました。しまんと農法米は、四万十川が100年後も清流であり続けることを願い同市が取り組む「40010日プロジェクト」の一環で、減農薬栽培、川に濁水を流さない代掻き法を用いるなど厳しい基準を設け栽培し四万十川の保全に配慮した農法。令和5年度は生産者13戸で作付面積約9ヘクタールを栽培。コシヒカリ、ヒノヒカリともに完売しました。

また、同市内の山間部で酒米を栽培

農法米に加わりました。贈呈式には同市役所の部員や生産者など16人が参加。同市平正宏市長は「寄付金は四万十川の一斉清掃や環境学習活動、森林の保全などに活用している。寄付金に込められた思いをしっかりと受けとめ活用する」と感謝しました。同支所中村経理課福留課長は「次年度より栽培面積を目標20ヘクタールとし部員の作付面積や賛同する生産者を増やしていくたい」と力を込めました。

2 中村支所

四万十川清流基金へ寄付 しまんと農法米・とみやま酒米生産部



寄付金贈呈式に臨む出席の皆さん。

えいのう～



情報

幡多農業振興センターより

幡多農業振興センター 中脇

夏秋シットウを栽培してみませんか!?

【幡多管内のシットウ栽培の現状】

R6年度：6市町村・224戸・5.1ha

県内でも主要な夏秋産地ですが、
高齢化で生産者が減少しています。経営収支 (200m²・100株)

売上 90万円 - 経費 35万円 = 利益 55万円

* 経費：販売手数料・肥料農薬代

【栽培している方の意見】

- 小面積でも高い収入が期待できる。
- 手軽に栽培を始められる。
- ここ数年は市場単価が高い。
- 露地栽培は資材の初期投資が安く、手軽に始められる。
- 各地域に先生となる農家がいて、栽培に関する様々なことが学べる。

あなたも小面積でできるシットウを栽培してみませんか！

【幡多地域での栽培風景】



露地栽培(垣根2本仕立て)



露地栽培(盆状仕立て)

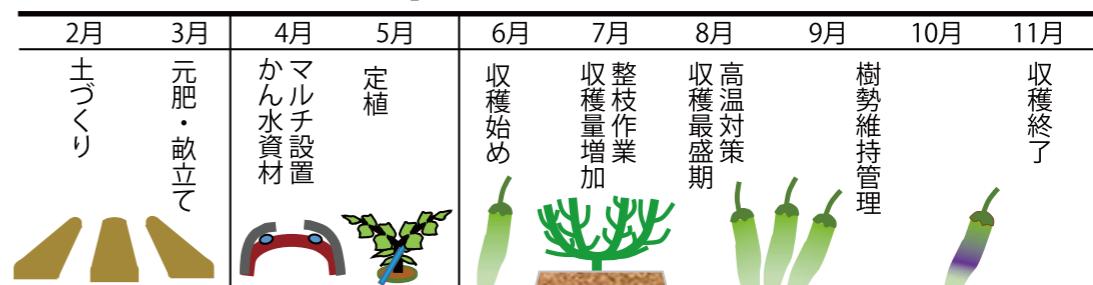
【各品種の特徴】

- ① つばきグリーン ⇒ 生育が安定・収穫しやすい
- ② NP401、③ L3葵 ⇒ 果実品質が良い
- ④ “高育交シシ15号”、⑤ “高育交シシ16号”
⇒ 辛みのないシットウ品種

こんな人に向いています

- 夏場に収入・副収入が欲しい方。
- 一度シットウの栽培をやっていた方。
- 小面積の農地を持つ方など。

【夏秋シットウの栽培管理スケジュール】



※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

*苗の注文時期

⇒ 12月中旬までにお近くのJAへ。

⇒ 遅れると苗の手配ができません。

早めに連絡をお願いします。

*その他栽培など詳しいことについての

お問い合わせは右の電話番号にお願いします。

【お問い合わせ先】

幡多農業振興センター : 0880-34-7070

JA幡東営農センター : 0880-34-5301

JA幡西営農センター : 0880-63-2194 (宿毛・三原・大月)

: 0880-85-0302 (三崎)

JA北幡営農センター : 0880-28-5225 (十和・大正)
: 0880-52-1256 (西土佐)

種の発芽条件と種まきの工夫

あなたもチャレンジ！ 家庭菜園

発芽には適度な水分、温度と酸素が必要で、種類により光の影響を受ける場合もあります。種まきのこつをつかんで野菜作りをスタートしましょう。

【発芽の三要素と光】

- (1) 水分
発芽は、種が水を吸うことから始まります。吸水量は種類によって異なり、イネ科の種は重さの25～30%を吸水し、マメ科の種は重さの80～120%を吸水して発芽します。吸水量が多く過ぎても少な過ぎても良くありません。硬実のニガウリ、オクラなどは果皮が水を通じにくいので、まく前に一晩水に浸しておきます。
- (2) 温度
多くの野菜は20～25度が発芽適温で、30度程度の高温を好むもの（ナス・スイカ・カボチャなど）や15～20度の低温が適するもの（レタス・ホウレンソウなど）があります（表1）。
- (3) 酸素
発芽は呼吸を伴うため、十分な酸素が必要です。種が地中深くに埋もれたり、水没すると酸素不足となり、発芽が悪くなります。
- (4) 光
光が必要な好光性種子にはレタスなどのキク科野菜やミンバなどのセリ科、暗黒で発芽ができない種子にはアズキなどのキ

- ク科野菜やミンバなどのセリ科、暗黒で発芽ができない種子にはアズキなどのキ
- ク科野菜やミンバなどのセリ科、暗黒で発芽ができない種子にはアズキなどのキ
- ク科野菜やミンバなどのセリ科、暗黒で発芽ができない種子にはアズキなどのキ
- ク科野菜やミンバなどのセリ科、暗黒で発芽ができない種子にはアズキなどのキ

- (5) 発芽までは乾燥させない
種は水を含むと直ちに活動を始めますので、発芽までの灌水は欠かせません。発芽後は灌水（かんすい）を控えめにして、しつかりした苗に仕上げます（図2）。

図1 鎮圧

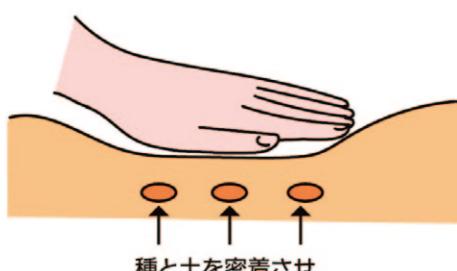


表1 発芽適温の目安

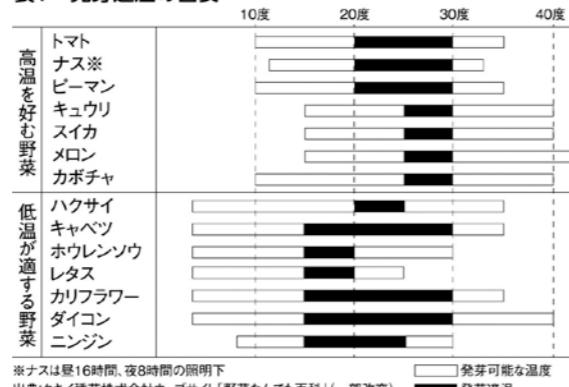


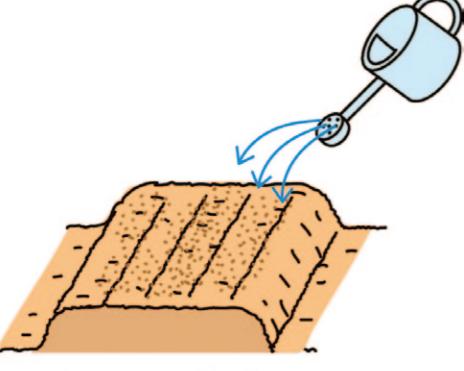
表2 光と発芽の関係

分類	種類
好光性種子	アブラナ科 キャベツ類、カリフラワー、ブロッコリーなど キク科 ゴボウ、レタス、シュンギク セリ科 ミンバ、セロリ、ニンジン シソ科 シソ
嫌光性種子	アブラナ科 ダイコン ヒガンバナ科 ネギ、タマネギ、ニラ、リーキ ナス科 トウガラシ、ナス、トマト ウリ科 スイカ、カボチャ、ヘチマ、ユウガオ、トウガル、キュウリ、シロウリ

出典: タキイ種苗株式会社ウェブサイト「タネの発芽不良の原因と対策」

園芸研究家 ● 成松次郎

図2 灌水



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

▼10月号のプレゼントは「土佐のお茶4種セット（筒茶）」を20名様分でした。お問い合わせありがとうございます！ 店舗では、高知市の「とさのさと」内「アグリコレット」にて、また、西土佐管内「いわき食堂」にて、4種セット売りではありませんが、1種類ずつお買い求めできます。ぜひお立ち寄りください！ また、JAグループ高知の通販サイト「とさごころ」でお買い求めできます。

10月号のプレゼントは、このようなセット販売をしているのですか。ならば、どちらで求められますか。

（中村支所管内・69歳）

▼今年は、「高温障害で野菜の栽培がダメだった」、「鳥獣被害にあった」というお話をたくさん耳にしました。11月に入つても昼間の気温や日差しは夏を思わせるほど。はつきり感じることのできた日本の四季はどこに行つたのかと思います。また、鳥獣被害についても、果樹やクリでは園内の樹すべて、実が大きくなるよう、また光がたくさん当たるよう木の枝を剪定して、除草などの園地の管理、防除もして1年間、丹精込めて育てた実を収穫前に鳥獣に食べられてしまう。怒りという言葉では言い表せません。

今年はナス・ピーマンまでハクビシンに食べられ昨年はさつまいもをすべて掘られ、今年は植える気にならず何もかも買って食する毎日に、やっぱりおいしく感じる物は「つもありません。自作の野菜が最高です。まさにせつせと取り組んでいます。

（大方支所管内・78歳）

えいのう関係は大変役立っています。毎月楽しみにしています。

（佐賀出張所管内・81歳）

（西土佐出張所管内・67歳）

高温障害で赤いピーマン、変形ナス、実のならないスイカ、カボチャ、トマト。今年の夏は散々な畑でした。秋冬野菜に移行して心機一転。種まきにせつせと取り組んでいます。



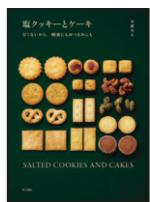
～家の光図書新刊のお知らせ～



●『塩クッキーとケーキ』

加藤里名 著 定価：1,760円（税込）

甘さ控えめの生地で、アクセントに塩をきかせた塩クッキー。お酒にも合う大人っぽいクッキー。クラッカーから、朝食や軽食にもぴったりのおかず系ケーキ類も紹介。甘すぎるお菓子が苦手な人におすすめです。



●『いちばん簡単！ ストウブはじめまして』

大橋由香 著 定価：1,650円（税込）

上級者向けの鍋と認識されていたストウブを、日常使いにするレシピを広めた大橋さんが、無水調理の新手法を考案。材料を入れて弱火にかけるだけというシンプルレシピは、火加減調整が不要でとても簡単です。



●『JAの未来を拓く13のキーワード』

小林元 著 定価：605円（税込）

農政の憲法とも呼ばれる「食料・農業・農村基本法」が2024年6月より改正されました。本書では、改正法が示す農政の指針やJAを取り巻く3つの危機など、抑えておきたい昨今の農業情勢を解説します。

