



# JAしまねびより

2022

1

January  
Vol.70



特集

2022年も目標に向かって“トラ(寅)イ”!!

＼SNSで旬な情報を投稿しています／



JALまね 雲南地区本部版



謹んで初春の  
およろこびを  
申し上げます



代表理事組合長 石川 寿樹

代表理事副組合長 山根 盛治

代表理事専務 高木 賢一

代表 監事 名原 佳宏

役職員一同





代表理事組合長

石川 寿樹

新年あけましておめでとようございませす。組合員の皆様には、新しい年を穏やかに迎えのこととお慶びを申し上げます。令和4年の年頭にあたり、皆様から旧年中に賜りましたご支援、ご協力に対し、厚くお礼を申し上げます。

昨年を振り返りますと、7月から8月にかけて豪雨や台風等の自然災害に見舞われ、県内でも多くの被害が発生しました。被災されました組合員の皆様に心よりお見舞いを申し上げますとともに、今後とも復興に向けた支援に取り組んで参ります。

また、新型コロナウイルス感染症につきましましては、ワクチン接種が進んだこともあり、国内では新規感染者が減少傾向にありました。しかしながら、ここに来て新種のオミクロン株への感染も拡大しており、未だ収束の兆しは見えておりません。一方、農業に目を転じますと、原油価格の高騰により燃油や資材、肥料や飼料の価格が大幅に上昇し、農家経営を大きく圧迫しています。

特に県内農業の基幹的作物である米については、国が市場隔離による需給改善対策を示しているものの、コロナ下起因する外食需要の減少等による消費の低迷、民間在庫量の増加による厳しい販売見通しから、昨年8月の段階では、JAしまねの令和3年産米単価を前年から2千円程度引き下げざるを得なくなりました。

こうした中、JAしまねといたしましては、稲作農家の皆様の経営を支援するため、12月にお支払いする従来の追加金に加え、米価下落を踏まえたJA独自の経営継続支援の実施を決定いたしました。今後ともJAの使命として、米だけでなく、畜産や園芸作物につきましても、できる限りの支援に取り組んで参ります。

事業運営につきましましては、各部門にコロナ下の影響が及んだものの、事業管理費の削減等に取り組み、令和3年9月末仮決算は計画を上回る成果を上げることができました。組合員の皆様のご利用、ご協力の賜物と深く感謝申し上げます。

さて、本年は「第3次中期経営計画」「第3次農業戦略実践3カ年営農計画」がスタートする重要な年です。ポストコロナ時代を見通し、JAしまねの「めざす10年後の姿」を実現するための具体策を計画に反映させ、引き続き「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の3つの基本目標の実現に向けた「不

断の自己改革」に取り組んで参ります。

また、JAを取り巻く経営環境は年々厳しさを増しており、盤石な経営基盤を確立するため、営農経済事業・信用共済事業、2つの事業改革を更に進めていかなければなりません。

まず、営農事業におきましては、コロナ下で落ち込んだ販売高の早期回復と増益を目指し、広域指導体制の構築により重点品目の更なる生産拡大に取り組みます。また、今秋に開催される全国和牛能力共進会での入賞を目指し、関係機関と協力して「しまね和牛」の評価向上にも努めて参ります。

一方、信用共済事業につきましましては、令和3年度での事業改革完遂に向けて、各地区本部で店舗再編やATMの再配置、事務集約・効率化等に取り組み、大幅な収支改善を図りましたが、今後の厳しい経営環境に備えるため、不断の改革に取り組みで参ります。何卒、ご理解・ご協力を賜りますようお願いいたします。

結びに、組合員の皆様、地域の皆様にとりまして、本年が実り多く、健康で明るい年となりますようお祈り申し上げます。本年もどうぞよろしくお祈り申し上げます。





甘くて柔らかい白ねぎで  
ブランド化を目指す

出雲市の西側にある神西（じんざい）地区。砂地という好条件を活かし、古くより白ねぎの生産が盛んな地域です。代々農家を営んできた石飛家でも、以前から白ねぎを生産してきました。この地区で作



1番美味しいのは1月。「冬の寒さに打ち勝って育った神在ねぎは、ぎゅっと甘みが増す」と石飛さん

## 石飛 政樹さん(46才)

今月は、出雲地区本部。出雲市大島町で「出雲神在（かみあり）ねぎ」の生産に取り組むJAしまね出雲神在ねぎ部会・部会長の石飛政樹さんにお話を伺いました。



考える必要がありました。そこで石飛さんはJAに相談。皆が同じ品種を栽培し、新たなブランド化を目指し動き始めることに。いくつかの試験栽培を行い、甘みが強く柔らかい品種を選びました。石飛さんは「普通の白ねぎとは一番かけ離れているものが良かった。その方が差別化も図れ、ブランドとしても確立しやすかった」と振り返ります。こうして、平成19年から本格的な作付けを開始し、出雲大社に神々が集まる旧暦の「神在月（10月）」に収穫が可能になることから「出雲神在ねぎ」と名付け、売り出すことになりました。

### 繊細でデリケートな白ねぎ

神在ねぎは、甘くて柔らかく全部美味しく食べられることから、葉をつけた状態で出荷・販売されます。葉まで柔らかいことが特長ですが、それ故に繊細でもあり、育てることがとても難しい作物です。そのため、収穫も茎葉を傷つけないように丁寧に行います。また、袋詰



めの際も、葉が折れないように慎重に入るなど、最後まで気を遣う作業が続きます。病気に弱く、害虫もつきやすい上に、大雨などで水に浸かっ



丁寧に収穫していきます

てしまった場合は腐ったり折れやすくなります。それらの問題にも頭を悩まされてきたという石飛さん。令和3年の夏は2回も豪雨に襲われた出雲地方。石飛さんの畑も約半分が被害に遭いました。石飛さんは「通常より早い時期に植えて、梅雨・夏の大雨が降りそうな時期までにある程度大きさに成長させておくなどの対策が必要」と、今後に向けあらゆる



この美味しさをもっともっと広めたい

こうして手間ひまをかけ大事に扱ってきたからこそ「良いものができた時は格別に嬉しい」と笑顔で話す石飛さん。「もっと欲しいと言われると、こちらも張り切ります！」と、需要がある時が一番やる気が出ます。暖冬などの理由から、家庭で鍋料理をしながらになると、白ねぎの出荷がストップされることも。白ねぎの美味しい季節になって、たくさんの人に食べてもらいたいと願っています。

キャンプでリフレッシュ

時間があればキャンプに行き、息抜きをしている石飛さん。お子さんたちが小さい頃は、家族で行っていたそうですが、今は大きくなり一緒に行く



神在ねぎを傷つけないよう気を付けながら作業



雨が降ると作業工程が増えるため、晴れの日に多めに収穫するなど事前に調整しながら収穫を進めます

機会は減ってしまったそうです。しかし、周りにはキャンプ好きな友人が多く、集まることも。その日の収穫が終われば次第出掛けることもあり「作業終了のお酒は格別に美味しい」と笑顔をみせます。冬場であっても市内のキャンプ場にしょっちゅう足を運んで大きめのテントの中でストーブを焚き、お鍋とお酒を楽しんでいます。仲間とともにワイワイお酒を飲むことが、石飛さんにとって最高のリフレッシュタイムなのだとか。



リフレッシュの時間となっているキャンプ

作業を組み立てることがおもしろい

以前から神西地区のほとんどの農家は、ハウス栽培と露地栽培を組み合わせながら、それぞれに合った作物やスタイルを選び一年を通して仕事をしています。石飛さんもその一人で、年間で様々な作物を栽培しています。「一年の作業を組み立てることはすごく大変だけど、おもしろい」と語る石飛さん。きちんと仕事を組み立てていくことで、今までと同じ面積でも仕事量が増え、収入にも反映される農業のおもしろさを感じています。また、それに伴って人手確保や今後の課題も見えてきたと言います。昨

プチっと情報!

出雲神在ねぎ

柔らかくて甘みが強く、葉まで食べられるのが特長です。石飛さんおすすめの食べ方は「鶏肉とねぎをアルミホイルで包み、オープンで焼く」。ねぎの旨味と鶏肉の油がマッチしてとても美味しいのだとか😊  
この機会にぜひ。



★お問い合わせ先★  
J Aしまね出雲地区本部  
営農部販売開発課  
電話：0853-21-6118

年から一人雇用し、今後は家族経営ではない継承の方法も視野に入れています。「神在ねぎの知名度はまだだ。もっと多くの人に知ってもらい食べてもらいたい」と今後の意気込みを語る石飛さん。今よりさらに農業をおもしろく、そして効率的な農業を目指し、石飛さんの挑戦は続きます。



笑顔が印象的な石飛さん。  
神在ねぎを多くの人に食べてほしいとPRします



# って“トラ(寅)イ”!!

新年あけましておめでとうございます。

さあ、新たな年がスタートしました。今年の干支は「壬寅（みずのえとら）」。厳しい冬を越えて芽吹き始め、新しい成長の礎となる年と言われているそうです。そんな新年第1号の特集では、目標に向かって“トラ(寅)イ”し続ける、各地区本部の若手農業者をご紹介します。

合同会社Torchを設立し、今年度から菌床シイタケを栽培しています。従業員を増やし、皆が楽しく働ける会社にしていきたいです。



就農して、4年目となります。ファーマーズマーケットでの消費者との関わりを大切に、収量アップの1年になるように頑張ります。



出雲市荒茅町【出雲地区本部】

松本 頼明さん(40)(右)  
金崎 幹徳さん(38)(左)

経営規模

●菌床シイタケハウス3棟  
年間43,200菌床で栽培

松江市西忌部町【くにびき地区本部】

伊藤 成海さん(23)

経営規模

●花40㎡ ●ハウレンソウ2㎡

就農2年目で水稻を栽培しています。日々の管理を徹底し、品質向上、収量UPを目指しています。今後は規模拡大を図りながら地域農業を盛り上げていきたいです。



安来市久白町【やすぎ地区本部】

南 真之さん(38)

経営規模

●イチゴ(高設栽培)6㎡

兵庫県から1ターンし就農1年目。アパレル業界から一転、妻の実家である安来市でイチゴ作り。いつかイチゴ作りを通して、趣味のアウトドアと関連したイベントを開きたいと考えています。

現在、消費者からの信用と経営の安定を目指して個人での美味しまねゴールド認証取得に向けて頑張っています。菌床シイタケを通して地元の方たちとの繋がりをもっと築いていきたいと思っています。



出雲市斐川町【斐川地区本部】

深津 健太さん(22)

経営規模

●水稻2.7㎡

来島牧場に入社し約2年半。人工授精(AI)・受精卵移植(ET)などの繁殖技術向上を目指すとともに、将来牧場で活躍する育成牛を育てるため日々頑張っています。



飯南町【雲南地区本部】

曾田 春奈さん(25)

経営規模

●来島牧場：搾乳牛約360頭、子牛約60頭



# 2022年も目標に向か



就農して3年で、繁殖和牛を20頭飼育しています。良い母牛と子牛を育てるために、日々勉強しています。

知夫村【隠岐どうぜん地区本部】

**稲澤 義治さん (40)**

経営規模

- 繁殖用和牛 母牛20頭、子牛7頭



もっと生産量を増やして、隠岐地域の皆さんに新鮮な野菜を食べてもらい、地元園芸農業を担う生産者のひとりとして地産地消に貢献したいです。

隠岐の島町【隠岐地区本部】

**柴 功一さん (36)**

経営規模

- ハウス施設野菜10畝 (キュウリ、トマト)
- 野菜苗生産8畝
- 露地野菜20畝 (レタス、キャベツ、ブロッコリーなど)

雇用就農から独立して1年目。農業・化学肥料を使わずに栽培をしています。白ネギを中心に置き、品目を模索しながら年間を通して売り上げが上がるように頑張ります。



大田市長久町【石見銀山地区本部】

**清水 啓介さん (35)**

経営規模

- 白ネギ18畝
- レタス10畝
- 白ナス5畝
- 大豆8畝
- 米10畝

8年前に就農しました。将来的には、技術や産地としての価値を高め、新規就農者や農業体験に来た方にアドバイスをしていきたいです。

就農して8年経ちました。大変な事が多いですが、収穫の時の喜びが忘れられないので続けています。将来的には収穫した作物を全国の人たちに届けていきたいです。



浜田市金城町【いわみ中央地区本部】

**清本 香さん (32)**

経営規模

- トマト2.5畝
- なす3畝
- ぶどう5畝
- その他6畝

益田市須子町【西いわみ地区本部】

**金山 千年さん (30)**

経営規模

- トマト36.5畝
- メロン延べ40畝



美郷町【島根おち地区本部】

**新田晋太郎さん (36)**

経営規模

- 菌床ブロック3万個







## 新年のごあいさつ

J Aしまね女性部

部長 高橋美佐子



新年あけましておめでとうございます。

日頃より女性部の活動にご理解とご協力をいただき心よりお礼申し上げます。

令和元年度からの新型コロナウイルス感染拡大に伴い、私たち女性部の活動も中止やWEBでの開催を余儀なくされました。そのような状況の中、私たちJ Aしまね女性部は昨年度からコロナ禍によって困窮している学生や子ども食堂、フードバンク事業を支援するため、女性部員が玄米を持ち寄り集まったお米を寄贈する“米一握り運動”を実施しています。今年度は2回に分けて行うこととしており、現在1回目が終了しました。1回目はJ Aしまねや島根県青協の皆様のご協力もあり、1,370kgの玄米が集まりました。集まったお米は、県内の子ども食堂・フードバンク・大学に寄贈いたしました。この運動にご協力いただいた多くの皆様へ感謝申し上げます。

最後になりましたが、今年こそは、コロナが収束し、例年通りに女性部活動ができること、そして何より世界中が安心安全な状態で普通の生活を送ることができるように願って止みません。

今年も私達女性部に変わらぬご指導、ご協力をお願いすると共に皆様のご健康とご多幸をご祈念申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



フードバンクへ米を寄贈する  
寺内副部長(右)



子ども食堂へ米を寄贈する  
高橋部長(左)と飯塚副部長(右)



## 新年のごあいさつ

島根県農協青年組織協議会

会長 草野 拓志



新年あけましておめでとうございます。

日頃より島根県青協の活動に対しご理解ご協力賜わりまして、誠にありがとうございます。

昨年を振り返りますと、青年部、営農活動ともに新型コロナウイルスの影響が続く中で的一年となりました。外食産業の需要低迷や米余りによる米価の大幅な下落、円安やOPECによる原油生産の引き締めにより燃料代の高騰、中国及び新興国の経済発展に伴う飼料の買い占めによる餌代高騰など、農業を取り巻く環境は非常に厳しいものとなりました。そういった中で、地域において懸命に営農活動をなされている生産者の方々に敬意を表すところでございます。

昨年は、いろいろと考えさせられた1年でしたが、島根県青協として、J Aや島根県農政に意見陳情を行う等、しっかりと活動してまいりました。

農業者の意義は食を支え農地を守り引き継いでいくことです。それには営農活動を続けていくことが一番大事であり、地域で頑張る生産者をJ Aや島根県農政と一体となって支援していくことが非常に大切です。私は本年で会長に就任し4年目となりますが、少しでもその架け橋となれるよう、また、島根県の農業振興の為、本年も尽力していく所存でございます。

そして、逸早い新型コロナウイルスの終息を祈りつつ、本年が皆様にとって実り良い年でありますことをご祈念いたしまして新年の挨拶とさせていただきます。



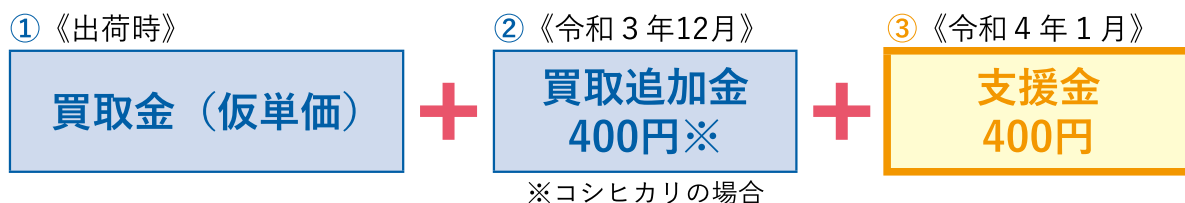


# 令和3年産島根米追加金の支払と経営継続支援の実施について

J Aしまねでは、令和3年産島根米についても①「出荷いただいた時点」と、②「令和3年12月末の追加払い」の2段階による買取金のお支払いとしており、12月27日に追加金をお支払いしました。

さらに、新型コロナウイルスの影響により米価が大幅下落し、生産者の皆さまの農業経営に大きな影響を与えていることを鑑み、当J Aに出荷いただいた令和3年産島根米を対象に、1月28日に③「経営継続支援金」をお支払いします。

## [イメージ図：令和3年産島根米／60kg]



### <令和3年産米追加金>

品種・銘柄	追加金単価（1～3等）
コシヒカリ	400円／60kg（税込）
きぬむすめ	300円 //
つや姫	300円 //
ハナエチゼン	300円 //

※追加金は全品種支払。表にはうるち主要4品種のみ記載

### <令和3年産島根米生産者経営継続支援金>

対 象	支援金単価
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 令和3年産島根米（主食うるち米）1～3等 ※規格外米除く</li> <li>・ 令和3年12月末までにJ A出荷・検査買入確定分</li> </ul>	一律400円／60kg

## 理事会情報（11月29日開催）

### 【協議事項】

- ① 令和3年12月30日付け機構改革の実施について
- ② 令和3年度補助事業の実施について
- ③ 令和3年度J Aしまね農業振興支援事業要項の一部改正について
- ④ 令和3年度米にかかる追加金等の特別対策について
- ⑤ 令和4年産島根米生産に係る考え方について（品種別作付計画）
- ⑥ 葬祭会館利用料の変更および葬祭会館利用管理規程の一部改正について

- ⑦ 振込手数料の改定について
- ⑧ 令和3年度末決算見込（一次）について
- ⑨ 中間期ディスクロージャー誌2021の作成について
- ⑩ 債権の償却について
- ⑪ 組合と理事との取引（契約）の承認について
- ⑫ 役員選考について
- ⑬ 第4回J Aビルあり方検討委員会について
- ⑭ 島根県常例検査書（雲南地区本部）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）



# 謹賀新年

年頭のご挨拶

雲南地域の  
農業振興と地域活性化に  
最大限の努力を



JALまね雲南地区本部  
常務理事本部長

竹下克美



新年あけましておめでとうございませう。皆様にはご家族お揃いで新しい年をお迎えになられたことと心からお慶び申し上げます。

また、皆様から旧年中に賜りましたご支援、ご協力に対し厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、新型コロナウイルス感染症はワクチン接種が進んだこともあり収束の兆しが見えたかに思われましたが、ここに来て新種のオミクロン株への感染も拡大してきており予断を許さない状況にあります。そんな中で7月、8月に豪雨災害に見舞われ、雲南地区本部管内でも甚大な被害が発生いたしました。被災された皆様に心よりお見舞いを申し上げます。

一方、農業に目を転じますと原油価格の高騰により燃油や資材、肥料や飼料が高騰し、農家経営を大きく圧迫しています。特に雲南地区の基幹作物であるコメにつきましては、国が市場隔離による需給改善対策を示しているも

のコロナ禍に起因する消費の低迷、民間在庫の増加による厳しい販売見通しから仮単価を大幅に下げざるを得なくなりました。

また、JAを取り巻く経営環境は年々厳しさを増しています。JAの自己改革では「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」この三つを基本目標に掲げていますが、それを実行するには盤石な経営基盤があつてこそであります。協同組合の祖である二宮尊徳先生は「道徳なき経済は罪悪であり経済なき道徳は戯言である」と喝破されています。ATMの廃止、高齢者介護福祉事業からの撤退等々、皆様にはご不便をお掛けしますがご理解を頂きますようお願い申し上げます。今後も厳しい経営環境に備えるために不断の改革に取り組んで参ります。何卒、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

この一年、皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げ、新たな年のご挨拶とさせていただきます。

## 1月のあなたの運勢【牡牛座 4/20~5/20】

【全体運】好調です。やりたいことをリストにし今年の目標を立てて。実り多い年にできます。技術の取得にツキあり

【健康運】痛いところがあるときは無理をしないこと 【幸運の食べ物】ヒラメ

## 1月のあなたの運勢【牡羊座 3/21~4/19】

【全体運】やるべきことが多い中何に着手すればいいのかわかりにくいです。計画を立て着実に。好結果が待っています

【健康運】適度に体を動かすのが一番の健康法 【幸運の食べ物】ナバナ



Thank You! 

日頃からのご愛顧に感謝を込めて12月15日、雲南地区本部の各支店でご来店感謝デーを開催しました。

# ご来店感謝デー開催



当日はたくさんの方々にご来店いただき誠にありがとうございました。

## 仁多支店



来店者へパイ・卵・カイロのセットをプレゼント。共済の特設ブースでは、VRゴーグルで農業車両事故の疑似体験を実施したほか、webマイページやJAバンクアプリを紹介しました。

## 横田支店



来店者へ卵とカイロをプレゼント。アンケートを実施し、抽選で鉢植えをプレゼントしました。

## 大東支店



来店者へ卵とカイロをプレゼント。自動車共済・各種ローン相談者へ奥出雲和牛カレーをプレゼントしました。

## 加茂支店



来店者へカイロ・BOXティッシュ・入浴剤のセットをプレゼント。防犯意識を高めてもらおうと、詐欺防止のチラシ配布と声掛けをしました。

## 雲南さくら支店



雲南さくら支店恒例の「お米のすくいどり」や、みとや青空ふれあい市場による出張野菜市を実施。来店者へ卵と女性部のみなさんが大切に育ててくださった多肉植物をプレゼントしました。

## 雲南吉田支店



来店者へお茶菓子・コーヒー・カイロのセットをプレゼント。アンケートを実施し、抽選で吉田町の特産品をプレゼントしました。女性部のほか地元小中学生の作品展なども行いました。

## 掛合支店



来店者へプレミアムつや姫「たたら燻米」と掛合支店オリジナル手袋をプレゼント。地元でとれた新鮮野菜も販売し、地元農産物の消費拡大をPRしました。抽選で「奥出雲和牛カレー」もプレゼントしました。

## 頓原支店



来店者へ米菓子・コロッケ・カイロのセットをプレゼント。アンケートを実施し、抽選でしめ縄をプレゼントしました。女性部のほか、地元団体、地元保育園児などの作品展や「つがが工房」による出張販売も行いました。

## 赤来支店



来店者へ卵をプレゼント。アンケートを実施し、抽選で花をプレゼントしました。女性部のほか、地元保育園児の作品展や、地元でとれた新鮮野菜の販売なども行いました。

地区版



1月のあなたの運勢【蟹座 6/22~7/22】  
【全体運】交友関係が活発化。1人では難しいことも協力者を募れば何とか乗り越え、  
【健康運】食事はバランス良く、野菜多めが◎ 【幸運の食べ物】フキのとう



1月のあなたの運勢【双子座 5/21~6/21】  
【全体運】つい、うっかりしてしまいがち。安全点検はしっかりと。いつも使う物は  
特に入念に手入れをしておきましょう  
【健康運】記録にこだわり過ぎず運動を楽しんで 【幸運の食べ物】チコリ



ふれあいニュース

雲南管内の旬な情報をお届け！



FUREAI NEWS 01

ブランド米振興大会  
生産者ら意欲高める

雲南市水田農業担い手協議会（錦織満代表）は12月21日、雲南市木次町のチエリヴァホールで「令和3年度雲南市ブランド米振興大会」を開催しました。

大会には生産者や関係者ら約60人が出席。雲南市認定のブランド米プレミアムつや姫「たたら焰米」の取り組み成果を確認するとともに優良生産者表彰を行い、さらなるブランド力の向上と生産拡大に向けて意欲を高めました。

今年度は広島方面へのTVCM放映やJAL国内線ファーストクラス機内食への提供、フジテレビ朝の情報番組「めざましテレビ」の「めざましじゃんけん」当選者へのプレゼントに提供するなど、「たたら焰米」を県内外へ広く

PRしました。

ブランド米優良生産者表彰では、(農)春石、(農)宇山営農組合、(農)すがや、(農)あなみの4団体が受賞。同市大東町の田中俊宏さんがJALしまね雲南地区本部長杯を、まね雲南地区本部長杯を、(農)すがやが雲南市長杯を、あわせて受賞しました。



▲受賞者のみなさんで記念撮影

FUREAI NEWS 02

プロ野球選手へ奥出雲和牛を贈呈



▲福山選手(左)と竹下本部長(右)



▲糸原選手(左)と竹下本部長(右)

雲南地区本部は、雲南市大東町出身で東北楽天ゴールデンイーグルス投手の福山博之選手と、阪神タイガース内野手の糸原健斗選手へ今後の活躍を祈って雲南地域が誇るブランド牛「奥出雲和牛」を贈呈しました。

12月10日には糸原選手に、12月27日には福山選手に竹下克美本部長から目録を手渡し激励しました。お二人の益々のご活躍を期待しています。

FUREAI NEWS 03

第43回みどりをまもる小学生作文コンクール開催

JALしまね女性部が主催する「第43回みどりをまもる小学生作文コンクール」において、奥出雲町立高尾小学校6年、長谷川寿希也さんの「ぼくのおばあさん、畑のプロ」が島根県農業協同組合長賞を受賞しました。このコンクールは、自然や環境、農業、食料、地域行事等に関心を抱くことをねらいとし、将来を担う子

どもたちの心を育てる活動の一環として昭和54年から毎年実施しています。

今年度は県内33校109名の児童から応募があり、野菜作りをしている祖母への感謝の思いがこぼれた長谷川さんの作文が同賞に選ばれました。

12月21日には同女性部の高橋美佐子部長が高尾小学校を訪れ、表彰を行いました。



▲島根県農業協同組合長賞を受賞した長谷川さん



1月のあなたの運勢【乙女座 8/23~9/22】

【全体運】少し暴走気味の傾向はあるものの発展的。周囲の意見を聞くよう心掛けて。一緒に喜んでくれる人がいるのが大事  
【健康運】あったか靴下で足元を冷えからガード【幸運の食べ物】ヤマトイモ



1月のあなたの運勢【獅子座 7/23~8/22】

【全体運】「いつもと同じ」が幸運のキーワード。伝統や習慣を大切に。手間のかかる作業を丁寧に進めれば問題も解決へ  
【健康運】好きな運動ほど健康効果が高そう。楽しんで【幸運の食べ物】小松菜



FUREAI NEWS  
04

## 産直野菜集荷用トラック デザイン新たに

雲南地区本部は、新しくデザインした産直野菜集荷用ラッピングトラックで野菜の集荷を始めました。

雲南管内の約40か所の産直野菜集荷所を巡回し、集荷した野菜を産直市へ届けるこのトラックには、デザイン会社や同地区本部営業部の職員らで協議を重ねて制作したオリジナルロゴマークや雲南地域で栽培されている野菜、果物、花卉のイラストが色鮮やかに描

かれ、「奥出雲の美味しい野菜をみなさまに」とメッセージも添えられています。

運行初日の12月13日には同地区本部でお披露目式が行われ、関係者約20人が出席し、新たな門出を祝いました。同地区本部の竹下克美本部長は「デザイン更新はいいターニングポイントになる。今後もしっかりと産直事業に取り組みていきたい」と意気込みを語りました。



▲新たなデザインになった産直野菜集荷用ラッピングトラック

FUREAI NEWS  
06

## 東京農工大・上智大学院生が 飯南町で現地調査

雲南地区本部は、令和2年11月に東京農工大学大学院農学研究院、飯南町と地域連携に関する協定(包括連携協定)を締結し、中山間地域における農業の新たなモデルを確立すべく「農業振興」「新産業の創出」「農家の農業収入の安定化と所得向上」を目指し、技術開発・普及・人材育成等に取り組んでいます。

「持続可能な地域社会を実現するために何ができるのか」をテーマに共同研究を進める東京農工大学大学院生物

システム応用科学府と上智大学大学院地球環境学研究所の学生ら23名(教授2名、日本学生1名、海外留学生20名)が12月9日から12日にかけて同町へ現地調査に訪れました。

9日には、同町の役場で(農)長谷宮農組合、(農)角井営農組合、島根県東部農林水産振興センターと意見交換を行い、法人化に至った経過や、耕畜連携による地域資源の循環活用、農業のスマート化、県版農業生産工程管理(GAP)「美味しまね認証」について話を聞き、学生は興味深く耳を傾けました。

FUREAI NEWS  
05

## めぐりキッズスクール第14期修了



▲野球ボールとすり鉢を使って粃摺りを体験するスクール生ら

めぐりキッズスクールは12月18日、雲南地区本部で第14期生の修了式と最後の授業を行いました。

修了式では、教頭の源之美副本部長からスクール生一人ひとりに修了証書を手渡し、今年度の授業を振り返りました。最後の授業ではお米になるまでの過程を学ぶため、収穫したバケツ稲の脱穀、粃摺り、精米を手作業で体験。茶碗や

牛乳パックを使って脱穀し、野球ボールとすり鉢で粃摺りしたもの、小瓶と麵棒を使って精米しました。

新型コロナウイルスの影響で開催できなかった授業もありましたが、今年度はスクール生の自宅でトウモロコシの苗やバケツ稲を育て、育てる大変さや楽しさ、収穫の喜びを親子で体験しながら、楽しく「食と農」の大切さを学びました。



▲農事組合法人みなさんと意見交換を行う学生ら

10日から12日にかけては、水田、畑、果樹園のボーリングや断面調査、河川流域の水質調査、中山間研究センターで取り組んでいる研究課題の調査などを行いました。

東京農工大学の学生は、「農業は地域間で特徴がある。山間部における農業や水環境、地域の現状を知り、問題点やよりよい農業のやり方などを見つけていきたい」と話しました。



# 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。

各支部リレー紹介  
今月は No.8  
加茂支部  
担当:高尾

## ～雲南警察自炊塾～

と き/12月14日(火) ところ/三刀屋総合センター

雲南女性部は、雲南警察署の依頼により若手警察官を対象に料理教室を開きました。

当日は同署の若手警察官や署長ら11人が参加。同女性部の高橋美佐子部長と石飛由美子副部長、雲南地区本部ふれあい課職員の指導のもと、「家の光」に掲載されている災害時に役立つ「お湯ポチャ」調理でご飯を炊いたほか、「奥出雲和牛」を使った食材たっぷりの「おにぎらず」や「豚肉のソースかつ」、「お餅と白菜のお好み焼き」など計6品を調理しました。



和気あいあいと楽しく調理しました



「おにぎらず」を作る様子

料理教室に参加した若手警察官は「自分で作るのは楽しい」と笑顔で話し、交流を深めながら楽しく調理しました。

## 加茂支部

### ～季節の花でおもてなし～

加茂支部では、支店を利用いただく組合員・利用者のみみなさまへ「おもてなし」の想いを込めて「おもてなし活動」に取り組んでいます。



元気が花が育つよう、土づくりから行いました

季節の花々で来店者を気持ちよくお迎えしようと、6月、8月、11月にプランターの花の植え替え作業を行いました。

9月には羊毛フェルトで今年の干支「寅」を作る手芸講座を開き、多くの部員が参加しました。



素敵な寅ができました

「家の光」を使った活動にも積極的に取り組んでおり、記事の読み合わせや、7月号に掲載されていた「グラスサンドアート」にも挑戦しました。コロナ禍においてもできることから少しずつ活動を再開し、楽しく活動しています。

## 雲南女性大学院「華凛」

### ～笑顔で印象アップ!

#### ハッピー会話術講座～

と き/12月20日(月) ところ/雲南地区本部

◎講師/フリーアナウンサー 小片悦子氏

第2回の講座は、「おがっち」の愛称で山陰地域のフリーアナウンサーとしてご活躍の小片さんを講師に迎え、「相手も自分もハッピーになれる会話術」を学びました。



ユーモアを交えながら流暢に話す小片さん

ラジオのメインパーソナリティーも務める小片さんならではの滑らかな口調と、聞く人を惹きつける面白い話や話し方

に、会場からは笑い声が絶えませんでした。

講座では、会話をする際の第一印象をよく

するために笑顔が大切であることや、作り笑顔をするだけで気持ちが前向きになること、自分からプラスの言葉を発することでハッピーが引き寄せられることなど、日常生活でありがちな行動を交えながら出雲弁で楽しくお話しいただきました。

また、笑ったり、声を出すことで口や喉の筋肉、肺が鍛えられ免疫力アップにつながることも教えていただきました。

学生は、「自分がハッピーになることでコミュニケーションが良くなることや、声を出すこと、良く笑うことがとても大切であることを改めて感じた。今日から早速実行してみたい」と感想を述べました。



口角をいつもの3倍あげるように意識するとマスクをしていても笑顔が伝わるそうです

小片さんのお話おもしろい!!



1月のあなたの運勢 [山羊座 12/22～1/19]

【全体運】ハッピーな年明けです。あなたの行動が周りの人も幸せな気分。楽しい予定を立てて。人の世話を焼くのも◎  
【健康運】頭や首のつぼを刺激してストレスを軽減 【幸運の食べ物】ハクサイ



1月のあなたの運勢 [射手座 11/23～12/21]

【全体運】先を急ぐあなたに周りが右往左往。多少言い争いはあるものの楽しい期間です。話を聞く耳を持つともっと発展的に  
【健康運】力を出せます。動き過ぎには気を付けて 【幸運の食べ物】シュンギク



# ～第28回 JAしまね雲南女性のつどい並びに家の光大会開催～

と き/11月27日(出) ところ/雲南地区本部、仁多支店、赤来支店



JALしまね雲南女性部は、「コロナに勝とう!10支部でつながろう女性の輪」をテーマに「第28回JAしまね雲南女性のつどい並びに家の光大会」を開催しました。

コロナ禍において今年度は参加者を雲南女性部員に限定し、2年ぶりに開催。女性部員や関係者ら約130名が参加しました。

東京の(一社)家の光協会や講師とオンラインで各会場を繋ぎ、Web配信により活動発表や講演会を行ったほか、

「農家応援企画」として雲南地区本部が取り扱う奥出雲和牛や茶、加工品の特別販売も実施しました。

雲南女性部の石飛由美子副部長からは「家の光」を活用した活動発表が行われ、「ヒップアップアーティスト」の松尾タカシさんには、「何歳になってもグングン歩けるために必要な基礎知識や運動」について講演いただきました。

各支部の活動を撮影した動画も放映し、女性部員の絆を深める有意義な大会となりました。

仁多会場のみなさん



松尾さんに指導いただきながら、簡単な運動をしました



女性部  
作品展示コーナー  
(地区本部会場)



女性部  
作品展示コーナー  
(仁多会場)



活動発表をする  
石飛副部長



赤来会場の  
みなさん

赤来支部が  
支部活動紹介動画の  
“トリ”を飾りました



Green Center News  
グリーンセンターだより

夏場の草刈り回数を減らしたい方へ

## グラスショート液剤のご紹介!

抑草剤



**抑草の成長を抑制する働き!**

こんな方におすすめ

- ①畦畔から侵入してくる雑草の除草に困っている
- ②電柵やワイヤーメッシュに絡みつくクズの退治
- ③重労働な夏場の草刈り回数を減らしたい

畦畔管理 無散布区 グラスショート100倍 処理後42日



「上手な使い方」 グラスショート散布



★草刈り後、雑草の草丈が10cmになったところが散布適期です。  
★30～40日間、雑草の成長を抑制します。

クズに これだけ差が出て 草刈り回数軽減!!



1本(500ml)で  
約10a散布可能  
(100倍・200倍希釈の場合)

お求めは近くのグリーンセンターまで!



1月のあなたの運勢【魚座 2/19～3/20】  
【全体運】考え過ぎは禁物。結論が出ないことは少し横に置いておいて。時の流れに任せた方がいい方向へ。おしゃべり吉  
【健康運】質のいい睡眠は元気の源。枕選びにこだわって【幸運の食べ物】マダイ



1月のあなたの運勢【水瓶座 1/20～2/18】  
【全体運】上昇運です。定まらないことを形にしていって作業にツキがあります。年間予定を立てるなど前向きに動いて  
【健康運】楽しみながらできる運動でパワーアップ!【幸運の食べ物】クワイ



申込不要!  
だれでもご参加ください

## 春まき野菜の栽培講習会

月日	時間	地区	場所	お問い合わせ先
令和4年 1月24日(月)	9:30~11:30	奥出雲	JA横田支店 会議室	奥出雲営農経済センター ☎52-1217
	13:30~15:30		JA仁多支店 会議室	仁多生産センター ☎54-1355
1月25日(火)	9:30~11:30	飯南	JA赤来支店 会議室	飯南営農経済センター ☎76-2967
	13:30~15:30		JA頓原支店 会議室	頓原グリーンセンター ☎72-1031
1月26日(水)	13:30~15:30	雲南	JA掛合支店 会議室	中央営農経済センター ☎42-9055
1月27日(木)	9:30~11:30	雲南	雲南地区本部 第1会議室	中央営農経済センター ☎42-9055
	13:30~15:30			
1月28日(金)	9:30~11:30	雲南	JA大東支店 会議室	大東グリーンセンター ☎43-2003

### 講習会内容

●春まき野菜栽培管理講習(60分)  
「春まき野菜の栽培管理」と売れ筋農産物の品種特性について紹介します。

●種子・苗助成について  
～生産拡大につながる活動～  
春まき野菜栽培講習会で配布する注文書で指定する品目を対象予定

●島根県東部農林水産振興センター雲南事務所からのご案内

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催会場によっては先着にて入場制限を行う場合がありますのでご了承ください。また、マスク着用でのご参加をお願い致します。  
※生産履歴簿の記帳確認を行いますので、生産履歴簿をご持参ください。  
(生産履歴簿は、JAが作成した産直用の「栽培履歴票(栽培日誌)」をご使用ください)  
※小型シール発行機をお持ちの方はメンテナンス(掃除、登録変更等)を行いますので、ご持参ください。(保守契約が無い方は有料となります)※シール発行機業者の直接対応となります。

◎小型シール発行機は、長期使用による消耗や老朽化および砂埃等により、故障が続出ておりますので、定期的なメンテナンスと発行機業者との保守契約をお勧めいたします。  
◎小型シール発行機barlabe KE(右の写真)は販売終了から10年が経過し、メンテナンスおよび設定変更が出来ませんのでご了承ください。  
小型シール発行機への追加登録や表示内容の修正が必要な方は、講習会開始時間より少し早めに会場へお越しくださいませようお願いいたします。



小型シール発行機 barlabe KE

●ご不明な点は… 営農部 営農指導課 TEL.42-9115 または、各営農経済センター等までお問い合わせください。

## 令和3年産米 追加金単価について

品 種	追加金単価 (1~3等)
うるち米	100~300円/60kg(税込)
もち米	300円/60kg(税込)

品 種	追加金単価 (特上~3等)
酒造好適米	300~500円/60kg(税込)

※カントリーエレベーター出荷分については「令和3年産米二次払い」時に追加金単価を反映してお支払いいたします。  
※一部該当しない場合(規格外等)、及び上記単価にあてはまらないものもありますのでご了承ください。  
※全国的な米価の大幅な引き下げの中、雲南地区本部では出荷いただいた際に支払う飯単価(一次払い)を重視した独自単価を設定しております。

## 令和3年産 島根米生産者経営支援金

対 象	支援金単価
・令和3年産島根米(主食うるち米)1~3等 ※規格外米除く ・令和3年12月末までにJA出荷・検査買入確定分	一律 400円/60kg(税込)

## 令和3年産米 上位等級比率ならびに集荷数量

【上位等級比率】 12月28日現在

種 類	仁多	横田	大東	加茂	木次	三刀屋
コシヒカリ	96.5%	95.8%	38.8%	37.5%	31.1%	49.9%
きぬむすめ	100.0%	100.0%	93.7%	88.1%	77.7%	91.9%
つや姫			97.8%	88.6%	100.0%	77.0%
うるち米計	96.6%	95.9%	71.2%	69.2%	54.2%	72.4%
酒 米	70.9%	97.7%	61.2%			71.5%
もち米	64.7%	93.8%	77.0%	0.0%	0.0%	76.9%
産米全体	91.9%	95.8%	70.4%	69.1%	54.1%	72.4%

種 類	吉田	掛合	頓原	赤来	合計
コシヒカリ	93.9%	77.5%	98.8%	99.6%	86.6%
きぬむすめ	95.6%	93.0%	100.0%	100.0%	91.3%
つや姫	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	92.5%
うるち米計	94.5%	82.7%	92.7%	99.6%	86.8%
酒 米	44.1%	75.8%	100.0%	100.0%	78.9%
もち米	96.1%	71.1%	84.0%	86.8%	82.3%
産米全体	92.7%	82.0%	91.8%	97.0%	86.0%

【集荷数量】 単位:30kg/袋

品 種	仁多	横田	大東	加茂	木次	三刀屋
コシヒカリ	34,337	48,053	13,861	5,351	3,297	4,025
きぬむすめ	662	151	15,808	7,950	2,455	4,398
つや姫			3,079	4,247	417	1,094
うるち米計	35,239	48,240	33,620	18,467	6,195	9,517
酒 米	2,989	972	3,562			369
もち米	3,701	3,216	657	17		65
合 計	41,929	52,428	37,839	18,484	6,212	9,951

品 種	吉田	掛合	頓原	赤来	合計
コシヒカリ	2,461	4,489	16,969	22,251	155,094
きぬむすめ	450	1,513	182	592	34,161
つや姫	732	721	338	69	10,697
うるち米計	3,709	7,015	18,713	22,912	203,627
酒 米	143	397	838	2,837	12,107
もち米	154	211	2,888	6,564	17,490
合 計	4,006	7,623	22,439	32,313	233,224

※カントリーエレベーターの推定実績を含んでおります。





JAしまね

# 年金指定替え キャンペーン

キャンペーン期間  
令和4年 1月4日～3月31日

期間中に年金受取口座を  
JAしまねへ変更  
いただいた方へ  
いずれかプレゼント

おさいふカード  
ポイント  
1,000  
ポイント

or

奥出雲和牛  
カレー  
1セット(2箱)

年金についてのご相談はJAで!

## 年金相談会のご案内

無料

- 横田支店  
2月 8日(木) 10:00～15:00
- 雲南さくら支店  
2月22日(木) 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。  
◎新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、変更・中止となる場合があります。

## 令和2年産米 最終精算について

令和2年産米の最終精算単価が決まりましたのでお知らせいたします。

単位:円(税込)/60kg

集荷区分	種類	区分	等級	単価
一般集荷分	うるち・モチ・酒米	JA米・一般米	1～3等	106円

※契約栽培等、一部該当しない場合がありますのでご承知おさください。

単位:円(税込)

収入・支出項目		単位	本精算
精算対象袋数		袋	162,143
収入	販売代金(地区本部販売)	円	1,116,663,639
	その他(本店精算分等)	円	2,026,784
	合計 A	円	1,118,690,423
支出	概算金(生産者への支払済米代金)	円	1,004,856,560
	運賃・保管等に係る経費等	円	52,866,297
	販売手数料・電算に係る経費等	円	42,506,791
	PR・販売に関わる経費等	円	9,804,685
	合計 B	円	1,110,034,333
収入-支出 C=A-B		円	8,656,090
精算 D		円	8,593,579
精算金8,593,579円/精算対象袋数162,143袋		円	53
翌年産共同計算繰越 C-D		円	62,511

生産者の皆様へ コロナ禍による大幅な消費量の減退、過剰作付による在庫量の増加等、非常に厳しい販売環境の中、最大限の販売を行いました。令和2年産米の最終精算を行い、生産者の皆様には令和3年12月28日に振込いたしました。カントリーエレベーター出荷分については「令和2年産三次払い」に精算単価を反映してお支払いいたします。令和2年産米精算端額 62,511円については翌年産共同計算へ繰越をいたします。

●人事異動(1月1日付)  
▼営農部営農指導課(渡邊恵)  
農経済(C) 渡邊恵  
※( )内は旧部署、Cはセンターの略

今年初の!!  
かむしろ野菜  
ご紹介

二股に分かれたダイコン!!  
色白の美脚が魅力的ですね  
(\*^\_^\*)



奥出雲町・いさん

2月の外勤日 16水 17木 18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

地区名	種別	取引頭数	最高価格	最低価格	平均金額	中央“続伸”の相場展開		
						平均体重	キロ単価	前月価格比
雲南地区 本部	雌	44	1,188,000	525,800	682,800	274	2,497	18,740
	去	54	992,200	559,900	803,835	289	2,778	21,857
中央市場	雄	4	990,000	605,000	728,750	180	4,043	—
	雌	111	1,188,000	389,400	697,004	274	2,548	45,713
	去	155	1,013,100	55,000	798,437	295	2,708	5,192

令和3年12月の全国主要子牛市場平均価格は、雌715,993円(前月比103%)、去勢808,690円(前月比101%)、計769,572円(前月比102%)で、続伸の取引となっています。

# 畜産 市況







# CrossWord Puzzle クロスワード パズル

二重マスの文字をA～Dの順に並べて  
できる言葉は何でしょうか？

出題 ● ニコリ

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

答え

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

## タテのカギ

- ①力が頭のでつぺんに結います
- ③ベッドルームともいいます
- ⑥南へと吹き抜けていきます
- ⑧父はロバ、母はウマ
- ⑨青→黄→赤と変わるものをよく見掛けます
- ⑪宍道湖の名産である二枚貝
- ⑬水瓶座と牡羊座の間
- ⑮訴えや申請などが退けられること
- ⑰——かまぼこ、——団子、——笛
- ⑱鉄道のレールの下に並べます
- ⑳テレビ——の録画を予約した
- ㉑魚へんに師と書く出世魚

## ヨコのカギ

- ①節分の日に丸かじりする地方もあります
- ②歯がある履き物
- ③世界遺産には文化遺産や——遺産があります
- ④ほっそりした指の例えに使われる魚
- ⑤酸っぱいものを見ると湧きます
- ⑦特定のヤギの毛を使った高級な毛織物
- ⑩受験生が勝ち取りたいもの
- ⑫江戸幕府の旗本、御家人の総称
- ⑭——頭をたたいてみれば文明開化の音がする
- ⑯酒のお供です
- ⑰年齢を尋ねられたので——を読んで答えちゃった
- ⑲愛を英語でいうと

## 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（J A しまね全体）の方に「農協全国商品券」をお贈りします。

### ● 当選者発表

賞品の発送をもってかえさせていただきます。

### ● 宛先・締切

〒699-1395 雲南市木次町里方1088-6  
J A しまね 雲南地区本部 ふれあい課 「クイズ」係  
2022年2月4日（金）（当日消印有効）

### ◆ 先月号の答え ◆

#### 「フクワライ」

1	セ	6	イ	10	ジ	14	タ	18	カ
2	キ	ガ	エ	9	ナ	13	イ	17	フ
3	ユ	11	ツ	8	カ	12	イ	16	エ
4	ス	7	ト	15	ラ	19	イ	21	ク
5	カ	ズ	14	シ	10	モ	18	セ	
6	ク	シ	ロ	13	ウ	17	カ	イ	
7	ド	ロ	11	コ	ト	15	ワ	ザ	

# 俳句の広場

## 最優秀賞

ひとり居の友を氣遣ひ根深汁

津和野町 田中とよし様

選句者「白魚火」編集長・副主任  
安食彰彦先生

## 優秀賞

画用紙に虫の合唱描きにけり

出雲市 中尾真紀子様

出雲弁いよよ佳境やおでん酒

出雲市 藤江 堯様

夫の肩揉んで勤労感謝の日

出雲市 竹田喜久子様

## 佳作

ためらひて五年日誌を求めけり  
御僧に声かけられし紅葉溪  
亡き義母の味を受け継ぎ袖子を炊く  
相づちのありてはつこり日向ぼこ  
風を呼び波まで凍つる海のこゑ

出雲市 大國千登世様  
出雲市 小豆澤典子様  
安来市 斎藤美重子様  
浜田市 三沢 孝子様  
兵庫県 小田 慶喜様

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

「家の光」2月号定価 629円  
ご購入は、お近くのJAへお問合せください。



J A しまねよりは、皆様からの俳句・川柳を募集しています。締切は毎月14日必着です。（最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句）2月号は川柳を募集します。1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。

### 応募方法

俳句または川柳、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、ハガキ、FAX、Eメールのいずれかでご応募ください。  
※応募作品は自作で未発表のものに限ります。  
※応募作品の一切の権利は、J A 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  
J A 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」  
F A X : 0852-67-7708  
Eメール: fureai.hon@ja-shimane.gr.jp



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

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



～ JALしまね・JAL共済から大切なお知らせ～

「農業用自動車の事故」しっかりと備えていますか？

こんなことになってしまう前に、是非ご相談ください。

<p><b>ケース 1</b></p> <p>トラクターが農作業中に横転し、運転者が下敷きになりケガをしてしまった。</p>	<p><b>ケース 2</b></p> <p>トラクターで、他人をケガさせてしまった。 自動車事故により他人を死傷させた場合、高額の影響賠償責任を負う恐れがあります。</p>	<p><b>ケース 3</b></p> <p>トラクターで他人の車とぶつかって壊してしまいました。</p>
--	---	---

お得なお知らせ

お見送りキャンペーン実施中！  
見積りだけで豪華賞品が当たります！（抽選）

<p><b>A賞</b> 200名様 （抽選）</p> <p>Dyson Supersonic Ionic ヘアードライヤー</p>	<p><b>B賞</b> 200名様 （抽選）</p> <p>BALMUDA The Toaster</p>
--	--

★ 重点実施中！ ★

農業リスク診断活動実施中！  
農業用自動車（トラクター等）のお見送り・保障の見直しも、是非お声掛けください。



※賞品は一部抜粋です。また、賞品のデザイン等はイメージです。キャンペーンの詳細についてはお近くのライフアドバイザー・支店担当者等へお問い合わせください。  
※この資料は概要を説明したものです。ご検討・ご契約にあたっては、「重要事項説明書（契約概要・注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。  
[No.21320320238]



JALしまね 総合ポイントカード「おさいふカード」会員様へ

**優待割引** のお知らせ

**JALしまね×洋服の青山・はるやま**

店内全商品 割引後価格から更に

**10%OFF!!**

ご利用の際には、提携店舗にておさいふカードをご提示ください。

提携店舗 〈洋服の青山〉松江店・島根 斐川店・出雲 浜山通店・浜田店・米子本店・三次店  
〈はるやま〉松江店・島根 三刀屋店・出雲 店・島根 大田店・浜田店・益田店・米子店・三次店

※他の割引が併用できない商品・サービスが一部ございます。詳しくは係員にお尋ねください。 ※洋服の青山ではAOYAMAタイアップカード入会（入会無料）が必要となります。

JALしまね お問い合わせ / 本店経済部 TEL: 0853-25-8912



本誌は地球環境に優しい植物オイルを使用しております。



JAしまね  
公式ホームページ  
JAしまね

JAしまね

Q検索



## 大根と鶏肉の照り煮



### \*コメント\*

・大根に和風だしを振ってレンジで加熱することで煮込み時間を短縮し、うま味もしみ込みます。  
・出来上がってから2時間くらい置くと味がしみ込んで、ご飯のおかずが最高です!

### \*アレンジ\*

・鶏肉は手羽元でも手羽先でもお作りいただけます。  
・こんにゃくや人参、ごぼうを加えると彩も増します。

### 材料 (4人分)

大根…………… 小1本 (800g)  
和風だし (顆粒) ……小さじ1  
鶏もも肉…………… 1枚 (300g)  
サラダ油……………小さじ2  
ゆで卵…………… 2個  
砂糖……………大さじ2  
酒……………大さじ2  
みりん……………大さじ2  
A 酢……………大さじ2  
濃口醤油……………大さじ3  
オイスターソース…大さじ1  
水…………… 300cc  
細ねぎ…………… 1~2本

### 作り方

- ①大根は1.5cmの厚さで半月切りにし、耐熱皿にのせて、和風だしを振りかけ、水大さじ1を加え、ラップをしてレンジ (600w) で7分間加熱する。
- ②鶏もも肉は一口大に切り、細ねぎは小口切りにする。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、鶏もも肉の皮目を下にして並べ入れ、焼き色を付ける。同様に裏面も焼く。
- ④Aの調味料と①の大根を汁ごと加え、蓋をして煮る。
- ⑤沸騰したら殻をむいたゆで卵も入れ、クッキングシートをかけて落とし蓋にし、フタをして大根が軟らかくなるまで上下を時々返しながらかける。(弱火から中火で約15分間)
- ⑥蓋を取り、落とし蓋はかけたまま汁気を飛ばす。(中火で5分間)
- ⑦器に盛り、卵を輪切りにして乗せ、細ねぎを散らしたら完成。

### 材料 (4人分)

ササミ…………… 4本  
酒……………大さじ1  
片栗粉……………大さじ1  
蕪または大根…………… 200g  
ほうれん草…………… 100g  
ササミゆで汁…………… 400cc  
白だし……………大さじ2  
A みりん……………小さじ1  
塩…………… 小さじ1/4  
生姜汁……………少々  
柚子皮…………… 4枚

### 作り方

- ①蕪 (または大根) は皮を剥いて、すりおろす。
- ②ほうれん草は茹でて水に取り、水気を絞って3cmの長さに切る。
- ③ササミは筋を取り、一口大のそぎ切りにして酒をもみ込む。
- ④鍋にお湯を沸かし、③のササミに片栗粉をまぶして1枚ずつ茹で、取り出す。
- ⑤鍋にAとすりおろした蕪 (または大根) を入れて中火にかけ、煮立ったら取り出しておいたササミを加え、ひと煮たちさせる。
- ⑥椀に盛り、②のほうれん草と柚子皮をのせたら完成。

## ササミのみぞれ汁



### \*コメント\*

・ヘルシーで風邪予防にピッタリ!おなかにも優しい一品です。  
・白だしと鶏肉のゆで汁で簡単に美味しいだし汁ができます。

### \*アレンジ\*

・豆腐や油揚げ、カニカマ等プラスしてボリュームアップ!  
・うどんやそば、そうめん、焼き餅にかけてもおいしいです。  
・ササミは、鶏むね肉や白身魚切り身でも代用できます。



## 健康散歩 乾燥肌とかゆみ対策

JA島根厚生連

1月に入り、寒さが一段と厳しくなってきました。冬は空気が乾燥し、肌の乾燥やかゆみなど皮膚トラブルの多い季節でもあります。そこで今回はかゆみに対する基本的な対策を考えていきましょう。

まず、かゆみの原因である乾燥肌について説明します。健康な肌は水分と脂分とが適度に保たれており、皮脂膜が皮膚の表面を覆って水分の蒸発を防いでいます。冬になると空気の乾燥と室内の暖房による乾燥とで肌の水分が蒸発しやすくなります。肌の水分量が減ると、脂分の分泌量も減り皮脂膜が失われて、カサカサとした肌になってしまいます。この状態が乾燥肌です。乾燥肌になると皮膚に軽い炎症が生じ、かゆみが起こりやすくなります。



### ◎乾燥肌を予防し、かゆみを発生・悪化させないポイント

- ①入浴時に皮脂膜が失われないようにしましょう。石鹸をつけて強くこすらないこと、長湯をしないことが重要です。

- ②室内で暖房器具を使っている間は湿度を50%以上に保ちましょう。湿度が低いと皮膚の水分が蒸発しやすくなり、乾燥が進みます。加湿器を使う、洗たく物を室内で干すなどの工夫をしましょう。
- ③かゆみがある場合は、かきむしるのを避けるため保冷剤などで冷やしたり、保湿剤を塗ったりしましょう。保湿剤には皮脂膜を保護する働きがあります。
- ④かゆみは衣類との摩擦が関係している場合があります。衣類の素材選びも大切で、繊維の織り方や糸の毛羽立ちなどが肌を傷めていることもあります。直接肌にふれる下着は、綿や絹などなるべく自然素材の衣類を選ぶようにしましょう。衣類の縫い目やタグが肌に当たるだけでかゆみが出るという方もいます。縫い目がない下着や衣類も販売されていますし、タグはハサミで切り取ると良いでしょう。

適切な対策で乾燥肌を予防し、かゆみの発生を防ぎましょう。必要があれば皮膚科医に相談し、悪化を防ぎましょう。

【編集後記】 新年あけましておめでとうございます。新しい年の始まりは、ワクワクと引き締まる気持ちとが混在していますが、皆さまはいかがでしょう。私が年の初めに行うのが、今年1年の目標リストの作成です③細かくこまかく書いていきますが…まずは、皆さまに「JAしまねびより」を楽しんでお読みいただくのが目標④本年もよろしくお願いたします。(安)

2022年1月12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もチェック http://www.facebook.com/umaneja

