

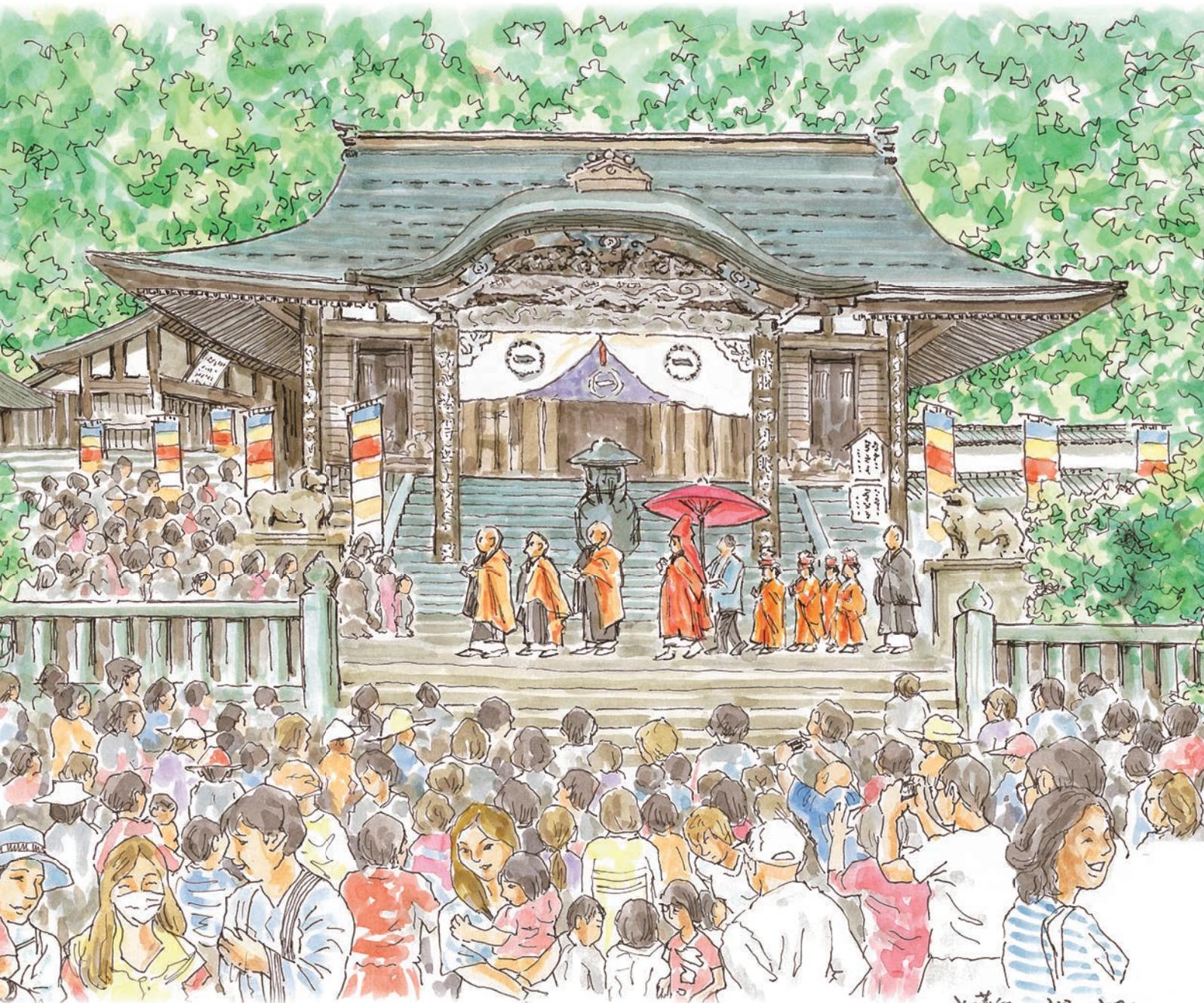
JAしまねびより 6

2017

June Vol.15

特集 島根のいいもの再発見!! 「デラウェア」 出雲地区本部

来月の外勤日は 7月15日(土)



一畑染師 二才見 四才見 まり
Yasumichi
福直

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！



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！

【デラウェア】

6月は、出雲地区本部。出雲市大社町で種なしぶどうのデラウェアを生産する、JAMA出雲ぶどう部会長の園山榮さんにお話を伺いました。

全国で広く知られる、島根県のぶどう。特にデラウェアは、ハウス栽培で日本有数の生産量を誇り、県内では出雲平野を中心に栽培され、ぶどうハウスがひしめき合っています。



デラウェアを栽培してどのくらいになりますか？

ぶどう栽培を始めて30年余り、約50アールの面積でハウス栽培しています。海に近い旧大社町のこの地域は、砂丘地ということもあり、果樹の栽培といえば、ぶどうが一番適しています。歴史は古く、明治から栽培が始まり80年の歴史があります。同じく日本有数の産地、山梨県でもデラウェアの栽培が盛んでしたが、数年前の大雪被害の影響で、デラウェア栽培は激減したと聞いています。ハウス面積では日本で一番盛んにデラウェアが栽培されています。

島根のデラウェアは市場から高い評価を得ていると聞きますが、何か違いはありますか？

島根のデラウェアは何ととっても「粒張りの良い、ゆるる房（ふさ）」が特徴です。6年前から部会一丸となり、小さな子供さんからお年寄りの方まで、誰が手に取っても食べやすい大きさにするた

め、栽培の過程で適度に粒を間引く作業を、一房ずつ手作業で行っています。そのため、玉太りも良く一粒一粒が大きく、種なしに加え、とつても食べ易いぶどうに仕上がります。



栽培する上で大変なことはありますか？

種なしにするためのジベレリン処理や、ゆるる房にするための間引く作業など全てが手作業で足腰に負担がかかり、労力の必要な作業がいくつかあります。ぶどうの木は15年から20年で改植時期となります。ちょうど今がその時期にあたる園もあり、部会では現在、島根県やJAさんに協力してもらいながら柳田系と言



柳田系への改植が進むと どのようなメリットが ありますか？

柳田系はこれまでより房が
大きいので摘粒や成形作業も
これまでより少なくて済み

われる優良系統への改植作業
を積極的に行っています。こ
の柳田系への切り替えが完了
すると、今後の作業負担が大
幅に軽減できると期待してい
ます。

ます。また、決定的な違い
は、ジベレリン処理が1回で
済むので、生産者の作業負担
が大幅に減ることが予想され
ます。ブランドを守り、存続
していく上で生産者が栽培し
やすい優良系統に切り替わる
事は大変重要な事だと部会で
今、最も力をいれている事業
です。柳田系のデラウェアは、
平成30年から本格的に販売が
始まる予定で、昨年からの改植
が進んでいます。

今後の展望や抱負を聞か せてください。

80年の歴史を持つ島根のデ
ラウェア生産も生産者の高齢
化が進み、このままでは島根
のデラウェアブランドがいつ
無くなってもおかしくない状
況だと危惧しています。以前
に比べ行政やJAの支援が充
実し格段に就農しやすい環境
が整ってきたので、若い人に



デラウェア —ロメモ

デラウェアは種なしぶどう
として最も親しまれている大
衆種。昨年は、島根県全体で
約1,100トン出荷している。島
根のデラウェアは粒が大きく、
酸味もほとんどない上に糖度
が18度以上と大変甘くゆる房
のため、食べやすいと大好評。
現在は地元市場をはじめ東京
や大阪、名古屋、福岡など18
の市場に出荷しており、島根
のデラウェアの入荷を心待ち
にしている市場は多い。「粒張
りの良いゆる房」づくりによ
る品質の向上とともに販売価
格も安定しており、部会はい
じめJAや自治体と連携し積極

的に新規就
農者を増や
し生産量を
維持拡大す
るための努
力を続けて
いる。



たくさんぶどうを生産しても
らい、またやるからにはしっ
かり儲けてほしいです。昨年
は共販60周年を迎えました。
需要に供給が追いついていな
い状況で、選果選別も徹底し
たことで単価も徐々に上昇し

ています。さらに優良系統へ
の改植等、デラウェア生産は
大きなチャンスと転機の時期
ではないかと思っています。新規
就農者を増やし、島根の誇る
デラウェアを後世につなげて
いきたいです。

雲南

地元の児童が農業体験

雲南地区本部は「あぐりキッズスクール」を開き、地元の子どもたちに食の大切さや地域の良さを伝えています。農業体験や自分たちが植え付けを行った野菜を収穫し、調理をするなど平成20年の開校以来、様々な活動を進めています。

5月13日には雲南市木次町の雲南地区本部第一会議室で、入校式と併せて田んぼやお米について講座を開きました。その後同市三刀屋町の藤原陽さんの協力の下、農機具の見学や手植え体験を行い、地元の幼稚園児から小学6年生まで20人が参加しました。子どもたちは苗や泥の感触に歓声をあげながら作業をし、昼食では地元のコシヒカリを使ったおにぎりを頬張りました。

今年は、稲刈りやじゃがいもの植え付けや収穫など全8回の講座を開く予定です。



手植え体験をする児童たち

くにびき

女性部川津支部が設立 91人の部員で「団結」を誓う

JALまねくにびき女性部の川津支部（部員総数91人）が、5月13日に新たに発足。同日の設立総会には部員57人が出席し、規約や活動計画、役員選任などを承認しました。

同支部は、川津地区の女性部員の交流を深め、農業の発展に役立とうと、昨秋から設立準備委員会を立ち上げ、部員の勧誘や規約づくりなどの準備を進めてきました。

当日は、栗原令本部長、中島和子女性部長も出席。栗原本部長は「部員91人という大きな組織となり、川津地区の力を感じる」と強調。中島部長は「新しい風として、楽しく、仲良く充実した活動にしてほしい」と、祝辞を述べました。

役員を選任により、支部長には足立裕子さんが就任。今後、健康体操や伝統工芸品作りに取り組む予定で、足立支部長は「メンバーと団結して、多くの人に楽しんでもらえるように精一杯頑張る」と抱負を述べました。



新たに選任された川津支部の役員

隠岐

平成29年度 隠岐島乾椎茸品評会を開催

隠岐地区本部は5月20日、隠岐の島町の隠岐島文化会館で平成29年度隠岐島乾椎茸品評会を開催し、乾椎茸箱物5点、普通物24点の出品がありました。

今年度の出品物は、秋子・春子の発生時期に降水量が多く天候に恵まれ、相対的に良品が多く、レベルの高い品評会となりました。

最優秀賞には、箱物の部では中村地区の宇野武夫さん、普通物の部では五箇地区の芳野正彦さんが選ばれました。

隠岐地区内の乾椎茸については、近年、小葉系主体の作柄で推移していましたが、今年は雨子が少なめで、品柄はどんこ系が比較的多く収穫されました。収穫量については、地域差や個人差はあるものの、多いところでは例年の1.5～1.6倍も多く収穫される生産者もおられました。価格については、27年度産から原発事故前の価格に回復し、29年度産も引き続き安定した価格推移となることが予想されています。



やすぎ

小学生が農家の協力で 田植えを体験

安来市立布部小学校の3年生から6年生19人は5月11日、昔ながらの手作業による田植えを体験しました。この体験は学校近くの農家である小藤昇さんらが、農業に少しでも興味を持ってほしいと水田を提供して毎年行っていて、今年で13年目になります。

児童は小藤さんとJAの職員から、お米づくりの流れや苗の植え方について学んだ後、一列に並んで田んぼに入り、白線に書かれた赤い目印に沿ってコシヒカリの苗を丁寧に植えていきました。

作業を終えた児童は「真っ直ぐに植えることを目標に頑張った。家でも手で植えてみたい」と話しました。児童らは今後、稲刈りやはで干しも体験する予定です。



斐川

JA職員が水稻苗を配達

斐川地区本部では5月10日から28日の間、100人余りのJA職員が出雲市斐川町内の組合員の水田へ水稻苗の配達を行いました。今年で17回目となるこの取り組みは、組合員の方々にもすっかり定着し、職員が苗配達をすることで農家組合員と直接ふれあいの場をもち、苗の安価供給を図ると共に、農家組合員の労力低減にも繋がっており、毎年大変喜んでいただいています。

職員が2人1組となり、朝6時30分に水稻育苗施設を出発し、利用者の方が指定した水田へ運搬し、作業しやすいように配置します。田植えピーク時には1日に13組の班が活動することになり、1組で約250箱を運びました。育苗施設には約3万5千箱の注文がありましたが、その内約1万2千箱を職員が配達しました。



苗を並べていく職員

隠岐 どうぜん

ニホンミツバチ復活への試み

隠岐どうぜん地区管内で、ニホンミツバチ復活を目指した取り組みが行われています。発起人は、西ノ島町在住の安達和良さん。



安達さんは十数年前、和蜂の飼育を思い立ち、隠岐での生息状況を調査しました。その結果、知夫と中ノ島（海士）では絶滅していましたが、幸いにも西ノ島で生き残っていることが分かり、和蜂を捕獲・繁殖し、絶滅地域での復活を目指した取り組みを開始しました。

そして賛同者を募り、平成25年4月に中ノ島（海士）、同年5月に知夫へ蜜蜂の群れを移住させ、その後も移住を続けてきた結果、両地域とも完全復活し、今では全島で和蜂を見る事ができるようになりました。賛同会員も43人となり、中には百花蜜の販売を夢見る人もいます。

和蜂飼育は、美味しい純粋蜂蜜も楽しみの一つですが、これまで手作業で行っていたカボチャやスイカの受粉作業が



不要となったことも大きな成果となりました。

安達さんは、「蜜蜂の受難が色々伝えられている今、今後は保存に尽力していきたい」と話しました。

石見銀山

第9回水上町花田植

大田市水上町の伝統行事「水上町花田植」が5月14日、同町の水田で行われ、地元の有志らが約10㍍の水田に田植えをしました。石見銀山地区本部からも島田啓介さん、長見貴幸さんが参加し、行事を盛り上げました。

「水上町花田植」は、しばらく過疎や高齢化で中断していましたが、1987年、当時の地元青年団を中心に復活。今では、住民により実行委員会が組織され、ほぼ4年に1度、開いています。1994年には市の無形民俗文化財に指定されました。

今年は7月に石見銀山世界遺産登録10周年を迎えるため、変則的に3年ぶりの開催となりました。当日は、会場近くの水上神社で安全祈願した後、飾り牛2頭と男性による代かき。その後、小笠原流田植えばやしを背に、地元や町外の女性、県立邇摩高校の生徒ら32人による早乙女が横一列で苗を植えました。



早乙女による花田植え

出雲

JAしまね出雲青年連盟平田支部 親子対象に農業体験開催

JAしまね出雲青年連盟平田支部は、5月13日、地元小学生とその保護者を対象に「ひらた農産物つまみ食い体験」と題した農業体験を開きました。食農教育と地元農産物のPRを目的とした活動で、第1回となる今回は、出雲市西郷町の小林牧場で酪農体験を行いました。

参加した7組の親子は、同牧場の小林拓さんの説明を受けながら牛舎を見学しました。子牛に哺乳瓶でミルクをやるなどの体験も行われ、子どもたちは生まれたばかりの子牛の大きさに驚いていました。小林さんは乳牛の一生について丁寧に説明し「牛乳に限らず、食べ物には多くの命が関わっています。感謝して食べましょう」と児童たちに呼びかけました。

今年度はこのほかじゃがいもの植え付けや、柿の収穫体験など、7回の講座が予定されています。同支部の西尾功夫支部長は「昨年当支部の盟友の農場を巡回視察し今回の体験を計画しました。いろいろな平田地区の特産をアピールしていきたい」と話しました。



子牛にミルクを飲ませる子どもたち

西いわみ

JA農青連が春まつりで和牛の丸焼きを販売

JAしまね西いわみ青年連盟匹見支部（支部長宮川純平）は5月3日、益田市匹見町で行われた匹見峡春まつりに出店し、恒例の和牛の丸焼きを販売しました。

同市匹見町裏匹見峡レストパークの食と特産品テント村会場で和牛肉約20kgを用意して実演販売を行いました。

当日は天候にも恵まれ、たくさんの来場者が買い求めていました。

会場では、同町特産のワサビや農産加工品、杣つき餅なども販売され県内外から来場者でにぎわいました。



島根おおち

島根おおち畜産クラスター協議会 通常総会を開催

島根おおち畜産クラスター協議会は5月17日、邑智郡川本町の悠邑ふるさと会館大会議室で通常総会を開催し、28年度の事業報告と29年度事業計画等について報告しました。

同協議会は、島根おおち地区本部管内の重要な産業である畜産業において、高齢化による農家戸数の減少や配合飼料高騰の影響を受けた肥育頭数の減少の対策のため28年10月に設立し、今年で2年目を迎えます。

29年度計画では、会員相互に連携して「島根おおち畜産クラスター計画」に定めた取り組みを計画的に推進し、地域の畜産の収益性向上を目指します。

会長である島根おおち地区本部日高光弘本部長は「2年目を迎え重要な年となる。畜産業は、地域において重要な産業であり、畜産振興のため関係機関で協力していきたい」と話しました。



本店

事務処理効率化に向けて 共済事務センターを開所

JAしまねは5月8日、出雲市斐川町直江に共済事業を取り扱う事務センターを開所しました。これまで各地区本部で行ってきた新規契約や支払い手続きなどを同センターが担い、事務処理の効率化を図ります。

当JAは平成27年3月の統合以来、統合メリットの発揮に向けて営農事業をはじめ各事業で取り組みを進めています。共済業務部門では、事務処理の集約化・統一化の構想を掲げて準備を進めてきました。隠岐、隠岐どうぜん地区本部を除く9地区本部の事務処理を集約し、業務の効率化とサービス向上につながるのが狙いです。

また、組合員、利用者への対応力強化を目的に、各支店への巡回指導、事務点検を担当する共済事務インストラクターを兼任から専任とし、9人を配置しました。

竹下正幸組合長は「統合メリットを発揮するためこれまで準備を進めてきた。これからも役職員が一丸となって組合員、利用者満足してもらえるよう努力したい」と期待を寄せました。

同センターは今後、全国的に展開されているペーパーレス・キャッシュレス契約事務の拡大により事務負担を削減しながら、隠岐の2地区本部の事務の集約化を目指します。



テープカットを行う同JA役員

いわみ中央

みんなで農業体験！ 田植え体験で達成感

いわみ中央地区本部は5月14日、浜田市吉地町で農業体験塾を行いました。この農業体験塾は、毎年浜田市と江津市の2会場で行っており、子供たちに「農」と「食」の大切さを学んでもらうために、田植え・稲刈り・収穫祭を計画しています。

参加した浜田市内小学生親子33人は、約10aの水田に入り、2時間余りをかけて、コシヒカリの苗を植えました。

はじめにJA職員からお米についてや作業の説明を聞いてから水田に入っていました。入った瞬間は、「ひゃー！」など悲鳴も聞こえていましたが、慣れてくると、女性部員に教えてもらいながら調子よく植えていきました。

参加者の親は、「子供たちに農業体験をする機会を作ってもらい感謝している。お米作りの大変さを親子ともども感じた」子供たちは、「この田植え体験は、毎年参加している。少しはうまくなったかな。楽しかった」など達成感を得ていました。田植え終了後、JA女性部手作りのおにぎりを食べ、体験塾は終了しました。



JALしまね

サマーキャンペーン2017

SUMMER CAMPAIGN 2017

キャンペーン期間
2017年 6月9日金 ◆ 8月31日木

夏の肉祭り



期間中、定期貯金(20万円以上)を
新規でご契約いただいた方の中から
抽選で300名様に
「島根県産お肉の詰め合わせセット」
をプレゼント!

※ご契約額20万円につき抽選権を1口付与します。

期間中定期貯金を新規でご契約いただいた方もれなくプレゼント!

Wチャンス!

はずれた方の中から
200名様に
「ご当地カレーセット」
をプレゼント!

チャンスが倍!

以下のいずれかのお取引がある方は
抽選権を2倍とします。

・給与振込・年金振込・JAカード
(例) 預入金額50万円→上記取引なし2口 あり4口

ご成約 プレゼント

※品切れの場合は他の粗品
に替えさせていただきます。

10万円以上
20万円未満
フロストボーラー

loft
CHORIS

20万円以上
クーラーバッグ&
アイスバック

CHORIS

懸賞要領

- 対象商品** 定期貯金(期間1年以上)、結いの恵み
※上乗せ金利の適用があるものを除きます。※窓口でお預け入れいただいたものに限ります。
- 応募対象者** 期間中、定期貯金を新規(または増額)で20万円以上、または、結いの恵みを新規で契約された個人の方。
- 賞品内容** 300名様に島根県産お肉の詰め合わせセットをプレゼント(5,000円相当)
Wチャンス賞: 上記にはずれた方の中から抽選で200名様にご当地カレーセットをプレゼント(2,000円相当)
- 応募方法** 対象商品ご契約額20万円につき抽選権を1口お付けします。
以下のいずれかのお取引がある方は抽選権を2倍とします。
給与振込・年金振込・JAカード(例) 預入金額50万円→上記取引なし2口 あり4口
- 当選発表** 平成29年9月下旬頃、ご当選された方に対し当選通知をお送りします。
- 抽選権の失効** 抽選日の前日までに懸賞対象商品が中途解約されていた場合、懸賞抽選権は無効となります。
- 個人情報取扱/取得したお客様の個人情報は賞品の抽選・発送のためにのみ使用します。

懸賞賞品のご案内

300名様に 島根県産お肉の詰め合わせセット (5,000円相当)

(セット内容)
・しまね和牛肉(250g) ・ふかわのハーブ鶏(210g)
・島根県産豚肉(210g) ※()は予定量です。

Wチャンス賞 **ご当地カレーセット**
200名様に (2,000円相当)

(セット内容)
・あらえつき焼うまカレー 1個 ・奥出雲和牛カレー 1個
・さざえカレー 1個 ・トマトカレー 1個

JAグループ島根 JA農機 総合展示会

今年一番の品揃えで
お待ちしております!!

くにびきメッセ(松江)

松江市学園南1丁目2番1号

2017年 7月7日(金) 9:30~16:00
7月8日(土) 9:30~14:30

会場案内図

ご来場 & アンケートにお答えいただいた方に
先着2,500名様に
写真の「クオリティセット」を
プレゼント!!

農産加工品や
軽食コーナーもあるよ!

お問い合わせ(地区本部)

くにびき農機センター	TEL.0852-55-3066	南JAいずも農機サービス平田MC	TEL.0853-63-3665
やすぎ農機センター	TEL.0854-22-6900	南JAいずも農機サービス佐田MC	TEL.0853-84-0415
隠岐農機センター	TEL.08512-2-1265	雲南農機センター	TEL.0120-19-1739
隠岐どうぜん 海士支店	TEL.08514-2-0751	株オートバルみどり本社	TEL.0855-42-1687
斐川農機課	TEL.0853-73-9620	株オートバルみどり浜田営業所	TEL.0855-22-1260
南JAいずも農機サービス(本店)	TEL.0853-21-6046	石見銀山農業機械課	TEL.0854-82-8007



暑さ寒さに強く 連作もできる 小松菜

板木技術士事務所 ● 板木利隆

在来のカブから分化した漬け菜の一つ。現在の東京都江戸川区の小松川周辺で盛んに作られていたのでその名があります。

カルシウムを多く含み（野菜の中でも最多、ホウレンソウの3倍強）、鉄分、ビタミンB、Cなどの栄養素も豊富です。

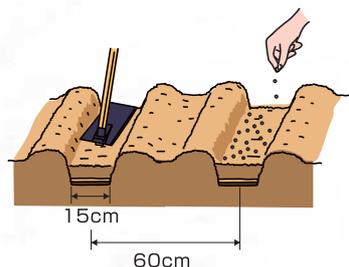
あくがほとんどないので、ゆでこぼししないでおひたし、汁の具、ごまあえ、生揚げや肉、魚との合わせ炒め、そして漬物にと幅広く使えます。

耐暑、耐寒性共にあり、連作障害も出にくく育てやすいので、自家菜園にはうってつけ。周年的に栽培してもよい野菜といえましょう。

一番のまきどきは8月下旬～9月中旬ですが、後述のように6月中旬からでも種まきできます。

葉形や彩りの異なる多くの品種、系統がありますが、近年人気が高いのは丸葉で葉に厚みのある葉色の緑の濃い品種（多くはチンゲンサイの性質を取り入れた改良種）です。

育て方は、野菜の中ではやさしい部類ですが、寒さ、暑さの厳しい時期の良品取りには元肥に良質の完熟堆肥や油かす、化成肥料などを畑全面にばらまき、20cmぐらいの深さによく耕し込んでおくことです。生育の様子を見て、後半葉色が淡く、育ちが遅いようなら、15～20日置きぐらいに化成肥料と油かすを列間にばらまき、くわで軽く土に耕し込んでおきましょう。



秋はいろいろな害虫にやられやすいので、早めに薬剤散布をしたり、べた掛け資材を被覆して飛来を回避します。

収穫は通常葉長が22～25cmぐらいになったら株元から抜き取り、または刈り取りします。

小規模の家庭菜園では葉をかき取り収穫するのも良いです。

私の場合、やや離れた畑ではなく庭先の小菜園の5m長の畝1列に、6月中旬に種まきし、葉をかき取り収穫し、7月下旬から3月下旬まで8カ月の長い間収穫しています。小松菜はとう立ちするまで節間はほとんど伸びず、株元付近の葉が次々と出てくるので、草姿はいつも低いままなのです。3月下旬を過ぎるととう立ちしてくるので、それもナバナ同様に摘み取って食べます。ほろ苦い、さっぱりした味も良いものです。

この摘み取り長期栽培の品種としては、サカタのタネの「きよすみ」などがお勧めです。

抜き取り収穫



かき取り収穫



※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。

タテのカギ



- ①晩ご飯のこと
- ⑥チョコレートの原料になる植物
- ⑦ビー玉を押し込んでから飲みます
- ⑨コンコンとノックする物
- ⑪鉛筆を削って出します
- ⑫泳げない人の強い味方
- ⑭ハチドリやチョウが吸います
- ⑮電話では——が明かない。会って話そう
- ⑰今日が終わるとやってくる
- ⑱野球の打者が振ります
- ⑳頭文字のこと。佐藤さんなら S です

ヨコのカギ



- ①夕涼みや花火大会に似合う着物
- ②サナギからチョウに——した
- ③物事を行うのにちょうど良い頃合い
- ④馬の背に置きます
- ⑤絵柄の美しい——切手を買った
- ⑧わらなどを編んで作る敷物
- ⑩ナタネやゴマなどを搾ると取れます
- ⑫原本からコピーした物のこと
- ⑬キツツキが木に穴を開けるときに使う物
- ⑭世話人に頼む、昔ながらの婚活
- ⑯——キープ。ペット——
- ⑱東南アジアの国。首都はバンコク
- ⑳靴や家具を磨いて出すことも

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？

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

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地区本部毎に5名の方に「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 〒693-8585 出雲市今市町106-1
JAしまね 出雲地区本部 情報システム課 「クイズ」係
平成29年7月5日(水) (当日消印有効)

◆先月号の答え◆
「マーガレット」

チ	マ	キ	ア	ゲ	ハ
カ	チ	ン	コ	キ	レ
ス		ト	ジ	マ	リ
イ	ド	ウ	レ	ン	チ
	ラ	ン	ナ	ニ	ヨ
ツ	イ	タ	シ	ヨ	ウ
カ	ブ	ト	ア	ガ	リ

・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

日焼け対策していますか？

そろそろ夏本番。徐々に気温も上がりはじめ、汗ばむ陽気となってきました。同時に、紫外線も気になる季節です。しっかりと紫外線対策をとっていますか？紫外線を浴びすぎると、シミやそばかす、肌のたるみの原因となるほか、皮膚がんにもつながる恐れがあります。日中、外出しなければならぬ日には日焼け止めを塗ることが多いかと思えます。しかし、正しいものを選び、しっかりと塗らないと効果が減少してしまいます。

日焼け止めに表示してあるSPFとはサンプロテクションファクター (Sun Protection Factor) の略称で、主にシミやそばかすの原因となる紫外線の防止効果を示す数値です。数値が大きいほど効果が高くなります。SPFの数値には、「日焼けする時間を何倍遅らせることが出来るか」という意味が含まれます。例えば、何も付けない肌で通常20分の日焼けするところを、SPF 30の日焼け止めを塗ると約30倍日焼けする時間を遅らせることが出来るため、20分×30倍＝10時間までは日焼けが抑制されるということです。

また、PAはプロテクショングレード オブ UVA (Protection Grade of UVA) の略称。皮膚を黒くしたりシワやたるみの原因となる紫外線の防止効果を表すものです。4段階に分かれており、+の数が多いほど高い効果があります。この紫外線は、年中降り注いでいるため夏だけでなく、春や秋、または室内でも日焼け止めを塗るとより効果的となります。

日焼け止めは、汗をかいたり、タオルでこすったりするとせっかく塗ったものが取れてしまいます。こまめに塗りなおすことが必要です。しかし、強い効果を示す日焼け止めは肌に負担をかけてしまいますので、自分に合わない場合は使用しているものを見直すか、UV効果のあるアーム手袋や日傘など身体にあった日焼け対策をしてください。

6月は



安全・安心届けます
出雲で採れるうまいもん

「メロン」



出雲のメロ・イ

JAしまね出雲メロン部会では、25人の生産者がメロンを栽培しています。春夏作で約1.5ha。主に栽培されているのはアムスメロンとアールスメロンです。出雲のメロンは品質が高く、ネットの入り方にも定評があります。立ち上げて玉吊にし（立体栽培）、1本の「つる」から1個のメロンしか採らない出雲のメロン。太陽の恵みを全身に受け、愛情込めて栽培されています。



生産者

インタビュー

今月は神西地区でアムスメロン13aを栽培するJAしまね出雲メロン部会の森山操さんにお話をお伺いしました！

——メロンの栽培を始めてどのくらい経ちますか？

メロンは約50年前から栽培しています。初めの10年くらいはいろいろな種類のメロンを試験的に栽培し、その後しばらくはアムスメロンを作っていました。今はアムスメロンを栽培しています。当初は今のような部会もなく共同販売もされていなかったため、自分で市場に持っていくなど売るのにも苦労をしました。JAで共同販売がされるようになって、その点は楽になりましたね。また、今はミツバチを使って交配していますが、当時は手作業で行っていました。

——メロンの栽培で大変なところはなんですか？

メロンは比較的作業量が少ない作物ですが、水の管理が難しく、天候に合わせた調整が必要になります。メロンは一つの玉を1シーズンかけて育てるため、失敗すると修正ができないのも難しいところです。



JAしまね出雲メロン部会
森山 操さん

——メロンを栽培していて良かったことはなんですか？

高級感のあるメロンは、できたときの喜びも格別です。良し悪しが激しい分、良いメロンができるとうれしいです。

——メロンを栽培する上で心掛けていることを教えてください。

消費者の方に甘いメロンを食べていただけるよう、糖度が上がってから収穫するよう心掛けています。防除にも気を配り、安全・安心なものをお届けできるよう徹底しています。

——最後にメロンのPRをお願いします。

今年是天候もよく、甘くておいしいメロンができています。一玉一玉丹精こめて作っていますので、ぜひ味わってほしいです。

メロン豆知識

アムスメロンは、アールスフェボリットとロッキーフォードから生まれた品種と、オーゲンという品種をかけ合わせて作られました。オーゲンの故郷がオランダであることから、その首都アムステルダムに由来して“アムス”メロンと命名されたそうです。ちなみにアンデスメロンの由来はアンデス山脈ではなく「安心ですメロン」が基とのこと。面白いですね。

メロンの収穫

メロンは、交配してから約50日で収穫となります。収穫時期になると糖度を計り、14度を超えると出荷できるようになります。

出雲地区の春夏作メロンは、6月上旬から、8月中旬にかけて収穫が行われます。6月9日に初出荷が行われ、6月末頃の最盛期に向け、現在出荷量が増えている最中です。出荷最盛期頃には「メロンまつり」としてラピタで特売を行う予定もあります。今が一番の食べごろのメロンをぜひご賞味ください！

メロンの栄養

メロンの主な成分はショ糖、ブドウ糖、果糖などの糖類です。これらは体内に吸収されやすく、すぐにエネルギーになるので疲労・体力回復に効果的です。また、メロンに多く含まれているカリウムには体内に蓄積されたナトリウムを体外に出す働きがあり、高血圧の予防、むくみやだるさの解消にも効果が期待できます。また、ビタミンCも豊富で、ストレスを緩和する作用があると注目されているGABA(γ-アミノ酪酸)なども含まれています。

夏バテにも良いといわれるメロン。これからの暑い季節にぴったりの果物です。

メロンのおいしいレシピ

ヨーグルトゼリーのメロンソース



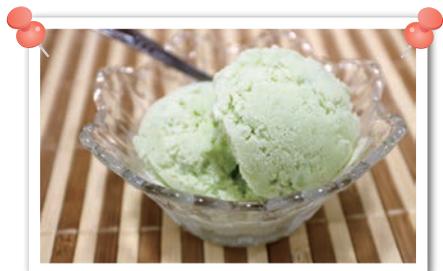
〈材料〉[4~5人分]

- ゼラチン(粉) ……小さじ2
- ヨーグルト ……300cc
- 牛乳 ……80cc
- レモン汁 ……小さじ2
- 砂糖 ……30g
- アムスメロン ……400g
- レモン汁 …… 小さじ1~2

〈作り方〉

- ①ゼラチンは大きじ2杯の水に振り入れてふやかしておく。
- ②牛乳と砂糖を合わせ、電子レンジで1分間加熱し、①のゼラチンを入れて溶かす。
- ③別のボウルにヨーグルトを入れてなめらかになるまで泡だて器でかき混ぜ、ここへ②を加えて混ぜ合わせる。
- ④最後にレモン汁を加え、グラスに注ぎわけ、冷蔵庫で冷やし固める。
- ⑤メロンソースを作る。メロンはよく熟したものを用意し、皮をむく。むいた3/5量は濾し器で濾して汁にし、2/5量は5mm幅の角切りにする。これらをボウルに入れ、レモン汁を加え、冷蔵庫で十分に冷やす。
- ⑥冷やし固めた④に⑤のメロンソースをかけて完成!

メロンアイス



〈材料〉[4~5人分]

- アムスメロン ……200g
- 砂糖 ……30g
- 生クリーム ……100cc
- レモン汁 ……小さじ1

〈作り方〉

- ①メロンは小さめにカットして一晩冷凍する。
- ②フードプロセッサーにメロンを入れ、粗く砕き、砂糖を加えて更に混ぜ合わせる。そこに生クリームを入れてさらに混ぜ合わせ、最後にレモン汁を加えて味を整える。
- ③保存容器にうつして冷凍する。滑らかなアイスにするため時々かき混ぜる。
- ④器に盛って完成!

ほっとで楽しいニュースが満載!

J Aしまね出雲ぶどう部会 出雲農林高校へハウス貸与

J Aしまね出雲ぶどう部会は5月12日、島根県立出雲農林高校にぶどう苗木育成のためのハウス(約2a)を無償で貸与しました。同部会では、老木化が進んだぶどう園地の再生を図るため、若木への改植を進めており、苗木の確保が必要になっています。農林高校へハウスを貸与し、研究課題として苗木を育成することで、県内産の良質な苗木を安定供給できる体制の整備を目指す。産官学連携で出雲のぶどう産地振興に努めます。

当日はぶどう部会、農林高校のほか、島根県J Aしまね出雲地区本部の関係者らが出席。ハウス貸与式を行った後、食品化学課食品醸造コースの3年生らによる、ぶどうの植栽のは優良系統デラウェア(柳田系)の苗木。通常のデラウェアに比べ粒が大きく、ジベレリン処理が1回で済むことから、同部会でも普及推進されている品種です。今回植えた苗木は、12月下旬頃に掘り上げ、ぶどう農家へ販売される予定となっています。

同部会の園山榮部会長は「ぶどうの研究に取り組まれている農林高校と、良質な県内産苗木を求めぶどう部会と、双方に有益な取り組みとして島根県から提案いただきました。ぶどうの生産に関わることで、産地担い手の育成の場になることも期待します」と話しました。



ぶどうハウス貸与式でのテープカット



苗の植栽を行う生徒ら

中部ブロック「こどもクラブ」 2会場で開催し73人が入学

J Aしまね出雲地区本部中部ブロックは5月14日、出雲市大塚町のおおつか保育園(四絡会場)と、J Aしまね塩治支店(塩治会場)の2会場で「中部ブロックこどもクラブ」の入学式を行いました。このクラブは小学1年生から6年生までの児童を対象に、自然、命、食べ物、農業の大切さを子どもたちに学んでもらう目的で平成22年から活動しています。今年度はより多くの地域の児童が参加しやすくなるよう、活動の場を2つに分けました。四絡会場41人、塩治会場32人の計73人が入学。入学式後はそれぞれ会場ごとに田植えを行いました。

四絡会場では、入学式で福島隆校長(J A出雲地区本部理事)が「農業体験を通し、仲間と協力することを学んでください。また、保護者の皆さんにも農業に対する理解を深めていただきたいと思えます」とあいさつしました。入学式後は田んぼに移動し、J A職員から植え方を教わった児童は、泥の感触やタニシなどの生き物に驚きながらも等間隔に引いた線に沿って苗を植えました。

今後児童らは12月の修了式まで田植えや田んぼの生き物調査、稲刈りなどの体験を通して主食の米について学ぶほか、親子での料理や、パッキングセンターの見学なども予定しています。



並んで田植えを始める児童ら

島根大学生と産学連携 7月2日の第4回稗原マルシェ開催に向けて

稗原マルシェ実行委員会は4月30日、島根大学生と連携し、同実行委員会の内田充治さんの圃場で蒟蒻芋の定植作業を行いました。アマガニスタンからの留学生1人を含む10人の大学生が参加。大学生たちは、蒟蒻芋の定植作業、加工、「稗原マルシェ」での販売を通して6次産業化について研究します。また、地元住民、J A稗原支店で組織する同実行委員会は、稗原の良さをPRし地域活性化を目指します。当日はたけのこ掘りや稗原地区の見学も行われました。

蒟蒻芋が成長するには3年程かかりますが、学生たちは平行して地元の農産物を使った加工品作りに取り組みます。同実行委員会の三宅真樹実行委員長は「昨年は蒟蒻ジュースなど、学生らしい加工品を販売され好評だった。今年も良いアイデアを期待しています」と話しました。5月20日には、J Aしまね出雲女性部稗原支部と一緒に稗原マルシェで販売する加工品の試作会を開催。たけのこを使ったお菓子や蒟蒻を使ったカレーなどの試作品が並びました。

地域の農産物を、軽トラ市やレストランで販売する「稗原マルシェ」は、2015年10月に始まり、昨年11月の第3回稗原マルシェには地区内外から約1,000人が訪れました。第4回は7月2日10時~13時に稗原交流センターで開催予定です。



蒟蒻芋の定植を終えた学生たち



女性部稗原支部と試作品の試食会

神話の郷 ぶどう直売所オープン

JAしまね出雲地区本部管内の「神話の郷ぶどう直売所」が5月21日にオープンしました。今年で12年目を迎える直売所は、ぶどう生産者が運営。生産者の声を聞きながらぶどうを購入できると好評を得ています。

販売される「デラウェア」は、全房点検し個別包装。「安全・安心」を目に見えるかたちで消費者の方に届けます。今年では作業場の空調を増設し、品質管理も改善しました。直売所のぶどうは贈呈品としても人気が高く、直送も受け付けています。デラウェアのほか、7月中旬からは巨峰、ピオーネ、シャインマスカットも販売。メロンやプラムなども取り扱います。

直売所の三成卓夫代表は「一つ一つを再度確認し個別包装しているので高品質なものがお届けできます。ぜひ多くの人に食べていただきたい」と話します。直売所は出雲市大社町北荒木のファミリーマート横にあり、8月20日頃まで毎日AM10時～PM5時まで営業します。お問い合わせは「神話の郷ぶどう直売所」(TEL0853-53-5680)まで。



高品質な出雲産ぶどうを販売

ぶどう出荷総会開催 出荷に向けて意思統一

JAしまね出雲ぶどう部会は5月10日、出雲市大社町の大社文化プレイスうらら館で、平成29年産ぶどう出荷総会を開きました。総会には部会員、関係者ら約300人が出席し、今年産ぶどうの出荷・販売方針などを確認し、高品質なぶどう出荷に向け、意思統一を行いました。

今年度の島根ぶどうは4月19日からデラウェアの出荷を開始しました。総会では高品質でおいしいぶどう出荷に向けて出荷方法や販売方針、検査上の注意事項などを確認。「粒張りの良いゆる房」に仕上げるステップアップ規格で出荷されたデラウェアは、大粒で食味が良く、市場でも高い評価を得ていると報告されました。あわせて今後出荷が始まるシャインマスカット、種なし巨峰やピオーネなどの大粒系ぶどうの出荷方法についても確認しました。

出荷総会では、「キロ単価1,300円」「反収1,300kg」をスローガンに掲げ、関係機関、部会員一丸となって達成を目指します。園山榮部会長は「安全・安心で高品質なぶどうを消費者にお届けするとともに、市場とも連携しキロ単価1,300円必達に向け取り組み、平成29年を飛躍の年としたい」と話しました。



あいさつをする園山部会長

ブロッコリー部会総会開催 設立30周年を祝う

JAしまね出雲ブロッコリー部会は5月9日、JA平田中央支店会議室で第30回通常総会を開き、部会員ら約80人が出席しました。総会終了後は同部会の設立30周年を祝う記念式典が開かれ、設立当初からの部会員を功労者として表彰すると共に、30年の歩みを振り返りました。

同部会が生産する「かあちゃんブロッコリー」は高品質で市場からの評価が高く、総会に出席した各市場からは出荷量の増加を求める声が上がりました。平成29年度事業計画では、新規栽培者の募集、集落営農組織への推進を掲げ、栽培面積、出荷量の増加を図ります。同部会の稲田輝夫部会長はあいさつの中で「昨年2つの営農組織が部会に加わるなど、部会員の加入が増えています。部会員一丸となって安心、安全で高品質なブロッコリー生産に努めましょう」と呼びかけました。平成28年度の販売高は11,950万円、平成29年度は14,000万円を計画しています。



設立当初からの功労者を表彰

JAしまね出雲女性部 第2回通常総会開催

JAしまね出雲女性部は5月17日、JAしまね出雲地区本部会議室で第2回通常総会を開きました。部員、関係者ら約130人が出席。2016年度の活動報告、2017年度の活動計画などが承認されました。

平成28年度の活動として、「ウィンドブレーカー・Tシャツの統一による活動の見える化」「女性部・JA役職員一体となった『みどりのカーテン活動』」を行ったことなどを報告。平成29年度の活動計画としては、JAとのパートナーシップ強化のため、部員の25%を目標に正組合員加入運動を推進することなどを申し合わせました。同女性部では28年度からの3ヵ年計画に正組合員の加入促進を掲げていますが、今年度を重点年度と位置づけ取り組みを強化します。

平成29年4月には「JAしまね女性部」が発足。同女性部の高野智子部長は「これまで通り地域に根付いた活動を行っていきますが、同じ志を持った各地区本部の部員たちとも交流を深めていきたいと思っています」と話しました。



統一のウィンドブレーカーで総会に出席

唐川新茶まつり開催 大勢の来場者で賑わう

唐川親交会と唐川新茶まつり実行委員会は5月29日、出雲市唐川町の「お茶の里唐川館」周辺で第26回唐川新茶まつりを開催しました。新茶の収穫を迎える時期に合わせて毎年開催しているもので、今年は好天にも恵まれ、約2,500人の来場者で賑わいました。

まつりでは、煎茶、番茶のほか、農産物や加工品なども販売され、看板メニューである茶そば、茶もち、新茶まんじゅうなども、行列ができる人気ぶりでした。また、出雲市立鰐淵小学校の児童らが出店した「わにっ子茶屋」では、煎茶をサービスし、お茶に関するクイズを出題するなど、来場者を楽しませました。唐川新茶まつりの運営にあたっては、例年ボランティア団体にも呼びかけをしています。今年も県外を中心に約20人のボランティアが参加しました。

唐川新茶まつりの荒木眞信実行委員長は「今年は天気がよく、大盛況でした。地域活性化のためにも、絶やすことなく続けていきたいです」と話しました。



茶もちは実演販売が行われた

遙堪小学校5年生 田植に挑戦

出雲市立遙堪小学校は5月22日、大社町遙堪地区で田植えを体験しました。地元の鍵ヶ崎営農組合の協力を得て実施されたもので、5年生28人が稲作の楽しさ、大変さを学びました。

同組合の足立勝司組合長から説明を受けた児童たちは、ぬかるんだ足場に苦労しながら、「ばば引き」をして田んぼに基準となる線を引き、その線に沿って田植えをしていきました。今回植えたのは「みほひかり」。収量が多く、飼料用米として栽培されている品種です。

足立組合長は「5月中旬には田んぼで泥遊びもしました。こういった体験を通じて農業を好きになってもらいたい」と話しました。



「ばば引き」で田んぼに線を引き(手前右)
それに沿って田植えをした(奥)

JAしまね出雲・斐川・ 石見銀山女性部統一行動 今年も「美化ウォーク」で爽やかな汗流す

JAしまね出雲・斐川・石見銀山女性部は5月13日と14日、各地区でゴミを拾いながらウォーキングをする「美化ウォーク」を行いました。「JA健康寿命100歳プロジェクト」に呼応し、女性部員の健康づくりときれいな街づくりを目的に、昨年度より年1回実施しています。

出雲地区では女性部員241人が参加し、市内5つの地域に分かれて活動を行いました。女性部員たちは朝の爽やかな空気の中、空き缶やタバコの吸殻などを拾いながら駅の周辺や溪谷の遊歩道などを歩きました。当日拾い集めたゴミは3地区合わせて約1,240リットル。1時間ほどのウォーキングで健康的な汗を流すとともに、きれいな街づくりに貢献しました。参加した女性部員は「普段あまり歩かないので、こういう機会に皆さんと一緒に運動できて良かったです」と話しました。



出雲市駅周辺でウォーキングをする女性部員たち

大粒で甘い「デラウェア」 長岡市長らに贈呈

JAしまね出雲ぶどう部会は5月26日、出雲市役所を訪れ、長岡秀人出雲市長、福代秀洋出雲市議会議長らに鳥根ぶどう「デラウェア」を贈呈しました。贈呈式では、園山榮部会長、大社、出雲の支部長らが6月上旬と見込まれる出荷ピークに向け、順調に推移していることを報告しました。鳥根ぶどうが市場で高く評価されていることや、優良系統デラウェアへの改植を進めていることなども話題に上がりました。長岡市長は「糖度も高く、粒のそろった見事なぶどうだった」と感想を述べ、「若い人に憧れをもたれるような、もうかるぶどう生産をしていただき、後継者育成につなげてほしい」と期待を込めて話しました。



長岡市長、福代議長らにデラウェアを贈呈

ラピタがレジ袋収益金を 市環境保全連合会へ寄附

ラピタは5月16日、出雲市環境保全連合会へ有料レジ袋販売による収益金の一部を贈呈しました。出雲市役所で開かれた出雲市環境保全連合会評議員会で、同連合会の和泉一郎会長に目録を贈呈。ラピタを含め、市内の10事業所から計約674,000円が寄附されました。和泉会長は冒頭のあいさつで「レジ袋削減に向けた活動に積極的に取り組みいただき感謝いたします。今後の活動に有効に活用させていただきます」と話しました。

出雲市ではマイバッグ持参運動を展開する中で、事業者・出雲市環境保全連合会・市の三者間で「レジ袋削減に向けた取組に関する協定」を締結し、レジ袋の削減に取り組んでいます。ラピタも同協定を締結し、平成21年7月からレジ袋削減のためレジ袋を1枚3円の有料制にしました。その収益金は同連合会への寄附のほか、ラピタ各店舗のリサイクルBOXの設置などに活用しています。2016年度のラピタのマイバッグ・マイバスケット持参率は約90%となっています。



出雲市役所で行われた贈呈式

交通安全教室開催 事故の恐ろしさを再認識

JA共済連島根県本部が主催する「自転車交通安全教室」が5月17日、出雲市立浜山中学校で開催されました。交通安全ルールの大切さと事故の恐ろしさを認識してもらうことを目的に、出雲警察署の協力を得て開催。中学校全校生徒、地元の交通安全協議会ら約500人が参加しました。

教室では、警察官からミニ交通安全教室があり、夜間のライト点灯や反射材の活用を行うよう呼びかけました。プロのスタントマンによる交通事故再現では、実際に死亡事故に繋がった事例を再現。どうすれば事故が起きなかったかを生徒に問いかけながら、自転車の安全な乗り方や正しい交通ルールを伝えました。生徒らは、実際の事例に真剣な表情で見入り、事故の恐ろしさを再認識していました。

JA共済では「ひと・いえ・くるま」の相互保障で安心、安全で豊かな社会環境作りに取り組んでいます。同イベント以外にも出雲市へのカーブミラー贈呈や各中学校への夜光反射材贈呈、JA共済交通安全アンパンマンキャラバンなど、交通事故未然防止活動、交通安全への意識を高めてもらう活動を行っています。



スタントマンによる交通事故場面の再現

ぶどう女性大学校開催 健康管理について講演も

JAしまね出雲ぶどう部会女性部は5月19日、大社文化プレイスうらら館で今年度第1回のぶどう女性大学校・選果選別講習会を開きました。部員約150人が参加し、市場からの情勢報告や検査上の注意事項、選果選別の方法などについて確認しました。同女性部の藤江美由紀部長は「品質の高いぶどうを生産し、もうかる農業をして、その姿をこれからの世代に見せていかなければなりません」と担い手確保にも意欲を示しました。

今回は、農繁期に向けて忙しくなる中で体調を崩さないようにと、健康管理についての講演も行われました。参加者らは、健康に生活するための料理の話や生活習慣病予防のことなど、身近な内容に傾きながら聴講していました。



あいさつをする藤江部長

平田柿部会定期総会開催 販売金額3億円を目指す

JAしまね出雲地区本部平田柿部会は4月28日、JA平田中央支店会議室で平田柿部会定期総会を開きました。総会では、平成28年度の事業報告、平成29年度の事業方針などが承認されました。また、今回役員改選が行われ、3期6年にわたり部会長を務めた奥秀男さんが退任、川瀬利治さんが新たに部会長に就任しました。

昨年度は、行政やJAの支援を受け、スーパークーリングシステム搭載の出荷貯蔵施設の建設やリース団地の整備などが行われました。平成29年度はスーパークーリングシステムの活用によるあんぽ柿80万個への増産（昨年度実績約61万個）と、目標販売金額3億円を目指します。



役員改選により就任した川瀬部会長(写真中央)



5月
講座

「山菜料理を学ぼう」

いずもJA
シニア女子大学
～みずき～



- おしながき
- ◆ わらびと長芋の酢の物
 - ◆ こんにゃくの刺身
 - ◆ さんしょうみそ添え
 - ◆ さんしょうの白和え
 - ◆ 筍のサバみそ煮
 - ◆ 筍、タラの芽、雪の下の天婦羅
 - ◆ こしみの澄まし
 - ◆ ふきの麺し飯

JAしまね出雲女性部は5月24日、いずもJAシニア女子大学5月講座「山菜料理を学ぼう」を開きました。生活文化協力員の竹田比都子さんを講師に招き、ふれあいの家出雲「縁」で山菜を使った調理実習を行いました。

竹田さんから山菜の保存方法や、レシピについて説明を受けた後、6班に分かれ調理を開始。山菜は南部ブロック女性部のスタッフが家のまわりで採るなどして用意したものです。女子大学生たちは、竹田さんの指導を受けながら、なじみのない山菜も手際よく調理していきました。試食会では感想を話し合いながら、おいしい料理に舌鼓を打ちました。

女子大学生は「普段しない料理に挑戦でき、よい経験になりました」と話しました。



▲旅館を経営し山菜料理を提供していた経験のある竹田さんが調理方法を指導



▲感想を話し合いながらの楽しい試食会

料理教室から託児まで
幅広く活躍!!

JＡしまね出雲地区本部 生活文化協力員

JＡしまね出雲地区本部では、組合員の皆さんの生活文化活動をサポートするとともに、JA組織活動の活性化を図ることを目的に、生活文化協力員を管内の各ブロックに配置しています。

生活文化協力員は、定期的を開催する会議・研修会に参加し、JA生活指導員と連携をとりながら、各地区で行う料理教室や加工品作りなどの講師としてJA女性部のグループ活動に参加しています。また、農業まつりやJA女子大学、健康診断等にも積極的に協力するなど幅広い分野で活動しています。

5月22日には、平成29年度生活文化協力員の委嘱状交付式をふれあいの家出雲「縁」で行い、各ブロックから13人を選任しました。平成28年度には668件の活動をしており、今後も生活文化活動がより充実したものとなるよう活動していきます。



平成29年度
JAしまね出雲地区本部 生活文化協力員
(敬称略)

主活動ブロック	氏名
中部ブロック	園山 紀子
	矢田 絹子
	長谷川博美
東部ブロック	湯浅万里子
	山形 由紀
	山崎 智子
西部ブロック	園山 幸美
	角森 希美
	横田 紀子
河南ブロック	森山都代子
	石飛 通子
南部ブロック	竹田比都子
	飯塚 恵理

共済なんでも相談コーナー オープン



こんな疑問や不安…
ひとつでも当てはまったらご相談ください！

JAのライフアドバイザーがご説明いたします。

ラピタ本店1階ATM横 平日10:00~17:00



お問い合わせ先 / JAしまね出雲地区本部共済課 (0853) 21-2915

※共済の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。

JAしまね出雲地区本部

ちびっこ農業交流スクール

参加者
大募集!!

JAしまね出雲地区本部では、食農教育の一環として小学生を対象に、農家ホームステイによる農作業体験や農作物の収穫体験、農に関する学習会など1泊2日による「JAしまね出雲地区本部 ちびっこ農業交流スクール」を企画しました。食と農に触れて、夏休みの思い出を作りましょう！

交流スクールの企画内容

- 開催日時** 平成29年7月25日(火)9:00 ~ 26日(水)16:30 1泊2日
- 集合場所** JAしまね出雲地区本部(出雲市今市町106番地1)
- 実施内容**
 - 市内農家での農作業体験・ホームステイ●野菜の収穫
 - 調理実習●各種学習会など内容盛りだくさんです。
 - *宿泊は出雲市内の農家の方々にご協力をいただきます。
- 参加資格** 小学生のみなさん(4年生~6年生)
- 募集人員** 40名(申込者の中から抽選により決定します。)
- 申込メ切** 平成29年6月30日(金)
- 参加費** ひとり 3,000円
- その他** ホームステイ先等、最終的な行程は開催10日前頃に郵送にてご案内いたします。



お申込・お問い合わせ先

JAしまね出雲地区本部 ふれあい福祉課(担当:金築)
TEL.0853-21-6013 FAX.0853-21-6015



出雲市天神町
さとう かつのり
佐藤 勝紀さん (76歳)
としこ
敏子さん (73歳)



天神町にお住まいの佐藤さんご夫婦。不動産業を営むほか、3aの畑で野菜を栽培しています。アパートの管理業務に忙しい中、農業は楽しみとしてやっています。

たくさんの種類の野菜をつくるのが好きだという勝紀さん。敏子さんと一緒に、かぼちゃ、ナス、トマトなど、四季折々のいろいろな野菜を栽培しています。生長していく様子を見るのが楽しく、多くできたときは農産物直売所などにも出荷しています。また、勝紀さんは25年ほど前まで農協に勤め、自動車のセールスで市内を走り回っていました。「営業でいろいろな人と関わってきた人間関係が、今でも財産になっています」と話します。敏子さんは、勝紀さんが勤めに出ていたころは、養蚕業など家の農業を手伝っていました。近隣ではかなり遅くまで養蚕を続けられたそうです。

勝紀さんの趣味は釣り野菜づくり。敏子さんの趣味はゲートボールです。敏子さんは大会などにも参加し、仲間と会って話をすることでリフレッシュしています。夫婦円満の秘訣を尋ねると「お互い言いたいことを言って、意見が違えば話し合うことです」と口を揃えて話す仲の良いお二人です。



Smile
きらりスマイル

市内の福祉施設に勤務する塩野由依さん。大学生の頃、保育実習に行った友人の話を聞いたのがきっかけで、子どもと関わる仕事をしたいと思うようになり、児童福祉関係の仕事に就きました。就職して今年で2年目。自ら希望していろいろな業務を経験し、子どもたちとの関わり方を模索しています。まだまだ勉強中だという由依さんですが、「子どもたちが元気で成長していくために自分ができることは何か」を常に考えながら仕事に取り組んでいます。

休日は地元の友達とショッピングに出かけてリフレッシュをするほか、大学時代の友達に会いに岡山まで出かけることもあります。在学中、一緒に京都旅行にも行った当時の仲間との交流を今でも大切にしています。

今後の目標を尋ねると「これからどんな自分になりたいかをしっかり考えて、それに向けて頑張っていきたいです」と話します。いろいろなことに挑戦している積極的な由依さんです。

出雲市今市町

塩野

由依さん(23歳)



5月講座

『『おいしい』の前の大変を学ぶ…ぶどう栽培農業実習』

JALまね出雲地区本部は5月18日、いずもJA女子大学5月講座『『おいしい』の前の大変を学ぶ…ぶどう栽培農業実習』を開きました。女子大学生10人が参加し、JALまねの理事でもある、島根県指導農業士の藤江美由紀さんを講師にデラウェアのジベレリン処理を体験し「おいしい」と食べているだけでは分からない、ぶどう栽培の大変さを学びました。

ジベレリン処理は大きくなる前のぶどうの房にジベレリン溶液をつけていく作業で、ぶどうを種無しにしたり、粒を肥大化させるために行います。体験は藤江さんの所有するぶどう園で行い、処理の仕方を教わった女子

大学生たちは、専用のカップに入れた溶液にぶどうの房を1房ずつ丁寧に浸していきました。それぞれが自分の処理したところに名前を記し、どのように生長するかを楽しみに待ちます。処理をしたぶどうは、7月にオプション講座を開き、収穫する予定にしています。

女子大学生は「想像以上に手間と負担のかかる作業でした。これからは一房一房に込められた愛情を感じながら食べたいと思います」と話しました。



わが家の
アイドル
わが家自慢の
アイドルをご紹介します!



かつべ ここね
勝部 心響ちゃん(11歳・左)
しおん はると
心温くん(9歳・右)・**陽翔**くん(2歳・中)

出雲市古志町

小学6年生の心響ちゃん。家の近くの道場で、太道という武道を習っています。道場では小さい子に教えてあげるなど、面倒見の良い心響ちゃん。西日本大会で優勝したこともある実力者です。心温くんも、お姉ちゃんの影響で太道を始めました。家族みんなから「まだ早い」と言われる中、道場に直接頼み込んで始めたのが4歳のとき。以来一生懸命練習しています。お話もたくさんしてくれる、積極的な心温くんです。陽翔くんは外で遊ぶのが大好き。お姉ちゃんやお兄ちゃんの実似をしているいろいろなことに挑戦します。甘えん坊な陽翔くんは、家族みんなから可愛がられています。

ゴールデンウィークには、みんなで田植えのお手伝いをしました。心響ちゃんは苗を出して渡す係、心温くんは田んぼに溜まった糞などの片付け、陽翔くんは田植えをするおじいちゃんの隣で一生懸命みんなを応援しました。お手伝いもみんなそろって頑張る、仲の良いきょうだいです。

おとうさん、おかあさんからの一言

田植えのお手伝いがんばってくれてありがとう。
きょうだい仲良く元気に成長してね。

J A しまね出雲女性部
グループ紹介

鳶巣支部「つばきの会(料理グループ)」

J A しまね出雲女性部鳶巣支部の「つばきの会」は、月1回集まり鳶巣コミュニティセンターで料理教室を開いています。20年以上前から続く歴史のあるグループで、現在20人で活動しています。J A の中部ブロック担当者が講師となり、家の光や家の光図書のレシピを使って料理をします。季節の野菜、地元野菜を積極的に活用し、メンバーが家で栽培している野菜を持ち寄り料理に組み入れることもあります。

お茶を飲みながら簡単な打ち合わせをすませると、料理を開始します。役割分担は特に決めておらず、人が足りないところにはフォロワーに回るなど、それぞれが臨機応変に対応します。みんな仲良く雰囲気の良いので連携もスムーズで、声を掛け合いながら楽しく活動して

います。料理をつくった後はみんなで「試食会」です。にぎやかに感想を言い合いながらご飯を食べる、一番楽しみな時間です。

毎年行われている鳶巣地区の笹まきづくり体験では、子どもたちや県立大学の学生たちに作り方を教えるなど、地域の活動にも積極的に参加。



福田代表からの一言

私たち「つばきの会」では、季節の野菜を使って楽しく料理をしています。メンバー同士とても仲が良く、にぎやかなサークルです。笹まきづくりやごきぶり団子づくりなど、地域の皆さんとともにいろいろな活動もしています。興味のある方はぜひ一緒に料理を楽しみましょう！新しいメンバーも随時入ってきています。

鳶巣店 大江店長からのメッセージ

9月、鳶巣店に着任して、最初に親しくなったのが「つばきの会」のメンバーです。「私、料理はできませんが食べることは上手です」とお話ししたところ、「それなら大丈夫。私たちもです」と笑って返してくださいました。楽しくお話ができる雰囲気なが長く活動が続いている理由だと思えます。今年度も2名の新入会員がありました。これからも健康で明るく、楽しく元気に活動をしてください。

読者のページ
おたより広場

読者のみなさんからの投稿コーナーです。最近あった「楽しかったこと」「最近思うこと」「感動したこと」…ぜひお聞かせください。写真や絵手紙・イラストも大募集!!

おたより大募集

皆さまからの「おたより」を募集しております。ハガキに、聞いて欲しいこと、日々思うこと、俳句や川柳、絵手紙や写真などのご投稿お待ちしております。
(匿名希望の方は明記してください)

〒693-8585
出雲市今市町106番地1
JAしまね出雲地区本部内
「広報誌JAしまねびより」編集係 宛
✉メールでの投稿も大歓迎!
unity@jaizumo.or.jp

●地区本部トピックスにやぎの「いちごカレー」について書いてありましたが、どんな味がするんだろうと気になっていきます!ぜひ食べてみたいと思いましたが。(高松町 O・Hさん)

●保育園の年長児である娘が鳥根ぶどうの初出荷式に参加しました。「しまねっことしまりんがおつてね」と楽しそうに話してくれました。JAしまねびよりの写真を見せると自分の姿を探してみたり…。楽しい思い出になって私も嬉しいです。(外園町H・Nさん)

JA:しまねっことしまりん、2人同時に会える機会はなかなかないと思います!素敵なお出になりましたね。ぶどうもいよいよ最盛期を迎えています。ぜひこの時期にご賞味くださいませ。

●地区本部トピックスのやぎのいちごカレーはインパクト大でした。安来に行った際はぜひ探してみたいなと思っております。

(河下町H・Yさん)

JA:いちごカレーはすごいインパクトで、農業新聞でも大きく扱われていました。豚肉との相性が良いそうですよ。JAしまねびよりで他地区のニュースが分かるようになったのは、県下のJAが統合したメリットのひとつではないかなと思います。

●私は料理が大好きでラピタに置いてある料理カードをよくいただいて帰ります。きゅうりは和え物、漬物と載っていましたが、今回天ぷらのレシピが載っていてびっくり!ぜひ作ってみたいと思います。これからもいろいろいなレシピを載せてください。(佐田町K・Hさん)

JA:毎度ラピタをご利用いただきありがとうございます。きゅう

りの天ぶらはかなりの反響があり、とても嬉しいです。今後もご紹介させていただく特産品を買い取くなるようなレシピを掲載していきたいと思えます。

●健康散歩の記事で「サルコペニア」という言葉を初めて知りました。食事と筋力運動で、高齢になっても筋力が増えるとのこと。普段から少しずつでも運動を続けるといいですね。色々な場所へ出かけてみることも大切ですね。(平野町I・Mさん)

JA:「サルコペニア」は私も初めて聞く言葉でした。身体の衰えは常を感じていますが、仰々しい名前がついていると気をつけなければという気にさせられます。お出かけは気持ちも華やきますし一石二鳥ですね。



牛乳を使った料理教室 

参加者募集のお知らせ

日時 平成29年7月11日(火) 10:00~

会場 ふれあいの家「縁」(ラピタ本店2階)

参加費 300円

定員 15名(定員になり次第締め切ります)

持ち物 エプロン、三角巾、マイ箸、持ち帰り用容器

メニュー

- ツナと野菜のおかずパンケーキ
- 枝豆のミルクスープ
- コブサラダ
- ミックスジュース

お申し込み先 JAしまね出雲地区本部 ふれあい福祉課 21-6013



俳句の広場

選者 安食彰彦先生

◆月間最優秀賞

じゃがいもの花が咲いたよおぢいちゃん

荒茅町 川上治利

選者評 かわいい孫が驚いたようにおじいちゃんに告げたと言

◆月間優秀賞

姿見の中に飛び入り夏つばめ 東福町 岩本ひろこ

白線をひきたるやうに卯浪寄す 佐田町 丹後漁舟

藤の花揺れる姿に夏を見る 萩杼町 佐藤明子

◆あなたの俳句を募集します

◆応募方法

俳句、住所、氏名、年齢、電話番号を記入の上、ハガキまたはFAXで応募ください。
※お一人様3句まで応募いただけます。※6月応募分の締め切りは6/30(金)必着です。

◆あて先

〒6993-8585 出雲市今市町106-1

JASしほね出雲地区本部「俳句の広場」係

(FAX:21-6249)

※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、JASしほね出雲地区本部に帰属するものとします。※月間最優秀賞にはUFJニコス券3,000円分、月間優秀賞にはUFJニコス券1,000円分を進呈いたします。※受賞作品については地区名、氏名(または俳号)を掲載します。

健康ライフかわら版

「みんなで減塩 はじめよう！」

減塩のすすめ

減塩は、血圧を低下させ、結果として心臓病・脳卒中などの循環器疾患を予防する効果があります。いきなり塩分を減らすのではなく、毎日の調理や食卓でうす味や減塩に少しずつ慣れていくことが大切です。あなたは、何ならできそうですか?無理なく、おいしく、みんなで減塩をはじめましょう。

食べる時に、上手に減塩しよう

- ①何にでも調味料をかけるのをやめましょう。
- ②醤油やソースは「かける」ではなく「つける」にしましょう。
- ③ラーメンやうどんなど麺類のスープはできるだけ残しましょう。
- ④見えない塩分に気を付けましょう。(図1参照)
- ⑤食べ過ぎに注意しましょう。
- ⑥昼食で塩分を摂りすぎたときは、夕食で塩分を控えるなど、一日の中で調整しましょう。

作る時に、上手に減塩しよう

- ①酸味や香りを効かせましょう
- ②旬の食材を選ぼう
- ③天然食品でだしをとりましょう

しまね食育サイトへアクセス!!

☆島根県のホームページに減塩レシピを掲載しています。ぜひアクセスしてみてください! ……検索ワード【しまね 食育 サイト】



*図1 食品に含まれる食塩量



※島根県では、成人の食塩摂取量の目標を、1日8g以下としています。

お問合せ先

出雲保健所

健康増進課

TEL 21-8785



特定健診を受診しましょう!

◆特定健診(特定健康診査)とは?

腹囲測定・血液検査・血圧測定を行い、メタボリックシンドロームのリスクを減らすための検査で、**40歳～74歳の方は一年に一度必ず受診していただく必要があります。**JALしまね出雲地区の組合員健康診断「基本+詳細」の検査項目や、巡回人間ドックもこの検査に当てはまります。

◆対象となる方は特定健診の受診券が配布されます

ご加入の健康保険によって配布方法や時期が異なります。

ご加入の健康保険	対象者	配布時期	配布方法
出雲市国保	40～74歳	6月下旬	薄ピンク色の封筒で郵送
協会けんぽ	40～74歳の被扶養者	4月	黄色の封筒で被保険者住所に郵送
その他の健康保険組合	40～74歳の被扶養者	4月、もしくは事業所に申請する	被保険者住所に郵送、もしくは事業所より配布

出雲市国保の受診券(A4サイズ・白色)

協会けんぽの受診券(三つ折りはがきサイズ・青色)

◆特定健診の受診料

保険証と特定健診受診券を健診の会場にお持ちいただくと、料金が約5,000円減額されます。

金額はご加入の健康保険によって異なりますが、組合員健診の「基本+詳細」の場合は1,400円、巡回人間ドックの場合は15,000円程度で受診していただく方がほとんどです。

※受診券をなくされた場合は再発行の必要がありますので、大切に保管してください。

お問い合わせ

受診券の配布について

ご加入の健康保険、もしくはお勤めの事業所

JALしまね出雲地区の健康診断について

JALしまね出雲地区本部ふれあい福祉課 (21-6013)



出雲市農政会議だより

平成29年6月17日

No.70

発行元：出雲市農政会議(出雲市今市町106番地1 JALまね出雲地区本部 営農企画課内)
発行責任者：事務局長 原田 透

【活動内容報告】

○第13回通常総会開催

6月4日(日)ラピタ本店『寿輝の間』において第13回出雲市農政会議通常総会を開催しました。福間会長は開会にあたり、「昨年の参議院議員選挙全国比例区において組織代表として藤木眞也氏を推薦し見事当選された。この厳しい農政環境において是非がんばってもらいたい。また、今年4月に執行された出雲市長選挙および出雲市議会議員選挙において、推薦した候補者全員が当選した。今後の出雲市農政における活躍を大いに期待している。」と挨拶されました。

総会には、山田俊男参議院議員、藤木眞也参議院議員、長岡秀人出雲市長をはじめ推薦県議会議員や出雲市農政議員連盟、JA関係者等多数の来賓に駆けつけて頂き、農政会議代議員等総勢182名の参加がありました。

総会において、5つの議案について審議され承認されました。

特に今年度は役員改選が行われ、福間会長が勇退され、安達会長以下新執行体制が誕生しました。

出雲市農政会議 第13回通常総会



◆新役員名簿

役職名	氏名	ブロック名
会長	安達 富治	西部ブロック(新)
副会長	松浦 隆	東部ブロック(再)
副会長	白根 重雄	南部ブロック(新)
副会長	吉田 博幸	JALまね(再)



出雲地区本部理事会報告

5月24日に開催された出雲地区本部理事会の中で協議された主な議題と内容は次の通りです。

〈協議事項〉

- (1)大口貸出金の承認について
- (2)大口貸出先条件変更の承認について
- (3)職制規程(機構図)の変更について

葬祭会館(メモリアやすらぎ)の新設。

本店共済事務センターの新設・業務集約に伴い、「共済企画推進課」と「共済業務課」の2課を統合し、新たに「共済課」を新設。

〈報告事項〉

- (1)平成28年度資産査定結果について
- (2)西岸協の取り組み状況について

理事会情報 (5月9日開催)

- 監査報告**
 平成28年度下期監事監査実施報告について
- 協議事項**
 ①平成29年度農業振興支援事業の予算計画等について
 ②「平成30年度島根県農業政策および予算に関する要望」の進め方について
- ③農業経営規程の一部変更について
 ④平成29年度産島根米生産・集荷・販売方針について
 ⑤平成29年度島根米需要拡大事業の取り組み計画について
 ⑥産直関連事業の方向性について
 ⑦担保評価基準の改正について
 ⑧組合と理事との取引(契約)の承認について
 ⑨島根県常例検査書の回答について
 ⑩職制規程の一部改正について
 ⑪平成29年度本店損益配賦について
 ⑫平成28年度決算(速報)について
 ⑬集落営農法人へのJA出資について
- 報告事項**
 ①平成28年度農業振興支援事業の実施内容報告について
 ②「主要農産物種子法」の廃止について
 ③TACによる集落放牧の推進について
 ④平成30年以降の需要に応じた生産に向けた仕組みの決定について
 ⑤独占禁止法に係る生産部会に関するチェックについて
 ⑥平成28年度「営農指導員育成研修」の実施報告について
 ⑦米穀園芸情勢について
 ⑧畜産情勢について
 ⑨平成28年度第4四半期における余裕金の運用状況について
 ⑩組合と理事との取引(契約)の報告
- ⑪組合と理事との継続的取引(契約)の報告について
 ⑫大口貸出先の報告について
 ⑬平成28年度資産自己査定結果および償却引当について
 ⑭外部出資の償却について
 ⑮固定資産の減損損失について
 ⑯未収金等の債権の償却について
 ⑰農林水産省・島根県による検査書の報告について
 ⑱全農敷地内太陽光発電設備設置工事業者の決定について
 ⑲平成28年度総合ポイント会員加入・付与・還元実績について
 ⑳平成28年度組合員の加入及び脱退の状況について
 ㉑平成28年度賦課金徴収実績(最終報告)について
 ㉒役員報酬審議会の答申受領および今後の対応について
 ㉓監査(総括)報告書について
 ㉔平成28年度年度末賞与交渉結果について
- その他①農政をめぐる情勢について
 ②青年・女性理事活動報告等
 その他②

組合員・利用者の皆様へ (お詫び)

このたび、JAしまねの購買店舗において、職員による商品(煙草)の横領があったことが判明しました。(被害総額298,200円。全額弁済済み。)
 二度とかかる事態を引き起こさないために、尚一層の法令遵守(コンプライアンス)の徹底を図ってまいります。
 組合員ならびに利用者の皆様には多大なご心配とご迷惑をおかけいたしましたことに対しまして、深くお詫び申し上げます。

平成29年 5月
 島根県農業協同組合
 代表理事組合長 竹下 正幸

知って納得JA

—協同組合の力—

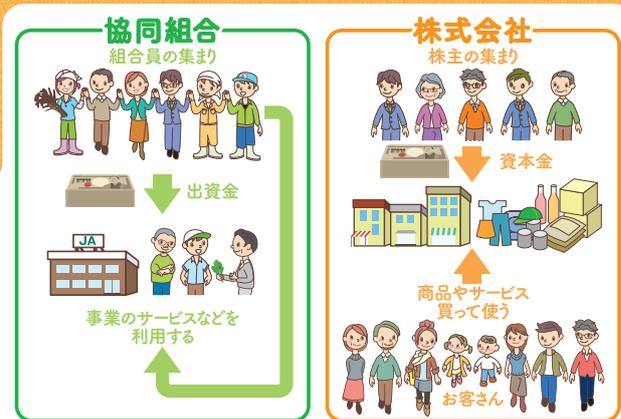
Q 協同組合と株式会社はどこが違うの?

A 組合員が自ら運営し、共通の願いを実現することを目的にしていることです。

株式会社は、より多くの利潤を得ることを目指す組織です。株式会社の構成員は株を所有する株主であり、株をたくさん持っている人の思いや願いが優先されます。また、株式会社がより高い利潤をあげれば、株主はより高い配当を得ることができます。

他方で協同組合は、共通の願いを実現するために組合員が結集した組織です。出資した組合員自らが組織の事業を利用、一人一票で運営を行い、これを協同組合の三位一体性(出資、利用、参画)と言います。協同の利益は組合員に分配されるほか、組合員の暮らしをよりよいものにするための取り組みに活用され、好循環を生み出すことができます。

(監修=広島大学 助教 小林元)



「協同組合」と「株式会社」の違い

	協同組合	株式会社
目的	組合員の生産と生活を向上させること	利潤の追求
組織している人たち	農業者、漁業者、森林所有者、勤労者、消費者、中小企業の事業者などの組合員	投資家、法人(株主)
運営する人たち	組合員とその代表者	株主の代わりに運営する経営者
運営方法	1人1票制(民主的な運営)	1株1票制(株式を多く持つ人が支配)

耕そう、大地と地域の暮らし。

シロアリ警報!初夏は羽アリが多発!!

無料調査



シロアリ来襲
お宅は大丈夫
ですか?

初夏は羽アリが出る季節。気付かないうちに住みづいいるかも。早めの防除があなたの家を守ります。

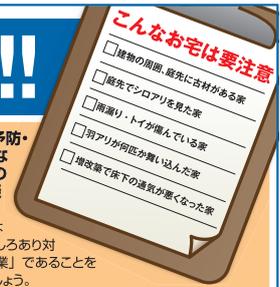
シロアリの予防・駆除は確かな実績と安心のJAへご相談下さい。

シロアリ防除は「(公社)日本しろあり対策協会登録企業」であることを必ず確認しましょう。

JAのシロアリ予防・駆除は安心です。毎年莫大な量の木材が、シロアリや木材腐朽菌によって失われております。JAとして、組合員の皆様の住まいの耐用年数を延ばし、住まいを守る天災対策として、シロアリおよび腐朽被害対策を行っております。

環境に適合した薬を使用
(公社)日本しろあり対策協会で効力・安全性の審査に合格した認定薬剤を使用しています。

資格者(プロ)による施工
(公社)日本しろあり対策協会の施工仕様にとりしるあり防除施工士が施工しています。



取扱業者

株式会社 **コタマサイエンス**

(公社) 日本しろあり対策協会正会員
会員番号 島根県 002
会員番号 鳥取県 002

(本社) 〒690-0048 島根県松江市西塚島 2丁目 8-23

本社 TEL.0852-43-0852 FAX.0852-43-0866

JA全農基本契約業者「株児玉商会」特約施工店

松江営業所 TEL.0852-26-6757 益田営業所 TEL.0856-22-5390
江津営業所 TEL.0855-52-6852 隠岐営業所 TEL.08512-2-2471

<http://www.kodama-s.co.jp/>

床下の無料調査(シロアリ駆除・防除等)に伺います。

床下の無料調査をご希望の方には、JAしまね取扱業者(株)コタマサイエンスの地区担当者が訪問しますので、よろしくお願い致します。



お問い合わせは、最寄のJA各支店へご連絡ください。

国民年金の第1号被保険者の皆様へ 国民年金基金に入りませんか!



国民年金基金とは

老後に受け取れる国民年金(老齢基礎年金)はご夫婦で月に約13万円。

しかし、高齢者世帯は、月約27万円かかると言われています。

この不足分を補うものとして、サラリーマンなどの人(第2号被保険者)には厚生年金がプラスされますが、自営業などの人(第1号被保険者)はご自身で上乗せしなければいけません。そこで、用意されている公的な個人年金が国民年金基金です。

加入できる人は?

20歳以上60歳未満の国民年金保険料を納付している国民年金の第1号被保険者の方および日本国内に住所を有する60歳以上65歳未満で国民年金に任意加入している方が加入できます。

年金の給付は?

年金額の加入口数、年金受取期間は給付の型によって決まります。

毎月の掛金は?

掛金は加入時の年齢、性別、選択する給付の型と口数によって決まります。

問い合わせ先

島根県国民年金基金

0120-654192

〒690-0887 松江市殿町8番地3 島根県市町村振興センター5階 <http://kokuki-shimane.or.jp/>



開催期間 **6/24(土) ▶ 7/2(日)**
AM9:30~PM8:00
商品の数には限りがあります。ご了承ください。

おさいふカード
会員様限定
セール期間中、当店指定の
商品をお買い上げの方に
おさいふカードポイント
10.5倍 ポイント進呈!!
※指定機種に限り

電化ショー

2017
夏

節電家電を買い替え応援!!

お問合せ



BEST ラピタ本店2Fベスト電器 TEL (0853) 21-6058
世界のなかへ 暮らしのなかへ

盆提灯 展示即売会

開催中

場所

ラピタ本店 3階
イベントプラザ

営業時間

9:30~18:00



ラピタ営業時間変更のお知らせ

6月30日(金)ラピタ全店

午後7時まで

6月30日(金)は棚卸しのため、ラピタ全店午後7時閉店とさせていただきます。
 なお、マツモトキヨシは6月30日(金)を休店とさせていただきます。
何卒、ご了承くださいませ。

ラピタ御法要会席



写真は
和室会場です

初盆を
お迎えの方へ

在りし日の故人を偲び
ご親族やご友人と和やかな法要を...

ラピタウェディングバースでは、
季節の味覚を盛り込んだお料理で、
故人の在りし日をお呼びいただけるよう、
各種おもてなしのご用意をさせていただきます。

送迎無料



ご利用代金お支払いの際には、
おさいふカードにポイント加算させていただきます。

◆ご会席のお部屋は、和室(テーブル・イス)、洋室どちらでもご利用いただけます。
 ◆ご利用に際しましては、マイクロバスで無料送迎いたします。
 ◆飲食に対しまして、サービス料10%申し受けします。
 ◆お土産等に対しましては、サービス料は頂けません。

◆お問合せご予約 **ラピタ 3階フロント** TEL0853-21-6063
〒693-8587 出雲市今市町87番地

夏のスタミナ!!

ラピタのうなぎ

土用丑の日
7/25火

この丑
8/6日

松江「炭火焼の有名店」

大はかや 老舗

一九四七年の開業以来、ウナギ一筋にこだわる言わずと知れた老舗。吟味して選んだウナギは肉厚で、強い炭火で短時間で焼くため、脂が十分残ってやわらかい。先代から受け継がれている甘口の秘伝のタレも人気のひとつ。

数量限定 うなぎ蒲焼 1尾
(うなぎのタレ付)

本体価格 **2,963円**
(税込価格3,200円)



出雲「料亭秘伝のタレが決め手」

料亭たわら 老舗

出雲の老舗料亭「たわら」。ふっくらした肉厚な国産うなぎを使用。料亭秘伝のタレを塗ったうなぎを絶妙な焼き加減でおいしく仕上げています。

数量限定

うなぎ蒲焼 1尾
(うなぎのタレ、山椒付)

本体価格 **2,778円**
(税込価格3,000円)



松江「小泉八雲が愛したうなぎ」

山美世 老舗

八東大根島の井戸水で臭みを取り除き、身を引き締めた肉厚な国産うなぎを使用。鮮度抜群の捌きたてを、1本1本心を込めて焼き上げます。うなぎ独特の臭みが少なく、うなぎが苦手な方にもおすすめ。

数量限定

うなぎ蒲焼 1尾
(うなぎのタレ付)

本体価格 **3,200円**
(税込価格3,456円)



丑の日限定! 当日焼いた肉厚の鹿児島産うなぎ!

※写真はイメージです。



ご予約特典 **200** ポイント プレゼント

12 鹿児島産 数量限定
うなぎ蒲焼 **超特大**
1尾 約330g (うなぎのタレ付)

本体価格 **2,980円**
(税込価格3,218円)



ご予約特典 **100** ポイント プレゼント

13 鹿児島産 数量限定
うなぎ蒲焼 **特大**
1尾 約250g (うなぎのタレ付)

本体価格 **2,580円**
(税込価格2,786円)



ご予約特典 **100** ポイント プレゼント

14 鹿児島産 数量限定
うなぎ蒲焼 **大**
1尾 約220g (うなぎのタレ付)

本体価格 **2,380円**
(税込価格2,570円)

※ 限定数に達し次第、締め切らせて頂きます。

※ お申し込みはご予約用紙にて、各店サービスカウンターまたは担当者までお申し込みください。

島根産まれの食材レシピ 《しまねうれしぴ》

料理研究家 土井小百合

スナップエンドウとキャベツの生姜風味和え



ふっくらとして柔らかく甘味のあるキャベツ、スナップエンドウがほんの少しの生姜で爽やかな味になっている和え物です。一つの鍋ですべてゆでられるので、短時間で出来上がります。

●材料 (4人分)

キャベツ……………	150g	*米酢……………	大さじ1
スナップエンドウ……	1/2袋	*薄口しょうゆ……………	大さじ1
えのきだけ……………	1/2袋	*みりん……………	大さじ1
豚肉 (しゃぶしゃぶ用) ……	100g	*おろし生姜……………	小さじ1

●作り方

- ①ボールに*の調味料を合わせる
- ②キャベツは一口大に切る
- ③スナップエンドウはすじを取る
- ④えのきだけは石づきを切り2等分にす
- ⑤鍋に湯を沸かし、キャベツを1～2分サッとゆでザルに取る。この鍋に次はスナップエンドウを入れゆで取り出す。えのきだけを入れゆで取り出す
- ⑥そのままの鍋に、豚肉を1枚ずつ広げ入れ火を通し①に浸ける
- ⑦野菜の水を切り、①のボールに入れてあえる

白身魚の木の芽みそチーズ焼き、蒸し野菜添え



みそと木の芽の和食の食材がとろ～りチーズによって洋食のような味になっています。口の中に木々の芽とチーズが広がります。魚が苦手な人でも食べやすい一品です。

●材料 (4人分)

白身魚……………	4切れ	みそ……………	大さじ2
塩……………	小さじ1/2	マヨネーズ……………	大さじ2
酒……………	大さじ1	ピザチーズ……………	120g
		木の芽 (サンショウ) ……	少々

添え野菜はお好みのもので (スナップエンドウ、じゃがいも、ソラマメ、玉葱など)

●作り方

- ①魚に塩、酒をかけ10分おき水気をペーパーでふきとる
- ②みそ、マヨネーズを混ぜ合わせる
- ③フライパンにクッキングシートをしき、魚を入れ中火から弱火にして蒸し焼きにする
- ④魚が白っぽくなりほほ焼けたら上に②を塗りチーズをかけ、木の芽 (サンショウ) をちらしフタをしてチーズがとろけるまで弱火で蒸す
- ⑤フライパンの横に野菜を入れフタをして一緒に蒸す
- ⑥皿に魚を盛り木の芽 (サンショウ) をちらし横に蒸し野菜を添える

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、出雲市の一畑薬師です。一畑薬師は、「目のお薬師さま」「子どもの無事成長の仏さま」など霊験あらたかなお薬師様として古くから全国的に信仰されています。毎年ゴールデンウィークには「二才児まいり四才児お礼まいり」が盛大に開催されます。

編集後記

今月の西いわみ地区本部のトピックスに載せた匹見峡春祭りの農青連ブースには、私も参加しました。去年は天気が大荒れで初日が中止となりましたが、今年はいい天気でお客さんも多く、牛肉は昼過ぎには完売となりました。(藤)

【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。

