

JAしまねびより



2023

3

March
Vol.84

来月の
外勤日は 4/12(水)・13(木)・14(金)



見て魅て知って

島根県農協青年組織協議会 JAしまね女性部

おつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers
村上 朋恵さん
[隠岐地区本部]

SNSで
旬な情報を
投稿して
います



JALしまね 石見銀山地区本部版

節電のため、
ウォームビズ
(私服勤務)を
実施しております



伝統の「牛突き」に携わってきた経験をもとに参入

自然の恵みと地形を活かし、和牛の飼育が行われている隠岐地域。村上建設の農場は、隠岐諸島最大の島である島後の山あいにあります。長年建設を生業としていた同社ですが、公共事業が減少する中で新しい事業を模索。2006年、社長（夫の太一さん）の父である芳雄さんが「牛突き」の闘牛を育ててきた経験をもとに和牛の繁殖経営に新規参入しました。

村上家に嫁い

有限会社 村上建設
むらかみ ともえ
村上 朋恵さん(41才)

今月は隠岐地区本部。隠岐の島町で繁殖農家として活躍する、有限会社村上建設の村上朋恵さんにお話を伺いました。

できた朋恵さんは、子育てや家事に勤しみながら家業を事務作業などでサポート。太一さんも牛の人工授精士の資格を取っていました。主な担当は建設業。社長が中心となり、徐々に頭数を増やしていく中で、世代交代を見据え、朋恵さんご夫婦も本格的に飼育・繁殖に携わるようになりました。



地域で得た餌を与え、自然の中でのびのびと育てる

餌は放牧地の草、近隣の農家の稲藁、遊休農地で作った牧草、JAが販売する米を発酵させた飼料など。



繁殖牛については、輸入粗飼料に頼らずほぼ100%島内でまかなっています。牛糞で堆肥を作って畑に還すため、地域内で循環型農業が完結。敷料も地域の木材業者などから買い取ったおがくずやカンナくずを使っています。



餌用の稲藁

牛が牛舎で過ごすのは基本的に冬の間と出産前後で、4月から11月ごろまでは放牧されます。牧場は山の中。斜面の多い地形を日常的に歩くからか、肉付きがよくどっしりとした体型に育ち、足腰も頑健です。「体のフレームが大きく丈夫なためか、早産や難産が少ないんです。自由にのびのび暮らしてストレスフリーだからというのもあるかもしれません」と朋恵さんは話します。



母乳が足りない子牛に
ミルクをあげるスタッフ

受け継いだ飼育技術にICTを加え、 新しいスタイルへ

朋恵さんご夫婦が飼育に関わってからは、ICTの活用を進めています。発情や体調の変化をはかるセンサー付きのベルトを一頭ずつ装着。データはクラウドに転送され、スマホのアプリで管理します。出産の履歴や血液検査の結果なども集積でき、必要な情報をすぐに見ることができるようだとか。「アナログな帳面より簡単に効率的。体温のデータを取ってグラフでチェックすることによって、分娩のタイミングも予測できます」と朋恵さん。システムの導入後、目を離した隙に産み落とされて子牛が命を落とす事故が減ったそうです。「便利になったとはいえ、体調の確認やケア、出産のサポートなどは従来通り。昔ながらの方法にICTをプラスして、私たちのやり方を模索しています」と話します。

若い担い手を育むオープンな農業

農場では、正規雇用のスタッフ、飼育を学びにきた地元の青年、新規就農を目指すターナー者など

様々な人が働いています。中には、隠岐にゲストハウスを作るので、それまでの間働いている人も。朋恵さんは「みんながつながってコミュニケーションケーションできる場でありたい。オープンな農業をする中で、若い担い手が育ってくれるのが理想です」と話します。

休憩中はコーヒーを片手に会話が弾みます。「この時間のために仕事しているようなもの」と朋恵さんも笑顔に。生命への細やかな気配りが必要な仕事の中で、コミュニケーションがリフレッシュの時間になっているようです。

目指すは「地産地消」

隠岐の畜産業は繁殖牛が中心で、子牛のほとんどが島外に出荷されるため、島民の口に入る肉はほんのわずか。そんな中、朋恵さんは牛肉の島内自給を目指しています。



休憩中も笑顔が絶えません



「ここで生まれた命を自然の中で幸せに育て、ここに住む人が安心していただけるようにする。そんな仕組みを作るのが目標」と話す朋恵さんは現在、引退した繁殖牛を実験的に肥育し始めているのだとか。「走り出したばかりですが、牛を幸せに、そして人も幸せになるよう、農業によって地域づくりに貢献できればと思います」と、夢を語る表情はイキイキと輝いていました。



朋恵さん

牛突き

約800年の歴史がある闘牛「牛突き」。配流された後鳥羽上皇を慰めるために始まったといわれています。現在も年に数回大会が開催され、隠岐の島町の「モーモードーム」では観光牛突きも(不定期)。村上さんの農場では8頭の闘牛を飼育。社長が子牛の中から体格や性格などが適しているオスを厳選して育成し、伝統文化を守り続けています





JAしまね女性部



JAしまね女性部
たかはし み さ こ
高橋美佐子部長

に活動する島根県農協青年組織協議会とJAしまね女性部。
今回は2つの組織について根ほり葉ほりご紹介しちゃいます♡

JAしまね女性部はJAを拠りどころとして、「食や農」「くらし」に関心のある女性が集い、女性の地位向上や住みよい地域社会づくりを目指し活動しています。1月には結成70周年を迎えました！現在は11地区本部8,077人の部員が、「JA女性想いをひとつにかなえよう🍀」のもと、部員や地域が「幸せ(ハッピー)」になるような魅力ある活動を展開しています😊

「つなごろう🍀」「まもろう🍀」「かかわろう🍀」の3つの具体的な目標を掲げ活動しています！
私たちの活動の一部を紹介しちゃう♡



つなごろう🍀



第13回 アグリレディース大学

結成70周年の節目の年を迎えた企画として、記念式典とアグリレディース大学を開催しました。次代へと想いを繋げ、組織の更なる発展に向け取り組むことを確認し、交通安全講話や交通安全落語などの催しを通じて、部員同士の交流をはかりました😊

まもろう🍀



鮎めし、二五八加漬け、筍のほめられ照り焼きなど



70周年記念として開催されたアグリレディース大学では、レシピも再現して詰め合わせた弁当が振る舞われました😊

たべる！のむ！かざる！ 産地応援プロジェクト

結成70周年を記念し、島根県の食材で作った各女性部オリジナルのお弁当を紹介するレシピ集を作成しました。各地区本部の女性部が管内の特産品を使ったご飯やおかずのレシピに加え、県内の農畜産マップや女性部活動の歴史も盛り込みました。コロナの影響により需要が減退している島根県産農畜産物のPRと、次世代を担う若い世帯や子どもの食農教育などに活用していきます😊

かかわろう🍀



JAしまね役員との意見交換会

JAしまね役員との意見交換会を開催し、JA運営への女性参画、女性部活動への理解促進に繋がっています。昨年9月に開催した

意見交換会では、JA職員の女性部活動への積極的な参加や、支店職員が減る中、部員と職員のつながりが希薄になりつつあるとし、JAと組合員の結びつきが良い方向に進むような考えや女性部としてできることがないかなど、意見を交わしました。

おもてなしプロジェクト

支店を利用する組合員や利用者などへの「おもてなし」をテーマに、部員と支店職員が一緒になって取り組む「おもてなしプロジェクト」を実施して



います。花壇へ花を植えたり、みどりのカーテンに挑戦したり、『家の光』を活用して作成した作品を展示したり…と、“来店したくなる支店づくり”を目指しJA職員と一緒に取り組んでいます😊

米一握り運動

2020年度から、県内の子ども食堂やフードバンク、大学などに米を寄贈する「米一握り運動」を実施しています😊コロナの影響により生活が窮状に陥っている大学生や、子ども食堂の必要性が高まっていることを知り、“「食」を通じて支援し、みんなの暮らしを守りたい！”という熱い想いから始まりました。今までにJAしまねと島根県農協青年組織協議会の協力のもと、6,925kgの米を寄贈しました。



その他にも…地区本部単位では、料理や手芸、絵手紙など、様々なグループが活発に活動しています😊

島根県農協青年組織協議会

見て魅



島根県農協青年組織協議会
くさのひろし
草野拓志会長

農業のため、地域のため、未来の子どもたちのため…活発活動していることは知っているけど…というそのあなた！

島根県農協青年組織協議会（以下、県青協）は、協同意識を高め、農業をよりどころとした豊かな地域社会を築くことを目的に設立され、県内10地区本部にあるJA青年連盟の県組織にあたります。加入者を「盟友」と呼ぶのをご存知ですか？その名のとおり、同じ信念をもった704人の盟友が、活発に活動しています。

そんな
我々の活動を
紹介します



意見交換会の開催

JAしまねや島根県の役職員と活発に意見を交わし、農業の現場側の想いを伝えています。

JAしまね役員との意見交換会ではこのような意見があがりました。

- 島根の農業を持続していくには若い力が必要不可欠。新規就農者に対して今よりも手厚い支援を実行してほしい。
- 以前、盟友の作る産品もしくは加工品を、信用部門の特典として利用いただいた企画があった。いい企画と思っていたが、今後も検討は可能か。

⇒就農にあたっての手厚い支援や資金制度がある。いろいろなやり方がある中で、どのように進めていくかを相談いただきながら、一番合ったやり方でサポートさせていただく。

⇒現在JAしまねでは、農業応援を行うべく、コロナにより消費が減少している県産品の消費拡大とJAらしい貯金キャンペーンとして、しまね和牛を景品とした懸賞付きの定期貯金キャンペーンを行っている。次年度も「農業応援」のスタンスを保持したまま、より幅広い農産物の支援に繋げる懸賞内容の見直しを予定しているので、ご意見を参考に検討させていただく。

- 生産原価が販売単価に変化しづらいことや需要と供給のバランスが崩れているなど現在の日本の農業に対して危機感を感じている。野菜などの消費量が減ると農家でどうにかできるレベルではない。

⇒食料自給率が低い中、自国で生産することが耕地の維持や地域の活性化にもつながる。そのような生産体制の構築や改善を一丸となって進めていき、消費者の方にも地元産のファンが増えるよう、一緒に頑張ってPRにも取り組んでいく。

- 肥料農薬の注文をWebで可能にしてほしい。また、営農情報の発信をアプリで行うなど、常に持ち歩いているスマートフォンから効率よく情報を得られるようにしてほしい。

⇒アプリによる情報発信など、一部地区本部での試行を検討している。ネットやアプリを活用する時代の中、十分考えながら取り組んでいきたいと考えている。



国会議員への要請

地元選出の国会議員の先生方を中心に、現場の“リアルな声”を届け、農家が継続して農業を営むことができるよう、要請を行います。



島根県JA青年大会の開催

農業や組織などについて、盟友が将来に向けての希望や意見などの想いを発表する「JA青年の主張」と「組織活動実績発表」を行っています。組織活動の活性化に向けて一体となって取り組むための起爆剤となるよう、開催しています。令和5年2月21日、22日に開催されたJA全国青年大会では、全国の各ブロック予選を勝ち抜いた12人が出場。「JA青年の主張」で発表した島根おおち青年連盟の寺本直人さんが優秀賞を受賞されました。

JA全国青年大会(千葉県)での発表風景



JAグループ島根新入職員研修「ユースカレッジ」での講義

新入職員に向け、青年連盟を通じた地域とのつながりや、JAに求めることなどを伝えています。



島根県立農林大学校への講師対応

農家として、また経営者としての心構えについて、経験談をもとに生徒の皆さんに伝えています。

農業の活性化や課題解決のための活動はもちろんですが、それだけではなく、各青年連盟では、農業まつりでの出店、小学生や園児に向けた農とのふれあい体験…など、地域住民の輪の広がりや、地域の活性化、食への理解促進につながる活動も展開しています!!



現場の声を
もっとう聞きたい

組合長が行く！



今月の
訪問先

J Aしまね西いわみ地区本部管内

- 世良竜一さん ●大場尚俊さん
- 有限会社サジキアグリサービス

J Aしまねの石川寿樹組合長ら本店常勤理事は、JA自己改革の一環として、地域の担い手・大型農業法人・集落営農組織等を訪問し、今後のJA運営に反映させるため各所で組合員の皆さまの貴重なご意見・ご要望を伺っています。



今回は、世良竜一さん、大場尚俊さん、有限会社サジキアグリサービスを石川寿樹組合長ら本店常勤理事が訪問し、現場の「生の声」を伺いました。

世良さんは、

アムスメロンやアールスメロンを中心に、トマトやキュウリなども栽培。JAしまね西いわみメロン部会の副会長も務めており、島根県産メロンの主産地

を牽引されています。世良さん

とは、ハウスの老朽化や肥料・燃料価格の高騰、それに伴う既存農家に向けたサポート体制など活発に意見を交わしました。世

良さんは「自然災害や生産資材価格の高騰など、子ども達に農業をと考えた時にも、今後の農業に対しても不安が大きい。後継者育成のための施策をお願いしたい」と話されました。

同部会の部会長を務める大場さんには、益田市にある飯田選果場をご案内いただきました。現在の選果機

を選果機



選果場を見学しながら大場さん(右)と意見を交わす日高光弘専務(左)ら



世良さん(前列左)と妻の美子さん(前列右)と収穫したアールスメロンを手にする石川組合長(後列中央)ら



甘くてジューシーなアールスメロン

は、平成23年に設置し、メロンやトマト、西条柿を選果しています。見学しながら、12年目を迎え老朽化が進んでいる選果機の各センサーの修繕費や利用料などについて活発に意見を交わしました。大場さんは「糖度センサーなどの設備があることで、市場からの信頼や産地の維持に繋がっている。部会としても選果機を活用しながら有利販売に繋がってほしい」と話されました。

有限会社

サジキアグリ

サービスは、

主食用の水

稲を中心に、

飼料用米や

大豆、ソバを

栽培。米粉を

活用したお菓

子や麺など、

加工品の販売にも力

を入れており、地域

農業の振興のため、

様々なことにチャレ

ンジされています。茅原

貴之代表と茅原忠夫取締役とは、現在の経営

状況や鳥獣被害、取り組んでいるソバ栽培に

ついて活発に意見を交わしました。また、「中

山間地のため、水稲からの転作がなかなかで

きないのが現状。どうしても米主体の経営と

なる」と話し、中山間地で農業を続けていく

ための課題や要望についても話されました。



栽培する赤ソバの前で茅原代表(左から4人目)と石川組合長(左から3人目)ら



キレイに色づいた赤ソバの花

★組合長から一言★



最初の訪問先は、世良竜一氏のメロン圃場。採れたてのアールスメロンを試食させていただいたが、極めて美味であった。

次に、飯田選果場に向かい、メロン部会長の大場尚俊氏と面談。選果機の更新についてご要望をいただいた。

最後の訪問先は、吉賀町の(有)サジキアグリサービス。代表の茅原貴之氏より水稲を中心とした経営状況を説明いただいた。集落一帯は、圃場が整備され、刈田跡に植えられた赤ソバが見事であった。

刈田跡
くれなる濃ゆき
蕎麦の花

組合長より一言

topics
1

島根大学と包括的連携協定を締結 更なる農業振興に期待



J Aしまねは2月10日、国立大学法人島根大学との包括的連携に関する協定を締結しました。同日に松江市のJ Aビルで締結式を開き、当J Aの石川寿樹組合長や同大学の服部泰直学長らが出席。今後は同大学のノウハウを取り入れた新作物や新技術の導入、商品づくり、人材育成など、農業振興や地域社会の発展に向け取り組みを進めていきます。

農業技術の可能性拡大や「将来人材」をキーワードとした人材育成の取り組みを進める上で、農業系学部を持つ同大学との連携強化が重要と考えた当J Aが働きかけたことにより実現しました。

協定には①農業振興②共同研究などの推進③教育および人材育成④地域社会への貢献——の4つを盛り込み、農家の高齢化で増える空きハウスを利用したアボカド栽培や、有機農業の振興に関連する実証研究等に取り組めます。また、農業体験やJ Aへのインターンシップ制度を整備し、学生の地域農業への関心を高め、理解促進につなげます。

石川組合長は「有機農業の研究開発をはじめ、さまざまなことに取り組む。協定で強い絆を作り、農業や地域が抱える問題について一緒に考えていきたい」と抱負を語りました。



協定書を手にする 服部学長（左）と石川組合長

topics
2

酪農家を応援！ 島根スサノオマジックのホーム戦で牛乳の消費拡大をPR



J Aしまねは2月11日、Bリーグ所属のプロバスケットボールチーム「島根スサノオマジック」のホームゲームで牛乳・乳製品消費拡大イベントを行いました。先着1,000人に、県内乳業メーカー3社の牛乳・乳製品等をセットにした商品を配布。来場者へ消費拡大に向けPRしました。

未だ続くコロナの影響による牛乳の消費減少に加え、飼料や燃料コストの高騰など、酪農家にとって厳しい状況が続いています。その現状を多くの人に知ってもらい、消費拡大に繋がりたいと当J Aが企画を持ちかけ、実現しました。



牛乳・乳製品セットを配布し消費拡大をPRする職員ら

当日、松江市の総合体育館で行われたホームゲームには、4,000人を超すブースターが来場。ブースで牛乳・乳製品セットの配布に加え、チラシの配布や動画を流し、酪農の現状への理解促進に繋がりました。

当J A酪農課の高野洋平職員は「牛乳・乳製品配布時にブースターのみなさんからたくさんの応援メッセージをいただいた。多くの消費者の方から応援いただいていること、感謝されていることを島根の酪農家のみなさんにしっかりと繋がりたい」と話しました。



ポスターの掲示や動画を流し、酪農の現状へ理解を求めた

SDGsとは、国連が決めた「持続可能な開発目標（Sustainable Development Goals）」から、一文字ずつ取った略称です。17の目標をマークで示しています。

最終回

令和5年10月1日から開始されるインボイス制度について、しまねびよりでは令和4年4月号から特集記事を掲載してきました。過去の記事をご確認されたい場合は、J Aしまねのホームページよりご確認ください。

広報誌しまねびよりのホームページURL→<https://ja-shimane.jp/kouhoushi/> またはこちらから→



【しまねびより 過去の掲載内容】

掲載月	内容	掲載月	内容
4月号	インボイス制度の概要	10月号	卸売市場特例
5月号	区分記載請求書と適格請求書(インボイス)の違い	11月号	経過措置
6月号	適格請求書発行事業者	12月号	登録申請スケジュール
7月号	インボイス制度導入に伴う農業者の留意点①	1月号	農事組合法人（従事分量配当制）への影響
8月号	インボイス制度導入に伴う農業者の留意点②	2月号	経過措置
9月号	農協特例		

また、国税庁が管理しているホームページでは、「インボイス制度の概要」「Q & A」「申請手続」「YouTube動画」「各種パンフレット」など様々な情報が閲覧できるようになっております。ご不明な点があれば、下記のコールセンターをご活用ください。



【インボイスコールセンター（制度に関する一般的なご質問やご相談の受付）】

「フリーダイヤル：0120-205-553 9:00~17:00（土日祝を除く）」





想いをひとつに✿ しまねの女性部!

石見銀山女性部

令和4年度は、JA女性組織3か年計画「JA女性 想いをひとつに かなえよう」の実践初年度です。

つながろう

まもろう

かがわろう

の3つの具体的目標を掲げ活動します。

つながろう

(仲間と・地域と・他組織と・次代と)

石見銀山女性部は、コロナ禍で活動が制限される中でも、楽しみながらできる活動がないかと役員会等で話し合い、部員が得意なことを活かし、つながりをもって活動できる新たなクラブ活動を昨年5月より開始しました。

【料理クラブ (地元の食材、家の光を活用)】、【手芸クラブ (家の光記事等を活用)】、【園芸クラブ (多肉植物等を活用)】の3つのクラブ活動を月に1回のペースで開催しています。

参加した部員からは、「毎月参加するのが楽しみ!」と言った声も多く聞かれ、好評なクラブ活動となっています。また、フレッシュミズ部会つぼみくらぶも参加でき、世代を超えたつながりができるのも楽しみの一つとなっています。

今後も部員が楽しくできる活動を企画し、新たな部員の加入にもつながるような企画をしていきたいと思えます。



一所懸命青年連盟

島根県農協青年組織協議会

地産地消に取り組み、農業を通して、地域に貢献していきたい。

JA YOUTH

副会長 古川 敬さん



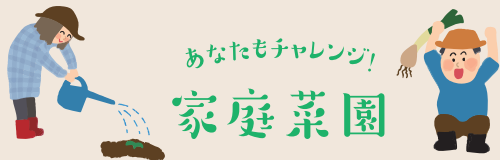
島根県農協青年組織協議会 (以下「島根県青協」) 副会長の古川敬さん (44) は、地元斐川町で就農し24年目になります。

農業に興味を持ち、出雲農林高校で農業科を専攻。卒業後は岡山の農業法人に就職・研修した後、地元へ帰り父親と連盟認定農業者を取得し就農しました。令和2年には法人化し、「株式会社米らいふ(まいらいふ)」を設立しました。

水稻と麦、大豆、サツマイモを生産し、水稻では主に「つや姫」「きぬむすめ」を栽培しています。この他にも無人ヘリコプターの資格を取得し、水稻と麦の受託防除作業も行っています。

農青連には、地元の盟友から誘いを受けて加入。その後、斐川青年連盟の委員長として盟友と一緒に活動に参加し、令和元年からは島根県青協の副会長としても活動に尽力しています。

古川さんは「盟友との繋がりを大事にし、活動していく。各単組の活動や各地域の担い手盟友の一助となれるよう、リアルとオンラインを使いながら盟友の声を基に島根県青協の活動に取り組んでいきたい」と今後の目標を熱く語りました。



家庭菜園

キクイモ

園芸研究家 成松 次郎

※関東東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

生育旺盛な健康野菜

キクイモは、北米原産のキク科ヒマワリ属の多年生植物です。やや冷涼な気候に適し、生育期間は中間地では4～10月で、10月ごろに開花し、収穫期は茎葉が枯れる11月からで、ショウガに似た塊茎を収穫します。キクイモにはイヌリンという水溶性食物繊維が含まれ、血糖値の上昇を穏やかにし、中性脂肪を下げる効果があるといわれている成分です。

品種

塊茎の表皮が白色と紫色の系統があり、紫種がやや大型です。

畑の準備

植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gを施しよく耕します。1週間前に畝間90cm、深さ20cmの溝を掘り、畝1m当たり化成肥料(NPK各成分10%)100gと堆肥1kg程度を施し、土を戻してよく混ぜておきます(図1)。

植え付け

種芋(塊茎)は重さ20g程度に切り分け、深さ10cm程度に、株間50～60cm間隔で植え付けます(図2)。

管理

どんな土でもよく育ちますが、過湿を嫌うため、やや乾燥気味に管理します。塊

茎から多くの芽が出るときは、芽かきをして、2、3本に整理します。

支柱立て・摘心

草丈が3mにも伸びて倒れやすくなるので、十分に土寄せをし、1.5m程度の支柱を立て株の周囲にひもを巡らせ倒伏を防ぎます(図3)。さらに、草丈が支柱の高さの頃、茎の先端を摘心します。10月ごろからヒマワリに似た黄色の花が開花します(図4)。日持ちの良い切り花としても観賞できます。

病害虫の防除

強健で病害虫の被害は少ない野菜ですが、生育後半にはうどんこ病が発生することがあります。気になるときは、カリグリーンなど野菜類の登録農薬で防除します。

収穫

茎葉が枯れてきたら、地際から茎葉を刈り取って、塊茎を収穫します。掘り上げた塊茎はしなびやすいため、3月までは土中に置いて必要に応じて収穫しましょう(図5)。収穫後はポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室で保管します。なお、畑に残した塊茎は野生化してはびこるので、全て掘り上げます。

図3 支柱立て・摘心

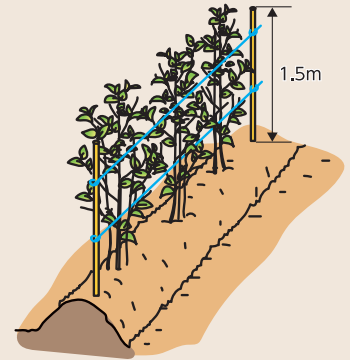


図1 畑の準備

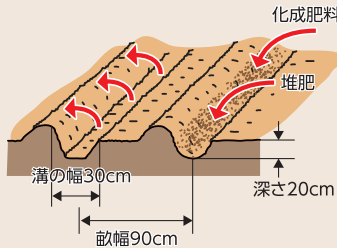


図4 開花



図2 植え付け

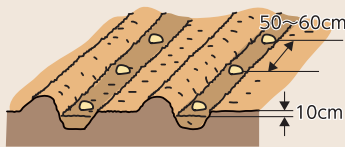
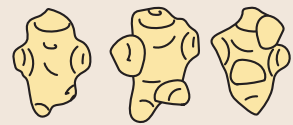


図5 収穫



栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
冷涼地				▲	▲	—	—	—	—	—	■	■
中間地	■	■	■	▲	▲	—	—	—	—	—	■	■
暖地	■	■	■	▲	▲	—	—	—	—	—	■	■

▲ 植え付け — 生育 ■ 収穫

【協議事項】

- ① J Aしまね旅行业の廃止について
- ② 信用事業方法書(為替取引)の一部改正について
- ③ お客さま本位の業務運営に関する「取組方針」の全面刷新について
- ④ 令和5年3月1日および令和5年4月1日付け機構改革の実施について
- ⑤ 令和5年度事業計画の策定について
- ⑥ 飼料・肥料高騰対策財源の一部配賦について
- ⑦ ラピタはまやま店 太陽光発電設備の取得について
- ⑧ 不祥事件(共済代理店における無届推進)発生に伴う再発防

止策の策定について

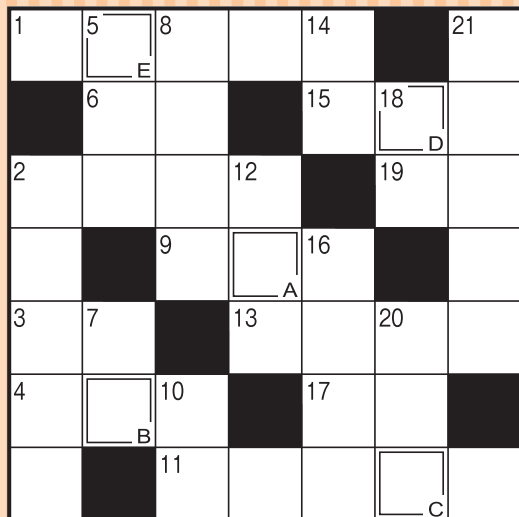
- ⑨ リスク評価書の定例改正について
- ⑩ 組合と理事との取引(契約)の承認について(都度承認分)
- ⑪ 総代定数の見直しについて
- ⑫ 第4期総代選挙の進め方について
- ⑬ 行方不明組合員等の整備へ向けた取り組み再強化について
- ⑭ 常勤理事の他の団体理事等への就任について
- ⑮ 第9回通常総代会の開催日時および場所の設定について
- ⑯ 令和4年度仮決算監事監査報告書 整備改善を要する事項(個別意見)への回答について
- ⑰ 島根県常例検査書(島根おおち地区本部)の回答について

CrossWord Puzzle

クロスワードパズル

二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

出題●ニコリ



答え

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

タテのカギ

- ②野球のBSOのS
- ⑤敵ではありません
- ⑦正しい答えに付けるマーク
- ⑧遠くて近きは——の仲
- ⑩シオマネキもこの仲間です
- ⑫得意なもの。漢字で書くと十八番
- ⑭体温計を挟みます
- ⑯空弁（そらべん）が売られている所
- ⑰田畑を耕す道具の1つ
- ⑱ギリシャ文字の最後の字。Ω、ωと書きます
- ⑳選抜高等学校野球大会の会場です

ヨコのカギ

- ①唱歌『花』に歌われている川
- ②写真などを撮影するための施設
- ③ラクダやアルパカに似たアンデス地方の動物
- ④クジラより小さめです
- ⑥4月なのに冷えるなあ、——の戻りかな
- ⑨書類の何も書かれていない部分
- ⑪新1年生の皆さん、ご——おめでとう!
- ⑬爬虫（はちゅう）類は変温動物、哺乳類は——動物
- ⑮1、3、5、7、9……
- ⑰日本人の主食です
- ⑲船を着けます



応募要項



●応募方法

ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・ご感想を記入して、下記宛先にお送りください。

●賞品

正解者の中から抽選で40名（JAしまね全体）の方に「農協全国商品券」をお贈りします。

●当選者発表

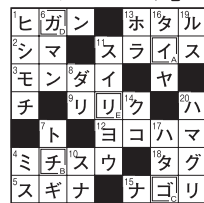
賞品の発送をもってかえさせていただきます。

●宛先・締切

〒694-0041 大田市長久町長久ハ56-1
JAしまね 石見銀山地区本部 企画推進課 「クイズ」係
2023年4月7日（金）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆

「イチゴガリ」



俳句の広場

選句者「白魚火」編集長・副主宰
安食彰彦先生

最優秀賞

万歩計付けて斐伊土手草青む

出雲市 小豆澤典子様

（評）待ち焦れた春の訪れを感じ若草が色を濃くして鮮やかに歩てくる。万歩計を付けて明るい気持になり斐伊の土手を楽しく歩かれたでしょう。

優秀賞

星冴ゆる空へと叫びたき人生

兵庫県 小田 慶喜様

庭先に野兔の跡雪の朝

大田市 大国千登世様

元朝や百十二段の八幡宮

安来市 斎藤美重子様

佳作

毛筆も洗ひて御用納かな
艶やかなみどりに光る露の玉
新雪に足跡人でないものも
時間かけバレンタインの品定め
白鳥の連なり飛べる空青し

浜田市 三浦 方美様
出雲市 石田 博子様
浜田市 三沢 孝子様
浜田市 小川美砂子様
益田市 伊藤世以子様

「家の光」でも俳句・川柳・詩・短歌を毎月募集しています。こちらへもぜひご応募ください！

「家の光」4月号 定価922円
ご購入はお近くのJAへお問合せください。



JAしまねびよりは、皆様からの俳句・川柳を募集しています。締切は毎月14日必着です。（最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句）4月号は川柳を募集します。1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。

応募方法
俳句または川柳、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、ハガキ、FAX、Eメールのいずれかでご応募ください。
※応募作品は自作で未発表のものに限ります。
※応募作品の一切の権利は、JAしまねに帰属するものとします。
※受賞作品は地域名、氏名（または雅号）を掲載します。

あて先
〒690-0887 松江市殿町19-1
JAしまね ふれあい福祉課
「俳句の広場係」または「川柳の広場係」
FAX：0852-67-7708
Eメール：fureai.hon@ja-shimane.gr.jp



最優秀賞、優秀賞の4名様には「農協全国商品券1,000円分」をお贈りします。

・お預かりした個人情報、プレゼントの抽選・発送のみに使用し、その他の目的で利用することはありません。

クミアイ家庭薬

十種の植物成分を
医薬部外品
富山薬湯
とやまやくとう

効能
肩のこり
疲労回復
痔
神経痛
腰痛
うちみ
冷え性
しんしん
リウマチ

液体タイプだから実現した
生薬エキス原液配合
薬用液体入浴剤

十種の植物成分を
医薬部外品
富山薬湯
とやまやくとう
ハーブの香り

有効成分が温浴効果を高めて
諸症状緩和に効く薬用入浴液

ココロやすらび
ハーブの香り

内容量 400mL (238g)
税別小売価格(税込)
3,980円 (税別 3,618円)

製造国 G 韓国(入浴剤)・AC
MADE IN JAPAN
※医薬部外品に分類されています。Dr. No. 3384

温浴効果による痛みの緩和に効く*
うるおうを与える

有効成分
ショウブ抽出液
クワリルチン
シカカム

保湿成分
シャクヤクエキス
エイジツエキス
クワエキス
トウキエキス
シヨウキョウエキス
クララエキス
センキュウエキス
針葉樹バール

*有効成分が温浴効果を高めることにより

■お問い合わせは…
協同薬品工業(株)島根営業所 ☎0853-25-9166

JAグループ

組合員・ご利用者の皆様へ

**4月以降のJAにおける
旅行事業の取り扱いについて**

このたび、JAしまねでは令和5年3月末をもってJA旅行センターを廃止し、4月1日以降は旅行事業をすべて(株)農協観光に委ねることいたしました。

コロナ禍で事業環境が厳しい状況のなか、諸情勢を考慮し、(株)農協観光と協議して決定した次第です。

皆様には長きにわたりご愛顧賜り、誠にありがとうございました。

今後、旅行に関するご相談、お問い合わせ等のご連絡は下記の(株)農協観光山陰支店までお願い申し上げます。

何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

観光庁長官登録旅行業第939号
株式会社 農協観光 山陰支店
〒690-0065
島根県松江市灘町1-7 松江プラザビル8階
Tel 0852-26-2600
fax 0852-26-2603
営業時間 9:00~17:00
休日 土・日祝日 年末年始

島根をもっと元気になりたい

～一緒にJAで働きませんか～

JAしまねは「農業振興」「地域振興」「地域貢献」を積極的に展開し、組合員はもとより県民そして次世代を担う若者・子どもたちとともに、大地の恵みと食文化の尊さを継承していきます。

「人と自然が共生する、光り輝く未来の創造」

- ◎地域の資源を生かし、希望と活力に満ちた農業を実現します
- ◎地域の文化を守り、心豊かに安心して暮らせる地域社会を創造します
- ◎水と緑と人を育み、豊かな大地と食を次世代に引き継ぎます

「信頼、満足、熱意、みんな一番」

- 『し』…組合員・利用者からの信頼、一番をめざします
- 『ま』…組合員・利用者の満足、一番をめざします
- 『ね』…仕事への熱意、一番をめざします



**JAしまね 令和6年4月
採用職員募集のご案内**

- 募集職種** 正職員(総合職)
 - 募集区分** 本店採用(転居を伴う配置の可能性があります) 地区本部採用(原則転居を伴う配置はありません)
 - 応募資格** ①令和6年3月大学院・大学・短大・高専・専修学校卒業見込の方
②大学院・大学・短大・高専・専修学校を卒業して3年以内の方
 - 受付期間** 令和5年3月15日(水)～4月28日(金)
 - 選考方法** WEB上での筆記試験・適性検査・面接試験
 - 応募方法** マイナビ2024よりエントリーのうえ、ご応募ください。
- ※採用情報など詳しくはJAしまねHPまたは下記までお問い合わせください。

お問い合わせ

〒690-0887 島根県松江市殿町19-1
JAしまね人事部 課
担当: 細木・加藤
TEL: 0852-67-7711
FAX: 0852-67-7714

ホームページ
https://ja-shimane.jp
E-mail
jinji_saiyou@ja-shimane.gr.jp

マイナビ 2024
マイナビでエントリー受付中



**私服勤務の
実施について**

組合員・利用者のみならず
JAしまねでは、SDGs取組みの一環とし、ジェンダー平等に取組み、職員ひとりひとりが働きやすい服装で、仕事の効率アップ、働きやすい職場環境の整備をめざし、私服勤務を実施することいたしました。組合員・利用者のみならずにおかれましては、取組みにご理解いただきますようお願いいたします。

実施日: 令和5年4月1日～

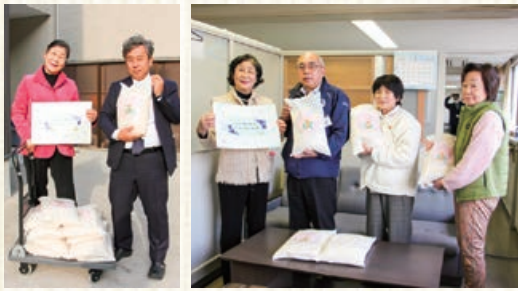
実施店舗: JAしまね全ての事業所。ただし、部署にて固有の制服等がある部署(典礼・小売店舗等)は除きます。



千両箱 トピックス



TOPICS 1 ●JAしまね石見銀山女性部 「米一握り運動」



市内の団体に米を寄贈

JAしまね石見銀山女性部は、子ども食堂やフードバンク等に米を寄贈する「米一握り運動」として、令和4年産米を市内の2団体（大田市社会福祉協議会、おおだ子ども

食堂実行委員会）に寄贈しました。

また、2月24日には、同女性部の部員が約200kgの令和4年産玄米を持ち寄りしました。県下各JA女性部で集められた玄米は、JAしまね女性部で管理し、各団体に今後



部員が玄米を持ち寄りしました

TOPICS 2 ●温泉津町施設園芸組合 アムスメロンで美味しまね認証ゴールドを取得

アムスメロン、アールスメロン、レタスを生産・出荷する温泉津町施設園芸組合は、2月14日に井田まちづくりセンターで

定期総会を開催し、令和4年度事業報告と令和5年度事業計画等4議案が、出席した同組合員11名によって承認されました。

報告された事業活動の中には、同組合が認証取得を目指す美味しまね認証ゴールドの研修会や勉強会が多くあり、本年1月20日にアムスメロンの美味しまね認証ゴールドの団体認証取得の成果と



になりました。

この日、総会に来賓として招かれた島根県西部農林水産振興センター県央事務所 大田農業部の山崎健治部長から、同組合メロン部会の山下訓志副組合長と㈱トウチユウの榊原秀夫係長に、美味しまね認証ゴールドの認証書が授与されました。

本年5月には、3名の同認証も予定されており、総会終了後に肥料農薬の研修会を開催して、更なるレベルアップを図りました。



TOPICS 3 ●素敵なシニアの為のJA講座「菜根館」&つぼみくらぶ 大田市産大豆と糶を使った味噌作り

JA石見銀山地区本部は、2月10日に同地区本部において、素敵なシニアの為のJA講座「菜根館」の8回目を開催し、受講生30名が参加しました。

この日は、JAしまね石見銀山女性部の森脇岸江部長を講師に迎え、大田市産の大豆と糶を使った味噌作りを体験しました。



糶は、JA井田加工場製造を使用



JA石見銀山地区本部は、2月10日に同地区本部において、素敵なシニアの為のJA講座「菜根館」の8回目を開催し、受講生30名が参加しました。

この日は、JAしまね石見銀山女性部の森脇岸江部長を講師に迎え、大田市産の大豆と糶を使った味噌作りを体験しました。

また、2月22日には、JA石見銀山女性部つぼみくらぶの6名が味噌作りを体験。子どもたちも加わって、1人当たり約2kgの仕込み味噌を作りました。



つぼみくらぶの味噌作り



TOPICS 4

●『白ねぎ天』試食発表会
大田市産白ねぎたっぷり



テレビでも放送されて話題となりました



『白ねぎ天』は翌10日と11日に、JAグリーンおおだで初めての一般向け特売商品として店頭に並び、用意した250袋を瞬く間に完売しました。

JA石見銀山地区本部と上野屋蒲鉾店が共同で開発した『白ねぎ天』の試食発表会が、2月9日に大田市役所で開催されました。
美味しまね認証ゴールドを取得している大田市産の白ねぎは、生産量を増やし特産化を目指していますが、規格外品の有効利用が課題となっていました。島根県産地支援課と島根県西部農林水産振興センター県央事務

TOPICS 5

●JAしまね石見銀山女性部
農機具研修会を開催



現物を手に分かりやすい研修会

JAしまね石見銀山女性部は2月14日に、JA石見銀山地区本部で農機具研修会を開催し、部員16名が参加しました。
初めての試みとなるこの研修は、やまびこジャパン(株)の矢瀧秀樹主任と同地区本部農業機械課の前島友樹職員を講師に迎え、刈払機の正しい使い方、日常点検等について学びました。
さまざまな質問があり、その都度実物を見ながらの丁寧で分かりやすい説明がありました。同部員は「刈払機は普段使っているが、改めてケガ防止のためにも、安全な作業をするよう心掛けたい」「注意点を知らずに使っていたことが多く、これから定期的な点検をしていきたい」と話しました。

TOPICS 6

●石見銀山産直出荷者協会
サカキ・シビキ栽培講習会を開催



初めてとなるシビキの技術的な栽培講習会



シビキの仕立て方を説明する田中部会長

石見銀山産直出荷者協会の花卉部会は2月15日に、JA石見銀山地区本部でサカキ・シビキ栽培講習会を開催し、会員36名が出席しました。
島根県中山間地域研究センターの富川康之科長と口脇信人研究員を講師に迎え、流通から販売、栽培技術について学びました。
また、産直の花弁では、販売額が一番多いシビキを取り扱うJAグリーンおおだから、推奨する規格の説明があり、同花卉部会の田中眞部会長は、
現物を手にシビキの仕立て方を説明しました。
全国的には90%を超える中国産の流通に対し、鮮度が高く害虫が少ない国産サカキ・シビキの需要は大きいものがあります。
全国的にヒサカキと呼ばれるシビキの自生している枝や種を育て出荷している生産者は、雄株と雌株の見分け方や病虫害被害の現物確認等を質問し、実践的な優良系統の苗木栽培と生産販売の技術講習を熱心に聞き入っていました。



石見銀山地区本部 人事異動のお知らせ

定期人事異動

令和5年3月1日付

氏名	新任	旧任
山本 淳	統括部長 兼 企画総務部 部長	統括部長 兼 企画総務部 部長 兼 総務課 課長
谷本 康治	営農経済部 部長 兼 営農推進資材課 課長	営農経済部 部長
市川 雄規	営農経済部 農産課 業務係長	営農経済部 生産販売課 業務係長
松本 賢悟	営農経済部 生産販売課 業務係長	営農経済部 営農推進資材課
宮原 勝	営農経済部 営農推進資材課 業務係長	石見銀山統括支店 共済課 業務係長
下垣 幸大	営農経済部 営農推進資材課 業務係長	営農経済部 営農推進資材課
熊野 慈昭	営農経済部 営農推進資材課	営農経済部 農産課
森田 久美	営農経済部 農業機械課	営農経済部 J Aグリーン
立脇 浩司	営農経済部 農業機械課	営農経済部 J Aグリーン
細田 睦雄	営農経済部 J Aグリーン 店長	営農経済部 営農推進資材課 課長
藤田百合江	営農経済部 自動車課	企画総務部 総務課
岩谷 直柔	石見銀山統括支店 金融課 課長	大田東支店 支店長
渡邊 潤	石見銀山統括支店 金融課 課長補佐	大田中央支店 支店長
吾郷 誠	石見銀山統括支店 金融課 課長補佐 兼 ローンセンター長	石見銀山統括支店 金融課 課長補佐
黒崎 泰史	石見銀山統括支店 金融課 業務係長	大田東支店 業務係長
荊尾 直美	石見銀山統括支店 共済課 業務係長	温泉津支店 業務係長
山田 博子	大田北支店	大田中央支店
福田 秀樹	大田中央支店 支店長	仁摩支店 支店長
谷口知加恵	大田中央支店 支店長補佐	営農経済部 農業機械課 課長補佐
福間 悠生	大田中央支店(複合渉外担当)	企画総務部 総務課付(出向)大田市農業担い手支援センター
盛 礼子	大田中央支店	温泉津支店
西村 雄一	大田東支店 支店長	石見銀山統括支店 金融課 課長
岩谷 佳寛	大田東支店 業務係長	企画総務部 総務課 業務係長
北原 裕己	大田東支店(複合渉外担当)	大田中央支店(複合渉外担当)
小野 寿稔	温泉津支店 支店長	石見銀山統括支店 金融課 係長
田中ゆうこ	温泉津支店 業務係長	大田東支店 業務係長(複合渉外担当)
吉村 拓朗	温泉津支店(複合渉外担当)	仁摩支店(複合渉外担当)
佐々木千恵	温泉津支店	仁摩支店(高山店担当)
高橋 謙一	仁摩支店 支店長	大田中央支店 支店長補佐
井上 拓雲	仁摩支店(複合渉外担当)	温泉津支店(複合渉外担当)
泉 和子	仁摩支店(高山店担当)	仁摩支店
隅田 優子	仁摩支店	石見銀山統括支店 共済課
大原 弘行	企画総務部 総務課 課長	企画総務部 企画推進課 課長
恒松 哲也	企画総務部 総務課 業務係長	石見銀山統括支店 金融課 業務係長
亀岡 隆行	企画総務部 総務課付(出向)大田市農業担い手支援センター 業務係長	営農経済部 営農推進資材課 業務係長
岡田 憲和	企画総務部 企画推進課 課長	温泉津支店 支店長

※石見銀山地区本部機構図・職員配置表は、4月号に掲載いたします。



銀争はるばる

石見銀山戦国争奪絵巻(20)

山吹城攻防戦(3)

毛利軍は、力攻めをする度に損害ばかり増え、柑子谷の牛の首川には血切谷と呼ばれる多数の毛利軍の犠牲者を吊った場所ができるほど攻めあぐねた。

そこで、毛利軍は戦法を変えて、道幅がさらに狭い南側尾根の坂根口から夜討ちを仕掛けてきた。経四郎はこれも想定しており、防ぎ手立てとして訓練した犬を配置していた。風下になることが多い地形を利用し、音や匂いに反応して群れを護る犬の習性を見張りに活かそうというもので、近づく毛利軍を事前に察知した。南側尾根には、虎口(入口)の外側に柵を築き、その外側に半月形の*馬出と畝状堅堀を設け、手間取った侵入者を柵の内側から弓矢と落石で撃退した。さらに柵の裏側である虎口との間は、畝状の堀を縦横に築いて護りを強化していたが、柵を突破されることはなかった。

西側の瓜坂岩と南西側にある矢筈城と鶴降山岩は、山吹城から離れていることから戦力の分散を避けるために最初から捨てており、毛利軍が入ったところに遊撃隊が夜討ちを掛ける。この方面には、地の利を活かして本城軍しか分からないよう偽装した間道を何本か用意しており、少人数ならば意表を突いた攻撃が可能で、何時攻められるか分からない毛利軍は、消耗を強いられた。また、

遊撃隊は、寺社の裏山や山吹城外の山中の乙見岩(仁摩町馬路)等の目立たない場所に拠点を設けて、集散を繰り返しながら攻撃を行っていたが、それを察知した毛利軍がその拠点を攻めようと潜んでいた。この小競合は、結果的に毛利軍の山吹城攻めを緩めることになり、好都合である。佐平次らの連絡で、潜んでいた毛利軍を逆に攻撃した。

一方、毛利軍が本陣とした仙ノ山には銀を掘る堅穴があり、使っていないものを落とし穴に改造したり、穴に潜んで夜に兵糧に付け火をしたり、実質的な戦果は小さいものの心理的な効果を狙った戦法で毛利軍の疲労を誘っていた。山吹城内の侵入者対策には、日替わりで色の違う布を城兵に付けることを申し合わせ、敵味方識別の目印としていた。城の縄張り強化と城兵の訓練、遊撃隊の展開が、経四郎の目算通りの成果となっていた。

ただ、地の利を活かす本城軍にも損失はあった。遊撃隊の夜討ちに幾度となく悩まされた毛利軍は、ある日、鶴降山岩に討ち討ち部隊を置き、待ち構えていた。副将椿七郎率いる遊撃隊50名の襲撃に毛利の手練れ大江下原の部隊が立ちちはだかる。両軍十数名の討死を数え、大江を討ち取った七十郎も重傷を負った。

また、毛利軍は山吹城北側三の丸と段山出城の間に攻撃の照準を合わせて、南北の虎口に軍勢の数に物を言わせた総力攻めを仕掛けてきた。ここ

が毛利軍の手に渡ると、段山出城との連絡を絶たれる。三の丸から伸ばしてある堅堀から大石を落とし、さらに出城と二の丸で弓矢の射線が交錯するように弓隊を配置して防いだが、畝状堅堀を物ともしない猛攻に陥落目前まで迫られた。最後に大丸太を一斉に転がして防いだが、その激戦で指揮を執っていた守備隊の将田平俊斎が流れ矢を受けて負傷。嫡男の常徳丸が急遽代理となった。しかし、山吹城内への毛利軍の侵入は一兵も許しておらず、城の防衛線は保たれており、毛利軍の猛攻は全て押し返していた。攻防は膠着状態となった。

(次回に続く)

*馬出: 虎口の外側を護るために作られた小さな曲輪(平らな区画)



矢筈城跡(山吹城の支城、世界遺産)と鶴降山岩、冠巖を望む



乙見岩(城)跡
山吹城西方向の馬路
高山の海側にあり、銀
山街道鞍ヶ浦道沿いに
位置する

※掲載の絵はイメージです。 ※本物語はフィクションです。物語の内容、参考資料等については、広報誌JAしまねびより(石見銀山地区本部版)令和4年3月号に記載しており、JAしまねのホームページ(https://ja-shimane.jp/ginzan/koho/)にてご覧いただけます。



◎農家の皆様へ

期限切れ農薬の回収を行います

処理を希望される方は、次の項目をご確認のうえ、持ち込みをお願いいたします。
当日は、**印鑑と処理費用**をお持ちください。

回収日時 令和5年**3月23日(木)** 午前9:00~12:00
(期日以外での回収はできませんので、ご協力をお願いいたします。)

回収場所 JAしまね 石見銀山地区本部 営農センター(大田市駅裏)

回収処理費用 1kgあたり 600円(税込)

注意事項 (廃棄農薬を持ち込む際には、必ず以下の事項をお守りください。)

1. 少量でも、農薬の入っていた袋・容器のままお持ちください。安全のため、違う種類の農薬を混ぜたりしないでください。
2. 粉剤・粒剤と液剤は分別してお持ちください。また、ヒ素・有機リン系の農薬、名前の分からない農薬は別にしてください。
3. スプレー缶は中身を出し切ってお持ちください。
4. 量の多少にかかわらず、ダンボール箱やクワンタン袋に入れてお持ちください。
5. 袋・容器から農薬がもれないよう、運搬には十分ご留意ください。

(農薬がもれたり混ざったりすると、有毒ガスが発生する恐れがあります。)

■お問い合わせ■ JA 営農推進資材課 ☎0854-84-9070

JAコラム

子どもと緑茶

私の食育日記

娘の幼稚園で、自分で作ったお茶わんでお茶会をするというイベントがありました。そのとき初めて飲んだお抹茶が、娘にとっては苦いなगराम大人の味に感じてうれしかったようで、持ち帰ったお茶わんとともに、これからは家でもお茶を飲みたいと張り切っていました。

日本の緑茶は、お茶の葉を生のまま短時間で蒸したものです。一方、ウーロン茶や紅茶はお茶の葉を発酵させてから作るお茶です。緑茶は葉をそのまま使うこともあって、5月ごろのシーズン最初に摘んだ、栄養たっぷりの生葉で作る新茶が好まれます。

また緑茶の中でも、玉露や抹茶は新芽のうちに葉を覆い、光を遮って栽培された柔らかい葉で作られます。他にも葉をほうじて作るほうじ茶もあります。せっかく日本が誇るおいしいお茶に興味を持ってくれたので、娘には、抹茶に煎茶、ほうじ茶などいろいろなお茶を楽しんでもらいました。

子どもにお茶を出すとき、気になるのがカフェインです。カフェインには利尿作用や、眠りを妨げる作用があるため、わが家でも子どもたち

食育インストラクター ●岡村麻純

ができる限りカフェインを摂取しないよう心がけています。緑茶にもカフェインは含まれています。お茶類100ml当たりのカフェイン量を見てみると、コーヒーが60mg、紅茶が30mg、煎茶やほうじ茶は20mg、玉露では160mgが含まれています。日本では発表されていませんが、海外では子どものカフェインの摂取量の目安を出しているところもあり、5歳の娘ですと1日45mg以下に抑えることが推奨されています。ほうじ茶でも約2杯分。そこでわが家では1日1杯のお約束にしました。

とはいっても、緑茶にはビタミンCが多く含まれ、抗酸化作用のあるカテキンなど体に良い成分もたくさんあります。これからの新茶の季節、子どもと一緒に、1杯のお茶をじっくり味わって楽しみたいと思います。





みんなの直売市情報

2月の売上ベスト10 (数量ベース) ※苗物・海産物を除く

JAグリーン
おおだ
21,332点

キャベツ・白ねぎ・ほうれん草・
大根・シビキ・ブロッコリー・
生椎茸・里芋・白菜・いちご大福

すいせんの里
1,904点

キャベツ・ブロッコリー・白ねぎ・
生椎茸・ふきのとう・シビキ・大根・
里芋・白菜・粕漬

4月の特売日

JAグリーンおおだ すいせんの里 4月14日(金)・15日(土)

2店舗合同セール

ポイント5倍デー

毎月 5日、15日、25日(5のつく日)

たまご半額の日

毎月 10日、20日、30日(0のつく日)

細田店長の 独り言



令和5年3月1日付人事異動により、JAグリーンおおだ店長に着任いたしました細田睦雄と申します。不慣れなため産直会員の皆様にご迷惑をお掛けすると思いますが、一日も早くお役に立てるよう努力いたしますので、変わらずご協力をお願いいたします。

寒さも若干和らぎ、少しずつ春の到来を感じられるようになってまいりました。体調管理には十分ご留意いただき、1点でも多くのご出荷をお願いいたします。

JAグリーンおおだ、すいせんの里、生産販売課

※このコーナーは、石見銀山産直出荷者協議会の情報コーナーです。

石見銀山地区本部管内 2月子牛市場ランキング ベスト5 (本人取り除く)

▶予想以上の値がつき、ありがとうございます。購入された農家のお役に立てればと願っています。



又キ最高
厚朴 邦広さん
温泉津町井田

▶次回も頑張ります。



メス最高
山口 大國 大和くん(右) 太陽くん(左)

【又キ】

順位	地区	氏名	体重	日齢	父	祖父	祖祖父	祖々祖父
1	井田	厚朴 邦広	298	264	関平照	勝忠平	安福久	平茂勝
2	水上	株式会社原農場	325	273	勝早桜5	安福久	百合茂	平茂勝
3	水上	株式会社原農場	293	266	福之姫	安福久	平茂勝	安福(岐阜)
4	井田	吉田 淳一	302	266	隆安国	美津照重	勝忠平	平茂勝
5	富山	松原 勉	326	251	幸忠栄	美津照重	安福勝	平糸勝

【メス】

順位	地区	氏名	体重	日齢	父	祖父	祖祖父	祖々祖父
1	山口	大國 裕紀	300	266	勝乃幸	美国桜	安福久	勝忠平
2	水上	株式会社原農場	283	264	勝早桜5	福之姫	幸紀雄	忠富士
3	富山	神谷 光夫	282	251	諒太郎	芳之国	安福久	勝忠平
4	水上	株式会社原農場	288	268	勝早桜5	安福久	平茂勝	安平
5	大屋	渡邊 献二	301	298	久茂福	諒太郎	安福勝	茂弘桜

2月子牛市場の成績表

(本人取り含む・金額は税込)

種別	市場	取引頭数	最高価格	最低価格	平均価格	対前月	対前年同月	平均体重	平均日齢
メス	管内	17	768,900	198,000	514,606	-76,809	-175,179	283	283
	中央	125	1,317,800	198,000	497,684	-91,276	-137,441	276	289
	県	125	1,317,800	198,000	497,684	-75,561	-137,441	276	289
又キ	管内	22	834,900	267,300	617,500	-25,057	-175,875	288	272
	中央	151	922,900	81,400	639,858	-55,374	-190,153	300	280
	県	151	922,900	81,400	639,858	-43,498	-190,153	300	280

子牛市場

令和5年2月15日



ぎんぎんテレビで放送♪

地サンの地ショー

Chisun Chishow Cooking

クッキング

今月の料理

「番外編」海鮮の旨味のつまった
「ブイヤベース」

今月の先生

島根県立大学
看護栄養学部健康栄養学科
教授 今中 美栄 さん



<材料(4人分)>

スープ

- ・魚のアラ 適量
- ・あり合わせ野菜(野菜の端、生姜、玉ねぎ、ゴボウの皮など) 適量

ブイヤベース

- ・季節の海鮮(魚、貝、イカ、エビ) 適量
- ・季節の野菜(トマト、パプリカ、玉ねぎ、ピーマン、人参など) 適量
- ・オリーブオイル 適量 ・ターメリック 適量
- ・ケチャップ 適量

<作り方>

魚のアラでスープをとる方法

- ① アラに熱湯をかける。(アラをオーブンで焼いても良い。)
- ② 水の入った鍋にアラを入れ、火にかける。
- ③ ②にあり合わせの野菜を入れて臭みを取る。
- ④ しっかり煮て、できたスープをザルで漉して完成。(製氷皿でキューブを作ると保存可能。)

ブイヤベース

- ① 生の魚やイカなどの海鮮を食べやすい大きさに切って、オリーブオイルを敷いて熱したフライパンで焼く。
- ② 海鮮と切った野菜、アラのスープをフライパンに投入。ターメリックとケチャップで味付けして、炊いたら完成。



提供：JAしまね石見銀山地区本部

10期生募集

菜根館

素敵なシニアの為の
JA講座



※入学金1万円(JAへの出資、『家の光』購読料)の他、講座ごとに材料費などが必要です。

5月開校

受講生募集！ 締切：3月31日(金)

【入学条件】 JAに通うことができる50代～70代の女性

【定員】 20名(定員になり次第、締め切りとさせていただきます。)

5月19日(金) 9:30～12:00	HAPPY自分時間スタート！ ～春の花で寄せ植え(入学式)
6月9日(金) ① 9:30～12:00 ② 13:30～16:00 どちらかお選びいただけます。	大田の宝は世界遺産！野草茶作り ～石見銀山遺跡研修会
7月調整中 10:00～13:00	大人の社会科見学 ～メロン収穫体験
8月10日(木) 9:00～16:00	女性部の人気レシピ教えます！ ～ハム・焼肉のたれ作り
9月8日(金) 9:30～12:00	癒しの一鉢 ～多肉植物寄せ植え
10月13日(金) 8:30～16:00	心も体もリフレッシュ♪ ～JA共済ふれあいの集い(筋力アップ)
11月10日(金) 10:00～11:30	ふるさとの伝統工芸に親しむ ～温泉津焼きもの体験
12月4日(月) 9:30～12:00	集中！私が生み出す豊かな時間 ～羊毛フェルトで干支作り
令和6年2月9日(金) 9:30～12:00	作って褒めて「手前みそ」 ～大田産のみそ作り
3月8日(金) 9:30～13:00	仲間とともに ～伝統料理教室・謝恩会(卒業式)

詳しくは
お問い合わせ
ください

主催：JAしまね石見銀山地区本部 後援：JAしまね石見銀山女性部
お問い合わせ ☎0854-82-1009(企画推進課)



わ い わ い ひ ろ ば

このページは皆様のお便りが頼りです。
お便りお待ちしております♪

● 読者コーナー

■年末の寄せ植えやフラワーアレンジメントの会で、JAグリーンのお花を使っています。花の持ちがすごい。やはり良い花だなと実感します。
(Fさん)

■本誌2月号の「みつけたしまねのファーマーズ」の松本さん、農業に社会福祉に高邁な精神を持ち、趣味にも力を抜かない素晴らしい方だなと思いました。応援しています。
(Fさん)

■JAグリーンおのだの総菜コーナーの豆の煮たのが美味しいです。子どもの頃、おばあちゃんが作ってくれたことを思い出しながら食べています。
(Yさん)

■すいせんの里によく行きます。今年ほどブロッコリーを食べたことはありません。シチュー、サラダ、グラタン、アヒージョ…。一生懸命作ってくださいました農家の皆様、ありがとうございます。
(Uさん)

■いつも良い句を詠まれる組合長、ありがとうございます。本誌2月号にあります。稽古を調べてみたところ、秋の季語で稲刈りが終わった後に伸びてくる細い茎とありました。私は初めて知りました。
(Sさん)

■ゆのつれタスを買いました。生サラダはもちろん、外葉はスープに入れました。他の青物とは違った食感で、美味しくいただきました。
(Oさん)

■本誌2月号の「三瓶小唄」、懐かしく郷愁を抱きながら読みました。昭和38年の38豪雪の春、中学校を卒業したことを思い出しました。
(Sさん)

■「三瓶小唄」の歌詞の一番を時々口ずさんでいます。昭和38年頃、三瓶山への遠足の車中で、バスガイドさんが歌ってくださいました。素敵な唄ですね。
(Wさん)

担 三瓶小唄について、当時の風景とともにメロディが、記憶に残っていますというお便りを他にもいただきました。

■屋根裏を片付けていたら、65年ぶりに雛壇セットと武者人形が出てきました。悩みながら組み立て、記念写真を子どもと孫へ送りました。久しぶりに童心に帰って楽しかったです。
(Iさん)

■「シソの七変化」の記事(本誌2月号の家庭菜園)、興味深かったです。産直に出す野菜が無いとき、シソの葉や実を一生懸命に集めて出します。良いものを揃えることに苦労します。
(Tさん)

■「わいわいひろば」に出ていました『大根もち』を初めて聞きました。どんな料理でしょうか。
(Aさん)

担 軽く水を切った大根おろしに小麦粉や片栗粉を混ぜ、ネギやベーコン等を加え、ごま油、醤油、みりん、酒、砂糖等で味を調えて、フライパンで焼くそうです。

担 本誌1月号でお答えいたしました「クロスワードパズル」の応募数は、石見銀山地区本部の応募数です。

年金無料相談

4月の年金無料相談は、お休みさせていただきます。

4月の外勤日(ふれあいの日)は
12日(水)・13日(木)・14日(金)

※4月12日(水)：
三瓶店、高山店は休業いたします。

本誌は地球環境に優しい植物性オイルを使用しております。



JAしまね
公式ホームページ

JAしまね

検索



* 山菜カルパッチョ



コメント

- ・うるいはアク抜き不要の山菜で、生食もOK！シャキッとした歯ごたえが春を感じさせてくれます。
- ・旬の野菜を彩りよく盛り付けるだけで、食卓が一気に華やぐ元気モリモリの一品！

材料 (4人分)

- うるい…………… 1パック
- ごごみ…………… 1パック
- タラの芽…………… 4～5本
- パプリカ (赤・黄) …… 適量
- ブラックオリーブスライス… 12g
- 生ハム…………… 40g
- モッツアレラチーズ…………… 8個
- A オリーブ油… 大さじ2～3
- レモンの絞り汁… 小さじ1/2
- 塩…………… 小さじ1/2
- 粗挽き黒胡椒…………… 適量

作り方

- ①うるいは3～4cmの長さに切る。
- ②ごごみとタラの芽は塩ゆでし、水に取って冷ましたら3cmの長さに切る。
- ③パプリカは種を除き、薄くスライスする。
- ④生ハムとチーズは半分に切る。
- ⑤大皿の上に準備した材料を彩りよく盛り付ける。
- ⑥食べる直前にAを振りかけたら完成。

アレンジ

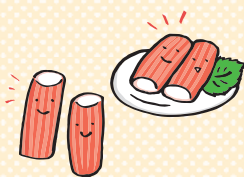
- ・調味料を早めに混ぜて、野菜をしんなりさせるとマリネ風にもなります。
- ・生ハムはカニカマやスモークサーモン、ハムの薄切りに、モッツアレラチーズはプロセスチーズに替えてもOK！
- ・旬の野菜をいろいろ組み合わせて、お好みの市販ドレッシングでも召し上がれ！
- ・生のまま浅漬け風にしてもおいしいです。

材料 (4人分)

- うるい…………… 1パック～
- 春雨…………… 30g
- アボカド…………… 1個
- カニカマ…………… 30g
- 塩昆布…………… 5g
- マヨネーズ…………… 大さじ2
- 白だし…………… 小さじ1/2

作り方

- ①鍋にお湯を沸かし、うるいの根元から先に入れ、サッと茹で水に取り、2～3cmの長さに切って、水気を絞る。
- ②春雨は熱湯に3分間浸して水に取り、水気をきって食べやすい長さに切る。
- ③アボカド (皮と種を取り除く) とカニカマは、1cm角に切る。
- ④準備した材料を全部ボウルに入れて、混ぜ合わせたら完成。



コメント

- ・うるいは加熱したり、もんだりすると、ぬめりも楽しめます。
- ・火が通りやすい食材です。風味が損なわれないよう、サッと加熱をお勧めします。

アレンジ

- ・サッとゆでたうるいを醤油・酢味噌・ごま等で和えても美味しく食べられます。
- ・味噌汁やスープ、パスタ、炒め物、天ぷらの具材としても使えます！

* うるいと春雨のアボカドマヨネーズ



JA島根厚生連

健康散歩

脂肪肝と言われたことはありませんか

「脂肪肝」と言われたことはありませんか。脂肪肝は、お酒の飲み過ぎで起こるものと思われられる方も多いですが、お酒だけが原因となるわけではありません。お酒をたくさん飲むわけでもないのに脂肪肝を指摘される人も増えています。

脂肪肝には、お酒の飲み過ぎで起こる「アルコール性の脂肪肝」と、お酒をあまり飲んでもないのに起こる「非アルコール性の脂肪肝」があります。非アルコール性の脂肪肝の場合、食べ過ぎによるエネルギーの過剰摂取と、運動不足などによる消費エネルギーの減少が原因で、体内にエネルギー (中性脂肪) が余り、肝臓に蓄えられることによって起こります。アルコール性の脂肪肝だけでなく、非アルコール性の脂肪肝でも一部肝硬変に進行したり肝臓がんを発症したりするものもあります。ほとん



ど症状もなく進行するため、放置するのは危険です。

脂肪肝は、血液検査 (肝機能検査) や腹部超音波検査を行うことで見つけることができます。治療には薬物療法もありますが、まずは生活習慣の改善が最も重要です。アルコール性の脂肪肝では飲酒を控えることが改善につながります。対して非アルコール性の脂肪肝は、食事によるエネルギー摂取量を抑え、運動で消費エネルギーを増やし、体重を減らしていくことで改善するとされています。

肝臓に蓄積した脂肪は減りやすく、生活習慣の改善ができれば効果が出やすいと言われています。何事も無理をすると継続しにくいので、自分の生活に合った無理のない方法で生活習慣を改善していきましょう。

