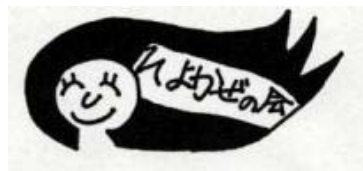


そよかぜ便り



NO.34 平成22年 2月1日 発行

そよかぜウオッチングに参加して

編集：中央東地区農村女性リーダー協議会(そよかぜの会)
協力機関：中央東農業振興センター

各地区から集まっている私達。互いの町を知ろう、そして企画能力の向上をコンセプトに始めたウオッチング。今回は香我美町です。

11月10日、野山も色付き始めた頃、今にも雨が降ってきそうな空模様の下、メンバーの園場でミカン狩り。実りを堪能している内に、雨がポツポツと。急いで次の山北ミカン共選場へ。この日、稼動していない静かな共選場でセンター長さんの説明を聴き、光センサーによる選果選別のスケールの大きさにメンバーも感心！！

その後、城山公園の懸崖菊へ。雨に濡れた菊や燃える様に赤い鶏頭の花がとてもきれいでした。

お昼は、古民家を再生した茶房で食事をしながら情報交換。ゆったりした時をメンバーと共有する事ができました。

最後に泰山窯を見学。野の草花が似合う素敵な焼き物に出会え、いっぱい収穫と癒しを感じた一日でした。



柳本さんのミカン園



懸崖菊



私は初めて「ウオッチング」と聞いた時は「おー、いや歩けん。」思ったことでした。でも、なんのその、足はタイヤ。どこでも行けます。

今回は香我美町を見学。ミカン農家や、箱詰作業のされる場所を見ましたが、想像以上に大量のミカンにビックリ。鈴なりになったミカン。これを取る作業を思えば……。又、食べてみて甘いこと。想像以上の甘さに驚きました。

山北の風景は、私の目にはやさしい山ばかり、日当たり良く、暖かさを感じる所、だから美味しいみかんが出来るんだと。

菊の花もみごとに咲き誇っていて、ずいぶん前からの思いがやっと見えたし。満足…。近いけど行事がなくどこか遠くへ旅行に行った気分でなんだか徳をした1日でした。



山北ミカン共選場



徳中庵



泰山釜

11月10日に香我美町で開催されたウオッチング。内容は「柳本慰衣さんのミカン園でミカン狩り」「JA土佐香美山北ミカン共選場の見学」等々。

当日は、今にも雨が降り出しそうな空模様。しかし、参加者の思いが天に届いたのか、ミカン狩りが終わるまで雨は待ってくれました。手入れの行き届いた見晴らしの良いミカン園で、剪定バサミを動かしつつ、ミカンを味わいつつ、コミュニケーション。日頃は平坦な園場での作業が中心の参加者たち。ミカン園の行き帰りの山道で少し息切れ？状態でした。柳本さんありがとうございました。

続いては、JA土佐香美山北ミカン共選場の見学。光センサーによる選別等についての説明の中で、重油の高騰等で「ハウスミカン」を営む農家が減少しているという農業経営の厳しい現状も聞きましたが、その現状に立ち向かっていくという意気込みも感じました。

その後は、山北断崖菊の見学、古民家を再生した茶房「徳中庵」での昼食、おやつ、泰山釜見学と心和むひと時でした。

ウオッチングはそれぞれの地域での農業の取り組みの現状にふれることができ参考となりました。またリフレッシュの場となりました。



高知県農村女性リーダーコミュニティ

現在パソコン同好会たんぽぽのコミュニティーに参加して、パソコンに向かう時間が多くなりました。ネットが使える環境にありながら遠ざかっていましたが、パソコン力をアップしたいという思いで入会しました。コミュニティーで励ましを受けたりして、明日への原動力になります。

「日頃離れて活動する県内の女性リーダーさんの活動報告、情報交換、意見交換、イベントや行事の案内などの連絡を取り合いながら 仲間の活動を知ったり、意見を交わしながら 親睦を図る目的で立ち上げました。」（ネット上の交流の場、コミュニティーより抜粋）

『名刺のすすめ♪』

春は別れと出会いの季節です！

出会いの必須アイテム『名刺』を作ってみませんか？

この頃では、パソコンを使ったオリジナル名刺が主流。

ワードやエクセルで作ることもできますが、インターネットを使って

簡単に素敵な名刺を作ることができてとってもお手軽に作れます！

名刺といえば肩書きですが、「高知の女性リーダー」と記入するのも

いいですし、お花が大好き！アレンジメントが趣味です♪ や、

自家製野菜を使ったお料理研究中！

なんてメッセージを盛り込んでもいいですね！

もちろん、住所や電話番号のほかに、メールアドレス、HPの

URL載せて自分らしい名刺を作るとコミュニケーションや

出会いが大きく広がりますよ☆

雲の間から時々、太陽が見え、時折吹く風に冷たさを感じる日でした。

「寒いね」と言いながら香北町良心市へ買い物に来てくれます。

「いや、チンゲン菜もあるね」「ほうれ草、ここにあるぞね」「白芋もあるね」「干芋を買って小豆と煮るがよ」

携帯片手に「もしもし、今夜のおかず何にする」とか、小さな女の子が「お母さん、大根好きやき、買ってね。」なんだか嬉しくなるような声が聞こえてきた。

こんな話し声の飛び交う香北町良心市は、山里に恵まれ数多くの種類の品物が売られています。

今、苺も出始めました。韭生米もあります。ゆずや乾燥の野菜など、特にこの寒い時期は干芋を作っている人もいます。色良く、おいしく仕上がった物が出ていますよ。又、盆や彼岸の時などは、お花も多くとても安いですよ。

パソコン同好会や女性リーダーコミュニティーに関するお問い合わせは能勢までお願いします。中央東でもパソコンの花を咲かせましょう♪

『フラワーアレンジメント教室』

10月から通い始めたフラワーアレンジメント教室＊

今日は4回目のレッスンでした^^

「フラワーケーキ」(*^w^*)

おいしそうですね^^V

（記事より抜粋）



知っ徳パソコンメモ

Fキーやショートカットキーの利用

F7 → 全角カタカナに変換

F8 → 半角カタカナに変換

F9 → 全角英数に変換

F10 → 半角英数に変換

【よく使うショートカットキー】

Ctrlキーを押した状態でもう一つキーを押します

Ctrl+C → コピー

Ctrl+X → 切り取り

...。o○☆○○。......。o○☆○○。...*



みかん寿司

（材料6人分）

米 3カップ 干し椎茸 大2枚

人参 50g

さやいんげん30g むきえび 150g

ちりめんじゃこ 30g のり 1枚

A 塩 小さじ1.5

ミカン汁3.3カップ

甘酢 適量



作り方

1. 米は洗ってざるにあげて置く
 2. むきえびはぶつ切り、干し椎茸は水に戻して千切り、さやいんげんはゆでて千切り、人参も千切りにする。
 3. 米にさやいんげん以外の具とAを加えて炊く
 4. 3を器に盛り。さやいんげんとりのりを彩りよく散らす
- * みかん汁の甘味や酸味により、甘酢で味を調える
* 100%みかんジュースでもok

エリア別研修会「話し方講習会」に参加して

12月15日農業技術センターでテレビ高知の現役アナウンサー伊藤薫平氏が語るトーク術に行ってきました。「イブニングKOCHIに見るインパクトのある言葉」「歌って走ってキャラバンバンに見る話のまとめ方」の講演があり、参加者を3つにグループ分けし、テーマ「地域自慢の食材を県外に売り出すには？」についてディスカッションをし、制限時間内での話をまとめて発表など体験してきました。時間の上手な使い方を心がけインパクトのある言葉を見つけ、話をまとめることの大切さや難しさを学びました。



(ブログ：とさはちきんねっと企画室より)

中南米留学生と交流しました♪

高知県中南米親善協会の主催する「海外研修員、留学生を囲む交流会」が去る1月15日高知新阪急ホテルにて、開催されました。ブラジルから傍士・リカルド・武さん、相田・テイジ・マルシオさん、パラグアイから、野中照之さん、下元みえさんの4人の研修生が参加しました。皆さん20代の前途有望な方たちです。

傍士さんはJA高知春野、野中さんは県立農業大学校、下元さんは田中整形外科病院で、それぞれ自分の技術を高めています。相田さんは、4人のうち一番年長で、ブラジルのフジムラ(奈半利町に本拠のあるフジムラ製糸(株))の会社で菌床シイタケ栽培を研究しているそうです。現在、県森林技術センター(土佐山田町)で研修をしています。フジムラは絹織物と思っていましたが、菌床シイタケの部門もあるのだそうです。

私は2008年6月、サンパウロのブラジル移住100周年式典、高知県人会55周年式典の訪問団に参加し、ブラジルやパラグアイの農家や企業を視察研修したことで、このような交流やおつきあいが始まり、高知県中南米親善協会の会員になりました。会員相互の交流もとても幅広い分野があり、私にとって大切なものです。

100年以上前の明治41年6月18日にサントスに入港した、日本発のブラジル移民船「笠戸丸」に高知県人は18名乗船していた歴史があり、現在ブラジルの日系社会は150万人を超えているようです。ブラジルやパラグアイのあちこちで日本語や土佐弁が話されているのです。バリバリの土佐弁でしゃべっているのは高知県人として頼もしくうれしく思います。地球のちょうど反対側の日本とブラジルなのに、いつも日本を思っているようです。私も、精一杯の気持ちをこの交流会に注ぎました。

交流会ではまず、山崎實樹助会長より挨拶があり、研修生の紹介、記念品贈呈、パーティーとなり、それぞれに歓談し懇親を深めました。カラオケコーナーでは研修生も歌い、リクエストもありました。最後には、「君といつまでも」の大合唱となり、みなで立ち上がり、腕や肩を組んで歌いました。研修生もマイクを向けられ「しあわせだなあ〜♪」とニコニコ顔でした。今春3月15日には一年間の研修を終えて、お国へ帰るそうですが、いろいろな経験や思い出を持ち帰って、今後の活動に役立ててくださるよう期待します。



物 ユズ 札幌へ上陸

昨年の12月21日物部も寒気に覆われ降り積もる雪の朝、さぞや北海道はとてつもない雪だろうと思いながら身をふるわせ、生産者4人物部のユズの消費宣伝へ。しかし、北海道でも札幌は12月に雪がたくさん積もることは珍しいとのこと。

22日早朝、中央市場の見学と市場関係者との意見交換をし、市内のアークスーパーで10時開店と同時にユズ玉の宣伝販売を始めました。「ユズってなに? どんなに使うの? 」というくらい、北の大地でユズの知名度は低い。ホットユズを飲んでもらいながらユズの料理法や活用の説明に耳を傾けてもらい、この日は冬至ということもあって売れ行きは好調でした。

夕方5時まで桂浜や坂本龍馬の話をおりませながら、お客様との会話が途切れることなく宣伝を頑張りました。外は寒い雪でしたが、お客様の温かい心に触れることができました。生産者の一人としてこれからも自信を持って良いものを提供できるユズ作りに努めたいと、思いを新たにしました。



南国ななきんくらぶって?

私たち南国市の女性リーダーが高知地区で活動していた時の地区の愛称は「ななきんくらぶ」でした。「はちきんになる一步手前やき?」いえいえ、ちゃんと、「7つの目指すもの☆」というのがありまして、その「なな」なんです。中央東地区に移るとき、ななきんくらぶの名前がなくなるのはさみしいね、ということで、旧高知市の女性リーダーさんにお話しして、その名前を使わせてもらえることになり、「南国」を前につけて、「南国ななきんくらぶ」という名前になりました。南国市のリーダーだけで活動するときに使っています。まだ、たくさんの活動をしているわけではありませんが、「できることはしていこう!」とおいしいお店を探しがてら集っています。



南国市のイベントの時に試食を提供したり、リーダーの活動の紹介をしたりしてきました。写真は、昨年11月にあった“地産地消フェア”の様子です。南国市市制50周年の記念事業で、スポーツセンターで行われ、数々のブースが出店し、野菜ソムリエの藤崎潤一さんや、医学博士で管理栄養士の本多京子さんの講演もあり多勢の来場者でにぎわいました。ななきんくらぶは、生姜ご飯・ミネストローネ・ごぼうサラダの試食を提供しました。



...o○☆○o......o○☆○o...*

編集後記

今年の寒さはちょっと違う。ひやかたりぬくかたり、油断していると風邪やインフルエンザに狙われますよ。自分の体をいたわりましょう。

編集委員にはパソコン同好会たんぼぼのメンバーに恵まれ、スムーズに編集ができました。「私もあんなになりたい...」とつぶやくメンバーもいました☆

編集委員

小松(梨)、野島、百田、石丸、島崎、浜口、能勢、石川、門脇でした。

...o○☆○o......o○☆○o...*

