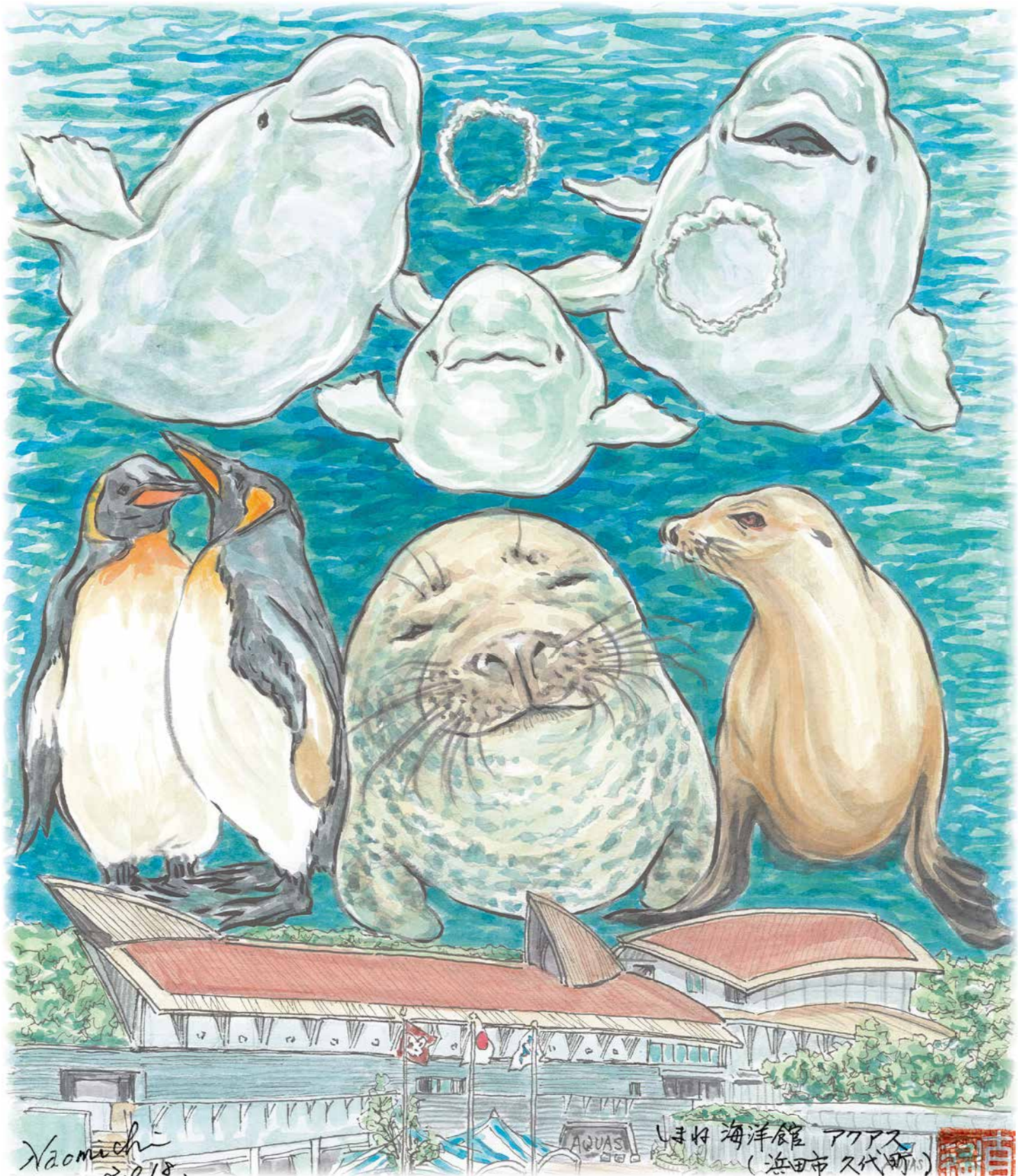


JAしまねびより

2018
5
May Vol.26

特集 島根のいいもの再発見!! 「浜田市 原木乾シイタケ」 いわみ中央地区本部





島根には誇れる農産品がたーっくさん！
島根のいいもの再発見!!
 直撃・生産者インタビュー

東西に長く広がり、海も山もある自然環境豊かな島根県。島根には、胸を張って誇れる農産品が実は多種多様にあるんです。毎月、その農産品を紹介、生産者の生の声を聞いていきます！

【浜田市 原木乾シイタケ】

5月は、いわみ中央地区本部。浜田市旭町で、原木乾シイタケを生産している、いわみ中央原木乾椎茸生産組合長の、岩地正男さんにお話をお伺いしてきました。



お話をお伺いした岩地正男さん。

原木シイタケの生産をはじめてどのくらいになりますか？

20歳の時から父親の原木栽培を手伝いはじめました。もともと地元農協で働いており、27歳で特産部門に配属となり、50歳までの23年間、シイタケなどの営農指導や販売促進業務を行ってきました。その後退職し専業のシイタケ生産者となり20年、今年で70歳になります。現在は山の中にある自然のほだ場のほかに、500㎡と200㎡のパイプ造の人工ほだ場があります。全体で1万1,000〜2,000本の原木があり、年間6〜8万駒を植菌、乾燥すると生の10分の1の重さになります。毎年500〜600kgの乾シイタケを出荷しています。



大規模な人工ほだ場を整備したことで、作業効率が格段にアップ。県内でも屈指の生産量を誇る。

どのように栽培するのですか？

原木は一部、クスギの木を共同購入していますが、基本はナラの木を周辺の山から切り出してきます。その木を約1メートル前後に玉切りしてシイタケの菌を植える原木を整形します。自然の木なので太い木もあれば細い木もあるので一概には言えませんが、平均20カ所に穴を空けシイタケ菌の駒を打ち込んでいきます。原木は春に植菌すると二（ふた）夏経過後の秋から翌年の4月頃まで収穫できます。その後、乾燥させて、乾シイタケとして商品を出荷しています。原木はシイタケが生えだしてから4年間位有効で、毎年約3,4,000本の原木に植菌し、更新作業を行いながら出荷量を維持しています。



原木「ほしいたけ」。ネーミングやパッケージに遊び心をもたせた商品も展開。

原木栽培で大変なことや、 こだわりなどありますか？

整形した原木は8〜10kgの重さがあり、搬入や移動、天候替えなどの作業は、数が多い重労働です。また、人工のほだ場は骨組みの隙間が空いており、自然の木漏れ日が差す程度の日差しが入るようになっていきます。農薬や肥料も一切必要ない反面、自然にまかせて栽培するので、シイタケの発生は天候にとっても左右されます。水分や温度の状態によってシイタケが発育していきますが、寒暖差が激しい春先では、極端な温度差がシイタケの負担になります。冬場には低温刺激と併せ、程良い積雪で水分を補充しますが、雪が多すぎると原木に悪影響があるので、常に自然と向き合いながら作業しています。こだわりの1つとしては、収穫時にヒダを触らないよう徹底し、シイタケの間



人工のほだ場は、自然の山に近い環境を様々な工夫で再現。木漏れ日や適度な湿度を作り出すことなどが、良質な原木シイタケを育てるポイント。

には必ず新聞紙を挟んでヒダの間にゴミが入らないよう、痛まないように心掛けています。



岩地さんの商品に対する想いや、優しい心遣いの一つ一つが、数々の受賞歴に繋がっているのだと納得。

シイタケの乾燥はどうやって するのですか、また乾燥させる メリットなどありますか？

収穫したシイタケは専用の乾燥機械に入れて乾燥させます。大昔はムロ（室）を作り、炭を焚いてその上で乾燥させていました。現在は乾燥機で行いますが、以前の乾燥機は夜中に起きて乾燥機の温度調整などをしなければなりませんでした。技術の進歩で一度設



乾燥機とはいえず、乾燥前のシイタケの状態を見ながら細かな工夫や管理をしていくことが、自慢の品質につながっている。

定すると、乾燥機が全てオートメーションで行なってくれるので作業効率は格段に上がりました。それでも微妙な温度のかかり方1つで、赤くなったり茶色くなったりします。ヒダが均等に綺麗に並び、黄色い色が鮮やかに出るよう、乾燥機の風の流れや微妙な温度差の違いを見定め、並べ方を工夫することで乾燥ムラの減少や、仕上がりに細心の注意を払っています。私は乾シイタケのみ出荷しています。原木シイタケは独特の高い香りが特徴で、乾燥させると長らく保存できる上、さらに栄養価が増すとされています。生シイタケよりもさらに風味が増し、食べた人からは「香りが非常に強く、すこぶる美味しい」と言っているだけなのが、モチベーションに繋がっています。

今後の抱負や展望を聞かせてください。

植菌と原木にするための玉切りの際は臨時のパートを雇っていますが、基本は私たちが夫婦と娘の3人で作業を行っています。現状の労力では有効ほだ木1万5,000本までを目安にしていますが、これまでと同じように量よりも質に重点をおいています。ほとんどのシイタケは水で戻すと、丸い元の形に戻りますが、



とってもかわいいお孫さん、「じいじのシイタケ、美味しいからわたしも大好き!」とPRを買って出してくれました。

乾燥後の形が非常に綺麗なものは全体の2割程度です。これまで以上に形の良い乾シイタケの生産を続けていきたいです。昔は旭町だけでも2000人はシイタケを生産していましたが、現在は浜田管内で50人程度まで生産者が減っています。「昆布・シイタケ・カツオ」



大切に育て、加工される原木乾シイタケ。永きに渡る歴史と想いがたっぷり凝縮され、地域に残る宝として継承されていく。

原木乾シイタケ 一口メモ

浜田市旭町は、米、和牛と並んで原木シイタケが昔から盛んに栽培されてきた。なかでも原木で栽培した乾燥シイタケは県内最大の生産地で、岩地さんはそのリーダー的存在。11回行われた島根県乾椎茸品評会では、最高賞の県知事賞を8回受賞するほか、平成26年にはキノコ類の研究者や経営者を表彰する「第36回森喜作賞」を受賞するなど、数々の名誉ある賞を獲得している。その情熱は普及活動にも及び、地元の小学生を対象にした森林教室や多くの講習会で講師を務め、これまで培った技術やノウハウを惜しみなく紹介・伝授している。

◆◆お問い合わせ先◆◆

JAしまねいわみ中央地区本部
営農企画課
[TEL] 0855-22-8812

チャレンジ「JA自己改革」



「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の3つを基本目標に、JA自らが進める改革のことをJA自己改革と言います。JAしまね農業戦略実践3力年営農計画の取り組みはもとより、食農教育や社会貢献活動等を通じて、地域活性化と住みよい地域社会づくりをめざします。

地域社会への貢献

島根県の推定人口（平成29年10月1日現在）は、684千人、65歳以上人口の割合は、33.6%となっています。人口の減少や高齢化にあつて、地域の方々が心豊かに安心して暮らせるよう、また元気がでるよう、地域のこと、住民のこと、自らのことを考えて活動している団体が数多くあります。

JAしまねは、様々な会社と同様に「社会の公器」の認識のもと、地域への貢献として、「一隅を照らす」活動を継続的に行っている団体を支援し、地域を盛り立てていきたいと考えています。

平成25年度から始めた「地域貢献・地域活性化支援事業」において、これまで、地域活性化団体活動表彰として107団体、地域活性化活動支援として活動経費の支援を94団体に行なってきました。

団体活動として表彰させて頂いた取り組みをいくつかご紹介いたします。

H28年度団体活動表彰



団体名	活動概要（当時）
アグリレディースネットワークヒロイン	斐川町の農家の“嫁”が、男手を一切借りず女性だけのステージをつくりあげ、女の力を結集し女の底力をアピールし、女の更なる活躍の場を訴求しています。1年に1回、8月に「ひかわ女の夏まつり」を開催し、町内の各種組織や、グループなどに出演依頼をし、3時間にわたりステージを盛り上げています。【H25年】
島根県飲食業生活衛生同業組合 益田支部	益田市には高津川と益田川があります。清流日本一の高津川に比べ、益田川の下流域でゴミの散乱が目立っていましたので、環境美化に6年前から取り組み、今年度からはスポーツ少年団からも多く参加頂きました。また、JA生産部会との連携により食・農地・環境に関わる地域貢献活動を展開しています。【H26年】
PEC雲州	PEC雲州によるベックマンヒーローショーを通して、今後の少子高齢化や過疎化など、地域の課題・問題点を皆で考えてもらい、地域住民一人一人の協力により地域の活性化に取り組んでいます。ひらた農業まつりでの「ベックマンショー」、地区の夏まつり、宍道湖清掃活動参加、ベックマンサンタとして幼児宅訪問等の活動を展開しています。【H28年】

今年度も表彰や支援団体を募集します。皆さまのご応募をお待ちしています。

元気な島根を応援します!

【事業内容】

- ① **地域活性化に取り組むグループ・団体表彰**
地域への貢献や活性化に取り組むグループ、団体を表彰します。（副賞20万円）
- ② **地域活性化活動支援**
地域への貢献や活性化に資する活動を維持・拡大または開始するための資金を支援します。（活動費用（飲食を除く）の2分の1、上限10万円）

支援総額 700万円

平成30年度 地域貢献・地域活性化支援事業

JALしまねでは地域における歴史・自然・文化等を活かした「地域力」発揮による「元気な地域づくり」を応援しています。本年度も「地域貢献・地域活性化」に取り組むグループ・団体等の表彰や活動を支援する事業を行います。



【対象団体】

- ① **地域活性化に取り組むグループ・団体表彰**
地域住民やJAの組合員が構成員であるグループ・団体・非営利法人（農事組合法人、特定非営活動法人に限る）で、活動歴が5年以上あること。ただし、次の場合を除く。①自治会、②氏子会、護寺会、③過去に当該事業の表彰を受賞または活動費用の支援を受けたグループ・団体・非営利法人。
- ② **地域活性化活動支援**
地域住民やJAの組合員が構成員であるグループ・団体・非営利法人（農事組合法人、特定非営活動法人に限る）。ただし、次の場合を除く。①自治会、②氏子会、護寺会、③過去に当該事業の表彰を受賞または活動費用の支援を受けたグループ・団体・非営利法人。
※なお、表彰や活動支援は、当該事業全体を通して、1団体1支援とします。

【募集期間】平成30年5月14日（月）～7月31日（火）

【応募方法】お住まいの地区本部へ応募してください。

事業の詳細は、地区本部の地域貢献活動またはふれあい活動担当部署にお問い合わせいただくか、JALしまねのホームページ <http://ja-shimane.jp/> でご確認ください。





JAしまね農業振興支援事業 活用事例のご紹介

JAしまねでは、経営拡大に向けた基盤整備や機械等の更新対策、県域でのモデル事業を実施するために、「JAしまね農業振興支援事業」に取り組んでいます。

農事組合法人のきの郷

代表理事 山本 耕一

安来市の農事組合法人「きの郷」は、平成25年に設立し、県下有数の穀倉地帯である能義平野のほぼ中央に位置しています。組合員数151名、経営面積約150ヘクタールで、地域農業の維持・発展に貢献することを基本方針とし、地域の活性化と新たな就労の場の提供、より安定した組織の構築を目指しています。

水稻、大豆など土地利用型作物を経営の軸としながら、トマトやキャベツの栽培、菜種油の製造・販売など経営の多角化を推進しています。また、安全・安心・美味しい農産物を消費者に提供するため、平成26年にトマトの美味しまね認証を取得しました。

平成28年、キャベツの栽培を開始するにあたり、JAしまねの農業振興支援事業を活用して生産機材一式と苗を導入しました。平成29年の栽培面積は1.6ヘクタール、販売額は720万円と順調に実績を伸ばしています。また、平成29年に同事業で大型コンバインを導入し、農作業のいっそうの効率化を図っています。

農業を取り巻く環境は常に不安定要素が多い中で、JAしまねには、農家の皆さんが安心して生産や出荷ができる環境づくりに取り組んでもらうとともに、より地域に根差した事業活動の展開を期待しています。

私たちが、引き続き、JAしまねと緊密に連携しながら、地域農業の発展に寄与していきたいと思えます。



お詫び

JALしまねびより4月号JALしまね農業振興支援事業の紹介において、高橋裕介さん（30）は、高橋裕介さん（36）の誤りでした。謹んでお詫びいたしますとともに、訂正させていただきます。

謹んで地震災害のお見舞いを申し上げます

島根県西部を震源とする地震により被災されました皆様に心よりお見舞いを申し上げますとともに、一日も早い復旧をお祈り申し上げます。

島根県農業協同組合
代表理事組合長 竹 下 正 幸

雲南

県内有数の花き生産地 トルコギキョウ育苗順調

島根県、広島県、鳥取県の3県にまたがる三国山（みくにやま）の中腹に位置する、奥出雲町三井野原は、標高700メートルの冷涼な気候を活かして古くから県内の花き生産をけん引しています。

4月11日には雲南地区本部の横田育苗センター（奥出雲町横田）で県東部農林振興センターが主催する育苗検討会が開かれました。三井野原花き出荷協議会員やJA職員らが集まり、平成30年産トルコギキョウの育苗状況について確認しました。同地区本部管内のトルコギキョウの年間生産量は約30万本で、三井野原地区はその8割を占める一大産地です。

4月下旬には生産者の元へ苗が渡り、8月上旬からお盆に合わせた出荷が始まります。同育苗センターの田中寛樹職員は「温度管理や灌水作業を適切に行い、生産者が納得のいく苗を出荷できるよう努めていきたい」と管理に精を出します。



生育状況を確認する参加者

くにびき

地産地消で地域を活性化！ 「さんちよく営農塾」開講～17名が学ぶ～

くにびき地区本部では4月4日、中海干拓研修センターで「さんちよく営農塾」の開講式を行いました。

同塾は今回で3期目となり、農業に関心があり、将来、良品質の農産物を収穫し「JA産直コーナー」への出荷を目標とする人を対象に募集。基礎知識と圃場実習、模擬出荷体験などの内容で一年間かけ、研修します。

当日は、塾生17名が出席。冒頭、塾長の中村隆営農経済部長が「産直は安心安全で、おいしいものが買えるというイメージをもっている方が多い。産直に出荷することで、地域の農業生産を盛り上げていきましょう」と挨拶。続いて、塾生は自己紹介と、それぞれの農業に対する思いや今後の目標を発表しました。

その後、第一回目の講義として「土づくりと連作障害対策」について学び、場所を圃場に移し「さといも・しょうがの芽だし作業」を行いました。

夫婦で受講された岸井智さんの奥さんである麻美子さん（東来待）は「ゼロからの挑戦ですが、学習し、産直への出荷や、将来カフェを開いてその店で、提供したい」と目標を語りました。



講義を受ける塾生

隠岐

西郷家畜市場の新設について

隠岐地区本部管内では、毎年、年3回の家畜市場を開設し、隠岐の雄大な自然で放牧された足腰の強い黒毛和牛種の子牛の売買が行われています。現在の西郷家畜市場は、隠岐の島町有木地区にある島後畜産センターにて行われていますが、施設の老朽化等により先般3月に開設された家畜市場をもって閉鎖され、新たに同町今津地区に新西郷家畜市場の建設を現在行っています。5月に予定されている竣工を経て、次回7月の家畜市場からは、新しい場所での開設となります。

管内の繁殖牛生産は、一時生産農家の減少とともに家畜市場への子牛上場頭数も減少していましたが、現在は、同町の基幹産業として振興され、畜産事業への企業参入等もあり、年間の子牛上場頭数は300頭を超え、販売高も2億円を超えている状況です。



やすぎ

からだ年齢チェックと健康体操

女性倶楽部えによば第3期生は4月4日、講師にJA島根厚生連の保健師の鐘築健人氏を招いて第4回目となる講座を行い、19名が参加されました。

はじめにウォーミングアップで頭の体操を行い、体組成計で筋肉や水分の割合などを測定しからだ年齢を割り出すことで、自分のからだの現状について学ばれました。続いて、講師から健康体操の1つであるレインボー体操を教わり、最後には音楽に合わせて皆さんで体操が行われました。

参加者は「体組織チェックで自分のからだはどうなっているのかを知れて良かったです」「体操で首肩回りが楽になって、ポカポカとからだ温まり気持ち良くなりました」と話されました。



斐川

春休みちゃぐりんフェスタ開催

4月5日、斐川地区本部は、3月にリニューアルしたばかりの料理教室「ひかわあぐりキッチンふぁみーゆ」で、小学生を対象とした「ちゃぐりんフェスタ」を開催し、21人が参加しました。食育に関わりながら、友達づくり、思い出づくりを目的に、春休み版として企画され、子ども向け雑誌「ちゃぐりん」を参考に、職員、女性部員が講師を務め、○×クイズやプラ版工作、ピザ、スープ、プリン料理に挑戦しました。参加した子どもたちからは「違う小学校の友達ができ嬉しかった」「楽しかったので次も参加したい」といった感想が寄せられました。担当した職員は「一緒に作業をすることでJAを身近に感じてもらうことが出来た、今後も子供たちの喜ぶ企画を考えていきたい」と意気込みを語りました。



みんなで作った料理を完食!

隠岐 どうぜん

交通安全用反射材を贈呈

3月27日、隠岐どうぜん地区本部の清水雅美副本部長が西ノ島中学校を訪問し、交通安全用反射材を贈呈しました。共済事業を通して「安全で安心な社会づくり」を目指しているJA共済では、毎年新1年生を対象に、交通安全資材として「夜光反射タスキ」と「自転車用夜光反射テープ（サイクルヒット）」を贈っています。

今年度は、同地区本部管内（西ノ島町、知夫村、海士町）の3校にそれぞれ38本を贈り、山中慎嗣校長は「登下校時には生徒全員が着用し、安全確保と交通事故防止に役立っています」と感謝の言葉を述べられました。清水副本部長は「生徒に事故がないことを祈っていますので、学校での適切な交通安全の指導を期待しています」とお願いしました。

同地区本部（JA共済）では、これからも様々な活動を通じて、豊かで安心して暮らすことのできる地域社会づくりに貢献していきたいと考えています。



山中慎嗣校長（左）と清水雅美副本部長（右）

石見銀山

地震被害を調査

4月9日未明に発生した島根県西部を震源とする地震により、大田市では多くの建物被害に見舞われました。

石見銀山地区本部では、建物更生共済加入者より被災の報告を受け、調査を行っています。

被害にあった被共済物件は4月13日時点で700件以上で、部署の枠を超え、職員が調査にあたっています。

地震発生直後は断水も発生し、地域のライフラインに打撃を与えました。

瓦の崩落や壁に亀裂が生じている家も多数あり、被災の状況を調査するとともに、JA共済のブルーシートをお渡ししました。

被害にあった住民は「こんな地震は初めて経験した。余震が続いたので眠ることができなかつた。今後も地震が起きる可能性があるのが怖い。」と話しました。



被害にあった建物の調査を行う職員

出雲

シーズン到来！ ラピタビアガーデン オープン！

出雲地区本部では毎年恒例となっている「ラピタビアガーデン」の営業を4月13日、ラピタ本店屋上で開始しました。開放的な雰囲気、小さなお子様から年配の方まで幅広く楽しんでもらえる交流の場として毎年開催しています。

初日は仕事帰りの方を中心に約150人が来場。オープニングセレモニーでは、JAしまね出雲女性部西部地区のグループ「和太鼓 縁（えん）」が力強い演奏で注目を集めたほか、地元バンド「はびねずKnight's & Emi」の親しみのある曲目で会場を盛り上げました。

ビアガーデンは9月30日までの期間中、午後5時半から午後9時まで毎日営業します。常時50種類の料理を準備し、バイキング方式で飲み放題、食べ放題となっています。また、今年は毎週火曜日にブラジル料理コーナーを設置する「ブラジルフエア」を新たに企画しました。季節に合わせた料理や楽しんでいただける企画、お得な企画を多数用意し、皆様のご来場を心よりお待ちしております。



ご予約・お問い合わせは生活部プライダル課 TEL0853-21-6063まで。（お問い合わせ時間／9：30～20：00）

西いわみ

全役職員一丸で取り組む 平成30年度事業進発式を開催

西いわみ地区本部（田村清己本部長）は4月7日、益田市遠田町で開催した平成30年度事業進発式で、出席職員全員によるグループディスカッション「ワイガヤミーティング」を行いました。

チームワークによる共感と一体感の環を作り職員の熱意を引き出し平成30年度事業に臨みます。

田村本部長はミーティング開始にあたり「メンバーが一人ひとりの意見を聴くことで情熱や感動を感じ、文字にすることで共感を呼ぶ。アイデアや工夫、知恵を出し合うことで一体感が生まれ、チームとしての覚悟や信念、責任に基づく行動につながる。遠慮せず意見を出し合い行動に移してほしい」と職員を鼓舞し「熱意あるJAマンになろう」と職員に呼びかけました。

当日は正職員と嘱託職員、臨時職員を合わせた出席者164名を22の小グループに振り分けました。

グループメンバーは、課題の発見、課題の解決策、解決策の実行という3つの質問に対してそれぞれ討論をかわした後、代表者がメンバーから出た様々な意見や提案などを発表しました。

出席した職員の一人は「全員で行うミーティングで共通の意識を高めることができ新鮮だった。目標達成を目指しがんばりたい」と新年度にける意気込みを語りました。

このほか、会場では出席役員らがJA自己改革で目指すものや取り組むものの重要性を説いたほか、各事業部門の代表者が平成30年度の方針を述べました。

最後に若手職員による決意表明とガンパロー三唱で式を締めくくりました。



本店

JAしまね入組式 ユースカレッジも開始

4月2日に松江市のJAビルで入組式を行いました。今年度は47人の職員を新たに迎えることができました。

新入職員を代表して、やすぎ地区本部の米山菜摘職員が「組合員の皆様を、農業面から生活面まで幅広く支えていくことが使命だと認識し、信頼される職員となるよう精進します」と決意表明しました。

同日より新入職員向け研修「JA島根ユースカレッジ新入職員課程」もスタートしました。期間は来年1月までで、集中研修期間と位置づけた4月2日からの3カ月間は、合宿研修や職場実習を行います。研修では、JAの基礎知識や社会人としての心構えをはじめ、職員として必要な知識・実務の習得を目指します。また、農業実習も行い、農業に関する理解を深めます。

JAしまねが掲げる、「組合員・利用者から信頼され、選ばれ、必要といただけるJAを築く」という理念のもと、入組時に抱いている志を忘れることなく現場で活躍してもらいたいと思います。



新入職員を代表して宣誓を読み上げる米山職員（中央）

島根おおち

三江線ラストラン

島根県江津市と広島県三次市を結ぶJR三江線が3月31日、最終運行を迎えました。各地の駅で地元の方や、鉄道ファンが別れを惜しむなか、島根おおち管内の各駅でも多くの人が集まり、三江線の最後を見送り賑わいました。

美郷町の粕淵駅では昨年12月に地元で開催された鴨山駕籠かき大会に出場した際、歴代の車体をモデルに職員が作成した3輦の駕籠が展示され、邑南町の宇都井駅では、うどんの販売等のバザーが行われ、島根おおち女性部の地元部員も協力し、ラストランを盛り上げました。

三江線全線開通当時を知る方は、当時の思い出しながらのお別れとなったようです。

島根おおち地区本部では、管内の各地域で行われる行事への参加により、「地域の活性化」に取り組んでいきます。



いわみ中央

プルタブ回収運動で車いす贈呈 ～小さな積み重ねが地域貢献に～

いわみ中央地区本部（井上宗治本部長）は、4月上旬、自走式クルマ椅子1台を江津市社会福祉協議会（黒川聡会長）に贈呈しました。同事務所を訪問し地区内の介護支援活動に役立てて欲しいと贈ったものです。これは、同地区本部が平成24年度より管内組合員・利用者呼びかけているエコ運動の一環で同地区本部管内の各支店・事業所でのプルタブ回収運動の成果として行っています。井上宗治本部長は、「捨ててしまえばただのゴミだが集めれば有効な資源としてクルマ椅子に変え贈ることが出来る。今後もこのような活動を続けて行きたい。」と話しました。受取った黒川聡会長は、「最近是在宅介護支援活動が増えている。有効に活用させていただく。」とお礼を述べました。



井上宗治本部長（左）と黒川聡会長（右）

タテのカギ



- ①相場や、商品の一番安い価格のこと
- ④バラや菊の生産量日本一の県
- ⑦砂浜に上陸して卵を産みます
- ⑨笑い話の最後につけるもの
- ⑩くしやブラシでとくします
- ⑪贈り物に掛けて結びます
- ⑬丸い頭に円筒形の体の木製人形
- ⑮著名人に「書いてください」とねだるもの
- ⑯砕けて石や砂になります
- ⑰バイオリンやハーブに張りまします
- ⑱カレシやカノジョのこと
- ⑳サトイモやヒョウタンは——繁栄の縁起物とされます
- ㉑意見がまとまらないまま——発車した

ヨコのカギ



- ①株主——は6月に多数開かれます
- ②——に挟んだんだけど……Aさん、結婚するんだって？
- ③ボジの反対語
- ⑤H+とかOH-とか
- ⑥6月の第3日曜日は——の日です
- ⑧小麦粉のこと
- ⑫親指の別名です
- ⑬——の洗いを酢みそで食べます
- ⑭ヒナはひよこ。とさかがあります
- ⑮呼吸で血液中に取り込みます
- ⑯眠っている人が出す騒音の一つ
- ⑰一年で一番夜が短い日
- ⑲国語辞典を引いて調べます

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？

1	7	10			17	20
2				15		
3			13			
	8	11			18	
4		12			19	21
5	9			16		
6			14			

答え

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

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「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 〒699-1395 雲南市木次町里方1088-6
JAしまね 雲南地区本部 ふれあい課「クイズ」係
平成30年6月5日（火）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆
「ミドリノヒ」

シ	オ	ヒ	ガ	リ	ス
テ	ジ	ナ	カ	ガ	ミ
ン		ゲ	キ	ツ	レ
	ハ	シ	リ	ガ	キ
コ	ヤ		エ	ラ	ラ
ド	セ	イ	モ	ア	イ
モ		ケ	モ	ノ	ミ

・お預かりした個人情報、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。

「良質な睡眠」とってますか？

眠りが浅い、何度も目が覚めてしまう、仕事の疲れでなかなか眠れないなど、「不眠症」の症状が出る方が近年増えてきているようです。
眠れないといっても原因や症状はさまざまあり、眠れないことによっては心身の不調が生じる、日中の活動・生活に支障が生じる場合に「不眠症」として治療が行われます。不眠症は、睡眠時間がとれないことよりも、質の高い睡眠がとれず疲労回復ができないことが問題で睡眠薬を使うのではなく、まずは、日常生活の中で改善できることから取り組んでみましょう。

1. 良質な睡眠のためにできること

1. 毎朝同じ時間に起きる…自律神経を調節するために、毎朝同じ時間に起きて身体のリズムを整え、太陽の光を浴びるようにします。これを習慣づけていくと「体内時計」が整い、一日の周期を正常に保つことができます。
 2. 適度な運動を行う…ウォーキングなどの有酸素運動を行うと、適度に体が疲労し脳が休息を求め、速やかな睡眠を促せます。しかし、逆に寝る直前で過度の運動をすると、交感神経が刺激され、逆効果になりますので注意が必要です。軽いストレッチが効果的です。
 3. 刺激物を避ける…カフェイン等の刺激物は交感神経を刺激するため、寝る前にコーヒーやお茶などを飲むことは不眠症を悪化させるといえます。また夜間頻尿の原因にもなるため、ホットミルクや白湯を飲んで体を温めることが最適です。
 4. 寝る前には柔らかな光にする…パソコンやテレビ、携帯電話の画面などは寝る直前には見るのを控えて、部屋の電気は明るくしすぎず、柔らかな間接照明などで光を抑え気分を鎮めましょう。
 5. 寝酒は効果的？…確かに、アルコールに不安を抑えたり精神の緊張をほぐしたりする作用がありますので、たまに飲酒するのであれば寝入りをよくするには効果的なこともあります。しかし、常用したり大量に飲んでしまうのはかえって逆効果。アルコールは夜間前半の睡眠を増加させますが、その作用が長続きしないために夜中や早朝に目が覚めてしまうことになり、かえって睡眠が不安定になります。アルコールは睡眠薬ではないので、ほどほどに…
- 今までの睡眠を見直してみると、少しの工夫でぐっすり眠れるようになるかもしれません。それでもなかなか眠れない人は、無理をせずに医療機関に相談してください。

プロが **今** おススメする イチオシ **新** 共済

働くわたしの

ささエール

生活障害共済

を徹底解説



「ささエール」って
どんな共済？

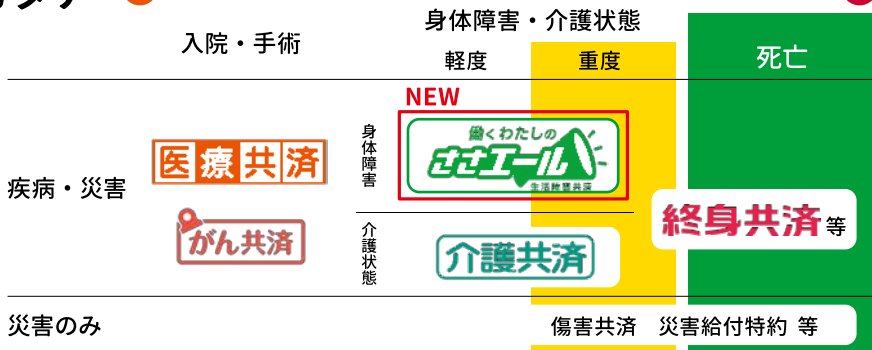
原因が病気がケガかを問わず、身体障害者手帳制度（公的制度）の1～4級を保障します。今まで通り働けなくなったときの、収入の減少や支出の増加に備えられる幅広い保障となっています。



JA共済 備えのカたち

軽

重



今年の4月から
新たに「ささエール」
が登場！身近にひそむ
「もしものとき」への
備えがさらに充実
しました！



「働けない状態」って？

例えば下記のような場合があります。

日常生活でめまいを感じ、MRI検査を実施。小脳梗塞と診断され、その後介助なしでは歩行が困難な状態に…

手のひらに紅斑やむくみ、全身に倦怠感があり病院を受診。肝硬変と診断され、嘔吐等を繰り返す状態に…

農作業中に農機に手を挟まれ、片手の親指と人差し指を失うことに…

スノーボードで転倒し、下肢を負傷。機能に著しい障害を負うことに…



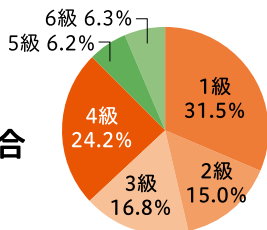
※上記は、身体障害者のリスクイメージです。
身体障害者手帳の等級認定やJA共済の保障の支払要件とは異なります。



ご存知ですか？

身体障害者手帳は等級が重めの方への交付割合が高くなっています。

身体障害者手帳
交付件数 等級別の割合



身体障害者手帳の交付件数は**514万件**を超えており、平成28年度の新規交付件数は**28万件以上**。

また、身体障害者手帳は等級が重めの方への交付割合が高く、**4級以上の交付が全体の85%を占めています。**

今まで通り働けなくなるリスクって意外と高いんです。

厚生労働省「平成28年度 福祉行政報告例」





「働けなくなった」
「働けるけど収入が減ってしまった」
そんなとき
“Wの悲劇”が...

「ささエール」なら
Wの悲劇に備えられます!

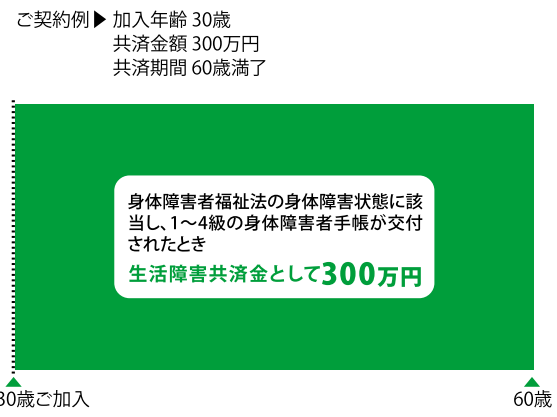


1 減少する収入への備えに適した
継続的にささえるプラン
定期年金型



※第1回生活障害年金の支払いがなく、共済期間の満了まで生存されているときには無事故給付金として共済金額の30%(この契約例の場合、36万円)をお支払いします。
◎この共済は死亡時における保障はありません。
●共済金等のお支払いは、その原因となる傷病等が責任開始時以後に生じた場合に限りです。

2 住宅の改修や歩行具などの器材購入などに伴う増加する支出への備えに適した
まとまったお金でささえるプラン
一時金型



◎この共済は死亡時における保障はありません。
◎生活障害共済金をお支払いした場合、この契約は消滅します。

2つの選べるプランがあり、**両タイプに加入**することで、**より充実したあんしんを確保**できます。



例えば、**こんな方におすすめ**します

まだ若いのに、働けなくなったらこの先どうやって暮らしていけば...



住宅ローンもまだまだ残っているし、子どもの教育費もこれからさらにかかるのに...



私が家事をできなくなったら夫も働いているから困っちゃうわ...



子どもは独立したけど自営業だし、この先働けなくなったら年金だけじゃ不安だなあ...



おまかせください!

あなたにピッタリの安心をご提案する**保障設計のプロ**が各支店にいます。お気軽にご相談ください!

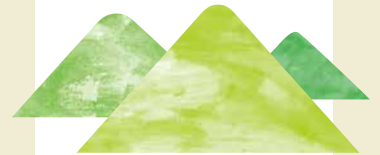




ふれあい ニュース

雲南管内の
旬な情報をお届け!

UNNAN
FUREAI
NEWS



UNNAN FUREAI NEWS 01

技術の確立と研修受け入れ パプリカ生産で後押し

飯南町でパプリカ栽培をして
いる吉川健司さん(38)のハ
ウスでは、昨年から受け入れて
いる2人の研修生の実習を兼ね
て苗の定植が始まりました。

吉川さんは毎年新しい取り
組みを導入して栽培体系の確
立を目指し、同町のパプリカ生
産を後押ししています。今年
は苗間を広げて定植数を減らし、
枝を2本仕立てから3本仕立
てにすることで収量を維持しな
がら省力化に取り組みます。吉
川さんは「管理を徹底し、着実
に成果を出していきたい」と意
気込みます。

研修生の1人である川住京
介さん(31)は、1ターンで新規
就農を目指しており、来年か再
来年には地元生産者からハウス



▲2人の研修生を指導する吉川さん

を借りてパプリカを栽培する予
定。川住さんは「食料を扱える
ことにとってもやりがいを感じ
る。作業一つ一つの意味を考えて
いきたい」と話し、熱心に作業を
進めていました。

UNNAN FUREAI NEWS 02

彩り豊かなランまつり開催 ランと地元の魅力を発信

ランの愛好家や農産加工工
グループ、行政などが組織する
ランまつり実行委員会は4月
20日から3日間、雲南市三刀
屋町にある明石緑が丘公園で
第19回「みとやラン・蘭・らん
まつり」を開きました。3日間
晴れ続きで、例年よりも多い
4500人の愛好家らが訪れ
ました。

県内外の個人や団体が
300種類3000株以上の

ランを出品。来場者は気に入っ
た花を見つけると、手に取って
眺めたり匂いを嗅いだりして楽
しみました。他にも地域の農産
物や山野草、陶器の販売コー
ナーなどもあり、実行委員会の
千原孝美さん(70)は「毎回楽し
みにして来られる方も多い。ラ
ンの魅力を通じて、たくさんあ
る地元の良さも発信していきた
い」とランと地元の魅力をア
ピールしていく考えです。



▲様々な色や形のランに見入る来場者ら

UNNAN FUREAI NEWS 03

担い手部会新設 連携強化で体制整備目指す

昨年、雲南市三刀屋町鍋山
地区の農業関係者で発足した「鍋
山担い手ネットワーク協議会」
は4月14日、次世代の担い手育
成に向け「担い手(後継者)部
会」を新設しました。オペレ
ーター研修や栽培管理研修など
を充実させ、若い世代が農業に
取り組みやすい地区を目指し
ます。

同地区は、標高372メート
ルの禅定寺山を中心とした良質
米産地。全国的に高齢化や後継

者不足で耕作放棄地の発生が懸
念される中、協議会は組織や集
落などの枠組みを超えたネット
ワークを駆使した農業生産活動
の体制整備を進めてきました。

石原保市協議会長は「若い人
達が農業に魅力を感じられる
ような体制作りを進め、地域全
体の励みになりたい」と魅力あ
る農業の実現を目指していま
す。この取り組みに対して県と
市、JAは一体となって引き続
き支援していく考えです。



▲地区の未来を考え、円卓を囲む協議会員(中央)石原協議会長

04 日本最大級の大しめ縄作り 見学開始し賑わい見せる

飯南町にある「飯南町大しめ縄創作館」で、出雲市の出雲大社神楽殿に奉納する大しめ縄の作製が本格的に始まりました。

4月から作製過程の見学を随時受け付けており、多くの観光客が訪れています。大田市から訪れた観光客は「スケールがスゴイ」「こうやって作られるんだ」と話し、貴重な作業過程を見学していました。

創作館は「しめ縄作りの町」をPRする新たな観光振興拠点として、また文化の継承を目的に平成26年9月にオープン。全長13・5メートル、重さ4・5トンにもおよぶ「日本最大級の大しめ縄」をはじめ、全国からしめ縄を受注しており、ドバイやハワイなど海を渡ったしめ縄もあります。



▲創作館には、しめ縄の外側にあたる「コモ」が広がっていました

05 合言葉は「感動を届けよう」 地域密着型店舗を目指す

雲南地区本部は4月6日、年度始めに職員の意識をさらに高めようと雲南市木次経済文化会館（チェリヴァホール）で「平成30年度信用・共済事業進発式」を開きました。

今年度は「期待を超えて感動を届ける」を合言葉に、渉外員による専門性と専属性を活かした訪問活動や支店を核とし、

全職員が一体となって地域と密着した事業展開を目指します。加茂支店L.A（ライフアドバイザー）の竹下祐輔職員は「安心と満足をお届けすること、困った時に役に立てるお手伝いをすると『目的』を忘れず、日々の活動ひとつひとつに注力していきたい」と今後の意気込みを語りました。



▲進発式で決意を表明する竹下職員

06 野菜作り講座 今年も始まりました

雲南地区本部は、農業や食に興味を持つ人の裾野を広げようと、講習や体験学習など様々な取り組みを進めています。4月13日には、初心者向けの野菜作り講座「菜園講座（愛称みかづき）」の開校式と第一回講座が行われました。

愛称の「みかづき」は、講師を務める米穀園芸課の高橋英次職員が名付け親。受講生が成長していく様子を、月が太陽に照らされてこれから満ちていく光景と掛け合わせたほか、野菜作りは太陽あつてこそ輝くため、自然への感謝を忘れず謙虚



▲気温も高すぎず、作業日和でした



▲実地での講習があり理解しやすいのが特徴です

な気持ちで取り組んで欲しいとの想いも込められています。高橋職員は「自分も先生と呼ばれて浮かないよう、謙虚な姿勢で講座に取り組みたい」と気を引き締めます。

講座では野菜作りを理論的に解説したり、実際に夏野菜の定植に向けた畑の準備などを行いました。今後は、4月に定植した果菜類の管理や鳥獣害対策、産直出荷に向けた作業体験など約8回の講座を予定しており、年間を通して野菜作りのノウハウを学んでいきます。

直売所へ
行こう!!

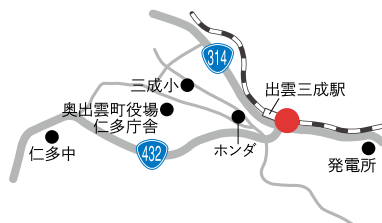
仁多特産市



1. 314号線沿いにあり、大きなのれんが目印です
2. ワラビやタラの芽などの山菜のほか、煮しめや笹ずしなどの加工品も人気です
3. 毎朝新鮮な野菜が並びます
4. お酒や調味料も豊富な品揃えで、中でも仁多特産市と玉峰山荘特産市でしか取り扱っていないしいたけ醤油は、県外から買いに来られる方もいる大人気商品
5. 通路が広めでゆったりと買い物を楽しむことができます

地元や観光客が訪れる 人気直売所

JA出雲三成駅にある仁多特産市は、リピーターのお客さんが多く、毎日賑わいを見せている直売所です。店内には朝どれ野菜を中心に、郷土料理や加工品などが数多く取り揃えられています。収穫祭や感謝祭、12月には自然薯祭などが行われ、生産者と一体となった取り組みで地域を盛り上げています。



仁多特産市

TEL 0854-54-9250
 ① 仁多郡奥出雲町三成 641-22
 ② 9:00~18:00
 ③ 正月の3日間、積雪の関係で
 休業・営業時間の短縮あり

Nita Tokusanichi



自然豊かな山で育った農作物を出荷したいです。

各直売所に出品されている生産者の方にスポットを当ててご紹介します!

農アグリ

農ライフ

No-Agri No-Life (第14回)

仁多郡奥出雲町

宮崎文子さん(70)

みやざき ふみこ

真行さん(70)

まさ ゆき



- | | | |
|---|---|--|
| 1 | 2 | 1. 主に山菜や減農薬の仁多米、生や乾燥した原木シイタケ、葉わさびの漬物などを出荷しています。牛舎では6頭の牛が育てられています |
| | 3 | 2. 乾燥シイタケは、うまみが凝縮しており栄養満点。煮しめや汁物などにもってこいの一品です |
| | 4 | 3. ぐんぐん伸びて収穫が大変だというゼンマイ。今年の春は温かく、山菜も一気に成長しているようです |
| | | 4. 綺麗な沢の近くで育つ葉ワサビ。文子さんは「育つ場所で味や風味が変わる」と話しており、色々な場所で育てられていました |

気がきが次の工夫につながる 手に取りやすい商品目指す

「産直出荷が趣味のようになってくる」そう話すのは奥出雲町の宮崎文子さん。仁多特産市がオープンした頃から出荷を始め、毎日店頭で顔をみ出す常連となっています。

出荷する上で、心がけていることは、見た目にも気を使うこと。バーコードシールの位置や山菜なども綺麗に揃えて出荷しており、目につきやすく手に取りやすいように工夫しています。また乾燥シイタケは、スライスしてから天日干ししているため、使いやすくと大評判。細かな気遣いがより良い商品づくりにつながっています。

標高400メートルという高冷地であることと周りに家なども無いので、綺麗な山水が農作物を育んでいます。宮崎さんは「自然にできる物を出荷し、皆さんに喜ばれるものを作っていきたい」と話してくれました。

うんなん 女子力



掲示板



JAしまね雲南女性部の活動を中心に、
「女子力」あふれる楽しい話題をお届けします。

JA女性部は、昭和28年に、農村女性特有の課題を解決するために設立されたものです。
JA女性部の活動に賛同される方は、どなたでも(農業を営んでいなくても)加入できます!!
あなたも地域の仲間と一緒に活動してみませんか。



女性部 掲示板

食べま専科・育てま専科

第9期開校 畑づくりの基礎を学ぶ

とき/4月27日(金) ところ/雲南地区本部近くの畑

今年度9期目となる「食べま専科・育てま専科」が開校し18名が初回講座を受講しました。

前半は野菜作りの講義を約1時間半うけました。



マルチって大事なのねえ!

人間の成長に例えた説明はとても分かりやすく、受講者はメモを取りながら真剣に耳を傾けました。後半は畑へ移動し、土づくりや、畝たて、マルチ張りなど、講師の説明を受けながら慣れない手つきで実践しました。



参加者は、「とても中身の濃い講座だった。帰ったら忘れないうちに実践したい!」と話しました。

仁多支部

防災・地震災害への意識高める

とき/4月12日(木) ところ/仁多支店

JAしまね雲南女性部仁多支部は、恩田栄子支部長を中心に現在26名で活動しています。4月12日には仁多支店で支部総会を行いました。総会終了後、雲南消防署



郷原副支部長による実演の様子

川角様をお迎えし、防災や地震災害時の対応について学びました。また、郷原副支部長による、『ポリ袋でごはんを炊く』実演もあり好評でした。

今年度はこの他に、健康教室、料理教室、着物の着付け教室など計画しています。女性部員も現在大募集中です。興味のある方は仁多支店へご連絡下さい。一緒に楽しみましょう。

フレッシュミズ

平成30年度活動計画 とき/4月26日(木) ところ/雲南地区本部



皆さん!一緒に活動しましょう!!

フレッシュミズでは、今年も活発な活動をめざし部員が集まり計画を立てました。

まず、今年度リーダーを務める大東町出身の森山江利佳さんが挨拶。「フレッシュミズに入り、楽しい経験や、素晴らしい仲間ができた。この輪を広めたい」と話しました。その後活

動内容を検討、今年度は、部員宅の畑で「フレッシュミズふぁーむ」を作り、調理実習で使う野菜などを育てる予定です。

●活動予定は以下の通りです

- 5月 部員宅の畑で夏野菜の植え付け
- 6月 ポーセラーツ または ハーバリウム作り
- 7月 時短料理講座 ムスリ鍋教室と茶話会
- 8月 ちゃぐりんフェスタ&フレッシュミズ交流会
- 9月 本場中国の味を学ぶ 中華料理講座
- 10月 おふくろの味を学ぶ おはぎ作り
- 12月 お正月用ブリザーブドフラワー作り
- 1月 お肌について学ぼう 美講座
- 2月 スイーツ講座

このほかに、フレッシュミズダンス部は「よさこい」にも挑戦する予定です。フレッシュミズは随時メンバーを募集しています。興味のある方は参加してみませんか?
(40代までの女性で年会費500円)

※変更になる場合があります。

●お問い合わせは

雲南地区本部ふれあい課 電話0854-42-9053まで。

グリーンセンターだよ!

キャンペーン期間
5/21(月)~6/16(土)

ラウンドアップはJAで決まり!

どーんと
お安く!
今がお得!!

春の除草キャンペーン

地域一番価格を目指します!



ラウンドアップ
[1ℓ]
通常 4,056円(税込)

3,390円



ラウンドアップ
[5.5ℓ]
通常 11,793円(税込)

10,980円



ラウンドアップ
[20ℓ]
通常 40,619円(税込)

38,000円

この機会に是非ご利用ください♪

住居周りのお手入れから畑の除草
管理まで安全で実績のある
ラウンドアップがおすすめです!



3Q訪問活動実施中!

JA共済では「いざという時にお役に立てるJA」を目指した取り組みを進めています。その中の一つである3Q訪問活動では、職員が組合員宅へ訪問し、ご契約いただいている加入内容の説明と過去に入院や手術、建物の被害などで請求していない案件がないかを確認させていただきます。職員が訪問した際は、お気軽にお尋ねください。



妊婦のママさんを応援

JAは、子育てをするママさんを応援しようと「こども倶楽部」を立ち上げています。管内在住で妊婦の方を対象に、出産や育児に関する情報誌、暮らしに役立つ情報冊子を毎月無料で配布しています。出産後もプレゼントをご用意しています。ご興味のある方は最寄りのJA支店窓口までお問い合わせください。

雲南すずらん福祉センターだよ!

◆研修◆

と き / 6月20日(水)

9時30分〜13時30分

◎ ところ / 加茂健康福祉センター(かもてらす)
◎ 内容 / 「振り込め詐欺、オレオレ詐欺に遭わないために」

◎ 講師 / 雲南市消費生活センター
消費生活専門相談員 永瀬恵子氏

尚、6月定例会については、6月13日(水)に行います。

◆訪問介護員(ヘルパー)の募集◆

◎ 資格 / 初任者研修以上、介護福祉士(研修制度あります)

◎ 勤務場所 / 雲南すずらん福祉センター

※その他施設介護職員の募集も行ってまいります。

●ご相談・お問い合わせは…雲南すずらん福祉センター ☎0854429120

●依願退職(4月30日付) ▼竹内志穂子(雲南すずらん福祉センター)

●人事異動(5月1日付) ▼雲南すずらん福祉センター 所長兼企画総務部部長(雲南すずらん福祉センター)

●企画総務部次長兼企画管理課課長(源之美)

●企画管理課(リスク管理課) 佐藤守/石田理恵

●企画総務部付(大東支店) 広野智崇

※()内は旧部署、Cはセンターの略

自動車損害調査体制の再構築に基づき、4月1日より企画総務部付として左記の4名は全共連島根県本部へ向向しています。

▼松江損害調査サービスセンター 課長補佐 園山進

▼松江損害調査サービスセンター 川上英男

▼須山修一/日野修平



お便りご紹介

健康散歩 春野菜のパワーを読んで

●春野菜は体にとっても良いということが分かります。これからは、色々な春野菜の料理を家族でいただきたいと思えます。(加茂町・Aさん)

●春野菜を食べると良いことがたくさんあることがわかりました。(大東町・Nさん)

●タラの芽やウドは自分で調理して食べたことがないのですが、かなり薬効がある様なので、積極的に食べたいと思います。(加茂町・Hさん)

●春野菜を使った料理と言えど天ぷらやおひたしなど、苦味や香り、食感を活かしたものがたくさんあります。中でも煮込み料理は味付け次第で様変わりし、野菜のかさが減るため食べやすい

です。またウインナーなどの肉類、パスタやマカロニを入れるなどバリエーションが豊かで主婦の強い味方なのではないでしょうか。

煮込み料理の中に「重ね煮」という調理法があります。水も油も使わず弱火でじっくりと煮ることで野菜本来の深い味わいが楽しめるので、是非試してみてください。

どんな料理にも使える!? 大好評のほめられ酢

●簡便便利の「ほめられ酢」ぜひ使ってみてください。(木次町・Oさん)

●酢にさまざまな調味料を加えた「調味酢」。これ一本で味が決まりやすく、さまざまな料理に使えるため、注目を集めています。

酢を使った料理を取り入れることで、酢の持つさわやかな香りと酸味が、だ液や胃液の分泌を促し食欲を増進させます。また塩味を引き立たせる働きもあるため減塩にも効果的。和え物やノンオイルのドレッシングと混ぜてサラダなどに加えて、あつーい夏に備えましょう!

お詫びと訂正

同広報誌4月号にて誤りがありましたので訂正させていただきます。ご迷惑をおかけいたしましたことを深くお詫び申し上げます。

JALまね雲南地区本部職員配置表(P.4)
およびJALまねびより(P.10)
大東支店 LA:石原弘子係長
JALまねびより(P.14)
掛合町青空市協議会
(誤)藤原隆行代表→(正)落合隆行代表

すっきり解決! 正しく知っていれば、 役に立つ! 年金の“いろいろ”勘違い

年金をもらいながら働くと、
年金額が減ってしまうの?

これが正解!

条件によっては減額する場合も。
年金事務所に相談してみましょう。

部分年金(特別支給の老齢厚生年金)や老齢厚生年金をもらいながら、厚生年金保険に加入して働く場合は注意しましょう。年金額*1と収入*2の合計が一定額を超えると、部分年金や老齢厚生年金の一部または全額が支給停止になります。これを在職老齢年金制度といいます。

年金をもらいながら働きたい場合は、前もって年金事務所などで相談して、どのくらい働いたら年金額が減るのか、確認しておきましょう。

*1 部分年金または老齢厚生年金の年額を12で割った額
*2 毎月の給与+直近1年間の賞与を12で割った額

年金についてのご相談はJAで! 年金相談会のご案内

無料

- 仁多支店
6月 6日(水) 10:00~15:00
- 頓原支店
6月 7日(木) 15:00~19:00
- 掛合支店
6月21日(木) 15:00~19:00

◎お一人おひとりの相談会です。できるだけご予約下さい。
◎お問い合わせは、各支店窓口までお気軽にどうぞ。

6月の外勤日 13水 14木 15金

*支店によっては変更する場合があります。
詳しくはお近くのJA窓口までお問合せ下さい。

ローン金利

商品	金利	
住宅ローン(保証料込・当初15年固定)	0.85%	
5月10日現在		
※JAではお客様の人数に応じて金利引下げを実施しております。その他、条件を満たした方はギフトカードが貰えるキャンペーンがあります。		
商品	初回の金利	
マイカーローン	固定型	1.45%
	変動型	1.40%
カードローン	変動型	7.10%
住宅ローン利用者向けカードローン	変動型	4.50%

5月1日現在
※上記の金利は、他の引下げ項目も含め最大引下時の金利です。その他、様々な内容があります。詳しくはお近くのJA窓口まで。

●子牛市場成績表

中央“上げ”の相場展開

地区名	種別	取引頭数	最高価格	最低価格	平均金額	平均体重	キロ単価
雲南地区本部	雌	46	977,400	329,400	675,798	281	2,404
	去	51	968,760	594,000	815,252	306	2,660
中央市場	雌	111	1,001,160	301,320	670,894	280	2,398
	雄	1	648,000	648,000	648,000	164	3,951
	去	144	1,017,360	548,640	809,340	305	2,652

平成30年4月の全国主要子牛市場平均価格は雌720,378円(前月比100%)、去勢837,691円(前月比100%)、計787,830円(前月比100%)でもちあいの取引となっています。

畜産市況 4月



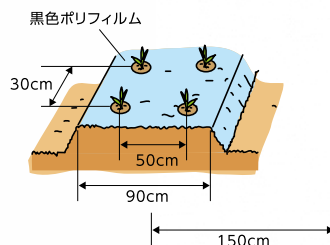
もぎたての 味を楽しむ トウモロコシ

板木技術士事務所 ● 板木利隆

もぎたての新鮮な味は格別で、夏の家庭菜園の立役者、スタミナ源としても魅力です。糖分の多いスイートコーンの品種改良は急速に進み、平成の初めごろに比べるとビタミンB群やCが約1.5倍に増えている物もあり、栄養価の充実した健康食材になっています。

イネ科の作物なので、野菜畑の連作障害を避けるための輪作に組み入れるにも好適です。

高温好み（適温は22～30度）なので、十分暖かくなってから種まきします。関東南部以西の平たん地では5月上旬以降が良いでしょう。図のように黒色ポリフィルムでマルチをし、株間30cmぐらいに、1カ所3粒まきし、育つにつれて間引き、草丈17～20cmになった頃間引いて1本立ちにします。

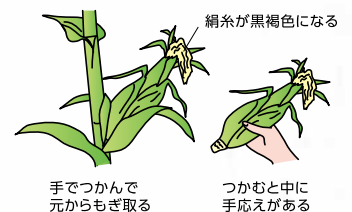


粒がぎっしり付いた良品を得るには、雌穂に雄穂の花粉が十分に付くことが大切です。そのためには株数をある程度多く、1列植えよりも複数植えにしましょう。少ない株数で花粉不足が懸念されるときには、開花した雄穂の下辺りを手のひらで軽くたたいて花粉を散らし、下方の雌穂に付きやすくしてやりましょう。

葉の働き（光合成）を良くするために、下の方から出た脇芽は取り除かないで葉数を多くします。また雌穂は上の方の一番大きい1穂だけ残し、他の小さい雌穂は取り除きます。

追肥は草丈40～50cmの頃と、先端の雄穂が始めた頃の2回、化成肥料を与えます。施肥量の目安は、1株当たり大さじ1杯としますが、前作の残渣（さ）が多く、葉の緑が濃く旺盛に育っていたら適宜量を減らしてください。2回目の追肥の後、株元が小高くなるほど土寄せし、株元の不定根を多く伸ばし風で倒れるのを防ぎます。

収穫は絹糸の先が黒褐色に変色した（受粉後22～26日）ころです。先の方まで十分膨らんでいることを確かめてからもぎ取ります。



近くに異品種があると、その受粉によって雌穂の粒に花粉親の形質が現れます。これをキセニアといいます。例えばあまり甘くないスイートコーンの近くで栽培すると、味や品質が著しく低下してしまいます。

交雑率は花粉親株と種子親株の距離が離れるほど低くなり、距離0.3mの平均交雑率は23%、10～50mでは0.1～0.3%と極めて低くなるという調査データがあります。参考にしてください。

※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。

シロアリ警報!初夏は羽アリが多発!!

無料調査



シロアリ来襲

お宅は大丈夫ですか?

初夏は羽アリが出る季節。気付かないうちに住みついているかも。早めの防除があなたの家を守ります。

シロアリの予防・駆除は確かな実績と安心のJAへご相談下さい。

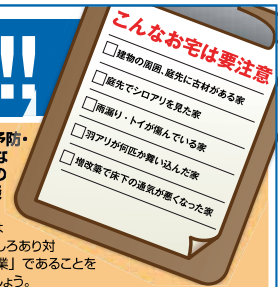
シロアリ防除は「(公社)日本しろあり対策協会登録企業」であることを必ず確認しましょう。

JAのシロアリ予防・駆除は安心です。毎年莫大な量の木材が、シロアリや木材腐朽菌によって失われております。JAとして、組合員の皆様の住まいの耐用年数を延ばし、住まいを守る天災対策として、シロアリおよび腐朽被害対策を行っております。

環境に適合した薬を使用
(公社)日本しろあり対策協会で効力・安全性の審査に合格した認定薬剤を使用しています。

資格者(プロ)による施工

(公社)日本しろあり対策協会の施工仕様にとりしりろあり防除施工士が施工しています。



取扱業者

株式会社 **コダマサイエンス**

(公社) 日本しろあり対策協会正会員
会員番号 島根県 002
会員番号 鳥取県 002

(本社) 〒690-0048 島根県松江市西塚島 2丁目 8-23

本社 TEL.0852-43-0852 FAX.0852-43-0866

JA全農基本契約業者「株児玉商會」特約施工店

松江営業所 TEL.0852-26-6757 益田営業所 TEL.0856-22-5390
江津営業所 TEL.0855-52-6852 隠岐営業所 TEL.08512-2-2471

<http://www.kodama-s.co.jp/>

床下の無料調査(シロアリ駆除・防除等)に伺います。

床下の無料調査をご希望の方には、JAしまね取扱業者(株)コダマサイエンスの地区担当者が訪問しますので、よろしくお願致します。



お問い合わせは、最寄のJA各支店へご連絡ください。

JALしまね 定期積金

スプリングキャンペーン2018

キャンペーン期間 2018.4.2月-5.31月

期間中、定期積金をご契約でいずれかプレゼント!

定期積金

おさいふカードポイント **250** ポイント

or

はんなり堂
ぎつちんふきん3枚組 (いすわが あびとつ)

品切れの場合は他の粗品に代えさせていただきます。

JAプレミアム定期積金
やめて貯まるか

おさいふカードポイント **500** ポイント

or

BOXティッシュ **5**個パック

品切れの場合は他の粗品に代えさせていただきます。

- 商品種類/定期積金(定額式・目標式)
JAプレミアム定期積金
やめて貯まるか(定額式・目標式)
- ご利用できる方/個人の方
- ご契約期間/3年以上
- ご契約金額/50万円以上
- 掛込方法/口座振替に限りませ

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。

JALしまね

JALしまね 検索

写真はイメージです。

- 協議事項**
- ①平成30年度県域品目販売手数料について
 - ②平成29年度Jしまね農業振興支援事業第6回(3月)申請について
 - ③平成30年度農業振興支援事業の予算計画等について
 - ④平成30年度国庫及び県単補助事業の実施について
 - ⑤平成28年度産飼料用米の最終精算について
 - ⑥平成29年度産備蓄米の最終精算について
 - ⑦家畜市場業務規程及び家畜市場業務要項の一部改正について
 - ⑧葬祭会館利用料の変更・新設および葬祭会館利用管理規程の一部改正について
 - ⑨霊柩運送事業運営規程の一部改正について
 - ⑩霊柩運送料金の変更および霊柩運送事業運営規程の一部改正について
 - ⑪平成30年度余裕金運用にかかる年次運用方針について
 - ⑫平成30年度第1四半期の余裕金運用計画額および運用方針について
 - ⑬組合と理事との取引(契約)の承認について
 - ⑭平成30年度における各種限度額について
 - ⑮平成30年度コンプライアンス・プログラムについて
 - ⑯平成30年度個人情報保護計画について
 - ⑰J A全国監査機構による期中改善指示事項(期中監査)に対する回答について
 - ⑱平成30年度事業取支計画について
 - ⑲株式会社J Aアグリ島根への出資時期の延期と出資割合の変更について
 - ⑳J Aいずもアグリ開発株式会社の新規事業に伴う増資について
 - ㉑有限会社協同不動産の役員等の変更について
 - ㉒平成30年5月1日付け機構改革の実施について
 - ㉓いわみ中央地区本部「江津葬祭会館」の運営引き受け(業務提携先からの事業譲受)について
 - ㉔「意思反映・運営体制改革」の進め方について
 - ㉕常勤理事の他の団体理事への就任について
 - ㉖理事退任にかかる対応について
 - ㉗平成29年度下期分出資口数の減少(減口)の承認について
 - ㉘行方不明組合員等の脱退手続きに係る資格確認について
 - ㉙平成30年度地区本部総代説明会の開催について
 - ㉚地域・農業活性化積立金を活用したJ A共済連助成制度の平成30年度活用方針について
 - ㉛平成30年度J Aしまね「日本農業新聞」普及方針について
 - ㉜平成30年度J Aしまね「家の光三誌」普及方針について
 - ㉝西いわみ地区本部「J Aしまね居宅介護支援事業所」に「ヶ丘」の廃止について
 - ㉞職員退職給与規程および選択定年退職要項の設定について
 - ㉟確定給付企業年金規約等の一部改正について

(紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)



しまねうれしぴ

料理研究家 土井小百合

グリーンピースとホタテの炊き込みご飯



●材料(4人分)

米	2合	薄口醤油	大さじ1
グリーンピース	適量	みりん	大さじ1と小さじ1
ホタテ缶詰(小)	1缶	酒	大さじ1
人参	1/3本	だし昆布	1枚

●作り方

- ①米は30分前に研ぐ。
- ②グリーンピースはさやから出し洗い、水を切る。
- ③人参は1cm長さの細い千切りにする。
- ④炊飯器に米、調味料、ホタテ缶詰の汁を入れ、水を炊飯器のメモリ2まで入れ混ぜる。
- ⑤グリーンピース、ホタテ、人参、昆布を上に乗せ炊く。
- ⑥炊き上がったら、昆布を取り出し軽く混ぜる。

この時期しか食べられない生のグリーンピース。米と一緒に炊いた方がおいしく出来上がります。さやから出してしまくとすぐに硬くなってしまうので、さや付きのまま保存して、家族とさやから出してごはんを作ってみてください。ホタテを入れるといつもグリーンピースご飯がちよっとだけ豪華な味になりますよ。

表紙紹介

表紙のイラストは野々村 直通(ののむらなおみち)先生に描いていただいています。

今月の表紙は、浜田市と江津市にまたがる島根県立石見海浜公園にある水族館「しまね海洋館アควアス」です。約400種1万点の生物を展示する中四国最大級の水族館。2018年春より日本初!兄弟2頭によるシロイルカパフォーマンスをご覧ください。「幸せのバブルリング®」「幸せの魔法マジックリング」「幸せの緑ミラクルリング」が公開されています。



編集後記

わが家の春の農作業の楽しみの一つに、野兎との出会いがあります。休耕田を耕起するのは5月中旬。この頃になると田んぼの草丈が、15cmくらいになっています。身を隠すにはちょうどよいでしょう。トラクターが近づくと、じっとしているようですが、急にびよびよんと飛び跳ねて行きます。「危ないからもっと早く出てきてよ」と言いたいくらいです。(星)