

JAしまねびより



2022

4

April
Vol.73

来月の
外勤日は 5/18(水)・19(木)・20(金)

特集

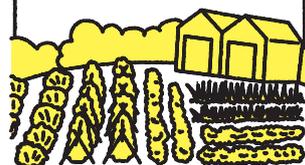
JAのコンシェルジュ
TACを知ろう!

SNSで
旬な情報を
投稿して
います



みつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers

宮廻 拓弥さん
[くにびき地区本部]



JALしまね 石見銀山地区本部版



キャベツの出来を確認する宮廻さん



みーつけた
しまねの
ファーマーズ
Shimane farmers

みやざこ
宮廻 たくや
拓弥さん(31才)

今月は、くまびき地区本部。東出雲町中海干拓地でキャベツの生産に取り組む松江・八束くまびきキャベツ部会の宮廻拓弥さんにお話を伺いました。

身近にあった農業が職業に

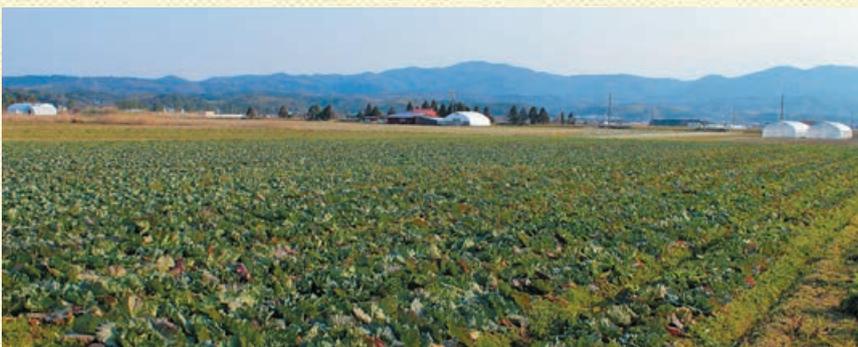
山陰自動車道東出雲IC（インターチェンジ）から北へ、しばらくすると視界に広大な農地が広がります。その中に、約2・4ヘクタールの宮廻さんのキャベツ畑があります。実家もハウスでの野菜栽培などを営まれ、宮廻さんも知り合いのもとで農業研修を受けるなど、「身近に農業があった」と話します。島根県、松江市、JAが生産者の高齢化や生産量の伸び悩み対策として、新規就農者の育成のため開講している「だんだん営農塾」に参加することを決め、農業を職とするため、さまざまな実習を受けました。宮廻さんは、基本的なキャベツ栽培の知識や技術を学び、その内容を確実に進捗させることが大切だと考えています。



一つ一つ丁寧に収穫

県内一のキャベツ生産拠点

中海干拓農地は平成元年に造成され、キャベツの生産を開始。平成3年には、宮廻さんも加入している、松江・八束くまびきキャベツ部会が設立されます。現在、会員数は48名、出荷量は加工用も含めると年間約1,000トン。島根県で生産されるキャベツの半数以上にもなります。「美味しまね認証」を団体取得しており、部会員の産地としての認識も高まり、ルール化で農作業の安全性と効率化が図られています。



中海干拓地に広がるキャベツ畑



キャベツ栽培は夏スタート

キャベツは、長い期間収穫することができます。宮廻さんが栽培するのは、「おきな」「松波」「金剛」「夢舞台」「夢舞妓」の5種類。全て秋冬採りの品種ですが、収穫時期が異なるため11月〜4月まで出荷することができます。夏場の定植に始まり施肥、防除を行います。「収穫量を増やすためには、定植したキャベツを減らさないこと、一つの玉を太らせること。そのためには施肥、防除はとても大切」と宮廻さん。防除には、環境への影響がないフェロモン剤(コナガコン)を使用しています。直接的な殺虫効果はないが、事前に使用することで害虫の発生を防ぐ効果があり、農薬の使用も減らすことができます。

長く続く出荷作業

早いものは11月から出荷が始まり、年を越し4月まで続きます。「適切な時期に、市場の需要の高いサイズを出荷することに集中している」と宮廻さん。



芯をカットする宮廻さん



県統一の専用段ボール箱

1・4kgが目安で、あまり大きなものは加工用として出荷します。キャベツは、一つ一つ丁寧に包丁で収穫し、土や汚れが付かないよう作業場へ運びます。作業場では直ちに、外葉を剥がし、他のキャベツを傷つけないよう芯をカットします。サイズ別に選別し、今年から使用している島根県統一の専用段ボールに詰めて干拓地内の集荷場へ出荷します。冬場の冷たく強い風が作業の進度を遅れさせますが、「降雪が一番大変。キャベツを掘り起こし、畑に入るにも一苦労。今年は雪が少なくて良かった」と苦笑します。

今は農業中心

就農から4年、キャベツ作りは試行錯誤の続く宮廻さん。キャベツ栽培の空く春から夏にかけては、カボチャを栽培しています。収入の安定と、土地の有効利用のためこちらも手が抜けません。

自分ですら、好きなアクシオンゲームでリフレッシュします。それでも、キャベツの収穫量を増やすことが頭の中から離れないそう。

しかし、作業をほぼ一人で行っているため、難しいことも多いとか。早く余暇



くにびきキャベツ

くにびきキャベツの出荷先の大阪は、粉もんの食文化が有名な地域、お好み焼きにも喜ばれているそう。キャベツは加熱することでさらに美味しくなります。甘さや食感を楽しんでみては😊立派な葉のキャベツはロールキャベツがオススメ!



芯を込めて専用の段ボール箱に詰め込みます

を楽しめるようになるためにも、キャベツ栽培に向き合います。1年1作なので農業の勉強には時間がかかります。「チャンスは年1回だけ!」。経験を重ね、一歩ずつ着実に前に進む宮廻さんでした。



topics 1

藤木しんや議員のYouTubeチャンネルに JAしまね女性部の高橋部長が出演！



JAしまね女性部の高橋美佐子部長が、JA全国女性組織協議会の理事として藤木しんや参議院議員のYouTube番組「クッキングチャンネル」に出演しました。

このクッキングチャンネルは、藤木議員が“地域の農業や食の応援につながる企画を立ち上げよう”という想いのもとスタートされ、同協議会の理事ら7人の各県の郷土料理を藤木議員が実際に調理し、理事らはリモートで作り方やコツを伝えながら故郷の食をPRしています。

クッキング島根県編は3月13日に収録を行い、雲南市の郷土料理「焼きサバちらし寿司」と宍道湖のシジミを使った「シジミの味噌汁」の2品を紹介。作り方やコツの他、焼きサバちらし寿司の歴史やシジミの栄養など豆知識情報も盛り込み、画面越しに会話を楽しみながら収録が進みました。



リモートで藤木議員に作り方を伝える高橋部長

完成した料理を食べた藤木議員は「シジミが大きく味も濃い。ちらし寿司もおいしい」と感想を述べられ、高橋部長は料理の出来栄に「リモートとは思えないぐらい手さばきがよく、とても上手にできていますね」と笑顔で話しました。

動画は4月に公開予定です。

topics 2

第51回日本農業賞 わくわくつわの協同組合「優秀賞」受賞



NHK、JA全中、都道府県JA中央会が主催する第51回日本農業賞で、JAしまね西いわみ地区本部が推薦した津和野町のわくわくつわの協同組合が集団組織の部で「優秀賞」を受賞しました。3月11日には、JA島根中央会の石川寿樹代表理事会長と影山喜一常務理事が津和野町を訪れ、表彰状とトロフィーを糸賀盛人理事長と青木徹専務理事に授与し、受賞を祝いました。



糸賀理事長（中央）、青木専務理事（左）と石川会長

同組合は、町内13の農事組合法人で構成。今回の受賞は、無人ヘリ防除の受託、粗飼料生産による耕畜連携、高齢化・過疎化が進む中で全国に先駆けUターン研修生や農業研修生の受け入れ、学校給食への米の無償提供、女性によるキャベツ生産支援など率先して地域振興・活性化に貢献している点が評価されました。

日本農業賞は日本農業の確立をめざして、意欲的に経営や技術の改善に取り組み、地域社会の発展に貢献している農業者と営農集団や、食や農の担い手として先進的な取り組みをしている個人・集団組織を表彰しています。個別経営、集団組織、食の架け橋の3部門があり、集団組織の部には全国から95件の応募がありました。

topics 3

水田園芸の拠点産地の形成へ 水田園芸推進研修会開催



島根県とJAしまねは3月15日、出雲市の県農業技術センターを主会場にオンラインで2021年度水田園芸推進研修会を開催しました。農業者や関係者らが7会場から参加。水田園芸の拠点産地の形成の更なる促進と、産地化の進行を目指し、県内の取り組み事例を共有しました。

JAからは、石見銀山地区本部が「高畝栽培を核としたアスパラガス産地の育成」について、やすぎ地区本部が「玉ねぎ生産振興」について事例を報告しました。



事例を聞く参加者ら

石見銀山地区本部は、生産組合と行政、JAが一体となり、アスパラガス産地育成に取り組んだことを報告。販売高1億円を目標に、作業姿勢の負担が少ない高畝栽培の導入や共同選果場の高度化整備、就農希望者を全面的にサポートする支援体制の構築に取り組み、2018年は200万円に満たなかった販売額が2021年には約2,300万円まで増加したことを報告しました。

やすぎ地区本部は、持続的な営農を目指し、米に代わる主力品目として、機械化による作業効率化などが期待できる玉ねぎに着目。初期投資がかかる農業機械や設備の貸出制度を設け、取り組みやすい環境を作り、法人での取り組みはゼロからスタートした栽培面積が2021年には2.3ヘクタールまで拡大したことを報告しました。

JAのコンシェルジュ TACを知ろう!



JAに「TAC（タック）」と呼ばれる職員がいるのをご存じですか？

由来は、地域農業をコーディネートするという意味を持つ「Team for Agricultural Coordination」。5年後、10年後の地域の農業を担う“地域農業の担い手”を訪問し、聴き取った意見や要望をJAグループの事業に反映させ、地域農業の発展や担い手農業者の所得増大に向けた支援を行う職員のことです。通称「JAのコンシェルジュ」。キャッチコピーである“T:とことん A:会って C:コミュニケーション”のとおり、担い手農業者のもとに出向き、日々奮闘する「TAC」についてご紹介します！



本店 営農企画課
三島宏治課長

伊藤和弘
県域TAC

／ 教えて! ／ ～TACの役割って?～

- ◎地域農業の担い手を訪問してご意見・ご要望を伺い、誠実に応える。
- ◎地域農業の担い手の経営に役立つ各種情報をお届けする。
- ◎地域農業の担い手のご意見を持ち帰り、JAグループの業務改善につなげる。



／ 教えて! ／ ～JAしまねのTAC取り組み事例は?～

農業生産の拡大・手取り最大化に向けた提案

- ◎経営の多角化支援
新たな園芸品目提案による
経営の安定化支援

- ◎新たな経営面への支援
社会保険労務士、行政書士、
金融や融資部門と連携した経営面の支援

新たな担い手農業者の育成支援

- ◎事業承継に向けた支援
事業承継ブックを活用した
親子間の話し合いのきっかけづくり
- ◎新規就農者と
地域担い手農業者との交流会



健康で安全に農業に従事できる支援

- ◎担い手ドックの支援
JA島根厚生連と連携し、
担い手農業者が健康で末永く
生産活動に携わって頂く
ための提案

- ◎大型特殊免許・
けん引免許取得の支援
TACが講師となり、事前
講習会の開催・免許取得ま
での支援



葉は A会って ケーション!!

C体制をご紹介! 任せください~



22名のTACが活動中!
を繰り返しながら、
経営改善等を目指します!



担い手農業者の声
(意見・要望)を聴き取り
情報収集

情報をJA内部で共有!

意見・要望に対し
JAグループとしての
施策を立案!

担い手農業者への個別提案!

課題解決と
経営の改善



三島課長

伊藤県域TAC

本店県域TAC

allしなで各地区本部のTACと共に農業者の皆様役に役立つ情報を発信します。



片寄TAC

小室課長

菊地TAC

くにびき地区本部

農業に夢と感動を感じてもらえるように精一杯担い手の声に応えます!



永塚TAC

天野TAC

加藤課長

やすぎ地区本部

まずはTACにご相談ください!!



小林課長

三原TAC

久井TAC

石橋TAC

雲南地区本部

営農経営支援から大特講習まで!あなたの農業をトータルサポート!
土壌診断もやっちゃんすよー(∩o∩)/ガッツ!!



藤川TAC

池添課長

隠岐地区本部

担い手の方の力になれるよう精いっぱい頑張ります!



本多支店長

隠岐どうぜん地区本部

農業にかかわらず困ったことがあれば何でもご相談ください。

出雲地区本部

永井TAC

堀内TAC

出雲の農業を支える皆様のご意見を聞かせてください。



畑TAC

阿式課長

井上TAC

斐川地区本部

我々TACが農業経営に役立つ情報をお届けします!



富岡TAC

伊勢部長

原TAC

石見銀山地区本部

課題・問題解決に向けて、まずはTACにご相談を!



原田TAC

月森課長

島根おおち地区本部

With担い手 私たちTACは「必ず提案する聴き上手です」



石川TAC

前田TAC

横宮課長

いわみ中央地区本部

農業者の皆様と一緒に地域の農業を盛り上げていきます。



大中TAC

佐々木TAC

肥後課長

西いわみ地区本部

安心安全な農業経営を!TACへお声がけください。



三浦TAC

村上課長

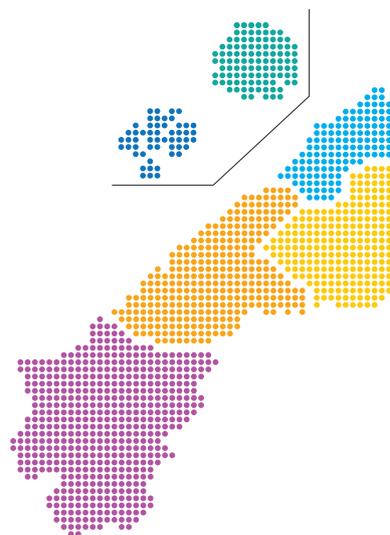
田中TAC

熊谷TAC

合言

Tとことん Cコミュニ

各地区本部のTA ~私たちにお



JALしまねでは、現在
TACは次のSTEP
担い手農業者の課題解決や





輝く50万パワー☆ しまねの女性部!

いわみ中央女性部

いわみ中央女性部は『仲間を誘い活動の輪を広げよう! ~部員一人が一人の仲間を増やそう! ~』をテーマに活動をしています。

令和元年度より地域の方に声をかけ、仲間づくりの場として女性部主催の研修会「きてみちゃんさい」を開催しています。9月には管内めぐりを企画し、いわみ中央地区本部管内の「JA施設」を視察予定でしたが、コロナ禍の影響により中止。しかし、2月には味噌づくりを行い、協力し合いながら無添加の手作り味噌を完成させました。この会を重ねるごとに女性部活動を知ってもらい、地域の方との交流が深まっています。

活動自粛を余儀なくされることもありますが、常に笑顔を決やさず地域で輝く女性部を目指し、様々な活動に積極的に取り組んでいます。



地域のみならず、女性部員が元気になる楽しい活動を行っています



一所懸命青年連盟

JAしまねやすぎ青年連盟

JA YOUTH

さいとう たかひろ
齋藤 剛宏さん



葉物野菜に惹かれて一から学んだ今は、農青連を盟友との情報交換の場として活用し、ビジネスとしてのやりがいや面白さに気付いたといいます。「さらなる規模拡大と、儲ける農業というビジネスの確立が目標」と意気込みを語りました。

地産地消に取り組み、農業を通して、地域に貢献していきたい

JAしまねやすぎ青年連盟(以下、農青連)に加入している齋藤剛宏さん(48)。横浜でレジャーボートや釣りの会社を経営しており、出雲市にある妻の実家に里帰りするたびに田舎暮らしに憧れ、自然に携わるものづくりの農業に興味をもつようになりました。移住を視野に入れ、県内数ヶ所で農業体験をした結果、安来市の研修制度や受け入れ体制に魅力を感じ、2018年2月に家族で1ターン。1年半の研修を経て2019年8月に就農しました。

ハウスでホウレンソウや小松菜などの有機葉物野菜(18棟)を、露地で白ネギやブロッコリーなど(1.2ha)を栽培しています。社会貢献を念頭に置き、安心・安全な野菜づくりだけでなく雇用を創出することを意識しており、老若男女問わず地元の14名のアルバイトに働いてもらっています。

以前は水田と畑の違いも分からなかった齋藤さん。有機



ラッカセイ

園芸研究家 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。

ゆでれば甘く、煎れば香ばしい

ラッカセイの根には、根粒菌が共生し、空気中の窒素を植物に供給するため、窒素の少ない土壌でも生育できます。温暖地では種まき適期は5月中旬～6月中旬です。

品種

ゆで豆向きには、早生の「郷の香」、晩生の「おおまさり」などがあります。煎り豆向きで晩生の「千葉半立」、中生の「ナカテユタカ」、やや早生で最近育成された「Qなっつ」があります。

畑の準備

事前に1平方m当たり苦土石灰150gを菜園全体に散布して耕しておきます。深さ20～30cmの溝を70～80cm間隔で掘り、溝1m当たり化成肥料（NPK各成分10%）100gと堆肥2kgとを施し、土とよく混ぜ、溝を埋め戻します（図1）。窒素が多過ぎると「木ぼけ」し、実の付きが悪くなるため、野菜の後作では肥料を控えめに与えましょう。

種まき

土を盛り上げて幅30cm程度の畝を立て、種は25～30cm（「おおまさり」は50～60cm）の間隔で2粒まきます（図2）。鳥よけは、トンネル状にネットを掛けるか、不織布でべた掛けをします。また、釣り糸を上部に張ると、カラスは羽が糸に触れることを嫌うため、飛来を防ぐことができます。なお、畑の都合や鳥害回避のために、小型ポットで本葉2枚くらいまで育苗してから植え付けることもできます。

灌水（かんすい）

発芽までは十分与え、その後はやや乾かし

気味にしますが、夏の乾燥は実の太りに影響するので灌水すると良いでしょう。

土寄せ

開花後に株元に土寄せをします。この土寄せは子房柄が地中に入りやすくするためです（図3）。

病害虫防除

コガネムシ類の幼虫が、さやを食害する場合があります。掘り取ったときに幼虫がいたら捕殺してください。次年度以降は、フォース粒剤などで防除対策をしましょう。

収穫

ゆで豆向き品種では、「郷の香」は開花期（株全体の半数に開花が始まったとき）からおおよそ70日、「おおまさり」でおおよそ85日のさやが十分に肥大した頃です。煎り豆向きでは、「ナカテユタカ」「Qなっつ」はおおよそ80日、「千葉半立」はさやが膨らみ、網目がはっきりと見えた95日頃で、中の豆の皮が茶色に着色しています。

食べ方

電子レンジを利用した、煎り方を紹介します。乾燥さや50gを耐熱皿に並べ、500Wで1分半加熱した後、攪拌（かくはん）し、再度1分間加熱後攪拌し、さらに500Wで1分間加熱します。加熱の過程でかき混ぜることで、煎りむらを少なくできます。電

子レンジの出力を低く設定し、加熱時間を長く取ることで煎りさやができます。また、むき身では、水に10秒ほど漬けて、紙封筒に入れて50gでは500Wで3分程度加熱します。いずれも分量が多い場合は調理時間が長くなり、少ない場合は短くなります。

図1 畑の準備

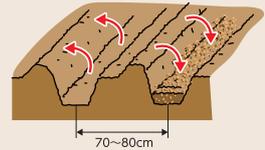


図2 種まき

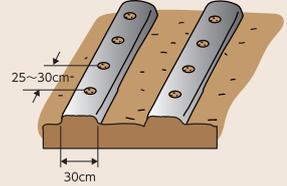


図3 土寄せ



令和元年10月1日からの消費税の軽減税率制度の実施に伴い、令和5年10月1日より適格請求書等保存方式（インボイス制度）が導入されます。そこで今月号より、農業者の皆様へ制度の要点についてQ&A形式でご紹介いたします。

Q インボイス制度の概要について教えてください。



A 現在、消費税の本則課税の計算において「買い手」側が「仕入税額控除」を行うには「売り手」側が交付する「区分記載請求書等」の保存が要件となっていますが、令和5年10月1日からは、「仕入税額控除」を行うには「適格請求書等（インボイス）」の保存が要件となります。これを「適格請求書等保存方式（通称インボイス制度）」と呼びます。

【区分記載請求書等保存方式】
令和元年10月1日開始

【適格請求書等保存方式】
令和5年10月1日開始

区分記載請求書等保存方式

適格請求書等保存方式



区分記載請求書



適格請求書（インボイス）

通称「インボイス制度」と呼ぶ



つまり、本則課税の事業者は、令和5年10月1日以降は、**保存すべき請求書等が変わる**ということだね！

【協議事項】

- ①令和4年2月28日付け やすぎ地区本部の機構改革の実施について
- ②J Aしまね農業振興支援事業要項・令和4年度要領の設定について
- ③「島根たまねぎ」広域調製保管施設の運営について
- ④株Aコープ西日本の株式譲渡について
- ⑤令和3年度3月末決算見込について
- ⑥職制規程の一部改正について
- ⑦組合と理事との取引（契約）の承認について

- ⑧本店施設整備について
- ⑨「従たる事務所」の変更登記について
- ⑩関連団体への役員就任について
- ⑪令和4年度J Aしまね地域貢献活動について
- ⑫出雲地区本部有期雇用者（嘱託・定期職員等）にかかる新人事制度導入に伴う諸規程等の設定・廃止について
- ⑬育児・介護休業法の改正に伴う育児休業等に関する規程、介護休業等に関する規程の一部改正について
- ⑭令和5年4月採用職員募集および採用試験の実施について
- ⑮令和4年度内部監査計画について

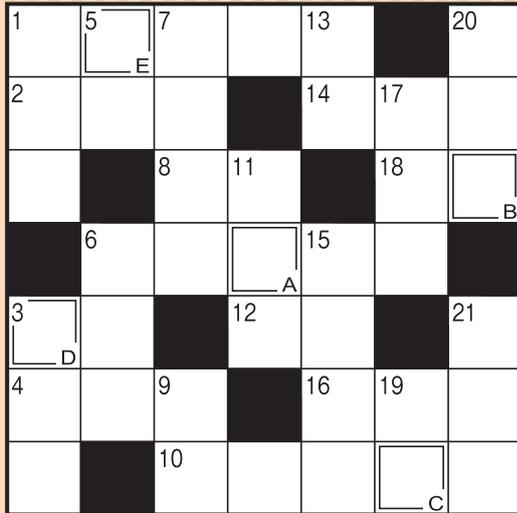


CrossWord Puzzle

クロスワードパズル

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

Answer line with boxes for A, B, C, D, E.

タテのカギ

- ①ハナショウブとカキツバタは——をつけるのが難しい
- ③擬餌鉤（ぎじばり）の一種です
- ⑤米国の通貨単位
- ⑥——の前の小事
- ⑦——の余地もないほど混み合った会場
- ⑨商品を並べて売る場所
- ⑪料理長をフランス語でいうと
- ⑬あごや鼻の下に生えます
- ⑮高校の最寄り駅までの——定期券を買った
- ⑰ジェラシー、焼きもちともいいます
- ⑲プリンセス・ミチコという品種がある花
- ⑳カキツバタに似た花が咲きます
- ㉑燃料ガスや酸素などを詰めます

ヨコのカギ

- ① 5月4日は——。国民の祝日です
- ② 3拍子の曲に合わせて踊ります
- ③ 野球のグラウンドに四つあります
- ④ 調理中の料理から一口分を取って……
- ⑥ 食事制限などで体重を減らすこと
- ⑧ ちらしやにぎりがあります
- ⑩ 柱・傷・5月5日・ちまきから連想される童謡
- ⑫ 届いた手紙の——を切った
- ⑭ バスやタクシーから降りること
- ⑯ 屋外で写生するとき机代わりにする道具
- ⑰ マニキュアを塗るところ



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（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

〒694-0041 大田市長久町長久ハ56-1

J Aしまね 石見銀山地区本部 企画推進課 「クイズ」係

2022年5月6日（金）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆

「ヤエザクラ」



川柳の広場

選句者 島根県川柳連盟会長 竹治ちかし先生

最優秀賞

ひと彩を加え食卓春にする

出雲市 多久和敬子様

優秀賞

ぱつくりと長寿を願う初詣

邑南町 山塚 豊子様

コロナ禍で隣り近所も遠くなり

斐川町 古川シゲ子様

年賀状書けなくなつて母老いる

安来市 斎藤美重子様

佳作

ちよつと春まで死んだふりして冬籠り 出雲市 加本 精一様
 難儀してセットした髪乱す風 浜田市 沖田 邦子様
 戦後まだリンゴの気持読み取れず 津和野町 田中とよし様
 幸せは今日の茶の間の笑い声 斐川町 野中 花蓮様

※校正の都合上、4作品の掲載とさせていただきます。

「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」5月号定価 922円

ご購入はお近くのJAへお問合せください。



J Aしまねびよりは、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）5月号は俳句を募集します。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、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
 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。

令和5年版

J A し ま ね カ レ ン ダ ー 用 絵 手 紙 募 集 !

J A し ま ね 令 和 5 年 版 カ レ ン ダ ー に 使 用 す る 絵 手 紙 (テ ー マ は 「 農 畜 産 物 」) を 募 集 し ま す 。
作 品 採 用 者 に は 農 協 全 国 商 品 券 5,000 円 を 贈 呈



イメージ

Q J A し ま ね 検 索 詳 細 は J A し ま ね の H P を ご 覧 く だ さ い。

絵 手 紙 作 品 テ ー マ

- | | |
|-------------------|----------------------|
| 1 月 / ぼ た ん | 7 月 / タ マ ネ ギ |
| 2 月 / し ま ね 和 牛 | 8 月 / ミ ニ ト マ ト |
| 3 月 / キ ャ ベ ツ | 9 月 / 稲 穂 |
| 4 月 / ア ス パ ラ ガ ス | 10 月 / ト ル コ ギ キ ョ ウ |
| 5 月 / デ ラ ウ ェ ア | 11 月 / 西 条 柿 |
| 6 月 / ア ム ス メ ロ ン | 12 月 / 白 ネ ギ |

- 応募資格 / 島根県内在住者
- 募集期間 / 令和4年6月30日(木)必着
- 応募方法

- ・ 応募サイズは、郵便ハガキ (100×148mm)
- ・ 1人各月1点、コピー不可
- ・ 応募作品の返却はいたしません
- ・ 応募の際は、自作絵手紙の表面に ①住所 ②氏名(ふりがな) ③電話番号
をご記載の上、応募先までお送りください。

- 応募・お問合せ先
〒690-0887 松江市殿町19-1 J A し ま ね ふ れ あ い 福 祉 課 令 和 5 年 カ レ ン ダ ー 係
電話 : 0852-67-7704 FAX : 0852-67-7708

6/30(木)必着

注意 事 項

【応募に関する事項】

- (1) 費用の扱い
デザイン画の作成及び応募にかかる費用はすべて応募者の負担とし、応募作品は返還しません。
- (2) 失格となる場合
提出書類に虚偽の記載をした場合・募集要領の条件を満たしていない場合
- (3) 個人情報の取り扱い
応募者の個人情報は、応募作品の選考、採用通知、採用作品の発表、賞品の授与のために使用します。採用された作品の作者氏名、住所の市町村名などについて公表します。
- (4) その他
応募作品の不達等、送付中の事故については、一切の責任を負いかねます。

【著作権等の帰属に関する事項】

- (1) 応募作品は、第三者が著作権等を利用していないものに限ります。
- (2) 応募作品は、応募者が商標登録出願又は意匠登録出願を行っていないものに限ります。また、応募者は、応募後においても、応募作品についての商標登録出願又は意匠登録出願を行わないものとします。
- (3) 採用作品に関する意匠登録を受ける権利及び著作権(著作権法第27条及び第28条に規定される権利を含む)は、全てJ A し ま ね に 帰 属 し ま す 。 ま た 、 採 用 作 品 に 関 す る 上 記 権 利 の 譲 渡 対 価 は 賞 金 を も っ て 充 て る こ と と し ま す 。
- (4) 採用作品の著作者人格権は行使できないものとします。
- (5) 採用作品は、J A し ま ね が デ ザ イ ン の 一 部 を 修 正 ・ 改 変 す る 場 合 が あ り ま す 。
- (6) 採用作品は、採用決定以後、J A し ま ね の カ レ ン ダ ー や H P 、 S N S 等 に お い て 自 由 に 使 用 で き る も の と し ま す 。
- (7) 応募作品について第三者から権利侵害等の警告又は訴えがあった場合、その作品を応募した応募者は、その解決に全面的に協力するものとします。

ムスイ® オイルクリーナー

油を繰り返し使えるから、エコで経済的!!



使った油を熱いまま処理できます!!

戻れにくい2重構造の注ぎ口

ペーパーフィルターで揚げかすをろ過(1~2回ごとに交換)

熱いまま(約180℃まで)入れられる大容量1200cc(ビニールクロス等の上では注入しないでください)



※ペーパーフィルターは1~2回ごと、活性炭カートリッジは約10ℓごとが交換の目安です。別売のペーパーフィルター・カートリッジをご使用ください。お求めはムスイオイルクリーナーをお買い上げのJA・各支店で。

揚げもの上手はお料理上手。

使い勝手を考えた持ちやすい把手

本体は高級感あふれるステンレスのヘアライン仕上げ

活性炭カートリッジで揚げものからのにおいや色をキャッチ(5~10回ごとに交換)

縦: 約24cm × 直径: 約15cm
容量: 1.2L(満水) ステンレス製

※本製品は不純物による色とにおいの改善を主目的としたものであり、油そのものの劣化(泡立ち・酸化)を改善するものではありません

●材料は新鮮なものを

素材の鮮度が味に出ます!



●揚げるのは野菜から

香りや味の強いものよりまず野菜から。



●元気な油を使う

油は熱・光・空気は弱く、保管が悪いと一見きれいに見えても酸化が進んでいます。ムスイオイルクリーナーなら使った油をきれいにろ過し上手に保管するから、揚げものもおいしく、油の節約にも貢献します!



ムスイ® 無水鍋

株式会社 HAL ムスイ



千両箱 トピックス



TOPICS 1 ● JA石見銀山地区本部が開校するJA講座『菜根館』の卒業式

JA石見銀山地区本部は、素敵なシニアの為のJA講座『菜根館』の卒業式を3月11日に行い、受講生の代表者に卒業証書を授与しました。また、全講座出席の14名に皆勤賞の賞状と記念品を贈呈し、同地区本部の山崎辰次常務理事本部長とJAしまね石見銀山女性部の小林安津子副部長が激励の言葉を贈りました。



卒業式の記念撮影

卒業式の後、例年は同女性部員を講師に、大田市の伝統料理『箱寿司』と『うどん豆腐』を作り、謝恩会をしていましたが、コロナ禍のため『箱寿司』作りに変更し、各自が持ち帰りました。

『菜根館』は、令和4年度も5月に開校します。

TOPICS 2 ● 大田市ぶどう生産組合 鳥井小学校児童がぶどうの剪定体験



剪定作業を体験する児童

大田市立鳥井小学校の児童8名が、大田市ぶどう生産組合の指導の下、ぶどうの剪定を体験しました。同組合は、ぶどうの栽培が盛んな鳥井町の子どもたちに、地元の特産品に興味を持ってもらおうと、平成29年から体験学習を行っており、同校3・4年生の児童を対象に、作業や検査場見学、デラウェアの収穫体験を年間通じて行っています。



伐採される樹を囲み感謝する児童

3月22日、同校内の体験学習用ほ場『ぐんぐんハウス』で、同組合の組合員3名が講師となり、児童に剪定作業の重要性や実施時期を説明。剪定箇所を指示すると、児童は丁寧にハサミを入れました。この剪定体験で今年度の体験学習は終了。次年度も同校3・4年生がぶどうの栽培を体験する予定です。

この日の体験学習の最後は、虫害によって樹勢の衰えた1本のぶどうの樹の伐採作業で、児童は全員で樹を囲み「長い間、ぶどう栽培の勉強をさせてもらってありがとう」と樹に向かって感謝の気持ちを話しかけました。

伐採された樹の一部は、モニメントとして教室に飾られます。

TOPICS 3 ● JAしまね石見銀山女性部 映画『弁当の日』上映&米一握り運動



米一握り運動で米を進呈

JAしまね石見銀山女性部と大田市農業委員会女性部が共同で運営する映画の上映会が3月6日、鳥根県立男女共同参画センター『あすてらす』で開催されました。

映画『弁当の日』は、子どもが自分で作った弁当を学校で食べる小さな実践が、子どもを変える、親、先生も変えていくドキュメンタリー映画で「とてもいい映画だった」「感動した」と、会場は涙する観客が続出。女性部組織の食育活動に大きなインパクトを与える映画となりました。



上映会は感染対策で2回に分けて開催

寄った米をこども食堂やフードバンク等に寄贈する同女性部の米一握り運動として、令和3年産米120kgを市内の3団体（多世代交流食堂みーる堂、大田市社会福祉協議会、ライフサポートしまね）に贈りました。

寄贈を受けた多世代交流食堂みーる堂の高橋賢史さんは「大変ありがたい。早速、使わせていただきます」と話しました。



アスパラガスの共同選果場竣工

久手町にJAしまね石見銀山アスパラガス共同選果場が竣工しました。同選果場は、高畝のハウス栽培技術を取り入れ、生産農家の増加と規模拡大による収穫量の増加を図っている石見銀山アスパラガス生産組合の要望に対応した高機能の共同選果場として、国、県、大田市の協力を得て建設されました。鉄骨平屋面積507㎡の建物に最新の選別機、自動結束機等が備えられており、1日に1t超のアスパラガスの選果能力があります。出荷が始まるこの春、待ちに待った完成です。

3月12日、関係者21名が出席して竣工式が開催されました。JAしまねの石川寿樹代表理事組合長は「JAしまね重点5品目の1つであるアスパラガス増産に必要な選果場が完成しました。生産の仲間を増やして、大田市の特産物として農業振興を進めたい」と挨拶。また、楫野弘和大田市長は「販路の拡大に結び付く設備が整い、生産量の拡大を図っていただきたい。市としても産地化を応援したい」と話しました。

当日は同生産組合の決意表明と活動紹介、テープカットと設備のお披露目も行われ、出荷されたアスパラガスが真新しい機器に流され調整作業が始まると、関係者は各セクションの製品化の様子に見入っていました。JA石見銀山地区本部の山崎辰次常務理事本部長は「販売高1億円を目指して頑張りたい」と話しました。



テープカットの様子



竣工式



石見銀山アスパラガス生産組合の活動紹介

瀬摩高校の生徒が地域農業学習会でアスパラガスを学ぶ

島根県立瀬摩高等学校の生徒が、大田市産アスパラガスの栽培から出荷までの過程を2日間に亘って学習しました。このカリキュラムは、石見銀山アスパラガス生産組合が橋渡し役となり、島根県立農業大学校と島根県西部農林水産振興センター大田農業部、JA石見銀山地区本部が協力して、同校農業系列の2年生31名を対象に行われました。

●3月7日：座学編

同センター大田農業部の永井智子普及員が県内と大田市の農業情勢、大國理紗普及員が同組合の活動内容をPV[※]で、同地区本部の清水瑠星職員が全国でも数少ないアスパラガスの高畝栽培と販売戦略を説明しました。

説明を受けた生徒は、グループワークで意見交換。経営のカギとなるアスパラガスの価格が、今後も維持できるか等の質問があり、大國普及員は、主な出荷先の市場需給情勢に関連付けて説明しました。



座学では自作PVで説明



共同選果場のアスパラガス調整作業を見学



アスパラガスの収穫体験

●3月14日：見学&体験

竣工したばかりのJAしまね石見銀山アスパラガス共同選果場を訪れ、出荷作業が大幅に省力化となった最新機器による調整作業を見学。現在進めているアスパラガスの規格外品や端材を活用した加工品の開発に耳を傾けました。

続いて、アスパラガス生産者の周藤憲寛さんのハウスを訪問。収穫から出荷までの作業の負担を軽減する様々な工夫と仕組みを学び、アスパラガスの春芽を実際に収穫。その場で焼いて食し、その美味しさに驚いていました。生徒からは、農業経営の収支や繁忙期負担について質問があり、周藤さんは、収益性の高い省労力農業の魅力と、それを目指す楽しさを語りました。

※プロモーションビデオ



わ い わ い ひ ろ ば

このページは皆様のお便りが頼りです。
お便りお待ちしております♪

● 読者コーナー

■ コロナ禍の中、道の駅「ごいせ仁摩」オープン、石見神楽公演など明るい兆しも見え、桜の春を迎える頃となり、少しほっこり。孫は、ランドセルとマスクの新1年生。これも新しいスタイルとして慣れてきましたね。
(Tさん)

■ 「自分は詐欺にはかからない」と思っていますが、それがダメなのでしょね。改めて心を引き締めました。
(Tさん)

■ 島根で頑張っておられる「ファーマーズ」の記事を読むと、いつも元気が湧きます。料理のレパートリーが少ない私は「しまねうれしび」で助けられています。
(Kさん)

■ 私もJAグリーンおおだの井田の糍もちで毎年、味噌を作っています。「JAコラム」の子どもたちの作るお味噌汁の話(ステキだと思いました)と「わいわいひろば」の味噌作りのこと(参考になりました)を切り抜き、味噌と一緒に、都会にいる嫁に送ろうと思いました。
(Mさん)

■ 野の草を食す。1月の七草がゆ、ノビルの酢味噌、よもぎ餅、春の代表ふきのとう、フキの若葉佃煮、野カンゾウの酢味噌和え、3月も終わり、桜の蕾も膨らみ、蔵くらも出てくるね。嬉しい春です。
(Sさん)

■ 3月号を参考に、「みかんde洋風ちらし」を作ってみよう。夫が「いつも季節感のある食事を作ってくれて、ありがとう」と言ってくれますので、気を良くして。
(Oさん)

■ 3月号の牛の放牧を夢見て、隠岐の知夫村に移住した市川さん家族。ご縁があったんですね。頑張っていると思います。
一句「届いてね 米一握りとメッセージと」
(Wさん)

■ 「JAコラム・私の食育日記」を読んで、我が家でも小学生の子どもたちに、自由に食材を選ばせてどんなものができるか、是非やってみようと思っています。
(Mさん)



つぼみくらぶ

JAしまね石見銀山女性部フレッシュミズ部会

会員募集中



今はまだ「つぼみ」だけど、やがて大きな花を咲かせる私たち。お手本は JA 女性部の皆さんです♪

🌱 わたしたちの活動♪

「つぼみくらぶ」は、大田市在住の子育て世代の女性が、楽しく学び、友達の輪を広げる場です。ホッとして、わくわくして、元気になれるグループです。

部会員の「やりたい!」を大切に、月1~2回の自主的な活動を楽しんでいます。活動は、参加したい人が、したいことを、したい日に行っています。

参加は子連れで OK! みんなでおんぶ、抱っこをし合ってワイワイガヤガヤと賑やかですよ♪

JA女性部ってこんなグループ

JAには、女性のネットワークを活かして JA 運動を進める「JA 女性部」があり、全国で55万人の仲間が活躍しています。JAをホームグラウンドに、食と農の架け橋として仲間作りを進めています。JA 女性部のうち、子育て世代を中心に組織されたグループを「フレッシュミズ部会」と呼び、JA 女性部の後継組織として期待されています。「つぼみくらぶ」は、JA しまね石見銀山女性部のフレッシュミズ部会です。

🌱 こんな方にオススメします!

- * 食と農に関心がある
- * 子育て期を生き活きと過ごしたい
- * 学んだことを家庭で活かしたい
- * 今、気になっていることがある
- * 何でも話せる友達ほしい

年会費は500円

その他、活動によっては資材費などを実費負担いただく場合がございます。

2021年度活動 一例

・焼肉のたれ作り・無添加ハム作り・ぶどう狩り・夕食作り(餃子、魚フライ等)・夏野菜カレー&アイスクリーム作り・乳和食(牛乳を使った減塩・カルシウムが取れる料理)・クリスマスケーキ作り等々いろいろ!!

お母さんの笑顔が
平和を作る



【お問い合わせ先】 JAしまね石見銀山地区本部 企画推進課 ☎ 0854-82-1009



新入職員紹介

JAしまね石見銀山地区本部に
新入職員が加わりました。
1カ月間の研修を終えたあと、
5月1日付で記載の部署に配属されます。

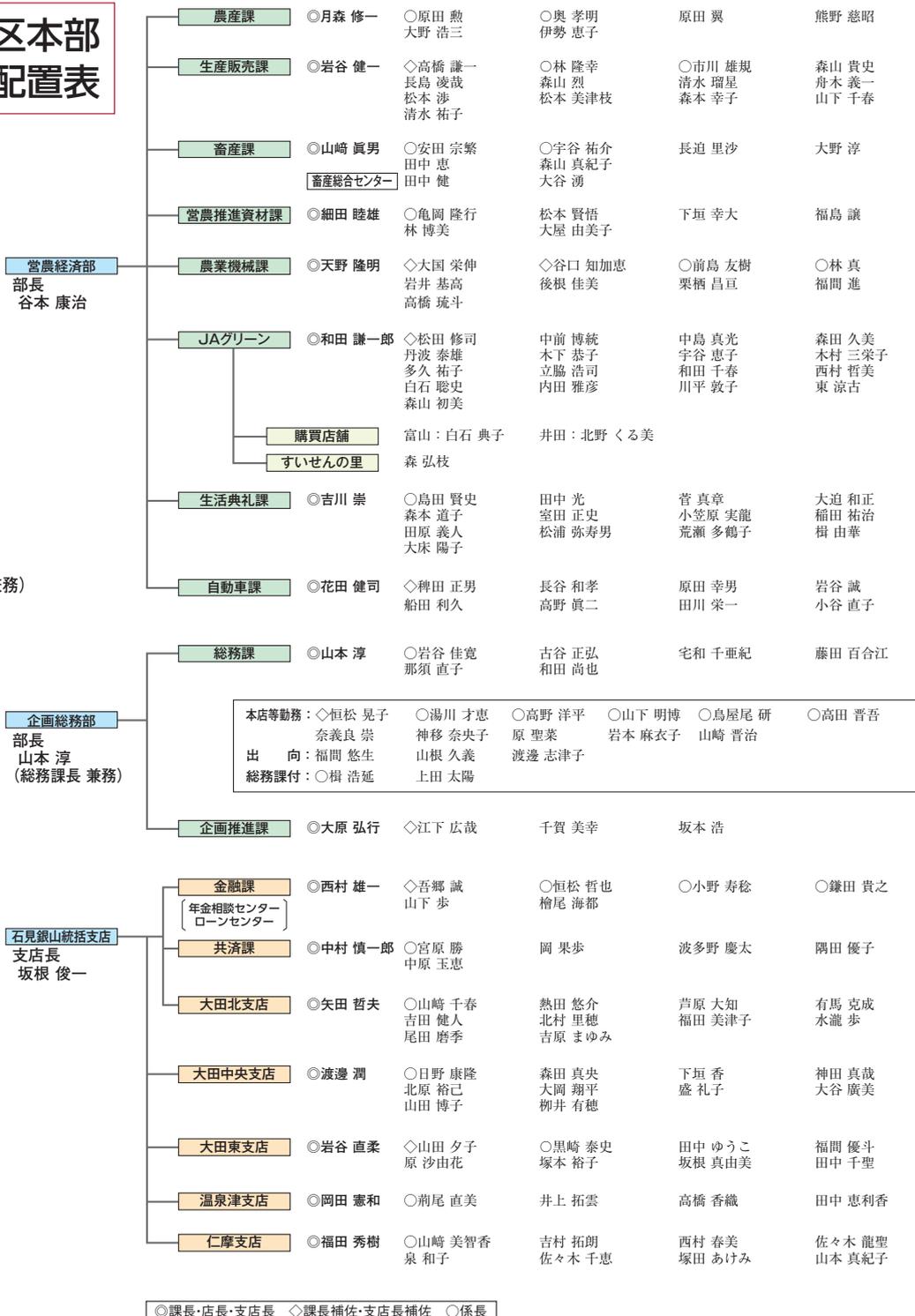
よろしく
お願いいたします!!

うえだ たいよう
上田 太陽
(大田中央支店)



石見銀山地区本部 機構と職員配置表

令和4年4月1日



本部長
山崎 辰次

統括部長
(企画総務部長 兼務)
山本 淳

【職員数】	
男性	108名
女性	71名
合計	179名

○課長・店長・支店長 ◇課長補佐・支店長補佐 ○係長



JAコラム



私の食育日記

大豆探し

息子は小豆が大好きです。ケーキより和菓子を好みます。そこでいつも小豆をまとめて煮て小分けして冷凍し、アイスにのせたりパンに付けるのはもちろん、カボチャと一緒に煮たり、お米と炊いたり、おやつにも食事にも登場します。小豆はタンパク質が豊富で必須アミノ酸を多く含み、便通促進効果があるとされるサポニンも含まれているので、親としては、豆類、小豆や大豆製品をしっかりと食べてくれると安心です。そんな話を息子にしたら、まさかの「大豆は食べてないよ」という返答が。いやいや、たくさん食べていますよ。ということで、おうちにある物で、大豆からできている物を探してみることになりました。

豆腐、厚揚げから始まり、納豆と次々見つけていくと、子どもたちは宝探し気分。しょうゆ、みそまで見つけると、子どもたちはびっくり。「大豆ってすごい」と喜んでいました。ちなみに娘が大好きなエダマメは大豆の若者だよと話すと、さらに驚き、「大豆いっぱい食べていたね」と大発見でした。

大豆のすごいところは、脂質、タンパク質共に豊富などころです。人

食育インストラクター ● 岡村麻純

間の体内のタンパク質は20種類のアミノ酸からできていますが、そのうち9種類は、体内では作ることのできない必須アミノ酸です。大豆にはその必須アミノ酸が全部含まれています。そのうちのリシンやトリプトファンが多く含まれています。これは穀類には不足しがちなアミノ酸です。つまり、ご飯とおみそ汁というコンビは、少ない必須アミノ酸をお互いに補い合っている最強コンビなのです。和食って素晴らしい。

その夜、豆腐のおみそ汁を食卓に出すと、息子は「ママ、大豆に大豆を入れちゃってるよ」と笑いながら、普段残しがちなおみそ汁をきれいに飲み干してくれました。知るといことがきれいに食べようという気持ちにつながってくれたことがとてもうれしかったです。



ゴールデンウィークの業務予定

		4/29(金)	4/30(土)	5/1(日)	5/2(月)	5/3(火)	5/4(水)	5/5(木)	
営農経済部	農産課	休業		育苗センター対応	通常業務	休業		育苗センター対応	
	生産販売課 <small>〔集荷所〕 〔農産物集荷便〕</small>	通常業務	休業	休業	通常業務	休業	通常業務	休業	
	畜産課	休業		通常業務	通常業務	休業		休業	
	営農推進資料課 <small>〔資料受渡〕 〔定期配送〕</small>	AMのみ営農相談開設		休業	通常業務	AMのみ営農相談開設		休業	
	農業機械課	通常営業							
	JAグリーンおおだ	通常営業(9:00~18:30)							
	富山購買店舗	休業	通常営業	休業	通常営業	休業			
	宅野購買店舗	休業	通常営業	休業	通常営業	休業			
	井田購買店舗	休業			通常営業	休業			
	すいせんの里	通常営業(8:30~15:00)							定休日
	生活典礼課	当番体制	葬儀専用ダイヤル ☎0854-84-9088		通常業務	当番体制	葬儀専用ダイヤル ☎0854-84-9088		
	自動車課	休業	通常営業	休業	通常営業	休業			
	企画総務部	休業			通常業務	休業			
統括支店 石見銀山	金融課	休業			通常業務	休業			
	共済課	休業	事故等のご連絡先 ☎0120-258-931		通常業務	休業	事故等のご連絡先 ☎0120-258-931		
	各支店	休業			通常営業	休業			

ゴールデンウィークにおけるATMの稼働予定

設置場所	4/29(金)	4/30(土)	5/1(日)	5/2(月)	5/3(火)	5/4(水)	5/5(木)
JAグリーンおおだ				9:00~18:30			
大田市立病院	休止			9:00~19:00	休止		
イオン大田店	9:00~20:00			9:00~21:00	9:00~20:00		
大田北支店	9:00~20:00	8:45~20:00		8:30~21:00	9:00~20:00		
大田中央支店	9:00~17:00	8:45~20:00	9:00~17:00	8:45~20:00	9:00~17:00		
大田東支店・温泉津支店 仁摩支店・三瓶店	9:00~17:00	8:45~17:00	9:00~17:00	8:45~20:00	9:00~17:00		
高山店	9:00~17:00	8:45~17:00	9:00~17:00	8:45~19:00	9:00~17:00		



みんなの直売市情報

3月の売上ベスト10 (数量ベース) ※苗物・海産物を除く

JAグリーン
おおだ
16,951点

キャベツ・しびき・いちご・大根・
ブロッコリー・あすっこ・ほうれん草・
菜の花・生椎茸(原木)・あんもち

すいせんの
里
1,852点

キャベツ・ほうれん草・白ネギ・大根・
生椎茸(原木)・しびき・セリ・ブロッ
コリー・サニーレタス・ばら寿司



5月の特売日

JAグリーンおおだ
すいせんの里 5月13日(金)・14日(土)

2店舗合同セール

ポイント5倍デー

毎月 5日、15日、25日(5のつく日)

たまご半額の日

毎月 10日、20日、30日(0のつく日)

松田副店長の 独り言



テレビからは、物品の値上げや目を覆いたくなるような戦いの報道など、
暗いニュースばかりです。そのような中、「桜」を始めとする春の花が咲き、
変わらない季節の営みに心が和みます。売場は「ふきのとう」から「たけ
のこ」へ移り変わり、皆様からの出荷物で季節を感じています。

新年度が始まりましたが、今年度も引き続き多くのご出荷をいただき
ますよう、お願いいたします。

JAグリーンおおだ、すいせんの里、生産販売課

※このコーナーは、石見銀山産直出荷者協議会の情報コーナーです。

石見銀山地区本部管内 3月子牛市場ランキング ベスト5 (本人取り除く)



▶次回も頑張ります。

山口

又キ最高

右から順に)
大和くん
太陽くん
愛奈さん

▶後継者に、いい報告ができました。これからも勉強して頑張ります。



メス最高

温泉津町井田
森友稀さん

【又キ】

順位	地区	氏名	体重	日齢	父	祖父	祖祖父	祖々祖父
1	山口	大國 裕紀	344	277	諒太郎	安福久	平茂勝	藤桜
2	多根	三登 芳己	336	263	紀多福	芳之國	美津照重	勝忠平
3	富山	幸村 正人	322	295	美国桜	美津照重	美穂国	勝平正
4	井田	吉田 淳一	346	231	福増	美国桜	百合茂	平茂勝
5	富山	白石 祐	319	288	紀多福	隆之國	平茂晴	勝忠平

【メス】

順位	地区	氏名	体重	日齢	父	祖父	祖祖父	祖々祖父
1	井田	森 德行	305	284	紀多福	安福久	平茂晴	平茂勝
2	山口	石橋 秀幸	343	288	愛之國	金太郎3	安福久	勝忠平
3	久手	榎農隊清滝牧場	270	279	福勇紀	美津照重	福之國	勝平丸
4	志学	高田 雅晴	240	282	紀多福	美国桜	安福久	百合茂
5	長久	岩崎智佐子	236	278	久茂福	第7福桜	茂重桜	糸光◆

3月子牛市場の成績表

(本人取り含む・金額は税込)

種別	市場	取引頭数	最高価格	最低価格	平均価格	対前月	対前年同月	平均体重	平均日齢
メス	管内	14	826,100	507,100	595,336	-94,449	-67,257	276	289
	中央	101	1,048,300	400,400	658,127	23,002	-47,998	279	284
	県	160	1,048,300	110,000	613,126	-21,999	-54,806	276	284
又キ	管内	15	965,800	550,000	744,847	-48,528	-64,637	297	276
	中央	139	1,017,500	447,700	773,624	-56,387	-67,453	298	276
	県	233	1,050,500	33,000	764,760	-65,251	-72,780	298	276

子牛市場

令和4年3月16日



銀争はるばる

石見銀山戦国争奪絵巻(10)

忍原崩れ(4)

本城常光と多胡辰敬(岩山城主、久手町)の軍勢は松山城(大田町)を立ち、三瓶川沿いの道を通って瓜坂城(川合町)に移動する。ここで、毛利の補給拠点となっている亀谷城(川合町)を抑える役割を担った多胡辰敬は、東の小屋原城(三瓶町池田)に向かう。常光の軍勢は、西の鶴ヶ城古城跡(川合町)に深夜密かに移動。毛利軍が静間川沿いに進むならば、総大将尼子晴久の軍勢と呼応し挟み撃ちにする策も想定しながら、古城跡の奥の曲輪に潜んで忍びの枯太の知らせを待った。

2万5千の尼子軍は数的有利ではあるが、山あり谷あり河川ありのこの地域で戦線が拡大することになると軍勢の布陣に濃淡が発生し、局



瓜坂城跡

三瓶川と静間川を結ぶ道の峠にあり、亀谷城から見て山吹城の反対方向に位置する。瓜坂氏居城



亀谷城跡

忍原狭の亀谷川と面谷川の合流点に位置し、毛利の山吹城補給の中継拠点であったという



小屋原城跡

小屋原川の源流付近に位置し、三瓶山側から亀谷城を攻略する絶好の位置にあった



鶴ヶ城跡

羽を広げた鶴のような地形が名の由来。小笠原氏居城であったが、戦国後期には古城となり使われていなかったという

地的に敗れたり護りを突破されたりすることも想定される。毛利の援軍を退けたとしても、離反した刺賀長信の護る山吹城を奪還できなければ、17年前に大軍で攻めた毛利の本拠地安芸吉田郡山城での敗戦を心に刻んでおり、その二の舞になることを最も恐れていた。それは常光と経四郎も同じであった。今、毛利の宍戸軍を迎え撃つ尼子軍のうち常光の軍勢は、陣立てを偽装したり道を迂回して移動したりして、宍戸軍に実際の位置を気づかされておらず、戦術的に有利な状況にあった。

一方、毛利方にも事情があった。山吹城主刺賀長信の味方引き入れに成功したものの周辺の国人領主の旗色はそれぞれで、石見銀山の領有を確固たるものにするためには、この地域での

勢力拡大は急務であった。このため石見では、一定の影響のある名門小笠原家の力を利用しようとする居城温湯城(川本町)攻略のため主力の軍勢を進めたところ、その虚を突かれて山吹城を尼子の軍勢に囲まれたのである。

山吹城には、守りを固める目的で毛利の目付と兵数百を進めていたが、補給線が貧弱なため城を囲まれ兵糧攻めとなると、派遣した兵の数が逆に大きな負担となる。銀の採掘や運搬のため相当の人口となっていた石見銀山周辺では、兵の食糧や物資の現地調達は叶わず、絶えず交易や補給に依存しなければならぬという特異な事情があり、このため温湯城攻略の軍勢の編成を急遽変更し、最優先で山吹城への補給をしなければならぬ状況であった。

〈次回に続く〉



ぎんぎんテレビで放送♪

地サンの地ショー

Chisun Chishow Cooking

クッキング

今月の料理

「春の山菜を使ったイタリアン」

今月の先生

カフェ&パスタ ピッコリーノ
代表 有藤 朗さん



① タラの芽、アスパラガスを使ったグラタン

<材料(2人分)>

- ・タラの芽 80g
- ・アスパラガス 80g
(石見銀山アスパラガスがお勧めです。)
- ・ペンネ 40g
- ・ベーコン 20g
- ・玉ねぎ 1/2個
- ・バター 50g
- ・小麦粉 30g
- ・牛乳 300cc
- ・塩、コショウ 各少々
- ・とろけるチーズ 20g
- ・パン粉 少々

<作り方>

- ① ペンネをたっぷりのお湯と1%の塩で袋の指示どおりの時間で茹でる。
- ② タラの芽、アスパラガスを下処理し、ペンネと同じように茹でる。
- ③ 玉ねぎ、ベーコンをバターで炒め、小麦粉と牛乳でペースト状にする。
- ④ ③にペンネ、アスパラガスを混ぜて塩、コショウし、耐熱容器に入れ、とろけるチーズとパン粉を振り入れる。
- ⑤ 表面にタラの芽を飾り、200℃のオーブンで15分焼く。



② クレソンのジェノベーゼ ～今回は、クレソンとカシューナッツで作る～

※ジェノベーゼとは、バジルに松の実やニンニク、チーズなどを混ぜ、ペースト状にしたソース。

<材料(2人分)>

- ・パスタ(1.9mm) 200g
- ・クレソン 50g
- ・カシューナッツ 50g
- ・オリーブオイル(ピュア) 50g
- ・粉チーズ 50g
- ・コショウ 少々
- ・パン粉 10g
- ・桜海老 20g

<作り方>

- ① パスタを茹でる。(袋の指示どおりの時間で茹でる。)
- ② フライパンにオリーブオイル適量、パン粉を入れ、火をつけてカリカリになるまで炒める。
- ③ クレソンの葉だけを摘み水洗いし水気を切り、カシューナッツ、オリーブオイル、粉チーズ、コショウを加え、ミキサーにかけてペースト状にする。
- ④ ボウルの中に③と①を混ぜて器に盛り、②と桜海老をトッピングする。

③ ごとみ、ふきのとう、タラの芽のフリット ～今回は、お好み焼粉で簡単に作る～

※フリットとは、イタリア語で揚げる。メレンゲを使うのでフワツとした食感。ビールや炭酸水を使うことも。

<材料(2人分)>

- ・ごとみ 40g
- ・ふきのとう 40g
- ・タラの芽 40g
- ・お好み焼粉 100g
- ・水 50g
- ・サラダ油 1ℓ
- ・レモン 1/4個

<作り方>

- ① ごとみ、ふきのとう、タラの芽を下処理する。
- ② お好み焼粉に水を加えて衣を作る。
- ③ ①に②を付けて180℃のサラダ油で揚げる。
- ④ 器に盛り、レモンをくし形に切って添える。

提供：JAしまね石見銀山地区本部



JA共済の
地域貢献活動

年金無料相談

複雑な年金手続きのお手伝いをいたします。どなたでもお気軽にご来店ください。

5月15日(日) JA大田中央支店

☎0854-82-0105

5月29日(日) JA大田北支店

☎0854-82-7333

※時間はいずれも9:00～14:00

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。



* 新玉ねぎの肉巻き照り焼き



コメント

- 少量のお肉でも、ジューシーで甘みの強い新玉ねぎを包むことで、満足のいくボリュームと美味さに！
- 玉ねぎの芯は取らずに残しておく、ばらばらになるのを防ぎ、巻きやすいです。

アレンジ

- 新玉ねぎでない場合は、⑤のところで大さじ2杯の水を加え、蒸し時間を長めにしてじっくり火を通してください。
- しいたけ・竹の子・ゆでた大根を巻いても美味しいです。
- ケチャップと中濃ソース同量を混ぜ合わせてからめれば、洋風にも仕上がります。

材料 (4人分)

- 新玉ねぎ……………2個
- 塩こしょう……………少々
- 小麦粉……………大さじ1
- 青じそ……………8枚
- 豚肉しゃぶしゃぶ用… 16枚
- サラダ油……………大さじ1
- 酒……………大さじ2
- 濃口醤油……………大さじ2
- みりん……………大さじ2
- 砂糖……………小さじ1
- 刻みパセリ……………適量

作り方

- ①新玉ねぎは皮をはぎ、縦に8等分に切る。青じそは縦半分に分ける。
- ②まな板の上に肉を広げ並べて、塩こしょうと小麦粉を薄く振る。
- ③肉1枚の手前に青じそ1枚と玉ねぎ1切を置いてしっかりと巻き、軽く握って密着させる。残りも同様にして、全部で16枚巻く。
- ④フライパンに油を熱し、肉の巻き終わりを下にして並べ入れ、焼き色がついたら裏返す。
- ⑤全体に焼き色がついたら、混ぜ合わせたAを加え、蓋をして弱火で5分間蒸し焼きにする。
- ⑥蓋を取り、時々裏返ししながら煮絡めて水気を飛ばす。
- ⑦皿に盛り付け、刻みパセリを散らしたら完成。

材料 (4人分)

- パスタ……………320g~400g
- 春キャベツ……………300g
- 竹の子(茹)……………200g
- しいたけ……………2枚
- アスパラガス……………4本
- ベーコン……………80g(4枚)
- バター……………20g
- 小麦粉……………大さじ3
- 牛乳……………500cc
- 固形コンソメ……………2個
- 味噌……………大さじ2
- 黒こしょう……………少々

作り方

- ①鍋にたっぷりのお湯を沸かし、パスタを表示通りの時間茹でる。
- ②キャベツはざく切りに、竹の子・しいたけは厚さ5mmの薄切りに、アスパラガスは3~4cmの長さの斜め薄切りにする。
- ③ベーコンは1cm幅に切る。
- ④フライパンを中火にかけバターとベーコンを入れて炒める。
- ⑤ベーコンに火が通ったら、Aを加えて炒め、しんなりしてきたら、塩こしょうで軽く下味をつける。
- ⑥一度火を止め、小麦粉を加え粉っぽさがなくなるまで混ぜたら、牛乳・コンソメを加えてよく混ぜ、再び火をつけ、木べらで底からよく混ぜながら火を通す。
- ⑦トロミがいたら、味噌とアスパラガスを加え火を通し、茹で上がったパスタも加え、ソースをからめる。
- ⑧皿に盛りつけ、好みで黒こしょうを振ったら完成。

コメント

- 生クリームを使わず、最後に味噌を加えることでコクが増します。
- パスタのゆで汁は、洗剤代わりに使えます。つけ置き洗い用に捨てずに残しておきましょう。

* 春野菜の味噌クリームパスタ



アレンジ

- 具はなんでもOK!玉ねぎ、ほうれん草、小松菜、人参、スナップえんどう等いろいろアレンジしてみてください。
- ベーコンをシーフードミックスや鮭、鶏肉、ウインナーに変えても美味しいです。
- ゆで汁を大さじ2~4加えると、さらっとしたソースも楽しめます。

JA島根厚生連

健康散歩

春は入学・進学・就職・転勤など新しい生活の始まりの季節ですが、生活環境の変化に伴って心身ともに不調をきたしやすい季節でもあります。さらに長引くコロナ禍の影響で、ストレスやメンタル面の不調をより感じている方も多いのではないのでしょうか。一日の疲れをほぐし、過剰なストレスをため込まないように毎日を過ごすには、入浴が効果的です。



入浴にはどのような効果があるのでしょうか。

1. **温熱効果**：湯船につかると体温が上がり、体内の毛細血管が広がって体のすみずみまで温まり、全身の血流を促進します。また新陳代謝が高まって老廃物や疲労物質の代謝が進み、疲労回復が格段によくなります。
2. **水圧効果**：体にかかる圧力のことで、体じゅうにマッサージ効果をもたらします。この圧力はウエストを3~5cmも細くするだけでなく皮膚血管にも加わり、そのため手足にたまった血液が押し戻されて血行

よい(4)風呂(26)の日

がよくなり、リンパ液の流れもよくなります。

3.浮力効果：人間は活動しているときはもとより、ただ立ったり、座ったりしているだけでも体の筋肉は働いています。水の中に入ると浮力により体重は普段の約10分の1になります。浴槽のたっぷりとしたお湯につかれば、いつも体重を支えている筋肉の緊張がほぐれ、ホッと一息つくことができます。

このような効果を十分に得るために、シャワーだけで入浴を済ますのではなく、湯船につかる習慣を作るとよいでしょう。

4月26日は、「4(よい)26(風呂)」という語呂合わせで、日本入浴協会が「よい風呂の日」と制定しています。この日は、親子でお風呂に入って対話を深めたり、家族同士のふれあいを促したりすることを目的としています。入浴はただ身体を清潔にするためだけでなく、体調を整える効果的な場でもあります。コロナ禍でおうち時間が増える中、ゆったりと湯船につかって体を温め、心身ともにリラックス、リフレッシュした日々を送りましょう。

【編集後記】春と言えば皆さん何を連想されますか?車で走っていると、梅、菜の花、河津桜…など鮮やかな景色が広がり、目で楽しい季節がやってきたな~と感じながらドライブを楽しんでいます。今月号はキャベツ生産者の宮廻さんと、うれしびではタケノコと新玉ねぎの料理をご紹介します。この機会にぜひ食事でも春を満喫していただくと嬉しいです◎(安)