

JAしまねびより

2020
7
July
Vol.52

特集

「JAの自己改革に関する
組合員アンケート」最終集計結果のご報告

鳥根の
いいもの再発見!!

梅

[雲南市]

詳細は6ページへ



JALまね 雲南地区本部版

1 JA介護事業所等へのマスク寄贈



3 すべての人に健康と福祉を

JAしまねは6月5日、松江市の本店においてJA共済連島根より、新型コロナウイルス感染症予防用に役立ててもらおうと、JAの介護事業所およびJA島根厚生連へマスク10,000枚が寄贈されました。

新型コロナウイルスの新規感染者数は減少傾向にあるものの、全国的には終息には至っておらず、第2波が警戒されています。当JAでも高齢者をはじめとした多くの組合員・地域住民のコミュニティ形成の場として、大きな役割を担っているJA介護事業所や健診施設を運営しており、感染予防に向け職員が一丸となって日々細心の注意を払っています。

マスクを受け取った石川寿樹組合長は「まだまだ介護事業の現場等では新型コロナウイルス感染症防止対策に気を抜けない状況が続いている。頂いたマスクはありがたいです。大切に使用させていただきます」と話しました。



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。

2 農作業の労力負担軽減！

農家の安全確保や作業負担軽減、また農業の効率化を図ることを目的に、やすぎ地区本部と雲南地区本部で農作業の軽減用機械の実演会を開催しました。

やすぎ地区本部を含む安来地域担い手育成総合支援協議会（安来市・島根県東部農林振興センター安来支所安来市農業委員会）は6月10日、安来市にある農事組合法人よしたのタマネギ圃場などで、収穫機械や乾燥機の実演会を開催し、営農組合や関係者ら約60人が参加しました。当日は収穫機で掘り起こしたタマネギをピッカーで拾い上げ、コンテナ詰めするまでの作業を機械で行い、乾燥作業では短時間で乾燥させる吸風式の特殊な装置が披露され、参加者は労働力の軽減や作業時間の短縮など、作業の効率化を実感していました。

同地区本部では水田を活用したタマネギ栽培を促進するため、播種から乾燥まで生産に必要な一連の機械を導入し、今年度から生産者への貸出事業を開始。これにより生産者の機械導入にかかるコストの低減を進め、タマネギの産地づくりを図っています。

また、雲南地区本部では、傾斜地での除草作業を軽減するラジコン草刈り機の実演会を6月5・6日の両日、仁多郡奥出雲町で管内の農業法人を対象に開催し、近隣の営農組合などの代表者らが参加しました。

今回実演が行われたラジコン草刈り機は、走行部をモーターで駆動し、エンジンで刈刃を駆動するハイブリッド方式を採用することで、力強く安定した草刈り作業ができるうえ、刈幅は70cm、刈高3〜9cm、最大傾斜45度まで作業を行うことができます。

中山間地域の農家にとって、高齢化や担い手不足が深刻化しており、短時間できれいに刈り取る様子を見た参加者は「安定感やスピードがあり効果的に草刈りができる」と、その手軽さと性能の良さ、安全性を実感していました。

両地区本部では生産者の作業負担軽減と安全確保、また農作業の効率化と人手不足を補うため、今後も導入を推奨していきます。



雲南地区本部：ラジコン草刈り機の実演会



やすぎ地区本部：タマネギ収穫作業機実演会

お知らせ 次回8月号は総代会特集！

6月28日(日)に浜江市の石央文化ホールで開催した第6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月号での掲載とさせていただきます。なお、第6回総代会資料は当JAのホームページに掲載しておりますので、ご覧ください。

新型コロナウイルス感染症の影響を受けた生産者の皆さまへ

高収益作物次期作支援交付金のご案内

新型コロナウイルス感染症の発生により売上げが減少する等の影響を受けた**高収益作物（野菜・花き・果樹・茶）**について、次期作に前向きに取り組む生産者の皆さまを支援いたします。

支援対象となる生産者

令和2年2月から4月の間に野菜、花き、果樹、茶について、出荷実績がある又は廃棄等により出荷できなかった生産者

支援内容その1（要綱第4の2の（1）関係）

◆高収益作物の次期作に向けた取組に対して、次のとおり支援します。

【支援単価】

- ①基本単価5万円/10a（野菜、花き、果樹、茶） ※中山間地域等では単価を1割加算
- ②施設栽培のうち高集約型品目の単価



対象品目（高集約型品目）：新型コロナウイルス感染症の影響で需要が減少した品目	交付単価
施設栽培の花き、大葉及びわさび	80万円/10a
施設栽培のぶどう及びおうとう、マンゴー	25万円/10a

【対象施設】加温装置（空調装置）又はかん水装置がある施設

対象となる
取組例

- ・生産・流通コストの削減の取組
- ・種苗、肥料、農薬等の資材の購入
- ・土壌改良資材の投入
- ・自動環境制御装置の活用
- ・作業環境の改善の取組
- ・事業継続計画の策定
- ・機械化体系の導入
- ・被覆資材の導入
- ・空調装置の導入
- ・環境制御盤の導入 等

支援内容その2（要綱第4の2の（2）関係）

◆次期作に向けた下記の①～③のいずれかの取組を行う場合に、10a当たり2万円を支援します。

（野菜、花き、果樹、茶） ※中山間地域等では単価を1割加算

対象となる
取組

- ①新たに直販等を行うためのHP等の整備
 - ②新品種・新技術の導入等に向けた取組
 - ③海外の残留農薬基準への対応又は有機農業・GAP等の取組
- ※2万円/10a×取組数（3取組（①②③全て）で、最大6万円/10a）

支援内容その3（要綱第4の2の（3）関係）

◆高品質なものを厳選して出荷する取組に対して、取組を行った人数・日数に応じ、1人・1日あたり2,200円を支援します。

※新型コロナウイルス感染症の影響を受け、令和2年2月以降、厳選出荷に取り組んだ期間が対象となります。

【対象品目】

花き、茶、施設栽培の大葉、わさび、ぶどう及びおうとう、マンゴー

※施設栽培のうち、いわゆる雨よけハウスは除きます。

お問い合わせ先：最寄りの地域農業再生協議会（市町村・JA）まで

肉用牛の生産を行う畜産農業者へのご案内

肥育農家向け

- 肥育牛経営等緊急支援特別対策事業…枝肉価格の下落に対する出荷奨励金交付
出荷延期に伴う掛かり増し経費の支援
牛マルキン負担金免除



繁殖農家向け

- 優良肉用子牛生産推進緊急対策事業…全国平均価格が一定額下回った際の奨励金
- 肉用子牛流通円滑化等緊急対策…出荷延期に伴う掛かり増し経費の支援

お問い合わせ先：地元地区本部畜産担当者まで



アンケート」 最終集計結果のご報告

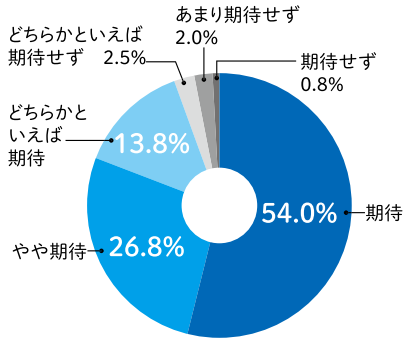
■組合員79,600人による回答（正組合員37,600人、准組合員42,000人）
 ■回答率65.0% ■四捨五入の関係で構成比率が100%にならないグラフもあります。

正組合員 **准組合員** = アンケート対象者

自己改革への評価について

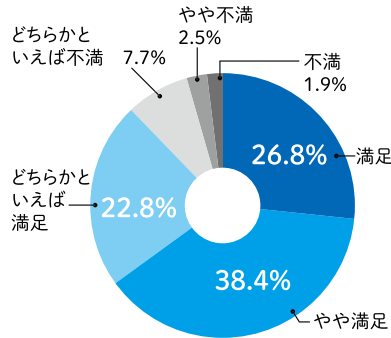
■ 営農指導事業（農業の栽培技術指導や経営支援など）

■ 期待度 **正組合員**



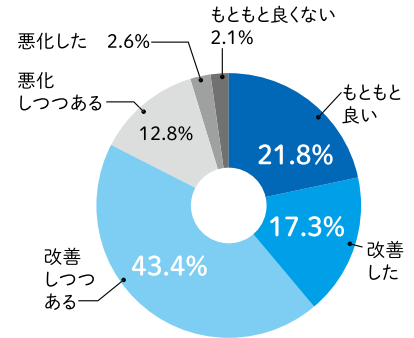
回答していただいた正組合員のうち、**94.6%**の方より**期待**を表す回答をいただきました。

■ 満足度 **正組合員**



回答していただいた正組合員のうち、**88.0%**の方より**満足**を表す回答をいただきました。

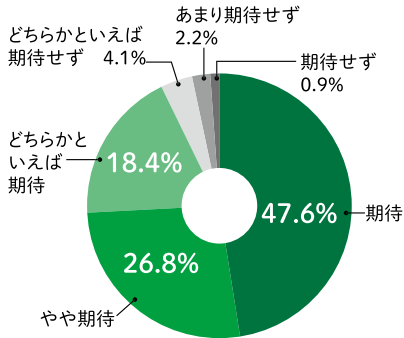
■ 事業内容変化 **正組合員**



回答していただいた正組合員のうち、**82.5%**の方より**改善**を表す回答をいただきました。

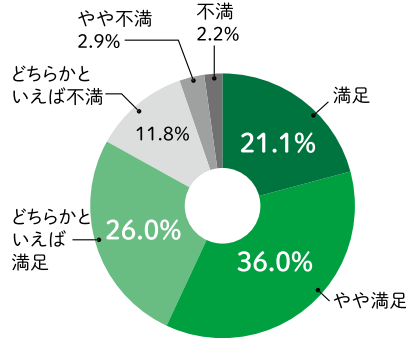
■ 農畜産物販売事業（農畜産物の販売など）

■ 期待度 **正組合員**



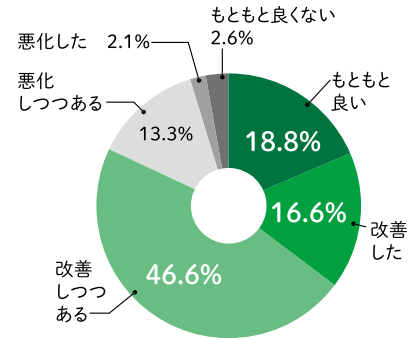
回答していただいた正組合員のうち、**92.8%**の方より**期待**を表す回答をいただきました。

■ 満足度 **正組合員**



回答していただいた正組合員のうち、**83.1%**の方より**満足**を表す回答をいただきました。

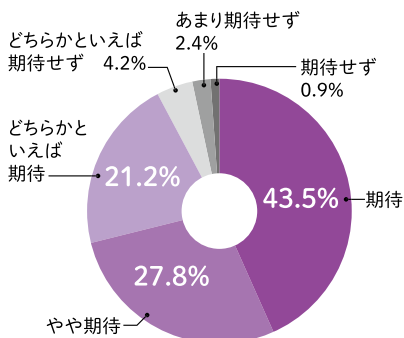
■ 事業内容変化 **正組合員**



回答していただいた正組合員のうち、**82.0%**の方より**改善**を表す回答をいただきました。

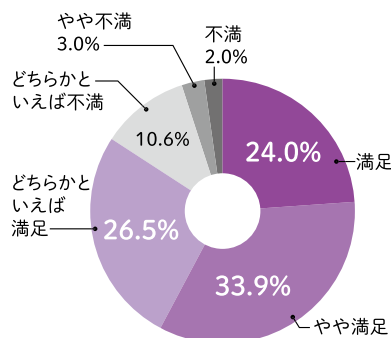
■ 生産資材購買事業（肥料や農機具等の販売など）

■ 期待度 **正組合員**



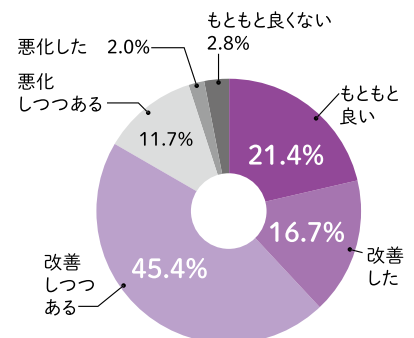
回答していただいた正組合員のうち、**92.5%**の方より**期待**を表す回答をいただきました。

■ 満足度 **正組合員**



回答していただいた正組合員のうち、**84.4%**の方より**満足**を表す回答をいただきました。

■ 事業内容変化 **正組合員**



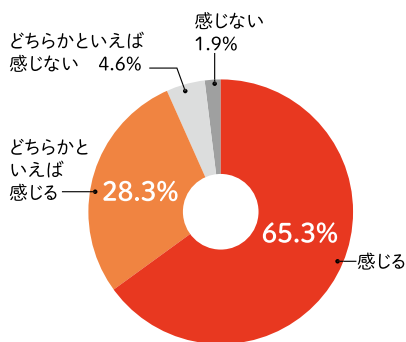
回答していただいた正組合員のうち、**83.5%**の方より**改善**を表す回答をいただきました。

「JAの自己改革に関する組合員ア

JAグループでは、自己改革として、3つの基本目標「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」に取り組んでまいりました。その評価に関する組合員の意思を把握するため、平成31年1月から令和元年12月末にかけて、組合員79,600人に「JAの自己改革に関する組合員アンケート」を実施し、調査へご協力をいただきました。このたび、最終集計結果がまとまりましたのでご報告させていただきます。

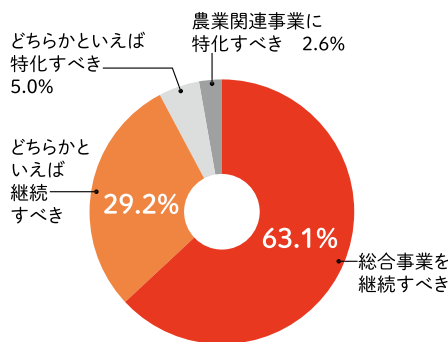
JAの総合事業について

■ JAの必要性 正組合員 准組合員



回答していただいた組合員のうち、**93.6%**の方よりJAは地域農業やくらしにとって必要な存在として肯定的な回答をいただきました。

■ 総合事業の継続 正組合員 准組合員

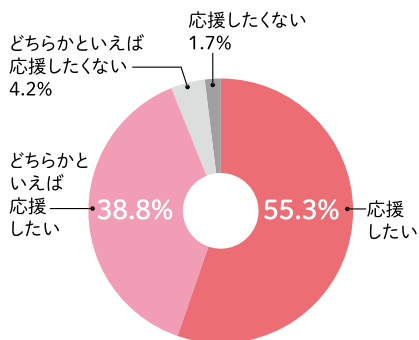


回答していただいた組合員のうち、**92.3%**の方より総合事業の継続について肯定的な回答をいただきました。



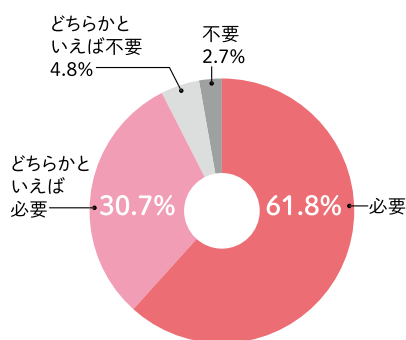
准組合員制度について

■ 地域農業や地域づくりの 応援 准組合員



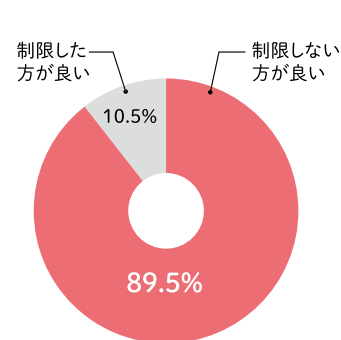
回答していただいた准組合員のうち、**94.1%**の方より地域農業や地域づくりの応援に肯定的な回答をいただきました。

■ 准組合員のJA事業利用の 必要性 正組合員



回答していただいた正組合員のうち、**92.5%**の方より利用について肯定的な回答をいただきました。

■ 准組合員の利用制限 正組合員 准組合員



回答していただいた組合員のうち、**89.5%**の方より利用について制限しない方がよいとの回答をいただきました。



組合員調査の結果、「JAは必要な存在である」「総合事業を継続すべき」「営農関連事業（営農指導・販売・生産資材）に期待している」などの声を多くいただきました。

こうした結果をもとに、今後も対話活動を強化するとともに、組合員の意見や要望を聴きながらJA事業・活動に活かしていきます。調査にご協力いただきました皆さまへ、誌面をもってお礼申し上げます。



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]

雲南市

梅

7月、雲南地区本部。
雲南市で梅の栽培に
取り組む雲南梅生産
組合の祝原光雄さん
にお話を伺ってきました。



お話を伺いました
祝原光雄さん

少しずつ植えていった梅の木

雲南市三刀屋町で約30年前から梅を栽培する祝原さん。元々、家では米や野菜など自分たちで食べるほどの農業はしていましたが、歳をとってからの楽しみのために梅を植えることにしました。最初は5aほどの敷地から始めましたが、当時の三刀屋町梅生産組合(現:雲南梅生産組合)に入ったことをきっかけに、本格的に栽培をすることになります。家の近くにある農地や田んぼだった場所などを活用して年々梅の木を増やしていき、今では約30aの広さで100本近くの木を育てています。

受粉の難しさ

出荷する主な品種は「南高梅」。皮が薄く、果肉が柔らかいという特徴があり、いちばんのヒット商品です。その南高梅が実をつけるには、他の種類の花粉が必要になります。そのため、受粉樹として小梅の木を植え、花が咲くタイミングで養蜂家からミツバチを借りて、そのハチを使って受粉させます。ハチは双方の木を行ったり来たりして花粉を運んで

くれます。ただ、南高梅と小梅が同じタイミングで花を咲かせないと受粉ができないため、お互いの開花の時期がずれると、その後の実の付け方にも大きく影響していきます。人工授粉という方法もありますが、手間も時間もかかってしまうため、自然のやり方を続けているそう。また、敷地内の全体の4分の1を占める小梅の木々にも実が付きませんが、小梅はほとんど需要がないため収穫・出荷はせず、自然落果していただくだけなんだそう。何か良い使い道はないかと模索しています。

自分に合うやり方を探し続ける日々

祝原さんにとって、梅を育てる上でいちばん難しいのが「剪定作業」だと言います。通常、剪定は夏と冬に行います。夏は軽く20%くらいで、冬は細かいところまで丁寧な切つていきます。剪定には、芽の切り方や切る幅の長さ、深さなど幾通りものやり方があり、その中から自分の木に合ったベストな方法を見つけるのは容易くありません。祝原さんも、今まで色んな人から聞いたやり方でやってみたものの、これが良い!というやり方はまだ確立されてい





傷つけないよう丁寧にひとつずつ収穫していく。

ないそう。土壌や木の状態、さらに毎年変わる気候条件を見ながら、自分に合ったやり方を探しています。また、梅には「黒星病」という代表的な病気が出ることがあります。実に黒い点々が付き、見た目も味も落ち、一気に品質が下がってしまいます。これらの防止のため、前年から薬を散布します。病気にかかってしまうと1年間手塩にかけて育てた作物が一度に駄目になってしまうので、そうならないよう注意しながら対策を立てています。ただ、最近はなるべく消毒を使用しないように心掛け、堆肥として枯れ草を敷くなどの工夫をしながら栽培方法にも気を遣います。「長い間やっていても、毎年が初めてみたいな感じですよ」と祝原さんは今もお試行錯誤を続けています。

喜びが積み重なった2週間

南高梅が実を付け始めるのは、毎年5月上旬ごろから。その頃に1度、摘果作業を行い、2〜3cmくらいの間隔にしてやります。その後は、多少自然落果しますが、必要なら2度目の摘果作業を行います。収穫の時期は、毎年6月中旬からの約2週間。この

時が祝原さんにとっていちばん嬉しい時です。このたった2週間の間に今までの努力が全て報われます。さらに収量があれば、なおやりの喜びも感じられます。

出荷用のサイズはMから4Lまで5段階に分かれています。南高は漬け梅用なので、ほど良い大きさである2Lサイズが人気なのだとか。出荷先は、主に県内の酒造会社や地元の商品加工場、産直市など。なるべく地元の人にこの梅を使ってもらえるよう配慮しています。祝原さんや生産組合は「地元で使うものは、地元で作りたい」という思いが強く、こだわりを持ちながら栽培を続けています。

一口メモ

梅雨の季節が近づくと、店頭には梅が並び始めます。最近、再び注目されている「梅しごと」。梅干し、梅シロップ、梅酒など保存用の梅を準備する一連の作業のことをそう言います。健康食品としても梅は注目されており、若者の間でも簡単にできる「梅しごと」の人气が高まっています。南高梅は皮が柔らかく、食べた後でも口の中で溶けるようにスツと消えていくので、漬けて食べるのがオススメです。

●雲南梅生産組合へのお問い合わせは TEL 0854-42-9055



梅ジュース



梅シャーベット

後継者不足という課題に向かつて

地元のために手間隙かけて育てる喜び。そういった思いを持ちつつも、現在抱える大きな悩みはやはり「後継者不足」。結成当初は80名近くいた生産組合の組合員も、今では8名までに減少しました。組合としても毎年JAと企画して剪定講習会などを開催しています。一般の方の参加もでき、昨年は30名近くの参加者がいたそう。「まずは、梅生産組合の存在を知ってもらうことが大事」と語る祝原さん。多くの人に参加してもらうことで、生産組合への興味も持ってもらい、いずれは組合にも加入してもらえたらと考えています。また、今後は1軒の農家が少しずつの量でも出荷でき、生産組合全体で量を増やせるような仕組みを作るなど、農家の負担を減らしながらも何とかこの地域の梅の生産を絶やさぬよう努力しなければならぬと、将来のことを考えながら活動しています。



30aの敷地に約100本の梅の木が植えられている。



雲南女性部

こんにちは! 雲南女性部です。私たちは、JAと地域をつなぐ架け橋となるよう、様々な活動を行っています。食育活動では、子供たちに命をいただくことへの感謝などを伝えています。また、講師などを務める「男の料理教室」は今年で6年目となり、魚のさばき方やそば打ち、時にはイノシシもメニューに加えるなど、雲南管内の地域性を生かし、年々進化(?)しています。

また、自分磨きや交流も大切な活動の一つです。昨年女性大会では「シュシュコレクション」を開催し、42名の部員がお気に入りの服を着用し、ランウェイを堂々と歩きました。いくつになっても新たなことに挑戦することの楽しさや、支部を越えた交流など、沢山のものを得ることができました。

今年の活動は、自粛をせざるをえないのがとても残念ですが、「今だからできること」をみんなで一緒に考え活動していきたいと思ひます。



あぐりキッズ生と太巻きづくり



華やかに!! シュシュコレクション



男の料理教室

一所懸命青年連盟



JA YOUTH

JAしまね出雲青年連盟

ひのともき
日野 友喜さん



JAしまね出雲青年連盟(以下、農青連)に加入している日野友喜さん(31)は、出雲市大社町でぶどう約41aを栽培しています。地元の農林大学を卒業後、農業技術センターに5年間勤め、祖父が行っているぶどう栽培を引き継ぎました。

子どもの頃からお小遣い稼ぎで「箱折り」や「水かけ」、「ビニール張り」などを手伝っていた日野さん。ぶどう農家を志したのは、中学生の時に祖父が過労で倒れたことがきっかけでした。今は元気に回復されていますが、その時にぶどう廃業が頭に浮かび、「家業であるぶどうを絶やしたくない!必ず自分がぶどう農家を引き継いでやっていく!」と就農を決意しました。自分が作ったぶどうを友人や盟友が食べて喜んでいる姿を見ると「ぶどう栽培をして本当によかった」と感じるそうです。

農青連に加入して4年目。現在は大社支部の支部長を務め、JA祭りの出店やぶどう栽培教室の開催、福祉施設へのぶどう贈呈などを行っています。

「農青連では、行政やJAと意見交換できる機会があり、これは組織だからできること。自分達が抱えている課題や要望をしっかりと伝え、新規就農していく人達が今以上に増えていくように働きかけたい」と話しました。



あなたもチャレンジ 家庭菜園

カブ

適期に間引きを行う

生育適温は15~20度と冷涼な気候に適し、暑さと乾燥に弱い、寒さには強いという特徴があります。春まき(3~4月)と秋まき(9~10月)が一般的な栽培時期です。



園芸研究者 ● 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。

品 種

大きさ、形、色(白、赤)がさまざまですが、小カブ品種では、豊円形で耐病性・耐暑性のある「CRもちばな」(タキイ種苗)、低温期に向く扁(へん)円球で白さび病にも強い「雪牡丹」(武蔵野種苗園)、中大カブ取りもできる「スワン」(タキイ種苗)などがあります。紅カブや上半身が赤く細長い日野菜など地方品種もお薦めです。

畑の準備

種まき1~2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gをよく混ぜておきます。次に、化成肥料(NPK各成分で10%)150gと堆肥2kgを全面に散布し、よく耕しておきます(図1)。

種まき

幅100~120cmの栽培床を作り、深さ1cm程度のまき溝を20cm間隔で4条作ります。溝に1~2cm間隔で種をまき、薄く土を掛けます(図2)。

間引き

発芽し、子葉がそろった時点で、まき過ぎて密になっている部分を間引きます。その後も、込み合ってきたら、生育の悪い株を間引きます。最終的な株間は小カブで10~15cm、中大カブで20cm程度にします(図3)。

追肥・土寄せ

間引き後は株元へ土寄せして、株のぐらつきを防ぎます。中大カブでは、最後の間引き後に1平方m当たり化成肥料30gを株元と与え、土寄せします。



図1 畑の準備

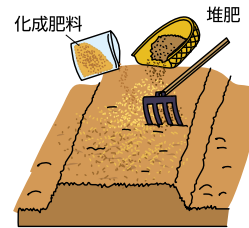


図2 種まき

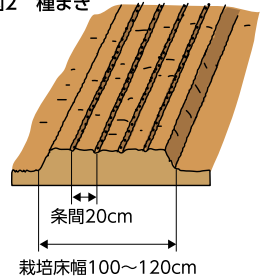
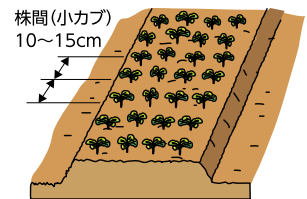


図3 間引き



病虫害防除

アブラムシには、マラソン乳剤など、アオムシ、コナガにはゼンターリ顆粒(かりゅう)水和剤(BT剤)などで防除します。なお、栽培床に寒冷しゃをトンネル状に掛けたり、不織布のべた掛けをすれば、害虫の侵入を防ぎ、風雨から幼苗が守られます。

収 穫

小カブは直径が5cm程度、中大カブは10~15cmが適期で、早く育った株から収穫します。遅くまで置いておくと肥大が進み、す入りや裂根することがあります。

理事会情報 (5月28日開催)

【協議事項】

- ①令和2年6月1日付けやすぎ地区本部の機構改革の実施についておよび職制規程の変更について
- ②営農・経済事業改革における地産地消事業拡大の取り組みについて
- ③農産物検査業務規程の一部改正について
- ④令和元年産島根米買取価格の設定について
- ⑤専門酪農協乳用牛預託事業実施規程・契約書の一部改正について
- ⑥LPガス充填所の危害予防規程の一部改正について
- ⑦信用手数料(法人ネットバンク振込手数料)の変更について
- ⑧信用・共済事業改革の取り組みについて(令和2年度)
- ⑨令和元年度決算の承認について
- ⑩第6回通常総代会への附議議案について

- ⑪令和2年度の業績還元額の取り扱いについて
- ⑫地区本部損益管理にかかる基準日後利益活用額の取り扱いについて
- ⑬令和元年度決算を踏まえた財務調整の取り扱いについて
- ⑭やすぎ地区本部自動車課職員の不幸事にかかる再発防止策について
- ⑮「次期運営体制整備」と「本店機能と場所の検討」にかかる総代会資料への記載について
- ⑯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
- ⑰関連団体等への常勤役員の就任について
- ⑱島根県常例検査書(本店、くにびき)の回答について
(紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)

毎月シリーズでお届けします。

農業

Lovers

雲南の若き力

Vol.4



大きく育ったズッキーニ



● PROFILE

雲南市三刀屋町乙加宮
中山のぞみさん(34)

趣味: 農業
バレーボール

介護の仕事をしながら約7アールの畑でバジルやトマトなどの夏野菜を中心に栽培。無農薬にこだわり安全安心で美味しい野菜作りを目指し、日々農業と向き合っています。6次産業化にも積極的に取り組み、兼業就農の新たな可能性に夢が膨らみます。

今日は…

Iターンで就農。

少量多品目栽培を行う

中山のぞみさんをご紹介します。

農業を始めたきっかけ



昨年実ったミニトマト
今年も色づきはじめました

中山さんは神奈川県横浜市出身。大学卒業後は地元で介護職員として働いていました。母親の実家が農家だったことから、自然に囲まれた暮らしや農業に憧れがあり、自宅ではプランター菜園をしながら農業を身近に感じる生活を楽しんでいました。

結婚後は夫の実家がある福岡県に引っ越し同じような生活を送る中、30歳を過ぎた頃ふと自分の生活に疑問を感じ、「自然の中で農業をして暮らしたい」という思いが強くなり、現地を訪れて魅力を感じた飯石郡飯南町へ2017年に夫婦で移住。県の産業体験事業を活用して同町で約1年間農業を学びました。

研修後は近所の畑の一角を借りてバジルやトマトなどを露地栽培し、JAの産直を利用して販売を開始。農業初心者で自営就農に不安のあった中山さんは他の仕事に従事しながら2018年に就農しました。

7月のあなたの運勢【牡牛座 4/20~5/20】

【全体運】心配のし過ぎは禁物です。話してみればあっさり解決することも。状況把握をきちんとするのが開運のポイント

【健康運】休憩を小まめに取って。気分転換が大切 【幸運の食べ物】スモモ

7月のあなたの運勢【牡羊座 3/21~4/19】

【全体運】ハプニングもありますが、うれしい心の交流も。すてきな景色を見掛けたら写真を撮って。共有してハッピー

【健康運】スクワットなど少しきつめの運動にツキ 【幸運の食べ物】ズッキーニ

地区版

農業の難しさ

「本格的に農業を始めたのは昨年から」と話す中山さん。雲南市三刀屋町で畑付きの空き家物件を見つけ、今年1月に同町へ引っ越し、新天地で「から畑づくりを開始しました。バジル、トマト、サツマイモなどを中心に栽培し、トウモロコシやシヨウガなど新たな作物にも挑戦しています。」

無農薬栽培にこだわる中山さんは、「コンパニオンプランツ(害虫忌避、結実促進、病害予防などが期待できる植物)を植え病害虫対策に気を配り、育苗も自ら行って病害虫に負けない強い苗づくりを目指しています。しかし、農薬を使わないことで起こる失敗は多く、無農薬で栽培する難しさを改めて感じています。」



自慢のバジルは艶があって鮮やかな緑色。とてもいい香りがします。

気候や土壌の質も飯南町とは異なり、管理されていなかった土地には害虫も多く、根切り虫の被害にもありました。新たな環境で「から農業」を始める大変さを感じています。

農業の喜び

「自然を肌で感じながら仕事ができるの

が楽しい。豊かな自然の中で、理想としていた暮らしができています」と笑顔で話す中山さん。

安全安心で新鮮な中山さんの野菜は産直市などでも人気があり買い求める人は多く、中でもバジルはとても香りがよく県内外のレストランなどから高い評価を得ています。

「自分で作った採れたての野菜を食べるようになって野菜が大好きになりました。野菜本来の美味しさをたくさんの人に伝えたい」と話します。



こんなかわいいシールも作っています

自分が作った野菜を求めてくれる人がいる喜びを感じています。

今後の目標

中山さんは畑に「のぞみ農園」という名前をつけています。自分の名前が「のぞみ」であること。そして「未来に希望(のぞみ)を持つてやっていきたい、みなさんのこんな野菜を食べてみたいという希望(のぞみ)を叶えたい」という思いからそう名付けています。今後は珍しい野菜の栽培やインターネット販売、加工品の開発などに挑戦していきたいと思っています。「農業者の高齢化が進む中、自分がか力をつけてこの地域を少しでもぎやかにしていきたい」と意気込みます。

商品のご購入は

みとや青空 ふれあい市場

MITOYA AOZORA FUREAI ICHIBA



- 住所: 雲南市三刀屋町三刀屋 1129-5
- 営業時間: 9:00~12:00
- 定休日: 毎週土日、祝日、お盆、年末年始
- お問い合わせ先: ☎0854-45-9245



プチ情報

雲南の豊かな自然と一緒に暮らす猫が描かれたかわいいシヨップカード。生産者の顔が見える販売を心がけている中山さんは、野菜の成長の様子を随時SNSで配信しています。

取材を終えて...



取材者からひとこと

中山さんの農業に対するひたむきな姿は地元農家さんの力になっています。わが子のように愛情いっぱい大切に育てられた中山さんの新鮮な野菜をぜひ味わってみてはいかがでしょうか(*^_^*)

7月のあなたの運勢【蟹座 6/22~7/22】

【全体運】情報を小まめにチェックしてラッキーをキャッチ。連絡も自分からしてみよう。アクティブに動くほど吉

【健康運】食事は栄養と見た目にもこだわって【幸運の食べ物】桃

7月のあなたの運勢【双子座 5/21~6/21】

【全体運】あなたの笑顔が周りの人をハッピーにします。「ありがとう」の言葉をたくさん伝えてください。買い物につき

【健康運】ダンスやポルカリングなど楽しい運動を【幸運の食べ物】アユ



ふれあいニュース

雲南管内の
旬な情報をお届け！



01

飯南町で 白ネギの試験栽培開始

飯石郡飯南町で2022年以降に圃場整備事業を予定する長谷、琴麓、野萱の3地区にて、県の推進品目である白ネギの試験栽培が行われています。同町は、夏季が冷涼で白ネギの生育適温に近い環境となるため、県内主産地に先行して出荷が可能となり高収益が期待されます。

経営の多角化を見据え各地区(農)長谷営農組合、(農)琴麓営農組合、(農)のがやの3法人が、栽培技術習得に合わせ収益性などを実証します。長谷地区の(農)長谷営農組合では、4月に県東部農林振興センター雲南農業普及部とJASまね雲南地区本部指導のもと、「夏扇パワール」と「関羽一本太」を約5アールに定植し、夏越しへ向けて生育も順調



▲ネギの生育状況を確認する三原代表理事

です。

同法人の三原重人代表理事は、「出荷調整等の心配はあるものの、採算ベースに合うよう今年1年の結果を精査し来年につなげたい」と話しました。今後も県や町、JAS等各関係機関と連携し、飯南町における栽培技術の確立を目指します。

02

三刀屋の梅 出荷ピークを迎える



▲出荷作業を行う雲南梅生産組合のみなさん

雲南市三刀屋町のJASまね野菜集出荷施設で6月15日から梅の出荷作業が始まりました。

出荷するのは「南高」(なんこう)「鶯宿」(おうしゆく)を中心とした4品種。今年の冬は雨が少なく気温が高かったため玉太りもよく、果実の品質は上々。雲南梅生産組合の生産者とJAS職員が7月上旬まで出荷作業を行いました。出荷のピークを迎えた6月

22日には、約1.9トンを出荷し、今年度は昨年度を上回る約7.7トンを出荷しました。

同組合の奥田訓一組合長は「近年の健康ブームで梅の需要は高まっている。梅産地としてもっとみなさんに認知してもらえようこれからも品質のよい梅を作っていきたい。そして少しでも若い生産者が増えるよう活動を続けたい」と話しました。

03

完熟果実の 出荷シーズン到来

雲南市三刀屋町のココロノファーム(JASまね雲南果樹技術指導センター)で6月中旬からスモモ「大石早生」の出荷がスタートしました。

今年は春以降気温が上がらず例年よりも若干生育が遅れたものの品質は良く、収量も例年並みを期待しています。「大石早生」は甘みと酸味のバランスがとれたさっぱりとした味わいで、スモモの中で

一番早く収穫できる品種。今後はハニーローザ、ハニーハート、貴陽など甘みが強い品種へと収穫作業が続きます。

また、多品目栽培を行う同センターでは、スモモの他にもモモ、プルーン、ブドウなども栽培しています。県内外で高い人気を得ている同センターの果実は、産直市などで10月上旬まで順次出荷する予定です。吉廣丈晴代表は、「消費者



▲1つずつ丁寧にスモモを収穫する吉廣代表

の皆さんの期待に応えられるよう、これからも頑張って作っていききたい」と意気込みます。

7月のあなたの運勢【乙女座 8/23~9/22】

【全体運】UVカットの帽子や保冷剤を準備、暑さ対策には万全を期しましょう。栽培や余暇の計画も綿密に立てて◎

【健康運】水分補給をしっかりと。休憩も忘れずに【幸運の食べ物】ミョウガ

7月のあなたの運勢【獅子座 7/23~8/22】

【全体運】上昇運です。体調も上向きで活動量も増加。やりたかったことを始めて。「楽しい」にたくさん巡り合えるはず

【健康運】プロの指導にツキ。良い巡り合いあり【幸運の食べ物】ゴーヤー

バケツ稲づくり フェイスブックで配信

J Aしまね雲南地区本部が開校する「めぐりキッズスクール」では、管内の小学生を対象に体験型の食農教育を行っています。

新型コロナウイルス感染拡大防止により今年度はスクールの開校を中止したため、「特別編」として同地区本部営農企画課とふれあい課職員によるバケツ稲づくりの動画配信を開始しました。

J A 全中が提供する「バケツ

稲づくりセット」を利用して芽出し作業から行い、生育は順調。今後も職員が生育管理を行います。その生育の様子はインターネット交流サイトのフェイスブックで配信し、自分で育てているような感覚で楽しく成長の様子を見てもらうことができます。同地区本部では今後も親子で楽しく食と農を身近に感じていただける取り組みを進めていきます。

稲づくり「セット」を利用して芽出し作業から行い、生育は順調。今後も職員が生育管理を行います。その生育の様子はインターネット交流サイトのフェイスブックで配信し、自分で育てているような感覚で楽しく成長の様子を見てもらうことができます。同地区本部では今後も親子で楽しく食と農を身近に感じていただける取り組みを進めていきます。



▲生育の様子を観察する職員

新鮮野菜待ちわびて「しまねフェア」再開

新型コロナウイルス感染拡大防止のため4月から開催を中止していた「しまねフェア」が7月1日から阪急オアシス尼崎潮江店で再開しました。

雲南地区本部が開催するこの産直市は、産地直送ならではの新鮮さ、価格の安さで大人気です。当日も雲南管内でとれた旬の野菜や加工品が並び、大盛況でした。今後も定期的に開催していきます。



▲新鮮な雲南の野菜は大人気

雲南管内の医療機関にフェイスシールド贈呈

J Aしまね雲南地区本部は、新型コロナウイルス感染症対応の最前線に立つ医療従事者の方々に支援するため雲南管内の中核医療機関に対し計400個のフェイスシールドを贈呈しました。

顔を覆い飛沫などを防ぐフェイスシールドが医療現場において不足していることをうけ、同地区本部の業績還元に基づく地域貢献活動の一環

として実施しました。

7月1日には、飯南町役場で贈呈式が行われ、同地区本部の源之美副本部長が趣意書を読み上げフェイスシールド100個を飯南町立飯南病院の角田耕紀院長へ手渡しました。

奥出雲町立奥出雲病院と雲南市立病院においても同様に贈呈式を行い、医療の現場で役立てていただいています。



▲源之美所長と寄贈品

心のこもった善意に感謝

6月12日、雲南すずらん福祉センターへ米1袋、トマト30個、マスク110枚、消毒液

1本が寄贈されました。雲南市三刀屋町の藤原陽さんから「コロナ禍において、外出自粛など不便を強いられる利用者の皆さんに地元産の野菜や米を食べてもらいたい。また、感染防止に少しでも役立ててもらいたい」と寄贈されました。

藤原さんは、社会貢献活動の一環として社会福祉法人、雲南市へも寄贈されています。



7月のあなたの運勢【蠍座 10/24~11/22】

【全体運】勢いのある好調運。いろいろなところから声が掛かりそう。経験したことのないものに挑戦した方が楽しめます

【健康運】弱い部分はサポーターなどでガードを【幸運の食べ物】葉ショウガ



7月のあなたの運勢【天秤座 9/23~10/23】

【全体運】考え過ぎは失敗のもと。感じるままにシンプルに動いた方が、スムーズに進みます。おしゃべりに時間をかけて

【健康運】運動前には準備運動をしっかりと【幸運の食べ物】メロン

うんなん 女子カ

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。

女性部の ご紹介

令和2年6月22日 新たにJAしまね雲南女性部 頓原支部が誕生しました。

これまでJA女性部頓原支部は飯南町頓原地域婦人会の中に設置され、婦人会活動の一部として女性部活動に参加していましたが、この度別組織として活動を開始することとなりました。

少子高齢化が進む中、飯南町のような中山間地域では女性の力なくして地域の活性化は望めません。「住みよい地域社会づくりを目指し、互いに助け合い仲間と共に支えあう“協同の力”を発揮し、一人一人が地域で輝きたい!」という思いから新たに組織を立ち上げることとなりました。

これからは全国の50万人以上の女性組織メンバーが仲間となり、とても心強く思います。今後、様々な活動を通じて地域を盛り上げ、一緒に輝いていきたいと思います。



JAしまね雲南女性部
頓原支部
部長 朝山 登美子

フレミズ ご紹介

こんにちは! 雲南フレッシュミズです。

今年新型コロナウイルスの影響で春は活動を自粛していましたが、感染防止に気を配りながら活動を開始していきたいです。今年「さくらんぼ」の愛称を付けて食や農に関連した活動を中心に、にぎやかに行っていきます。絶賛部員募集中です!!気軽に声をかけてください。



JAしまね雲南女性部
フレッシュミズ
部長 森山 江利佳

お問い合わせは、雲南地区本部ふれあい課 ☎0854-42-9053 まで!



7月のあなたの運勢 [山羊座 12/22~1/19]

【全体運】オーバーワークの危険があります。1人で無理をしないで周囲に相談しまししょう。好きな曲を聴いてストレス発散
【健康運】疲労回復効果のあるマッサージが◎ 【幸運の食べ物】ウナギ



7月のあなたの運勢 [射手座 11/23~12/21]

【全体運】追い風に恵まれます。ゆっくりスタートして、後半からスピードアップするのが成功のこつ。作業の洗い出をし
【健康運】筋力アップのトレーニングがお勧め 【幸運の食べ物】モロヘイヤ

Green Center News
グリーンセンターだよ!

農業において土作りは非常に大切です!!

水稲の中間追肥には けい酸加里プレミア34 秋まき野菜これだけ肥料



けい酸加里プレミア34

- 緩効性の加里を含むけい酸資材。
- 施肥時期出穂前45~35日
施肥量20~40kg/10a

保証成分(%)
20-34-4.0-0.10
カリ ケイサン クド ホウソ

[20kg] **2,726円**(税込)



秋まき野菜これだけ肥料

- この肥料は、秋野菜の生育に応じて肥料が溶出するので追肥の回数を減じる事のできる省力型の肥料です。
- カキガラ石灰や腐植酸を含んでいますので、カルシウムや腐植の補給が同時に行えます。

保証成分(%) **15-12-12**
チッソ リンサン カリ

[20kg] **3,481円**(税込)

強力酵素で稲わら分解

アグリ革命

浮きわら・ガス湧き被害軽減
初期生育向上



細粒
2kg袋



液剤
100ml



液剤
500ml

施用時期: 稲刈り後~春まで
わらの量が多い品種は秋散布がおすすめ

お求めはお近くの
グリーンセンターまで!



いつもJA・JA共済をご利用いただき
ありがとうございます。

3Q
サンキュー

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、職員が契約者宅へ訪問し、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。

各種キャンペーン

すてきなプレゼントが当たるチャンス!!

詳しくは最寄りのJA 支店窓口まで
お問い合わせください。



7月のあなたの運勢【魚座 2/19~3/20】

【全体運】好調です。グッドアイデアが浮かんできそう。実現に向けて行動を開始して。思い切りの良さが道を開きます
【健康運】リズムに合わせて体を動かしましょう【幸運の食べ物】ナス

7月のあなたの運勢【水瓶座 1/20~2/18】

【全体運】きょうめんなくらいがちょうどいいようです。一つ一つ確認して進めましょう。見晴らし台がラッキースポット
【健康運】継続は力なり。いつもの健康法が一番【幸運の食べ物】ズッキーナ



6月の運営 だより 委員会

6月10日開催

議題

- ① 委嘱状の交付及び運営委員紹介について
- ② 令和元年度事業報告及び剰余金処分案について
- ③ 令和2年度事業計画について
- ④ その他議案について
- ⑤ 米づくり生産組織活動のための拠出金について
- ⑥ 「営農・経済事業改革の取り組み」及び「店舗・ATMの再編」について
- ⑦ 地区本部業績還元の実施について
- ⑧ その他



質疑応答

※当日出たご意見・要望の一部について要点をまとめて掲載しています。

Q 新型コロナウイルスの影響により外食産業が大きな影響を受けているが、多収性品種の取り扱いにおいて業務用米としての需要動向等、販売は大丈夫か。

A 多収米に限らず4月以降の米の動きは低迷している状況です。雲南地区本部において多収性の品種については既に販売先への数量の確定しており、取引のタイミングをうかがっている状況です。業者と契約しているので今年度は心配なく販売できると思っています。みなさまにはまた情報をおつなぎします。

Q 頓原加工所に関して、一定の売り上げはあるものの赤字になっている。その原因はどこにあるのか。もっと商品開発や営業活動の強化、収支改善を行った方がよいのではないかと。

A 加工については全体的に改善傾向にありますが、商品開発力は弱いと考えています。まず商品の選択、売れる商品への強化で人件費も抑えながら今年度改善していこうと考えています。その内容についてもお伝えしていきます。

Q 販売事業計画について、市場拡大や販路確保についてどのように取り組んでいくかが知りたいところだが資料から読み取ることができない。市場の信頼を高め拡大していく方を説明してほしい。

A 米は事前契約の取り組みを行っています。園芸についても契約栽培品目を増やしています。こうした取り組みによって生産拡大、販路拡大が実現しています。JAしまねは平成30年に「販売戦略室」を新設し、ここが先頭に立って他県にはない新規開拓等を行っています。当地区本部は特にマーケティングが進んでいると思います。今後、生産から販売までパッケージしたような提案をしなければならぬと思っています。

営農情報放送開始のお知らせ

JAしまね雲南地区本部では7月上旬からケーブルテレビで営農情報番組の放送を開始しました。

「聞いて納得！営農情報コーナー」と題して、水稲や園芸作物の栽培管理について役立つ情報を営農指導課の職員が分かりやすく解説します。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度は水稲現地指導会等の開催を中止したこともあり、組合員の方に少しでも役立ててもらおうと企画しました。

7月は水稲の病害虫防除や秋まき野菜の栽培ポイントについて放送します。今後も旬な営農情報をお届けしていきますので、ぜひご覧ください。

地区本部総代説明会について

6月10日から13日にかけて分散開催いたしました令和2年度第1回雲南地区本部総代説明会に係る内容については、県下で誌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よろしくお願いいたします。

吉田グリーンセンター廃止について

7月1日付の機構改革により、吉田グリーンセンターは廃止いたしました。事業開始以来、皆様方には長年に渡りご利用いただき心から感謝申し上げます。

利用者の皆さまにはご不便をおかけいたしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。



- 人事異動（7月1日付）▼企画総務部付（雲南市出向）企画総務部付 小林 慎一
- 令和2年4月採用職員の配属先について（7月1日付）▼企画総務部総務課／渡部千紗／雲南さくら支店／渡部 椋／頓原支店／安部文也（いずれも企画総務部付）
- 依願退職（6月30日付）／山本淳史（経済部農業機械課）

※（ ）内は旧部署



確認していますか？

「ねんきん定期便」

特に59歳の
ねんきん定期便は大切です！

- ①国民年金をご自身で納付している場合、60歳で終了です。
- ②継続雇用の場合、厚生年金の44年長期特例に該当しそうですか？長期特例についてご存じですか？
- ③退職後の雇用・健康保険についてご存じですか？
- ④障害年金や遺族年金を受給している場合、今後の有利な選択方法を確認していますか？
- ⑤65歳までに繰上げ請求を考慮していますか？

今後の大切な年金について
JAと考えませんか？



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 6日(木) 15:00～19:00
- 加茂支店
8月18日(水) 10:00～15:00
- 雲南さくら支店
8月23日(日) 9:00～15:00
- 掛合支店
8月23日(日) 9:00～14:00

◎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。
◎新型コロナウイルス感染拡大防止のため、変更・中止となる場合があります。



お便りご紹介

Letter from you



ソーシャルディスタンス

●コロナ禍の中、できる活動を工夫してやっておられることが本誌で伝わってきます。

ソーシャルディスタンスが言われますが、やっぱり人と人とのつながりは大切ですね。心の距離はつながっていたいものです。
(大東町・Yさん)

◎本場にそうですね。こんな状況だからこそ心の距離は近くいたいものです。様々な支援活動の輪も広がっており、相手を思いやる心の温かさをこれから大切にしていきたいですね。

新型コロナウイルスが1日でも早く終息しますように。



今年もたくさん…

●「モリアオガエル」の卵が今年もたくさん見られました。

(奥出雲町・Mさん)

◎「モリアオガエル」はしまねレッドデーターブック指定の準絶滅危惧種。

溜池に張り出した樹木の枝先に産みつけられた卵の数は約50個。その大きさは1個当たり約10～15センチもあるそうです。例年6月中旬が見頃とのこと。

貴重なお写真の投稿ありがとうございます



ステーキハウス萌美野 TOPICS ●7・8月限定メニューのご案内●



一流シェフが自信を持ってお届けするメニューとなっております。スタッフも一押しのおススメメニューです★

セット内容

- ◎麻婆豆腐(奥出雲和牛使用)
- ◎青椒肉絲(奥出雲和牛使用)
- ◎餃子(島根県産豚使用)
- ◎水耕野菜みどりちゃんサラダ
- ◎ご飯◎杏仁豆腐

1日限定
10食
(平日のみ)

ステーキハウスなのに!?

●中華セット 1,500円(税込)

8月の外勤日 12水 13木 14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窓口までお問い合わせ下さい。

●子牛市場成績表

中央“小幅高”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	前月価格比
雲南地区	雄	1	1,023,000	1,023,000	1,023,000	254	4,028	—
	雌	56	767,800	278,300	560,882	284	1,976	-10,042
	去	47	860,200	386,100	649,164	304	2,136	-12,867
中央市場	雄	2	1,023,000	220,000	621,500	167	3,722	—
	雌	129	817,300	130,900	547,996	281	1,949	4,814
	去	158	984,500	258,500	640,075	311	2,057	6,137

令和2年6月の全国主要子牛市場平均価格は、雌621,849円(前月比108%)、去勢679,736円(前月比105%)、計655,232円(前月比109%)で、上昇の取引となっています。

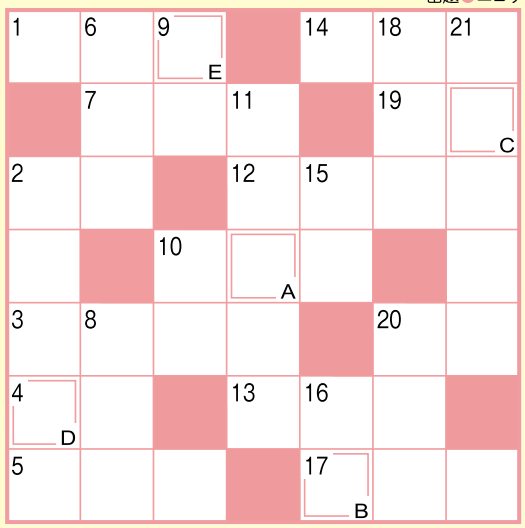
畜産 市況



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
利用することはありません。

タテのカギ

- ② 香りの良い薬味の一つ。ウナギのかば焼きにも振り掛けます
- ⑥ ——は人のためならず
- ⑧ 釣り——と一緒に海に出掛けた
- ⑨ 宣伝などを書いて通行人に配ります
- ⑩ 上(かみ)の反対語
- ⑪ 京都の夏の代表的な行事、——の送り火
- ⑮ 原稿用紙につづることも
- ⑯ 10円硬貨に最も多く含まれる金属
- ⑰ イスラム教の礼拝堂のこと
- ⑱ 人の助けを借りずに——で切り抜けた
- ㉑ ——を引かれる思いでいとまを告げた

ヨコのカギ

- ① 夏の夜空で打ち上げ——が開いた
- ② 飲ん兵衛(べえ)が好きな物
- ③ ニッケイの樹皮から作られるスパイス
- ④ 仕事や用事の合間の空いた時間のこと
- ⑤ 私は——も育ちも東京です
- ⑦ ツナ、シーザー、海藻といえは
- ⑩ 指先の腹側にある筋模様
- ⑫ 焼き肉のミノ、センマイといえはどこの部位？
- ⑬ 携帯電話を自分にに向けてパシャッ!
- ⑭ 力士が土俵上で取るもの
- ⑰ 泳げない人が腰回りにはめます
- ⑲ 職人さんに握ってもらって食べることも
- ⑳ まったく派手ではありません



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
2020年8月7日(金)(当日消印有効)

◆先月号の答え◆

「サングラス」

ア	サ	ガ	オ	ダ	イ
ウ	ラ	ン	タ	テ	ケ
ト	シ	カ	ン	サ	
コ	ウ	ラ	ボ	シ	
ポ	ナ	シ	ユ	ウ	
ス	ギ	カ	イ	ロ	
ト	ミ	ド	サ	ン	コ

俳句の広場

最新秀賞

新入生すきまだらけの歯が笑ふ

邑南町 三宅伊知枝様

優秀賞

休校の甥姪つどふ田植まかな

益田市 伊藤 阡様

佳作

夏服で再開廊下 走る子ら

吉賀町 村田 綾美様

佳作

鴉外の胸像に置くミニトマト

津和野町 田中とよし様

佳作

昏睡す 田植疲れの美容院

出雲市 竹田喜久子様

ドクダミの白き十字架 薄明り

西ノ島町 真野 早苗様

梅雨の蝶々迷ひてをり 弥陀の前

出雲市 藤江 堯様

朝もやに漁を終へた 返り船

松江市 岩成 恒子様

粉雪を 睫毛にのせて 郵便夫

松江市 稲田 忠徳様

「家の光」では俳句・川柳・詩・短歌を毎月募集
しています。7月号へも是非応募ください！
「家の光」8月号 定価6290円(税込)で購読は、お
近くのJAにお問い合せください。

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。優秀句(最優秀賞1句、優秀句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。

組合員からの情報提供窓口の設置について

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)の提供を受け付けています。

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メールにて下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 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け付けていますのでご利用ください。
※ご厚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。

JA共済にご加入のみなさまへ

全国で
増加

共済金請求にかかる 県外 乗使業者 にご注意ください!

島根県内でも
発生して
います!



こんな勧誘に
ご用心!

と、うっかり
応じてしまうと...

JA共済から指定されていますので、
安心してください。

お宅の屋根瓦ゆがんでますよ。共済金の支払対象になりますし、
共済金の範囲内で修理しますので、お客さまの**自己負担はありません!**
もし請求手続きが面倒であれば、手続きも代行しますよ?

あら、それは
いいわね。

こんなことも...

1 うその理由での請求を 勧められた!

「台風が原因と言えば問題ないで
すから」と、**うその理由**で共済金
請求をするように勧められた!

うその理由による共済金
請求は、共済金詐欺に該
当するおそれがあります。

共済金詐欺に
あたらないかしら...



こんなことも...

2 法外な解約料金を 請求された!

見積書の金額が高すぎるので、
知り合いの業者に頼もうと思
い解約しようとしたら、**高額な解
約料金を**請求された!

支払われた
共済金の50%なんて
聞いてないよ!



こんなことも...

3 ずさんな工事をされた!

見積書の内容どおりの工事をし
てもらえず、引渡後すぐに**雨漏
り**が発生した!

お金を
返して!



ご注意

建物修理トラブル

「共済金使える」と言って建物修理の勧誘を受けたときには、
建物修理契約を締結する前にまずJAにご相談ください!



JA共済

大好評!!

酸素系多目的エコ洗浄剤 (酸素系漂白剤)

サンソリキ

漂白

洗浄

脱脂

脱臭

除菌

「酸素の力」で
強力で落とす!

マスクの除菌・脱臭にも..かんたんつけおき!



①お湯に溶かす

1ℓ スプーン1杯



②つけおきする

つけおき
1時間



③乾かす

軽くすすいで
日光浴!



衣類



ワイシャツの襟汚れ

衣類のしみ抜き

つけ置くだけですっきり漂白、色柄ものもOK

キッチン・住まい



換気扇の油汚れ

水筒の茶渋

簡単つけ置きで手間なくピカピカに!



いろいろ使えて手肌にやさしい
これ1本で家じゅうきれい!

- 衣類の黄ばみ・黒ずみ、作業着・柔剣道着・ユニホーム、部屋干しのにおい軽減
- コンロ周りの油汚れや焦げ付き、まな板・包丁の除菌、排水溝の洗浄、冷蔵庫の除菌消臭
- 洗濯槽の黒カビ、エアコン、浴室・浴槽

安心・安全。
だから...
・ベビー肌着
・おむつ洗い
・哺乳瓶用洗剤

日常使いに



①1.5kg 袋入
¥2,450+税

たっぷり大容量



②3.5kg ボトル入
¥5,350+税

製品に関するお問い合わせ先

(株) HALMスイ 出雲市塩冶有原町6-56 TEL 0853-22-7757

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。



JAしまね

Q 検索



しまねうれしび



島根県家の光講師 飯塚生美子先生

夏野菜のスタミナ炒め



夏野菜には、暑い季節に必要な栄養素がたっぷり含まれています。さらに、油と一緒に摂ることで吸収率がアップします。

アレンジ

- 野菜は茄子、ズッキーニ、南瓜、オクラ、ゴーヤ、きゅうり等なんでもOK!
- 牛肉を豆腐、厚揚げ、高野豆腐、豚肉、鶏肉、ベーコン等に変えても美味しいです。
- にんにくを加えると、さらにスタミナアップ!
- ご飯にかければ、これ1品でバランスの取れた夏野菜スタミナ丼に!

●材料 (4~5人分)

- 牛肉(薄切り)……………200g
 A 砂糖……………小さじ1
 しょうゆ……………小さじ2
 片栗粉……………大さじ1/2
 卵……………2個
 玉ねぎ(大)……………1個

- トマト……………2~3個
 ピーマン……………2個
 油……………大さじ2
 B 塩……………小さじ1/2
 しょうゆ……………小さじ2弱
 砂糖……………大さじ1弱

●作り方

- ①玉ねぎ、トマト、ピーマンは食べやすい大きさに切る。(2×3cm位)
- ②牛肉は大きく切り、Aの調味料をもみ込んで下味をつけてから片栗粉をまぶす。
- ③フライパンに油大さじ1を熱し、ほぐした卵を流し入れ、大きくふっくらと焼きあげて、皿に取り出しておく。
- ④③のフライパンに残りの油大さじ1を熱し、②の牛肉を入れて焼き、火が通ったら卵と同様に取り出しておく。
- ⑤④のフライパンに玉ねぎ、トマトの順で加えて炒め、Bの調味料で味をつける。
- ⑥取り出しておいた卵と牛肉、ピーマンを加え、炒める。

茄子とろろ



茄子には体の熱を逃す作用をもつカリウムが豊富に含まれています。茄子の皮にはポリフェノールが多く含まれ、抗酸化作用が高い食材です。

アレンジ

- 多めに作って冷やしておけば、すぐに食べられます。
- そうめんの上にトッピングすれば、山かけそうめんの茄子添えになります。
- 茄子の皮は斜め細切りにして、きんぴらに!

●材料 (4人分)

- 茄子……………3本
 片栗粉……………大さじ1
 長芋……………15cm

- A だし汁……………2カップ
 しょうゆ(薄口)……………大さじ2
 みりん……………大さじ1
 青しそ……………4枚
 練りわさび……………適量

●作り方

- ①茄子はヘタを落として皮をむき、長さ10cm太さ1cmの棒状に切り、水にさらす。
- ②茄子の水気を取って、片栗粉を全体にふりかける。
- ③Aの煮汁を煮立て、②の茄子を加え、中火で10分間煮る。
- ④長芋の皮をむき、すりおろす。
- ⑤器に青しそを敷き、その上に茄子を盛り、長芋をかける。
- ⑥長芋の上にわさびを乗せ、煮汁を適量かける。

健康散歩

けんこうさんぽ



夏の冷え症

夏本番になり熱中症に気をつけることはもちろんですが、冷房の効きすぎなどで夏でも冷え症に悩まされる人が少なくありません。適切な対策で予防や改善を図りましょう。

冷え症とは、多くの人が寒さを感じないくらいの温度でも、手足や下半身の一部、または全身が冷えてつらい状態のことをいいます。具体的な症状には、「手足の先が冷えて動かしにくい、ジンジンする」「背中がゾクゾクするほど寒い」や、「手足は冷えているのに、顔がのぼせる」などが挙げられます。また冷え症は、疲れやすさ、めまい、頭痛、腰痛などの不調とも関連しています。

夏の冷え症が起こる原因には様々な要因があります。室内の冷房の効きすぎや屋外と室内温度の温度差などの環境要因、またその人自身の服装によっても冷え症が起こりやすくなります。人間の筋肉量でも冷え症の起こりやすさが異なります。女性は男性に比べて筋肉の量が少なく、その分熱が発生しにくいことから寒い環境に対応できず、冷えが起こりやすいとされています。冷たい飲み物、食べ物の過剰摂取も原因になります。冷たい物を摂りすぎてしまうと、下がった胃腸の温度を戻すために身体の熱が使われたりするため、末端の冷えにつながりやすくなります。

夏の冷え症を予防し、改善するためには次のような対策があります。

○**服装**：冷房が効いている職場などでは、カーディガンなどを羽織るようにしたり、ひざ掛けを使ったりしましょう。また、身体のかなかでも足先は冷えやすい部位であるため、足の冷えがつかない人、特に女性はストッキングの上に靴下を重ねて履くことを勧めます。

○**入浴**：夏はシャワーだけで済ます人が多いですが、冷えを予防・改善するためには、きちんとお湯につかることが大切です。38~40℃くらいのぬるめのお湯にゆっくりつかることで副交感神経が優位になり、手足などの末梢の血管が拡張することで全身の血流がよくなります。この温熱効果に加え、浮力と水圧によって足腰などの筋肉の緊張が緩み、血流がよくなって末梢まで血液が行き渡り、冷えやむくみの改善に効果があります。お湯につかる時間は10分間を目安にします。連続してお湯につかっている必要はありません。体や髪を洗う合間など、何回かに分けて合計10分間お湯につかると良いでしょう。

体調トラブルを起こさぬよう適切な対策と予防を心がけ、夏を乗り越えましょう。

JA島根厚生連

【編集後記】
 JAしまねとJAしまね女性部統一行動として、殿町本店でも敷地の片隅にミニトマトの苗を植えました。JAビルに勤務する皆さんから育て方のアドバイスを頂いたり、大きくなったねと声をかけてもらったり・・・ミニトマトを通じた「ふれあい」を嬉しく思います。(木村)

2020年7月15日発行(月1回発行)
 編集/JAしまね ふれあい福祉課・雲南地区本部
 発行/島根県農業協同組合 雲南地区本部 ふれあい課
 〒699-1395 雲南市木次町里方1088-6
 TEL 0854-42-9000 FAX 0854-42-9100
 Facebook ちちエック http://www.facebook.com/umnanja

