

JAしまねびより

2019

3

March Vol.36

特集

島根のいいもの再発見!! 「松江市 葉ワサビ」 くにびき地区本部



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



お話を伺った、藤田さん(左)と松原さん(右)。

【松江市 葉ワサビ】

3月は、くにびき地区本部。松江市八雲町で、葉ワサビの生産に取り組んでいる「八雲町わさび生産組合」の松原絢子さん、藤田弓子さん、お二人にお話を伺ってきました。



八雲町の葉わさびはこの時期から5月ごろまでの間、出荷が続く希少品。

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！



松江市市街地とは違い、山里という言葉がまさに当てはまる空気感がありました。

約50年前、益田市匹見町でワサビの生産に精通していた県の農業改良普及員の方が松江に赴任してきました。八雲町の山には古くからワサビが自生しており、普及員の強い勧めでワサビの生産に取り組みもうという気運が高まって矢谷地区で栽培がはじまりました。ワサビはどこでも栽培できるといってもいいかもしれません。例えば松江市内の日の当たる場所などでは栽培できません。気候が涼しく木漏れ日程度の強い日差しが差し込まない場所、湿気が多い、山影の谷底で綺麗な水が流れているなど、生育するにはいくつもの条件があります。普及員から矢谷地区はまさにこの条件にぴったりだということ、近くの山で自生しているワサビの場所を中心に徐々に栽培面積を増やしてきました。

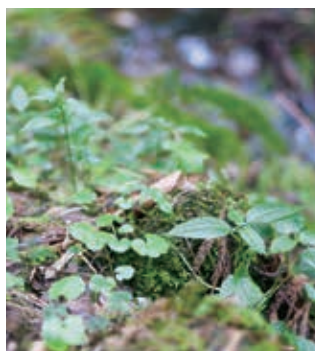
葉ワサビを生産するきっかけを教えてください。



ハウスを上手に活用することで安定した品質と出荷を実現させている。

私たちの場合は山で育てたワサビを直接収穫するのに加えて、収穫時期を早めるためにハウスに定植しています。10月頃に山にあるワサビを根ごと抜き取りハウスの土に定

どのように栽培するのですか？





植。ワサビはとてもデリケートな山菜で、肥料をやりすぎると病気や虫がつきやすくなります。定植後は肥料を最低限に抑え、土の水分の状況を見ながら必要であれば水やりを行います。生育が進み葉の部分が直径10センチ、茎が15センチのものを摘み取り、100グラムの束にして20束入り1ケースとして出荷しています。山で直接収穫するものは1週間おきに摘み取る場所を変えていきます。収穫は早くて2月ごろからで5月まで出荷が続く、年間で100ケース前後出荷しています。おもに地元の各市場に出荷し、近隣の旅館や料亭などでワサビ漬けなど旬の山菜料理として使われています。

栽培していて大変なことや、こだわりなどありますか？

見ていただくかわかりませんが、山で栽培している場所は自宅から2キロの山の中です。軽トラック1台がかるうじて通る、真横は川が流れている危険な場所です。運転に細心の注意を払いながら進んでいきます。ワサビを育てている場所



こんなところで??と思うほど山あいでも葉わさびの栽培が行われていました。

は平坦な場所だけではなく山の斜面にも植えていますので、足腰の負担は大きいです。そういった場所です。スペースを見つけては株分けしたワサビを植え付けて増やしています。この山中でも肥培管理し成長を促しています。また、収穫の終わったハウスのワサビは夏場の高温で枯れてしまうので再度、山に戻し植え戻します。植え直したワサビは3年ほど山で寝かせて株を改めて成長させ、株分けで増やすか、ハウスに戻して葉を収穫しています。昔からワサビが栽培できる場所には両面シダが自生しているといわれていますが、そのシダを刈ってワサビの栽培する場所を確保する必要があります。シダの根まで取ってしまうと土が緩み斜面が崩れて



山(畑)を歩くと立派な葉わさびが所々に。

しまいかもしれないので根元を残して鎌で茎だけを刈ります。収穫は一定の場所で全量摘み取るわけではなく、出荷規格に準ずる大きさのものだけを採りながら摘み取りますので、時間がかかる作業です。

葉ワサビのオススメの食べ方などありますか？

みなさん馴染みがあると思いますが「ワサビ漬け」がやはり美味しいと思います。水洗いのあと陰干しを行い、塩もみしてアクを取り醤油とみりんなどに漬けます。すがすがしいワサビ特有の風味と鼻に突き抜ける爽快なピリツと

葉ワサビ 一口メモ

島根県のワサビの生産は、水ワサビ・畑ワサビ合わせて全国有数の産地。長野、岩手、静岡が一大産地で、次いで高知、島根と栽培が盛んに行われている。島根県のワサビといえば益田市匹見町が生産地として有名だが、県東部では古くから八雲町で葉ワサビの生産が行われてきた。八雲町ワサビ生産組合員数は20人前後だが昨年出荷した生産者は7人ほど。このうち4人でハウスを活用した栽培に取り組んでいる。現在の担い手は高齢化が進んでおり、新規就農者の確保が今後の課題。こだわりを持って作られた葉ワサビは市場から高く評価されており、県東部の貴重な旬の食材として一定の出荷が期待されている。



今後の抱負や展望を聞かせてください。

特殊な場所と条件が必要なワサビの生産はどこでも簡単に生産することができない貴重な



松原さんお手製の「ワサビ漬け」をよばれました。適度な辛味でクセになる味でした。

した辛味、シャキシャキ感を楽しんでもらえたらと思います。ワサビは細胞を壊すとワサビが持つ酵素の働きで辛味が生成されます。叩いたり寝かせたりして繊維が壊れると辛味が増しますのでなるべく辛いやがが良い方は参考にしてください。昔からワサビは怒って包丁の後ろで叩くと辛くなるといわれるのはそのためです。



お二人が作られる「ワサビ漬け」は、きっと辛くないと思います。とても元気で優しいお二人でした。

重なる山菜ですが、後継者不足により年々、生産者が減っています。一方で季節を感じる旬の山菜として一定の需要があり、古くから日本で親しまれているワサビの食文化が途絶えないよう願っています。ご覧のように山中であっても手入れをしているので一定の規模が確保できています。一度荒廃してしまうと元に戻すのは至難の技です。担い手が確保できた場合に備え、できる限り生産を続けていきたいです。

＼チャレンジ／「JA自己改革」



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

「ふるさとの恵みを次世代へ」 JAしまねテレビCM放映中!

JAしまねは、生産者の皆様をはじめとした「農」にかかわる全ての方とともに、島根の農業を維持・発展させ、ふるさとの恵みを次の世代、また次の世代へと繋げることが使命のひとつと考えています。

こうしたJAの想いを、広く県民の皆様にご覧いただくため、JAしまねのイメージCMを今年度初めて制作しましたのでご紹介します。

QRコードにアクセスいただくと、CMと併せて制作した見どころいっぱいのショートムービーをご覧ください。

JAしまねの「地産都商」を高校生と共に!



「販売体験」編



島根の担い手の、情熱と自信と誇り



「担い手」編



新たな生産者とともに歩むJAしまねの取組



「新規就農者」編



地域に根付く、JAしまねの「食農教育」



「愛菜カレーの日」編



ご紹介したCMのうち「愛菜カレーの日」編(30秒ver.)は、第43回島根広告賞のテレビCM部門で銅賞を受賞しました。

今後も定期的にCMを制作し、JAしまねの想いを発信してまいりますのでご期待ください。



JAしまね農業振興支援事業 活用事例のご紹介

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

【益田市】 山本 仁成さん

益田市飯田町でメロンやトマトを栽培する山本仁成さん（24歳）は、就農して4年目の春を迎えようとしている。

実家が同市隅村町の水稲農家という山本さんは、地元の農林系高校を経て島根県立農林大学校へ進学、同校で野菜を専攻したことを機に施設園芸での就農を決意。卒業後の就農に向けた研修期間中には、益田メロン部会の部会長を務めた同市飯田町の渋谷勉さん（62歳）から、1年間みっちりメロン栽培の基礎を学んだ。

就農時には、国・県の補助事業とJAしまね農業振興支援事業の新規就農者整備支援の導入により、パイプハウスと動噴等を整備。現在7棟のパイプハウスで経営し、うち4棟のパイプハウスはメロン部会員から借り受け、栽培面積が減少するメロン産地において栽培技術とともにハウス施設も着実に受け継がれている。

今後の目標を「さらに栽培技術を磨くことを第一とし、安定した経営を行っていきたい。」と掲げた山本さんは、今年からメロン部会の技術委員に選出され、メロン産地の担い手として期待されている。



理事会情報（1月30日開催）

- 協議事項**
- ①平成31年度国庫及び県単補助事業の実施について
 - ②「JAしまね安全・安心な農産物づくり運営規程」の設定について
 - ③島根おおち地区本部自動車事業廃止について
 - ④平成30年度決算監事監査報告書整備改善を要する事項（個別意見書）への回答について
 - ⑤島根県常例検査の回答について
 - ⑥事業改革を踏まえた今後の機構改革の方向性について
 - ⑦平成31年3月1日付け機構改革の実施について
 - ⑧理事退任にかかる対応について
 - ⑨島根JAビルの使用および本店機能と場所のあり方の検討について
 - ⑩常勤理事の他の団体理事等への就任について
- 報告事項**
- ①販売戦略室の活動状況について
 - ②収入保険制度への加入状況について
 - ③担い手サポートセンター（担い手対策課）の活動報告について
 - ④米穀園芸情勢について
 - ⑤平成31年度生乳取引交渉について
 - ⑥中国5県乳代精算システムの統一に係る乳価テーブルの検討経過について
 - ⑦平成31年度家畜市場開設日程について
 - ⑧畜産情勢について
 - ⑨段階別価格の改定について
 - ⑩ドローンの取り組みについて
 - ⑪利用者宛て直送DMの一部廃止について
 - ⑫平成30年度第3四半期における余裕金の運用状況について
 - ⑬未収金の償却について
 - ⑭組合と理事との取引（契約）の報告について
 - ⑮平成30年度12月末決算及び事業実績について
 - ⑯農林中央金庫への永久劣後ローン（追加募集）引受け結果について
 - ⑰総合ポイントにおける平成30年12月末失効ポイントについて
 - ⑱役員による担い手訪問等の取り組み状況の報告について
 - ⑲平成30年度12月末組合員の加入及び脱退の状況について
 - ⑳平成30年度賦課金徴収状況について（第2回報告）
 - ㉑役員推薦会議推薦委員について

雲南

連携強め特産後押し 営農指導員販促も

雲南地区本部では、JAアグリ島根や販売店と連携し、暖冬の影響で消費が落ち込んでいる鍋物商材のPRのために、管内で生産される下仁田系の白ネギ「うんなんなべちゃん葱(ねぎ)」の販売促進活動を行っています。

今年度は同地区本部の高橋英次営農指導員らが、松江市内と雲南市内の3カ所のAコープでネギの試食を行うとともに、電子レンジで作れる簡単レシピを配付しました。高橋営農指導員は「少しでも生産者の皆さまのやる気につながれば」と営農指導に加え販売にも力を注いでいます。

肉厚で軟らかいこのネギは、加熱することで甘さが引き立ち、葉まで食べられるため、お買い得感があると評判を呼んでおり、Aコープだいたい店の担当者は「レシピも好評でリピーターも増えている」と話します。

試食した来店者は「食べ応えがあって美味しい。見かけたら買って帰りたい」とネギを手に取り笑顔で話しました。



レシピを使いネギをPRする高橋営農指導員

くにびき

サンサン女子大ワイン講座 香りと味を楽しみながら学ぶ

くにびきサンサン女子大は1月30日、レストラン・リバービューでワイン講座を開講し、学生34名がディナーを美味しく頂きながら、ワインを楽しむコツやテーブルマナーについて学びました。

当日は、同レストランのオーナーでシニアソムリエの川中実さんが講師となり、ワインの基礎を分かりやすく手ほどき。始めにワイングラスと紙コップでテイastingし、味と香りの違いを体感しました。その後、料理と共に赤と白2種類のワインを飲み比べ、産地や品種による香りや味の違いを感じながらワインの奥深さを学びました。川中さんは「ワインは様々な料理と合う。いろいろ試して楽しんでほしい」とワインの魅力を伝えました。

学生は「料理との相性を実感することができた。好きな組み合わせを見つけた」「ワインの魅力が伝わった」と笑顔で話しました。



ワインの奥深さについて話す川中講師

隠岐

地域の婦人部が終活研修会

隠岐の島町原田銚子地区の銚子集会所で2月16日に開催された「終活研修会」で、主催者の銚子地区婦人部から研修講師の派遣依頼を受け、隠岐地区本部経済部典礼課より職員1名が出席しました。

当日は19名が出席し、終活についての話を聞くのは初めてという方が多い中、主にエンディングノートをもとにした終活についての講演を行い「人生最期の事前準備としてだけでなく、ご自身の人生の振り返りや残りの人生をより良く生きるための活動」としてお話をさせていただきました。講演終了後には、現在、隠岐地区本部が取り組んでいる地域の活性化活動等についてご紹介をさせていただき研修会は終了となりました。皆さんにとって今回の研修会がきっかけとなり、何かのお役に立つことを心より願っています。



やすぎ

新春お米プレゼント抽選会開催

やすぎ地区本部は1月31日、JALまねの「金芽米」などが当たる新春プレゼントクイズの抽選会を行いました。

応募総数は1,439通で、市内を中心に県内外からもたくさんの方の応募がありました。抽選者を務めた伊藤精一地区本部長、(株)やすぎトヨーの渡邊健次代表取締役社長、東洋ライス株式会社の部屋泰伸専務取締役らが、クイズ正解者の中から抽選を行いました。結果30名の方が当選され、昨年新発売した「金芽米にこまる」を発送しました。

伊藤地区本部長は「毎年たくさんのご応募をいただき、嬉しく思っています。健康に良く、環境に優しく、美味しい金芽米をぜひ味わってほしい」と話しました。



左から渡邊社長(やすぎトヨー)、伊藤本部長、部屋専務取締役(東洋ライス)

斐川

食農教育出前授業で豆腐作り

JA斐川女性部員6名と出東地区の中間敦司さんは2月5日、「食農教育出前授業」として管内の出東小学校を訪れ、4年生30人を対象に豆腐作りを指導しました。大豆は中間さんの指導で、児童たちが学校の畑で種をまき収穫、調整したものを使用し、女性部員の協力で、水に浸しておいた大豆をミキサーにかけて豆乳とおからにこし分ける作業や、にがりを加えて固まった豆乳を型に流し入れる作業などをして、豆腐に仕上げる過程を学びました。出来上がった豆腐を試食した児童たちは「自分たちで作った豆腐は、お店のものより美味しい」と話し、JA女性部担当職員は「子供たちが少しでも食と農に興味を持ってくれると嬉しい。総合授業の一環として出前授業も定着し毎年行っている、今後も様々な活動を通して地域への食農教育活動に力を入れていきたい」と話していました。出前授業での豆腐作りは荘原小学校と中部小学校でも行われました。



隠岐 どうぜん

第3回 女子講座の開催

海士町菱浦公民館で2月16日、第3回女子講座「アロマ & ヨガ」を開講しました。アロマ講座は「島のほけんしつ」の島根輝美講師に、ヨガ講座は藤本かおりインストラクターに指導していただきました。今回の参加した14名はほとんどが初体験ということで、期待と不安を抱きながらの受講となりました。

アロマ講座では、それぞれ自分の好きな香りのオイルを1~3種類ブレンドしオリジナルエッセンスオイルを作りました。またヨガ講座では、ゆっくりと呼吸を整えて体をリラックスさせてから、ヨガポーズの指導を受けました。お気に入りの香りと、なれないポーズに悪戦苦闘しながらも和気あいあいと楽しい時間を共有することができ、心も体もリフレッシュすることができました。



石見銀山

さわやかミセス研修会 共済と相続を学ぶ

JAしまね石見銀山女性部は2月1日、大田市長久町のJA石見銀山地区本部多目的ホールで「さわやかミセス研修会」を開き、部員40名が参加しました。

研修会では、JA共済の説明と相続にかかる説明が行われました。

JA共済はJA石見銀山地区本部の共済課坂根俊一課長が説明。大田市は昨年4月9日、島根県西部地震に見舞われ、建物被害も多くありました。また、近年の自然災害の多さという視点からも、建物更生共済の必要性を参加者に伝えました。

後段は金融課西村雄一課長が複雑で難しく感じてしまう相続の話、ユーモアを交えながらわかりやすく説明しました。

さわやかミセス研修会では、毎年女性部員が興味や関心をもったことを学んでいます。



JA共済について説明する坂根課長

出雲

児童が豆腐づくりに挑戦 JA生活文化協力員などが協力

出雲市立高松小学校の4年生約100人が2月13日、豆腐づくりを体験しました。同校では、毎年、総合的な学習の時間で大豆の栽培・加工について学んでおり、豆腐などの加工品づくりには、JAの生活文化協力員や職員らが協力しています。

児童たちは「大豆博士になろう」をテーマに、大豆の栽培に取り組んだり、どのような加工品が大豆からできるかを学んだりしてきました。豆腐づくりの実習では、大豆を豆乳とおからに分け、にがりを加えて豆腐を作る一連の工程を体験。児童たちは「袋を使ってしぼるのが大変だった」「帰ったら豆腐ハンバーグにしてみたい!」などと感想を話しました。

生活文化協力員の園山幸美さんは「大豆が普段食べている豆腐になっていく様子から、子どもたちがいろいろな発見してくれるのが嬉しいです」と話しました。



にがりを加え固まった豆腐をすくい上げる児童

西いわみ

出品対策協議会を設立しました

西いわみ和牛改良組合（組合長寺戸倉雄）とJAしまね西いわみ地区本部や関係機関らは2月1日、全国和牛能力共進会出品に向けた対策協議会を設立しました。

2022年に鹿児島県である第12回全国和牛能力共進会に向けて、関係諸団体と協力して島根県を代表する出品候補牛の選抜や育成に取り組むため、同協議会を立ち上げたものです。

当日は県農林水産部畜産課 原正三課長や、公益財団法人全国和牛登録協会島根県支部小林健宣副支部長ら24名が出席し、今後のスケジュールを確認しました。

JAしまね西いわみ地区本部田村清己本部長は「第12回大会へ向けて和牛改良意識の高揚と必要な対策を図ろう」と述べました。



本店

青年農業者らがオランダ農業を視察しまね協同のつばさ

JAグループ島根は2月13日からの6日間、2018年度JAしまね青年研修事業「しまね協同のつばさ」を実施し、青年農業者、JA職員、連合会職員など29人が参加しました。海外視察など多様なカリキュラムで構成するこの研修事業は、次代の島根県農業・JAを担う人材の育成を目的としています。13日の結団式で、団長の竹下組合長は「島根県の農業に反映できる部分を1つでも多く吸収して島根に持ち帰ってほしい」とあいさつ。6期目となる今回は、施設園芸による花き・野菜などの生産や、酪農含む畜産を中心に小さな経営面積でも高い収益をあげ、EU市場を中心に輸出も盛んに行うオランダを訪問しました。参加者らはオランダ最大の生花中央市場アールスメア生花市場をはじめ、レタスやトマトの生産者らのもとを訪れて生の声を聞くなど、オランダの農業を学びました。



トマトワールドの屋内型農業施設を視察する参加者

島根おおち

日中小学生が交流を深める

島根県と中国（寧夏）が友好協定25周年を迎えることから、日中の友好関係の促進と両国小学生の見聞と交流を広げる目的として、1月12日より10日間、寧夏銀川市第21小学校の生徒ら18名が研学活動のため来日しました。NPO日本・寧夏友好交流協会が事業実施体として行なうなか、JA島根おおち旅行センターは、観光手配と通訳に携わりました。

滞在中は、松江市役所で松浦市長を表敬訪問し、交流活動についての意見交換と小学生達による歌と演奏が披露されました。また、大田市、松江市の小学校を訪問し、校舎見学、授業参観、給食体験等を行い、特に両国の伝統芸能（銭太鼓、葫蘆絲等）の披露などを通じて他国の文化への理解を深めました。その他には、松江市内の公民館や幼保園を訪問し、ゲームなどを楽しみ交流を深めました。観光では、島根県と大阪を代表する人気施設を見学し、目で楽しむ和食、和菓子を通じて「和のこころ」を堪能していただきました。

今回の交流を通じて、日中両国の小学生同士が友好の種を蒔くことで、今後の日中友好につながるよう期待しています。



いわみ中央

JA女子大OG会の活動

JA女子大学いわみ中央キャンパス1期生OG会なでこの会は、1月に本年初会合を実施しました。普段はなかなか活動に参加出来ない会員も子供さんと一緒に参加。今回は、一人一品自慢の手作り料理を持ち寄った食事会を行いました。活動の振り返りや計画だけでなく、久しぶりに会った仲間との近況報告などで、話はつきませんでした。

また、2期生OG会オリーブも恒例の「こんにゃく」作りを行いました。手慣れた手つきで、ミキサーにかけたこんにゃく芋を混ぜ、型に入れ茹で上げていきました。「自分たちでこんにゃくを作りはじめてからは、市販のこんにゃくでは触感や風味が物足りないよね」と、出来上がったこんにゃくの調理法などを話しながら、茹であがり待ちました。

3期生OG会クローバー、4期生OG会紫陽花は、味噌作りを行いました。柔らかく煮た大豆と米麹、塩を混ぜる作業を行い、電動ミンサーで潰して、味噌団子を作ります。用意したタッパーなどに詰め約半年をかけて熟成させていきます。学生時代には無かった講義で、これからは周りの人にも味噌作りを伝授出来るかもしれません。

JA女子大学いわみ中央キャンパスOG会は、これからもJAを拠点として様々な活動を展開していきます!!



タテのカギ



- ②お酒にのまれている人
- ⑥先祖の冥福を祈り、追善——を行った
- ⑧眼鏡のフレームにはめます
- ⑨両手と両足のこと
- ⑩彼は質問に——なく答えた
- ⑪首の前部にある出っ張り
- ⑬牧場の周りによく立てられています
- ⑭踏むことでよく育つ穀物
- ⑮楽しいとすぐに過ぎてしまいます
- ⑯阿寒湖の物は特別天然記念物
- ⑰一角獣とも呼ばれる想像上の生き物

ヨコのカギ



- ①春の山菜の一つ。スギナの胞子茎です
- ②和・——・中の料理が味わえるレストラン
- ③絵の具を混ぜ合わせるときに使う板
- ④開店祝いに胡蝶（こちょう）——を贈った
- ⑤水が湧き出てくる所
- ⑦奈良県の桜の名所
- ⑩あまり飾り気がありません
- ⑫北海道で生まれた馬や人をこう呼びます
- ⑬火のない所に——は立たぬ
- ⑭米寿は数え年88歳のお祝い、——は77歳のお祝い
- ⑰「！」は感嘆符、「？」は——符
- ⑲はさみを振りつつ横歩き
- ⑳一、十、百、千、——

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？

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

答え

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

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 ふれあい福祉課 「クイズ」係
平成31年4月5日（金）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆ 「ホワイトデー」

ウ	グ	イ	ス	ハ	シ
イ	チ	ル	ハ	ナ	ワ
ン		カ	イ	ト	ウ
ク	ジ		カ		タイ
		ユ	デ	ダ	コ
ホ	ウ	シ	ヒ	ア	ス
シ	キ	ラ	ー	メ	ン

・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。

健康散步 JA島根厚生連

季節の変わり目

季節の変わり目にはめまいがしたり、頭痛がするなど体調を崩される方も少なくないかと思いますが、いったいなぜでしょう？
 体調を崩しやすい季節の変わり目は、昼と夜の気温差や月平均の気温の寒暖差が大きくなります。特に春は日々の寒暖差や、低気圧と高気圧が頻繁に入れ替わる気圧変動が大きい季節です。不調は天候の変化によるストレスから生じる、自律神経の乱れが原因かもしれません。
 自律神経には、体を活動的にする交感神経とリラックスさせる副交感神経があり、自分の意思ではコントロールできません。2つがバランスをとりながら、心臓や腸、胃、血管などの臓器の働きを司っています。しかし、体は春の天候の変化（ストレス）に対応するために交感神経の働きが優位な状態（緊張状態）が続いてしまい、バランスがとれないことで体調不良へとつながりやすくなります。
 もともと人間は、ある程度の外部環境ストレスに耐えられるようになっていました。そのバランスサーとして機能するのが自律神経です。自律神経が正常に機能するためには、暑い場所では汗をかき、必要な場所で血圧が上がるような自然環境が必要で、しかし、つねに空調が完備された環境で暮らしている、自律神経が整いにくくなってしまいます。その結果、気圧の影響についていけない体になってしまいます。
 季節の変わり目には次の様なことに気をつけることで、自律神経を整えて気持ちの良い春をむかえましょう。
1、いつもより多めの睡眠
 睡眠は副交感神経が優位に働き、体や心を休ませてくれます。また、免疫力も高めてくれるので風邪も引きにくくなります。
2、生活のリズムを整える
 規則正しい生活、決まった時間の食事、体内時計を整えるだけで交感神経、副交感神経のバランスが整いやすくなります。
3、リラックスタイムを設ける
 ぬるめのお風呂にゆっくりつかったり、照明を落とした部屋で好きな音楽を聴いたり、体と心をリラックスさせることで副交感神経が優位に働きます。
4、運動する習慣をつける
 毎日運動をする習慣をつけましょう。1日5分からでも構いません。ストレッチでも大丈夫です。かといって急に激しい運動は逆効果ですので、無理のない程度で続けていきましょう。
5、栄養バランスに配慮する
 ビタミン、ミネラル、カルシウムなどは自律神経を整えます。偏った食事はNG！きちんと3食、栄養バランスの取れた食事を摂るよう心がけてください。

就農希望者へ向けた就農ツアー開催



安来市下坂田町の下坂田集落組合は2月9、10日、就農希望者4名を対象にイチゴ就農ツアーを開催しました。

ツアー1日目はやすぎ担い手センターで就農について座学を中心に、親睦を深めるための自己紹介などを行い、2日目は同組合の石橋賢一郎さんと大森雄介さんそれぞれのハウスで、土耕と高設栽培の違いの説明、各品種の食べ比べ、収穫からパック詰めまでの作業体験が行われました。

作業を体験した方は「同じ大きさのイチゴをパックに均等に詰めるのは難しいですね」と話し、2日間のツアーを通じて就農するイメージが湧いてきたと好評でした。

今回のツアーは、集落農業の維持・拡大などを目的として、下坂田町自治会を中心に市や県、JAが携わり、様々な農業課題に取り組んでいる「なかみプロジェクト」の取組みの一環です。同プロジェクトでは、新規就農をするにあたり課題となる、農地や住宅の確保に対しても、町内で斡旋するなど地元就農の定着化を図っています。

花で気持ちを伝えよう！ フラワーバレンタイン開催



やすぎ花卉部会は2月14日、安来市中海町にあるなかみ菜彩館でフラワーバレンタインイベントを開催しました。外国では、バレンタインデーに男性から女性へ花を贈る風習があり、これにちなんで花卉部会から来場者の皆様に日頃の感謝を「やすぎの花」で伝えようと企画され、今回で6回目となります。

イベントでは白色、ピンク色、紫色を中心にストックやナデシコなど、色鮮やかな安来産の花を使用したブーケ約50点を用意。来店された女性客へ部会員自らプレゼントし「やすぎの花」をPRしました。ブーケを手渡された女性は「綺麗なお花をありがとうございます」と笑顔で受け取られました。



大型特殊自動車けん引免許（農耕車限定） 取得講習会 合同開催

やすぎ地区本部とくびき地区本部は2月20、21日の2日間、安来市穂日島町にあるやすぎ担い手支援センターで、大型特殊自動車けん引免許（農耕車限定）の取得に向けた講習会を合同開催しました。

この講習会は、近年、営農組合や大規模農家において大型機械の導入が増加する中、組合員からの要望を受け、また、免許を取得し安全に使用してほしいという思いで毎年開催しています。今回は各地区本部管内より総勢15名が受講されました。

講師は免許を持つやすぎ地区本部の職員がつかとめ、受講者は交通ルールなどの座学講座を1時間半程度受けた後、実際にトラクターでトレーラーをけん引して車庫入れやS字カーブなどの練習を行いました。



講師の職員は「農家の皆様に免許を取得してもらうことで、大型農業機械利用の効率化と安全利用を推進していきたい」と話しました。

お米をテーマに作文コンクールで受賞



J Aしまね女性部主催の「第40回みどりをまもる小学生作文コンクール」とJ A全中主催の「第43回ごはん・お米とわたし作文・図画コンクール」で、安来市立広瀬小学校の宇山隼永さんの作品が両方のコンクールで受賞されました。作文テーマは『お米とぼく』で、お父さんと一緒にお米作りをした体験、J A職員と一緒に米粉ピザ作りや農作物のクイズをした思い出について書かれました。

2月21日には同女性部の長島千代子部長や広瀬支店の岩田睦己支店長らが学校を訪れ、宇山さんを表彰し賞状やトロフィーなどを授与しました。長島部長は児童らに向け「作文を通じていろいろな方に農業を知ってもらい、元気に育ってほしいと思います」と話した。



広瀬小学校4年 宇山隼人さん

第40回みどりをまもる小学生作文コンクール 銅賞
第43回ごはん・お米とわたし作文・図画コンクール 優秀賞

全国家の光大会に安来から出場

2月6、7日に神奈川県のパシフィコ横浜で第61回全国家の光大会が開催され、家の光記事活用の部で島根県代表として安来から梶村純子さんが体験発表をされました。

同大会は記事活用の部と普及文化活動の部があり、各都道府県の代表が前日の6日に3ブロックに分かれて予選を行い、予選を勝ち抜いた発表者が7日の本選に出場できます。梶村さんは「ふみだせ2歩!」というテーマで、J A女子大学やえによぼで出会った仲間のこと、家の光を活用し介護予防を目的とした『家の光介護予防講座』について発表されました。

やすぎ地区本部の役職員や女性部も、手作りのうちわと揃いのTシャツで応援。審査の結果、惜しくも予選突破とはなりませんでしたが、家の光協会会長賞を受賞されました。他にも平成30年度J A普及実績表彰でJ Aしまねは「家の光図書」の部で表彰されました。



米粉ピザ作りで地産地消



やすぎ地区本部は2月18日、安来市立第二中学校の3年生を対象に米粉を使ったピザ作りを行いました。また、同校の校区内にある農事組合法人のきの郷の山本耕一さんとJ A職員から地産地消や地元農業等についての講演が行われました。

ピザ作りは地元安来産の食材を中心に、きの郷のなたね油や朝収穫したばかりのキャベツを使用。学生らは一生懸命ピザ生地をこね、たくさんの野菜を盛りつけたピザを完成させました。

講演では、はじめにJ A職員から地産地消の大切さや現在農業が抱える問題等についての話と、山本さんからは地元農業や未来の農業についての話がありました。学生らは真剣に講演を聞き、農業についての知識を深めました。



楽しく親子でカレークッキング!

安来町にあるやすぎ保育園は2月2日、親子でカレーを作るイベントを行いました。同イベントは4月より小学校に入学される年



長さんを対象に、親子での思い出を作ってもらおうと毎年行われています。やすぎ地区本部も食農教育の一環として、地元安来産の食材やJ Aしまねの金芽米の提供、ご飯を食べる大切さを伝えるため紙芝居などの協力を行っています。

今回は親子15組が参加され、親子で協力しながら野菜の皮を剥いたり切ったりしました。また、カレーの中に入る食材はグループごとに自由に選べるため、相談しながら



それぞれ違ったカレーをつくり、みんなで食べ比べをして盛り上がりました。参加者からは良い思い出になったと好評でした。

安来の元気な子ども達を紹介します！

MIRAI KIDS

未来の主演たち

あきさと
寛重 諒哲 くん(3さい)
はるゆき
遙 晋 くん(2ヵ月)



アンパンマンのタオルがお気に入りの諒哲くんは、じっとしてられない性格の元気な男の子。ホット豆乳が大好きで、朝と寝る前に毎日飲んでいるんだって。去年は家族や親戚と一緒に大阪の海遊館(水族館)に出かけて、たくさんのお魚を見たのがすごく思い出に残っているみたい。

昨年生まれたばかりの遙晋くんは、よく布団を蹴っている活発な男の子。あまり泣かない子みたいで、お兄ちゃんにイタズラされても動じないみたい。最近手は握ったり、声がる方向を向いたりできるようになったんだって。

そんな可愛い遙晋くんに、諒哲くんはミルクをあげたり、お風呂に入れたりとお世話をしながら、お兄ちゃんらしくなってきたみたい。

～お父さんお母さんより～

「遙くんが生まれてからすっかりお兄ちゃんらしく頼もしくなった諒ちゃん。お兄ちゃんの危なっかしい抱っこにも動じない遙くん。2人の成長がとっても楽しみだよ。兄弟なかよく大きくなあれ。」

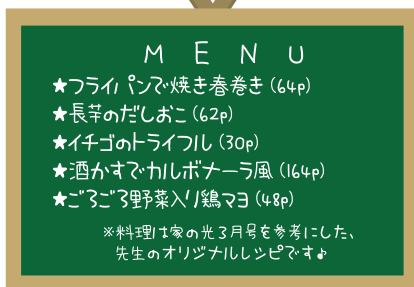


家の光料理倶楽部掲示板



2月27日開催

◎講師：栄養士 飯塚生美子 氏



M E N U

- ★フライパン・焼き春巻き (64p)
- ★長芋のだしおこ (62p)
- ★イチゴのトライフル (30p)
- ★酒かすでカルボナーラ風 (164p)
- ★ごっこ野菜入/鶏マヨ (48p)

※料理は家の光3月号を参考に、先生のオリジナルレシピです。

完成品



アンケートより □□□□□□□□□□□□□□□□

- ◆酒かすを使ったパスタは健康的で、家でもしてみたいと思いました。
- ◆孫と一緒にイチゴのトライフルを作って、ひな祭りで飾りたいと思います。

お問い合わせ・申込み先
JA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

春の陽射しがまぶしく感じられた2月22日、神塚集会所で出会った「神塚ミニサロン」のみなさまは、どなたも元気で年齢を重ねることの大切さを意識しながら健康講話にうなずかれ、また遊びリテーションへも意欲的に参加されました。耳に馴染んだ歌を思い出しながら口ずさむ中に昔懐かしい風景や家族を思い出し、二人で行う「漬物マッサージ」は互いの手のぬくもりを感じながらリフレッシュの時間となりました。

住み慣れた地域（我が家）で、季節の変化を楽しみながら互いに支えあい生活し続ける、そんな「ふつうの暮らし」が健康長寿へとつながるのではないのでしょうか・・・地域に住む者一人ひとりが意識改革をすすめ、健康長寿を目指したいものです。JA福祉サービスセンターは「誠心誠意」を理念として介護サービスの提供に努めつつ、一方で介護予防地域福祉活動にも力を入れ取り組んでいます。

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

健康長寿を目指して 介護予防！



女子大レポート

ファッションカラーコーディネイト講座

講師

池上 由美氏 &
SHIORI 氏



今回の女子大は、講師に池上由美氏とSHIORI氏のお二人を招き、ファッションについて講座を行いました。学生は今年トレンドの色や服を教えてもらい、自分に合った色や服、小物について学ばれました。自分がどの色が似合うかをみるパーソナルカラー診断では、学生どうして目や肌、髪の色を見て、それぞれの似合う色を診断されました。また、骨格のタイプによる似合う服やお買い物で失敗しない方法などいろいろなことを学ばれました。



学生感想

- ◆カラー診断をして自分に似合うカラーがわかったので、今後の参考にしたいと思います。
- ◆これから春になるので新しく服を買いたい気分になりました。

3月の一番商品



【対象期間】平成31年4月末まで

野菜・畑作の石灰肥料

粒状 **三木Gスーパ** **2号**

野菜の石灰肥料として!

- ①「石灰・苦土」「各種ミネラル」「有機物」を一度に施用できるので省力・低コスト!
- ②各種ミネラルを豊富に含有し、地力を高めて要素欠乏症を軽減させます。
- ③味の向上のために苦土含量を高くし、また根の活性のために腐植酸をプラスしました。

基肥と同時施用ができます

成分表 (%)

成分	有機物 (含まれる)	アルカリ分	石灰	＜溶性 苦土	＜溶性 りん酸	＜溶性 加里	可溶性 けい酸	酸化鉄	＜溶性 マンガ	＜溶性 ほう素	モリブデン
保証成分		48.0		7.0							
含有成分	12.0	48.0	35.0	7.0	1.0	0.5	15.0	10.0	1.5	0.1	微量

容量
15
kg



10a当り 基準施用量
100kg～ 推奨

家庭菜園に
最適!

施用量と施用方法

1坪 (3.3㎡) 当たり約 1kg 施用
(200ccカップ約4杯分)
植付けの前に土全体に混和して下さい

※他の石灰肥料と併用する必要は
ありません

超特価価格
650円

(税込価格)

通常価格
816円

(税込価格)



ミネラルたっぷりの
野菜で私達も元気に!



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

JALしまね 平成31年度職員採用（平成32年4月採用）募集要領

- ◆募集区分 本店採用・地区本部採用
- ◆応募資格 ①平成32年3月大学院・大学・短大・高専・専修学校卒業見込の方
②大学院・大学・短大・高専・専修学校を卒業して3年以内の方
- ◆採用予定者数 50名程度
- ◆職種 正職員
- ◆応募受付期間 平成31年4月1日(月)～5月10日(金) 期間内必着
- ◆応募書類 ①自筆履歴書（写真貼付・JA専用様式）
②卒業見込証明書または卒業証書
③学業成績証明書
④受験票添付用写真 1枚（タテ4cm ヨコ3cm 6ヶ月以内撮影）
※履歴書に添付した写真とは別にもう1枚写真が必要です。
※申込に際しての提出書類はお返し致しません。
- ◆書類提出先 島根県農業協同組合 本店人事教育部 人事課（〒690-0887 島根県松江市殿町19番地1）
郵送または持参。封筒の表に朱書きで「職員採用選考書類」と記入。
- ◆選考方法 ①第一次選考 筆記試験（基礎能力試験・適正検査・論文） 面接試験
②第二次選考 面接試験
- ◆採用試験期日 ①第一次選考 2019年6月7日(金)
②第二次選考 一次合格者に別途通知
- ◆採用試験場所 ①第一次選考 「ラピタウエディングパレス」3階 鳳凰の間
（〒693-8587 島根県出雲市今市町87番地）
②第二次選考 一次合格者に別途通知
- ◆初任給 正職員 168,000円～172,000円（大卒） 156,000円（短大・高専・専修卒）
- ◆休日休暇 週休2日制（第3土曜AM勤務）年間休日日数（115日／2018年度実績）、年次有給休暇、慶弔休暇、産前産後休暇、育児休業、配偶者出産休暇、介護休暇、介護休業、看護休暇
- ◆勤務時間 8:30～17:00（実働7時間30分＋休憩時間1時間）
- ◆お知らせ 採用形態として本店採用・地区本部採用の2種類があります。
本店採用：本店を含む県下全域（転居を伴う配置を含む）の事業所への配属となります。
地区本部採用：県内を11の担当区域に分割する地区本部のなかで、勤務を希望する地区本部区域内の事業所への配属となります。
※採用情報欄は、本店または各地区本部ホームページから見るることができます。



【個人情報の取り扱いについて】

ご提出いただいた個人情報については、島根県農業協同組合職員採用目的にのみ使用し、漏洩、滅失、毀損の防止等、安全管理のために必要な措置を適切に行います。

中古車販売しています！



JALしまね
赤江支店横で
展示しておりますので
ぜひご覧ください！

お問合せは
JALしまね やすぎ地区本部
自動車課

0854-32-2461

◎異動（平成31年3月1日付）（ ）内は旧部署

▼企画総務部部長・中尾武（企画総務部部長兼福祉課課長）▼担い手支援センター所長・中川治（営農経済部農業振興課課長）▼営農経済部次長・山下稔之（企画総務部次長兼総合企画課課長）▼企画総務部ふれあい福祉課課長・仲井健司（企画総務部総務課課長）▼企画総務部企画総務課課長・野津修（企画総務部企画管理課課長）▼本店金融部金融相談課課長・清水英彦（金融共済部次長兼融資課課長）▼金融共済部安来市役所出張所所長・石原益江（営農経済部生活燃料課課長兼旅行センター所長）▼金融共済部融資課課長・石原暁（安来東支店信用課課長）▼営農経済部生活燃料課課長兼旅行センター所長・三島明夫（営農経済部直売店舗課課長）▼安来東支店信用課課長・岩田律子（広瀬支店信用課課長）▼広瀬支店信用課課長・富田守（金融共済部安来市役所出張所所長）▼企画総務部企画総務課課長補佐・池田哲也（企画総務部総務課課長補佐）▼営農経済部生産流通課課長補佐・長谷川真人（営農経済部農業振興課課長補佐）▼広瀬支店栄町店店長補佐・清山宏（広瀬支店信用課課長補佐信用共済複合涉外）▼企画総務部ふれあい福祉課・宇山敦子（企画総務部総合企画課）▼企画総務部ふれあい福祉課・坂本直也（企画総務部総合企画課）▼企画総務部企画総務課・岡田晶子（企画総務部企画管理課）▼企画総務部企画総務課・藤原章吾（企画総務部総合企画課）▼企画総務部企画総務課・吉野睦子（企画総務部総務課）▼金融共済部資金課・安藤宏和（伯太支店信用課信用共済複合涉外）▼金融共済部共済課・実重敦士（赤江支店信用課共済涉外）▼営農経済部T A C・小山浩平（営農経済部生産流通課）▼営農経済部生産流通課・渡邊公平（営農経済部農業振興課）▼営農経済部生産流通課・野路佳佑（営農経済部農業振興課）▼営農経済部直売店舗課・青戸耀廣（赤江支店経済課営農経済涉外）▼営農経済部生活燃料課・川原尚大（営農経済部生産流通課）▼赤江支店信用課係長信用共済複合涉外・岩坂伸介（金融共済部資金課係長）▼赤江支店信用課・伊東友美（広瀬支店栄町店）▼赤江支店信用課共済涉外・門脇美佐子（広瀬支店信用課共済涉外）▼赤江支店信用課共済涉外・山口智美（赤江支店信用課）▼赤江支店信用課共済涉外・金坂祥汰（赤江支店信用課）▼安来東支店信用課・坂田晃一（安来東支店信用課共済涉外）▼安来東支店信用課共済涉外・縄亮祐（安来東支店信用課）▼安来東支店信用課共済涉外・秋間智行（広瀬支店経済課営農経済涉外）▼安来東支店信用課共済涉外・金山和輝（伯太支店信用課共済涉外）▼安来南支店信用課共済涉外・廣江伸行（金融共済部融資課）▼伯太支店信用課信用共済複合涉外・岡田敦彦（安来南支店信用課共済涉外）▼伯太支店信用課信用共済複合涉外・永田嘉博（赤江支店信用課信用共済複合涉外）▼広瀬支店信用課・藤田隆久（広瀬支店比田店）▼広瀬支店信用課共済涉外・門脇大佑（赤江支店信用課共済涉外）▼広瀬支店経済課営農経済涉外・古志野達樹（安来南支店経済課営農経済涉外）▼広瀬支店比田店・岡本達也（安来東支店経済課営農経済涉外）▼営農経済部直売店舗課課長・山根幹人（定年再雇用）▼伯太支店赤屋店係長・長谷悦子（伯太支店赤屋店）▼広瀬支店比田店係長・内田みづほ（広瀬支店信用課）▼企画総務部ふれあい福祉課施設長・山岡茂子（企画総務部福祉課施設長）▼企画総務部ふれあい福祉課係長・長谷川みどり（企画総務部福祉課係長）▼企画総務部ふれあい福祉課・仲佐綾子（企画総務部福祉課）▼企画総務部ふれあい福祉課・細田雅子（企画総務部福祉課）▼企画総務部ふれあい福祉課・吉川安代（企画総務部福祉課）▼企画総務部ふれあい福祉課・大櫃比佐子（企画総務部福祉課）▼企画総務部ふれあい福祉課・梶村純子（企画総務部福祉課）▼企画総務部ふれあい福祉課・山崎伸枝（企画総務部福祉課）▼赤江支店信用課・田口志奈（伯太支店信用課）▼企画総務部ふれあい福祉課・細田絹子（企画総務部福祉課）▼企画総務部ふれあい福祉課・嶋田美幸（企画総務部福祉課）▼企画総務部ふれあい福祉課・大島久美子（企画総務部福祉課）▼企画総務部ふれあい福祉課・矢田博子（企画総務部福祉課）▼企画総務部ふれあい福祉課・植田美紀（企画総務部福祉課）▼企画総務部ふれあい福祉課・府金妙子（企画総務部福祉課）▼企画総務部ふれあい福祉課・池田幸枝（企画総務部福祉課）▼企画総務部企画総務課・増岡真澄美（企画総務部企画管理課）▼企画総務部企画総務課・永谷千秋（企画総務部企画管理課）▼広瀬支店栄町店・金本美鈴（赤江支店信用課）▼企画総務部ふれあい福祉課・恩田ひとみ（企画総務部福祉課）▼企画総務部ふれあい福祉課・福島紫霧香（企画総務部福祉課）▼企画総務部ふれあい福祉課・角美由紀（企画総務部福祉課）▼企画総務部企画総務課・作野直美（企画総務部総務課）▼鳥根県 J A 農機協同事業体出向・原田修（営農経済部自動車課）

◎退職（平成31年2月28日付）

▼山根幹人（定年退職）▼安部由香里▼吉岡小織▼岩田章吾▼永田佳恵▼遠藤なつ美▼相坂純子▼坂東祐

部署名の変更等に伴うお知らせ

平素よりJAしまねやすぎ地区本部をご利用いただき誠にありがとうございます。

さて、3月1日より弊組織では部署名の変更、統合、業務包括したことを下記のとおりお知らせ致します。

記

部署名の統合のお知らせ

企画総務部「総務課」、「企画管理課」→→→→→「企画総務課」
 企画総務部「総合企画課」、「福祉課」→→→→「ふれあい福祉課」
 営農経済部「農業振興課」、「生産流通課」→→→→「生産流通課」

この度、2月末を以って定年退職いたしました。在職中は公私ともに心温まるご指導とご厚情を賜り、誠にありがとうございました。ここに謹んで厚くお礼申し上げます。地域の皆様のご健勝とご活躍ならびに、JAしまねの益々のご発展を心からお祈り申し上げます。



山根 幹人

定年退職
ご挨拶

税務相談会日程

- 広瀬支店 3月20日(水)10時～12時
- 安来東支店 4月1日(月)10時～12時
- 伯太支店 4月1日(月)13時30分～15時30分
- 広瀬支店 4月26日(金)10時～12時

4月の外務日は

17日(水)・18日(木)

担当職員がお伺いします。

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	728,280	802,080	829,080	786,480	757,835
	頭数	3	3	3	9	93
	最高価格	740,880	830,520	956,880	956,880	1,028,160
又キ	平均価格	810,589	-	811,851	813,672	839,487
	頭数	11	2	7	20	146
	最高価格	908,280	845,640	864,000	908,280	1,192,320
総平均価格	792,951	816,048	817,020	805,233	807,174	
合計頭数	14	5	10	29	239	

2月子牛市場県外移出頭数

() 内、頭数

	広島県	滋賀県	兵庫県	長野県	三重県	鳥取県	香川県	大阪府	その他	合計	県外移出率
雌	11	10	2	8	10	7	3	0	15	66	61.68%
去	13	10	10	3	0	1	5	8	22	72	47.37%
合計	24	20	12	11	10	8	8	8	37	138	53.28%

肥育センター5等級評価牛 (2月出荷分)

血統	種別	枝重	格付	BMS
光平照-百合茂-平茂勝	去勢	529.7kg	A5	11
百合五月-千宝-藤桜	去勢	501.6kg	A5	9

本県“続伸”の相場展開！

平成31年2月の全国主要子牛平均価格(全農・畜産生産部2月15日現在速報)は雌731千円(前月比100%)、去勢848千円(前月比100%)、計797千円(前月比100%)と全国平均では“堅調”な取引となっております。

本県2月の子牛市場は中央市場のみの開設で235頭の上場があり、平均価格は、雌757,835円(前回は41,767円高)、去勢839,487円(前回は33,137円高)、総平均807,174円(前回は41,828円高)で“続伸”の相場展開となりました。

今月は中国地方で唯一島根市場の開催で、購買者も多く、上場牛は発育良好で体積感に富む牛が多くみられ、全国的に“堅調”の状況も相まって前月市況を上回る活発な相場展開となりました。一方で全国的な素牛不足により長期に渡り子牛価格の続伸傾向が続いており、枝肉価格は保合で推移しているものの、今後の相場展開に目が離せない状況です。



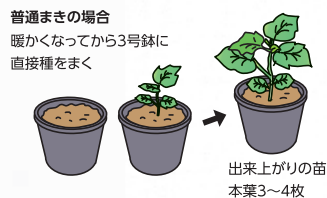
形・色が多彩で 楽しみやすい ズッキーニ

板木技術士事務所 ● 板木利隆

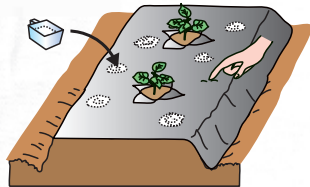
ズッキーニはカボチャの仲間の「ペポ種」の一つで、つるなしカボチャの別名もあります。他に日本種、西洋種があります。近年消費が急速に伸びて知名度も高まり、今やすっかりおなじみの野菜となりました。主にはキュウリほどの大きさで若取りします。ゴルフボール大のかわいい球形果の品種もあり、バリエーションが豊富です。

種まきの適期は3月下旬からですが、種子は早めに準備しておきましょう。

苗作りは普通のカボチャに準じて、3号のポリ鉢に2粒まきし、本葉出始めの頃間引いて1本立てとし、本葉3~4枚になった頃に畑に植え出します。元肥に堆肥、なたね油かす、化成肥料を施し、畝間130~150cm、株間70cmぐらいに植え付けます。



第1回追肥
植え付けの半月後、株の近くの所々に指先で穴を開け、肥料を施す。
化成肥料 1株当たり大さじ1杯



第2回追肥
収穫始めの頃、フィルムの裾をめくり上げて追肥する。
化成肥料 1株当たり大さじ2杯

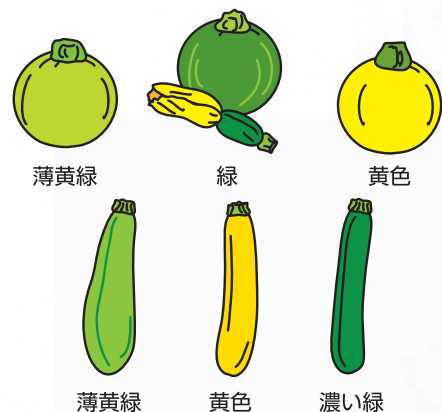


風が強い場所ではつるが振り回されないように短い支柱を交差させて立て固定する

しょう。

主な品種としては、長形緑色果の「ダイナー」(タキイ種苗)、「グリーントスカ」(サカタのタネ)、黄色果の「オーラム」(タキイ種苗)、「ゴールドトスカ」(サカタのタネ)、卵形果の「グリーン・エッグ」「ゴールドイー」「ブラック・エッグ」(神田育種農場)などがあります。

炒め物、揚げ物、煮物など、さまざまな調理に向くズッキーニ。収穫遅れで大果になり過ぎた場合は、パーベキューにするとおいしくいただけます。



雌花は短縮した茎に多く付き、開花後の肥大は早いのが特徴です。長形種は20cmぐらいになったら遅れずに収穫しましょう。通常開花後3~6日ぐらいで収穫しましょう。

多湿を嫌うので、畑の排水を良くするために、図のように短い支柱を、つるを挟むように交差させて立て、固定しま

※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。

島根県庁 農村整備課からのお知らせ

始めてみませんか 農地や水路の 草刈り交付金

地域でチームを作り、チームの活動として行う農地・水路・農道・ため池などの草刈りや泥上げ作業に対して交付される交付金があります。その名も「**多面的機能支払交付金**」（以前の名前は「農地・水保全管理支払」でした。）

農業や農村はいろいろな役割（多面的機能）を持っていますが、この役割は皆さんの普段の草刈りや泥上げにより保たれています。この交付金は皆さんの活動を支える交付金です。

- 交付対象** 農業者のみ または農業者および地域住民等で構成される組織 など
- 交付金額** 保全対象が田の場合**3,000円**／10a／年 など
- 対象活動** 農地法面の草刈り、用排水路の泥上げ、水路・農道・ため池の軽微な補修 など
※5年間の計画・実施が必要です。
- 受付期間** 6月（市町村毎にメ切日は異なります。）

※申請には、活動組織の規約等の作成が必要です。お早めにお住まいの市町村の農業関係課または県農村整備課（TEL：0852-22-6262）までお問い合わせください。



JA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

JA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・益田店・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。

JAしまね お問い合わせ／本店経済部 TEL:0853-25-8907

いちごのババロア



ふわふわぶるぶるのいちごスイーツ。プリンのような、ムースのような食感です。旬のいちごの甘酸っぱさと香りが口の中でとろけます。とっても簡単なスイーツレシピです。

●材料（4個分）

いちご……………150g	生クリーム……………100cc
砂糖……………50g	ソース
レモン汁……………小さじ2	いちご……………100g
ゼラチン……………1袋（5g）	リキュール……………少々
水……………大さじ2	

●作り方

- ①いちごをボールに入れつぶす。
- ②①にレモン汁、砂糖を入れ混ぜる。（ミキサー、フードプロセッサーを使うと滑らかになる）
- ③水に溶かしたゼラチンをレンジに20～30秒かけて②の中に入れ混ぜる。
- ④生クリームを6分立てにする。
- ⑤③と④を混ぜて型に入れ、冷蔵庫で1～2時間冷やし固める。
- ⑥ソース いちごをピューレ状にしてリキュールを混ぜる。
- ⑦生クリームや、イチゴ、ソースなどでデコレーションする。

JA職員が、電話や店舗外などで暗証番号をお聞きすることは絶対にありません!

警察官・役所職員・JA等の金融機関の職員を名乗り、訪問や電話で、利用者さまのキャッシュカードを預かったり、暗証番号を聞きだす、さらには現金を引出す詐欺事件が発生しています。



⚠️ **ここに注意!**

- ・他人にキャッシュカードを渡したり、見知らぬ相手はもちろん家族を名乗るような場合でも、暗証番号を教えないください。
- ・不審なことがあった場合や、誤って口座情報を教えてしまった場合は、直ちに、警察・お取引のある支店にご連絡ください。

⚠️ **被害防止策はこれだ!**

1日あたりのATM取引（お引出し、お振込み）のご利用限度額を引き下げることができます。お取引のある支店へご相談ください。

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。

今月の表紙は松江市の堀川遊覧船です。松江城を取り囲む約3.7kmの堀川を、50分ほどかけてゆっくりと遊覧するこの堀川遊覧船は、松江の人気観光スポットとしてたくさんの観光客が乗船します。松江の歴史を解説する船頭さんの名調子も魅力のひとつです。冬季は「やぐらこたつ」を設置した「こたつ船」が運航され、冬の風物詩となっています。

編集後記

この原稿を執筆時点（2月末）で思うことは、今年は雪が少なかったということです。本店がある県庁周辺では雪が一度も積もらず、山間部でも例年と比べるとずいぶん少なかったのではないのでしょうか。毎朝自転車で通勤している身としては雪が無いのはありがたいと思う反面、日本の四季から冬が無くなったみたいで寂しい気もします。（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います。原画の全体は次のとおりです。

