

# JAしまねびより

2020

11

November  
Vol.56

特集 JAしまね総合ポイント

「おさいふカード」活用方法

島根の  
いいもの再発見!!

ひらたの柿

[出雲市]

詳細は6ページへ



JALしまね 西いわみ地区本部版



## topics 1

### 「令和2年7月豪雨災害 支援募金」贈呈式

JA島根中央

会は10月20日、同会の影山喜一常務理事が島根おおち地区本部、いわみ中央地区本部を訪れ「令和2年7月豪雨」被害への支援募金の贈呈式を行いました。翌日の21日には8月の大雨で被害を受けた隠岐地区本部に、支援募金を贈呈しました。



影山常務(左)から支援募金を受けとる佐々木本部長(右)



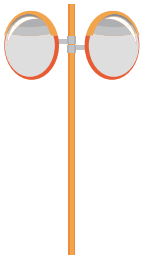
## topics 2

### 地域の交通安全のためカーブミラーを寄贈

毎年秋の交通安全運動に合わせ、JAしまね、JA共済連島根、一般財団法人島根県農協共済福祉事業団は、交通事故防止活動に役立ててもらおうと、県内各市町村へ全地区本部を通じてカーブミラーを贈呈しています。

JAしまね隠岐地区本部では9月24日、佐々木賢治本部長が隠岐の島町役場を訪れカーブミラー14基を寄贈しました。池田高世偉町長は「地域の交通事故防止や交通事故被害の軽減にしっかりと活用していきたい」と感謝の言葉を述べました。

また同地区本部では、平成31年3月より公用車全台にドライブレコーダーを設置。犯罪の抑止や犯罪・事故が発生した際に警察署等への情報提供を行い、迅速な解決が図れるよう取り組んでいます。



## topics 3

### 高齢者対策リーダー養成研修会開催

JAしまね



出雲地区本部は9月15日から10月6日にかけての3日間、高齢者対策リーダー養成研修会を開催しました。レクリエー

ション研修や救急講習など7講座を受講した修了生11人は、今後JAしまね出雲やすらぎ会の会員として、高齢者福祉活動に取り組んでいきます。

同会は1993年に結成し、現在会員は1,160人。体操教室などのミニデイサービスや独居高齢者への声掛け、草取りなどのボランティア活動を行っています。

同地区本部の岡田達文本部長は「やすらぎ会員も高齢化が進んでいる。積極的に活動に参加し、地域の活性化を担っていただきたい」と修了生に呼びかけました。



## topics 4

### 「やすぎ恋花まつり」を開催

安来市の農家60戸で構成される

やすぎ花卉部会は10月3日、4日の両日、同市内のプラナ多目的ホールで「やすぎ恋花まつり」を開催しました。

前日に行われた「やすぎの花」品評会に出品されたトルコギキョウや菊、カラー、ケイトウなど色とりどりの花卉50点が展示され、多くの来場者にやすぎの花の魅力を伝えました。

例年だと、イベントでフラワーアレンジメントの無料体験を行っていますが、今年は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止。その代わりとして子供たちに自宅でもできるフラワーアレンジメントキット30点を用意しプレゼントしました。プレゼントをもらった親子は「家に帰ったら子供と作って飾りたいと思います」と笑顔で話しました。



# 新型コロナウイルス感染症により 事業に影響を受けた農業者への JAしまねによる緊急支援の実施について

新型コロナウイルス感染症の発生により島根県内の農業者は、多大な影響を受けており、こうした中で当JAでは、国が措置した「経営継続補助金」の採択を受けられなかった農業者の経営支援および所得の確保や生産拡大を行う農業者の農業生産支援を行うため、県と連携し、「新型コロナウイルス対策支援事業」を緊急実施することとします。

記

## 1 支援規模(予算)

支援額 2億円

## 2 支援の内容

### (1) 新型コロナウイルスにより事業に影響を受けた農業者の経営継続支援

#### ①支援対象

- ・農林水産省の経営継続補助金の一次公募に申請を行った県内農業者(JAとりまとめ分:申請件数798件 申請額762百万円)の事業のうち不採択となった農業者が申請した機械、設備等。(但し、消耗品及びトラックなど汎用性の高いものは除く)

#### ②支援額

- ・1件につき上限30万円(但し、事業費の範囲内で、島根県の農林水産業収益向上緊急支援事業による補助と当JAによる支援の合計額が、農林水産省の経営継続補助金の補助上限額(3/4)を超えないものとする。
- ・共同申請者及び集落営農法人については、上限を10人(300万円)とし、事業費の範囲内で支援する。

### (2) 新型コロナウイルスにより事業に影響を受けた農業者の農業生産支援

#### ①支援対象

- ・新型コロナウイルスより事業に影響が生じている農業者に対し、当JAが定める重点的な農業振興施策への支援を通じた所得の確保を目的に、農業生産拡大等を行う農業者。

#### ②支援概要

- ・園芸重点5品目(アスパラガス、キャベツ、ミニトマト、たまねぎ、白ねぎ)及びブロッコリーの施設、機械の整備。
- ・繁殖用雌牛増頭支援。
- ・リースハウス、リースほ場団地、リース牛舎整備支援等。

## 3 対象者

新型コロナウイルスにより直接的・間接的な影響が生じている農業者、且つ別に定める要件を満たした当JAの組合員を対象。

<申請受付のお問い合わせ先>

JAしまね 本店営農対策部、最寄りの各地区本部(営農窓口)





# JAしまね「おさいふカード」活用方法

JAしまね総合ポイントカード「おさいふカード」をご愛顧いただきありがとうございます。  
今回は、上手にカードをご活用いただけるよう、めぐみちゃんの日常からアドバイスをもらいます。



JAしまねの組合員「ふるさとめぐみ」ちゃん

※（ ）内のポイントはJAしまね組合員以外の方のポイント数です。

## 貯める

### めぐみちゃんは島根県内の店舗、JAグリーン、グリーンセンター、産直店舗やAコープで毎日お買物をしているよ!



- ラピタ、産直店舗でお買物… 3万円/月の利用で**150ポイント** (150p)  
さらにEdyで支払うと**150ポイント**が追加 (150p)
  - 資材専用店舗でお買物…… 2千円/月の利用で**20ポイント** (10p)
  - JA-S Sで給油 …… 6千円/月の利用で**10ポイント** (5p)
- (注) JA-S Sでは事前に「おさいふカード」を給油カードに紐付ける手続きが必要です。  
くわしくはJA-S Sまたは、支店窓口へお問合わせください。



楽天Edyも Aコープも

楽天Edy、Aコープポイントが『おさいふカード』ポイントへ自動移行!

『おさいふカード』のEdyでお買物した時に 楽天Edyポイントが



『おさいふカード』ポイントに移行されます

Aコープでお買物した時に 『おさいふカード』を提示すると Aコープポイントが

## めぐみちゃんはJAが大好き! 給与振込も住宅ローンも貯金もJA!



めぐみちゃんは、JA支店窓口でこんな事業も利用していました。  
『おさいふカード』を提示しなくても自動的にポイントが貯まります。

こんなポイントが!

- 給与振込の指定口座……年間**50ポイント** (25p)
- 年金受給の指定口座……年間**50ポイント** (25p)
- 投資信託(残高100万円の場合) ……年間**50ポイント** (25p)
- 定期貯金(残高200万円の場合) ……年間**100ポイント** (50p)
- 住宅ローン(残高1,000万円の場合) …年間**800ポイント** (0p)



## めぐみちゃんはJA厚生連で「女性部健診」を受診しました!



- JA島根厚生連が行っている 農業者・女性部健診… 1回**70ポイント** (70p)
- 担い手ドック…… 1回**120ポイント** (120p)

他にも

- 「家の光」の年間購読…年間**100ポイント** (100p)
- 日本農業新聞の年間購読…年間**300ポイント** (300p)

### ご家族のポイントも貯めよう

「おさいふカード」をお持ちでないご家族のJAご利用ポイントを、めぐみちゃんのカードに自動加点できます。  
(注)家族加点手続きが必要です。



(たとえば) お父さんが住宅ローンを利用してが会員登録していない。



めぐみちゃんの『おさいふカード』に家族のポイントが貯まります。



(たとえば) お母さんがJAに貯金をしているが会員登録していない。

組合員ならさらにお得

以下の8項目は組合員限定のポイントです。

- ①組合員新規加入……**500ポイント**
- ②JA女子大学入学……**200ポイント**
- ③集落座談会出席……**100ポイント**
- ④各種ローン契約…… 2月末残高に応じたポイント
- ⑤生産資材……年間取引実績に応じたポイント
- ⑥農業機械……年間取引実績に応じたポイント
- ⑦米穀施設……利用に応じたポイント
- ⑧水稻育苗……利用に応じたポイント



JAしまね総合ポイントカード「おさいふカード」に関するお問い合わせは、お近くのJA窓口か下記連絡先までお願いします。

0120-031-207(平日9:00~17:00まで)



担当課より  
ひとこと

『おさいふカード』は誰でも手軽にご利用いただける会員制の利用者還元カードです。電子マネーの『楽天E d y』付きのカードも準備しておりますので、カードをお持ちでない方も会員登録いただき、ぜひ利用ポイントを獲得してください。お申し込みはお近くのJAの支店窓口へお願いします。なお、利用ポイントには有効期限がございますので、獲得されたポイントはお早目にご使用ください。

企画管理部企画管理課 足立幸紀課長



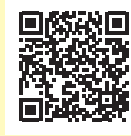
使う



めぐみちゃんは貯まったポイント  
を上手に使っているよ!

ポイントで  
JAしまねの特産品  
がもらえるよ!

「交換商品カタログ」の中からご希望の商品をポイントと交換できます。カタログは支店窓口またはJAしまねのHPをご覧ください。



「おさいふカード」  
交換カタログ  
はこちら



『おさいふカード』  
でお買物!

ラピタ、グリーンセンターなどでお買い物代金として貯まったポイントが1ポイント1円で使えます。  
〈例〉買い物代金/1,200円  
1,000円を現金で、200円をポイントで支払う。



ポイント支払い  
できる店舗一覧  
はこちら



グリーンセンター、  
JAグリーン、産直市場



JA-SS



ラピタ、Aコープ



葬祭会館



農機/自動車センター



JA支店  
(金融などのお取引)

ポイントを  
お買物券に  
交換!

発券機が設置してある支店・店舗・Aコープで500円券、または1,000円券を発行できます。



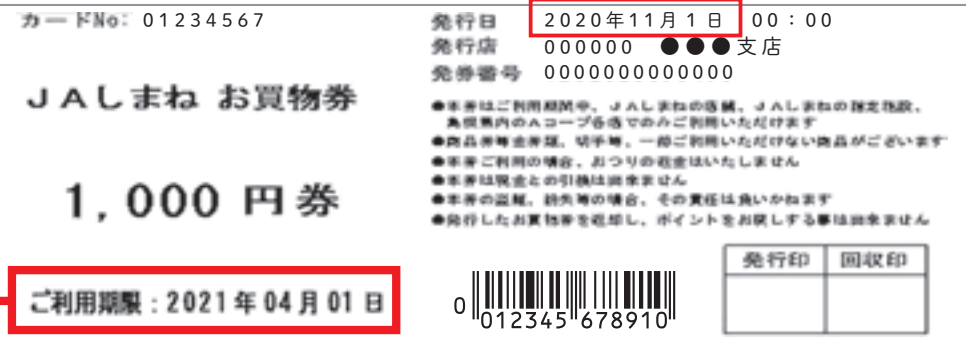
お買物券が使える  
店舗一覧はこちら



〈重要〉  
お買物券の  
ご利用期限

発行日の6ヶ月後の  
月末日までご利用  
できます。

見本



ご利用期限: 2021年4月1日の場合、2021年4月末まで使用可能 (記載日の月末日)

注意!

『おさいふカード』のポイント  
には有効期限があります。

ポイントは付与された日の翌々年  
(2年後)の年末までが有効です。

令和2年 3月31日 に獲得	令和3年	令和4年 12月31日 まで	令和5年 1月1日
100p	有効	有効	失効

『おさいふカード』はJA以外の優待店様でもご利用いただけます。

『おさいふカード』を提示していただくことで、  
購入・利用代金の割引や粗品がいただけます。



「おさいふカード」  
優待店特典の  
詳細はこちら

- ①洋服の青山(全国)
- ②はるやま(県内)
- ③エフワンアズ(松江)
- ④杜のパン屋(奥出雲)
- ⑤トリム(やすぎ)
- ⑥バルーンカフェクリームソーダ(出雲)
- ⑦島根ワイナリー(出雲)
- ⑧メガネの三城(県内)
- ⑨つぼうち推拿整体(松江)
- ⑩セコム山陰(県内)

\*ポイントの付与や使用はできません。ご利用前に対象店でご確認ください。

島根には誇れる  
農産品がた一つくさん!  
**島根のいいもの  
再発見!!**

[直撃・生産者インタビュー]

## 出雲市

今月は、出雲地区本部。出雲市万田町で柿の栽培に取り組む、JALまね出雲平田柿部会川瀬利治部会長にお話を伺ってきました。

# ひらたの柿



お話を伺いました  
川瀬利治さん

### 平田の柿は打ち出の「こづち」!?

出雲市の北東部に位置する平田地区。島根半島を東西に走る北山山系。その南向き斜面の丘陵地で「ひらたの柿」は栽培されています。十六島へと繋がる山間にある川瀬部会長の圃場でお話を伺いました。ひらたの西条柿は60年以上の歴史を誇ります。広島県から入ってきたといわれ平田地域で栽培しやすいうよう、農業試験場にて品種改良。試行錯誤してできあがったのが西条柿「こづち」です。入ってきた当時は柿の溝は浅く、北山山系のミネ



作業出荷に追われる

ラルを豊富に含んだ重粘土質での栽培に適し、品種改良を繰り返す中で溝が深くなり、今の形になったそうです。その形が「小槌」に似ていること、出雲大社のお膝元という縁起も担ぎ「こづち」というネーミングになりました。

全国でもトップクラスの甘さを誇るひらたの西条柿は、先人たちの努力で開発され、平田地域に根づき今日に至っています。

### 先人たちの取り組みを誇りに前進!

柿の栽培は、年明けから春先(1~3月頃)にかけての施肥、剪定作業から始まります。4月頃から発芽、5月に開花しますので、この頃に最も大事な作業の摘蕾を行います。この摘蕾作業で、その年の収穫が決まると言っても過言ではありません。玉太りを良く



干し柿などの加工品にも力を入れている



1つ1つ丁寧に手作業も行う

し、糖度を上げるため、また樹木を守る上でも欠かせない大事な作業です。良い果実が実るように、良い蕾を適度な間隔で剪定。とても神経を使う作業です。摘蕾が終わるとすぐに夏。夏枝管理、枝つり、防除などの管理を行いながら摘果作業が始まります。

柿栽培では一枝一蕾を基本とし、下または横を向いて奇形・病害のない果実を見極め、摘果していきます。もうこの頃には、その年の収穫、柿の出来が分かれますので、今年はいいぞ!という瞬間はやはりなんとも言えない嬉しさがあるそうです。今年はまだにその年で、天候も柿にとってとても良く、出来が良いそうです。今年も美味しい柿が食べていただけそうですよ!そして10月初旬から12月中旬頃まで出荷を続け、一年が終わります。

### 新しいことにどんどんチャレンジ

川瀬部会長は部会員の減少、高齢化傾向など、次世代に引き継ぐために何が必要なかを常日頃から模索し、チャレンジを続けています。

近年ではジョイント栽培という栽培方法を取り入れ、新たなチャレンジを始めています。ジョイント栽培とは、柿の樹をとなりどうしでつなげて一本にするやり方で、側枝は主枝の両側にムカデの足状に規則正しく並び、作業性もよく「早期成園化」できるの



玉太りの良い柿がたわわに実る



が特徴です。この栽培方法であれば低木で栽培でき、作業効率も大幅に改善できる上、高齢者でも安全に作業できます。



ジョイント栽培された柿の樹

また市場や消費者のニーズを的確に捉え、売れるものを作るということにもチャレンジします。例えば若い女性から「味が



シーズン前の大変な作業がその年の収穫を決める

良く、菌応えも良いと評判」と直売所で得たヒントを参考に、太秋・陽豊の生産を増やしているのもその一つ。平成29年3月にはスーパークーリングシステムという冷蔵庫を導入。足の速い西条柿を計画的に保存・出荷・加工することに非常に役立っています。さらに同年にはJAと共同でリース団地4.7haを造成し、生産規模拡大に取り組み、Uーターンの若い新規就農者も徐々に増えていきます。

## 後継者の育成にも尽力

今は生果用、加工品ともに生産・出荷・販売と順調ですが中長期的な目で、後継者をいかに育てることができるといのが大きな課題。

まだまだ「柿栽培はいいですよ」なんて簡単に言えないとのこと。とあるアグリビジネススクールの挨拶の中で「遊び心で柿づくりはできません」と新規

就農希望者を前に、ついつい厳しい話をしたことも。

## サラリーマンの経験を活かして

川瀬部会長はサラリーマン時代から数えると、柿の栽培はかれこれ25年になるそうです。今から約5年前に退職され、それを機に親から譲り受けた圃場を家族で営んでいます。3年前から部会長になられ「ひらたの柿」のことを日々想い、取り組んでおられます。

その努力の甲斐もあり、2012年には日本野菜ソムリエ協会が主催する第12回「野菜ソムリエサミット」食味評価部門渋柿の部で大賞を受賞するなど、ひらたの西条柿はその品質、糖度の高さ、食感の良さなどの、高い評価を得ました。

現在、87戸の部会員で西条柿を主力に富有柿、伊豆柿、太秋などを約58ha栽培し、年間600tを関西や中国地方などへ出荷しています。

干し柿などの加工品にも力を入れ、主に贈答用として「島根あんぼ」「スイートパーシモン」なども製造・販売しています。

川瀬部会長は、サラリーマン時代の営業・経営担当の経験から「損する仕事はやめて、無駄を削り効率を上げ、みんなで儲けよう」と部会をあげて様々なことに鋭意努力しています。前職で携わった営業や経営マネジメントなどのノウハウをフル活用し、生果と加工品の合計販売金額3億円を目標にがんばっています。今後は選果場の改修、加工品、加工場の体制改善、強化アップに向け、様々なことにチャレンジし続けたいと力強く話します。



## 「ひらたの柿」を、次世代へ紡ぐ。

川瀬部会長のご趣味は釣り。ただ「行きたくても農作業に部会業務などが忙しくて、なかなか行けない」と。そんな中「先日久々に農作業の合間に、息子と磯釣りへ行ってきました」と嬉しそうに語っておられました。「たまの息抜きも必要」とのこと。

「生産者はもちろん、選果場・加工場でお勤めいただくみんなと一体となって、次世代に「ひらたの柿」の魅力を紡いでいけば、後継者に上手く引き継げるはず」と、いつまでも目を輝かせながら話す川瀬部会長でした。



## 一口メモ

生食でもおいしい「ひらたの柿」。中でも主力の西条柿、富有柿の甘さと食感はピカイチ。その柿を手間隙かけて作られる干し柿「島根あんぼ」「スイートパーシモン」は、甘さがさらに凝縮され、上品で滑らかな食感が売り。首都圏を中心に年末年始の贈答用としても人気を集めています。生果用、加工品とも地元では直売所をはじめラビタや地元スーパーにも並びます。ぜひ一度「ひらたの柿」の甘さを食べ比べてみてください。



### ● 購入方法・お問い合わせ先 ●

JAしまね 出雲平田柿部会「ひらたの柿 直売所」  
電話 0853-62-2960 (10月頃~12月中旬まで)





## 斐川女性部

私たち斐川女性部は、食育活動として地元の保育園児と一緒にサツマイモの定植と収穫を行っています。今年6月の苗植えは、自粛後初めての活動になりましたので、皆で顔を合わせる事ができ喜び合いました。そして10月にはたくさんのサツマイモを収穫することができました。

また、健康維持と地域の美化活動として「斐川町美化ウォーキング」を年間5回各支店を拠点に行い、女性部員と支店職員の交流の場にもなっています。他にも自分磨き「女性倶楽部ソレイユ」、月1回の職員用昼食作り「笑味ちゃん食堂」など、様々な活動をしています。

今年度はコロナ禍の中でも、楽しく笑顔になれる活動をしています。



地元の保育園児とサツマイモの収穫



女性倶楽部ソレイユ



斐川町美化ウォーキング

## 一所懸命青年連盟



JA YOUTH

## JAしまねくにびき青年連盟

いけはら まき  
池原 真樹さん



JAしまねくにびき青年連盟（以下、農青連）の池原真樹さん（41）は松江市の揖屋干拓地でミニトマトを栽培しています。以前、介護の仕事をしていた池原さんは、仕事を通して食の大切さを感じていました。そこで、市民農園を借りて野菜栽培を始めたところ、農業の面白さに気づき、『人を元気にする野菜を作りたい』という思いから就農を決意。くにびき地区本部が新規就農者育成のために運営している「だんだん営農塾」や松江市内の農事組合法人で農業研修を行い、平成29年からJAの水稲育苗施設を借りてミニトマト栽培を開始しました。今年から、JAしまねのリースハウス事業を活用して新たに栽培しています。「毎年変わる天候に苦労しますが、自分が作ったものを消費者に美味しいと言ってもらえる嬉しくなります」と語っていました。

農青連には、当時の委員長に誘われて加入しました。「普段、一人で作業することが多いため他の農業者と接する機会が少なく、農青連を通じて交流ができて刺激になります。今後は新しいハウスで年2作に取り組むことができるので、収量と品質を向上させていきたい」と抱負を語ってくれました。





# あなたもチャレンジ 家庭菜園

## 落ち葉堆肥と 生ごみ堆肥

【落ち葉堆肥とは…】

広葉樹の中でも、ケヤキ、コナラ、クヌギなどが堆肥材料に適しています。落ち葉堆肥とは、落ち葉に米ぬか、油かす、骨粉などの有機質肥料を加えて発酵させた物で、肥料分を含んだ堆肥になります。



園芸研究家 ● 成松次郎

※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。

の容器を2個使い、1個目が満杯になったら2個目にごみの投入を始めれば、ほぼ年間を通して生ごみの処理と堆肥作りができる(図2)。

なお、生ごみ堆肥は窒素を5%程度含み、肥料効果が高いため、生ごみ堆肥だけで栽培するときは、1平方m当たり3~4kgにします。

## 理事会情報 (9月30日開催)

### 【協議事項】

- ① J A しまね旅行事業の統一と移行について
- ② 令和2年度「農業振興支援事業」の本店損益配賦の変更について
- ③ 「新型コロナウイルス対策支援事業」の実施について
- ④ 貸出金償却および約定利息・遅延損害金減免について
- ⑤ 組合と理事との取引(契約)の承認について
- ⑥ 役員増資運動における今後の具体的な取り組みについて

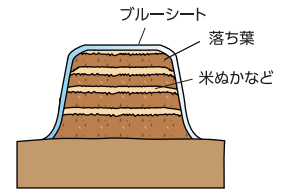
- ⑦ 「中央会・厚生連・電算センターの組織・事業あり方検討委員会」の委員選任について
- ⑧ 重要な就業規則制裁条項の適用について  
(紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)



### 落ち葉堆肥の作り方

- (1) 壁を利用したり、ベニヤ板でコの字形などの囲いで堆積場を作ってもよい。
- (2) 落ち葉を20cm程度の厚さに積む。米ぬかや油かすなど(落ち葉の重さの1~2%程度)をサンドイッチ状に積み重ね、水をたっぷりまいて踏み固める。
- (3) これを繰り返して1mくらいに積み上げる。
- (4) 1カ月に1回程度切り返し、落ち葉がボロボロに崩れてきたら(1年程度)完成です(図1)。

図1 落ち葉堆肥の作り方



### 生ごみ堆肥とは

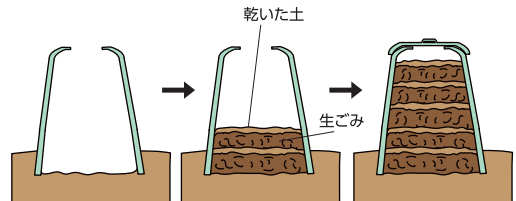
有機物である生ごみを微生物の働きで堆肥としてリサイクルすることができれば、ごみの減量に役立つだけでなく、地力を高めることもできます。

生ごみの90%以上は水分で、残りの大部分が有機物です。乾燥させて水分を飛ばすだけで減量し、元の重さの5分の1以下になりますが、これは堆肥ではありません。生ごみに米ぬかや油かすなどを加えて発酵させた物が生ごみ堆肥です。

### 生ごみ堆肥の作り方

- (1) 釣り鐘形のプラスチック容器(コンポスターなどの名称で販売)やポリバケツ(ふた付き)の底を切り取った容器を、土中20cm程度の深さまで埋める。
- (2) 水を切った生ごみを投入し、同量の乾いた土や落ち葉を重ねて入れる。容器が満杯になるまで繰り返す。悪臭や虫の発生を抑え、ごみの分解を早めるために、米ぬかをまぶしておくが良い。
- (3) 満杯になった後、1カ月以上放置しておく。一般家庭では、200L程度

図2 生ごみ堆肥の作り方





## 小規模多機能ホームにじヶ丘 利用者がコーヒーカップ作りに挑戦

J Aしまね小規模多機能ホームにじヶ丘は、利用者が楽しみながら指先の機能訓練を行うことを目的に、コーヒーカップ作りをしました。

職員が講師となり、利用者は花や果物等描かれていた転写紙の中から好みのものを選び、転写紙に水をつけて白地のコーヒーカップに貼っていきましました。そのカップを10月13日、ロマンツール大賀教室の大賀良恵さんのご厚意により800度の釜で焼いていただきました。



出来上がったカップはそれぞれ利用者に届けられ「自分で作ったカップで、毎日コーヒーが飲める」「世界に一つのカップ、娘にプレゼントしたい」と喜びました。



## 令和2年度西部地区 子牛共進会を開催



10月23日、西部地区畜産振興協議会（会長佐々木豊）は益田市の西部家畜市場で令和2年度西部地区子牛共進会を開催し、浜田市、益田市、津和野町ならびに吉賀町から19頭が出品されました。

今年には新型コロナウイルスの影響で牛枝肉価格の感染拡大により、本店主催の共進会についてはすべて中止が決定している中で、西部においては感染防止対策を徹底することにより開催することが出来ました。

佐々木会長は冒頭、「コロナ禍の影響で牛枝肉価格の下落により影響を受けているが、生産者の皆様にはぜひ今まで通り頑張ってもらって島根和牛を肥育してほしい」と挨拶しました。

その後審査員5人が一頭ずつ、体躯、毛の質、皮膚の柔らかさなどを審査し、吉賀町の金川龍治さんの「ぼたん」が最優秀賞を受賞しました。



## 島根県立益田翔陽高校 選果場を視察

益田市の島根県立益田翔陽高等学校生物環境工学科の生徒40人が10月15日、益田市飯田町の選果場の視察に訪れました。将来の農業のあり方について理解を深める事を目的に、益田市や津和野町の農場や農業施設を見学しました。

参加した生徒は、J A職員の説明を受けた後、アールスメロンの選果場を見学し、選別の様子など、選果場の仕組みを熱心にメモに取っていました。







## 赤雁の里農村公園で稲刈り体験

益田市の(有)赤雁の里(代表渡邊哲朗)とJAしまね西いわみ地区本部(本部長田村清己)は9月27日、益田市の赤雁の里農村公園で稲刈り体験を実施しました。毎年、食育活動の一環として田植え、生き物調査、



稲刈り、収穫祭を開催する「農村歳時記」は新型コロナウイルスの影響で稲刈りのみの開催で、10家族33人が参加しました。

渡邊代表は、「お米がどのようにできて食卓に並ぶのかをしっかりと学んでほしい」とあいさつされました。

島根県西部農林振興センターの職員に刈り方を教わった後、田んぼに入り今年6月に植えたおよそ2aの「きぬむすめ」を刈り取りました。

その後、かき氷やミニトマトすくいなどを楽しんだ後、自分達で研いだ新米を飯盒で炊き、赤雁の里の渡邊育子さんが作った料理を食べました。

子供たちは「お米が美味しかった。また来年も来たい」と感想を述べました。

## 北仙道女性部 防災食で意識たかめる



JAしまね西いわみ女性部北仙道支部(支部長三浦里恵子)は10月6日、北仙道公民館で月1回行う定例会で災害食作り挑戦しました。

今回は9月に行われた女性部研修会の内容や、家の光9月号別冊『災害食レシピ』について話をし、実際に部員で芋煮とハイゼックス炊飯袋を使ってお米を炊きました。

調理中、袋の縛り方や水の分量などをみんな考えてながら行い、途中部員さんが『この袋を使って芋煮の材料で煮物も一緒に作ってみたらどんなかね?』などアイデアを出しながら実際の災害時を想定して作りました。炊きあがったごはんをみんなで食べながら、他の袋でどんなもので炊けるか等意見を出し合い、防災に対する意識を高めました。

## 益田小学校とぶどう部会の イキカタズカン

JAしまね西いわみぶどう部会(部会長岩本和雄)、益田市役所社会教育課・一般社団法人ユタラボ(代表理事榎垣賢一)と益田市立益田小学校(校長増野峰国)の5年生と教職員が参加し10月7日に益田市立益田小学校の体育館で活躍する人の生き方や考え方を知り、自分の今やこれから考える事をねらいにした、イキカタズカンを開催しました。

教職員の挨拶ではじまり、ぶどう部会の竹内直実部会員が自身の生き方・考え方・子供達に伝えたい事など話した後、対話交流活動では、全部で8グループに別れ、各10人程度で語り合いました。対話の内容は「農業の良い所」や「都会に無い益田の良さ」や「小学生の自分に今アドバイスするとしたら」など全部で8項目をグループで話しました。交流活動は最後に、子供達が感想を述べ、JAぶどう部会やユタラボの皆さんに挨拶して無事に終わりました。







## J Aしまね西いわみ農業新聞大会開催

J Aしまね西いわみ地区本部（本部長田村清己）は9月25日に日本農業新聞大会を開催しました。

田村本部長は開会の挨拶で「教育の必要な新聞です。是非、読んで欲しい」と挨拶し、日本農業新聞中国四国支所鈴木祐子支所長は「農協教育は時間やお金は掛かるが、教育無くして組織は弱体化する」と述べられました。

日本農業新聞は、地域に根差した農業経営情報と、農業者の生活を守り発展させる報道に努める唯一の農業専門日刊紙であり、これからも普及拡大に努めることで閉会しました。



## 防犯カメラ贈呈式



J Aしまね西いわみ地区本部（本部長田村清己）は10月1日、吉田なかよしセンターに防犯カメラを贈呈しました。「生活支援の防犯対策」としてJ A共済事業を活用したものです。

当日行われた贈呈式では始めに、中吉田自治会長平川和義さんが「吉田自治会では住み良い地域作りを元に、吉田小学校が近いので、車の往来も多く児童の通学路や、住民の安心・安全を願います」と挨拶されました。

続いて田村本部長は「防犯カメラが付いているという事が大事で、車の往来も多く、小学校の通学路なので大事な所に防犯カメラが付いた事で、犯罪の抑止力や地域の事件・事故の根絶にJ Aとして少しお役に立てれば」と挨拶し、趣意書を読み上げ平川会長に贈呈しました。





## 益田グリーンセンター展示会開催

J Aしまね西いわみ地区本部（本部長田村清己）は益田グリーンセンターで9月25日・26日と展示会を開催しました。

各メーカーの協力で農業用資材や保冷庫・農薬保管庫などの展示販売や、簡易土壌診断を実施しました。また、益田産のトマトを使った加工品等の販売や、花苗・肥料・農薬の特売も行いました。

コロナ禍の関係もあり、来場が少ないのでは無いかと心配しましたが、多くの方にお越し頂き、賑やかに開催することができました。



## 第8回組合員親睦ゴルフコンペを開催



J Aしまね西いわみ地区本部（本部長田村清己）は組合員親睦ゴルフコンペを山口県萩・石見カントリークラブで開催しました。管内の組合員・利用者相互の親睦を深める機会として平成25年度から開催しています。

開催日の10月3日は秋晴れの下、益田市・津和野町・吉賀町から33組129人が参加し珍プレーや好プレーもあり互いに声を掛け合いながら、終始和やかな雰囲気です進み親睦を深めました。

## 吉賀町グラウンドゴルフ大会開催

J Aしまね六日市支店、柿木支店は10月3日、吉賀町蔵木の蔵木グラウンドゴルフ場で第6回J Aしまね吉賀町G・ゴルフ大会を開催しました。

当日は町内から120人が参加し、秋晴れがひろがるなか和やかにプレーを満喫しました。

開会式では、柿木支店増本支店長が「今年は新型コロナウイルスの影響で思うように行事が出来なく、組合員・地域住民とのつながりの大切さを改めて知った。これからも職員と地域とのつながりを大切に、みなさんの一番身近でお役に立てるJ Aとなるように頑張っていきたい」と話しました。

熱戦の結果、七日市の山谷ヒデ子さんが優勝されました。







## JA六日市支店 農業祭を開催



JAしまね西いわみ地区本部六日市支店(支店長橋本智恵美)は、秋晴れの10月24日(土)、JA六日市支店農業祭を開催しました。同支店前の駐車場を会場とし、杵つき餅の実演販売や、農機展示即売会・鯉すくいなどで盛り上がりました。また、JA女性部(ブロック長能美由紀子)による新鮮な野菜やちらし寿司、組合員による焼きむすびや新鮮な魚の販売なども大好評を頂きました。午後からは左笠神楽社中の神楽で盛り上がり、最後は支店職員より餅まきで締めくくり来場者を楽しませて無事に農業祭を終えました。

## 西いわみぶどう部会 「美味しまね認証」取得に向けて奮起

JAしまね西いわみぶどう部会(部会長岩本和雄)は10月9日、GAPの取組みについて研修会を開き取得に向けて部会員の奮起を促しました。

同市駅前町のJAしまね西いわみ地区本部で開いた研修会では、島根県農林水産部産地支援課産地企画グループ大畑珠理企画員を招き、島根県版GAP「美味しまね認証」の取り組みについて受講したほか、「美味しまね認証」取得団体の一つの大田市ぶどう生産組合有吉組合長らを招き、取得に至るまでの経緯や現在の状況を拝聴しました。

当日、説明に立った大田市ぶどう生産組合坂根拓倫氏は「整理整頓や日々の作業の記録などで最初は戸惑うかもしれないが、慣れである。出荷物への異物混入リスクは格段に減る。作業や資材等のロスの低減

にもなり、結果として経費の圧縮にもなった」と話しました。

説明を受けた西いわみぶどう部会では、今後、希望者を募り早々に認証取得に向け取組むこととしています。

現在島根県が推す県版GAP「美味しまね認証」は、全国的に都道府県GAPが普及してきたことや一般財団法人日本GAP協会が策定しているGAP「JGAP」等の認証取得が拡大してきたことを背景として、より高い水準のGAP認証(上位認証)の仕組みを創設し、2019年1月より「美味しまねゴールド」としてより高いレベルのGAP推進を図っています。







グリーンセンター各店で

# 簡易土壌診断

## はじめました

**無料**  
です



「野菜の生育が悪い」「肥料をどれだけやればいいのか」  
などの家庭菜園でのお困りはありませんか？

J Aでは、店舗改革の一環として組合員皆さまの営農に役立てるため、グリーンセンター店舗で簡易土壌診断を始めました。

どなたでも、いつでもご利用いただけますので、この機会にあなたの畑の土も診断してみませんか？



### 1. 実施店舗：以下の4店舗です

- 益田グリーンセンター ●グリーンセンターひまわり（日原）
- グリーンセンターしろやま（津和野） ●六日市グリーンセンター

### 2. 測定内容

- pH（ペーハー）→土の酸度が分かります
- 硝酸態窒素→土の肥料分の濃度が分かります

### 3. 診断の流れ

- ①土を採取
  - ②実施店舗に持ち込む
  - ③その場で測定
  - ④担当者が施肥をアドバイス
- ※店舗の状況によりお待ちいただく場合もあります

### 4. 土壌の採取

- 表土1cmを除いて、移植ごと1杯分(約100g)程度採取  
(施肥する前の畑の作土)
- ※同じ圃場であれば数か所採土して混ぜ合わせることをおすすめします

## 無料で簡易的な土壌診断を実施します

- ①お客様の圃場の土（握りコブシ分）を取る。
- ②当日ビニール袋もしくは、紙袋に入れて持って来る。準備はこれでOK!

**pH・ECを診断！作物にあった土になるよう  
その場で処方箋をお出しします！  
注：必ず土を持参してください。**





# 移動スーパー とくし丸 販売パートナー (オーナー)募集!

あなたも、始めませんか?  
「ありがとう」と言われる  
仕事です。

未経験者歓迎!  
ドライバー(パート)  
同時募集!

詳しくはお問合せ  
下さい。



とくし丸=実業丸  
実業=志のあつこと。  
特に、社会事業や公共の福祉  
などに熱心に協力すること。  
また、その心や、そのさま。

少しでも興味がある方、詳しくご説明しますのでお気軽にお問い合わせください。

株式会社Aコープ西日本 TEL082-276-0700

733-0832 広島県広島市西区草津港2丁目6-50 (担当 木村・藤井) <http://nishinihon.acoop.jp/>

起点店舗: Aコープますだ中央店  
Aコープラポ店

電話:0856-31-1896  
電話:0856-27-1388

J A 連絡先 J A しまね西いわみ地区本部企画総務部経営管理課 電話 0856-22-1584





西いわみ地区本部からのおしらせ

# 情報の 力で、 支えたい。



THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS  
**日本農業新聞**  
www.agrinfo.co.jp

常に農家の幸せを  
第一に考えた報道により、  
日本の食と農を応援します。



知る、活かす、つなぐ～JAグループ情報共有運動



# 生産現場を「支える情報」 2つの柱でお届けします。



## 営農を支える。

### 有利販売

気候の変動や輸入の影響を追い、例年と違う値動きを注視します。所得の安定へ、複数年契約など契約取引の情報も充実します。



### 流通トレンド

注目の品種・品目を随時取り上げます。売り場から産地までを一体的に取材し、ヒットの理由を探ります。



### 省力化

スマート農業など最先端の動きや事例に迫ります。新規就農者や後継者からベテラン農家まで役立つ情報を強化します。



AGRI BUSINESS

## 地域を支える。

### 事業承継

世代交代を迎えたときに誰に農業を任せるか——。委ねる農家、受け継ぐ農家それぞれの思いや課題の乗り越え方も含めて伝えます。

### JA自己改革

農業者や地域住民に頼られるJAの優れた取り組みを、引き続きたくさん取り上げます。JAの経営基盤強化に役立つ情報も充実します。



### 農業政策

家族農業や中小規模農家を重視する農政の基本方針は決まりましたが、生産現場で生かされるかが大切です。「基(もとい)」の行方を重点報道します。



THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS

## 日本農業新聞

〒102-8409 東京都千代田区一番町 23-3  
※2020年11月下旬より下記へ移転予定  
〒110-8722 東京都台東区秋葉原 2-3

<https://www.agrinews.co.jp>

日本農業新聞

検索

お近くの新聞販売店から毎日お届けします。  
購読のお申し込みは、あなたのJAまで

購読料  
月極

2,623円 (税込)

本体価格  
2,429円

✂ キリトリ線

## 日本農業新聞 購読申込書

年 月から購読します。

フリガナ		フリガナ	
氏名		世帯主	
フリガナ			
住所			
電話番号		取扱い JA名	JA
備考			支店・支所

個人情報は適切に管理し、日本農業新聞の配達など購読に関する業務に利用させていただきます。





西いわみ地区本部からのおしらせ

# 令和2年産米集荷速報

令和2年10月17日現在

営農経済部米穀課 (単位:30kg/袋)

## 水稲

地区名	出荷予約数量	集荷数量	集荷率		1等米比率(全品種)		コシヒカリ1等米比率		ハルニテ1等米比率		ハクエビゼン1等米比率		おむすめ1等米比率		つや姫1等米比率		
			R2年度	R1年度最終	R2年度	R1年度最終	R2年度	R1年度最終	R2年度	R1年度最終	R2年度	R1年度最終	R2年度	R1年度最終	R2年度	R1年度最終	
益田市	R2	28,092	22,344	79.5%	81.8%	67.9%	64.6%	55.2%	47.7%	66.2%	56.9%	76.9%	56.1%	79.8%	84.2%	72.3%	78.4%
		R1	30,746	23,663		77.0%	64.2%	64.6%	47.1%	47.7%	53.4%	56.9%	56.1%	56.1%	86.1%	84.2%	78.2%
	R2	5,167	3,463	67.0%	61.7%	81.3%	77.3%	72.2%	65.7%	88.2%	63.7%	100.0%	0.0%	71.0%	98.1%	89.2%	87.9%
		R1	5,453	3,018		55.3%	76.2%	77.3%	64.5%	65.7%	66.9%	63.7%	0.0%	0.0%	97.4%	98.1%	86.7%
津和野市	R2	8,716	7,006	80.4%	74.3%	85.6%	79.5%	82.3%	86.2%	85.5%	86.7%	100.0%	30.2%	100.0%	94.2%	82.9%	75.0%
		R1	9,660	7,096		73.5%	79.4%	79.5%	86.1%	86.2%	86.7%	86.7%	30.2%	30.2%	94.3%	94.2%	75.0%
	R2	28,552	19,377	67.9%	89.6%	77.7%	79.0%	71.5%	76.0%	89.5%	80.4%	0.0%	0.0%	74.5%	87.7%	83.5%	77.3%
		R1	25,648	19,690		76.8%	76.1%	79.0%	75.0%	76.0%	79.6%	80.4%	0.0%	0.0%	85.6%	87.7%	68.5%
吉賀町	R2	2,933	1,459	49.7%	89.4%	32.6%	60.9%	40.8%	83.1%	0.0%	13.0%	0.0%	0.0%	43.0%	44.9%	12.9%	34.1%
		R1	3,099	1,486		48.0%	30.3%	60.9%	45.2%	83.1%	0.0%	13.0%	0.0%	0.0%	26.9%	44.9%	29.4%
	R2	4,381	1,669	38.1%	52.5%	56.3%	76.9%	59.5%	68.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	42.2%	76.4%	65.0%	85.1%
		R1	5,486	1,313		23.9%	50.9%	76.9%	59.5%	68.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	21.0%	76.4%	43.0%
JA 計	R2	93,976	61,022	64.9%	79.5%	73.8%	74.7%	67.7%	68.7%	85.9%	75.6%	78.0%	45.3%	79.2%	85.7%	77.1%	79.1%
		R1	95,515	61,236		64.1%	70.4%	74.7%	64.1%	68.7%	74.4%	75.6%	45.3%	45.3%	84.4%	85.7%	74.0%

カントリー未計上

※集荷数量・集荷率・各品種1等米比率の下段は、前年同期実績(R1.10.12)

【農産物検査員コメント】

- ★コシヒカリにおいては、青未熟・心白粒・カラムシ被害粒が多い
- ★早生品種において、反収が低い傾向がある
- ★吉賀町においてウンカによる被害が多い(その他の地区でも被害有)
- ★立毛乾燥による同割れ粒の発生が散見される



川柳「紅葉狩り」の投稿数 津和野町11通、吉賀町1通、益田市17通

秋の日の 初老の散歩 紅葉狩り  
秋びより 二人寄り添う 紅葉狩り  
紅葉狩り 錦でかざる 城下町  
紅葉狩り 鬼女に化し舞う すばやさよ  
コロナ禍は テレビの中の 紅葉狩り

(津和野町) 大羽ミヤ子さん  
(津和野町) 大井 守さん  
(津和野町) 豊田 住野さん  
(吉賀町) 河野 澄代さん

お題「紅葉狩り」

1月のお題は「お年玉」です  
ご応募お待ちしております

紅葉狩り 脳裏にうつる 三段峡  
色づいた 今年も窓から 紅葉狩り  
友達と 枯葉マークで 紅葉狩り  
紅葉狩り 弁当作って 孫と行く  
里山は 紅く染まりて 紅葉狩り  
ゆつたりと くつろぐバスでの 紅葉狩り  
コロナコロナ 一時忘れて 紅葉狩り  
紅葉狩り 今年是我家の 庭を見る  
紅葉狩り 赤やきいろに 染まる秋  
秋空に 深呼吸して 紅葉狩り  
西日受け 紅葉色ずき 里の秋  
いにしへの 友と語りし 紅葉狩り

(益田市) 喜村 信江さん  
(益田市) 両見かすみさん  
(益田市) 林 逸枝さん  
(益田市) 小笠原かよみさん  
(益田市) 柳井 文江さん  
(益田市) 稲岡三紀子さん  
(益田市) 斎藤千鶴枝さん  
(益田市) 田原 敏江さん  
(益田市) 佐々木いと子さん  
(益田市) 大谷 恭子さん  
(益田市) 初山 敏子さん  
(津和野町) 長嶺 由子さん  
(津和野町) 大羽ミヤ子さん  
(津和野町) 大井 守さん  
(津和野町) 豊田 住野さん  
(吉賀町) 河野 澄代さん

# 読者の川柳

# にしいわみひろば

川柳 応募方法 ●葉書に 川柳、住所、氏名、電話番号をご記入ください。 ●締切 令和2年12月16日(当日消印有効) ●あて先 〒698-0024 益田市駅前町15-1 JALしまね 西いわみ地区本部 企画総務部 ふれあい課

## 西いわみ地区本部の自己改革の取り組み 各店舗のレイアウトや商品の見直しを行いました

JAしまねでは営農経済事業改革に取り組んでいますが、経済事業では組合員の皆様にご利用頂こうと店舗改革の協議を行い、益田グリーンセンターをはじめ、各店舗のレイアウトや商品の見直しを行いました。

六日市グリーンセンターのレイアウトを変えましたので、是非ともお立ち寄り頂き、ご購入をお願いいたします。

JAではこれからも自己改革実現のため皆様からいただいたご意見をできることから確実に実施してまいります。



### 12月の無料年金相談会～お気軽にご相談を～

年金定期便、年金手帳、印鑑、裁定請求書、年金証書等をご持参いただきますと、より具体的な相談ができます。はじめての方や、現在受けている年金に疑問をお持ちの方もお気軽に相談でき、秘密は固く守られます。どうぞ、お近くの会場にお越しください。

西いわみ地区本部益田中央支店金融課  
年金相談センター (0856-22-8680) は、  
平日 (8:45～17:00) いつでも  
ご相談いただけます。

12月の年金相談会

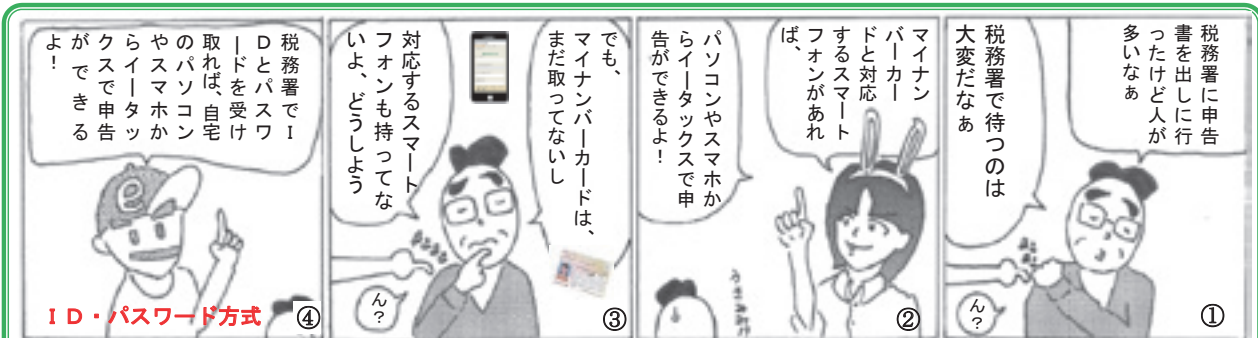
**12月17日(木) 匹見支店**

14:00～18:00 JA年金相談員

※日程は変更になる場合があります。

### 益田税務署からのお知らせ

## 確定申告は スマホ・パソコンで！



### e-Taxの利用手続がより便利になりました！

#### マイナンバーカード方式！

用意するものは、次の2つ！

- ① マイナンバーカード
- ② ICカードリーダライタ 又は  
マイナンバーカード対応スマートフォン



対象端末の一覧  
はこちらから！



#### ID・パスワード方式！

用意するものは、次の2つ！

- (ID・パスワード方式に対応した)
- ① ID (利用者識別番号)
  - ② パスワード (暗証番号)

IDとパスワードは、税務署で職員と対面による本人確認を行った後に発行しますので、発行を希望される方は、運転免許証などの本人確認書類をお持ちの上、お近くの税務署にお越しください。

- ・ 国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」でのみ利用できます。
- ・ ID・パスワード方式は暫定的な対応であるため、お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。

詳しくは

イータックスで検索



問い合わせ先／益田税務署 TEL(0856)22-0444(代表)





西いわみ地区本部からのおしらせ

メガネ・補聴器 巡回サービス

こんにちは。『メガネの三城』移動型店舗店長の狩野と申します。みなさまの町のJA各支店へお伺いさせていただいております。メガネ、補聴器の調整、ご相談などお気軽にお立ち寄りくださいませ。JA(タナカ)様でお求めの方はもちろん、他店でご購入の方も大歓迎です。

～ 無料で出来ること、お役に立てることがたくさんあります。～

選べる  
レンズ付  
メガネ一組  
**¥12,000~**

選べる  
レンズOD  
全粒1組  
**¥8,000~**

「おさいふカード」会員様へ  
**優待割引**

三キオリジナル補聴器  
**らくみみ  
MKシリーズ**

【お問合せ、訪問のご相談はこちらへ】  
**090-6955-1612**  
営業時間 月～金 9時～17時、その他特別営業日

メガネの三城  
『移動型店舗 クーリエ号』  
認定補聴器技術者・SS認定眼鏡士  
店長 狩野 昭弘

**5% OFF!! 10% OFF!!**

補聴器 メガネ一式

**令和2年12月の巡回日程**

調査・お見積  
**無料**

**断熱  
リフォーム  
足元快適**

家族みんなが  
安心・快適ね!!

発泡ウレタン施工

**床下断熱**

お問合せ・お申込みは・・・

**西いわみ地区本部 経済課**

**☎0856-23-0914**

益田市中吉田町1001-1

JA全農基本契約業者「株式会社 鹿児玉商会」特約施工店

取扱業者 **株式会社 コタマサイエンス**

(本社)〒690-0048 松江市西塚島2-8-23 (営業所)松江・江津・隠岐・鳥取・倉吉・米子・広島

**益田営業所**

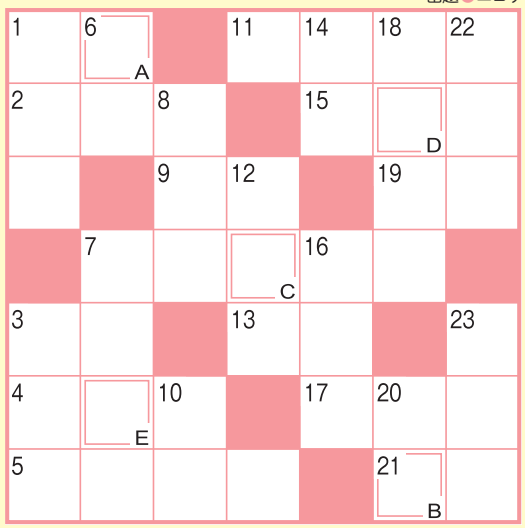
**☎0856-22-5390**

www.kodama-s.co.jp

# CrossWord クロスワード パズル Puzzle

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

・お預かりした個人情報は、プレゼントの抽選・発送以外の目的で  
利用することはございません。

## タテのカギ

- ① はたきやモップで取り除きます
- ③ ——ボクシングはムエタイを参考にして作られました
- ⑥ アルファベットの3番目
- ⑦ 素材の色が生きるように、——しょうゆを使ってお煮しめを作った
- ⑧ 時刻を知りたいときに見ます
- ⑩ 伊勢、車、牡丹(ボタン)から連想される魚介類といえば
- ⑫ 三十一文字(みそひともじ)とも呼ばれます
- ⑭ 大きな石のこと
- ⑯ 茶室に敷かれている物
- ⑰ 初心者を表す片仮名言葉
- ⑳ ——に交われば赤くなる
- ㉑ 神社を示す地図記号はこの形
- ㉒ カメラや双眼鏡にはめられています

## ヨコのカギ

- ① クリスマスツリーのてっぺんに飾ります
- ② 冬に着る厚手の上着
- ③ 魚偏に喜と書く魚
- ④ 受験生はこの前に座っていることが多そう
- ⑤ ——がカサカサ。リップクリームを塗らなくちゃ
- ⑦ 夏がサマーなら冬は
- ⑨ 1億は9——の数字です
- ⑪ 松任谷由実のヒット曲『——がサンタクロース』
- ⑬ 凝りやすい体の部位
- ⑮ ダイコンを——にしておでんに入れた
- ⑰ カタカタと布を縫う機械
- ⑲ 外(がい)の反対語
- ㉑ 冬至の日に浴槽に浮かべます

## 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・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「JA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  
〒698-0024 益田市駅前町15-1  
JAしまね 西いわみ地区本部 ふれあい課 「クイズ」係  
2020年12月4日(金)(当日消印有効)

## ◆先月号の答え◆

「ワイングラス」

1	ス	イ	ー	ト	ボ	テ	ト
2	ナ	ン	ン	ソ	ラ		
3	カ	マ	ボ	コ	ベ		
4	シ	ン	グ	ス	バル		
5	ア	チ	リ	トリ			
6	ワ	カ	ケ	カ	ネ		
7	セ	キ	セイ	イン	コ		

# 俳句の広場

## 最優秀賞

あと二列あと一列と稲刈りぬ

吉賀町 村田 綾美様

(評) 山間部で稲刈機が入らない棚田で、老農夫が懸命に稲を刈っている。ずっと昔から続いていた農夫の姿、農村風景。

## 優秀賞

数へながら手籠に朝の栗拾ふ

出雲市 森脇 英徳様

酒少し妻にもすすめたる良夜

出雲市 藤江 堯様

冷蔵庫さみしい父が開けてをり

出雲市 伊野木 正様

## 佳作

- コンバイン止めてはしまや赤蜻蛉  
出雲市 矢田恵美子様
- 散りてなほ白きを誇る沙羅の花  
出雲市 渡部 一学様
- 掛け軸を取替へてみる秋彼岸  
安来市 斎藤美重子様
- 縹雲うつして円き手水鉢  
飯南町 渡部 夢霧様
- 空家なほ破れ障子の穴さみし  
松江市 岩成 恒子様

「家の光」では俳句・川柳・詩・短歌を毎月募集しています。こちらへも是非ご応募ください!!  
「家の光」12月号は特別付録付き 定価1,027円

ご購入は、お近くのJAへ  
お問合せください。



本店「家の光」担当  
熱田由香職員

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。優秀句(最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句)

**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。  
※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「JA商品券1,000円分」をお贈りします。





—— 旅行事業の運営体制変更のお知らせ ——



12月1日からの**旅行業務は農協観光が承ります**

このたび、JA旅行事業の運営体制を、6地区本部の旅行センターを廃止し、本店経済部に旅行センターを集約して、農協観光と協力しながら全域の旅行業務を行うことになりました。つきましては、旅行に関するご相談、お問い合わせ等のご連絡は最寄りのJA各支店および各地区本部の旅行相談窓口までお願い申し上げます。

JA各支店・各地区本部の旅行相談窓口では旅行に関するお話を伺い、農協観光へ取次いたします。なお、旅行事業の取次業務への移行に伴い、「おさいふカード」ポイント付与の対象外となります。日頃のご愛顧に感謝申し上げますとともに、引き続き組合員サービスの充実に努めてまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

ご存知ですか？

「Tour」株式会社農協観光のご利用案内

1. 全国のお奨め施設を集めた宿泊プラン「旅だち」や各地の旅館・ホテル・民宿など希望に応じて手配いたします。
2. 東京ディズニーリゾートなど全国の人気テーマパークや宝塚劇場などの観劇も手配いたします。
3. JALパック・ANAスカイホリデー・はとバスなどの他社の国内・海外パッケージ商品の販売も行います。
4. JAL・ANA・FDA航空券、JR券の他、海外航空券の手配をいたします。
5. ご家族、グループ、会社等の旅行相談には、ご要望を踏まえたとご提案をさせていただきます。
6. 心をこめた贈り物として、Nツアー旅行券の販売も行っております。

観光庁長官登録旅行業第939号 <b>株式会社農協観光 島根支店</b> 〒690-0065 島根県松江市灘町1-7 松江プラザビル8階 <b>TEL:0852-26-2600 FAX:0852-26-2603</b>	【株式会社農協観光代理業】 島根県知事登録旅行業者代理業第17号 <b>JAしまね旅行センター本部</b> 〒699-0631 島根県出雲市斐川町直江5030 <b>TEL:0853-25-8907 FAX:0853-25-8917</b>
---	--

# あったかキャンペーン2020

定期貯金

2020年 キャンペーン期間  
 前半 11.2月 ▶ 11.30月  
 後半 12.1火 ▶ 12.30水

当てる食べよう  
 しまね和牛



期間中、定期貯金を

- ① 30万円以上新規または、増額でご契約いただいた方
- ② 100万円以上新規または、増額でご契約いただいた方

期間中 毎週抽選!!

**Wチャンス!!**

抽選で毎週 **29名様** (計261名様) に **5,000円相当のしまね和牛(すき焼き用)** をプレゼント!!

抽選で **29名様×2回** (計58名様) に **10,000円相当のしまね和牛(ステーキ用)** をプレゼント!!

懸賞概要

対象商品	30万円以上新規または、30万円以上増額でご契約いただいた方 (期間1年以上)
懸賞概要	<b>Wチャンス</b> 100万円以上新規または、100万円以上増額でご契約いただいた方 (期間1年以上) ※上乗せ金利の適用があるものを除きます。 ※窓口でお預け入れいただいたものに限ります。
応募対象者	期間中、定期貯金を新規(または増額)で30万円以上契約された個人の方。
応募方法	<b>Wチャンス</b> 期間中、定期貯金を新規(または増額)で100万円以上契約された個人の方。 対象商品ご契約額30万円につき抽選権を1口お付けします。
抽選について	<b>Wチャンス</b> 対象商品ご契約額100万円につき抽選権を1口お付けします。 抽選日の翌週の抽選日まで有効となりますが、1口につき、1回限りとなります。複数ご応募された場合、期間中の当選は1回限りとなります。
抽選権の失効	<b>Wチャンス</b> キャンペーン終了後、前後半各1回抽選いたします。 抽選日の前日までに懸賞対象商品が中途解約されていた場合、懸賞抽選権は無効となります。
抽選・当選発表	期間中、毎週月曜日に抽選を行います。ご当選された方に対し、当選通知をお送りします。賞品は随時発送させていただきます。
個人情報の取扱	取得したお客様の個人情報は賞品の抽選・発送のためにのみ使用します。

期間中、対象取引をご契約いただいた方へ

**よりぞうエコバッグ**を先着5,500名様にプレゼント!!  
(サイズ: H34cm×Y32cm×D12.5cm)

JAバンクは、どなたでもご利用いただけます。くわしくはお近くのJA窓口までお問い合わせください。 JAしまね

本誌は地球環境に優しい植物性インキ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



島根うまれの食材レシピ

# しまねうれしび



島根県『家の光』講師 飯塚生美子先生

## 魚のロールキャベツ



・寒い季節に体が温まる一品です。  
・野菜もたっぷり食べられます。

### \*アレンジ\*

・魚を鯖缶やシーフードミックス、お肉に変えても美味しくできます。  
・コンソメ味、和風味に変えてヘルシーなロールキャベツもお楽しみください。

### ●材料（4人分）

魚の切り身……………4切れ  
塩……………少々  
キャベツ……………800g（8枚）  
とろけるチーズ……………4枚  
A「水（ゆで汁）……………400cc  
コンソメ……………1個  
牛乳……………300cc

### ●作り方

- ①魚の切り身は2等分に切り分け、塩をふりしばらく置いて、出た水分をふき取る。
- ②キャベツは芯をくり抜き、沸騰したお湯で茹で、1枚ずつにする。（時々、上下を返しながらかぶでる。）
- ③キャベツを広げ、魚の切り身と2等分にしたとろけるチーズを乗せて包み、包み終わりを下にして鍋に並べ入れる。（全部で8包み作る）
- ④③の鍋にAと小房に分けたしめ

B「片栗粉……………大さじ1  
水……………大さじ2  
しめじ……………1パック  
人参……………1/2本  
コーン缶……………大さじ2  
塩こしょう……………少々  
パセリ……………適量

- じ、輪切りにした人参を入れ、落とし蓋をして、中火で15分煮る。
- ⑤皿にロールキャベツを2個ずつと人参、しめじを盛り付ける。
- ⑥具を取り出した鍋の中に牛乳とBの水溶き片栗粉を加え、トロミがつくまで混ぜながら火を通し、塩こしょうで味を整える。
- ⑦⑤の皿に⑥をかけ、コーンとパセリを飾って完成。

## ふき寄せご飯



・ふき寄せご飯は、木の葉が風で「吹き寄せ」られたような彩を表したご飯です。秋に収穫した栗、きのこ、芋、銀杏などを組み合わせて彩り豊かな炊き込みご飯を楽しめます。

### \*アレンジ\*

・銀杏の代わりに枝豆やいんげん豆を使って彩をプラス  
・さつまいもの代わりにムカゴや里芋を素揚げにして一緒に炊き込んでOK!

### ●材料（4人分）

米……………2合  
しめじ……………1株  
舞茸……………1パック  
油揚げ……………1枚  
人参……………1/2本  
ごぼう……………1/2本  
さつまいも……………100g  
鶏むね肉……………100g

### ●作り方

- ①米は洗米し、ザルにあげておく。
- ②しめじ、舞茸は石づきを切り、小房にほぐしておく。油揚げ、人参は2cm長さの細切りにする。ごぼうは笹がきにして水に浸け、アク抜きして水気をきる。さつまいも、鶏むね肉は1cm角に切り、鶏むね肉は酒をふりかけもみ込んでおく。
- ③鍋に②の具材とAの調味料を入れて煮る。

酒……………小さじ2  
だし汁……………400cc  
濃口醤油……………大さじ1  
A 薄口醤油……………大さじ1  
酒……………大さじ1  
みりん……………大さじ1  
銀杏……………8個  
三つ葉……………4～5本

- ④具材に火が通ったら、ざるに取り、汁と具に分けておく。
- ⑤炊飯器に①の米と④の煮汁を加え、普通に水加減し、ひと混ぜする。
- ⑥⑤の炊飯器の中に④の具材をのせて炊飯する。
- ⑦炊き上がったらザックリ混ぜ器に盛り、銀杏と1cm長さに切った三つ葉をのせて完成。

# 健康散歩

けんこうさんぽ



JA島根厚生連

## 抜け毛・薄毛の悩み…

近年薄毛への意識が高まり、悩みを抱える男女が増えているといわれています。

個人差はありますが、髪は1か月で約1cm伸びるといわれ、一定周期で成長と脱毛を繰り返しています。髪の寿命は2～6年とされており、「成長期（2～6年）：毛根が大きくなり髪が太く伸びる時期」、「退行期（約3週間）：成長が止まる時期」、「休止期（約3か月）：髪が抜ける時期」に移行していきます。髪は1日50～100本ほど抜けますが、それと同じだけの髪が育ち一定の毛量は保たれます。しかし、髪の成長が滞ったり、周期が乱れたりすると抜け毛が増えてしまいます。

脱毛には「男性型脱毛症（AGA）」、「女性型脱毛症」、「休止期脱毛症」、「円形脱毛症」など様々な種類があります。原因も遺伝的な要素・ホルモンバランス・栄養状態が関係するものなど様々で、本格的に治療する場合は、脱毛の原因を突き止めることから始まります。お悩みの場合は、薄毛・脱毛の治療をしている皮膚科、または専門のクリニックに相談するとよいでしょう。

対策する際、遺伝的な要因、ホルモンバランスが関係するものは薬物治療などしっかりとした治療が必要ですが、生活習慣が関係するものは習慣の改善によって抜け毛を防ぐことができると考えられています。洗髪する時は、まずぬるま湯で髪や頭皮の汚れ落とし、その後シャンプーを手で泡立てから頭皮や髪につけます。頭皮に爪を立てるのは厳禁です。指の腹でマッサージをするように洗い、すすぎ残しがないよう気を付けます。髪を乾かす時はドライヤーを髪から離して使用し、髪や頭皮が高温にならないよう注意が必要です。

髪は材料になる栄養（タンパク質やミネラル）を摂る、ストレスをためすぎない、睡眠不足にならないようにするなど大切です。自分の健康を守るための規則正しい生活習慣は、自分の髪や頭皮を守ることに繋がります。ぜひ心がけてみてください。



### 【編集後記】

当組合のホームページ懸賞企画には、毎回全国からたくさんの方の応募をいただきます。10月は西条柿の「こづち」をご紹介したところ「島根らしい素敵な商品名」「見たことのない柿の形」「立派な特産品」等々、たくさんコメントをいただきました。「こづち」に限らず全国の方に島根の農畜産物をもっとPRしていきます。（木村）

「お知らせ」JAしまねびより12月号「しまねうれしび」は、島根県立出雲農林高等学校「家庭クラブ」2年生のみなさんのオリジナルレシピをご紹介します。