



JAしまねびより

2021

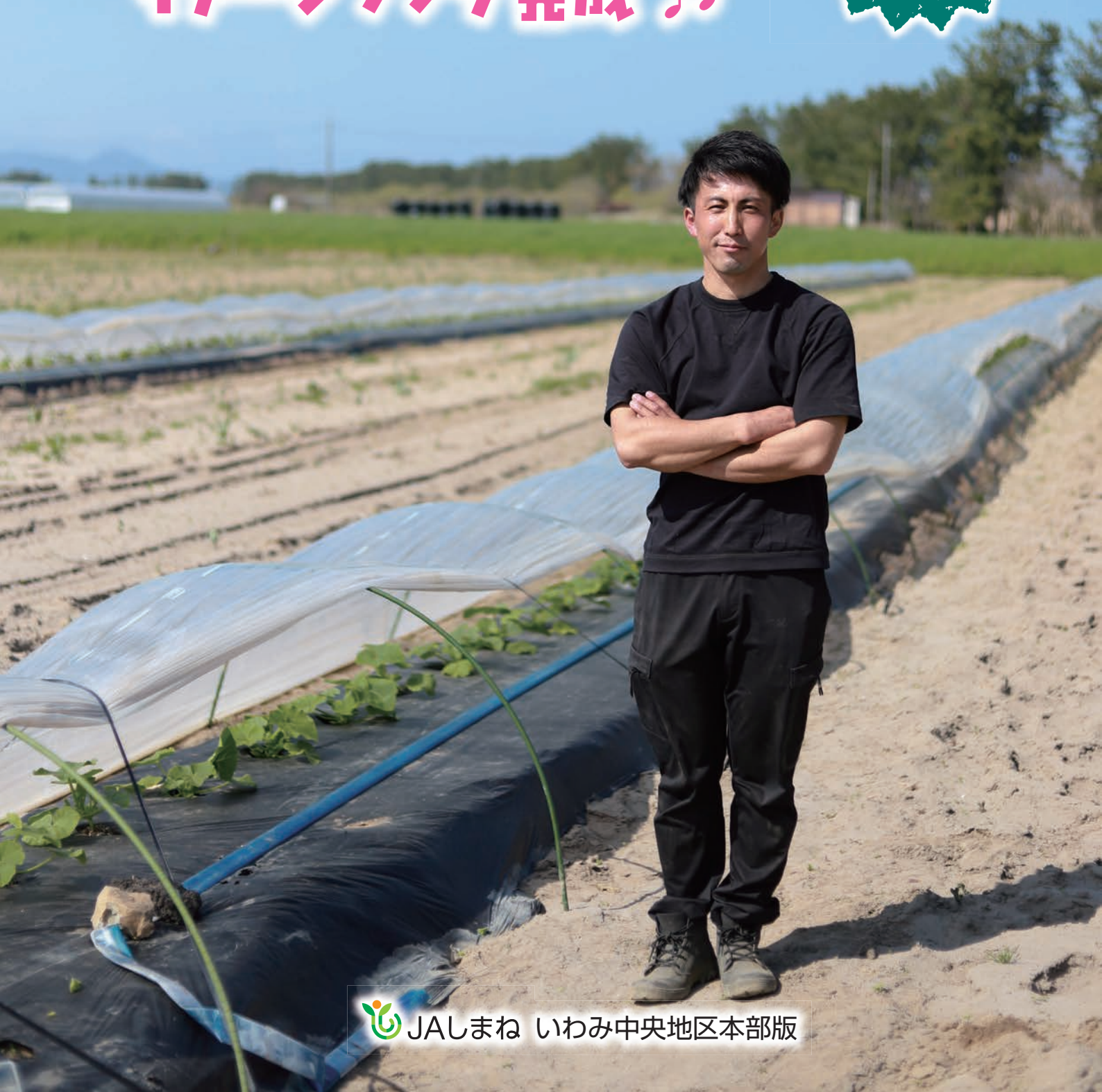
5

May
Vol.62



特集

♪JAしまねの イナージ・バンク完成♪



JAしまね いわみ中央地区本部版



興味があった農業の道へ

松江市東出雲町にある中海干拓地。ここは広大な敷地に農業機械を用いた大規模な営農が可能で、主にキャベツの産地となっています。藤井さんは、ここで新たな特産として期待されている「南瓜」の栽培に取り組んでいます。以前は食品の卸売業者で働いていましたが、実家の祖父母がしていた農業を見てきて興味を抱き、新規就農を決意しました。その後、松江市が行う産業体験やJ.Aしまね・県・市が連携して開催している「だんだん営農塾」でキャベツコースを受講。それと同時に農家での研修もスタートさせました。現在は独立して2年目。春・夏は南瓜、秋・冬はキャベツを中心に一人で農地を管理しています。



キャベツを収穫する藤井さん

藤井 秀樹さん(34才)

今月は、くにびき地区本部。松江市東出雲町で「くにびき南瓜」の生産に取り組みむ藤井秀樹さんにお話を伺いました。



新たな特産として期待される

「くにびき南瓜」

藤井さんが独立を目前に控えていた頃、J.Aしまねくにびき地区本部の担当者は、どうすれば若手農家たちが持続的な農業ができるか、将来を見据えたビジョンを思考していました。秋冬のキャベツは、近年の価格低迷と新型コロナウイルスの影響で経営が不安定。また、他の作物を始めるには、資金を確保することも難しいのが現状でした。そんな課題を目の当たりにし、安定して収入を得られる作物や方法はなにかと探していたところ、タイミング良く出会ったのが「ブラックのジョー」という品種の南瓜でした。南瓜は価格が安定的で、出荷数量が確保できれば良い収入源となります。また、一部にキズ等がついてしまっても、その部分以外を切って地元産直市へ直接出荷することでロスを減らすことも可能。さらに、松江市の協力を得て病院や学校給食でも使用され、地元農家の野菜を安心して食べられる地産地消にも貢献しています。こうして現在、「くにびき南瓜」は若手農家の経営の基盤になると同時に、この地域の特産としても注目されています。



一人で黙々とやる作業が好きなので、南瓜の栽培は自分に合っています。どちらかと言うと、機械作業の方が苦手かも





時期をずらしながら 年中何かを栽培できる環境を

この地域で南瓜の生産を始めようと思った理由がもう一つあります。栽培方法や時期の工夫次第では秋～冬に収穫を迎えるキャベツに影響を与えないからです。この地域で取り入れられているトンネル栽培では、キャベツの収穫が終わるような時期に定植を始めることができます。トンネルを張る作業など手間はかかりますが、この方法を用いて早い時期から定植を始めることで、同じ農地で2つの作物を作ることが可能になります。

手作業が多い南瓜の栽培

前述の理由とJAからの勧めもあり、藤井さんは独立と同時に南瓜の栽培も始めました。しかし、営農塾や研修で学んだキャベツとは栽培方法が異なる南瓜。キャベツはほぼ機械作業に対し、南瓜は機械でできない作業も多く、最初のトンネルを張る作業からすべてを手作業で行います。また、南瓜は地面に着くと黄色くなってしまう特性もあり、それを避けるためマットを一つ一つ敷き、色回りに気を配ります。「どの作業も大変ですが、元々、一人で黙々とやる作業が好きなので、南瓜の栽培は自分に合っています。どちらかと言うと、機械作業の方が苦手かも」と苦笑いする藤井さん。JAの担当者は「真面目な性格の藤井さんだからこそ向いている作業なのかもしれません」と話します。

意外な一面も



奥さんの実家が神社のため、祭りや行事の際には「権禰宜(ごんねぎ)」としてお手伝いもされる藤井さん。また、料理をすることが好きで時々腕を振るうこともあるそうです。ちなみに自分が育てた南瓜は奥さんが料理することが多く、一番好きな食べ方はシンプルに天ぷら。力仕事が多い農業の傍、意外な一面を覗かせてくれました。



トンネル栽培をするJA担当者と藤井さん(右)



作業はひとつひとつ丁寧に



マットを敷き、色回りにも気を配る

プチっと情報!

くにびき南瓜

くにびき地区本部では、黒い皮が特徴の品種「ブラックのジョー」の特産を目指しています。



。「ブラックのジョー」は濃厚な甘さで皮が柔らかく、子どもからお年寄りまで幅広い世代から評判を得ています。店頭に並び始めるのは7月頃から…お楽しみに!!

★お問い合わせ先★

J Aしまねくにびき地区本部
営農経済部指導販売課
電話：0852-55-3031

実は就農するタイミングでお父さんが退職を迎えられたので、本来なら二人で一緒に農業をするはずでした。ところが、昨年お父さんが急逝。「父の分も自分が頑張らないと」と前を向く藤井さん。今は目の前の仕事を必死にこなしていますが、今後は全体を見ながら効率よく作業ができるようになり、もっと収量を増やしていきたいそうです。そして、何よりも「丹精込めて作った、くにびき南瓜をたくさんの方に食べてもらえるよう、魅力を伝えていきたい」と意気込みを語る藤井さんの挑戦はこれからが本番です。



くにびき地区本部の担当者からの信頼も厚い藤井さん

たくさんの方に食べてもらいたい

イメージソング完成♪

皆さんは Flood Lyrics (フラッド リリックス) をご存じですか?
地元で活躍が期待されている島根県出身のアイドルグループ!
今回フラッドリリックスとJAしまねがタッグを組んだ
♪ JAしまねのイメージソング ♪ が完成したのでご紹介します!!

JAしまね × Flood Lyrics (フラッド リリックス)

「もっともっと島根県産の農産物を知ってほしい…!!」という強い想いのもと、JAしまねは1月28日、フラッドリリックスをJAしまね初となる公式アンバサダーに認定しました。併せて、JAしまねのイメージソングも制作することが決定しました。JAしまねは昨年、新型コロナウイルス感染症の影響により、試食販売などができないなど、県産農産物のPR活動に制限がかかったなか、SNSを活用したプレゼントキャンペーンや、フォトコンテストなどを実施し、県産農産物の魅力発信に力を入れてきました。またフラッドリリックスもコロナ禍で思うようにライブができ



公式アンバサダー認定式

ず、試行錯誤しながら活動をする中、JAと思惑が一致しタッグを組むこととなりました。

今回の公式アンバサダー認定とイメージソングの制作をきっかけに、今までにない「音楽」を活用したPRを行い、若い世代など新たなファン層の獲得や島根県産の認知度向上につなげるべく取り組みを進めていきます!

そんなフラッドリリックスは3月に島根県が取り組む島根県ふるさと親善大使「遣島使」にも就任され、今後の活躍が期待されているアイドルグループです★



島根県ふるさと親善大使「遣島使」にも就任

Flood Lyrics (フラッド リリックス) 紹介♪

フラッドリリックスは、ライブハウスやイベント音響、制作などを手掛けるAZTiCに所属する3人組アイドルグループ! 全員が島根県出身で、令和元年から活動を開始しました。「カッコいいを追求する」をモットーに活動する3人は、アイドル活動以外にも様々な場所で活躍しています!

Ult (ウルト)
ゲームが大好き★
松江市のeスポーツチームに所属し、プロゲーマーとしても活躍中!
好きな農産物は「キュウリ♡」
楽しく!! 元気に頑張ります★



Ten (テン)
努力家・いつでも笑顔★
農林高校出身で実家がブドウ農家!
農業知識抜群!
好きな農産物は「ブドウ♡」
笑顔と明るさを皆さんに届けます!!



Zom (ゾン)
歌が好きで、力強い歌声が特徴★
TV番組のナレーション担当としても活動中!
好きな農産物は「ナシ♡」
皆さんにどんどん歌を届けます♪



♪ JAしまねのイナ

JAしまねのイメージソング「FURUSATO POP」の歌詞

作詞：門脇大樹・三瓶大地

作曲：東井規至

君にだって 僕にだって
誰にだって あるもの
日々を彩る 虹のメロディー
明日だって 昨日だって
今の今だって
ドラマの心得逆転シナリオ

君と生きる ことはまるで
育て 立って 僕らだって 実る果実

together
自由な世界に夢描いて
決められた道よりも自分で決めて走る
だからね 中身はひと味違う 誰とも違う
泥だらけの靴は 自分のシンボルだ
僕等が未来へ映すよ

朝にだって 昼にだって
夜にだって 変わらない
約束の街に想いをよせて

光も空も四季も君も
すべて味方につけて繋ぐ熱情

together
自由な 世界に 愛をもって
旅立つ後ろ姿 けして忘れはしない
だからね ここから
始まるストーリー 僕のストーリー
陽だまりのような 色褪せない言葉が
僕等を未来へ紡ぐよ

雨も風も 雪も壁も越え
ずっと ずっと この街想い歌うラブソング

together
飛び出せ 世界に 夢描いて
君色の絵具と、君だけのセンスで
だからね 中身はひと味違う 誰とも違う
賽はなげられた 持ち味のソウルで

今この場所から 溢れる想いを
僕から伝える ありがとう



農産物に関わる皆さんが、日頃から愛情をこめて育てた農産物を我が子のように見送る姿と、コロナ禍で思うようにできない状況でも、家族のもとを離れ、前向きに挑戦し、自分の足で、自分の意志で、新たな道に進む人を見守る姿を、リンクさせた歌になります。「泥だらけの靴は 自分のシンボルだ」という歌詞は、実際に農家の方の言葉です。一生懸命な思いが詰まったフレーズです。

初出荷式後、3人は西いわみぶどう部会検査部長の竹内直実さんのほ場へお邪魔し、デラウェアの収穫を体験しました。テンさんは慣れた手つきで収穫！ウルトさんとゾンさんは初めてのデラウェア収穫体験でした。



竹内さん(右)から説明を聞く3人



ゾンさん

テンさん



ウルトさん

初披露!! イメージソング

そんなJAしまねのイメージソングが完成し、4月21日に益田市で開催した「令和3年産島根ぶどう初出荷式」でついにお披露目されました!!生産者や関係者の前で「FURUSATO POP」を披露し、令和3年産の島根ぶどうのスタートに勢いをつけました。当日会場で曲を聴いたJAしまね西いわみぶどう部会の岩本和雄部会長は「素晴らしい!!感動した!!」と太鼓判をおし、「県産農産物と一緒に多くの方に聴いてもらって、PRにつなげてほしい」と話しました。

そんな初披露の様子は、JAしまねHPで公開中!右のQRコードからぜひご視聴ください!



イメージソング初披露



今後の展開は…?

イメージソングは、県内外の販売店舗やJAしまねのイベント、CMなどで流し活用していきます。またJAのイベント等でもフラッドリックスが曲を披露する場面も…!!

「FURUSATO POP=JAしまね」と思っていただけのように、多くの場所で耳にする機会を設け、「いつのまにか口ずさんでいた!」「頭の中から離れない!」と思っただけいたら嬉しいです♡



現場の声を
もっとう聞きたい

組合長が行く！



今月の
訪問先

JAしまね斐川地区本部管内

● 農事組合法人 **アグリード羽根**

● 農事組合法人 **おきす**

● 農事組合法人 **上直江ファーム**

JAしまねの石川寿樹組合長ら本店常勤理事は、JA自己改革の一環として、昨年4月から地域の担い手・大型農業法人・集落営農組織等を訪問し、今後のJA運営に反映させるため各所で組合員の皆さまの貴重なご意見・ご要望を伺っています。

このページでは「組合長が行く！」と題し、その様子をご紹介します！！



アグリード羽根の黒田組合長（右から2人目）ら



今回は、「農事組合法人アグリード羽根」「農事組合法人おきす」「農事組合法人上直江ファーム」の3法人を、石川寿樹組合長や山根盛治副組合長ら本店常勤理事が訪問し、現場の「生の声」を伺いました。

「アグリード羽根」は、主に水稲やハトムギ、大豆などを栽培し、「食創工房レコルト」（しまねびより2月号に特集記事掲載）も経営。和牛放牧による循環型農業など、環境保全型農業に取り組み、自然と調和しながら安全・安心なものづくりを行っておられます。黒田幸司組合長ら4人は、資材や多収種米、加工事業への取り組みや、昨年西日本で多く出たウンカ被害についても触れ、「安心して法人が存続できるよう資金面の協力体制をお願いしたい」などの要望をあげられました。因みに、「食創工房レコルト」の自家製小麦を使ったシュークリームは好評でした。



おきすの森脇組合長（左）と意見を交わす石川組合長

米の反収をいかに安定させ、いかに安定的な価格で取引してもらえるか、経営に大きく関わってくる

「おきす」は、主に水稲や大麦、ハトムギや稲発酵粗飼料（ホールクロップサイレージWCS）、キャベツやひまわりなどを栽培。森脇康博組合長ら2人は、水稲栽培やWCSへの取り組み、多収種米やハトムギなどの機能性品種について意見をのべられました。森脇組合長は「米の反収をいかに安定させ、いかに安定的な価格で取引してもらえるかが、経営に大きく関わってくる」と力強く話されました。

「上直江ファーム」は、主に水稲や大麦、大豆やハトムギ、タマネギやキャベツなどを栽培。江角典広組合長ら5人は、重点推進5品目の一つであるタマネギ栽培やエコロジー米などの取り組みについて意見をのべられました。また機械化による作業の省力化が必要とし、「経営の安定に向け、JAとしてもコスト面で支援していただきたい」と要望をあげられました。



経営の安定に向け、JAとしてもコスト面で支援していただきたい



上直江ファームの江角組合長



石川組合長（左）、山根副組合長

★組合長から一言★



今回斐川地区を代表する三つの農事組合法人を訪問させていただきましたが、いずれの法人も大規模経営で、それぞれが特徴ある経営をなさっていました。また若い後継者もしっかり育っていますので、大いに期待がもてる法人です。今後のご発展をお祈り申し上げます。

大斐伊の
三町歩田の
麦の秋

組合長より一句

次回6月号では、西いわみ地区本部を訪問した様子を掲載します。

topics 1

JAしまね入組式開催

JAしまねは4月1日、松江市のJAビルで2021年度入組式を開き、新入職員46人が入組しました。併せてJA島根ユースカレッジ「新入職員課程」も開講し、およそ1年かけて、JAの基礎知識や社会人の心構え、JA職員に必要な基本的知識や実務を習得していきます。

ユースカレッジには同JA職員に加え、JA共済連島根などJAグループ島根の新入職員が参加。新型コロナウイルス感染予防の観点から、WEB研修と集合研修を織り交ぜながら実施していきます。



新入職員を代表して宣誓を読み上げる柳楽さん

石川寿樹組合長は「研修会を通じて社会人、JA職員としての基礎を学び、仲間とともに成長してほしい」とあいさつし、JA島根中央会の影山喜一常務理事は「協同組合であるJAが役割を発揮する時代。地域のためにJA職員として活動してほしい」と激励しました。

新入職員を代表して、出雲地区本部の柳楽篤志さんが「組合員や地域の方を幅広く支えていくことが使命だと認識し、一日でも早くJAしまねの戦力となり、信頼される職員になれるよう精進します」と決意を表明しました。

topics 2

『県の多収穫米推進について』の取り組みに申し入れをしました



JAしまねとJA島根中央会、島根県農政会議は4月2日、松江市の県庁を訪れ、県の多収穫米推進の取り組みについて申し入れを行いました。

当日は同JAの山根盛治副組合長と石川薫常務理事、中央会の影山喜一常務理事、同会議の石倉茂美会長が県農林水産部の鈴木大造部長へ申し入れ書を手渡し、需給調整が強化される米過剰の販売環境から、現段階では多収穫米の課題解決を確実に、より慎重に取り組むよう申し入れました。

申し入れ書には、①収益性が見通せる多収技術の確立へ目途が立っていないこと、②新型コロナウイルス感染症の拡大による外食需要の低迷により卸価格が急落し、販売戦略も不透明であることを盛り込みました。

山根副組合長は「このタイミングでの告知に、生産者から不安な声があがっていることを分かってほしい」と訴え、鈴木部長は「米生産者に、低コスト化への選択肢の一つとして多収穫米があると考えていただけるよう技術確立に努めたい。JAとも連携しながら取り組んでいく」と話しました。



鈴木部長（右）へ申し入れ書を手渡す
山根副組合長（左から2番目）ら

topics 3

島根県産「デラウェア」出荷開始！！



JAしまねは4月21日、益田市の喜阿弥ぶどう集荷所で島根ぶどうの初出荷式を開きました。主力品種である「デラウェア」を皮切りに、大粒系など「島根ぶどう」は10月頃まで出荷が続きます。当日、同市の生産者3人が637ケース（約1トン）の「デラウェア」を持ち込み、生産者や関係者など約50人が見守る中、県内外の15市場に向け出荷されました。

島根県の「デラウェア」は、ハウスによる加温栽培をベースとしているため、国内トップクラスの「デラウェア」早出し産地です。2021年産「デラウェア」は、出荷量1,000トン（前年比13%増）、販売金額13億2,300万円（前年比10%増）を計画。昨年12月から1月にかけての寒波や、2月以降は例年以上の気温で推移するなど、難しい状況下での栽培でしたが、生産者の高い栽培技術などにより生育は順調で、高品質な「デラウェア」に仕上がりました。6月上旬をピークに、8月上旬まで出荷が続く予定です。

同JAの石川寿樹組合長は「島根ぶどうは全国の市場から期待が寄せられている。皆さんと一緒に目標達成に向け取り組んでいきたい」と話しました。JAしまね西いわみぶどう部会の岩本和雄部会長は「粒張り、色、糖度も高く、大変おいしいデラウェアに仕上がった。自信をもって全国の皆さんにお届けしたい」とPRしました。

また当日は、地元アイドルグループ「フラドリックス」がJAしまねのイメージソングを初披露し、島根ぶどうの始まりに勢いをつけました。



持ち込まれたデラウェアを
確認する検査員

輝く50万パワー☆ しまねの女性部！

フレッシュミズ部会

地域のみなさんや、
女性部員が元気になる
楽しい活動を行っています

私たちJAしまね女性部フレッシュミズ部会は、概ね50歳までの女性部員で組織されており、「仲間の輪を広げ、活動内容の更なるステップアップを目指そう！」をキーワードに、楽しく活動しています。

令和2年度は新型コロナの影響で思うように活動ができませんでしたが、できることからやろう！という強い思いのもと、役員で動画を作り、JAしまねHPで公開しました。

内容は、島根県産食材（牛乳）を使って簡単にできるアイスクリーム（家の光2020年8月号掲載）作りとフレミズ活動のPRです。いつもの雰囲気そのままに仲の良いわちゃわちゃ感たっぷりの動画となっています。みなさんぜひ一度ご視聴ください！

令和3年4月には、くびき女性部でフレミズ部会が設立され、今年度中に出雲女性部でも設立が予定されており、仲間がさらに増えます。

今年度一段とパワーアップしたフレッシュミズ部会は、仲良く・元気に活動していきます。



一所懸命青年連盟

西いわみ青年連盟

地産地消に取り組み、
農業を通じて、
地域に貢献していきたい

JA YOUTH

かねやま ながとし
金山 千年さん



JAしまね西いわみ青年連盟益田支部（以下、農青連）に加入している金山千年さん（30）は、益田市でトマト（36.5a）、メロン（のべ40a）を栽培しています。

8年前に就農した際は、栽培や将来についての不安が多くありましたが、農青連の活動の中で仲間が相談に乗ってくれたことで、今でも楽しく農業ができていますと話します。

栽培のコツは「メロンやトマトの気持ちになること」と話す金山さん。

今年3人目の子どもが生まれ、ますますやる気に満ち溢れています。

「将来的には技術、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」と今後の意気込みを語りました。



家庭菜園

ブロッコリー

側花蕾を春まで取り続ける

ブロッコリーは冷涼な気候を好み、生育適温は18～20度です。小さいときは高温に強いが、つぼみの肥大期には耐暑性が弱くなります。一方、耐寒性もあまり強くなく、氷点下2度以下で凍害を受けます。7月下旬～8月中旬にまき、11～12月に頂部の花蕾(からい)を収穫し、その後側枝から小さい花蕾を春まで取り続けます。

品種

花蕾が作られる早晚で早生、中生、晩生に分けられます。中生品種が作りやすく頂・側枝花蕾兼用の「ハイツSP」(タキイ種苗)、「緑嶺」(サカタのタネ)などが一般的です。「スティックセニョール」(サカタのタネ)は小さいつぼみで茎が柔らかく、たくさん取れる家庭菜園向きの品種です。

苗作り

直径7.5～9cmのポリポットを使い1ポット当たり3～4粒をまき、本葉2～3枚以上で1株に間引きます(図1)。苗作りの期間中は、寒冷しゃで害虫の飛来を防ぎます。

畑の準備

植え付け2週間前に、1平方m当たり苦土石灰100gをまいて、深く土を耕しておきます。植え付け1週間前に畝幅70～80cm、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり化成肥料(NPK各成分10%)100gと堆肥2～3kgを施し、土を戻してよく混ぜて、高さ10cm程度の畝を作っておきます(図2)。

植え付け

本葉4～5枚の頃、株間45cm程度に植え付けます(図3)。植え付け前には、植え穴に十分灌水(かんすい)して植え傷みの少ないようにします。

追肥

追肥は植え付け後20日ころ株元に化成肥料を1株10gくらいまいて、土寄せします。2回目は花蕾が見える頃に施用します。また、頂部の花蕾を収穫後、側枝の発生を促すため、10gくらい与えます。病虫害防除(ヨトウムシ、コナガなど)が多いので、トアロー水和剤CTなどで駆除します。

収穫

花蕾が大きくなり、小さいつぼみがはっきりと見え、固く締まった状態が収穫適期。長さ15～20cmに切り取ります(図4)。頂花蕾の収穫後、側枝から発生する小さい花蕾を春まで取り続けることができます。

図1 苗作り

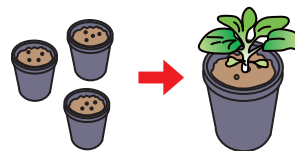


図2 畑の準備

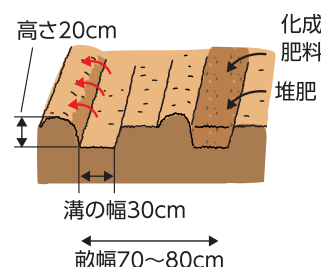


図3 植え付け

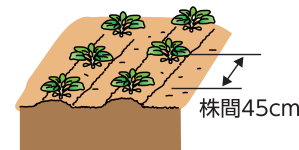


図4 収穫



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。

理事会情報 (3月29日開催)

【協議事項】

- ① J Aしまねリース事業実施要項の設定について
- ② 令和3年度補助事業の実施および固定資産取得について
- ③ 令和3年度 J Aしまね農業振興支援事業要項の変更及び事業要領の設定について
- ④ 令和3年度県域品目販売手数料について
- ⑤ 令和元年度産飼料用米の最終精算について
- ⑥ 「FinTech企業等との連携及び協働にかかる方針」の改正について
- ⑦ 令和3年度余裕金運用にかかる年次運用方針について
- ⑧ 令和3年度第1四半期の余裕金運用計画額および運用方針について
- ⑨ 令和2年度末決算見込(3次)について
- ⑩ 令和3年度事業計画(収支計画)について
- ⑪ 令和3年度固定資産取得・処分計画について
- ⑫ 全共連が実施する「地域・農業活性化積立金にかかる新型コロナウイルス感染症拡大の影響を踏まえた特別対策」にかかる当 J Aの対応について
- ⑬ 斐川地区本部の黒目カントリーエレベーター・西部ライスセンター色彩選別機の更新について
- ⑭ 旅行事業にかかる本店損益配賦基準の変更について

- ⑮ 令和3年度における各種限度額について
- ⑯ 要改善 J A指定を踏まえた各種委員会設置要項及び情報セキュリティ基本規程の一部改正について
- ⑰ 役員責任調査委員会要項の設定について
- ⑱ 内部通報制度(ヘルプライン)要項の設定について
- ⑲ コンプライアンスマニュアルへの項目追加について(役職員を対象とした本店コンプライアンス担当部署への報告の責務)
- ⑳ 令和3年度コンプライアンス・プログラムの設定について
- ㉑ 組合と理事との取引(契約)の承認について
- ㉒ 常勤理事の担当業務の変更について
- ㉓ 出資口数の減少(減口)の承認について
- ㉔ 行方不明組合員等の脱退手続きに係る組合員資格の確認について
- ㉕ 石見銀山地区本部福祉事業終了に伴う運営規程の廃止について
- ㉖ 令和3年度 J Aしまね「家の光三誌」および「日本農業新聞」普及方針について
- ㉗ 育児・介護休業法施行規則等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
- ㉘ 島根県常例検査書(いわみ中央地区本部)の回答について
- ㉙ 農水産業協同組合貯金保険法に基づく検査書の回答について

(紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)

キャベツの苗を植えろよ！
〜上府保育園〜

3月24日、上府農事組合法人（三浦陸雄代表）のキャベツ圃場にて、上府保育園児30名が農業体験の一環としてキャベツ苗の定植をしました。

三浦代表から作業説明などの話を聞いた後、最初は慣れない作業に戸惑いましたが楽しく定植することが出来ました。6月の収穫まで成長していく過程を見ながら農業の大変さ、楽しさを感じてもらいたいと思います。

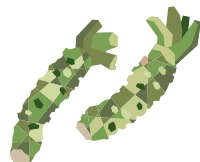
当日は県の職員（普及部）も指導に加わり、山陰中央テレビ、石見ケーブルテレビも取材に訪れました。天気にも恵まれ子供たちの笑顔溢れるいい画を撮ることができました。

たくさん人が集まるイベントなどは開催が難しい状況ですが、JAは感染対策を万全に、農業体験イベントに積極的に取り組み農業の未来に貢献していきます。



わさび店頭販売

金城町わさび生産組合（河野正則組合長）は4月5日きんさい市場黒川店、6日周布店においてわさびの店頭販売を行いました。当日は、葉わさびに加え生産者が丹精込めて作った加工品（わさび味噌・醤油漬け・粕漬）の販売も同時に行いました。店頭での試食販売もできない中ではありましたが「この時期を毎年楽しみにしています。」と購入する方もおられました。今年は天候もよく生育も順調で4月末ごろまで楽しめそうです。店頭で見かけられた際は是非金城町のわさびをご賞味下さい。ツンと鼻に抜ける辛味はやみつきになりますよ。



事業進発式で意識統一
令和3年度スタート！

いわみ中央地区本部は、4月3日江津市総合市民センターで「令和3年度事業進発式」を開催しました。

佐々木豊本部長より「コロナ禍ではあるが、対策を講じ役員が一堂に会し事業進発式が開催できたことをうれしく思う。JAしまねで昨年度発生した信用事業の不祥事について、農林中央金庫ならびに、全国農業協同組合中央会とともに定めた再発防止策の実践を、役員一丸となって取り組みたい。3月より店舗体制の見直しを行っているが、組合員・利用者への接点を大切にしてほしい。」とあいさつがありました。

その後、各部長、統括支店長より事業運動への取り組み、また関連会社である(株)オートパルみどり、(株)いわみ中央JA葬祭センターから、令和3年度の事業方針について説明があり意識統一を図りました。
長期に及ぶマイナス金利政策、コロナの影響など大変厳しい状況下ではありますが、コンプライアンス順守と、目標意識をもちながら改善意識を忘れない事業展開となるよう、役職員一同挑戦していきます。



産直トピックス

きんさい市場営農塾 野菜栽培に12名が挑戦！ 営農塾5期生開講式

4月7日、ふれあいホールにて「令和3年度きんさい市場営農塾5期生開講式」が行われ12名の塾生を迎えました。

開講式にあたり、塾長の佐々木豊地区本部長は「栽培を通じ食の大切さを感じ、農地と人のふれあいを感じながら地域の活性化になる様、明るく楽しい体験をしてください」とあいさつしました。

また、来賓の島根県西部農林水産振興センター 農業振

興部 曾田浩二部長より「近年、生産者の顔が見られる産直市も高齢化が進んでいます。塾生の皆様は産直・農業を盛り上げていただきたい」との言葉をいただきました。

塾生たちは「初めて作ったが上手に出来なくて……」「おいしい野菜を自分で作りたい」「安心・安全な野菜を作りたい……」などそれぞれの思いを持って参加されています。これから1年間、思いを胸に座学・圃場実習で農業の基礎を学び、畑作りから種蒔き・草取り・収穫と共同作業で研修を受けます。収穫時の喜びを味わうために切磋琢磨し、先々は『きんさい市場への出荷』を目標にしていく事を確認しました。



農業用廃プラスチックの回収を行います。

回収対象物

- 肥料、飼料等のポリ袋
- 農業用ポリエチレンフィルム（農ポリ）
- 農業用塩化ビニールフィルム（農ビ）
- 畦畔板（畔板シート）
- 農薬空容器
- 育苗箱

日時と場所

令和3年6月16日(水)・17日(木)
午前8:30～10:00 (次回は令和3年11月頃に行う予定です。)

6月16日(水)		6月17日(木)	
地区	場所	地区	場所
浜田地区	旧JA下府支所	江津地区	江津ライスセンター
弥栄地区	弥栄ライスセンター	三隅地区	三隅営農経済センター
旭地区	旭ライスセンター	金城地区	金城ライスセンター

回収方法（事前準備：専用袋・ステッカーの購入、袋詰め等）

- 回収袋20kg・排出用ステッカーは1,000円（税込）、回収袋10kgは500円（税込）です。JA各営農経済センターで常時販売しておりますのでご購入下さい。購入時に事前準備のやり方について配布いたします。
- 回収場所に委任状がありますので、持込時にご記入下さい。なお、**印鑑が必要ですので、必ずご持参下さい。**

回収・処理経費

- 回収・処理経費は、回収袋・ステッカーの販売代金に含まれており、その他代金はかかりません。

注意事項

- ☆指定日以外の回収は受付できません。住所地以外の地区への持込みは可能です。
- ☆プラスチックの農薬空容器は洗浄して、中身が入っていないことを証明するため底を必ず切断して持参して下さい。
- ☆ビニール等は泥をきちんと叩き落とし、金属等の異物を完全に取除いてから袋に詰めて下さい。
- ☆購入する袋は全て同じですが分別をして、一緒にの袋には入れないでください。
(例：肥料袋と黒マルチを一緒に入れない。ハウスビニールとマイカー線を一緒に入れない。)
- ☆袋に入らないもの（育苗箱等）は排出用ステッカーを貼って下さい。※1梱包30枚まで ※育苗箱は1梱包30枚まで
- ☆梱包したものは、収集運搬しやすいように必ず2ヶ所以上で固く縛って下さい。

お問合せ先：島根県農業協同組合 いわみ中央地区本部 営農経済部 経済課 TEL (0855) 22-1128



教えて野菜作り!

2021年5月号

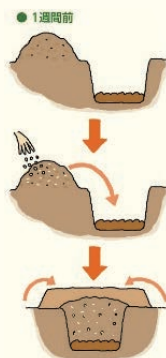


夏野菜も賑わう時期となって来ました。
果菜類のほかにキュウリやカボチャなどウリ科野菜も人気です。
その中でもミニカボチャは、数がたくさんなり、日光にさえ当たっていれば大収穫間違いなしと、また管理も楽で摘芯後はほぼ放任栽培も出来る野菜です。

○ミニカボチャ ウリ科 カボチャ属 原産地：南アメリカ

1) 畑の準備

定植または直まきの2週間以上前までに苦土石灰を散布して深く耕します。1週間前に、直径30~40cm、深さ30cmほどの穴を掘り、底に堆肥を入れ、掘り上げた土に化成肥料(野菜美人など)をかきまぜて穴に埋め戻し、周りの土を集めて高さ10cmほどの定植床または直まき床を作ります。株間は1mほどにします。



2) 苗定植

本葉3~4枚で植え付けますが、晩霜の心配があれば、ホットキャップをかけます。根鉢は崩さないよう、浅植えにしておきます。

3) 整枝と管理

今回のミニカボチャの整枝は、親づる(本葉5~10枚で摘芯)と子づる2~4本の仕立てとし、孫ヅルはかき取り、込み過ぎたヅルは摘除します。

追肥は、着果した果がこぶし大になった頃に、化成肥料30gを株元から40cmのあたりに施します。

(施肥例 苦土石灰は1㎡当り
堆肥・化成肥料は1穴当たり)

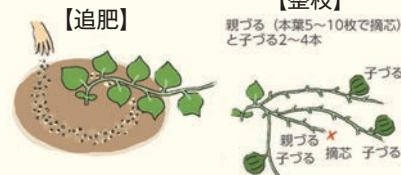
肥料	元肥	追肥
苦土石灰	150g	
堆肥	3kg	
化成肥料	60g	30g

4) 収穫

ミニカボチャの場合、開花後35~40日程度となります。

しかし、品種ごとに少しずつ違うので、種袋や、苗のタグに記載された日数を目安にして下さい。

果実は500~600g、一ツルに3~4果着きます。手のひらサイズの使いやすいミニカボチャです。レンジで加熱しただけでおいしく食べられます。



○カボチャミバエの生態

ぎゃーっっっ! 怖すぎる。

毎年産直市場でもクレームがあるのがカボチャミバエのクレームです。

こんな気持ち悪いことをわざわざ記事にしたのは、カボチャの中にウジ虫がいても、誰のせいでも誰が悪いわけでもない、ということをお願いいたいたからなのですが・・・。

一度経験すると、カボチャ栽培は敬遠される方もおられます。

カボチャミバエは、管内でも6月中旬~7月中旬にかけてカボチャの落花直後のやわらかい果実に、産卵管を挿入して産卵します。

1個の果実に産み付ける卵の数は10~40個、多い場合は100個以上といえますから、聞いただけでも大変なレベルです。

カボチャの中でふ化した幼虫は、外敵に襲われることなくぬくぬくとカボチャの中で暮らし、しかもカボチャ食べ放題! 成長した幼虫は体長2cmほどになりますから、これを見た日には大変なものです。最終的にその幼虫は、果実に穴をあけて脱出し、一度あいた穴を利用して次から次へと脱出を図ります。想像するだけでも怖ろしいですね。

○防除と対策 (圃場を清潔にを基本に!)

結論から言いますと、カボチャミバエの防除は難しいです。

何とんでもカボチャの中に産卵するので・・・。

可能なら落花直後、ひとつひとつの果実に袋をかぶせるのも理想ですが、中には、カボチャに限らず、菜園圃場に野菜クズや果物の皮などを投棄し、むしろ肥料のイメージを持つ方は一番にカボチャミバエの発生を招きます。

とにかく圃場を清潔にすることが大事です。

※普通カボチャ栽培については平成29年5月号でも紹介しています。





島根県西部農林水産振興センターからのお知らせ

○令和3年度狩猟免許試験開催のお知らせ

野生鳥獣の被害にお困りではないでしょうか？ 鳥獣被害対策の方法は、大きく分けて以下の3つがあります。

- ①集落環境整備・・・誘引物除去、不要果樹伐採、不嗜好作物への転作等々。
- ②侵入防止柵設置・・・ワイヤーメッシュや電気柵等々。
- ③加害個体捕獲・・・箱わな、くくりわな等で捕獲。

効果的に対策を進めていくには、これらを組み合わせて行うことが重要となります。

しかし、野生鳥獣の捕獲は原則、狩猟免許が必要となります。

自分の農地は自分で守ることが必要です。ぜひ、狩猟免許を取得してみてはいかがでしょうか。

島根県では下記の日程で狩猟免許試験と狩猟免許試験事前講習会を予定しております。

【狩猟免許試験】 ※狩猟免許試験は、秋にも開催掲載を予定しております。

日 時：令和3年6月27日（日）9：00～

場 所：島根県浜田合同庁舎（浜田市片庭町254）

手数料：3,900円（わな免許の場合）5,200円（第一種銃猟免許の場合）

※銃猟の場合は第一種銃猟免許とは別に銃の所持許可が必要です。

詳細は最寄りの警察署に相談して下さい。

【狩猟免許試験事前講習会 受講料：6,000円】（※事前講習会の申込みは猟友会まで。）

<江津会場>

日 時：令和3年6月6日（日）9：00～15：30

場 所：江津市総合市民センター（江津市江津町1110-17）

<浜田会場>

日 時：令和3年6月13日（日）9：00～15：30

場 所：石央文化ホール（浜田市黒川町4175）

※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、上記日程が延期又中止になる可能性があります。

お問合せ等、島根県西部農林水産センター又はお近くの市役所・各支所農林部署まで。

連絡先：島根県西部農林水産センター林業振興課 TEL：0855-29-5604

○無人ヘリコプター・ドローンで農薬の空中散布を実施する方へ

無人ヘリコプター・ドローンとも

・散布地の近隣住民の皆さんや病院・学校等への事前周知をしましょう。

チラシの配布、看板の設置などにより、散布スケジュールの事前周知に努めましょう。

トラブルの未然防止にもつながります。

・空中散布作業時に事故が起こったら、報告が必要です。

農薬事故（飛散、流出など）は、当センターへ。

その他の事故（機体の墜落、人身、物損など）は、航空局へ。



無人ヘリコプターのみ該当

散布計画書・報告書を当センターへ提出してください。



問い合わせ先：島根県西部農林水産振興センター農業振興部農政課 TEL:0855-29-5756

学校がピカピカになりますように！〜雑巾1枚運動〜



いわみ中央女性部（徳田マズ工部長）は、3月23日に浜田市教育委員会、3月29日に津市教育委員会を訪問し、手作り雑巾600枚を手渡ししました。この雑巾1枚運動は、女性部員一人一人が『学校がピカピカになりますように！』と願いを込めひと針ひと針縫い、管内の小中学校へ贈るといふ取り組みで、浜田女性部から引き継いだ歴史ある取り組みです。

両教育長より「毎年たくさんさんの雑巾をいただき、役立させていただいている。学校側も大変喜んでいただきます。」と感謝の言葉をいただきました。

子供達を使い易いようにとタオルを三つ折りにし「針に糸が中々通らないし、真つすく縫うのは難しいね。」と言いながらも手縫いにこだわり、今年度もこの運動に取り組んでまいります！



波佐、小国女性部総会

4月3日、波佐女性部、小国女性部は令和2年度定期総会をそれぞれ開催しました。波佐女性部は、元気で自立して過ごせるためにできることを知りたいと管理栄養士長野先生より講演をいただきました。食事は、主食・主菜・副菜をそろえてバランスよく、楽しく、美味しく食べていこうとお話を聞き、その後いつでもどこでも椅子に座ってできる運動を楽しく行いました。



小国女性部は、家の光掲載の「17色のピースプレスレット」を作りました。「SDGs」取り組みむべき目標について、職員より説明を受けてから作業を始めました。小さなピースを決められた配色順でワイヤーに通していく作業です。配色順が違っていたり、穴が小さく中々ワイヤーが通らないと悪戦苦闘をしましたが、素敵なプレスレットが完成しました。

JA女子大学キャンパスレポート

4月の講義『葬祭マナー講習』

JA女子大学は4月8日、㈱いわみ中央JA葬祭センター小松原繁代さんを講師に迎え「葬祭マナー」について学びました。

仏事には地域や宗派によっていろいろな意味や違いがあり、お通夜から葬儀までの流れや、参列に際しての香典袋の書き方・ふくさの包み方など細かく丁寧に話をいただきました。また、宗派によって焼香の作法も異なり、実際に全員が焼香をしてみました。

今回は葬祭センター虹のホールはまだを会場にしましたので、今のコロナ禍での葬儀の在り方を聞き、家族葬室も見学することができました。仏事に慣れはありませんので、急なことに慌てないよう皆さんしっかりと耳を傾け聞いていました。



新入職員紹介



ながおか わたる
長岡 渉

- 配属先 浜田西支店
- 趣味 サッカー
- 好きな言葉 考動する

■抱負 入組したばかりで不慣れなためご迷惑をおかけすることもあるかもしれませんが、できるだけ早く業務を覚えJAに貢献できるように頑張りますのでよろしくお願いいたします。



まつうら このか
松浦 樹香

- 配属先 浜田支店
- 趣味 スポーツをすること（特にバスケットボール）
写真を撮る（何気ない日常や景色を撮るのが好きです。）
- 好きな言葉 「笑顔」

■抱負 初めてのことばかりでわからないことがたくさんありますが、積極的に先輩方に聞いて仕事を身につけていきたいです。JA職員としてお役に立てるよう、資格取得に向けてたくさん勉強して一発で合格できるようにしたいです。色々なことにチャレンジしていきます。



ほんだ きみか
本田 記美佳

- 配属先 江津支店
- 趣味 音楽を聴くことです
- 好きな言葉 睡眠

■抱負 3月に高校を卒業して初めてのことがばかりでもとても緊張していますが、4月からの研修でもっとJAの事を知ってもっとJAを好きになることができたらと思っています。元気に笑顔で頑張りたいと思います。よろしくお願いいたします。



しもたに けいた
下谷 佳大

- 配属先 特産課
- 趣味 釣り、ゲーム、石見神楽、泳いでいる魚を見ること
- 好きな言葉 千差万別

■抱負 私がJAで頑張りたいことは、いつも私を支えてくれた地元へ恩返しをする事です。私の入組が決まった時、おじいちゃんが色んな人に言ってくれて、こんなに喜んでくれるなら自分も頑張りたいと思いました。これからよろしくお願いいたします。



しぶたに みつき
澁谷 光紀

- 配属先 浜田東支店
- 趣味 ゲーム、カラオケ、ショッピング
- 好きな言葉 「ありがとう」

■抱負 3月より正職員として働いています。より自覚を持って行動すると共に組合員職員と関わる中で多くの事を学び成長していきたいです。地域の方や組合員さんに満足してもらおうべく、これからも頑張ります。



おおえ けいた
大江 啓太

- 配属先 雲城出張所
- 趣味 野球、旅行
- 好きな言葉 感謝

■抱負 このたび、社会人経験者として採用となりました。新たにスタートすることで覚えなければいけないことをしっかり覚え、早く戦力になれるよう頑張っていきます。地域の方々を第一に考えられる職員を目指していきます、よろしくお願いいたします。

イメージです

いわみ中央 浜田・江津の デラウェア

みずみずしくて
甘いデラウェアを
ご賞味ください

イメージです



デラウェア(管内産)特選品

デラウェア2kgバラ詰/箱
(約11~14房)

商品価格 **3,700円** (消費税
送料込)

(注) チルド発送の場合には、商品価格とは別に
チルド料金(360円/箱)をいただきます。

「私たちがつくっています!」



受付期間
令和3年5月17日(月)~
6月18日(金)

発送期間 令和3年6月下旬~
7月中旬

但し天候・生育状況により発送が前後することがあります。
お届け日・お時間のご指定に添えない場合があります。
受付開始日から約1ヶ月後の発送になりますので御注意願います。

申込方法 各支店・営農経済センターにて
お申込み下さい。



JALしまね いわみ中央地区本部

営農企画課 TEL0855-22-8812 FAX0855-22-0679



浅利海岸 江津市



今回は江津市にある浅利海岸を紹介いたします。
夏は、海水浴で賑やかな光景が広がる山と川の自然に恵まれた地です。
風車の連なる浅利海岸から見える浅利富士（あさりふじ）は、別名『室神山（むろかみやま）』とされています。低い山ですが遠くから眺めると富士山のように見え、古くは万葉集の歌に『屋上の山（やかみのやま）』として歌われています。

浅利富士の方向へゆつくりと夕日が沈む景色はとても幻想的に感じることが出来ます。また、広い海岸線を東に西に歩くことができ、聴こえるのは波の音だけ、すばらしい景色を独り占めすることが出来るスポットです。

最近ではキャンプやグランピングが流行ってきていますが、遠出や旅行が難しい今の時期、地元の色を見て癒されてみてはいかがでしょうか。



福祉センターからのお知らせ

車いすについてpart2

今回も前回に続いて車いすについて簡単にご説明します。車いすを選ぶ時には次のようなポイントがあります。

- ご自分の両腕で動かせる方は自走用の車いすがおすすめです。（車輪が大きめ）
- ご自分では無く介助者に動かしてもらえる方は介助用の車いすがおすすめです。（車輪が小さめ）
- 介助される方の力が弱い場合や坂道などを登らないといけない場合は電動アシスト付きの車いすがおすすめです。
- 頭部のサポートが必要で休息姿勢を取りたい方はヘッドサポートとリクライニングの機能が付いた車いすがおすすめです。
- ご自分で移乗が出来ない、姿勢を変えられない方はひじ掛け部分が跳ね上がったたり低くなったり足の部分が取り外せる事で移乗介助時に邪魔にならないタイプがおすすめです。



（介護保険レンタル：1割負担で月々約300円～2,600円 購入：定価約50,000円～400,000円）

お問い合わせ：福祉センター 其原まで TEL0855-22-8918

人事異動

令和3年4月19日付

氏名	新部署	旧部署
佃 真緒	弥栄支店 業務課	浜田支店 業務課
江川 裕子	浜田支店 業務課	統括支店 共済課

年金相談会

5月27日(木)	江津西支店 午後3時から午後7時まで
6月6日(日)	浜田支店 午前10時から午後3時まで
6月9日(水)	浜田西支店 午後3時から午後7時まで

メガネ・補聴器巡回スケジュール

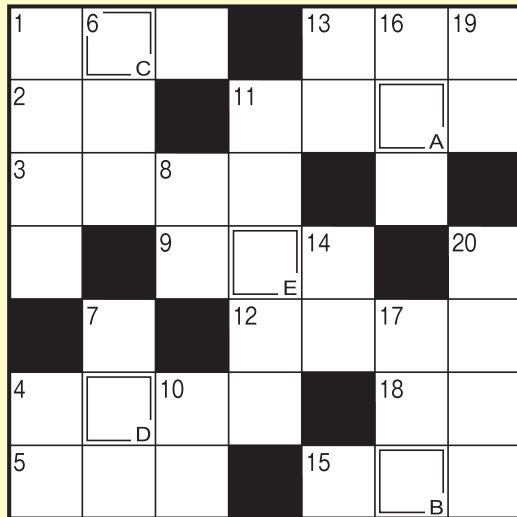
開催日	時間	会場
6月1日(火)	午前9時から午後3時まで	波佐事業所前
6月2日(水)	午前9時から午後3時まで	Aコープあさひ前
6月3日(木)	午前9時から午後3時まで	美川事業所
6月4日(金)	午前9時から午後3時まで	三隅支店前
6月14日(月)	午前9時から午後3時まで	雲城出張所前
6月15日(火)	午前9時から午後3時まで	江津西支店
6月16日(水)	午前9時から午後3時まで	旭 旧和田事業所前
6月17日(木)	午前9時から午後12時まで	Aコープやさか前
6月18日(金)	午前9時から午後3時まで	上府事業所
6月28日(月)	午前9時から午後3時まで	江東事業所
6月29日(火)	午前9時から午後3時まで	三隅支店前
6月30日(水)	午前9時から午後3時まで	金城支店前

ご自身・ご家族のメガネ調整、補聴器点検等気軽にお立ち寄り下さい!!



二重マスの文字をA~Eの順に並べて
できる言葉は何でしょうか？

出題 ● ニコリ



答え

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

タテのカギ

- ①新しい——が衆議院を通過した
- ④南の島に生えていそうな木
- ⑥水を引き入れ、稲を植えます
- ⑦傘や長靴、レインコートなどのこと
- ⑧船が進む方向を定める装置
- ⑩火を通していません
- ⑪酔った人がフラフラと歩く様子
- ⑬奈良公園にたくさんいます
- ⑭アサガオが伸ばして巻き付ける物
- ⑯月がなくて真っ暗。——にカラス、——のちょうちん
- ⑰古池や——飛び込む水の音(芭蕉)
- ⑰6月の第3日曜日は——の日です
- ⑳ささみや手羽、砂肝などの部位があります

ヨコのカギ

- ①お尻が光る水辺の虫
- ②手相占いで恋愛——を見てもらった
- ③「森のバター」の異名がある果実
- ④桃やブドウの収穫量が日本一である県
- ⑤ギリシャ文字の第18番目の文字。Σ、σと書きます
- ⑨独り立ちしています
- ⑩こっちを通ると早く着くよ!
- ⑫石灰は土壌を——性に傾けます
- ⑬オルカと呼ばれる生き物
- ⑮傘の先からポタポタ落ちます
- ⑰口の大きな爬虫(はちゅう)類

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(JA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

〒697-0024 浜田市黒川町3741番地
JAしまね いわみ中央地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2021年6月4日(金)(当日消印有効)

◆先月号の答え◆

「コドモノヒ」



俳句の広場

最優秀賞

気にかかること横に置き花種詩く

吉賀町 村田 綾美様

優秀賞

蛙を塗る一ト鍬ごとの深呼吸

津和野町 田中とよし様

春田打つ夫婦二人の一反歩

益田市 伊藤世以子様

紙雛かざり明るき厨窓

邑南町 三宅伊知枝様

佳作

すくすくと育つ乳呑児松の芯
連合ひの声遠ざかる目借時
春風に目を瞑りたる地蔵かな
花の咲く気配に風も香りけり
菓ごもりの基地と化したる春炬燵

出雲市 藤江 亮様
奥出雲町 重親 利行様
兵庫県 小田 慶喜様
浜田市 小川美砂子様
浜田市 三沢 孝子様

「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」6月号 定価629円(税込)
ご購入は、お近くのJAへお問合せください。



選句者「白魚火」編集長・副主任
安食 彰彦先生

(評)種時は本来苗代に蒔いたが現在は苗箱に蒔いている。作者は、種は種でも花の種を蒔いている。何か気にかかることがありながら。

JAしまねびよりは、皆様からの俳句・川柳を募集しています。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)

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。
※1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。
※応募作品は自作で未発表のものに限ります。
※応募作品の一切の権利は、JAしまねに帰属するものとします。
※受賞作品は地域名、氏名(または雅号)を掲載します。

あて先

〒690-0887 松江市殿町19-1
JAしまね ふれあい福祉課
「俳句の広場係」または「川柳の広場係」
FAX: 0852-67-7708
Eメール: fureai.hon@ja-shimane.gr.jp



最優秀賞、優秀賞の4名様には「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は、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3年度

地域貢献・地域活性化支援事業

募集

募集期間

令和3年
5月10日月
~7月30日金



地域住民や
JAの組合員が構成員である
グループ・団体・非営利法人の
地域活性化・地域貢献活動を
応援します

支援内容

概要

- 1 地域活性化団体活動表彰 (副賞20万円)
- 2 地域活性化活動支援 (活動経費の1/2を助成。上限10万円)

【応募方法】 お住まいの地区本部へ応募してください。
事業の詳細は、地区本部のふれあい活動担当部署に
お問合わせいただくか、JAしまねのホームページ
<http://ja-shimane.jp/> でご確認ください。

JA しまね

検索



地域の
皆さんによる
芝桜の植栽



JAからの大切なお知らせ



保障点検してみませんか？

令和3年4月から

JAの医療共済が生まれ変わりました!!

【契約例】 治療共済金30万円、1回型、終身保障の場合

ポイント

日帰り入院からまとまった一時金を受け取れるため短期入院にも安心です！

従来の入院保障

長期入院が当たり前だった時代。
入院日数に応じた保障。

入院共済金 1万円 入院共済金 1万円 入院共済金 1万円

入院1日目 入院2日目 入院3日目

日帰り入院から^{※2}

治療共済金
30万円

様々な費用に充てられます！



通院費用



お薬代



差額ベッド代

入院1日目 入院2日目 入院3日目

* 医療共済 (平成26年加入) 入院日額10,000円、入院見舞金無との比較

※1 お支払いの対象となる最初の入院の退院日の翌日以後60日以内に再度入院された場合は、入院の原因にかかわらず、これらの入院を1回の入院とみなします。治療共済金の通算支払限度回数は100回となります。通算支払限度回数に到達した場合、ご契約は消滅します。※2 日帰り入院は、入院基本料の支払いの有無などにより判断されます。

詳しくはお近くの支店までお問い合わせください。

お支払いには所定の条件があります。この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては「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」により必ずご確認ください。



スナップエンドウと厚揚げの甘酢あん



コメント

・「ほめられ酢」はJA全農とJA 全国女性組織協議会フレッシュミズがAコープマーク品として共同開発した商品で、和洋中様々な料理に使える万能調味料です。

アレンジ

・厚揚げを肉や海老・イカに変えてパワーアップ!
・スナップエンドウをチンゲン菜やアスパラガス・小松菜等、旬の野菜に変えても美味しいです!

材料 (4人分)

- スナップエンドウ…………… 20本
- 厚揚げ…………… 2枚
- えのきたけ…………… 1袋
- 生姜…………… ふたかけ
- ごま油…………… 小さじ2
- ほめられ酢…………… 大さじ2
- 濃口醤油…………… 大さじ1
- 片栗粉…………… 小さじ2
- 水…………… 50cc

A

作り方

- ①スナップエンドウの筋を取り除き、塩ゆでにしてザルにあげる (又は、レンジで1分半加熱する)。厚揚げは半分に切り、1cm幅に切る。えのきたけは石づきを切り落とし、ほぐしておく。生姜は細せん切りにする。
- ②フライパンに油を熱し、厚揚げとえのきたけを入れて炒める。
- ③えのきたけがしんなりしたら、生姜を加えサッと炒める。
- ④一度火を切り、混ぜ合わせたAと茹でたスナップエンドウを加えてひと混ぜし、再び火をつけ混ぜながら炒めてとろみをつけ完成。



材料 (4人分)

- 新じゃが…………… 2個～3個
- 海老…………… 12尾
- 酒…………… 大さじ1
- 塩こしょう…………… 少々
- 片栗粉…………… 大さじ1
- サラダ油…………… 小さじ2
- マヨネーズ…………… 大さじ1.5
- 焼き肉のタレ…………… 大さじ1
- 粗挽き胡椒…………… 少々 (飾り用) お好みで
- スプラウト…………… 適量

A



作り方

- ①じゃが芋は洗って水気がついたまま耐熱皿にのせ、ラップをしてレンジ(600w)で5分間加熱して皮をはぎ、大き目の一口大に切る。
- ②海老は殻をむいて、背開きにして背ワタを取り、適量の片栗粉(分量外)をまぶしてもみ洗い、水気をきる。
- ③海老に塩こしょうと酒で下味をつけ、片栗粉をまぶしてフライパンで揚げ焼きにして取り出す。
- ④③のフライパンにじゃが芋を入れて色よく焼いたら海老を戻し入れ、混ぜ合わせたAを加えて炒め、火を止める。
- ⑤器に盛り付け、スプラウトを添え、粗挽き胡椒を振ったら完成。

新じゃがと海老のマヨダレ炒め



コメント

・いつものエビマヨと一味違ったスパイシーな味わいに!
・お弁当のおかずにもピッタリ!

アレンジ

・じゃが芋と鶏肉の組み合わせも絶品です!
・きのこや季節の野菜を加えるとボリュームアップします。

健康散歩 男性の更年期障害

JA島根厚生連

更年期障害は女性特有のものと思われがちですが、男性にも起こることがわかっており、近年は広く認知されるようになってきました。

男性の更年期障害は、男性ホルモンの低下によって起こります。低下の要因としては年齢もありますが、それ以上に大きく関わっているのが、ストレス、社会生活の変化(退職などで社会活動から離れるなど)、生活習慣の乱れなどです。

身体的な症状としては、筋力低下・疲労感など、心理的な症状としては、不眠・興味や意欲の低下・集中力の低下などがあります。このような不調が現れた場合、40歳以上の方は、年のせいだと見過ごすのではなく、更年期障害を疑ってみる必要があります。

症状を改善させるためには、男性ホルモンの分泌を促すと良いとされています。それには、充実感を持てる生活を送ったり、生活習慣を整えたりすることが大切です。趣味を持ち仲間と関わる、運動を習慣化する、夜更かしをしない、食生活を見直すなど、できることに取り組んでみま



しょう。また、ストレスを減らすことも大切です。

昨年4月に行われた明治安田生命の「家計に関するアンケート調査」では、「新型コロナウイルス感染拡大による将来の家計に不安を感じていますか」という質問に対し、20～70代の既婚男女の71.1%が「感じている」と回答しました。不安を感じながらの生活は、ストレスの多い生活と言えるでしょう。厳しい現状の中ではありますが、みなさんにはストレスを減らすよう、心掛けていただきたいと思います。マイナス面が多いコロナ禍での生活ですが、自分や生活を見つめなおす機会と捉えれば、プラスの一面を見つけることができるかもしれません。新たな趣味や生きがいを探る、生活習慣を整えるなど、前を向いて一歩踏み出したいものです。

なお、更年期障害について診断や治療を希望される場合は、医療機関(男性の場合、泌尿器科等)を受診しましょう。



【編集後記】 ついにJAしまねのイメージソングが完成しました!私も数回聴きましたが、既に頭の中でリピートされています。どんな人の耳にも残る、思わず口ずさみたくなるような曲に仕上がっています。目指すは、子どものころスーパーでよく流れていた某有名おさかなの曲!ぜひ注目してください^^ (安)