

しぱれっと

Palette

6
2024 June
vol.286

身近に感じよう「食農教育」
食農イベント「家族でチャレンジデイキャンプ」

農を担う
ブドウ農家 伊藤 一成 さん
裳掛地区……………10ページ

今月の折り込み 2024年度 タキイ秋まき家庭用種子 ほか
2024年6月号カタログショッピングチラシ

身近に感じよう「食農教育」

毎年6月は「食育月間」と定められています。この機会に「食育」や農業を取り入れた「食農教育」への関心を高めましょう。

食育とは？

食育は、生きる上での基本であつて、知育、徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けられるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てるものを指します。

「食」は、外部化、簡素化、多様化によって「豊か」になってきました。その一方で、生産の現場と消費の場面の距離が遠くなったことにより、食の安全・安心を揺るがす事件が増加したり、食をきっかけとした生活習慣病の増加など、「食」に関する多くの課題も発生しています。

また、普段口にしている野菜の名前を知らないなどの知識不足

だけでなく、子どもの朝食欠食や、会話などのコミュニケーションが無く、一人で食事をするいわゆる「孤食」が社会問題となっています。将来を担う子どもたちの「食」の乱れは大変重大な問題で、「食」を通じた教育、「食育」の重要性が増しています。

「食」は、健やかな身体づくりのためだけでなく、「食」のリズムを通じて規則正しい生活習慣を身につけたり、家族や仲間と食卓を囲んで楽しく食事をすることで、心を豊かにする役割を持っています。

くらし

食を通じた健全な生活習慣

からだ

健やかな発育や健康維持

こころ

楽しい食事で情緒を育む

食育をパワーアップした食農教育

JAグループでは、「食」がもつ多様な役割の大切さを伝える「食育」をさらにパワーアップして、「食」を支える根本である農業に関する知識・体験も含んだ「食農教育」の大切さを伝えています。

食育 + 農業 = 食農教育

食農教育では、一般的な食育活動に加えて、それを支える農業や地域、自然との関わりにも注目し、私たちの食を支える様々な形の農業活動を知り、体験することで、これらが担う様々な価値を学ぶことができます。

JAグループが取り組む食農教育は、食べる、という人間にとって大事な行為そのものだけでなく、その背景にある動物や植物の「いのち」も感じていただき、子どもはもちろん大人にも、日本の豊かな自然や四季の尊さ、農業の果たす役割をお伝えし、「食」と「農」との目には見えない強いつながりを学んでもらうことに大きな特徴があります。



食農教育に触れる機会はたくさん!!

地域の農と食をつなげる「地産地消」

採れたての新鮮で栄養たっぷりな、地元で生産された農畜産物をその地域で消費する「地産地消」を行うことは、生産された場所から食卓までの距離が短いので、私たちの大切な地球環境への負荷も小さく、また、地域の農業を支えることで地域の活性化にもつながります。

PICK UP 直売所

はなやか東店

(岡山市東区西大寺松崎 159-3)



はなやか東店は、JR赤穂線大多羅駅から南に徒歩約10分。県道岡山牛窓線から北に入った住宅街にあります。6月ごろは、毎日50人前後の生産者が新鮮な農産物を出荷します。

6月のおすすめは、アラスカなどの豆類や、アスパラガス、サニーレタス、トマト、グリーンボール(キャベツ)、新ジャガイモ、新玉ねぎ、生落花生、ハチクなどたくさんあります。陳列棚の近くにおすすめレシピを設置していますので、参考にしていただくと嬉しいです。野菜のほかにも、お買い求めしやすい量で販売している精米や、切り花や花の苗なども人気商品のひとつです。また、はなやか東店では平日の13時半~14時までの30分間タイムセールを行っています。ぜひ、お立ち寄りください。

県内の生産者や農業を知る「笑味ちゃん天気予報」

RSK山陽放送 (月~金) 18:50~

「農家を元気に、農業を元気に、地域を元気に」を合言葉に、明るく元気な岡山県の農業の話題を放送します。番組には、生産者やJA職員が登場し、旬の農産物やJAの事業を紹介します。



オープニング動画募集!!

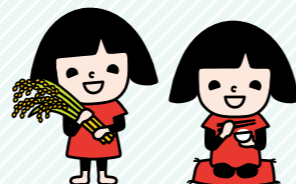
番組では引き続き、オープニングダンスの動画を募集しています。ダンスの振付を覚えて、RSKアプリから動画をご応募ください。採用された動画は「笑味ちゃん天気予報」のオープニングで放送されます。



4月23日(火)放送

「ごはんとお米とわたし」作文・図画コンクール

JAグループがすすめる「みんなのよい食プロジェクト」の一環として、これからの食・農を担う次世代の子どもたちに、お米・ごはん食、稲作など、日本の食卓と国土を豊かに作りあげてきた稲作農業全般についての学びを深めてもらうとともに、子どもたちの優れた作品を顕彰することを通じて、稲作農業の多面的機能と、お米・ごはん食の重要性を広く周知するために開催しています。



NEXT PAGE : 食農デイキャンプ



©よい食P

JA岡山食農 教育イベント 家族でチャレンジ!デイキャンプ

昨年11月に行われたJA岡山の 食農教育イベントの様子をご紹介します!!

9:30
開会



当JAの山本常務の開会宣言により
デイキャンプがスタートしました。
配られたしおりで、JA岡山管内にど
んな農産物があるのかを学びました。



岡山市立少年自然の家の職員さんか
ら施設利用にあたっての注意事項の
説明を聞きました。

13:00

ベランダでできる野菜づくり

午後からは野菜栽培体験を
JA営農指導員に教わりました。
アリッサムの苗を植え、エンドウの種をまきました。



出来上がりイメージ
しながら植え替えたよ。
エンドウの収穫が楽しみだね。

JA営農指導員から、
*コンパニオンプランツに
ついて教わったよ。
アブラムシを避ける効果があるんだね。



*コンパニオンプランツって なんだろう?

一緒に植えることでほかの植物の生
育を助けたり、病害虫をおさえたりす
る植物を「コンパニオンプランツ」と
言います。野菜の種類によって様々
な組み合わせがあります。



4月中旬ごろから、
たくさんのエンドウが出来たよ。
アリッサムの花も元気です!

プランターのその後

10:00

みんなが笑顔になるカレー作り

待ちに待った調理体験、『キャンプで作る秋のこんさいカレー』作りが始まりました。
まき割り、かまど担当、飯ごう担当、野菜切り担当とにそれぞれ分かれてみんなで協力
して秋の味覚たっぷりのおいしいカレーを作りました。



初めて持つ斧はとっても重くて
大変だったけど、上手く割れると楽しい!



サツマイモやレンコンをいれて、
いつもより大きな鍋で
一生懸命炒めたよ。



枯れた松の葉っぱにマッシュで
火をつけたよ。
一度でつけるのはなかなか難しいね。



おいしいカレーが
できました。



新人職員も
スタッフとして
参加しました。

14:00

食農クイズに挑戦!!と 我が家の「農園づくり」

食べ物と農業についての○×
クイズ10問に挑戦しました。
正解の発表後には、JA営農
指導員からクイズの解説を聞
き勉強になりました。



好みのパーツを選んで、思い
思いの理想の農園を家族や仲
間と作りました。農園のストー
リーを考えながら世界に一つ
だけの農園ができました。

15:00
閉会

楽しかった時間もあっという間、
「食農」についてたくさん学ぶこ
とが出来ました。最後に参加者全
員で記念撮影をしました。



自然を相手に、自然と暮らす。 ブドウ作りで第二の人生

伊藤 一成さん 裳掛地区：ブドウ農家

「いとう かずしげ」
昭和41年生まれ。JA岡山ぶどう部会裳掛支部。「ピオーネ」を主に栽培のほか、シャインマスカットや野菜なども栽培している。趣味は、バイクツーリング。座右の銘は「言い訳は進歩の敵」。



4月23日、裳掛地区の伊藤一成さんにお話を伺いました。

人生は一度きり、岡山に移住

―就農したきっかけは

以前は、神奈川県でタイヤーメーカーに勤務していました。人生は一度きりだと思っていて、50歳まではこの仕事をして第二の人生は、自然を相手に自然と暮らす生活をしようと考えていました。何を生業にして生活していこうかと考えたところ「農業」だと決意しました。

移住支援などのセミナーで神奈川県とよく似たところを全国で探して



農業について話す伊藤さん

いて、たまたま岡山県を紹介され訪れた牛窓のオリーブ園や、瀬戸内海の景色を見て感動し、岡山に決めました。家族も賛成してくれました。

―農業を始めてからは

50歳の時に岡山にきて、最初の二年は、農地を探したり農業の勉強、アルバイトで水道の配管や電気配線工事をしました。

この地域には様々な農産物があり、いろいろと勧められました。ミニトマトに興味があったので5坪のハウスで栽培を始めました。

ハウスを貸していただいた農家の方がブドウ栽培をしていたので、栽培方法などを教えていただきました。そしてブドウの栽培も身に付けて新たに15坪のハウスを借りることができたので、さらにピオーネ29本を移植して昨年からミニトマトを辞めて、ブドウ栽培をメインにしています。

―苦労する点・楽しい点

妻と二人で農業をしているので、作業が集中する時期が大変で、仕

事に追われることがあります。ハウスにきてブドウの管理をする事が楽しく、毎日が充実しています。直売所に出荷して「おいしかったよ」と声を掛けられたときは励みになります。

部会員の方や、JAの営農指導員が良く立ち寄ってくれて、指導や情報をいただけるので、話をよく聞いて、自分の栽培技術の進歩につなげるようにしています。

農産物を作ることが勉強

―今後の抱負は

裳掛地区はニューピオーネ(種なし)発祥の地で40年以上の歴史があります。産地を維持しておいしいブドウを届けたいです。あと20坪ぐらい栽培面積を広げて頑張りたいと思っています。

また、野菜づくりにも積極的に取り組んで、農業全般の技術を身に付けたいです。作ることが勉強になるので、それがブドウの栽培にもつながると思っています。

聞き手：JA岡山広報担当



ハウスのビニールも一人で張り替えました



夫婦で花間引きと誘引作業

野菜(ピーマン・キュウリ)

人気の夏野菜
ピーマン・キュウリ
を紹介いたします



営農部指導課
祇園 将人

畑に植えた夏野菜がすくすく大きくなっていくと思います。今月は、ピーマン・キュウリの管理について書かせてもらいます。

ピーマンについて

中南米の熱帯地方が原産の野菜です。生育適温は22〜30℃と高温を好みます。逆に低温に弱いので、春に早植えすると生育が止まり初期生育が劣るので注意しましょう。

枝管理

ピーマンは下の方のわき芽はかきとり、一番花の上下のわき芽を伸ばして3本仕立てにします。ある程度伸びると、枝が折れないようにつり下げます(資料1)。生育が進むと枝を分けた分岐部より下から枝が出たり、中央部が枝や葉でこみあってくるのでいくらか間引いてやり、日当

花き(ストレプトカーパス)

増やして
楽しみましょう
ストレプトカーパス



営農部指導課
中川 雄一

●アフリカ生まれストレプトカーパス
鉢花として目にするものがあっても、名前は聞いたことがないという方が多いと思います。セントポーリアやグロキシニアなどと同じイワタバコ科の宿根草で、青、紫、ピンク、白、稀にはクリーム色がかったものや複色咲の品種など多様な花姿が見られます。

露地植は難しいと思いますが、鉢物として楽しむには割と栽培しやすい植物です。大きく分けて、タンポポのように地際に広がった葉の中から花茎が出て花を咲かせる無茎種と、葉と茎が一緒に伸びあがり、その茎の節から細い花茎を出して小さめの花が咲く有茎種に分かれます。さらに、無茎種にはとても大きな葉が1枚広がり、やがて花が咲いて結実すると枯れる種類もあります(資料3)。ストレプトカーパスとはねじれた果実、果実の形状から来た名です。

花言葉には「ささやきに耳を傾けて」という花の形から?、花同士がささやきあっているようなイメージから?と思わせるものもあります。

●生育特性など
暑い地域原産のイメージがありますが

たりをよくすることで花が付きやすくなります。

水やり・追肥

根が細く、浅い所にあるので乾燥・肥切れに注意します。特に梅雨明けには高温により極端に乾燥する場合がありますので厚めにわらを敷きましよう。土壌が乾燥すると樹勢が衰えて収量・品質が低下するので、乾燥するようなら夏場は午前中の気温が低い時間帯に十分灌水します。

収穫

追肥については収穫が始まるころに10平方メートルあたり約200gを施用します。その後は約20日おきに同量施用して樹勢を保ちます。

枝管理

親づるの1本仕立てを原則とし、初期生育を促すため最初に発生する下部の子づる4節までは摘み取り、それより先の子づるは1〜2果着け、その先葉を一枚残して摘みます(資料2)。親づるが支柱の上まで伸びると摘心します。また、古くなった葉や病気等で枯れた葉は早めに摘み取り、日当たりをよくしましょう。

ます。取り遅れないように収穫しましょう。

キュウリについて

インドのヒマラヤ山麓周辺が原産の野菜です。生育適温は18〜28℃とピーマンより冷涼な気候を好みますが、8℃以下になると生育が止まります。

枝管理

親づるの1本仕立てを原則とし、初期生育を促すため最初に発生する下部の子づる4節までは摘み取り、それより先の子づるは1〜2果着け、その先葉を一枚残して摘みます(資料2)。親づるが支柱の上まで伸びると摘心します。また、古くなった葉や病気等で枯れた葉は早めに摘み取り、日当たりをよくしましょう。

水やり・追肥

梅雨明け後は高温・乾燥が心配されるので敷きわらを行います。キュウリは水の好きな野菜です。天気が続き乾燥するようなら2〜3日に1回、灌水をしましょう。1回の灌水で1株あたり3gを目安に行います。

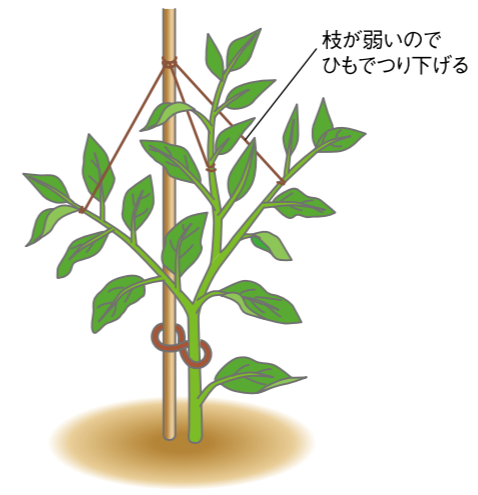
追肥

追肥は実がとまったのを確認して行います。10平方メートルあたり約200gを施用します。その後は約15日おきに同量施用します。

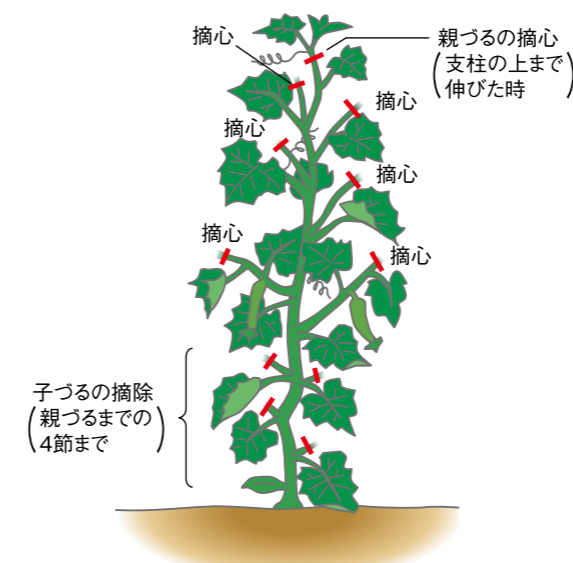
収穫

開花後7〜10日で収穫します。取り遅れると極端に肥大し、樹勢が弱るので注意が必要です。

資料1 ピーマンの支柱立て



資料2 キュウリの整枝



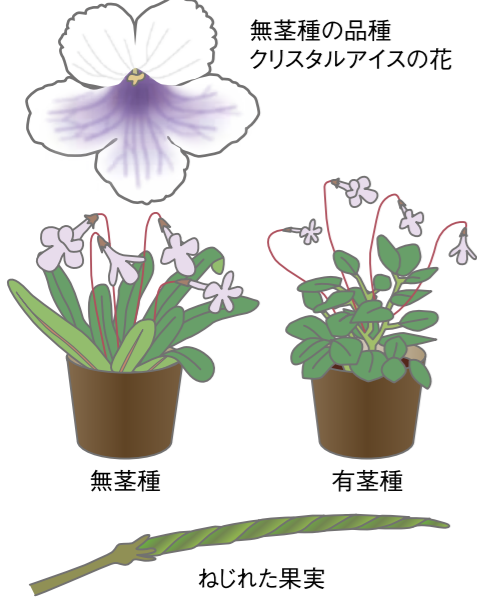
すが、強光は苦手です。夏は半日陰に置き、秋から春までは日光に当てた方が花つきがよくなります。通年では直射光の当たらない明るい屋内が適し、低温も苦手なので冬は10℃以上を保てる居間などに置きましょう。夏はできるだけ涼しく、冬は冷えすぎないようにしましょう。

栽培

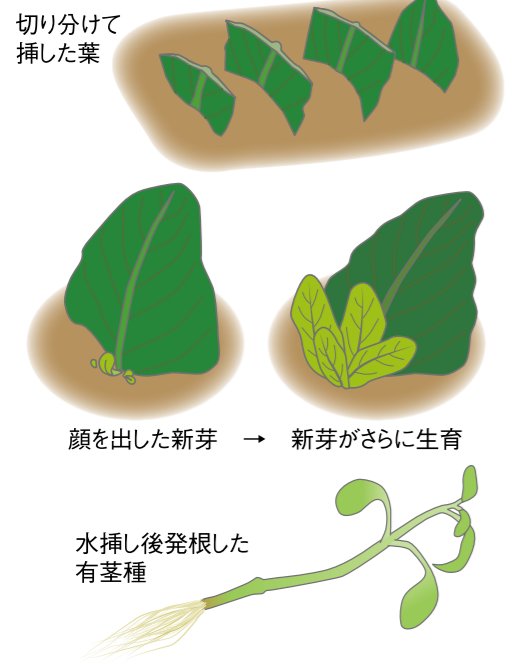
●植え替え
入手するのはプラ鉢植のものが多いと思いますが、1年くらいはそのままでも鑑賞できますが、できれば一回り大きい素焼き鉢に植えてやる方が土壌の通気性がよくなります。その後も2年に1回くらい植え替えをやるのを習慣にしましょう。

時期はよく生育する5〜6月ごろ、

資料3 ストレプトカーパスのタイプと果実



資料4 ストレプトカーパスの葉挿しと挿し木



それを過ぎたら秋が適期です。古い土をあらかた落とし、傷んでいる根があつたら掃除しておきましょう。

施肥と灌水・葉水

春から秋の生育期に、月に2〜3回、薄めの液肥を与えると生育がよくなります。あまり肥料を必要とするほどの植物ではありません。ただし、高温多湿の真夏は生育も鈍っているため施肥を避け、春・秋中心の肥培になります。

灌水も、旺盛に生育する春・秋中心で、この時期は土が乾いてきたら灌水します。夏は水分が多すぎると高温と過湿で根を傷める可能性もあるので、ひと呼吸待つて水やりします。生育が停滞する冬も多くの水は要りませんから乾き気味に管理します。

霧吹きで葉水をするとよいでしょう。時々一方、空気の乾燥は苦手です。時々霧吹きで葉水をするとよいでしょう。

花がら摘み

花が傷んだら花首から摘み取り、花茎の花が終わったら茎ごと切ります。放置するとねじれた果実ができて株が弱ります。

挿し木・葉挿し

有茎種は、茂り過ぎたら混んだ部分を切り取って株整理をします。その茎を使って挿し木することが出来ます。茎を7〜10センチほどに切り、水あげした後で、清潔な挿し芽用土に挿して管理します。5〜7月ごろに行えば発根はいいので、清潔な水に茎を活け、そのまま水替えしながら発根を待つてポットに鉢上げすることも出来ます。

一方、無茎種は、茎の代わりに葉挿しが出来ます(資料4)。

よく充実し、傷んでいない外葉を元から切り取り、そのまま挿し芽用土に挿しても構いませんが、3〜4枚に短く切り分けて挿しても発根します。一般の挿し芽同様に乾燥してしまわないよう管理しているとやがて発根、切り口から出た芽が地表に出てきます。そして新葉が大きくなるとともに、元の葉が枯れていきますから、その時点でポットに植え替えて育苗します。

害虫

カイガラムシやハダニが発生することがあります。早期発見に努めましょう。

果樹 (果樹の着果量調節)

果実品質を
決める大切な
時期です



営農部指導課
武田 祐一

今月は、多くの果樹が着果量調節する最終月となります。モモやナシなどの摘果や袋掛け、ブドウの摘粒と摘房など果実品質を決める大切な作業時期を迎えます。特に着果過多や大房にしないことがおいしい果実を作るコツです。

●ブドウの摘粒 ・ピオーネ

果房の整形は、結実後早めに肩部の車を除去(遅れると肩の巻き込みが悪い)して、極力先端部を使います。果軸長の調整は、穂軸の伸長が停止する満開2週間後ごろの第1車から先端までの穂軸長が5〜6粒となるよう調整します。2回目のホルモン処理(果粒肥大が目的)はジベレリン25ppmを単用処理します。果粒に付着した薬液は指で弾くか棚を揺らして振るい落とし、薬害(ジベレリンでカサブタになる)を起こさないようにします。処理液が早く乾く条件下で行うのが望ましいです。2回目は処理時期が早いと果粒肥大が劣り、遅いと着色不良となります。摘粒は内向き果粒、小果、傷害果、奇形果、病害虫被害果粒などを優先して間引きします。ポイントは、房の中心部を多めに間引き、肩部や先端部はやや多めに残すと粒が巻き込んでよい房形

になります。残す果粒は35粒程度として大房にならないようにします(満開後15日以内に済ませます)。2回目のジベレリン処理後に摘粒を始める方は、果粒が肥大し、粒と粒の間が密着するまでの期間が短いので仕上げ摘粒のつもりで行います。仕上げ摘粒は混み合った部分を中心に間引きします(摘粒程度は5粒程度)。

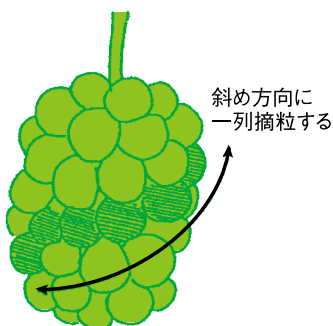
・仕上げ摘粒の例

摘粒は果粒肥大を想定して行いますが、遅く行くと摘粒後の穴が埋まらなかつたり、残す粒を傷つけることがあります。早く行くと房の内側に粒を挟んだりします。仕上げ摘粒が遅れたり、予想以上に密着した場合は斜め一列に摘粒すると房形を損なわず間引けます(資料5)。

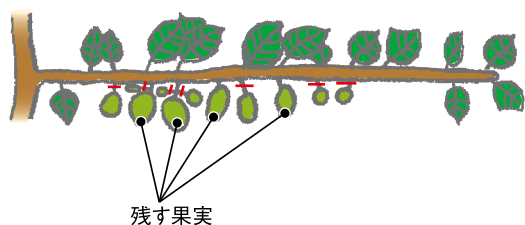
●キウイの摘果

開花後10日ごろから7月上中旬には仕上げ摘果を行います。目安は5〜6枚の葉に1果程度成らせるとよい果実になります。

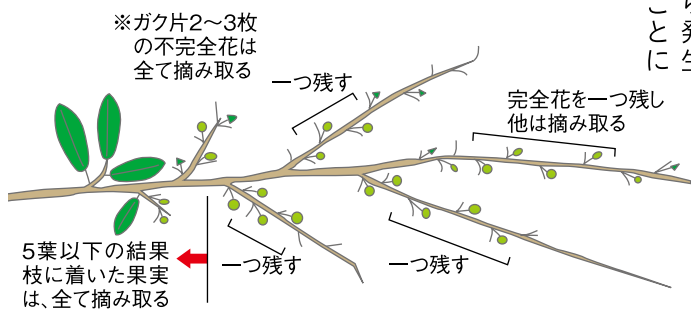
資料5 仕上げ摘粒の例



資料6 キウイの摘果例



資料7 柿の仕上げ摘果例



資料8 モモの薬剤散布

	対象病害虫名	散布薬剤名
6月下旬	果実赤点病 灰星病・うどんこ病	ベルコート水和剤 1000倍
	モモハモグリガ シンクイムシ類・ケムシ類	フェニックスフロアブル 4000倍

●柿の摘果

予備摘果を6月下旬までに行い、生理落果が少なくなる7月上旬に最終摘果を行います。病害虫被害果、変形果、ヘタが正常でない果実、上向き果などを摘果し、下向きの正形な果実を残します(資料7)。摘果時期の葉果比は富有の場合20〜25葉/果、西条の場合は20葉/果前後を目安に行います。結果枝基部から発生した結果枝の果実を摘果することに

より、その枝が翌年の結果母枝として利用できますので、毎年安定した着果が期待できます

●モモの摘果

満開後75〜80日(一宮地区は満開が4月4日だったので、6月19〜24日)ごろになれば、落果果実や病害虫被害果やスレ果や変形果など摘果する果実も判別しやすくなるので、最終着果量(このころに掛袋のオレンジ色が目立つようなら、袋数が多く小玉になるので混み合った辺りを摘果する)に調整して、資料8を混用散布後、速やかに袋掛けをします。また、懐の徒長枝などを10粒残し、切除します。受光体制の改善によりおいしい桃が収穫できます。



カツオと 野菜の 南蛮漬け

材料 (4人分)

カツオ刺し身用	200g (1冊)
焼き肉のたれ	大さじ4
片栗粉	適宜
揚げ油	適宜
ナス	1本
赤・黄パプリカ	各1/4個
ズッキーニ	1/2本
糸トウガラシ	適宜

●南蛮酢

米酢・水	各100ml
砂糖	大さじ3
みりん	大さじ2
塩	小さじ1
しょうゆ	大さじ1
ごま油	小さじ1

作り方

- ①南蛮酢の材料を鍋に入れてひと煮立ちさせ、冷ましておく。
- ②カツオは1cm厚さに切り、焼き肉のたれをまぶして10分下味を付ける。水気を拭き、片栗粉を付けて中温 (170度) の油で揚げる。熱いうちに①に漬ける。
- ③パプリカ、ナスは乱切り、ズッキーニは輪切りにし、油で素揚げし、②に漬ける。
- ④30分程度漬けたら皿に盛り付け、糸トウガラシを天盛りにする。

レシピ ●赤堀料理学園校長 赤堀博美さん



吉備の中山 両国橋

今回のあぐるグラムでは、女性部ウォーキング大会で訪れた両国橋を紹介します。吉備の中山は、備前国と備中国が仲良く分け合った形になっており、山の北側を流れる細谷川が境界となっています。この細谷川に架かる橋が両国橋で、備前と備中の二つの国をまたぐ橋と言われています。

西には吉備津神社、東には吉備津彦神社が鎮座し、石碑の左側面には「野は里にひらけゆく世も谷川のほそぎ流れはなお残りけり」という明治宰相、山県有朋の歌が刻まれています。道幅が広くないので車ではなく歩いて備前・備中を渡ってみてください。



編集担当 難波 昭浩

各種媒体で情報発信



オンラインショップ
はなやか
花野菜
オンライン



Instagram

