

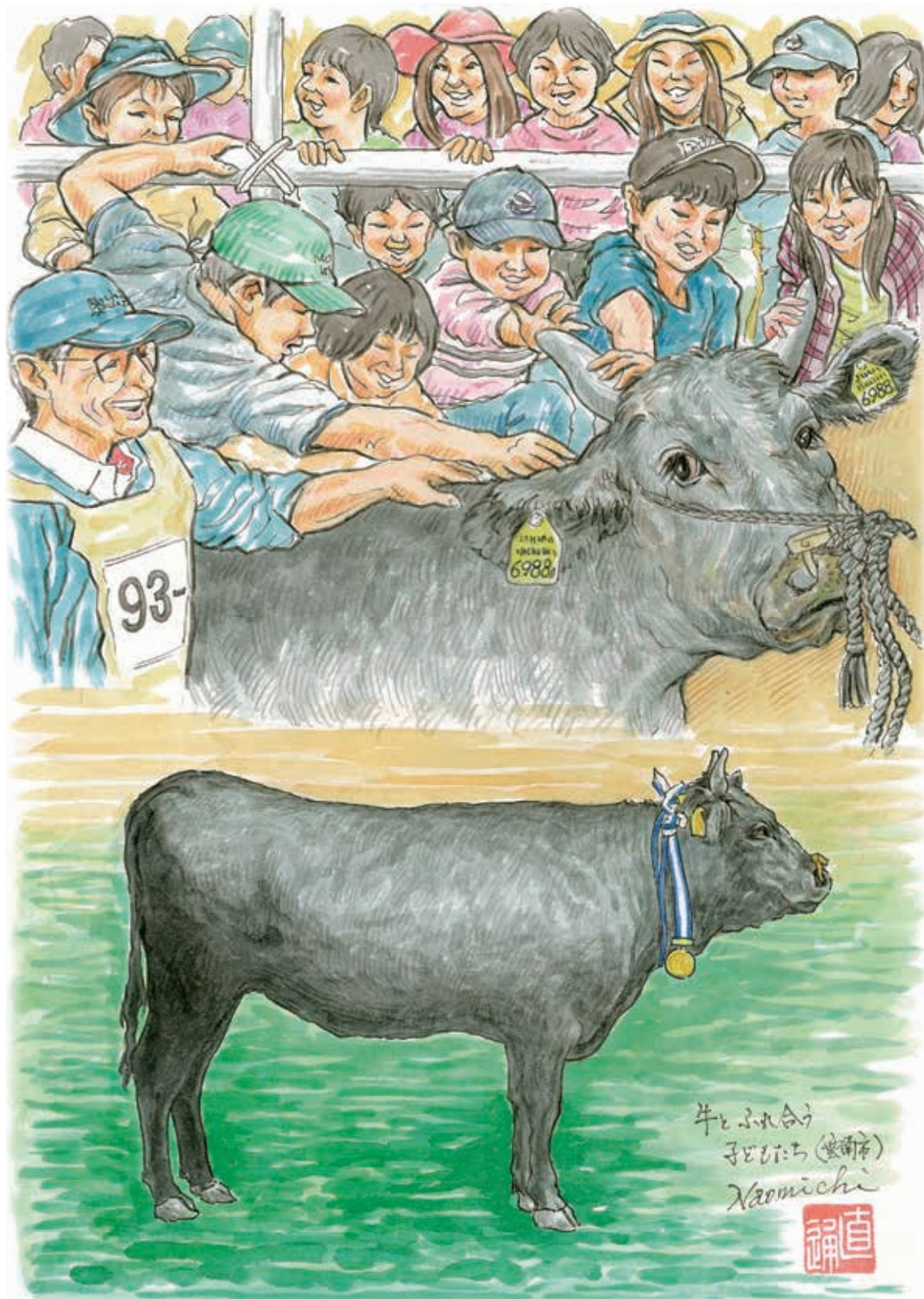
2018

# JAしまねびより 12

December Vol.33

特集 島根のいいもの再発見!! 「雲南市 みどりちゃん」 雲南地区本部

— 臨時総代会開催 —



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



素敵な笑顔とお話、愛情を込めた野菜づくり、地域づくりへの想いをひしひしと感ずることができました。

## 【雲南市 みどりちゃん】

12月は、雲南地区本部。雲南市掛合町で、水耕栽培による「みどりちゃん」ブランドの野菜の生産に取り組む、(有)だんだんファーム掛合、代表取締役社長・香川昇司さんにお話をお伺いしてきました。



お話をお伺いした香川社長

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！



標高約200m、掛合町の日照条件の良い山間にだんだんファームのハウスは立ち並んでいる。

平成14年に町内の建設業者の経営者6人と賛同者13人とで「もつと元気な町づくり」に貢献しよう」と、だんだんファームを設立しました。今年で16年目になり社員5人、パート12人で野菜の生産をしています。すべての野菜を水耕で栽培しており細ネギやミニセロリ、サラダホウレン草、サラダ水菜を取り扱っています。みどりちゃんシリーズを生産している農家は現在、12戸・計2ヘクタールで生産しており、このうち約半分の出荷量を当社が担っています。ハウスは合計18棟、年間の生産量は細ネギが約53t、ミニセロリ約6t、サラダホウレン草約51t、サラダ水菜約32t前後を生産。県内をはじめ関西や山陽方面に出荷しています。

**農業経営をはじめたきっかけや概要を教えてください。**



薄膜型で育てられるサラダホウレン草



湛液型で育てられる細ネギ

**水耕栽培はどのようにして行っていますか？**  
 ハウス18棟のうち細ネギ・ミニセロリ用に8棟、サラダホウレン草・サラダ水菜用が8棟、それぞれの育苗用に各1棟使用しています。幅8・5m、長さ67mのハウス内に高床の栽培ベンチを設け、一定間隔で穴を空けた専用の発



緑の絨毯（じゅうたん）という表現がピッタリなほど、衛生的に管理されたハウス内に作物の緑が映える。

ポスチロールパネルを敷いて穴に苗を植えます。細ネギとミニセロリは根を培養液に浸す湛液型（たんえき）で、サラダホウレン草とサラダ水菜は培養液を浅く流し続ける薄膜型（はくまく）を採用しています。水耕は春夏秋冬、年間を通して栽培できるほか土耕に比べて1.5倍程度、成長が早いとされています。そのため1年で栽培する回数を増やすことができ、細ネギ・ミニセロリでは年間7回余り、サラダホウレン草とサラダ水菜は17〜19回前後、繰り返し生産しています。

### 水耕栽培のメリット、デメリット、こだわっていることなどありますか？

メリットとして水耕栽培は、季節にとらわれることなく温度管理することにより一年中栽培することができま

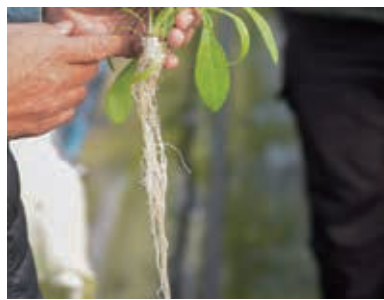
す。デメリットとしては、設備

投資に費用が掛かりハウス内の温度、水温、送風機等を管理するための光熱費用が周年で必要になってきます。また狭い場所で栽培するので、病気が発生するとハウス内に広がるため水質やハウス内の管理を徹底しています。

また、野菜の価格変動等により、出荷できないリスクを軽減するため、細ネギ、ミニセロリ、サラダホウレン草、サラダ水菜と品目を分散し計画的に生産しています。平成23年には優れた品質と安全性を第3者機関の判断をもとに県知事が認証する「美味しまね認証」をみどりちゃんグループ全員で取得しました。手洗い、ハウス内の清掃など徹底した衛生管理を行っています。サラダホウレン草やサラダ水菜などは悪い雑菌が付くと病気が発生するので、水道水（他の生産者は水質検査を行った地下水）を原水に使用。栽培当初から太陽熱システムを活用し60℃の温水で殺菌消毒し、できるだけ農薬を使わないように工夫しています。

### 水耕で育った野菜は味の違いはありますか？

水耕の野菜は柔らかくて癖のない味になります。サラダホウレン草やサラダ水菜は生のままでも食べられるので「サラダ」という名前を付けています。ネギも辛味が少な



水耕栽培された作物はとにかく綺麗で根っこまで真っ白。



生野菜が少し苦手な取材班も試食させてもらい、そのうまさに納得。

## みどりちゃん 一口メモ

雲南地区本部では水耕野菜のブランドとして「みどりちゃん」を創設し、生産農家全員で品質の良い製品を安定供給するため、産地全体で品質向上、栽培マニュアルの統一や計画的な生産、販売促進等を戦略的に推進している。平成20年にはJGAP（日本版の適正農業規範）の団体認証を受け、現在は128項目にわたる基準をクリアした「美味しまね認証」を取得、安全野菜の生産に邁進している。標高200m余りの中山間地域での大型水耕栽培に取り組むだんだんファームは地域の雇用と産業創出を生み出し、今後の更なる活躍が期待されている。



### 今後の抱負や展望を聞かせてください。

水耕栽培には、1年を通してまんべんなく管理する必要があり、逆になんかという周りで仕事があるという良さでもありません。当社の社員は20

く手巻き寿司の具として生のままスティック状で使っているだけでいい。サラダや蒸し鍋、野菜しゃぶしゃぶなど老若男女問わず家族の皆さん全員で食べてもらえればいいです。以前、地元の小学3年生全員にサラダ水菜やサラダホウレン草を食べてもらったことがあります。ホウレン草が食べられない子供でも食べるようになりました。イメージとしては5月の山菜の新芽に近い感じでしょうか。味や食感のほかにも、根っこを切ってサッと水洗いするだけで食べられる「手軽さ」があり、お客さんにも喜ばれています。



地域の雇用と産業創出。香川社長の熱い想いが着実に根をはりだしている。

30代の若い世代で構成しています。将来的には全員に任せる施設を作って永続的に携わって欲しいと考えています。当社のモットーである「人を幸せにする野菜づくり」は働く人のため、美味しい野菜を心待ちにしている消費者のため、という想いからです。「みどりちゃん」ブランドの野菜を今後も大切に作り続けていこうと考えています。

# 臨時総代会開催



議長団 (向濱総代(左)、熊谷総代)

当日は、総代定数1,000人(欠員11人)に対し、963人(本人出席541人、委任状5人、書面出席417人)の出席。議長団に向濱樽幸氏(隠岐とうぜん地区本部)、熊谷直道氏(石見銀山地区本部)の両氏を選出し、各地区本部総代から意見、要望が出される中、運営体制改革にかかる定款変更等の臨時総代会議案が可決承認されました。

開会にあたり竹下組合長は「6月の総代会以降、協議を重ね本日の運びとなった。ご承認をいただき、組合員目線の改革をすすめたい」とあいさつしました。JAしまねでは、平成30年6月24日の通常総代会で「運営体制改革の取り組みについて」の決議により、改革の骨子とスケジュール等の承認を受け、平成31年6月通常総代会での役員改選以降の新体制を目指して検討・協議をすすめてきました。

この経過を踏まえ、この度の臨時総代会では定款の変更を議案として提出し、可決承認されました。主な内容は、次のとおりです。

- **役員定数の削減**  
理事65人を40人に、監事9人を6人に削減します。(うち常勤理事は33人を17人に削減します)
- **常勤理事体制**  
常勤理事を本店に5人、各地区本部に1人(出雲地区本部は2人)配置します。また、本部長を補佐する役割として、くにびき地区本部および雲南地区本部へ執行役員を各1名、全ての地区本部へ統括部長(兼務)を配置します。
- **運営委員会の強化**  
組合員の意思反映の重要な組織として、地区本部運営委員会を強化することとし、多様な組合員の意見が反映されるよう、役割を再確認するとともに構成の見直しを図り、また委員会の運営を報告中心から意見交換中心の運用となるよう見直します。

この度の議案の可決承認を受け、JAしまねは、厳しさを増す諸情勢のなかで、新たな体制のもと、組合員の意思反映・議論の場を確保しながら、迅速・的確な判断・意思決定を行います。また、協同組合としての民主的運営と健全経営のバランスをとりながら、1JAとしての効率化、統合メリットの一層の発揮に向け、新たな運営体制を構築し、スピード感のある改革と、組合員へのサービスマ向上に努めてまいります。

### 臨時総代会 Q & A

**質問**… 役員年齢制限について、内規では「70歳」と定められているが、現在の農業従事者の平均年齢71歳を踏まえ、定年延長について検討してほしい。

**回答**… 統合以前の状況や各県の状況を考慮し、70歳とした経過があります。今後、変更が必要な状況となった際には検討いたします。

**質問**… 非常勤役員削減数が少ないように感じることがある。

**回答**… 非常勤理事についても半数程度の削減を行います。女性層の意思反映のため女性枠を拡充し、また若年層の意思反映のため青年枠を設けています。皆様の意思反映を考慮した運営体制を目指していますので、ご理解願います。

**質問**… 運営委員会を再構築するところだが、現在どのような問題があるのか。

**回答**… 地区本部執行部からの報告事項が中心となっている現状から、運営委員会を通して地域の声を執行部へ投げかけるという本来の姿とするため、再構築を図るものです。

**質問**… 組合員の世代交代が進むなか、組合員が離れていくことの無いよう、今回の改革が運営に負の資産として尾を引かぬよう、協同の精神のもとでよりよい島根の農業を目指してほしい。

**回答**… 地域に根差した農業、儲かる農業の実現、地域組合員の繁栄に向け、まずは身を切る改革を行わせていただきます。組合員の皆様に、引き続き統合メリットを受けていただけるよう、健全経営を堅持する仕組みを作り上げてまいります。

この他にも幅広くご意見をいただきました。



# 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。

## 【邑南町】 鵜瀬 頼秀さん・敬子さん

鵜瀬さんは邑南町で、園芸作物（露地・施設）を中心に農業経営をしています。

平成26年に、邑南町が主催しているU・Iターン者を対象とした農業体験に参加したことをきっかけに、大阪市から邑南町に移住しました。農業法人や園芸農家での研修を経て、平成29年1月に夫婦で就農しました。もともと畜産経験があったため、水田放牧を行っている農業法人で構成員として畜産経営も手伝っています。



野菜栽培の経験はなかったため、町内の園芸農家の元で研修を積み、地域住民と交流を図るなかで農地を確保し、野菜の栽培をスタートしました。本格的に就農するにあたってハウスが必要と考え、JAしまね農業振興支援事業施設等整備支援を活用し、平成28年にハウス2棟を整備しました。現在、施設内ではキュウリを中心とした作物の栽培をしています。露地では、なす、葉物野菜、タマネギなど多品目の栽培に挑戦し、どの品目の収益性が高いか、夫婦で作物分担を行いながら日々研究をしています。

今後は個人のハウスの増棟や経営面積の拡大を図り、農業法人の水田放牧にも引き続き携わり、地域と一体となって営農に従事していきます。

### 全組合員調査のお願い

#### 組合員の皆さまの ご意見をお伺いする 取り組み



JAでは平成31年から全ての組合員の皆さまを対象とした全組合員調査を実施します。

調査では、現在JAが取り組んでいる自己改革に対する組合員の皆さまの評価をお伺いします。

組合員の皆さまからいただいた評価が、今後、政府が行う准組合員のJA事業利用規制のあり方などの検討に向けても重要となります。

つきましては、全組合員調査への組合員の皆さまのご協力をお願い申し上げます。

### 理事会情報（10月30日開催）

#### 協議事項

- ①大口貸出金の承認について
- ②平成30年9月末仮決算について
- ③業績還元のお考え方について
- ④次期中期経営計画（平成31～33年度）における本店損益配賦基準について
- ⑤職制規程の一部改正について
- ⑥農林中央金庫への劣後ローンおよび後配出資の対応について
- ⑦出資口数の減少（減口）の承認について
- ⑧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

（紙幅の関係上、報告事項は省略いたします）

## 雲南

### 長期格納前に農機点検 鍋山アグリサポーターズ

雲南市三刀屋町鍋山地区の若手農業者らが組織する鍋山アグリサポーターズ（NAS）は11月4日、農業機械の長期格納前に点検講習会を開きました。

雲南地区本部農業機械課の難波博貴職員がコンバインやトラクターのセルフメンテナンスの項目を解説し「講習内容をもとに点検してほしい」と呼びかけました。

NAS代表の柳原昌広さん（53）は「農業機械の故障や不具合は、多大な機会損失にもつながる。自分たちの財産を守るためにも怠らないようにしたい」と話しました。

同地区では一昨年に、鍋山担い手ネットワーク協議会が設立され、組織や集落の枠組みを超えた連携を図り、農業生産活動の体制整備を進めています。今春6月には新たにNASを設置し、担い手育成に向けた講習会などの充実化を目指しています。



トラクターのメンテナンスについて解説する難波職員

## 隠岐

### 隠岐の島町 いきいき祭りでにぎわい

11月25日（日）、隠岐の島町、隠岐島文化会館において「いきいき祭り」が開催され、隠岐地区本部からも参加いたしました。

当地区本部からは、「しまね和牛」および管内で生産された特別栽培米「島の香り隠岐藻塩米特選さぬむすめ」のPRのため、しまね和牛の鉄板焼きと隠岐で飼育された闘牛肉と藻塩米を使用した牛丼を格安で提供しました。おいしい黒毛和牛肉を食べられるとあって長蛇の列となり、お昼時には完売するほど盛況でありました。また、同会場において隠岐の島町畜産共進会を開催し、田中美砂子さん（隠岐の島町都万）飼育の繁殖若雌「たかやす」号がグランドチャンピオンとなりました。



## くにびき

### くにびき農業法人会 児童養護施設に新米を寄贈

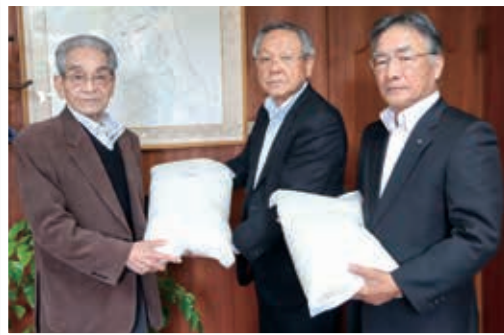
くにびき農業法人会（岸本定朝会長）は10月30日、児童養護施設双樹学院（小林康熙院長）へ地元産の新米348キロを贈りました。

同会は、くにびき管内の17組織で構成されており、2011年から地域貢献活動の一環として、各法人に米の提供を呼び掛けて同学院に新米を寄贈しています。

当日は、農事組合法人のぞみの里古志ファームの長野博代表理事組合長と農事組合法人林本郷の福岡泰正理事が代表して訪問。新米10キロ入りの袋を小林院長に手渡しました。

小林院長は「育ち盛りの子が多く、お米の寄贈はとてもありがたい。子ども達には感謝して食べてもらいたい」と謝辞を述べました。

同会は引き続き、双樹学院に新米を贈呈します。



## やすぎ

### おむすびでニコニコ

JAしまねやすぎ女性部が、地区本部の各支店でJA職員などへ感謝の気持ちを込めておむすびを振る舞いました。米の消費拡大のためJAしまね女性部が取り組む「ニコ（2個）・ニコ（2個）おむすび大作戦」の一環として、やすぎ女性部は「おむすびバイキング」を企画しました。

島根県産つや姫の新米を使用し、定番の塩おむすびや昆布おむすび、ちょっと工夫をこらしたカリカリ梅おむすびやゴーヤの佃煮入りおむすび、今が旬のサツマイモおむすび、豪華なたらこおむすびやサザエの炊き込みご飯おむすび等、各支店でオリジナリティーあふれるおむすびに加え、安来産野菜を使用した具たくさん汁等を考案し振る舞いました。食べ終えた職員は「おいしいおむすびでこれからの業務に励めます」と話しました。



斐川

## そば「出雲の舞」収穫

11月8日、斐川地区本部が管理する約5aの圃場で、今年の8月に種を蒔き、約70cmに成長したそば「出雲の舞」の収穫作業を行いました。くらしの活動事業の一環として「自分達で栽培し、収穫したそばを打って美味しく食べよう」と企画され、同町のそば生産者である糸賀充さんを講師に迎え、そば好きの地域組合員6名とJA職員が鎌を使って刈り取り、束にしたものをはで場に干していきました。台風による影響で倒伏している箇所も見られましたが、順調に成育し、たくさんの実をつけたそばが出来ました。参加者は「実際に種を蒔き、収穫することは始めて。汗を流して作った分、そばを打って口に入れるのが楽しみです」と期待を込めていました。今後は、2週間ほど乾燥させた後、脱穀したそばの実を唐箕を使って選別する予定となっています。



刈り取ったそばを束にしていく様子

隠岐  
どうぜん

## 海士町産業文化祭開催

11月17日・18日の両日、海士町役場周辺を会場として、第48回海士町産業文化祭が開催されました。会場には初日から祭りを盛り上げようと沢山の出店が並び、海士支店も地元のJAらしさを意識した、地場産農産物の米・もち米・みかんや、JA農産加工場で製造した赤飯・餅などの加工品を販売しました。また特設会場では、農業機械の展示・販売が行われました。2日目には、隠岐開発総合センターで、「はくさい・だいこん・ねぎ」の3品目による野菜品評会が行われ、外観の美しさ等の審査基準による品目ごとの金・銀・銅賞が発表されました。さらに、役場庁舎前では海士町畜産共進会が開催され、畜産農家自慢の12頭の子牛が出品されました。厳正な審査の結果、昨年に続き戸嶋正史さんの愛牛「ふく号」がグランドチャンピオンに輝き、見事2連覇の栄冠となりました。肌寒く雨も心配されましたが、賑やかな産業文化祭となりました。



石見銀山

## 農青連盟友が農大生に ポン菓子作り指導

JAしまね石見銀山青年連盟は11月8日、大田市内のJA米倉庫で、島根県立農林大学校の学生19名にポン菓子作りを指導しました。

同校は11月に開催するイベントで、ポン菓子を初めて販売するため、地元の農青連に指導を仰いだものです。

農青連が作るポン菓子は、JAふれあい祭での人気商品となっています。

この日は、水飴の作り方やポン菓子機の使い方など盟友が丁寧に指導しました。

農青連では、農業や組織のあり方を内外にアピールする「ポリシーブック」を制作しており、後継者育成の一貫として「農大生との交流」を活動計画として掲げています。

竹下幸二委員長は「今までありそうでなかった交流なので機会が持てて嬉しい」と語りました。

農青連は今回の交流をきっかけに農大生との座談会等の開催を検討中で、組織や大田市の農業に関心を深めてもらう機会を増やしていきます。



ポン菓子の作り方を指導する農青連盟友

出雲

## 強盗対応訓練実施 防犯への意識高める

出雲地区本部は10月25日に西田支店、10月29日に上津支店で強盗対応を想定した訓練を実施しました。この訓練は非常時に冷静な対応ができるよう、出雲警察署と連携して各支店で定期的実施しているものです。

訓練は、強盗に扮する警察官が刃物を突きつけて人質を取り、現金を奪って逃走する想定で実施。大声で脅され続ける中、職員はそれぞれの役割に従い冷静に対応しました。訓練後、警察署の方からうまく対応できていた点や注意すべき点を総括いただき、利用者様、職員の安全を最優先に考えて対応するよう指導を受けました。

上津支店の福田哲也支店長は「強盗役の予想外の行動もあったが、職員も落ち着いて対応してくれた。いろいろな状況を想定できた」と話しました。



人質に取られる福田支店長

## 西いわみ

### 法人が学校給食用に お米を無償提供しました。

津和野町の農事組合法人で作る「わくわくつわの協同組合」（理事長糸賀盛人）は10月31日、同町奥ヶ野の「おくがの村ライスセンター」で学校給食用米の贈呈式を行いました。津和野町内の小中学校へ3トンのコシヒカリを無償提供します。

この量は、町内児童生徒約400人の年間消費量の3分の1に相当します。

贈呈式では、糸賀理事長が「農業の大切さとふるさとの味を覚えてほしい」と、町立木部小学校児童に手渡し、お礼に児童らが歌をプレゼントしました。

お米は組合に加盟する12の法人が提供し、JAしまね西いわみ地区本部が精米し各学校に配ります。



贈呈式に出席した児童らに、食の大切さを説く糸賀盛人理事長

## 島根おおち

### 女性部腹部超音波検診

島根おおち女性部桜江支部は11月16日と22日、健康管理活動として桜江営農生活事業所駐車場で腹部超音波検診を行いました。腹部超音波検診は血液検査ではわかりにくい各臓器の状態を検査するもので、痛みもなく簡単に検査を受けられることから、当初は1日で行う予定の検診に56名の申込があったため、急遽2日間に分けて検診を行うこととなりました。22日には川本支部でも検診を行い、三原公民館にて12名が検診を受けました。

また16日には、腹部超音波検診実施に合わせ、金融共済部と組合員課で胸部CT検診も同時に行いました。胸部CT検診には女性部からの声掛けもあり、男女合わせて22名の方が受診しました。

会場内では、「検診は必ず受けるようにしている」、「検診を受けることで安心できる」と言った声も聞かれ、島根おおち女性部桜江支部の田野部長は「多くの方に検診を受けてもらえてよかった。行政機関等でも行われているため受診の機会は多くなっているが、今後も部員の健康管理のため定期的に検診を行っていきたい」と話しました。



## 本店

### 各地で共進会を開催

#### ●西部地区子牛共進会

10月26日に西部家畜市場で平成30年度西部地区子牛共進会を開催し、西部地域から選抜された肉用雌子牛18頭の出品がありました。

審査の結果、最優秀賞には、益田市の佐々木恵美さん出品牛「こはる号」が選ばれました。



最優秀賞に選ばれた佐々木さんの出品牛「こはる号」

#### ●島根中央子牛共進会

10月31日に島根中央家畜市場で平成30年度島根中央子牛共進会を開催し、東部地域から選抜された肉用雌子牛39頭の出品がありました。

審査の結果、各区の優秀賞首席は1区奥出雲町の部田泰久さん出品牛「あいか号」、2区飯南町の竹田原護さん出品牛「やまゆり号」が授賞し、竹田原さんの「やまゆり号」はグランドチャンピオンにも選ばれました。



グランドチャンピオンに選ばれた竹田原さんの出品牛「やまゆり号」

## いわみ中央

### 「柿の日」イベント

～いわみ中央西条柿生産組合品評会 力作並ぶ～

いわみ中央地区本部は、10月26日（金）の「柿の日」、きんさい市場黒川店前で、西条柿生産組合主催の品評会を行いました。一年間丹精込めて栽培された西条柿（2.5kg箱）31点が出品され、関係機関の厳密な審査が行われました。今年は、夏の猛暑に干ばつ、9月以降の長雨により栽培管理が難しい状況でありましたが、出品された西条柿はどれも甲乙つけがたい品質でした。審査の結果、上位5名の方が見事に入賞されました。

また、当日は品評会に出された品を即売し、消費者へ西条柿のおいしさをPRしました。

稲垣薫生産組合長は、「今後も品評会を継続し生産者の栽培技術向上に努め、消費者へ西条柿のおいしさをPRしていきたい」と意気込みを語りました。

- 最優秀賞 太田 靖男(田橋町)
- 優秀賞 串崎 美之(東平原)
- 優良賞 平木 正美(東平原)
- 努力賞 原 征四郎(周布町)
- 努力賞 稲垣 薫(田橋町)



最優秀賞を受賞した太田さん



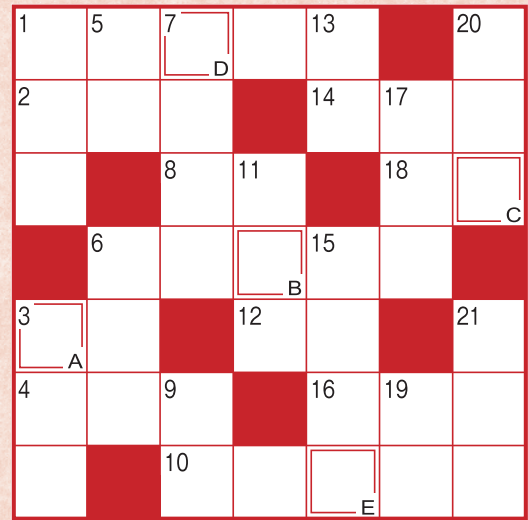
## タテのカギ

- ①障子よりは破れにくそうな建具
- ③彼は——東西の文学に詳しい
- ⑤素振り中のバットが切るもの
- ⑥テンサイなどから作られる調味料
- ⑦漫談家が巧みな——で場を沸かせた
- ⑨カキやタイラギ、トコブシなど
- ⑪——考査。——手当
- ⑬寒い日には氷が張ることも
- ⑮平成31年の十二支は
- ⑰闘鶏に使われる鳥。漢字で書くくと軍鶏
- ⑲農具や収穫物を入れておく建物
- ⑳壁の——から風が吹き込んだ
- ㉒旅客機に乗ってためる人もいます

## ヨコのカギ

- ①輪郭を描いた紙に目や鼻などのパーツを並べて遊びます
- ②1、2、3や一、二、三など
- ③『春の海』や『六段の調（しらべ）』を奏でる楽器
- ④小銭入れに入れる物
- ⑥鹿児島産焼酎の原料の多くはこれ
- ⑧空からちらちらと降ってきます
- ⑩山田太郎さんだったらT・Y
- ⑫怒ると頭に生えるかも
- ⑭車窓を流れていくもの
- ⑯剣道で使う武具
- ⑱ご来光を見るために登る人もいます

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 〒692-0014 安来市飯島町1205-1  
JAしまね やすぎ地区本部 総務課「クイズ」係  
平成31年1月5日（土）（当日消印有効）

## ◆先月号の答え◆ 「トシワスレ」



・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。

## けんこうさんぽ 健康散歩 JA島根厚生連

## 冬のかゆみ対策

冬になると、多くの人が皮膚のトラブルに悩まされます。この時期は空気が乾燥するため、皮膚から水分が失われてしまい、乾燥やかゆみ、湿疹などにつながります。今回はそんな冬の皮膚トラブルから、かゆみについて日常生活でできる対策を考えていきます。

・入浴  
熱い風呂や長湯は、血行がよくなることで神経が刺激され、かゆみにつながるため注意が必要です。また、入浴すると皮脂が溶けてしまいます（皮脂は天然のクリームで、皮膚の水分が蒸発するのを防いだり、細菌や刺激物質などが体内へ侵入するのを食い止める役割があります）。お湯の温度が高いほど溶けるスピードが早まります。そのため、お湯は39〜41℃で、つかるのも15分以内が望ましいです。

体を洗う時も、タオルでゴシゴシすると角質層（皮膚のバリア機能）を落としてしまいかゆみの原因になります。基本的には石鹸をよく泡立て、手で優しく洗います。

・保湿剤  
保湿剤は1日1回塗るようにします。塗るタイミングは、入浴後10分以内が望ましいです。皮膚の乾燥の程度によって塗るものを変えるといいです。ローション↓乳液↓クリーム↓ワセリン・軟膏の順に保湿力が高くなります。

・暖房器具  
部屋を暖めると空気が乾燥し、皮膚も乾燥しやすくなります。暖房を使う時は同時に加湿することも大切です。こたつや電気毛布も皮膚の乾燥につながります。

・衣類  
肌着や衣類でも、素材によっては皮膚を刺激してかゆみを強くすることがあります。綿製品などは滑らかな素材で刺激が少ないためオススメです。

かゆみ対策の大きなポイントは2つ。「皮膚を乾燥させないこと」「皮膚に過剰な刺激を与えないこと」です。ぜひ、自分の生活でできそうなものから始めてみてください。

## 日頃の感謝を込めて謝恩市開催

やすぎ地区本部は11月11日、安来生産センターで日頃の感謝の気持ちを込めて「謝恩市」を開催しました。第4回目となった今回の謝恩市は「収穫の喜びを地域と共に」をテーマに行われ、約3,000人がご来場されました。

会場では各支店や女性部、農青連等が企画運営した手作りの食べ物屋台コーナーをはじめ、地元の野菜を使った豚汁の無料サービス、ハズレなしの抽選会などの様々なブースで来場者をもてなしました。イベントステージでは、テレビやラジオで活躍しているべるを氏が総司会を務め、シンガーソングライター奈都子のライブやビンゴ大会が行われ、会場を盛り上げました。

伊藤精一地区本部長は「今回4回目となる謝恩市ですが、テーマが～収穫の喜びを地域と共に～ということで、JAはこれからも地域の皆様方と共に歩んでいきたい」と話しました。

たくさんのご来場  
ありがとうございました！



各ブースの食べ物やもよおして笑顔いっぱい



奈都子のミュージックライブ



ビンゴでお米が当たったよ

## 地域と学校で食農教育



10月29日、安来市伯太町の新田谷地区は、安来市立赤屋小学校の1・2年生9人と一緒にサツマイモの収穫を行いました。児童らは同地区の住民8人とJA職員2人からサポートを受けながら、5月に約200本定植したサツマイモの収穫作業を行いました。

はじめに児童らはツル刈りやマルチ剥ぎに挑戦し、収穫までの大変さを体感。収穫作業では、移植ごてを使って土を掘っていき、次々とサツマイモを収穫していきました。収穫を終えた児童は「大きなサツマイモがたくさんとれてうれしかった」と話しました。収穫したサツマイモは、学校給食で全校生徒に振る舞われる予定です。この活動は毎年行われており、子どもたちとの交流や食農教育にも繋がっています。



## 家族で「いもイモ★大作戦」

やすぎ地区本部は10月28日、5月の定植からスタートしたサツマイモの栽培体験「いもイモ★大作戦2018」の収穫祭を中海干拓地で開催しました。毎年家族連れで来られる方もたくさんおられ、今年は約120名が参加されました。



参加者は土深くにあるサツマイモを傷つけないよう外から徐々に掘りすすめ、大きなサツマイモを家族で協力し沢山収穫されました。参加した子どもは「たくさんお芋がとれて、楽しいです」と話しました。



また、収穫した区画ごとのサツマイモの総重量を競う「おいもコンテスト」もあり、盛り上がりを見せました。

同地区本部はいも掘りを終えた参加者に、JAしまねの金芽米を使用しておむすびと豚汁を無料で提供し、おかわりが出るなどとくに子供達に好評でした。

## 島根中央子牛共進会開催



島根県農業協同組合は10月31日、松江市宍道町の島根中央家畜市場で平成30年度島根中央子牛共進会を開催しました。同会には

約40頭が出品され、安来管内では代表牛として伯太から3頭、広瀬から1頭、安来から1頭の計5頭が出品されました。

審査では生後別に1区と2区にわかれ、午前には個体審査、午後には比較審査がそれぞれ厳しく行われました。



安来管内の審査結果は次の通りです。

〈1区〉	優良賞		神庭明史さん
〈2区〉	優秀賞	9席	足立年禧さん
	優良賞	首席	足立敦志さん
	優良賞		中尾和夫さん
	優良賞		田口好美さん

## 和牛について学び 触れあう

10月26日安来市伯太町の新田谷地区で安来市立赤屋小学校3、4年生の児童16人は、和牛について学ぶため地元畜産農家の足立年禧さんの元を訪れ、子牛や親牛と直接触れあひながら、和牛について学びました。最近の子ども達は牛と直接触れあう機会がほとんどなく、もっと牛について知ってもらうため、足立さんはこういった活動を行っています。

児童らは大きな牛を目の前にはじめは緊張しながらも、実際に触れることで牛がやさしいことに気づき、頭やあご等をなで楽しい時間をすごしました。また講義では、足立さんに牛の種類や育てる苦労などについて質問し、一生懸命メモを取りながら和牛のことを学びました。牛と触れあった児童は「はじめはこわかったけど、あごがブニブニしてて、毛がフワフワしてた」と話しました。



## 熱戦！グラウンド・ゴルフ大会！

第4回JAしまねやすぎ地区本部杯親善グラウンド・ゴルフ大会が10月22日、安来運動公園で行われ、総勢約250人が参加し熱戦を繰り広げました。

大会ではJA職員も参加させていただき、雑談もしながら参加者との親睦を深めつつも、皆真剣なまなざしで試合を行い、ホールインワンも多数出るなど賑やかな大会となりました。試合後には、ホールインワン大会や豪華賞品が当たる抽選会など大いに盛り上がりました。入賞者は以下の通りです。



男性の部	優勝	山田利男さん(社日)
	準優勝	角田敏明さん(母里)
	第3位	熊谷数正さん(比田)
女性の部	優勝	真野和美さん(社日)
	準優勝	藤井ミツ子さん(布部)
	第3位	佐々木幸子さん(荒島)

## 生産者と消費者が稲刈り交流会

農事組合法人ファーム宇賀荘は10月28日、同法人の特別栽培米の取引先であるグリーンコープ生協とっとり・島根と産直米稲刈り・稲こき交流会を開催し、組合員家族約100人が参加しました。

同交流会は生産者と消費者の交流を通して、米について知ってもらい、安全安心な米づくりの現場を見てもらうことを目的に開催され、今年で14年目になります。6月には同法人が耕作した圃場で田植え交流会を開催し、組合員らが手植えを体験しました。

稲刈り前には、同法人が栽培した新米を使ったおにぎりと豚汁が参加者らに振る舞われ、交流を深めました。参加者は生産者に鎌での刈り方を教わりながら、家族で協力して稲を刈り、束ね、はで干しを行いました。稲刈り後には千歯扱きを使って、事前に刈り取りして乾燥させた稲で稲こきも体験しました。



安来の元気な子ども達を紹介します！

MIRAI  
KIDS

# 未来の 主役 たち

ひより  
石倉日和ちゃん(8さい)  
ことは  
寿葉ちゃん(4さい)  
たすき  
亮希くん(1さい)



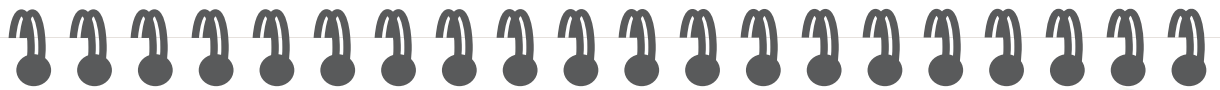
最近バトミントンにハマっている日和ちゃんは、おしゃべり好きな女の子。トゥワイスが好きで、友達とよく音楽を聞いているんだって。あとオシャレが大好きで、ネイルをしたり自分の気に入った服を選んだりしているみたい。

フルーツが大好きな寿葉ちゃんは、元気いっぱい女の子。最近はお母さんのお料理の手伝いをするのが楽しみなんだって。あと、よくお姉ちゃんのマネをして一緒にトゥワイスを聞いているんだって。

最近いろんなことに興味津々な亮希くんは、冒険心が強い男の子。普段はよくお父さんとボール投げをして遊んでいるみたい。また、お姉ちゃんたちが大好きで、よく公園で3人一緒に遊んでいるんだって。

## ～お父さんお母さんより～

「オシャレ大好き、マイペースなお姉ちゃん。いつも弟の事を気にかけて、お世話をしてくれる次女。2人のお姉ちゃんについて歩くお調子者の弟。日々そんな3人に元氣もらっている気がします。これからも仲良くケンカも時々…成長して行ってね。」

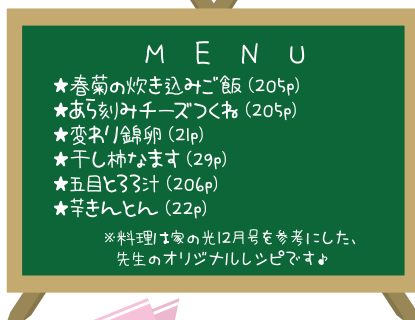


## 家の光料理倶楽部掲示板



11月28日開催

◎講師：栄養士 飯塚生美子氏



アンケートより □□□□□□□□□□□□□□□□

- ◆おせち料理を考える時期に手軽に作れる料理を教わり、とても参考になりました。
- ◆チーズつくねが簡単でよかったです。正月料理にぜひ作ろうと思います。

完成品



お問い合わせ・申込み先  
J A しまねやすぎ地区本部 総合企画課 (担当: 宇山)  
電話: 0854-22-3751



# 福祉課だより

## 祝 百寿!



デイサービスに通われるようになり9年あまりになるA様、心身の健康維持に努められ100歳の誕生日をお迎えになりました。【後を振り向かず、前進あるのみ!】を信条とされているA様は淡い桃色(百色)の祝い着を召され、「この色の祝い着を着られる人が後に続きますように・・・」と感謝の言葉を述べられました。

お元気なご長寿は最高にめでたく、これからもわたし達の道標となって見守ってください。



### お問い合わせ

JAしまね やすぎ福祉サービスセンター  
TEL: 23-8230 FAX: 23-8231



## 女子大レポート

大人のメイク術 講座

講師

松井 章実 氏



今回の女子大は、美容室「Chou Chou」からビューティーアドバイザーの松井章実氏を講師に招き、女性にとって大切なメイク術についての講座を行いました。学生の皆さんは普段使っているメイク道具を持参し、講師から下地のつけ方や眉毛の整え方、色の選び方などを教わりながら、メイクをされました。また、落ちにくいリップの塗り方など裏ワザも教えてもらいました。



### 学生感想

- ◆近頃めっきりメイクをしなくなっていたので、とても新鮮でよかったです。
- ◆きちんとメイクができて、どこかお出かけをしたくなりました。

# 12月の一番商品



《対象期間》平成31年1月末まで

味がのる!色がでる!元気になる!

有機農産物JAS適合肥料



## 卵殻粉 有機石灰

18種類の  
アミノ酸と  
カルシウムパワー



- ◎ 天然由来のカルシウム成分で酸性土壌をしっかり矯正できます
- ◎ 卵の殻は多孔質なので、土壌微生物の繁殖を促し土を軟らかくします
- ◎ 植え付け直前でも安心して使え、通気性・保水性がよくなります
- ◎ 根あたりや、過剰施肥による濃度障害がなく、肥効が長く効きます
- ◎ 塩分濃度が低いのでハウス・施設内でも安心して使用できます
- ◎ 卵殻膜には作物のうま味、糖度などを向上させるアミノ酸を多く含んでいます
- ◎ 水稲では根張りがよくなるので、茎が丈夫になり倒伏の軽減に効果があります

### 分析数値

アルカリ分	52.7%
炭酸カルシウム	96%
マグネシウム	0.32%
鉄	6mg/kg

など

10アール当たり施用例(元肥) NET.20kg

そ菜...8~10袋

果樹...10~15袋

稲作...5~15袋

メーカー値上げ前の特別価格 **¥390**円(税込)

お問い合わせ・お申し込みは、  
やすぎ地区本部 各支店経済課 または 資材課(TEL:28-7800)まで

## 平成30年分農業所得申告用 農業経営データの申し込みについて

J Aでは年度末の農業所得申告に向けて、希望される方に農業経営データを提供させていただきます。

平成30年のデータにつきましても、例年どおり自動更新で配布いたします。期中で経営移譲をされたり亡くなられた場合の新規、変更を希望される方は手続きが必要となりますので、お早めにお申し込み下さい。

提供データについては以下のとおりです。

1. 提供内容 指定J A貯金口座の平成30年分取引内容を集計したデータ  
(一人あたり3口座まで)
2. データ種類
  - ①パソコン用データ
    - ◆エクセル用データ ◆ソリマチ農業簿記ソフト用データ
    - ※CD-R、インターネットダウンロードでの配布となります。
  - ②帳票データ(紙に出力したもの)
3. 料 金  
1世帯あたり500円(税込)  
※データを受け取られる際にお支払い下さい。
4. 申込締切  
平成30年12月28日(金)
5. データ配布時期  
平成31年2月上旬(※予定)



**新規・変更の申し込み・お問い合わせは最寄りの支所・店までお願いいたします。**

《インターネットのできるパソコンをお持ちの皆様へのご案内》

**インターネットを利用して、農業所得申告用農業経営データをご自宅のパソコンに取り込むことができます！**

J Aでは、ご自宅のパソコンに農業所得申告用農業経営データやプログラムを取り込むことができるサービスを提供しています。

利用登録してJ Aしまねやすぎ地区本部のホームページにアクセスすれば、パソコン用データやエクセルプログラムなどを必要なときにいつでもダウンロードすることができます。

一度登録をされますと、**次年度からは申し込み不要のうえ無料**(初年度登録料(ID、パスワード発行):1世帯500円)でご利用いただけますので、この機会に是非このサービスをご利用下さい。

詳しい内容をお知りになりたい方は、農業振興課(電話28-7200)までお問い合わせ下さい。



# BG 無洗米 金芽米 にこまる



## ～「にこまる」の特長～

「にこにこ」と笑顔がこぼれるほど美味しく、「まるまる」とした粒張りが良いお米です。炊き上がりは光沢が良く、粘り強いのが「にこまる」の特徴です。

2 kg : 1,080円税込  
5 kg : 2,380円税込

## ～「金芽米」の特長～

金芽米は「健康志向のお米」で、CMでも話題の商品です。特殊な精米方法により、栄養と旨味がある亜糊粉層を残し、栄養と美味しさの両立を実現しました。また、亜糊粉層は水分をたくさん吸収して炊き上がるため、ご飯一粒が大きく“カロリーオフ”も期待できます。



～お求め先は～

# グリーンセンター各店 なかうみ菜彩館

販売元：JAしまね  
問い合わせ：やすぎ地区本部  
営農経済部 精米センター  
(TEL: 0854-22-6958)

※画像はイメージです実際とは異なる場合があります。



食と農から始まる。JAグループのファミリー・マガジン

## をぜひご購読ください!

読まずには  
いられない!  
新10連載  
スタート!!

# 12月号から誌面を大幅リニューアル!

今知りたい! とっても気になる!!  
フリー特集を毎号3本

女性組織活動にすぐ役立つ  
手芸・健康のミニ特集を  
毎号掲載!



定価(税込) ●普通月号 617円  
●付録月号(1・4・5・7・9月号) 906円  
●家計簿付き12月号 1,008円



料理記事は  
ぱっと見やすく



年6回別冊付録付き

ひとつのテーマを掘り下げて紹介



協同や助け合いのたいせつさを  
伝える記事、JA自己改革関連記事なども  
タイムリーにわかりやすく掲載!

※タイトル・内容は変更することがあります。



お申し込みはお近くのJAへ | JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷船河原町11 TEL03-3266-9039 <http://www.ienohikari.net>



## 人事異動

- ◎異動（平成30年12月1日付）（ ）内は旧部署
- ▼営農經濟部直売店舗課・安井智子（企画総務部企画管理課）

## 税務相談会日程

- 広瀬支店 12月17日(月)10時～12時
- 安来東支店 1月11日(金)10時～12時
- 伯太支店 1月11日(金)13時30分～15時30分
- 広瀬支店 1月18日(金)10時～12時

1月の外務日は

**16日(水)・17日(木)**

担当職員がお伺いします。

## 年金相談会日程

- 12月14日(金) 9:00～14:00 (やすぎ支店)
- 2月4日(月) 9:00～14:00 (安来東支店)

事前にお電話にて相談時間のご予約をお勧めします。  
最寄りの支店または資金課（22-3752）までお問い合わせください。

以下のものをご持参いただければ、詳しいご相談ができます。

- ねんきん定期便 ●年金手帳及び年金番号通知書（ご本人・配偶者）
- 年金証書（ご本人・配偶者）●年金請求書 ●認印 ●年金加入記録のお知らせ等



## 市況動向

島根中央子牛市場  
(単位：円・頭)

種別区分	地区区分	安来地区	伯太地区	広瀬地区	地区平均	中央市場
雌	平均価格	746,280	735,480	741,420	741,806	676,960
	頭数	3	2	2	7	108
	最高価格	870,480	738,720	778,680	870,480	1,758,240
又キ	平均価格	744,737	744,930	765,840	754,272	773,665
	頭数	7	4	9	20	129
	最高価格	845,640	762,480	861,840	861,840	1,001,160
総平均価格	745,200	741,780	761,400	751,040	729,597	
合計頭数	17 (1)	6	11	40 (1)	237 (0)	

### 11月子牛市場県外移出頭数

	山口県	長野県	滋賀県	広島県	兵庫県	香川県	佐賀県	その他	合計	県外移出率
雌	0	21	15	12	4	6	10	28	96	56.80%
去	25	0	3	5	10	8	3	3	57	27.53%
合計	25	21	18	17	14	14	13	31	153	40.69%

### 肥育センターA5評価牛（11月出荷分）

	血統	種別	枝重	格付	BMS
隆娘	—安平幸—平茂勝	去勢	468.4kg	A5	10
菊花国	—平忠勝—美津福	去勢	467.6kg	A5	8

## オリンピック需要で 全国“小幅高”の取り引き

平成30年11月の全国主要子牛平均価格（全農・畜産生産部11月22日現在速報）は雌724千円（前月比102%）、去勢839千円（前月比103%）と“小幅高”の取引きとなっています。

本県11月の子牛市場は隠岐・西部・中央で開設し820頭の上場があり、平均価格は隠岐608千円の“弱気配”、西部697千円の“弱含み”、中央市場は730千円で前回比29千円高の“小幅高”の取引きとなりました。

2020年に開催されるオリンピック需要に向けて年内までの素牛導入が期待されており、全国的に11月は上げ基調となりましたが期待していた価格までは反映されませんでした。

# ニラは 早めの株分けと更新

板木技術士事務所 ● 板木利隆

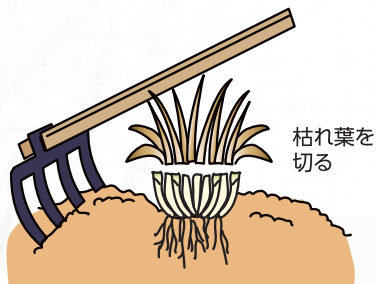
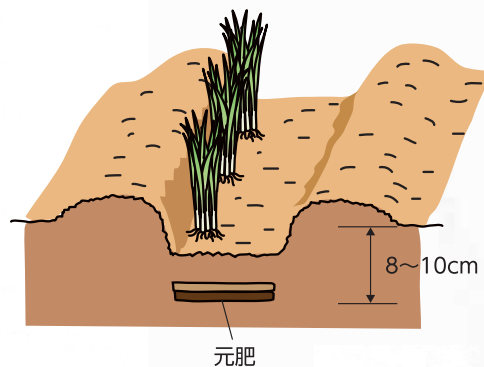
肉との料理の相性が良く、スタミナ料理などに親しまれるニラは、多年草で一度植えておけば、毎年、年に数回収穫できるので、家庭菜園に適した野菜といえましょう。しかし、いくら強いといっても2~3年取り続けると、株が密生気味となり、幅広で厚みのある良い葉が収穫できなくなってしまいます。そうなる前に早めに株分けし、更新するのが得策です。

株分けに一番良い時期は、葉が枯れ根株が休眠状態に入っている冬の間です。この頃は根に栄養が十分蓄えられているので、断根や株の分割という荒療治をしても、傷みが少なく、作業がしやすいからです。

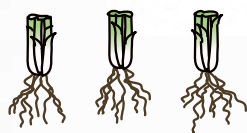
株分けの方法は、まず地上に残っている枯れ葉を、5cmぐらいの高さで、鎌できれいに刈り取ります。そして株の周りによくわかさコップを大きく打ち込んで、根株を土から掘り起こします。根は強力で、密に広範囲に広がっているので、全てを一気に掘り取れないので、途中で縦に切断しても構いません。

掘り上げたら土を振るい落とし、指先に大きく力を入れて大割りし、さらに小割りして、図のように2~3本ずつに分割します。これを2~3個まとめて、20~25cmの株間に植え付けます。

植え溝は事前に、8~10cmぐらいに深めに掘り、元肥として堆肥や油かす、緩効性の化成肥料などを十



力を入れて大きく掘り起こす



指先で2~3本ずつに分割する

分に施しておきます。植える際には、根株を束ねないで、平置きにするよう心掛けましょう。

溝は深めに掘って植えた根株を換気や乾燥からも守ってやります。覆土は株の上部がやや出るくらいにとどめておき、やがて新葉が伸びだしてきたら、葉先を埋めないよう注意しながら、2回ほど覆土をして、溝が埋まるように管理します。

そうすると春には見違えるほどに、勢いの良い、良質なニラになります。

株が増えてきたら銀色のフィルムを畝上に二重掛けし、さらに黒色フィルムで覆い、黄ニラに育ててみるのも楽しみです。なお、販売用の高品質な物は、毎年種まきして育てた苗を植えて、年間随時販売する物で、通常古株は利用しません。

※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。

## 平成30年度 鳥根県種畜共進会を開催

平成30年10月20日(土)に鳥根中央家畜市場で開催し、県内各地域から選抜された肉用種牛46頭、乳用種牛32頭、合計78頭を比較展示し、改良の成果を競い合いました。快晴に恵まれ、多数の来場者があり盛況となりました。

最高位のグランドチャンピオンに、肉用種牛の部は第4区(成雌牛)の隠岐の島町 高井 芳江さん出品牛「しげしげ」号、乳用種牛の部では第6区(経産牛B)の出雲市 永瀬哲也さん出品牛「IDEE サンチエス ルイ ET」が選ばれました。

また、JA女性部和牛審査競技会も同時に開催し、農林大学校、高等学校、JA女性部から合わせて11チームの出場により、和牛審査眼を競いました。雲南市のSAKURA姫が優勝されました。

各受賞結果は以下のとおりです。

### ●種畜共進会 受賞結果

受賞区分	第1部(肉用種牛の部)			第2部(乳用種牛の部)		
	出品No.	市町村	氏名	出品No.	市町村	氏名
グランドチャンピオン	31	隠岐の島町	高井 芳江	604	出雲市	永瀬 哲也
第1区首席				104	出雲市	河村 保志
第2区首席				208	安来市	砂流 啓二
第3区首席	16	奥出雲町	金倉 弘美	303	出雲市	和田 健敏
第4区首席	31	隠岐の島町	高井 芳江	402	出雲市	長廻 康治
第5区首席	91組	大田市	吉田 淳一	503	出雲市	河村 保志
第6区首席				604	出雲市	永瀬 哲也

### ●JA女性部和牛審査競技会 受賞結果

受賞区分	地区本部	名称
優勝	雲南	SAKURA姫
準優勝	高等学校	鳥根県立矢上高等学校A
第3位	石見銀山	富山町和牛改良組合畜産婦人部
最優秀選手賞	雲南	SAKURA姫 武田 京子
敢闘賞	高等学校	鳥根県立出雲農林高等学校B 福島 菜月



第1部  
肉用種牛 グランドチャンピオン  
隠岐の島町 高井 芳江さん



第2部  
乳用種牛 グランドチャンピオン  
出雲市 永瀬 哲也さん



JA女性部和牛審査競技会  
優勝 雲南地区本部  
SAKURA姫の皆さん

## JAしまね統合3周年企画旅行

あなたの夢を買ってつなぐ。

**FDA 直行チャーター便利用!!**

FUJI DREAM AIRLINES

大河ドラマ「西郷どん」ゆかりの「奄美大島」と沖縄人気NO1離島「石垣島」を巡る

**石垣島・西表島・竹富島・由布島 4島巡りと**

**南の楽園 奄美大島 3日間**

2泊とも2名様より1部屋をご用意

**出雲縁結び空港発着**

旅行実施日 平成31年

**2月12日(火)~14日(木)**

旅行代金 (大人お1人様2名様1室利用、出雲縁結び空港発着、税込)

**149,800円**

※別途燃油サーチャージ1,950円が必要となります。  
※お1人様ご希望の場合2泊で18,000円(税込)の追加になります。  
※お1人様お申込で相部屋をご希望の場合でも、相手が見つからない場合、お1人様1部屋追加料金を申し受けます。

**萩・石見空港発着**

旅行実施日 平成31年

**2月13日(水)~15日(金)**

旅行代金 (大人お1人様2名様1室利用、萩・石見空港発着、税込)

**149,800円**

※別途燃油サーチャージ1,950円が必要となります。  
※お1人様ご希望の場合2泊で18,000円(税込)の追加になります。  
※お1人様お申込で相部屋をご希望の場合でも、相手が見つからない場合、お1人様1部屋追加料金を申し受けます。

現地では  
JAしまね統合3周年企画として  
**JA特産品が当たる  
抽選会を実施!!**



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。

※詳しい旅行については、専用パンフレットをご用意しております!お気軽に最寄りのJA旅行センターへご請求下さい。

**TOUR 株式会社 農協観光**

- 農協観光島根支店 ☎0852-26-2600
- JAしまね出雲旅行センター ☎0853-21-3305
- JAしまね島根おち旅行センター ☎0855-83-0008
- JAしまねやすぎ旅行センター ☎0854-28-6699
- JAしまね斐川旅行センター ☎0853-73-9625
- JAしまねいわみ中央旅行センター ☎0855-22-8820
- JAしまね雲南旅行センター ☎0854-42-9118
- JAしまね石見銀山旅行センター ☎0854-82-3501
- JAしまね西いわみ旅行センター ☎0856-22-8587

## クリスマスリースサラダ(シーザードレッシングかけ)



サラダをリースのように盛り付けます。シーザーソースも家庭で簡単に作れます。レシピ以外に、パプリカ、カリフラワー、人参や豆、リボンパスタ、ハムなど家庭にあるものを使って楽しく作ってみてください。

## ●材料(4人分)

ブロッコリー……………	1/2個	紫貝割れ……………	少々
ベビーリーフ……………	1パック	パルメザンチーズ	
アボカド……………	1/2個	黒こしょう……………	少々
水菜……………	1/3袋	④ マヨネーズ……………	大さじ3
レタス……………	少々	⑤ 牛乳……………	大さじ2
プチトマト……………	5個		

## ●作り方

- ①ブロッコリーは小房にわけ縦に切り、沸騰した湯でさっとゆでる。
- ②レタスは食べやすい大きさに手でちぎる。
- ③水菜は4～5cmぐらいに切る。
- ④アボカドは皮をむき種をとり1cmぐらいに切る。
- ⑤④のマヨネーズ、牛乳を混ぜる。
- ⑥野菜を皿に入れリースのように飾りながら盛り付ける。
- ⑦⑤のソースとパルメザンチーズ、黒こしょうを食べる直前にふる。

## 鶏ハム



クリスマス、お正月に使える、簡単鶏ハムです。パサパサせずしっとりとした仕上がります。

## ●材料(2本分)

鶏むね肉……………	2枚	ハーブソルト	
塩……………	小さじ2	黒コショウ	
砂糖……………	小さじ2	付け合わせ野菜	

## ●作り方

- ①鶏むね肉は皮を取り、厚い部分は開き均一にする。
- ②塩、砂糖をすりこみ袋に入れて2～3時間寝かせる。
- ③流水で洗い水気を取り、片面にハーブソルト、黒コショウをふる。
- ④ラップを鶏むね肉の2倍ぐらいの長さに敷いて、ハーブソルトをかけた方を内側にして巻き、ラップの両側をキャンディーのように包み輪ゴムでとめる。
- ⑤沸騰した湯に入れ15分～20分ゆでて火を消し、フタをしてそのまま冷ます。

## 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「牛とふれ合う子どもたち」です。

雲南地区本部は食農教育の一環として、地元の子供たちを対象としたあぐりキッズスクールを開校しています。今年は畜産関係を主に学んでおり、その中で県種畜共進会を訪れたときのひとコマです。大きな牛に興味津々な子どもたちと牛の穏やかな表情を暖かいタッチで描いていただきました。

## 編集後記

今年も残すところ後わずかとなりました。寒い日が続きますが、体調に気をつけて過ごしたいですね。「JAしまねびより」では、今年も地域の様々な話題をご紹介させていただきました。来年もホットな情報をお伝えするため、編集一同、イノシシのように走り回ります！ (和)



【今月の表紙の原画】  
原画の全体は次のとおりです。