

2019

7

July Vol.40

# JALまねびより

今月の特集 島根のいいもの再発見!! 「出雲市 シャインマスクット」 出雲地区本部



八雲風穴 (出雲市 佐田町) Xaonische





島根には誇れる農産品がたっぷりさん!

# 島根のいいもの 再発見!!

直撃・生産者インタビュー

## 出雲市 シャインマスカット

7月は、出雲地区本部。出雲市西園町で、シャインマスカットの生産に取り組む桑原陽子さんにお話を伺ってきました。

### 夫の夢が、私の夢に

桑原さんは隠岐郡西ノ島町の出身。平成27年に出雲市アグリビジネススクールのおぶどうチャレンジ講座を受講しながら、認定農家の元で1年間の研修を受けつつ新規就農し、シャインマスカットの生産をはじめました。隠岐郡で就職した後、結婚を期に出雲市に移住。長年、主婦として家庭を支えてきましたが、子どもたちが高校3年生と中学3年生になり手が離れた頃、漠然と何か仕事をしなければならぬと考えていました。ちょうどその頃、会社員の夫が定年後に農業をやってみたいという夢を持ち始めた時期でした。まだ会社員として働

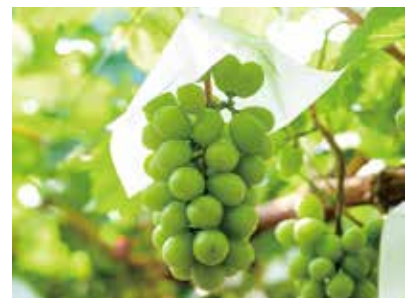


お話を伺った桑原陽子さん。

### 作品を作りあげていく感覚

桑原さんは現在、JAのリースハウス事業を活用して約10aのハウス3棟でシャインマスカットを栽培。苗木は3年で実を付け5年で大人の木になるといわれており、今年で5年目になります。栽培は3棟それぞれ出荷時期をずらすため①ビニールを二重にして重油を焚く②ビニールを二重にするが重油を焚かない③サイドを覆わない、と温度条件を変えて生育させ7月から9月にかけて出荷しています。栽培方法は花が咲き始めた頃に花穂整形をする必要があり、花穂の房元付近の2玉分の花芽を目印として残し、

いてる夫に代わり、先に土台を固めるという気持ちで受講と就農を決意しました。



桑原さんは、出雲市アグリビジネススクールのぶどうチャレンジ講座を受講し、ぶどう栽培の基礎を学んだ。

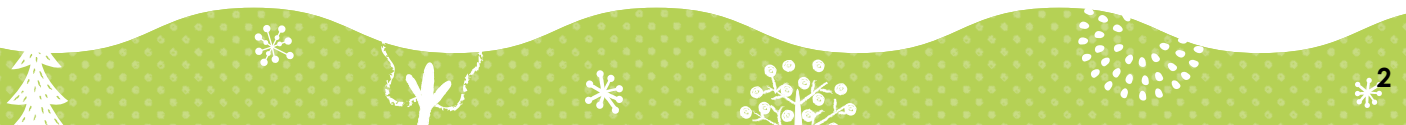
房先部分を3cm程度残してほとんどの花穂を切除。その後実がなりはじめると粒を大きくして玉揃いを良くするため、摘粒していきます。房元の2玉は種が無くならないかどうかが、糖度が18度以上になっっているかなどの収穫の目安に利用。それでもマニュアル通りにいかないことも多々あるとか。試行錯誤しながらひと房ひと房、理想の形と味を求めて手をかけていく過程は作品を作りあげる感覚に似ています。



房元付近に2玉分残し、種の有無や糖度のチェックに利用。赤いシールは成長の度合いを示す目印のために貼っている。



JAのリースハウス事業を活用して約10aのハウス3棟で栽培をおこなっている。桑原さんのハウスは写真奥の2棟と、離れた場所にもう1棟ある。



## 時間がいくらあっても 足りない

作業は花穂整形や摘粒だけではありません。秋に葉が落ちて冬に剪定、気候を見極めながら温度管理を繊細に行い、ようやく付いた花穂。実が付きはじめる栄養が実に集中し大きくなるよう、脇芽を摘んでいきます。房は日差しが強く当たり過ぎると黄色くなってしまいます。適度に光合成を促しながらシャインマスカット特有の綺麗な黄緑色になるよう、袋に入れるか紙の傘を被せて日焼けを防止。摘粒後もいらぬ粒を取って玉直しなど行います。作業の過程で、成長の早いもの遅いものを見極め赤と青のシールを貼って区別していきます。桑原さんのハウス1棟



ひと房ひと房丁寧に傘を被せていく桑原さん。日焼け防止のためには欠かせない大切な作業。



1棟10aのハウスには、20本の木が植えられている。2,000を超える房が所狭しと連なり、ハウス一面に明るい緑の光景が広がる。

## 大変さ、すべて吹き飛ばす 収穫の夏

には4列20本のシャインマスカットを植樹。ハウス1つで2,000を超える房があることを考えると、作業は膨大な量になります。

就農当時は桑原さんの周りに農業に関わっている人がいなかったため、わからないことがあっても気軽に相談できる人がいませんでした。何もかもがはじめての経験でわからないことだらけ。アグリビジネススクールや研修で実地と座学を学び、ある程度農業をイメージしていましたが、実際に就農してみると想像以上に大変な作業が続くことを

痛感しました。それでも講習会や青年部会などの会合やイベントに積極的に参加し顔を覚えてもらうことで、相談しやすい環境が整いました。栽培の基本的なことは主に県の普及員から指導を受けますが、ちよつとしたコツや効率的な作業方法などは、先輩農家さんから教えてもらっています。



取材時は、あと1カ月で収穫という時期。実はこれからまだまだ大きくなり、糖度も増したところで収穫の時を迎える。

ます。そうして1年かけてさまざまな作業や課題に対処し、いよいよ収穫の時。自分が手をかけて育ててきた大きい玉で形の良いシャインマスカットを収穫する瞬間に、これまでの大変さが吹き飛びます。

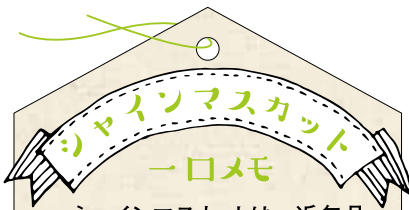
## シャインマスカットの美味しさを知ってもらいたい

桑原さんの場合、子育てが一区切りついたタイミンと、ハウスや土地をJAがコーディネートすることで、大きな初期投資をかけずにスムーズに新規就農することができました。トラクターなど大型重機を運転する必要のないぶどうの栽培は、女性でも参入しやすい品目なのも就農理由の1つです。若者の野菜・

フルーツ離れが心配されるなか、当面はシャインマスカットの栽培技術を磨きたいという桑原さん。多くの人にシャインマスカットの香りと極上の甘さ、皮ごと食べられる気軽さと美味しさを広めたいと考えています。



多くの人に美味しいシャインマスカットを食べてほしいと語る桑原さん。ぶどうのアクセサリを身につけるほど、ぶどうへの愛が感じられる。



シャインマスカットは、近年品種改良されたぶどうの中で最も美味しい、といわれるぶどうの1つ。青ぶどうながらも糖度が18度以上と高く、酸味が少なく果汁が豊富で皮がパリッとした食感が特徴。さらに、以前はぶどうといえば「皮を剥く、種を出す」ということが面倒と感じる人がいたかもしれないが、シャインマスカットはそんな概念を覆したことが人気の理由でもある。出雲市は日本でも有数のデラウェアの産地だが、贈答用を中心に人気が上がっているシャインマスカットの生産も拡大に向けた取り組みをはじめている。



# 出雲地区本部 JALしまねラピタ農産物直売会



産直へようこそ!!

可成り産物大地域の特産品「ラピタ」  
島根県内の産直店舗を「紹介」します。



直売会の石富会長

出雲市の人々に長年愛されている「ラピタ」。愛され続ける理由の一つである産直コーナーを支えているのが「JALしまねラピタ農産物直売会」だ。同会の会員数は約600人で、ベテランから若手まで幅広い生産者が加入している。同会ならではのこだわりとして、同会では農産物などを店へ持ち込むことを「出品」と呼んでいる。一般的に使用される表現としては「出荷」などもあるが、来店者に質の高いものを提供できるように自身が育てた農産物にプライドと責任を持ち、ひとつの「商品」として売り場に並べようという意識を共通のものとするため、あえて「出品」を使用している。

そのための会員のレベルアップは、同会が特に積極的に取り組んでいることのひとつだ。漬物など加工品の出品者に向けた食品衛生講習会、農産物の品質・収量の向上を目指すレベルアップ講習会など従来から購入できると好評だ。

句の野菜もさることながら、盆や彼岸、年末シーズンの花木も産直コーナーの人気商品。「近隣のスパーなど比べても屈指の品質と品ぞろえ」と担当者も自信をのぞかせる。ラピタは全店が島根県の「しまね地産地消推進店」の認証を受けている。安心・安全な出雲の農産物は、プライドを持って「出品」する同会の会員によって支えられている。



安心安全な農産物には生産者の愛情が詰まっている



イベントにも工夫を凝らす。感謝祭では軽トラが登場!

## 【ラピタ店舗紹介】

- ・本店 TEL: 0853-21-6060
- ・佐田店 TEL: 0853-84-0262
- ・はまやま店 TEL: 0853-30-7770
- ・多伎店 TEL: 0853-86-2444
- ・みなみ店 TEL: 0853-22-3733
- ・湖陵店 TEL: 0853-43-3535
- ・ひらた店 TEL: 0853-63-7300
- ・大社店 TEL: 0853-53-2800

※所在地、営業時間などは各店舗へお問い合わせください。

JA  
自己改革  
実践中

JAグループ島根

## 島根県とJAグループ島根が協力 より良い島根に向けて

島根県とJAグループ島根は6月28日、松江市殿町の県庁で「包括業務提携に関する協定」と「島根県農業産出額100億円増の早期達成に向けた共同宣言」を締結しました。締結式では丸山達也県知事とJA島根中央会の竹下正幸会長（6月28日現在）が出席し、協定書と共同宣言それぞれに署名。県とJAグループ島根が連携・協力することで地域の様々な課題に迅速に対応し、島根農業の活性化や組合員・地域住民が安心して暮らせる社会を目指します。

県はこれまで県外の民間企業と包括業務提携に関する協定を締結していましたが、県内の組織と協定を締結するのは初めてとなります。

「島根県農業産出額100億円増の早期達成に向けた共同宣言」では、①水田園芸などを柱に、収益力の高い魅力ある農業の確立②有機農業やGAPなど島根の強みを活かした特色ある生産の振興③将来にわたって島根農業を支える中核的な担い手の確保・育成——などを柱に、農業算出額100億円増加の730億円を目指すべく全力を尽くすことを宣言しました。

「包括業務提携に関する協定」の内容は、環境配慮への取組、子育て支援や高齢者・障がい者支援、地域や暮らしの安心・安全および災害対策についてなどの10分野。それぞれに具体的な取組内容が決められています。JAグループの総合力を駆使し、県と連携しながら地域の活性化や県民サービスの向上を目指します。

丸山知事からは「農業、農村、生活を支えているJAグループと様々な分野で連携できることを心強く思っている。農業産出額100億円増の達成に向けて、島根農業をより一層魅力あるものにすべく、認識を合わせて一緒に取り組んでいきたい」とお話しいただきました。

竹下会長は「農業が地域の活性化に貢献することによって、地域の皆さんが元気になる。また農地を守ることで、美観や災害が起こりにくい状況をつくることができる」と期待し、「農業振興の発展のための向かうべき方向は県と一致していると認識している。100億円増達成のため、県と協力し進めていきたい」と意気込みました。



竹下会長（左）と丸山知事



JA YOUTH

## 一所懸命 青年連盟

### 雲南青年連盟

雲南青年連盟は平成17年に設立し、現在は水稻、繁殖和牛、野菜、果樹農家と職員盟友の20名で活動をしています。毎年、島根県JA青年大会で行われるスポーツ大会では常に優勝を狙って、農業で培った体力をいかに発揮しています。

雲南独自の活動としては、小学生親子を対象とした「めぐりキッズスクール」の講師として、親子と交流をしています。これまではかかし作りをして地区本部駐車場へ飾ったり、年末には一緒に杵と臼を使った餅つきをしたりしていました。今年度は、6月22日に盟友のぶどう園にてぶどう狩り体験を行い、その後のヨーグルトを使ったピザ作りではレンガで作った窯でピザを焼き、親子と一緒に食べて交流ができました。

今後はもっと盟友数を増やして、若手農業者がいろいろな農青連活動を通じて、情報交換や交流を広げたいと考えています。



ぶどう狩りの前にぶどうの生育について説明をする盟友



ピザの生地づくりも盟友が講師となり親子に説明しました



レンガで作ったピザ窯で美味しいピザが焼き上がりました

やすぎ

## 園児の手作りてるてる坊主 店内を明るく♪

直売所なかうみ菜彩館は5月29日、みゆき保育園の年長さん18人とてるてる坊主作りを行いました。この企画は、稲田佳代店



長が梅雨時期の店内を盛り上げたいと考え、市内の保育所や園に、てるてる坊主作りの協力を毎年依頼しています。

園児は、稲田店長や安来東支店の職員からてるてる坊主の作り方を教わりながら、思い思いに顔や模様を描き、地元の安来節のどじょうすくいにちなんで手ぬぐいを頭にかぶせたオリジナルのてるてる坊主を完成させました。園児が一所懸命作ったてるてる坊主は梅雨の時期に店内に飾られ、店内と来場者の心を明るくしてくれました。



雲南

## 地元の新弟子応援 鳴戸部屋に仁多米50袋贈る

雲南市、奥出雲町、飯南町の有志16人と雲南地区本部は6月5日、東京都にある大相撲の元大関・琴欧州の鳴戸部屋にブランド米「仁多米」50袋（1.5ト）を贈りました。

今春、雲南市の山根駿也さんと松江市の三島慧太さんが新弟子として鳴戸部屋に入ったことや、6月8日に土俵祭りの部屋開きが行われることを受け、雲南市掛合町の景山俊太郎さんが「鳴戸部屋へ雲南米を贈る会」を立ち上げました。

景山さんは「この一歩が鳴戸部屋との長いつながりになることを期待するとともに、新弟子の皆さんには伸び伸びと頑張ってもらいたい」と話しました。



元大関・琴欧州（左）と景山さん



鳴戸部屋の皆さんと記念撮影。米俵を持つのは山根さん（左）と三島さん

次回

お知らせ

## 8月号は総代会特集!



(写真は昨年のももの)

6月30日に開催した第5回通常総代会の様子は、8月号の特集誌面にてご紹介いたします。

本来であれば7月号にて皆さまにお繋ぎすべきところですが、作成スケジュールの都合から8月号への掲載とさせていただきます。

なお、総代会情報は、先行して当JAのホームページへ掲載していますので、ぜひご覧ください。



<https://ja-shimane.jp/archives/1968/>



くにびき

## プロから学ぶ!イタリア料理に挑戦! サン・サン料理教室開催

くにびき地区本部は5月28日、教育文化センターSan・san館で「シェフに学ぶイタリア料理」を開催し、17名が参加しました。

今回は、松江市春日町でイタリアンレストラン「キッチンアンドカフェ フィーロ」を経営する古谷隆志氏を講師に招き、「宍道湖のしじみのペペロンチーノ」「鶏もも肉と新ジャガのオープン焼き～ローズマリー風味～」 「春野菜のサラダ～シチリア風レモンのドレッシング～」 「イチゴとマスカルポーネチーズのティラミス風」の4品にチャレンジ。

講師から、調理方法や注意点、味付けのコツについて説明を受けた後、早速、料理を開始。「パスタを茹でるときは、お湯の量に対し、1%の塩を入れるとおいしく仕上がる」とアドバイスを受けながら、オリーブオイルや香草など、イタリア料理には欠かせない材料を使い、丁寧に調理していきました。

参加者は、「日頃、イタリア料理は作らないので、家庭でも挑戦し、家族に振る舞いたい」「野菜の茹で方や切り方も学べてよかった」と感想を語りました。



古谷講師（左から2人目）から指導を受ける参加者

出雲

## フラワーフェスティバル 父の日に合わせ開催

J Aしまね出雲花卉部会は「父の日」を前にした6月8、9日の両日、同J A出雲地区本部の生活購買店舗ラピタで「フラワーフェスティバル（花の販売・展示会）」を開催しました。30年以上前から続く恒例のイベントで、前島信行部会長は「父の日にも花を贈ってもらおうと、毎年この時期に開いています」と趣旨を話しました。

生産者自ら切花や花木、アレンジメントを販売し、消費者と交流したほか、出雲産の花を中心とした展示会では52点の花卉が会場を彩りました。

8日には同部会から同地区本部の岡田達文副本部長と市農林水産部の金築真志部長に花束を贈呈し、PRしました。



部会員から岡田副本部長（左奥）と金築部長（左手前）に花束を贈呈

斐川

## 園児が枝豆の種まき

斐川地区本部の担い手担当職員（通称：TAC）は6月10日、食農教育の一環として、あい川保育園と出西保育園で園児たちに枝豆（ゆかた娘）の種まきを指導しました。はじめに枝豆について説明し、つぎに黒マルチに穴を開け、黒マルチが無い圃場には15センチ間隔に印を付けたビニールロープを用意し、園児たちが印に沿って指で穴を掘り「はやく大きくなってほしい！」と言いながら一粒ずつ丁寧に種をまいていきました。両保育園では食農教育に力を入れていて、今回まいた枝豆だけでなく他の野菜も育てており、園児たちは水やりや、草取りなどの世話をしながら管理していきます。8月中旬には、収穫した枝豆を園で調理し、給食やおやつとして味わう予定です。



出西保育園の園児たち



あいかわ保育園の園児たち

隠岐

## 農産物生産者協議会総会を開催

隠岐郡隠岐の島町の総合体育館内会議室で6月21日（金）、隠岐地区本部管内の野菜、椎茸、花卉および果樹の生産者で構成される、隠岐農産物生産者協議会の総会を開催しました。

隠岐農産物生産者協議会は、野菜部会、椎茸部会、花卉果樹部会で構成されており、各部会で毎年、島外視察研修、技術講習会等を積極的に開催し、生産技術の向上を図っています。

総会では、平成30年度の活動報告があり、野菜部会において乾燥野菜への取り組みが図られ、商品化されたことなどについて報告がありました。また、令和元年度の活動計画等について協議し、地産地消の拡大を目指し活動することを確認し閉会となりました。



隠岐  
どうぜん

## 隠岐郡畜産共進会 ふく号グランドチャンピオン

6月12日（水）西ノ島町船越の畜産振興施設を会場に「隠岐郡畜産共進会」が盛大に開催されました。隠岐島の各地域から選抜された黒毛和種牛が、1区（子牛の部）に10頭、2区（若雌の部）に15頭の計25頭出品されました。審査員による発育・資質などの厳正な審査の結果、海士町の戸嶋豊さんの愛牛「ふく号：若雌の部首席」が見事グランドチャンピオン牛に選出されました。この結果を受けて、今年度より隠岐郡出場枠が1頭増え2頭となった「島根県種畜共進会」に、「ふく号」と2区2席の隠岐の島町の田中井秀和さん出品の「ひさめぐみ号」が出場することになりました。昨年の島根県種畜共進会では、隠岐の島町の高井芳江さんの愛牛「しげしげ号」が隠岐から初のグランドチャンピオンに輝きました。隠岐海峡を渡った優勝旗が今年度もとどまるよう連覇を目指し、隠岐の牛の品質のアピールと益々の和牛産地に繋がることを心から祈念します。



いわみ  
中央

## 西部3地区女性部が 浜田で交流

いわみ中央女性部は6月12日、西部3地区女性部ふれあい研修会に参加しました。この企画は西部(島根おおち・西いわみ・いわみ中央)地区本部女性部員が一堂に会し、親睦を図ることを目的に開催しているもので、今年で7回目を迎えました。

今年はいわみ中央女性部が事務局となり、地域の特色を生かしたスケジュールで2地区総勢約70名の女性部員を迎えました。

午前は石見豊ヶ浦(国指定天然記念物)へ観光。豊ヶ浦の歴史や珍しい地形、化石などボランティアガイドの話聞きながら散策しました。午後は、体を使ったレクリエーションで歌ったり踊ったりして親睦を図り、その後、家の光記事活用で「幸運を呼ぶポンポン」をそれぞれ作成しました。終始、笑顔の絶えない楽しいひと時を過ごし、来年度の再会を楽しみに会場を後にしました。



石見銀山

## 鳥井小学校児童が販売体験

大田市ぶどう生産組合は6月14日、大田市長久町のJ Aグリーンおおだで「デラウェア」の試食宣伝を行いました。

生産者4名が店頭立ち、デラウェアを直接消費者にPRしました。

また、大田市鳥井町の鳥井小学校4年生10名も体験学習の一環として、生産者と一緒に試食宣伝を行いました。

同校の3~4年生は年間を通して、デラウェアの栽培体験を行っていますが、この販売体験は初めての取り組みとなります。

児童は販売、呼び込み、試食と役割を分担し、「美味しいぶどうを食べてください」と消費者に元気に声をかけ、大田市のブドウをPRしました。



試食宣伝を行った鳥井小児童と大田市ぶどう生産組合の組合員

西いわみ

## 子どもたちが 田植えと泥んこ遊びを体験

(有)赤雁の里(代表渡邊哲朗)とJ Aしまね西いわみ地区本部は6月9日、益田市赤雁町の農村公園赤雁の里で「農村歳時記」と名付けた農業体験教室を開き、児童らが田植えと泥んこ遊びを体験しました。

当日は児童や保護者、関係者など約45名が参加し、新元号「令和」の文字をうるち米「きぬむすめ」と古代米の一つ「紫黒米」を使って描きました。関係機関職員が講師役となり、子どもたちに苗の植え方のコツを指導しました。

田植えを終えた子供らは、田んぼの中で旗とり競走やそり遊びを楽しみ自然と親しみました。



島根  
おおち

## (株)スパーク山陰フェア

広島県の地域密着型スーパー(株)スパークで6月8日(土)、島根県の青果物と特産品を揃えた山陰フェアが開催されました。広島市内のスパーク中山店(東区)、浜田店(安芸郡府中町)の2店舗で、いわみ中央地区本部、西いわみ地区本部と共に参加し、島根おおち地区本部からも職員が店頭立ち、地元産サニーレタスや菌床椎茸、さくらんぼ等の野菜や果実のPRや販売を行い店頭は賑わいました。

島根おおち地区本部と(株)スパークは、島根おおち野菜ブランド「愛菜の郷」の出荷をはじめ、毎年11月から12月には管内の加工場で製造している杵つき餅の職員による実演販売、また出荷している農畜産物への理解と関心を高めていただくため、管内産地の視察を実施するなど30年以上の交流を続けています。

島根おおち地区本部では、県内外の多くの方に管内の農畜産物を知り、食べていただけるよう、積極的なPR活動を行っています。





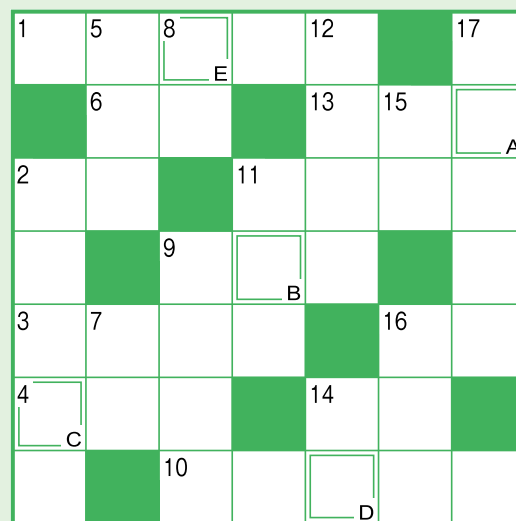
## タテのカギ

- ② 夏休みの最終日に慌てて片付ける子もいます
- ⑤ 酒のお供です
- ⑦ 建具の滑りを良くするために敷居に塗ることも
- ⑧ 脂——、糖——、タンパク——
- ⑨ 野球のピッチャーが登る所
- ⑪ その人が住んでいる所。彼は——の名士だ
- ⑫ ロケットが飛び立つ先
- ⑭ 鶴と並んでめでたい生き物
- ⑮ 芝居の最後に下ろす物
- ⑯ 上野動物園生まれのシャンシャンは何の動物？
- ⑰ イチゴ味やメロン味のシロップを掛けて食べます。パピンスやハロハロもこの一種

## ヨコのカギ

- ① 令和元年は8月8日。暦の上ではもう秋です
- ② 日焼けした後にできることも
- ③ 彼女の料理の腕前は——はただしだ
- ④ アップの反対語です
- ⑥ 竹や梅と並んでめでたい植物
- ⑨ こすれてすり減ること
- ⑩ 五輪で3位の選手の首に掛けられます
- ⑪ 辞書で四字——の意味を調べた
- ⑬ おこわを竹の皮でくるんだ中華——
- ⑭ 握りずしを数えるときに使う言葉
- ⑯ フランスの首都。花の都といわれます

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？



答え

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

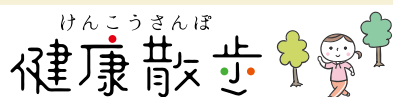
## 応募要項

- 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  
2019年8月5日（月）（当日消印有効）

## ◆先月号の答え◆ 「ブルーベリー」



・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ありません。



## 食中毒に気をつけて

JA島根厚生連

食中毒は『腹痛』、『下痢』、『嘔吐』等が主な症状の、飲食物による健康障害です。ひとくちに食中毒といっても、その種類や原因により流行時期や症状にも違いがあります。そこで、食中毒のことを知り、食中毒にかからないように備えましょう。

### ◎食中毒には次の5種類があります。

- ① 春や秋の旬の時期に発生しやすい『自然毒食中毒』  
\* 動物性…フグ、毒貝など  
\* 植物性…毒キノコ、カビ毒、毒草など
- ② 夏にピークがやってくる『細菌性食中毒』  
\* 感染型…カンピロバクター、サルモネラ、腸炎ビブリオ、赤痢菌など  
\* 毒素型…黄色ブドウ球菌、ボツリヌス菌、セレウス菌など
- ③ 寒い季節(冬)に発生しやすい『ウイルス性食中毒』  
ノロウイルスなど
- ④ 食品内に含まれることで発生する『科学性食中毒』  
水銀、鉛、カドミウム、農薬、殺鼠剤、メタノールなど
- ⑤ 魚介類などの生食に注意!! 『寄生虫食中毒』  
アニサキス、クドアなど

### ◎これからの季節は『細菌性食中毒』が多くなります。予防を心がけましょう。

#### ☆石鹸で正しく手を洗いましょう。

- ① 調理を始める前 ② 生肉や魚、卵などを取り扱う前後 ③ 食卓につく前
- ④ 残った食べ物を扱う前 ⑤ 調理中のトイレの後や鼻をかんだ後
- ⑥ オムツ交換や動物に触れた後



#### ☆毎日の食事で気をつけましょう。

- ① 食材を買う時…新鮮食品は新鮮な物を買ひ物の最後に買い、寄り道をせず早く持ち帰る。
- ② 保存する時…持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に、肉、魚、野菜などは個々に保存。
- ③ 調理する時…\* 野菜は必ず流水できれいに洗う。\* 肉や魚は十分に加熱する。(中心部を75℃1分以上) \* まな板や包丁は肉用、魚用、野菜用と使い分けると安全。\* 生ゴミは菌の温床となるので、こまめに処理。
- ④ 食べる時…清潔な食器を使う。調理後、室温で長時間放置しない。
- ⑤ 残った時…清潔な容器に保存。時間が経ちすぎた物や、少しでも怪しいと思った物は食べずに捨てる。

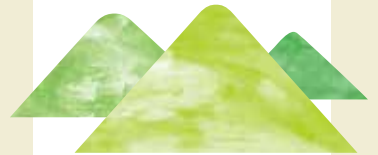
あらためて、確認をしていただき、安全な食生活の参考にしてください。



# 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**

## 地元産のブドウ堪能 青年連盟と交流深める

雲南地区本部が開校するあぐりキッズスクールは6月22日、地元ブドウ農園の見学や窯を使ったピザ作りで、島根県農協雲南青年連盟やJA職員と交流を図り、地場産品への関心を高めました。

初めに、同連盟の盟友で雲南市加茂町のブドウ農園「ギアファーム」を営む星野和志代表が、同町でブドウ生産が広まった歴史や美味しいブドウの作り方などを解説しました。「多くの作業を行い、1年かけて作っている。しっかりと味わって食べてほしい」と農家の思いを伝えた後、キッズ生や保護者らはデラウェアの収穫を体験しました。  
ピザ作りでは生地作りに挑戦し、青年連盟やJA職員が準備



▲たわわに実ったブドウが一面に広がっていました。

した窯で焼きあげました。キッズ生は出来立てのピザを味わい、収穫したデラウェアを口にすると「甘くて美味しい」「いっぱい食べられる」などと話し、お世話になった同連盟の盟友らに感謝の言葉を贈りました。

UNNAN  
FUREAI  
NEWS  
**02**

## 三刀屋の梅が最盛期 雹の被害なく良質

雲南市三刀屋町のJAしまね野菜集出荷施設で、梅の出荷がピークを迎えました。今年は4月から5月までほとんど雨が降らず、天候が良く熟れが進んだためやや小粒傾向ですが、昨年悩まされた雹の被害もなく、良質な梅が出荷されました。  
出荷されるのは「南高」<sup>なんこう</sup>「鶯宿」<sup>おうしゆく</sup>を中心とした4品種で、雲南梅生産組合の10戸が生産しています。

す。出荷のピークを迎えた6月24日には約1・6トンを出荷し、今年度は平年並みの約6トンを出荷しました。  
今年は近隣の直売所から売り場担当者も選別に参加し、買手の意見を反映させた荷姿や価格設定など、手に取りやすい工夫を凝らしました。同組合の祝原光雄組合長は「地元産の梅の良さを皆さんに知ってもらえるよ

UNNAN  
FUREAI  
NEWS  
**03**

## カラダとココロを元気に 癒しの足つぼ学ぶ

雲南地区本部管内のヘルパーらで組織する、雲南地域訪問介護部会は6月19日、利用者やヘルパー自身のケアにも役立てようと、足つぼマッサージの講習会を開きました。

松江市の自宅でマッサージサロン「トータルセラピーサロン&スクールふわり」を営む吉川優子さんが講師を担当し、足裏の色や角質の位置から身体の状態を診る観察法や百円均一の健康足踏

器を使った足つぼ体操の指導を受けました。吉川さんは「足裏から世界中を元気に！」をモットーに、自宅サロンの他にも依頼があれば市内の保育所などで講習会を行っています。

雲南すずらん福祉センターの永瀬幸美課長は「訪問する側も元気に、また、短い訪問時間の中で利用者の方をもっと満足してもらえる手法の1つとして、ケア法を活用してほしい」と話しました。



▲足裏を観察し疲れやコリの状態を診る吉川さん(右)



▲選果場は旬を迎えた梅の爽やかな匂いでいっぱいでした

う、いい梅を出荷していきたい」と話しました。

04

エコ米生産50%越え  
飯南町エコロジ―米生産推進協議会

飯石郡飯南町では、環境負荷の低減や消費者の求める安全で安心な農産物の供給に向けて、飯南町エコロジ―米生産推進協議会や町、JAが一体となりエコロジ―米(エコ米)の生産拡大に取り組んでいます。

同町の平成30年産うるち米の作付面積は約530ヘクタールで、うちエコ米は約270ヘクタールと初めて50%を超えました。

6月7日には、同協議会の総会が行われ、(株)石川米穀の松原秀行代表取締役が米のトレンドについて解説。「エコ米などの表記では消費者に伝わりづらく、「安全・安心」を一言で表せる何かを探す必要がある」と話し、同協議会の和田幹雄会長は「関係機関と議論を重ね、我々の米に対する想いを伝えるイメージ戦略を実現したい」と意気込みます。



▲米のトレンドについて解説する松原さん

06

生産者の意欲向上に向けて  
島根米品評会開催

島根県農業振興協会は6月13日、松江市殿町のサンラポーむらくもで第57回島根米品評会の受賞式を行い、先に行われた選考会の結果、雲南市大東町の門脇玉枝さんが農林水産大臣賞を受賞し、飯石郡飯南町の故・前田祥宏さんが産米改良功労者に選ばれました。

表彰状を受け取った門脇さんは「天候に恵まれたことが一番大きい。今年も管理を徹底し生産性を高めて頑張りたい」と意気込みを語りました。



▲式に列席した受賞者の皆さんやJA職員

05

肉用子牛共進会  
藤原トミ子さん特選賞首席

奥出雲町和牛改良組合と奥出雲町、JAは6月7日、奥出雲町亀嵩の仁多中央家畜集合所で第1回肉用子牛共進会を開き、横田支部の藤原トミ子さんが出品した「みつふく8」が最高位の特選賞首席に輝きました。

その他の特選賞は左記のとおり。

- ▼次席「みつひら」友塚妙子 ▼3席「しんかつしげ」奥出雲町農業公社繁殖育成センター ▼4席「てるこ」長谷川隆寿 ▼5席「あきひかり」若槻秀雄 ▼6席「ひめさくら」堀尾みさこ ▼7席「ふゆみ」福田二三 ▼8席「よねさかえ1」小林寿朗 ▼9席「あきひめ」福田二三 ▼10席「ふくひめ」渋田勉 (敬称略)



▲特選賞首席に輝いた「みつふく8」と藤原さんご夫妻

●平成30年度産米改良功労者・団体表彰 (敬称略)

顕彰名	住所	氏名
島根県農業振興協会会長賞	飯石郡飯南町	故・前田祥宏

●島根米品評会 雲南地区本部管内受賞者 (敬称略)

顕彰名	氏名	品種
◎島根米総合		
農林水産大臣賞	門脇 玉枝	きぬむすめ
全国米麦改良協会会長賞	岩田農園(株)	五百万石
全農会長賞	高間 庸寿	コシヒカリ
◎水稻うるち玄米 品種別の部		
島根県知事賞	桑原 武	コシヒカリ
島根県農業振興協会会長賞	(農)こまき	コシヒカリ
	(農)春石	きぬむすめ
島根県農業協同組合会長賞	渡部 優	コシヒカリ
	経種 光徳	きぬむすめ
◎醸造用玄米の部		
日本酒造組合中央会会長賞	山田 裕信	五百万石
島根県知事賞	(農)晴雲	五百万石
◎水稻もち玄米の部		
全米販理理事長賞	吉川 誉	ヒメノモチ
島根県農業振興協会会長賞	山田 淳	ココノエモチ

特集

# 雲南の果樹が うまい!!

？  
プラム  
編

**雲**南管内は「食の宝庫」と称されるほど美味しい食材で溢れています。そこで今回は程よい酸味と果肉の甘みが癖になる、この夏オススメのプラム(日本スモモ)をご紹介します。

## ハニーハート

Honey Heart



ゴルフボールほどの大きさで、縦に切るとかわいいハート型に見えることも。熟していくにつれて果皮色は赤紫から紫へ、さらに濃い薄墨のような青紫に着色し、糖度や食味が増していきます。皮の酸味も少なく、パクパク食べるとあっという間になくなってしまふ果実です。

## 貴陽

Kiyo



大玉の品種「太陽」よりもさらに大きく、大きいものになると200gを超えるものもあります。糖度が高く、上質な蜜のような甘味とその甘みを引き立てる控えめな酸味との調和が素晴らしい果実です。栽培が難しく生産数も少ないため希少で、贈答品としても需要があります。

## 太陽

Taiyo



プラムの中では大玉の品種で、100g~150gほどの大きさになります。左で紹介している「貴陽」の生みの親になり、果肉はやや硬め。皮ごとかじると果汁がしたたり落ちるほどジューシーです。糖度が高めで完熟すると酸味が抜け、強い甘味を感じる果実になります。



### 美味しいプラムの選び方

果皮に色ムラやキズがなく、張りと弾力があるものが良いといわれています。また、食べ頃になるとだんだん甘い香りが立ってくるため、匂いのチェックも欠かせずに。直接手に取って触ることができない場合は「ブルーム」がついているかどうかで見てください。



Fresh plums!



### 美味しさを保つ「ブルーム」

プラムやプルーンなどの表面に白い粉が付着していることがあります。これは「ブルーム(果粉)」と言って、果実が雨や病気から身を守るために出している天然物質で、新鮮な証拠です。そのまま食べても無害なのでご安心ください。軽くこするだけでも簡単にとれてしまうため、気になる方は水洗いするといいかもかもしれません。



ブルームがついたプラム



### 保存方法

完熟したプラムは新聞紙や紙袋に入れて冷蔵庫での保存をオススメします。ただし、完熟したプラムはあまり日持ちがしません。3日～5日以内になるべく早く食べることをオススメします。

Let's try!!

酸味が後引く美味しさ!

## 簡単にできる プラムのオムレット



●材料(3人分) 所要時間20分

- ・ホットケーキミックス ……200g(1袋)
- ・牛乳 ……150cc
- ・卵 ……1個
- ・サラダ油 ……小さじ1
- ・砂糖 ……大さじ2
- ・ホイップクリーム、プラム ……好きなだけ

●作り方

- 1 ホットケーキミックス、牛乳、卵、砂糖、サラダ油を全て混ぜ合せ、なめらかにする。
- 2 フライパンに生地が丸くなるように流し込み、フタをして極弱火で3分弱。ふっくら張りが出来たらひっくり返してフタをして1分待つ。
- 3 内側になる方を下にしてバットなどに取り出して少し冷ましてから、クリームとプラムを挟んで冷やせば出来上がり!

ワンポイント  
アドバイス

皮ごと食べる方が酸味がアクセントになるのでオススメです。

## JＡしまね雲南地区本部の果実の品ぞろえ強化に向けての取り組み



雲南地区本部管内では、農産物直売所などから「果実の品ぞろえを強化したい」との要望を受けて発足した「産直・園芸プロジェクト」の一環で約40人がプラム(日本スモモ)を栽培しています。着果3年目を迎える成木もあり、プラムの「ハニーハート」や「ハニーローザ」を直売所に出荷する生産者の方も少しずつ増えてきています。

毎年、ココロノファーム(JAしまね雲南地区本部果樹技術指導センター)のハウスで収穫の目安などについて講習会を開いており、栽培技術の向上を目指して取り組みを進めています。

安全・安心でフレッシュな果実をお買い求めの方は最寄りの農産物直売所へお願いいたします。



# うんなん 女子力

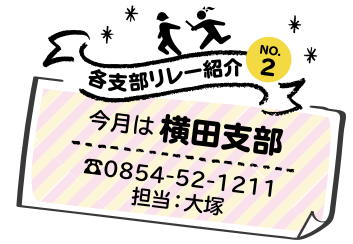


掲示板



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

### JA女性大学院「華凜」

#### 憂鬱な気分を吹き飛ばせ!健康教室開催

とき/6月18日(火) ところ/雲南地区本部

気圧の低い梅雨時期は、身体が気だるさを感じるもの。そんな不快を吹き飛ばすべく、華凜の6月講座では健康教室を開催しました。(健康な方ばかりでしたが…)



気持ちも体もリフレッシュしました!

ストレッチポールを使った身体ほぐしを初めて体験した人もおり、想像以上のほぐし効果にビックリ!「肩甲骨周りは、普段の生活でも凝り固まりやすいが、ポールでこわばりがとれた!」と喜んでいました。後半は、ほぐれた体にチェアエクササイズで少し負荷をかけました。音楽に合わせて身体を動かすエクササイズに終始笑顔で、またイケメン講師二人の講座に気持ちも体もリフレッシュできた一日となりました。

### 横田支部

#### 元気で生き生きと歳を重ねよう!

とき/7月3日(水) ところ/八川コミセン



脳が活性化して、若返った気がします!

横田支部は“元気で生き生きと歳を重ねよう”をテーマに、よこたの郷の理学療法士 坪倉昌宏さんから「介護予防運動」を教わりました。足や手などを動かして左右で違う動きをするなど、簡単な体操でしたが、参加者の皆さんは「ぜひ続けて、介護を受けないような体作りに努めたい」と話しました。今年度も手芸や健康教室、地区文化祭への参加、料理教室など、皆さんがやりたいことを楽しんで活動したいと思っています!

## JA女子大掲示板 6月の女子大日誌

### いい家ってなんだろう?

#### 家族みんなが心地いい家を考える講座

とき/6月6日(木) ところ/雲南地区本部

◎講師/アトリエ素と 主宰 一級建築士 小畑 絢子 氏

6月の講座では、アトリエ素との小畑さんを講師に迎え「いい家」について学びました。間取りを考えるときに「どんな暮らしがしたいのか」「家族みんながくつろげる部屋」を考えるのが重要だと学びました。

小畑さんが手がけている明るくとてもおしゃれなキッチンや、子供の姿がいつでも確認できて安心感が溢れる間取りの写真が紹介され、参加者からは熱心に質問が飛びました。その後、今の暮らしや、今後の理想の暮らしなどに

JA女子大学雲南校とは? 多分野にわたる講座を受講することで、やりたいことを見つけ、新しい仲間を作っていく場所です。

思いをはせ、我がドリームハウスの設計に挑戦しました。

●アンケートより  
他の家を見たり、図面を見たりすることも少ないので色々な家の



くつろぎの部屋をどこにしますか~?

形、心地のよい家を考える良い機会になりました。頭の中で「どうすると心地よい暮らしができるのか?」「どんな暮らしがしたいのか」と漠然としていましたが、図面をじっくり書くことで自分が今、どう暮らしたいかが見えてきました。

(学籍番号 U8-008:名原茜)

# JA chou chou コレクション 参加者募集

chou chou とは…  
フランス語で『お気に入り』

令和元年度「JA女性のつどい」で、60歳以上のJA女性部員によるファッションショーを行います。  
あなたもお気に入りの服を着て、ラメールの舞台を歩いてみませんか。

日時／11月16日(土) 14:00～(予定) 場所／雲南市加茂文化ホールラメール(加茂町宇治303)

## 参加条件

- 1 JAしまね雲南女性部員であること。
- 2 60歳以上であること。
- 3 介助なしで歩けること。
- 4 ウォーキング講習会 および前日リハーサルに参加できること。

申込締め切り  
9/20  
金

参加希望や詳細については、下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

主催／JA chou chou コレクション実行委員会

お問い合わせ先／JAしまね雲南地区本部 ふれあい課 0854-42-9053



水田転作・遊休農地活用・空きハウスでの

## 「種子生産」がオススメ!

こんな方に最適!

- 農業に興味がある方
- 水田転作に取り組みたい方
- 農業法人や担い手農家の方

どんな仕事?

- 野菜(白菜、蕪、大根など)の種子を生産(採種)する仕事です。



ここがオススメ!

- 定期的な巡回指導や栽培指針があり、指導体制が確立しているため、野菜作りの基本も学べます。
- 種苗会社との契約栽培なので、価格は安定しています。
- 軽量作物なので、女性や高齢者の方でも栽培が可能です。
- 出荷は年1回のみです。

栽培の流れや収益など、気になる点はお電話で。ご連絡お待ちしております!

お問い合わせ先

JAしまね雲南地区本部 米穀園芸課(担当/高橋)

〈事務所連絡先〉

〈業務用携帯電話〉

0854-42-9115 080-8249-6668



## Furemi's Kitchen

フレミズ キッチン

◎協力: HAL ムスイ&リラクゼーションサロン蓮~ren~

日時 8月1日(木) 9:30~14:00

場所 加茂町総合健康福祉センター かもてらす(加茂町宇治 328)

参加費 大人 500円 / 子ども 300円

女性の方ならどなたでも参加OK! お子様も大歓迎! /

🍷 日程表

- 9:30~ 集合
- 10:00~ 無水鍋を使った時短料理を体験し、出来立てを試食します。(HAL ムスイ)
- 13:00~ カラダリセット講座(リラクゼーションサロン蓮) 子供たちは工作に挑戦するよ!
- 14:00 終了予定

お問い合わせ先/ふれあい課まで

**JAしまね統合 4周年企画旅行**

**出雲縁結び空港発着**  
あなたの夢を翼でつなぐ。

**FDA 直行チャーター便!!**  
FUJI DREAM AIRLINES

**世界遺産 屋久島と種子島**  
鉄砲伝来の島

**2泊とも2名様より1部屋ご利用**

旅行実施日 **令和元年 10月29日(火)~31日(木)**

旅行代金 (大人お1人様2名様1室利用・出雲縁結び空港起点・税込)

スタンダードホテル (Aプラン) **136,800円**

デラックスホテル (Bプラン) **146,800円**

バスを降りると目の前の  
**3千年の歴史に感激!!**

**▲紀元杉** 推定樹齢3千年 樹高19.5m・胸高周囲8.1m  
「屋久杉」は、屋久島の多雨と花崗岩からなる土壌の環境により病気・腐朽から守られています。

**▲千尋の滝** (せんびろのたき)  
屋久島の三大名瀑の一つで、落差80mの豊富な水量を誇る滝と約200mの花崗岩の一枚岩との組み合わせは、日本最大級。遠くからしか見られませんが、その景色には圧倒される迫りがあります。

**▲ヤクスギランド**  
樹齢数千年の屋久杉を含む屋久島の原生林を観光することができます。

行程	入場観光、下車観光、車窓観光	食事
1	出雲縁結び空港 (10:50~11:20) → 種子島空港 (12:10~12:40) = = ○JAXA種子島宇宙センター = ○種子島最南端・門倉岬 = = 西之表港 (高速船(50分)) ~~~~~ 安房港 = 屋久島 (泊) (18:00)	☑ # 夕
2	<b>Aプラン</b> ホテル(8:30) = ○千尋の滝 = ○ヤクスギランド = ○紀元杉 = = 杉匠 [昼食&お買い物] = ○屋久杉自然館 = = ○屋久島環境文化村センター = シーサイドホテル屋久島 (泊) (16:30)	朝 昼 夕
	<b>Bプラン</b> ホテル(8:30) = ○志戸子ガジュマル園 = ○屋久島環境文化村センター = = 杉匠 [昼食&お買い物] = ○屋久杉自然館 = = ○ヤクスギランド = ○紀元杉 = 屋久島いわさきホテル (泊) (17:00)	朝 昼 夕
3	<b>Aプラン</b> ホテル(8:30) = ○志戸子ガジュマル園 = 宮之浦港 ~~~~~ 西之表港 =	朝 昼 夕
	<b>Bプラン</b> ホテル(8:00) = ○千尋の滝 = 宮之浦港 ~~~~~ 西之表港 =	朝 昼 夕
	= ○種子島開発総合センター (鉄砲館) = 西之表 [昼食] = = 種子島空港 (15:00~15:30) → 出雲縁結び空港 (16:20~16:50)	朝 昼 夕

掲載ツアーは、この広告でのお申し込みを受け付けておりません。  
※詳しい旅行につきましては、専用のパンフレットをご用意しております!  
(株)農協観光島根支店又はJAしまね雲南旅行センターまでご請求ください。

**NOKYO TOURIST CORPORATION**  
**株 式 会 社 農 協 観 光**  
一般社団法人日本旅行業協会 正会員 観光庁長官登録旅行業第939号  
島根支店 TEL 0852-26-2600 〒690-0852 松江市千鳥町15 コービル1F  
総合旅行業務取扱管理者/水田 華信

**介護福祉事業一部廃止について**

令和元年6月30日をもってJAしまね雲南すずらん福祉センターの「居宅介護支援事業」と「住宅型有料老人ホ

**雲南すずらん福祉センターだより**

◆ヘルパー定例会◆

◎と き / 8月21日(水)9時~13時

◎と ころ / すずらん福祉センター

2F会議室

◎内 容 / 意見交換

◆部会研修会◆

◎と き / 8月28日(水)

10時~13時30分

◎と ころ / 通所介護事業所おおき会議室

◎内 容 / アンガーマネジメント研修

◎講 師 / 雲南市社会福祉協議会

生活支援相談センター  
土屋博紀氏

◆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

※施設介護職員・厨房職員(パート含む)の募集も行っております。

●ご相談お問い合わせは: 雲南すずらん福祉センター ☎0854-429120

**介護福祉事業一部廃止について**

令和元年6月30日をもってJAしまね雲南すずらん福祉センターの「居宅介護支援事業」と「住宅型有料老人ホ

**地区本部総代説明会について**

6月16日に開催した第1回雲南地区本部総代会に係る内容については、県下で紙面の統一性を図るため、8月号に掲載いたしますので、ご理解いただきますようお願いいたします。



「ム事業」を廃止いたしました。事業開始以来、皆様方には長年に渡り、ご支援ご協力を賜りましたこと心から感謝申し上げます。その他の事業につきましては引き続き運営しておりますので、今後とも、よろしく願っています。

●人事異動(6月12日付) ●企画総務部付(営農部農産加工課)岸綾美

●人事異動(6月30日付) ●島根県農業信用基金協会(転籍)(金融共済部融資課)塩野貴志

●人事異動(7月1日付) ●本店リスク管理部部長兼融資管理CCC長(人事教育部部長)嘉本智美

●本店事業改革推進室次長(資金部農業金融課課長)高橋洋介

●本店総務部人事課(人事教育部人事課)上原聡史

●本店総務部付(センター)白築建典

●統括部長兼企画総務部部長(企画総務部部長)兼雲南すずらん福祉C所長 津和野基己

●雲南すずらん福祉C福祉事業2課(雲南すずらん福祉C福祉相談課)笹田万知子

※( )内は旧部署、Cはセンターの略





## 働く場合の年金って、 どうなるの?

### 部分年金や老齢厚生年金は、 働き方によって減額となることも

部分年金の受給が始まったあと、厚生年金保険に加入して働くとき、注意してほしいことがあります。収入と年金受給額の合計額によっては、部分年金や老齢厚生年金がカット(一部または全額が支給停止)されるのです。これを在職老齢年金制度といいます。

下の表のとおり、たとえば64歳の人が収入24万円、年金受給額が月額10万円だった場合、実際にもらえる年金額は月額7万円になってしまうのです。

#### 在職老齢年金の早見表(60歳~65歳未満)

収入(総報酬月額相当額)	年金受給額(月額)					
	10	12	14	16	18	20
12	10	12	14	16	17	18
15	10	12	13.5	14.5	15.5	16.5
18	10	11	12	13	14	15
21	8.5	9.5	10.5	11.5	12.5	13.5
24	7	8	9	10	11	12
27	5.5	6.5	7.5	8.5	9.5	10.5

単位:万円

受給額と収入の合計が28万円以下ならカットされない  
は年金が一部カットされます。

※縦欄の金額は、1か月の給料と、直近1年間の賞与の合計を12で割ったもの。横欄の金額は、本来もらえる老齢厚生年金の月額。表内の縦軸と横軸の交った部分の数字が、実際にもらえる老齢厚生年金の月額です。

## 年金についてのご相談はJAで! 年金相談会のご案内

無料

### ● 頼原支店

8月 8日(土) 15:00~19:00

### ● 雲南さくら支店

8月23日(金) 10:00~15:00

◎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。

## JAバンクからのお知らせ

ただいま「JAバンクしまね」では

### ①子育て世代の方

### ②当JAにて給与・年金のお振込みの方

### ③当JAにて年金お振込みの予約の方

を対象に、住宅・マイカー・教育の各ローンお申し込み時に金利引き下げのご案内を行っております。

詳しくは各支店の窓口までお問い合わせ下さい。

●いろいろな苦労しつつ栽培されている様子が良く分かりました。体にも良く、我が家でも食べねばと思ったところです。  
(大東町・Sさん)

●我が家にもミョウガが数か所植えてあり、盆頃になると収穫して食べたり産直市に出したりしています。昔からの言い伝えでは沢山食べるとバカになるとか。(奥出雲町・Tさん)

◎私もあの独特の風味と食感が癖になり、大人になるにつれてそうめんやうどんの薬味として使うことが増えてきました。あの爽やかな香りの成分は、スギやマツ、ヒノキなどの針葉樹にも含まれるαピネンが主で、森林浴効果の1つ、ストレス緩和やリラククス効果があるときされています。また、眠気を覚ましてシャキッとしたいときや夏バテ気味で食欲がないときにも一役買ってくれますので、バカにはなりませんね。

## 島根いいもの再発見を 読んで

●毎年、今頃になるとAコープにミョウガの外側のようなものが出回ります。何の部分でどうやって食べますか?  
(奥出雲町・Wさん)

◎調べてみると、訳ありミョウガとしてたまに市場で出回っているようです。収穫した後に残った皮や茎の部分で、実際に食べてみると少し歯ごたえがあり、香りや味は普通のミョウガとほぼ変わりませんでした。  
普通のミョウガと同じようにさつと湯通ししたり、数10秒水につけてアク

## Aコープに謎の商品?



抜きしたりした後、らつきよ酢に漬けるだけで美味しい漬物になるそうです。売り場に並ぶことも少なく、お財布にも優しいため、手に取ってみてはいかがでしょうか。  
左の画像は茹でた鶏のささ身と薬味(ミョウガ、ネギ、大葉)を和えたお手軽メニューです。塩とごま油を少しかけて食べるのが私のオススメです。

8月の外勤日 14(水) 15(木) 16(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。

### ●子牛市場成績表

### 中央「統落」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	43	1,666,440	451,440	720,737	287	2,507
	去	55	900,720	433,080	770,217	304	2,533
中央市場	雌	121	1,666,440	21,600	678,660	284	2,388
	雄	1	151,200	151,200	151,200	145	1,043
	去	157	941,760	43,200	757,981	303	2,499

令和元年6月の全国主要子牛市場平均価格は、雌709,192円(前月比97%)、去勢795,926円(前月比95%)、計759,113円(前月比96%)で、統落の取引となっております。

## 畜産市況

6月



# 病害虫の予防を万全に ハクサイ

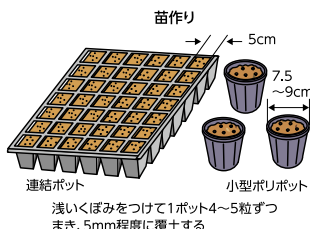
## あなたもチャレンジ! 家庭菜園

園芸研究家 ● 成松次郎

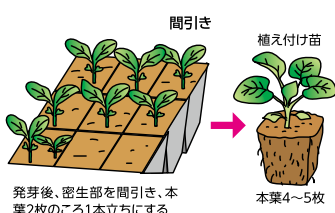
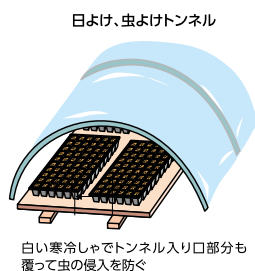
ハクサイの原産地は中国。日本に本格的に導入されたのは明治初年と意外にも新しい野菜です。生育適温は15～20度の冷涼な気候で、寒さに強い冬の代表野菜です。

8月中旬～9月上旬にまき、早生種で種まき後60～70日、中生種で80～100日で収穫できます。

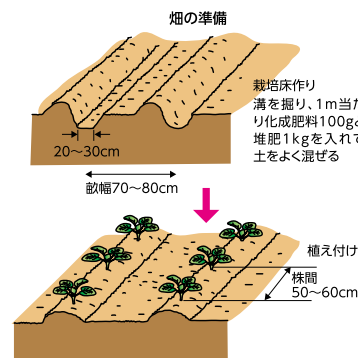
**【品種】**漬物、鍋物用には大型の品種が主流ですが、小型品種もあります。年内取りは、早生品種の「晴黄65」（タキイ種苗）など、中生品種では、黄芯系の「黄ごころ85」（タキイ種苗）、「黄将」（カネコ種苗）など、また、重さ600gくらいの「娃娃菜」（トキタ種苗）、「タイニーシュシュ」（サカタのタネ）などがあります。



**【苗作り】**連結ポットなどに4～5粒まき、途中、間引きをして1株にし、本葉4～5枚の苗に仕上げます。ネットでトンネル状に覆うなどして、虫の侵入を防ぎます。



**【畑の準備】**植え付け2週間前までに1平方m当たり苦土石灰100gを散布し、土とよく混ぜておきます。1週間前までに畝幅70～80cm、深さ20cmの溝を掘り、溝1mにつき化成肥料



(N-P-K=10-10-10%) 100gと堆肥 1kgを入れ、土とよく混ぜて畝を作ります。ウイルス病を媒介するアブラムシの飛来を防ぐには、白や銀色の反射性マルチフィルムを使うと効果的です。

**【植え付け】**植え穴は50～60cm間隔に掘り、畑が乾いていたら穴に水やりをしておきます。植え付けの深さは、子葉の下までの深さになるようにし、株元の土を手でしっかり押さえます。

**【追肥】**本葉10枚のころ畝の肩に化成肥料を1株10gくらいまいて、株元に土寄せします。2回目はその20日後に通路にまき土寄せします。

**【病害虫の防除】**ヨトウムシ、コナガ、アブラムシなどが多いので、オルトラン水和剤などで駆除します。病気の予防には、管理のときに葉を傷めないことですが、軟腐病では発病株を早めに除去し、広がりを防ぎます。

**【収穫】**結球の頭を押さえて、葉に緩みがなく、しっかりしたら収穫時期です。

※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。

## 理事会情報 (5月30日開催)

### 【協議事項】

- ①令和元年度国庫及び県単補助事業の実施について
- ②第2次農業戦略実践3ヵ年営農計画について
- ③平成30年産島根米買取価格の設定ならびに令和元年度産の買入れ手法について
- ④自動車販売・整備管理システム統一にかかる開発計画について
- ⑤余裕金運用規程の一部改正について
- ⑥内部統制システム基本方針の策定について
- ⑦島根県常例検査書の回答について

- ⑧総代会附議議案「会計監査人の選任について」および監査報酬額の決定について
- ⑨平成30年度決算の承認について
- ⑩第5回通常総代会への附議議案について
- ⑪財務調整に関する取扱いについて
- ⑫令和元年度の業績還元額の取扱いについて
- ⑬情報システム業務の電算センターへの委託について
- ⑭令和元年7月1日付け機構改革の実施について
- ⑮葬祭会館「メモリア平田」の改修工事について

- ⑯葬祭会館「J Aしまね三隅葬祭会館(仮称)」の建設工事について
  - ⑰通常総代会にかかる「総代会参考書類」および「議決権行使書」の取り扱いについて
  - ⑱「正組合員加入促進運動」の取り組み結果および今後の取り組みについて
  - ⑲職制規程の一部改正について
  - ⑳くにびき地区本部「福祉事業」の廃止について
  - ㉑懲戒委員会要項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)

# 消費税率の引上げと軽減税率の影響

影響 ① 免税事業者の判定の影響 ② 簡易課税制度への影響

## 農畜産物を販売する際の適用税率

2019年10月1日より、消費税率が8%から10%に上昇します。これに合わせて **飲食物品(加工品・農畜産物を含む)** については **軽減税率(8%)** が適用されます。

### 軽減税率が適用される(8%)農畜産物

主食用米・野菜・果実・枝肉など、飲食物品として販売されるもの

※JAから振り込まれる農畜産物の販売代金は、消費税率8%が適用されます。

### 軽減税率が適用されない(10%)農畜産物

飼料用米・種子・花卉類・素牛など、飲食物品として販売されないもの

※JAから振り込まれる農畜産物の販売代金は、消費税率10%が適用されます。

## 委託販売手数料の経理の取扱い変更

軽減税率の導入により、農畜産物(税率8%)と委託販売手数料(税率10%)の適用税率が異なるため、**軽減税率が適用される** 農畜産物を販売した際の、**委託販売手数料** の経理の取扱いが変わります。

※軽減税率が適用されない農畜産物の販売に係る委託販売手数料の経理の取扱いは、変更ありません。

### 2019年9月30日までの取扱い(現行)

販売金額から委託販売手数料を控除した後の金額を課税売上とすることができます。

### 2019年10月1日以降の取扱い

販売金額から委託販売手数料を控除できません。**入金額でなくJAから送付された仕切書や販売代金精算書の販売金額を課税売上**にします。

## 免税事業者の方へ

(基準期間の課税売上高1,000万円以下)

納税義務の有無を判定する際、2019年10月1日以降は、課税売上高の計算上、委託販売手数料を控除できません。

基準期間(2年前)の課税売上高を判定する際に注意が必要です。

## 課税事業者で簡易課税制度を選択中の方へ

(基準期間の課税売上高5,000万円以下)

簡易課税制度の適用可否を判定する際、2019年10月1日以降は、課税売上高の計算上、委託販売手数料を控除できません。

基準期間(2年前)の課税売上高を判定する際に注意が必要です。



お問い合わせは 各地区本部の担当部署 または 税務署までお問い合わせ下さい。下記の専用ダイヤルでも相談が可能です。

国税庁

消費税軽減税率電話相談センター 専用 **0570-030-456**

農林水産省

農林水産省の相談窓口(消費税関係) 専用 **03-3501-1384**

## 農地中間管理機構を活用して 農地の貸し借りを してみませんか!!

**農地を貸したい**

- もう農業をやめたい
- 農地は持っておきたいけど耕作は続けられない
- 経営の規模を縮小したいなど...

**農地を借りたい**

- 農地を増やしたい
- 農地を借りて耕作したい
- 農地をまとめたいたいなど...

地域農業を将来にわたって守るため「農地中間管理事業」を活用しましょう。

公益財団法人しまね農業振興公社 理事長 西田 一朗

## 事業のメリット

**出し手 (農地の所有者)**

- 賃借料は会社から確実に支払うので、安心して農地を預けることができます。
- 農地を借りた人が途中で耕作できなくなっても、関係機関と連携して新たな受け手を探します。

**受け手 (農地を借りたい人)**

- 会社との契約に基づくため、長期間、安心して耕作できます。
- 農地を集積・集約することで、まとまった農地を耕作でき、農作業の効率化、生産性の向上が図れます。
- 複数の所有者から農地を借りている場合でも、契約が一括化され、賃借料の支払い事務が軽減されます。
- 税務署へ提出する「不動産の使用料等の支払い調書」の作成等の事務が軽減されます。(15万円以上の賃借料)

お問い合わせ先 **公益財団法人しまね農業振興公社**  
(島根県農地中間管理機構)  
**TEL: 0852-20-2871**  
e-mail: kousha@agri-shimane.jp URL: https://agri-shimane.or.jp

## 組合員からの情報提供窓口について

当組合の監事は、経営の健全な発展に資するため、農協法(法第35条の5)および農協法施行規則(第81条)に基づき、理事の職務の適正な遂行を阻害する行為に関する情報(組合経営に関する事象に限る)の提供を受付けています。

当組合理事の組合経営に関する気になる行為について、封書またはEメールにて右記宛に連絡くださいますようお願いいたします。

島根県農業協同組合 監事会

連絡先: 住 所 〒690-0887 松江市殿町19番地1  
Eメールアドレス kanji.hon@ja-shimane.gr.jp  
部 署 名 監査部  
受 付 監 事 常勤監事

※当組合の業務に関する一般的な苦情については、担当部署または支店で受付ていただきますのでご利用ください。

※ご好意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する内容のものは受付いたしかねますので、予めご了承ください。

# しまねうれしぴ

料理研究家 土井小百合

JALしまねびより

本誌は地球環境に優しい植物油インクを使用しております。



## とうもろこしごはん



### ●材料 (4人分)

米	2合	昆布	1枚 (5cm角)
とうもろこし	1本	酒	大さじ1
グリーンピース (あれば)	50g	水	2カップ
塩	小さじ2/3		

### ●作り方

- ①米を洗い30分置く。
- ②炊飯器に米、水、酒、塩、昆布を入れる。
- ③とうもろこしは包丁で芯に沿って実をそぎ取る。
- ④②の炊飯器の中に③のとうもろこし、とうもろこしの芯、グリーンピースを入れ炊く。
- ⑤炊き上がったらとうもろこしの芯、昆布を取り除き混ぜ合わせる。

★旬のとうもろこしを使ったご飯です。口の中でプチプチとした食感と甘味が広がります。芯も一緒に炊くと甘味が増し、味わいが深くなります。



## 簡単豚肉のサッパリ煮(焼き豚風)



### ●材料

豚肉固まり	400~500g	ソース	
白ネギ	1本	煮汁	大さじ3
生姜	4枚	マヨネーズ	大さじ3
にんにく	1かけ	からし	
めんつゆ	200cc	季節の野菜	適量
水	500cc		

### ●作り方

- ①白ネギを5cmに切る。にんにくをつぶす。生姜は薄切りにする。
- ②小鍋に豚肉とめんつゆ、水、にんにく、生姜、白ネギを入れ、落としフタをして火にかけ、煮立ったら弱火で30分煮る。(中に火が通るまで煮る)
- ③冷めるまで煮汁に浸しておく。
- ④豚肉を厚さ1cmぐらいに切る。
- ⑤煮汁、マヨネーズ、からしを混ぜソースを作る。
- ⑥豚肉、野菜にソースをかける。



★タコ糸で縛らなくても大丈夫です。  
★これを作っておけばアレンジ色々！お弁当や忙しい夕食にも便利です♪柔らかくて美味しい！  
★さっぱり食べたい時はモモ肉、豚バラを使えばトロトロ柔らかい出来上がりになります。

### 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。

今月の表紙は出雲市佐田町の「八雲風穴」です。約500年前に開山したお寺「福泉坊」の隣にある八雲風穴には、夏になると涼を求め多くの人々が訪れます。真夏でも5~10度前後の冷風が出ており、年間を通じて気温の変動が少ないことから、昔から天然冷蔵庫として農林産物の保管などに利用されてきました。

### 編集後記

6月30日の第5回通常総代会にて、新年度事業計画や役員改選をはじめとした全議案が可決承認され、新たな体制がスタートしました。本来であれば本誌にて皆さまへ情報をお繋ぎすべきところですが、製作スケジュールの都合から8月号の特集誌面にてご紹介させていただきます。なお総代会情報は、先行して当JAのホームページへ掲載していますので、ぜひご覧ください。(和)



【今月の表紙の原画】  
レイアウトの都合により表紙のイラストは原画の一部表示となっております。原画の全体は次のとおりです。