

# JAしまねびより

2018

# 4

April Vol.25

**特集** 島根のいいもの再発見!! 「安来市 赤江・オーガニックファーム」 やすぎ地区本部

来月の  
外勤日は

**5月19日(土)**



Naomichi

安来から望む  
春を待つ大山



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！

**【安来市 赤江・オーガニックファーム】**

4月は、やすぎ地区本部。安来市赤江町で、葉物野菜を生産している、赤江・オーガニックファームの代表、岸川勉さんに、お話しをお伺いしてきました。



お話しをお伺いした岸川さん。中島地区の方々への感謝を胸にまっすぐに。

**赤江・オーガニックファームを設立した、きっかけを教えてください。**

広島でサラリーマンをしていましたが、平成13年、就農するためにイターンしました。当初から有機栽培に取り組み、平成17年には、県東部のUイターンの新規就農者を中心に組織した「島根おやさい本舗」というグループを設立し、山陰地区をメインに野菜を出荷しています。安来市で就農するメンバーも増加し、出荷量が増加。食の安全・安心の高まりから、有機野菜は県外からの出荷依頼を頂くようになりました。そこで平成27年「赤江・オーガニックファーム」を設立、県外に有機野菜の出荷をはじめました。

**現在の栽培規模など、概要を教えてください。**

グループの生産者5人でハウスの合計が70棟、164アールの面積で栽培しています。品目は小松菜、水菜、ほうれん草、春菊の4種類の葉物野菜、ミニトマトやオクラ

などの夏野菜を少量栽培しています。安来市は、就農支援のサポートが充実しており、現在は県の指導農業士として、新規就農者の研修の受け入れや就農支援も行なっています。グループのメンバー全員が、私の農園で研修した後、中島地区で就農したUイターン者です。グループの設立にあたり、各個人が国の有機JAS認証を取得し、大阪や京



地区内に所狭しと連なるハウス。



ハウス内で育てられた野菜の色がなんとも言えないほど、美しいという印象でした。

都、岡山などに共同出荷しています。

## これまでに苦労されたことなどありますか？

有機栽培をはじめて16年になります。当初は雑草や害虫などの被害が少なからずあり、苦労しました。有機栽培の認知度が低く、知人の先駆者に聞いたりしながら、独りでも試行錯誤を繰り返しました。化学肥料や農薬に頼らない「有機」というイメージは、一般的に栽培が大変なイメージを持つ人がいるかもしれません。ただ葉物野菜は、技術体系が確立しているので、失敗はありますが、順調に規模を拡大しています。仮に1棟、ハウスが虫に食べられる被害があっても、年に5〜6回収穫できるので、被害が比較的低く抑えられるのも葉物野菜を選んだ理由です。

## 安来市で就農して感じたことなどありますか？

なによりも、赤江町内の皆さんの積極的な協力のおかげ

です。私のようなUターン者を快く迎え入れてくださり、中島地区の広くて平らな土地をこれだけ多く使わせていただけるのは、ハウスで栽培する葉物野菜にとって、規模を確保する上で、大きい支えだと感じています。そのため、メンバー全員が地域との繋がりをとても大事に考えており、地元の仕事や集会などに積極的に参加しています。また、やさぎ地区本部と連携し、小中学校の給食用として葉物野菜を出荷しています。JA直売所でも販売をはじめており、県外への出荷がメインですが、地元の皆さんにも、有機野菜を広く知ってもらいたいと思っています。

## グループの今後の抱負や計画など教えてください。

有機JAS認証を受けている農産物は、現在、全体の0.2パーセントしか流通していないといわれています。安全で安心な美味しい有機野菜を多くの方に食べてもらいたい、という想いから、年々規模を拡大しています。今年



は新たに2人の研修生を迎えるなど、積極的に新規就農者

国の有機JAS認証を受けた野菜の需要は徐々に高まりつつあり、まだまだその市場は大きいという。

## 赤江・オーガニックファーム ーOメモ

有機野菜とは、農薬や化学肥料などの化学物質に頼らず、自然の力で栽培した野菜。国の定める有機JAS認証を取得すると、マークを使用することができ「有機〇〇」や「オーガニック〇〇」など表示することができる。赤江オーガニックファームでは、良質なたい肥で土作りにこだわり、太陽熱を利用した消毒で雑草や病害虫を減らすなど、徹底した管理で有機栽培を行なっている。今後、有機野菜は東京オリンピック・パラリンピックなどをひかえて、日本の安心・安全な農作物として需要が見込まれている。



毎週の定例ミーティングに加え、LINEなどを活用し、情報共有を図りながら、メンバー同士の協力体制を確立している。

を受け入れていきます。グループのメンバーが増え、生産量がまとまることで、収穫状況を踏まえて、出荷量を補完し合うことができます。これにより、大きな市場で安定的に出荷することができます。毎

週1回集まって、誰がどこに出荷するかなどの割り当てを話し合っています。この集まりを、もっとたくさんの方にメンバーで行い、多くの方に有機野菜を食べてもらいたいと考えています。

# ／ 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。

## 「担い手ドック」のご紹介



JA島根厚生連では、「担い手の方が健康で農業生産に携われる」ことを目的にTACをはじめとする各地区本部の担当者と連携して、平成26年度から「担い手ドック」に取り組んでいます。

この担い手ドックの特徴は、①農閑期に身近な場所で人間ドックが受診できる、②JAオリジナルで充実した検査内容、③JAしまね農業振興支援事業の助成により安価、④総合病院では半日以上かかるドックが約1時間で終了することであり、受診いただいた担い手の方からは好評を得ています。

担い手ドックを開始した当初は、“ドック”の知名度が低く、TACからも「お受けいただくのに苦労した」と聞いていましたが、現在では受診した方から「これは良い。来年度も予約する」と言った声や「お陰で病気が早期に見つかったわ」などの喜びの声がTACに寄せられています。徐々に担い手の方に浸透しており、4年目となる平成29年度は1,042人と今までで最多の方に受診いただきました。

健康管理維持・増進の第一歩は“健診受診”ですが、平成27年度に行ったアンケート結果から、担い手の約45%の方が毎年健診を「受けていない」ことがわかりました。担い手の方の受診環境はまだ十分とは言えません。

今後ともJA島根厚生連は、JAしまねとともに担い手ドックを通して受診機会を提供することで、担い手の皆さまが元気で活躍いただけるよう島根の農業を支えて参ります。



# 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」を実施しています。今月号より、同事業をご活用頂いている方々の事例を連載いたします。

## 松江市の高橋裕典さん（70）と息子の高橋裕介さん（30） 親子の『ゆうてん農園』をご紹介します。



『ゆうてん農園』は現在、主食用米22ha、飼料用米6ha、WC S用稲5.5ha、野菜0.5ha（キャベツ・白菜・セリ・ブロッコリー）を栽培し水稲中心の農業経営を行っています。

『ゆうてん農園』では平成29年度JAしまね農業振興支援事業によって導入したトラクターを活用し、作業効率の向上を図るとともに、経営規模の拡大、さらには多角的な農業経営の展開を目指しておられます。



このような中、裕介さんは「今後、野菜栽培にも力をいれ、消費者と積極的にコミュニケーションをはかり、ニーズに即した農作物を提供できる生産者になりたい。」と将来への抱負を語っていただきました。

また、裕典さんは「今後、息子には農業経営の多角化に向け、野菜栽培をはじめ、様々な取組に積極的に挑戦してもらいたい。この挑戦と地道な努力が将来の地域農業を守ることに繋がる。」と熱い思いを話していただきました。

（注）WCSとは、稲の実と茎葉を同時に収穫し、発酵させた牛の飼料

## 理事会情報（2月27日開催）

### 協議事項

- ① 平成29年度JAしまね農業振興支援事業第5回（2月）申請について
- ② 「平成30年1月からの寒波降雪等の災害」に対する農業施設復興対策支援事業要領の設定について
- ③ 島根県地域共同計算監査委員会の委員選出について
- ④ 平成30年度における農業資金の保証料助成について
- ⑤ 大口貸出金の承認について
- ⑥ 組合と理事との取引（契約）の承認について
- ⑦ 島根県常例検査書の回答について
- ⑧ JA全国監査機構による期中改善指示事項（期中監査）に対する回答について
- ⑨ 機構改革によるリスク管理基本方針の一部改正について
- ⑩ 新退職金制度への移行にかかる退職給付債務の取り扱いと計算方法の決定について
- ⑪ 地区本部別損益管理にかかる統一事項の取り扱いについて
- ⑫ 職制規程の一部改正について
- ⑬ 平成30年4月1日付け機構改革の実施について
- ⑭ 全農からの資産譲受について
- ⑮ 第4回通常総代会の実施および功労者表彰について
- ⑯ 「一般社団法人ファームサポート美郷」の設立への参画について
- ⑰ 平成30年度地域貢献・地域活性化支援事業について
- ⑱ JAしまね福祉事業に関する運営規程の設定・一部改正・廃止について
- ⑲ 平成30年度JAしまね新規採用職員への対応およびJA島根ユースカレッジ「新入職員課程」の実施について
- ⑳ 平成30年度職員採用方針について
- ㉑ 無期転換ルール適用に伴う就業規則の一部改正について
- ㉒ 平成30年度内部監査計画について

（紙幅の関係上、報告事項は省略いたします）

## 雲南

### 高まる食品への関心 講習会で理解深める

雲南農業振興協議会が主催する食品表示・衛生講習会が地区本部管内3カ所で開催。産直会員ら192人が参加し、衛生管理や食品表示法などの理解を深めました。

近年、虫や金属片などさまざまな異物が混入していたというニュースが相次いでおり、消費者はもとより生産者も「安全・安心な食品」への関心を高めています。

講習会では、衛生的な食品の加工や食品表示法に伴う加工品の栄養表示などを、県雲南保健所衛生指導課の今岡愛さんが説明。今岡さんは「多くの人が知り、支え合いながら対応する必要がある」と話しました。

雲南地区本部は年1回、食品の衛生管理や品質向上に向けた講習会を開いています。営農部農産加工課の福田忠課長は「雲南管内の安全安心な商品がお客の下へ届くように、周知を徹底していきたい」と意気込みます。



関心の高い内容に多くの人が訪れました

## 隠岐

### JA女子大学 隠岐キャンパス 「隠岐ジオパーク研修会」を開催

3月24日にJA女子大学隠岐キャンパスの第1回目となる講座として「隠岐ジオパーク研修会」を実施しました。ジオパークとは世界的に貴重な地形・地質や美しい自然環境を有し、またそれらをうまく利用した人々の暮らしや文化・歴史があることが条件で認定されるものであり、平成30年1月に再認定を受けたところです。隠岐に暮らしながらも、案外ジオパークを知らない、触れることが少ないということもあり、この研修会での学びを通して、地元の魅力を再発見できればとの思いで企画いたしました。当日は、天候にも恵まれ、実際に自然・文化・歴史がある場所へジオパークガイドの案内のもと巡り、地元の魅力を改めて知ることが出来ました。

JA女子大学隠岐キャンパスでは、今後概ね2ヵ月ごとに講座等を開催することとしています。



## くにびき

### くにびき農業法人定期総会開催

くにびき農業法人会（岸本定朝会長）は3月8日、松江エクセルホテル東急で「第7回定期総会」を開催しました。

当日はくにびき管内で組織する16法人の代表者と関係機関から40名が出席。冒頭、岸本会長から「現在、農政の転換期であり、農業法人にとって厳しい状況が続いている。互いに情報を共有し、より良い地域農業を実現していきたい」と挨拶がありました。続いて、新規に加入した農事組合法人林本郷の松浦久年代表理事が今後の抱負を述べました。

総会では、農事組合法人佐々布農産の三島進さんを議長に選任し、今年度の活動報告や来年度の活動計画と収支計画などについて全議案を承認しました。

また、役員改選もあり、会長、副会長がいずれも再任。監事には農事組合法人やわたファームの青砥忠一代表理事組合長を新たに選任。青砥さんは「地域農業の活性化を目指し、大役を果たせるよう努力したい」と力強く抱負を述べました。

来年度の活動計画では、米の品質向上を図るため研修会や会員間の連携強化を目的とする意見交換会を行う予定です。

くにびき農業法人会（敬省略）

【会長】岸本 定朝（再任）

【副会長】多久和輝男（再任）

【委員】勝田 達雄（再任）

【委員】吉岡 雅裕（再任）

【監事】田中 裕司（再任）

【監事】青砥 忠一（新任）



挨拶をする岸本会長

## やすぎ

### 春の彼岸花市開催

JAしまねやすぎ地区本部は3月16日からの3日間、同地区本部管内にあるグリーンセンター（農産物直売所）2店舗となかうみ菜彩館で「彼岸花市」を開催しました。同イベントは毎年開催している直売所の一大イベントであり、管内の農家が栽培した色鮮やかな花を中心に新鮮な野菜や果物なども豊富に揃えました。

各店舗では、定番である小菊やストック、しびきなどの花木が店先に並び、開店から多くの買い物客で賑わいました。来店客は「きれいな花がたくさんあって選ぶのが大変だわ」と笑顔で話されました。



斐川

## 女性部から図書カード贈呈

3月5日、JAしまね斐川女性部は、町内の西野幼稚園を訪問し、図書カードを贈呈しました。この活動は、安心して暮らせる住みよい地域社会づくりを目指す女性部活動の一環として毎年行っているもので、図書カードは、昨年のJA祭りで行われたチャリティーバザーでの収益金の一部から購入したものです。飯塚順子部長から園児たちに「みなさんや、今度新しく入ってくるお友達にもたくさん本を読んでもらえると嬉しいです」と手渡され、お礼に年長組の園児たちが歌を披露してくれるなど、大変賑やかな贈呈式となりました。毎年、町内12箇所の幼稚園・保育園を3箇所ずつ訪問しており、この日は中部幼稚園と出東幼稚園にも同様に図書カードを贈呈しました。



図書カードを園児に手渡す飯塚順子部長

石見銀山

## 長久小で出前講座『箱寿司』作り体験

大田市立長久小学校の5年生19人が3月2日、大田市の伝統料理「箱寿司」の作り方を学びました。

講師に、JAしまね石見銀山女性部長久支部の森脇岸江支部長、他5名を迎え、児童は酢飯、前日に作った錦糸卵などの材料を木枠に詰め、皆で切り分けました。

同校では、学習の一環として地元の米生産者の協力により、田植えや稲刈りなど米作りについて学んでおり、その学習の仕上げとして、同女性部による箱寿司作りの出前講座を毎年しています。児童からは「お米を一から作って大変だったけど、自分達で作ったお米を使って料理ができて良かった」「今まで作った料理の中で最高においしい」など感想を話しました。

箱寿司が完成すると、同女性部が用意していた「うどん豆腐」と一緒に食べました。箱寿司が出来上がるまでの間では、森脇支部長が雑誌「ちゃぐりん」を用いて児童にご飯をしっかりと食べることの大切さを伝えました。



同女性部の指導のもと寿司を取り出す児童

隠岐  
どうぜん

## 隠岐家畜市場開催

隠岐では、牛馬の飼養頭数と地理的な面から島前の3島と島後の1島それぞれに家畜市場が設けられていて、隠岐市場は、春（3月）・夏（7月）・秋（11月）の年3回開催され、島後を振り出しに連続3日間をかけた全市場を巡回します。

今春の市場は、寒気に伴う大風でフェリーの欠航が危惧されましたが、予定どおり3月6～8日にかけて無事に開催することが出来ました。当地区本部からは365頭の子牛が上場され、平均価格は雌で553千円、雄で559千円、去勢で591千円、総平均で576千円と、残念ながら前回秋市場から31千円の下げとなりました。その要因として、上場日令の大きなバラツキ、不順な天候、上場頭数減、これに伴う購買者の減少などが考えられますが、放牧で育った隠岐牛の特徴である、肢蹄がしっかりした個体が多く見られましたので、今後に大きな期待が持てる実感しました。

幸いに、新規就農者を含め増頭意欲が強く、29年度の農協有家畜導入事業の利用頭数が50頭に達し、地区本部内の繁殖牛飼養頭数も増加しています。

今夏市場から、当地区本部最大の西ノ島町の家畜市場が「落成初市場」となるので、多くの関係者にご来場いただき、活況のある競り市場となることを期待しています。



出雲

## 農業情報イベント ミニアグリミーティング開催

JAしまね出雲地区本部は3月10日と11日の両日、同地区本部の生産資材課江田倉庫で農業情報イベント「ミニアグリミーティング」を開催しました。種苗・肥料会社など約20ブースで商品展示、農業技術紹介を行ったほか、栄養と美味しさの両立で注目を集める「金芽米」の試食販売も実施。2日間で約400人が来場しました。

このイベントは倉庫内のスペース活用で平成28年から開催しています。例年会場の一角でセミナーも開催しており、今回は空動扇によるハウス内の環境改善や、優良系統デラウェアのジベレリン処理といった新技術についての講習や、春野菜の栽培講習、野菜の飾り切りの体験など、12講座を実施しました。同地区本部生産資材課の片寄厚課長は「必要な情報は人それぞれ。多種多様な講座を企画したので興味があるものを見てもらいたい」と話しました。



試食販売を行った金芽米ブース

## 西いわみ

### 特産ユズ果汁を使ったカステラを発売しました

益田市特産のユズの栽培を手掛ける美都町柚子生産者組合（組合長山根哲朗）とJAしまね西いわみ地区本部（本部長田村清己）は3月2日、ユズ果汁を使った新商品のカステラ「美都ゆずカステラ」の完成を山本浩章益田市長に報告しました。

カステラはJA地区本部、(株)和欄西葡、三菱食品(株)の三社が共同開発し、三菱食品(株)が展開する菓子ブランド「M'colla」の新商品として販売します。ユズの特徴である「香り」と「色」を生かすため100%ストレート果汁を使い無香料、無着色で仕上げました。

原料の果汁は種をつぶさず搾る手搾りに近い製法で搾ったもので、苦みが少なく酸味も強すぎず風味が良いといわれています。

報告会では、完成したカステラを山本市長が試食し、「食べると口の中に香りが広がり、大変おいしい。益田の新しいお土産にぴったりです」と喜ばれました。

田村本部長は「今後も生産者が喜べる商品づくりを進めていきたい」と意気込みを語りました。

カステラは3月10日より地域限定で先行販売し、24日以降順次販売エリアを拡大していきます。



カステラの試食後に田村本部長と言葉を交わす山本益田市長

## 本店

### 第8回 地域連携フォーラム開催

「みんなで安心して暮らせる地域づくりをめざして」をテーマとした、第8回地域連携フォーラムが3月8日、くにびき宮農センターを会場に開催し、集まった約250人が、各団体の実践報告や湯浅誠氏（社会活動家／法政大学教授）の特別講演を熱心に聴講しました。

「なないろ食堂」（いわゆる子ども食堂）を運営している吉川郁子事務局長は、実践から見えてきたこととして「課題はあるが、参加者、ボランティア双方にとって、多様な人との関わりの場やほっとできる場になりつつある」と報告。この他、松江市古志原公民館長竹谷強氏が「夏休み寺子屋」を、生きづらさを抱える人々を支える地域づくりをめざす、すまいるーねっと代表後藤幸江氏が「農福連携」について、それぞれ報告しました。

また、湯浅誠氏は、子どもの貧困と地域づくりをテーマに「ボランティアとして、居るだけ支援という形もある。多様な人々とのつながりが重要」と参加者の実践に期待しました。

このフォーラムは、同じ地域に住み活動している仲間が、学習しながら実践し、つながることを目的に集まった「あったか地域づくり協議会」（構成団体：松江市社会福祉協議会、JAしまね、松江保健生活協同組合、生活協同組合しまね、地域つながりセンター等）が主催しました。



## 島根おおち

### 担い手人間ドックを実施

島根おおち地区本部では2月27日から3月1日までの3日間、地区本部管内の担い手農家を対象に、JA島根厚生連と連携した巡回人間ドックを実施しました。

邑南町矢上の矢上交流センターと、美郷町久保の邑智支店営農生活課の2か所で実施し、計68名の担い手農家の方が健診を受けられました。

この健診は通常の巡回人間ドックの項目に「胸部CT検診」をセットした本格的な検査で、様々な検査を1時間半程度で済ませることができ、JAから助成をすることで、通常の1/3程度の受診料で受診できるため、毎年多くの方に受診頂いています。

健診を受けられた方からは「助かっている」、「来年も受診したい」との声を頂いており、農家の皆様が安心して営農に取り組めるよう健康管理のお手伝いを行っていきます。



## いわみ中央

### 産直加工品研修会で売れる加工品づくりと食品表示の基礎知識を学ぶ！

いわみ中央産直振興協議会（会長 松本昭二、産直会員979名）は、3月13日いわみ中央地区本部ふれあいホールにて産直加工品研修会を開催し関係機関を含む79名が参加しました。

研修会は、2部構成で行い、1部では、島根県6次産業化アドバイザーの土井小百合氏（松江市）による、「食卓に愛を！」～生産者目線から消費者目線へ～と題して講演をいただきました。

2部では、講師に浜田保健所環境衛生部の石橋技師と石原主任技師に食品表示の基礎知識研修として、「加工品の食品表示」の演題で講義を受けました。

講義の中では、食品表示法施行前の旧基準の表示が認められる経過措置期間も平成32年3月31日までとなっているため、新しい表示法を学びました。

講義終了後の質疑応答では、石橋技師に新しい加工品などの表示についての疑問を質問され、生産者としての産直への出荷意欲を強く感じた有意義な研修会となりました。





## タテのカギ



- ① ここには——・力点・作用点があります
- ③ 5月5日は——の日。国民の祝日です
- ⑤ 父や母の兄弟です
- ⑥ 川の流れの急な所
- ⑦ 別名は虞美人草、ポピー
- ⑨ 日本庭園だとコイが泳いでいることも
- ⑪ 刃物で紙に描きます
- ⑬ 生物や化学を学ぶ教科
- ⑮ 無地ではない衣服
- ⑰ バイオリンや笛のこと
- ⑲ 鳥よけに張ることもあります
- ⑳ 唱歌『春の小川』の歌詞に出てくる花
- ㉑ レイシとも呼ばれる果物

## ヨコのカギ



- ① 潮の引いた浜で貝を探します
- ② マジシャンが披露するもの
- ③ ストー夫人の著書『アンクル・トムの——』
- ④ 輪のある惑星として知られています
- ⑥ 急いで記した文字のこと
- ⑧ 野球部の監督が選手に——を飛ばした
- ⑩ 動物がよく通る所にできます
- ⑫ 魚やイカの呼吸器官
- ⑭ 化粧をするときにのぞきます
- ⑯ イースター島の巨大な石像
- ⑱ 同伴者のこと

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

答え

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

## 応募要項

- 応募方法 ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・ご感想を記入して、下記宛先にお送りください。
- 賞品 正解者の中から抽選で40名（JAしまね全体）の方に「JA商品券」をお贈りします。
- 当選者発表 賞品の発送をもってかえさせていただきます。
- 宛先・締切 〒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30年5月5日（土）（当日消印有効）

## ◆先月号の答え◆ 「タケノコ」

ナ	ハ	ナ	カ	ケ
ワ	シ	カ	コ	ケ
シ	オ	ミ	ク	ジ
ロ	ダ	ン	サ	ク
イ	ダ	テ	ン	ク
セ	コ	ン	ド	イ
リ	ン	リ	ツ	タイ

・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

## 春野菜のパワー

桜も開花し、過ごしやすい気候になりました。春は山や野に新しい草花を咲かせます。そこで、今回は春に旬とされる野菜をご紹介します。

● **落（ふき）**：古くから中国や日本でもフキノトウの葉の部分を食べると咳止めや痰切の作用があるといわれています。

● **菜の花**：菜の花にはβカロチンやビタミンB1・B2、ビタミンC、鉄、カルシウム、カリウム、食物繊維など栄養素が豊富に含まれています。カロチンやビタミンCは免疫力を高め、がん予防やかせの予防に効果的です。またカリウムも豊富なため、血圧が高めの方にもお勧めの食材です。種子から採取する菜種油は、不飽和脂肪酸のリノール酸やオレイン酸を含んでおり、動脈硬化の予防などにも効果があるといわれています。

● **たらの芽**：たらの芽は「山菜の王様」と呼ばれており、ほのかな苦味とコクがあるのが特徴です。特有の苦みは「エラノサイト」と呼ばれる成分で、糖の吸収を抑制し、血糖値の上昇を抑えるはたらきがあります。また、老化を防ぐビタミンE、精神を安定させるビタミンKも含まれています。さらに、葉酸も含まれており、妊娠中や授乳中の女性も積極的に摂取すると良いでしょう。

● **キャベツ**：ビタミンUは別名キャベジンと呼ばれており、胃の粘膜を修復し、丈夫にしてくれます。キャベツにはカルシウムも含まれ、骨を丈夫にし、精神を安定させる効果があります。

● **うど**：若い茎は食用になり、育った根は薬用になります。ペンアルデヒド、アミノ酸、タンニンを含み関節痛やリウマチの鎮静剤として用いられます。

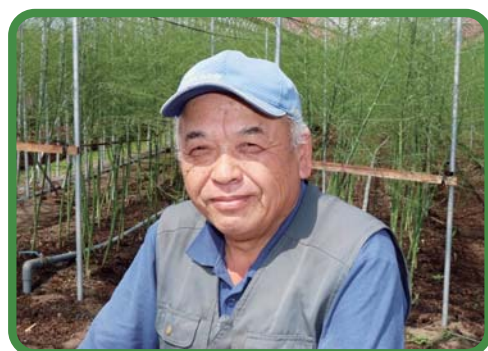
野菜の価格が高騰しており、なかなか摂取する機会も少なくなっているかもしれませんが、旬の野菜を活用し、新しい年度に向けて春野菜から良いパワーをもらってみてはいかがでしょうか。

4月は



安全・安心届けます  
出雲で採れるうまいもん

# アスパラガス



JALしまね出雲アスパラガス部会  
販売部長 松本 尚幸さん

## 生産者インタビュー

今月は荒茅町でアスパラガスを60アールで栽培し、JALしまね出雲アスパラガス部会の販売部長も務める松本尚幸さんにお話を伺いました！

——いつからアスパラガスを栽培されていますか？

J Aの営農担当からのすすめ平成15年に栽培を始まりました。ちょうどこの辺りでアスパラガスのハウス栽培が行われるようになってきた時期で、ハウスのことや栽培のことなど、丁寧に教えてもらいました。栽培を始めるうえで、価格や収量の乱高下がありません。安定収入につながるアスパラガスは魅力でしたね。

——栽培をするうえで心がけていることを教えてください。

アスパラガスはたくさん肥料と水が必要です。うちでは主に有機肥料を使っており、1週間から10日に一度、追肥を施しています。栽培は手探りの部分も多いですが、先進地を視察したり、県やJ Aから指導を受けたりしながら、より良いものができるように努めています。

——出雲のアスパラガスについて教えてください。

出雲は県内で最大のアスパラガス産地です。平成18年

にJ Aのパッキングセンターができ、選果、調製作業の労力が軽減されたことで面積拡大に取り組みやすくなりました。

また、平成28年度、29年度にJ Aでリースハウス事業（※1）が行われ、私も活用しています。ハウスは初期投資が大きいうえで、アスパラガスは栽培を始めても1、2年は株を育てる作業になるので収益が上がってきません。リースハウス事業で初期投資が軽減されたことは、新規就農や面積拡大の手助けになっています。このような産地活性化につながる取り組みには今後も期待をしています。

出雲アスパラガス部会では、新規就農を目指す研修生を受け入れる体制も整っています。うちも受入農家として今までに研修生を何人も受け入れています。

——島根県版のGAP「美味しまね」認証を取得されましたね。

今年3月に部会員のうち11人のグループで取得しました。農産物の安全、作業者の安全などのため、衛生管理や肥料・農薬の使用など、生産工程について認証を受けるものです。

このような取り組みは、東京オリンピック・パラリンピックの食料調達基準として注目されており、部会員全員の参加になるよう、先駆けて取得した私たちが頑張っていきたいと思っています。

——最後に出雲のアスパラガスのPRをお願いします。

春はアスパラガスが特に甘い時期です。太いものは特に甘さが強く美味しいですよ。さつと茹でたり、丸焼きにしたり、うちではみそ汁に入れたりもします。今が旬のアスパラガスをぜひ食べてください！

（※1）リースハウスは、新規就農や面積拡大の初期投資軽減のため、国・県の事業を活用してJ Aが建設し、生産者が利用します。生産者はリース料を払って利用しますが、リース料も県・J Aから一部助成があります。



## アスパラガスの栄養

グリーンアスパラガスの穂先には、アミノ酸の一種であるアスパラギン酸が含まれています。この栄養素は、体内の新陳代謝を促すとともに、タンパク質合成を高める働きをし、疲労回復や滋養強壮、美肌に効果を発揮します。

また、穂先にはルチンという成分も含まれており、毛細血管を丈夫にし、高血圧や動脈硬化の予防に役立ちます。さらに、皮膚や粘膜を健康に保ち美肌効果があるβ-カロテン、赤血球を作るために必要な葉酸もたっぷりです。

アスパラガスの栄養素を十分に生かすためには、調理のときにゆで過ぎないことがポイントです。茎の部分が堅いと、つい長くゆでてしまいがちですが、あらかじめポウルか鍋に熱湯を入れ、茎の部分だけ先にちよっと浸けておきます。それからさっとゆで直すと、均等にゆでることができます。

## アスパラガスの収穫

アスパラガスの収穫は、春芽(3~5月)と夏芽(6~10月)の年2回の収穫時期があります。収穫は朝と夕方の1日2回行いますが、4~5月にはいったん収穫をやめて、株に養分を蓄えさせ、6月から夏芽の収穫に入ります。収穫は28センチの棒で長さを測りながら、はさみで1本1本丁寧に収穫していきます。その後、パッキングセンターで25センチにカットされた100グラムずつ袋詰めされます。一度定植すると、きちんとした管理を行えば10年以上収穫が可能です。

最大で1日10センチ以上も伸びるエネルギーをもったアスパラガス。栄養満点のアスパラガスをたくさん食べて元気に過ごしましょう！

# アスパラガスのおいしいレシピ

### アスパラベーコンの簡単カルボナーラ



#### 〈材料〉[1人前]

- スパゲッティ (太さ1.7mm) …… 100g
- アスパラガス …… 4本
- ハーフベーコン …… 4枚
- 塩 …… 小さじ2
- とき卵 …… 1個
- バター(細切り) …… 10g
- 粉チーズ …… 50g
- 塩 …… 少々
- 黒コショウ(粗挽き) …… 少々

#### 〈作り方〉

- ①ベーコンを1cm幅にアスパラガスは4cmの長さに切る。
- ②耐熱ポウルにベーコンを入れふんわりラップをし、電子レンジ600Wで1分加熱する。
- ③ポウルにAを加えベーコンの脂と混ぜ合わせる。
- ④鍋にお湯を沸騰させ塩を加えスパゲッティを袋の表示時間通りに茹でる。
- ⑤スパゲッティが茹で上がる1分前にアスパラを加え茹でる。
- ⑥ザルに上げカルボナーラソースのポウルに加え全体に味がなじむように混ぜ合わせる。
- ⑦お好みで粉チーズ(分量外)と黒コショウ(分量外)をかけて完成。

### アスパラガスと鶏ささみのナムル



#### 〈材料〉[2人前]

- アスパラガス …… 4本
- 鶏ささみ …… 1本
- パプリカ黄 …… 1/4個
- パプリカ赤 …… 1/4個
- 酒 …… 小さじ1
- 鶏ガラスープの素 …… 小さじ2
- 塩 …… 少々
- ごま油 …… 小さじ1
- レモン汁 …… 小さじ2

#### 〈作り方〉

- ①鍋にお湯を沸騰させ塩少々入れる。
- ②アスパラガス、パプリカを固めに茹でザルに上げる。
- ③同じ鍋に酒を加え鶏ささみを茹でる。
- ④アスパラガスは斜め切り、パプリカは縦千切り、ささみは食べやすい大きさに裂く。
- ⑤ポウルに④とAを入れ和えたら完成。

# 平成29年度冬期座談会

ご意見・ご要望に  
お答えします

平成29年度の冬期座談会を、2月に管内226会場で開催しました。この座談会は組合員の皆様との意思疎通をはかり、意見や要望をJAの事業運営に反映させようと開催しているものです。

ご意見・ご要望としていただいた中から、一部につきまして正式回答いたします。

## 営農部門

**Q** 太陽光利用型植物工場について伺いたい。

**A** 出雲市神西地区に栽培環境を制御した、気象リスクに左右されない水耕栽培施設（リーフレタス）を整備します。販売先を確保した上で、周年安定生産する新たな販売スタイルを展開します。また、クリーン農業を実践するとともに新たな特産として販売高向上を目指します。

**Q** 「年金+α農業」の周知をもっと多くの人が目に触れるようお願いしたい。とくに座談会など会合に出ることが少ない女性などに周知してはどうか。

**A** 募集にあたり広報誌「しまねびより」に掲載するとともに、募集チラシについては営農センター・支店窓口やATM等を活用し、幅広く情報提供・PRを行います。皆さまの一層のご協力、ご利用をお願いいたします。

## 生活部門

**Q** ラピタの商品は他店とくらべて値段の高いものが多い。品質は良いかもしれないが、安価な商品も揃えてもらいたい。

**A** ラピタでは生鮮品を中心に「安全、安心、新鮮」な商品の安定供給、地産地消に取り組んでおります。品質を落とさず安価な商品としてプライベートブランド「くらし良好」商品を全店で取り扱っていますので、ご利用いただけるよう更なるPRに取り組みます。

## 金融共済部門

**Q** 両替手数料改定についてくわしく教えてほしい。自治会で集金した会費も手数料がかかるのか。

**A** 今回の手数料改定は主に次の3点です。

- ①両替の手数料引き上げ
- ②金種が指定されたお引き出しへ

の手数料新設

③大量の硬貨を伴う入金への手数料新設

②③について、当初、個人は手数料徴収の対象となっていました。が、3月の見直しにより個人は対象外となりました。

③について、自治会（町内会）は一定の条件下で手数料免除の対象としています。詳細は支店にてご確認ください。

**Q** JA自転車倶楽部の保険料はいくらか。また、この補償の上限はいくらか。

**A** お支払いいただく保険料は、被保険者ご本人の職業、年齢、性別に関わらず、年額4,800円です。また、日本国内・国外を問わず自転車事故による相手方への賠償など、日常生活における賠償責任を1回の事故につき、1億円まで補償します。（示談交渉サービス付）



## 企画総務部門

**Q** JAが行う地域貢献とは、こういった活動をしているのか。

**A** 管内29拠点での農業祭りや囲碁将棋大会の開催、また各地域でのゲートボール大会等への支援を通じ、地域の皆さまのいきがいや仲間づくりのお手伝いをしています。

また、小学生を対象とした農業体験や親子料理教室、管内小学校への農業教材本の寄贈など食と農への理解促進に取り組んでいます。他にも多数ありますが、地域の皆さまに必要とされる組織となるよう、今後も様々な地域貢献活動に取り組んで参ります。



ちびっこ農業交流スクール



囲碁将棋大会

**Q** JAしまねに統合して3年となるが、支店の再編等を考えているのか。

**A** 統合後、3年間は店舗再編等の取り組みは行わない方針でしたが、JAを取り巻く環境は、政府がすすめる農協改革や信用事業収益の縮小等の影響により大きな変化を迎えようとしています。今後は、店舗再編も一つの手段とした上で、いかにして存続し、地域・農業を守る組織として役割を果たしていくのかを地域の皆さまとともに、検討していきたいと思えます。

ライフ  
アドバイザー

私たち LA・金融相談員に  
ご相談ください!



JALしまね出雲地区本部では、44人のLA(ライフアドバイザー)、34人の金融相談員、4人の複合渉外員、計82名の渉外担当者が、皆様のお役に立てるよう日々活動しています。3月1日の人事異動で体制を一新し、気持ちを新たに新年度を迎えました。これからも変わらぬご愛顧のほど、よろしくお願いいたします。

JA金融相談員

金融相談員は、貯金や融資についての専門知識をもった職員です。  
貯金・ローン・年金など何でもお気軽にご相談ください。

JAライフアドバイザー

LAとは、共済業務を専門に担当し、JA共済についての専門知識をもった職員です。皆様の人生設計と一緒に考え、安心して暮らせる未来に向けてサポートさせていただきます。

※上津支店、川跡支店、荒茅支店、園支店には、LA、金融相談員の業務を総合的に行う複合渉外員が配属されています。

出雲支店

出雲支店

LA



笠谷 洋貴

LA



内藤 理恵子

中部ブロック

大津支店

金融相談員

LA

LA



武田 修二



高橋 英克



永井 静香

上津支店

複合渉外員



矢頭 翔

金融相談員



常松 智也

金融相談員



上田 純平

### 塩治支店

金融相談員



門脇 温子

金融相談員



大滝 崇史

金融相談員



伊藤 千尋

LA



田部 優作

LA



梶谷 哲平

LA



高橋 めぐみ

### 四絡支店

金融相談員



高橋 卓也

金融相談員



嘉本 隆司

LA



小梶 佳樹

LA



石田 雄平

LA



前田 駿

### 高浜支店

金融相談員



高橋 弘樹

LA



松尾 礼

### 今市支店

金融相談員



福田 昌平

金融相談員



三代 裕美

### 川跡支店

複合渉外員



大野 咲子

金融相談員



三代 修平

金融相談員



飯塚 幹夫

LA



森山 貴行

LA



穴道 好美

## 東 部 ブ ロ ッ ク

### 平田中央支店

金融相談員



山根 滉大

金融相談員



藤井 友陽

LA



齋藤 淳子

LA



野津 翔矢

LA



土江 浩司

### 国富支店

金融相談員

LA



金築 聡



富田 晴子

### 灘分支店

金融相談員

LA

LA



原 正明



加納 康崇



槇原 里恵

### 平田東支店

金融相談員

LA

LA



水師 香菜



伊藤 恵美



柳浦 寿行

### 西田支店

金融相談員

LA

LA



常松 真希



駿馬 大哲



川中 浩平

## 西部ブロック

### 高松支店

金融相談員

金融相談員

LA

LA

LA



太田 俊樹



南場 賢



周藤 康介



原 悟



西尾 賢

### 大社支店

金融相談員

金融相談員

LA

LA



田中 理恵



曾田 麻衣子



米原 大地



岡 真彦

### 園支店

複合渉外員



柳楽 宝寿

### 荒茅支店

複合渉外員



小村 圭司

### 遙堪支店

金融相談員

LA



澄田 亨



川上 理恵

### 荒木支店

金融相談員

LA

LA



兼折 里美



山岡 将司



中村 将太



## 河南ブロック

### 神戸川支店

LA



矢田 昭夫

LA



花岡 裕樹

LA



小川 由希子

金融相談員



北村 卓也

LA



三谷 陽介

LA



土江 登

金融相談員



須山 雄太

金融相談員



山口 実矢子

### 多伎支店

金融相談員



黒田 涼子

LA



田辺 美穂子

LA



石飛 健一

### 湖陵支店

金融相談員



森山 諒

金融相談員



岸 祐輔

LA



森山 孝介

LA



松浦 智美

## 南部ブロック

### 稗原支店

金融相談員



矢田 直樹

LA



柳楽 照美

### 朝山支店

金融相談員



錦織 純子

LA



神田 智史

### 佐田支店

金融相談員



坂根 幸介

LA



馬庭 拓也

LA



古川 雄祐

ほっとで楽しいニュースが満載!

## 出雲しいたけ部会 出雲アスパラガス美味しまね認証グループ 美味しまね認証取得!

J Aしまね出雲地区本部が取り組みを進めている島根県版の農業生産工程管理(GAP)制度「美味しまね認証」を、J Aしまね出雲しいたけ部会とJ Aしまね出雲アスパラガス部会美味しまね認証グループが取得しました。出雲しいたけ部会は部会全員での取得で、県内で最大規模の人数の認証取得団体となります。3月22日には両団体の代表が同地区本部の関係者らと出雲市役所を訪ね、長岡秀人市長と野口武人副市長に認証取得を報告しました。

出雲しいたけ部会の部会員は64人。同部会が生産する「神々の国 出雲しいたけ」は肉厚で市場からも高く評価されています。三島茂部会長は「これからPRしていくことが重要。お客様に安全・安心・高品質な出雲のしいたけが浸透していくよう努力したい」と話しました。

アスパラガス認証グループは、出雲アスパラガス部会の部会員42人のうち11人で構成。今後は部会全体での取得を目指します。曾田盛雄グループ会長は「今回取得した生産者が一丸となって仲間を増やしたい」と意気込みを話しました。

報告会では三島部会長が生しいたけ、曾田グループ会長がアスパラガスを長岡市長に贈呈。長岡市長は「安全・安心のお墨付きを得た両団体に、出雲の農業を牽引する立場で頑張ってもらいたい」と激励しました。



認証書を掲げる三島部会長(右から4人目)と曾田グループ会長(右から5人目)

## 准組合員にJ Aの取り組みを発信 9会場で約300人が参加

J Aしまね出雲地区本部は2月から3月にかけて「准組合員の集い」を開催しました。9会場で約300人の皆様にご参加いただき、情報発信、意見交換を行いました。意見交換では、J A事業について意見・要望をいただくとともに、「J Aの活動で初めて知ったものも多くあった」「J Aのイメージが変わった」といった感想もいただきました。

3月18日に開催した神戸川支店は、次世代層との関係性強化をねらい、親子向けのイベントを企画。保護者と児童、合わせて約60人が参加しました。当日はJ Aの事業や地域貢献への取り組みなどを紹介するDVDを上映した後、家の光記事活用でストラップを作り交流を図りました。冒頭のあいさつでは石川寿樹本部長が子どもたちにJ Aがどのような組織かを説明。「食に関わることや地域貢献への取り組みなど、J Aがどんな仕事をしているかを覚えておいてもらいたい」と呼びかけました。

3月23日には川跡支店が川跡コミュニティセンターで開催し、約50人が参加しました。DVD上映後はJ A共済連島根普及部の伊藤早紀子さんを講師に健康教室を開きました。また、食事会ではJ A女性部・やすらぎ会の協力で地元食材を使用した手作り料理を振る舞い、国産の安全・安心な食材の良さを紹介しました。各組織活動の紹介もあり、参加者は内容について質問するなど興味を示していました。



ストラップ作りで交流



佐野貴久江支部長が女性部の活動を紹介

## ラジコン草刈り機を導入し草刈り作業を受託 未来サポートさだ「耕放支援隊」

佐田町の「(株) 未来サポートさだ」は、4月から「耕放支援隊」を組織し、一般農家や営農組合の草刈り作業を受託しています。作業負担軽減のために傾斜対応のラジコン草刈り機とトラクターに装着するアーム式草刈り機を導入し、3月2日には同社の構成員のほか、中国四国農政局、東部農林振興センター、出雲市、J A関係者ら、合わせて約40人が集まり作業実演を行いました。

実演したデンマークのメーカー「lynex」のラジコンハンマーナイフモア「sx1000」は、刈幅約100センチメートルで傾斜にも対応。アーム式との連携で、畦畔、法面を効率的に刈り取ります。当日は傾斜約45度の法面で作業を実演しました。導入にあたっては、「J Aしまね農業振興支援事業」から2/3の助成を受けています。

作業は1アールあたりの規定料金で請け負い、南部地区を対象に申し込みを受付ける考えです。中山間地域である同地区では人口減少と高齢化が進み、草刈り作業の負担が耕作放棄地を増加させる一因にもなっています。

同社の山本友義代表取締役は「これからの中山間地域には、組織が機械を導入し作業負担を軽減させるシステムが必要。離農を止めたい」と話しました。



ラジコンとアーム式が連携

## 朝山ふれあい市2周年 宣伝効果で来場者数増

JＡしまね出雲女性部朝山支部は3月21日、JＡしまね朝山支店倉庫で「朝山ふれあい市2周年祭」を開きました。季節の野菜、漬物などの加工品、手芸品などを販売したほか、倉庫奥に設けたサービスコーナーでは山菜のてんぷらやおにぎりで来店者をもてなしました。

ふれあい市は平成28年3月、同支部が地元産の安全・安心な農産物をPRするとともに、地域の魅力を発信し地域活性化につなげようと企画し、原則として毎月第3木曜日に開いています。毎月定例会を開き、運営方法について協議するなど市場の発展に努め、2周年となる今回は塩冶地区にもチラシを配布するなど宣伝に力を入れました。当日は悪天候にもかかわらず、普段の月より大幅に多い約120人が来場。地区外からも多くの人が訪れました。

来場者は「何回も来ていますが、いつも新しい工夫がされていて楽しみです」と話しました。



多くの来場者で賑わう店内

## しまねの“うまい”が大集合！ 誕生3周年を記念し物産市を開催

JＡしまね誕生から3周年を迎えたことを記念し、ラピタ本店で3月6日から13日の8日間、「JＡしまね誕生3周年記念 島根フェア」を開催しました。特設ブースにはJＡしまねの全11地区本部が各地の特産品を出品し、会場は連日多くの人で賑わいました。

3月10日、11日の両日には各種イベントも実施。出雲地区本部が特産「神々の国 出雲しいたけ」の試食販売とそば打ち実演販売を行ったほか、雲南地区本部がつきたての餅を実演販売。やすぎ地区本部は健康志向で味もよいことで注目される「金芽米」「ロウカット玄米」の試食販売を行い、試食した方からは「甘みを感じる」などと好評を得ていました。また、イベントに合わせて会場にはマスコットキャラクターたちが集合。JＡバンクの「ちょリス」、島根ワイナリーの「しまりん」、全国サンマッシュ生産協議会の「サンマッシュくん」が、来店された方とふれあいながら会場を盛り上げました。



マスコットたちの登場に賑わう店内

## 交通安全の願いを込めて 夜行反射材を贈呈

JＡ共済では交通事故防止を願い、鳥根県内の新中学1年生を対象に毎年夜光反射材を寄贈しています。JＡしまね出雲地区本部は今年度、管内の各中学校に合計で反射タスキ739個と反射テープ1087個を贈呈しました。

3月16日には出雲市立浜山中学校で贈呈式を行い、同地区本部の吉田博幸副本部長が「交通事故防止に活用してください」と高橋一郎校長に趣意書と夜光反射材を手渡しました。高橋校長は「本校は生徒の半数以上が自転車で通学しており、部活動があれば午後7時頃の下校となる。生徒の登下校時の安全確保に活用させていただきます」と感謝の意を表しました。

このほかにもJＡ共済では、出雲市へのカーブミラー贈呈やJＡ共済交通安全アンパンマンキャラバンなどを通じて、交通事故未然防止活動に取り組んでいます。



吉田副本部長(左)から高橋校長(右)へ贈呈

## 強盗対応訓練実施 防犯への意識高める

JＡしまね出雲地区本部は3月20日、川跡支店で強盗対応を想定した訓練を実施しました。この訓練は非常時に冷静な対応ができるよう、出雲警察署と連携して各支店で定期的に実施しているものです。

訓練は、強盗に扮する警察官が拳銃で職員を脅し、現金を奪って逃走する想定で実施。大声で「早くしろ」と脅され続ける中、職員はそれぞれの役割に従い冷静に対応しました。訓練後、同警察署員はうまく対応できていた点や注意すべき点を伝え、ケガ人が出ないことを最優先に考えて対応するよう呼びかけました。

同支店の北村支店長は「日頃から防犯上の役割分担を決めて意識しているが、万一の際冷静に動くための訓練は重要だと感じた。どう対応すべきか皆で考える良い機会となりました」と話しました。



強盗対応訓練をする職員



3月 講座 「カローリング」

いずもJA  
シニア女子大学  
～みずき～

JALまね出雲女性部は3月28日、鷹巣アリーナでいずもJAシニア女子大学の3月講座「カローリング」を開催しました。8チーム（4組）に分かれて競技を行い、出雲市カローリング協会理事の園山博良さんをはじめ、鷹巣地区のカローリング愛好者4人がそれぞれ講師として各組の指導にあたりました。

はじめに各組ごとにルールを説明。カローリングでは、対戦する2チームがそれぞれ6個の「ジェットローラー」を「ポイントゾーン」目掛けて交互に投げ合い、得点を競います。カーリングのようにブラシは使いません。女子大学生たちはほとんどが未経験者でしたが、すぐに要領をつかみ「転がり方の癖をつかみましょう」「まずは手前に置くように」などといった講師のアドバイスを実践に移していました。後半は指示を出し合いながら接戦を繰り広げる場面もあり、わずか2時間の講座の中で、カローリングの楽しさを十分に味わっていました。



▲得点の数え方を説明する園山さん



▲力投する女子大学生たち

参加した女子大学生は「初めてでしたが楽しかったです。ルールをしっかりと覚えるともっと楽しいと思うので、またやってみたいです」と話しました。



ファミリーマート  
JAいずも高岡店・大社東店が  
(4月3日) (4月17日)  
オープンしました!!

オープン記念  
2店舗限定! レジにて **100円引企画** 開催中

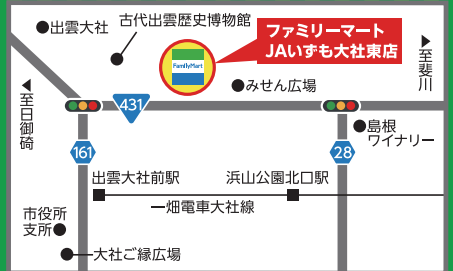
4月30日(月・振)まで

■新聞折込または店頭チラシを必ずご持参ください。■500円(税込)以上のお買物でご利用いただけます。

詳しくは  
店頭でチラシを  
ご覧ください!



ぜひ、この機会にご来店ください!!



(有)JAいずもアグリマート 〒693-0056 出雲市江田町55-1 江田JAビル  
TEL (0853) 21-4000

平成30年度

# JALしまね出雲地区本部 新入職員紹介

桜咲く季節となり、JALしまね出雲地区本部にも新たに9名の職員が入組いたしました。  
管内の各部署へ配属になりますので、皆様のご指導とご支援をよろしくお願いいたします。



えんどう ゆうた  
遠藤 優太



いまおか れいな  
今岡 玲奈



つねまつ かな  
常松 葉奈



もといけ れお  
本池 怜雄



かんだ こうへい  
神田 晃平



くさか ともこ  
日下 朋子



まつお まゆ  
松尾 麻由



はらだ えりこ  
原田 恵梨子



いちい れん  
市居 蓮

店舗職員

## 健康ライフかわら版

### 「健康診断の重要性」

健康診断は1年に1回、職場や医療機関などで毎年受けていると思います。今回は、健診における事業主、従業員の役割について紹介します。



#### 従業員の役割

会社などで働く従業員は、労働安全衛生法第66条第5項により、事業主が行う健康診断を受けなければなりません。健診を受ける最大の目的は、「病気の予防」です。健診を受けたら、結果を確認することが大切です。健診結果が、基準値内であっても検査結果が昨年と比べて変化していたり、「体調が去年とは違う」と感じるものがあれば、生活習慣に問題がないか確認しましょう。

健診結果の見方が分からない時には、かかりつけ医で教えてもらいましょう。

#### 事業主の役割

事業主は、従業員に対し労働安全衛生法の第66条により、「医師による健康診断を行わなければならない」と明記されています。また、健診を受けた後の措置についても、同法により明記されています。

健診は労務管理の一つですが、健診は受けさせるだけでなく、その後のフォローまでが必要です。

#### ★健康診断実施後の措置及び医師からの意見聴取

事業主は、従業員の健康診断の結果に異常の所見があった場合、医師の意見を聴き（労働安全衛生法第66条の4）、必要な場合従業員の実情を考慮し ①従業場所の変更 ②作業の転換 ③労働時間の短縮 ④深夜業の回数の減少等の措置を行わなければなりません（労働安全衛生法第66条の5）。

お問合せ先 出雲保健所健康増進課 TEL 21-8785



出雲市西林木町  
おかいたか  
岡 位嵩さん (76歳)  
いくと  
郁子さん (73歳)



西林木町で農業を営む岡さんご夫婦。約60アールの農地で、水稻のほか、ミカン、柿などの果樹や、キャベツ、ブロッコリーなどの野菜を栽培しています。栽培した野菜などは毎週JA蔦巣店の前で開かれている直売所「とびす市」で販売するほか、お二人が週2回開いている店「新川農園」でも販売しています。店ではお茶菓子なども販売し、地域の皆さんの憩いの場にもなっています。

蔦巣地区の新川沿いの土手では毎年きれいな桜並木が見られます。位嵩さんは、この桜を管理するため結成された「蔦巣観桜会」の会長を長く務めてこられました。退任した今も、顧問として同会の活動に関わるほか、桜まつりのときには会場の向かいにある店を開け、郁子さんとともにまつりの運営に協力しています。

健康の秘訣を尋ねると「いろいろなことに参加して、地域の皆さんと関わりをもつことです」と話す、ますます元気なお二人です。



春の新川桜土手



Smile  
きらりスマイル

大社町の蕎麦屋で働く田中俊樹さん。京都の蕎麦屋での修行などを経て、平成25年5月、実家が営む「そば処 田中屋」のリニューアルオープンに合わせて家業に就きました。店の3代目として、蕎麦打ちや調理など厨房での仕事全般を行っています。

出雲大社の正面にある店には、観光客の方が多く訪れます。「女性目線も意識しながら、楽しい思い出を持ち帰ってもらえるような店づくりを心掛けています」と話す俊樹さん。メニューは季節感のあるものを考え、店舗紹介のショップカードはガイドブックに挟めるよう葉のかたちになっています。また、県内産のそば粉をつかったガレットミックス粉をお土産品として販売し、レシピも紹介するなど、店の伝統を守りつつ新しい発想を取り入れています。

「作ったものを人に食べてもらうのが好き」という俊樹さんは、自分が食べるのも大好き。勉強も兼ねて、県内外の飲食店へ出かけ、食べ歩きをするのが趣味です。

今後の目標を尋ねると「観光客の方に「出雲に来てよかった」と思ってもらえるよう、おもてなし度をより一層高めていきたいです」と意欲を話す俊樹さんです。

出雲市大社町

田中 俊樹さん(29歳)



## 女子大生ライフに乾杯!「第4期卒業式」

JAしまね出雲地区本部は3月22日、同地区本部で「第4期いずもJA女子大学」の卒業式を行いました。2年間のカリキュラムを修了した9人が出席。本大学学長でもある同地区本部の石川寿樹本部長から、取得した単位に応じて卒業証書・修了証を受け取りました。

石川本部長は「皆さんの生き生きとした表情が2年間の努力の証だと思う。女性部活動にもぜひ参加していただき、女性部、地域のリーダーになってもらいたい」と激励しました。卒業生・修了生を代表して武田直子さんがあいさつし「あっという間の2年間だった。女子大学で学んだこと、皆さんと楽しく過ごせたことを今後のプラスにしたい」と述べました。

卒業記念講演では、香道御家流和草会主宰で出雲文化伝承館の特別顧問の大谷香代子氏が「伝統文化の継承」と題して講演。香道に関わる活動や、出雲の祝い膳など地域の文化について説明したほか、香を焚いて女子大学生の卒業・修了を祝いました。



いよいよ4月からは第5期がスタートします!

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!



ふなき はると  
船木 陽翔くん(4歳・右)  
ひなた  
陽汰くん(5ヶ月・左)

出雲市里方町

活発でお出かけが大好きな陽翔くん。花の郷やゴビウス、科学館などいろいろなところに連れて行ってもらっています。電車が好きで、電車に乗るために出かけることもしばしば。家でもプラレールのおもちゃで遊んでいます。いろいろなものに興味津々で、気になったらとことん自分でやるタイプ。鉄棒に挑戦したり、誕生日にプレゼントしてもらったパズルもお気に入りです。食べ物も好き嫌いなく何でも大好き!これからの成長が楽しみです。陽汰くんはおだやかな男の子。周りが騒がしくても動じず、よく寝てくれるのでお母さんも大助かりです。家族みんなから可愛がられ、お兄ちゃんの陽翔くんもやさしく面倒を見てくれます。お出かけするときもいつも一緒に仲よし兄弟です。

おとうさん、おかあさんからの一言

お兄ちゃんになった陽翔くんのこれからの成長が楽しみです。陽汰くんもお兄ちゃんみたいに元気に大きくなってね。兄弟なかよく元気に過ごしてくれたら嬉しいです。

J A しまね出雲女性部

グループ紹介

今市支部「生き生き踊りの会」

代表 池田 幸子 さん

J A しまね出雲女性部今市支部の「生き生き踊りの会」は30年以上前から活動する踊りのグループです。メンバーは現在9人。第2・第3月曜日の毎月2回、ラピタ本店2階のふれあいの家「縁」で、片寄恭江先生の指導のもと日本舞踊や歌謡舞踊などを練習しています。曲によって若い娘になったり、時には男性になったりと、いろいろな人に成りきることができるのが踊りの魅力のひとつ。違う人を演じようと思うと、足元から指先まで所作の一つひとつが違ってきます。揃いの衣装は女物だけでなく男物も用意し、気持ちを切り替え舞台上に臨んでいます。毎年少しずつレパートリーを増やしており、今も新しい曲目に挑戦中です。真剣な練習の後にはみんな楽しんでお茶を飲み、和気あいあいとした雰囲気の中で長く活動を続けています。



日頃の練習の成果は、夏に行われる出雲神話まつりや年末の出雲市民余芸大会といった各種イベント参加や、介護福祉施設の訪問などいろいろな場所で披露しています。歌や踊りを通して施設の方と交流を図り、喜んでもらえるのはメンバーたちにとっても励みになっています。これからも地域の皆さんと交流を図りながら、生き生きと活動していきます。

池田代表の一言

「生き生き踊りの会」で活動をしていると、イベントなどで地域の皆さんや他の団体とのつながりができるなど、交流の輪も広がっていきます。舞踊は全身を使うので美容にも効果があると思います。一緒に踊りを楽しむ仲間が増えれば嬉しく思いますので、興味のある方はぜひ一度見に来てください。

今市支店 渡部支店長からのメッセージ

グループ名のとおり「生き生き踊りの会」のみなさんは、日頃から明るく、生き生きと練習に励んでおられ、私たち支店の職員も会員のみなさんから元気をいただいています。これからも多くの地域の方々に喜んでいただけるよう、元気な笑顔を届け続けてください。



## おたより広場

読者のページ

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

●だんだん青ねぎ、いつもラピタで買っています。わが家の子どもたちもお味噌汁や納豆などの料理にたっぷり青ねぎをかけて食べています。(西郷町 G・Mさん)

JA:いつもラピタをご利用いただきありがとうございます。青ねぎはたっぷり使うと見た目も香りも鮮やかになりますよね。

●えんまん座の皆さん、受賞おめでとうございます。昨年高齢者サロンで拝見しましたが、大変素晴らしいかったです!! (西神西町 K・Tさん)

JA:本当におめでとございます。随所で活躍なので、舞台を見たことのある方も多いのではないのでしょうか。代表作「七福神」は見るだけでご利益がありそうです。

●「女性部まつり&家の光大会」私も参加させてもらいました。特に

グループ作品展。本職さん顔負けの出来栄えに圧倒されました。普段何気なく見ているものを見事に変身させるアイディアの素晴らしさ。なるほどと思いつく手が追いつかない自分にふと苦笑いでした。これからも素晴らしい作品を作り続けてもらいたいです。(万田町 A・Aさん)

JA:どの作品も技術力の高さがうかがえる力作でした。これだけのものが作れば、人に見てもらうのが楽しいだろうなと思いつつ見ていました。

●健康散歩「旬の食材を食べよう!」を読んでなるほどと思いました。1年中お店にある野菜にも旬があり、その時期が一番美味しいと旬のものを食べ、季節感を大事にしたいと思います。(大社町 I・Mさん)

JA:旬を意識すると、得する場面も多いということでしたね。本誌でも出雲の旬の特産が皆さまにお伝えできるような努めたいと思います。今月特集しているアスパラガスも今が旬ですよ!

# 俳句の広場

選者 安食彰彦先生

## ◆月間最優秀賞

ひとあめ はかまは 一雨に袴帯き足し土筆伸ぶ

大津町 山田弘之

選者評

物事の自然の姿、真の姿をよく観察し、よく発見なさいましたね。これが俳句を上達させるひとつの方法です。すばらしい。

## ◆月間優秀賞

朝茶汲み暫し微睡む春炬燵

本庄町 森脇英徳

春爛漫二葉マークの新車行く

荒茅町 川上治利

寿司桶に山椒を散らし春を待つ

上塩治町 松本弘子

## ◆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句までご応募いただけます。※4月応募分の締め切りは4/30(月)必着です。※5月は川柳を募集いたします。

### ◆あて先

〒693-8585 出雲市今市町106-1  
JAしまね出雲地区本部「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、JAしま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(または雅号)を掲載します。



# 乳がん・肺がん検診を受けましょう

がん検診車が  
来ます!



受診には予約が必要です。各日の受診人数には限りがありますのでご了承ください。

## 乳がん(マンモグラフィ)検診

- 対象者**／出雲市に住所のある40歳以上の方  
(昭和54年4月1日以前生まれの方)
- 個人負担金**／40～49歳…1,230円 50～69歳…920円  
・70歳以上の方、生活保護世帯・住民税非課税世帯の方、  
無料クーポン対象の方(昭和52年4月2日～昭和53年4月  
1日生)は無料です。
- 定員**／各日：午前24名、午後21名  
・H29年度に乳がん検診を受診し、その結果が異常なし  
だった方は、H30年度は受診対象となりませんので注  
意ください。  
・授乳中の方、ペースメーカーを装着している方、豊胸手  
術をしている方、VPシャント術を受けている方はこの検査  
を受診することができません。

### ●実施日時・会場一覧表

日時	会場	日時	会場
6月14日	高浜コミュニティセンター	9月28日	長浜コミュニティセンター
	神西コミュニティセンター	9月28日	出雲市役所大社支所
7月 2日	出雲市役所佐田支所	10月 1日	多伎コミュニティセンター
7月 6日	ひらたショッピングセンター-VIVA	11月 1日	まめながー番館
7月20日	川跡コミュニティセンター	11月 7日	出雲市役所大社支所
7月26日	湖陵コミュニティセンター	11月 8日	湖陵コミュニティセンター
8月10日	大津コミュニティセンター	11月 9日	JA平田中央支店
8月22日	JA出雲地区本部	11月16日	まめながー番館
8月29日	古志コミュニティセンター	11月30日	まめながー番館
9月 2日	ひらた子育て支援センター	12月10日	まめながー番館
9月13日	高松コミュニティセンター	1月 9日	出雲市役所平田支所
9月14日	須佐コミュニティセンター	1月18日	まめながー番館
9月19日	出雲市役所大社支所	2月 3日	出雲市役所本庁

## 肺がん(ヘリカルCT)検診

- 対象者**／出雲市に住所のある50歳以上の方  
(昭和44年4月1日以前生まれの方)
- 個人負担金**／2,050円  
・70歳以上の方、生活保護世帯・住民税非課税世帯の方  
は無料です。
- 定員**／各日：65名  
・妊娠中の方、ペースメーカーを装着している方は検査を  
受けることができません。また、胃・大腸のバリウム検査  
を6日以内に受けた方は検査できません。  
・検診前の、食事・薬等の制限はありません。
- 実施日時・会場一覧表**

日時	会場	日時	会場
6月 8日	古志コミュニティセンター	9月28日	長浜コミュニティセンター
6月21日	高松コミュニティセンター	10月17日	JA出雲地区本部
7月 3日	出雲市役所佐田支所	11月 5日	出雲市役所大社支所
7月 9日	JA平田中央支店	11月 8日	JA平田中央支店
7月30日	高浜コミュニティセンター	12月13日	湖陵コミュニティセンター
8月 3日	川跡コミュニティセンター	12月21日	まめながー番館
8月22日	JA出雲地区本部	1月15日	多伎コミュニティセンター
8月24日	JA出雲地区本部	1月23日	まめながー番館
9月 3日	神西コミュニティセンター	2月22日	出雲市役所本庁
9月11日	出雲市役所大社支所		

※ 緑色の会場はJA健診、  
もしくは巡回人間ドックと  
同会場で実施されます。



- 申込方法**／ハガキの裏面に①検診名(『乳がん検診』または『肺がん検診』)②第1希望・第2希望日(上記一覧表  
から選んでください)③郵便番号④住所⑤氏名(フリガナ)⑥性別⑦生年月日⑧電話番号を記入し、  
〒693-8530(住所不要)健康増進課「がん検診」係まで 申し込んでください。

- 申込期限**／5月17日(木) 必着

※上記検診を両方申し込む事もできます。その際は、別々のハガキでお申し込みください。

- おたずね**／出雲市 健康増進課 成人保健係(☎21-6651)

## JAの健診・人間ドックをご利用の皆さま

**JA窓口では乳がん検診・肺がん検診の申込受付を行いません。**

**必ず上記のとおり出雲市健康増進課までお申しいただきますようお願いいたします。**

組合員の皆さまには大変お手数をおかけいたしますが、なにとぞよろしくお願いたします。

JAしまね出雲地区本部 ふれあい福祉課

H30年度  
から

農業FFF事業がかわります

かけはし

# 出雲農業未来の懸け橋事業 (かけはし事業)

## 出雲農業未来の懸け橋事業がめざすもの

出雲農業未来の懸け橋事業が、平成30年度から農業FFF事業に代わってスタートします。**基本的には農業FFF事業のメニューを引き継ぎ**(一部改廃あり)、新たなメニューも加えた内容で、引き続き意欲ある農業者のみなさんを支援します。また、「かけはし事業」は、市内全域を対象とした事業です。出雲市、JAしまね出雲地区本部、同斐川地区本部が連携し、全市的な農業の維持・発展をめざします。

## 支援内容や事業メニューについて

### 1 農産振興事業

集落営農組織や認定農業者など、地域の農業の核となる担い手を支援します。



#### メニューの一例

- **集落営農組織推進事業**  
米、麦などの生産に必要なトラクター、田植機、コンバインの購入費を補助。
- **麦・そば等生産推進事業**  
米以外の作物の生産に必要な機械の購入費を補助。

### 2 特産振興事業

出雲市が誇る特産品の産地維持・拡大を担うみなさんを支援します。

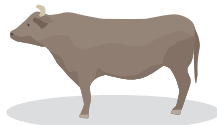


#### メニューの一例

- **特産振興施設等整備事業**  
果樹、野菜などの生産に必要な機械の購入費や施設整備費を補助。
- **産地維持対策事業**  
ハウスの長寿命化、高度化の施工費等を補助。

### 3 畜産振興事業

畜産経営基盤の強化に取り組む畜産農家のみなさんの経営コスト低減等を支援します。



#### メニューの一例

- **畜産基盤整備推進事業**  
飼養環境改善等を目的とした機械・施設整備費を補助。
- **市内産飼料利用定着化促進事業**  
市内で生産された飼料用米、WCSの購入費を補助。

### 4 特認事業

新規就農者の初期投資費用や、直売出荷の拡大を支援します。



#### メニューの一例

- **多様な農業者等支援事業**  
新規就農者等の機械購入費、施設整備費を補助。
- **直売拡大支援事業**  
出荷拡大に必要な機械購入費、設備整備費を補助。

※その他の事業メニューや要件などの詳細については、JA各営農センターまたは市役所にお問い合わせください。

## 相談・申請はお早めに!!!

## 平成30年度 かけはし事業のスケジュール

申請メ切 **平成30年5月1日(火)**

審査会 **5月下旬** 事業認定 **6月上旬予定**

※追加募集は、予算の執行状況により行う場合があります。

お問い合わせ

出雲市役所農業振興課 Tel 0853-21-6557 Fax 0853-21-6998  
JAしまね出雲地区本部営農企画課 Tel 0853-21-6041 Fax 0853-21-6075  
最寄りのJAしまね出雲地区本部 各営農センター

# 新出雲農業チャレンジ事業(出雲市補助事業)

～H30年度から内容を拡充して実施します～



No.	事業名	支援内容
1	中山間地域水田省力化支援事業	法面の芝吹付、除草用機械購入費等
<b>New!</b> 2	地域農業課題解決メソッド提案事業	地域農業の課題解決に必要な経費(ソフト・ハード)
<b>New!</b> 3	集落営農広域連携支援事業	連携推進活動費、機械購入費
4	農業新技術活用チャレンジ事業	ICT技術等の新技術導入経費
<b>New!</b> 5	GAP認証取得支援事業	美味しまね認証取得に必要な経費
<b>New!</b> 6	チャレンジ品目生産支援事業	試験研究費、機械・設備整備費
7	加工・販売支援事業	農家が自ら加工・販売を行うのに必要な経費(ソフト・ハード)
8	新規就農支援事業	圃場、機械・施設の賃借料
<b>New!</b> 9	宍道湖西岸地区営農計画推進事業	営農計画の実践に必要な経費(ソフト・ハード)

※各事業の詳細については、下記までお問い合わせください。

## 平成30年度 新出雲農業チャレンジ事業のスケジュール

**募集期間** 平成30年5月1日(火)まで ※追加募集は、予算の執行状況に応じて行います。

**お問い合わせ** 出雲市役所農業振興課 Tel 0853-21-6557 Fax 0853-21-6998  
 出雲市役所斐川支所産業建設課 Tel 0853-73-9220 Fax 0853-73-9229



## 出雲地区本部理事会報告

3月23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) 平成30年度国庫及び県単、市単補助事業について  
柿リース団地整備事業、出雲西部集荷所整備事業に取り組みます。
- (2) 平成30年度主な固定資産の取得計画について
- (3) 平成30年度地域品目販売手数料について
- (4) 大口貸出金の承認について
- (5) 平成30年度総合収支計画について  
組合員および利用者の皆様に必要とされるJAを目指し、平成30年度事業計画をもとに各事業運営を行います。
- (6) 平成30年度店舗職員採用募集要項について
- (7) 店舗再編(案)について

### 〈報告事項〉

- (1) 出雲西部集荷所設計変更に伴う建設費の増額について
- (2) 機能性農産物推進プロジェクトの取組状況について  
出雲の農業資源(土地、施設、人等)を踏まえながら、出雲らしい新しい作物を掘り起こします。
- (3) 平成30年2月末実績について
- (4) 外部出資にかかる資産査定について
- (5) 冬期座談会の質問・意見・要望について  
主な質問・意見については、今月の広報誌に掲載していますのでご覧ください。



# 栄養豊か 花も楽しめる オクラ

板木技術士事務所 ● 板木利隆

夏を越して晩秋まで果実（莢果）を取り続けることができ、フヨウに似た黄色い花は観賞用としてもめでられ、家庭菜園や庭先、プランター栽培共にお勧めです。アオイに似た花は観賞価値もあり、秋遅くまで咲き続けます。花も実もある重宝な野菜といえます。

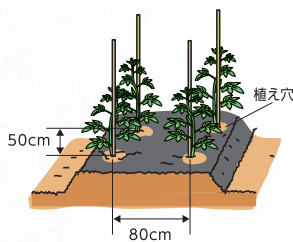
独特の粘りがあり、夏のスタミナ補給にうってつけの野菜として知られています。食べ方は刻んで生のままでだけでなく、ゆでたり炒めたり、サラダやてんぷら、みそ漬け、かす漬けにと、使い道が広いのも魅力です。

高温性で昼は25～30度、夜は20～23度が適温で、10度以下の低温では生育がまったく停止し、葉が黄変、落葉してしまいます。畑に植えたが一向に伸びず、落葉、枯死するという声がよく聞かれるのは、苗が低温に遭っていたり、植えた畑が寒過ぎたりした場合が多いのです。これを水不足と勘違いして水をやり過ぎると地温がさらに下がり、過湿となり立ち枯れ病が発生したりして失敗を助長してしまいます。

育て方のポイントは、苗は3号ポリ鉢に、一晩水に浸した種を4～5粒まき、20度ぐらいい加温して育てるか、市販の苗を買い求め、暖かい場所で再育苗し、十分暖かくなってから畑に植え出します。最近はずいぶん早くから店頭で苗が並びますが、買い急ぎは禁物、失敗して再び苗を求めなくてはならない状態になってしまいます。

図のように黒色ポリフィルムをマルチし、地温を上げてから植えることをお勧めします。

オクラの育ちをよく見ると、初期には枝分かれせず、1株当たりの花・果数は少ないので、それを補い、早期収量を高めるために、畑



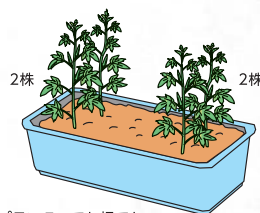
でもプランターでも、1カ所に2株ずつ植えることを勧めます。前半は葉もあまり込み合わないのので、これでちょうど良いのです。

盛んに育ち枝が伸びだしてきたら、主枝の上の方を摘除し側枝に日を当て、健全に伸びるようにします。

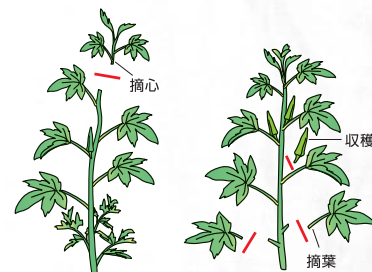
半月に1回、1株当たり小さじ1杯ぐらいい成肥料を追肥します。

近頃各地で葉を筒状に巻き食害するワタノメイガの発生が見られます。発見次第捕殺するか、適応殺虫剤を散布して防ぎましょう。

※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。



プランターでも畑でも1カ所2株ずつ植える



株が大きく育ったら主枝を摘心し側枝を伸ばす

果実を収穫したらその下方の葉は摘み取る

## 【お詫び】

J Aしまねびより3月号家庭菜園の記事に誤りがありました。訂正してお詫びいたします。

「文書最後から3行目」

(誤) 特に畑が酸性気味の場合

(正) 特に畑がアルカリ性気味の場合



出雲⇄函館

初就航

直行チャーター便で行く!!

# 100万ドルの夜景の街 函館

## Tour 5大おすすめポイント

- ① 出雲縁結び空港より FDA チャーター便にて函館へひととび!!
- ② チャーター便利用で時間のロスなく函館に移動でき、通常の定期便ツアーより函館観光をご満喫いただけます。
- ③ パリエーション豊かなコースをご用意! (片道チャーター便企画を含む全6コースをご用意しております)
- ④ 全コース、世界三大夜景のひとつ「函館」夜景見学へご案内いたします。
- ⑤ 全コース、2泊(Eコース 3泊)とも2名様より1部屋をご用意!

**地元空港～函館線の直行チャーター機利用**

通常は定期便利用で(乗継時間も含む)4～5時間かかるところ、往復とも函館まで直行チャーター機利用で楽々!! (D・E・Fコースは復路のみ利用)

【往路】約1時間45分  
【復路】約2時間

あなたの好きなまだ訪れていない旅がきっとみつかるはず!!

コース	ツアータイトル	出発日(平成30年)	旅行代金
Aコース	世界三大夜景 函館・湯の川温泉と 津軽・下北みちのく二大半島めぐり (3泊)	6月3日(日)・6日(水)	139,800円
Bコース	北海道南西端に浮かぶ 奥尻島と 世界三大夜景 函館・洞爺湖・大沼 (3泊)	6月 3日(日)	139,800円
Cコース	世界三大夜景 函館・湯の川温泉と 北海道の名湯 登別温泉 (3泊)	6月 6日(水)	129,800円
Dコース	東北縦断 中尊寺・十和田・奥入瀬と 世界三大夜景 函館・湯の川温泉 (3泊)	5月31日(木)	139,800円
Eコース	東北縦断 松島・中尊寺・十和田・奥入瀬と 世界三大夜景 函館・湯の川温泉 (4泊)	5月30日(水)	159,800円
Fコース	世界三大夜景 函館・湯の川温泉と 札幌・小樽・洞爺湖 (3泊)	5月31日(木)	129,800円



掲載のツアーは、この広告でのお申し込みを受け付けておりません。  
※詳しい旅行については、専用パンフレットをご用意しております!お気軽に最寄りのJA旅行センターへご請求ください!

Tour 株式会社農協観光

- JAしまね 旅行センター本部 ☎0853-25-8907    JAしまね 出雲 旅行センター ☎0853-21-3305    JAしまね 島根おち旅行センター ☎0855-83-0008
- JAしまね やすぎ 旅行センター ☎0854-28-6699    JAしまね 斐川 旅行センター ☎0853-73-9625    JAしまね いわみ中央旅行センター ☎0855-22-8820
- JAしまね 雲南 旅行センター ☎0854-42-9118    JAしまね 石見銀山旅行センター ☎0854-82-3501    JAしまね 西いわみ旅行センター ☎0856-22-8587

JA女性組織フレッシュミズ・JA全農 コラボ企画

# エーコープ ほめられ酢

- ✓ 万能酢なのでこれ1本で和洋中が簡単に!
- ✓ 柔らかな酸味で後味さわやか!
- ✓ お子様も食べやすく安心!
- ✓ 国産原料にこだわり、最優先に使用!
- ✓ 手軽に使える手持ちサイズ、使い切りにいい300ml!
- ✓ 食卓において毎日の料理にプラスワン!

## 【フレッシュミズの思いをのせて】

フレッシュミズ開発担当者と全農が開発協議を重ね「小さなお子様やお酢が苦手な人にも食べやすい商品にしたい」「国産原料、アレルギー物質等にこだわり安心できる商品にしたい」との思いが商品になりました。

本商品は、第63回JA全国女性大会(30年1月24日開催)において、全国の女性組織の皆様へ盛大なお披露目が行われ、会場では「簡単、便利でネーミングのとおり“ほめられる”お酢だね」など、好評をいただきました。

簡単! 便利!  
ほめられ酢!



レシピ  
WEB公開中!

商品はくらしの宅配便やお近くのAコープ、JA 購買店舗、直売所にてお買い求めいただけます。

ラピタ本店生活用品課より



# シロアリ無料調査実施中!!

お客様の大切な財産を  
お守りいたします



## こんなお宅は要注意

- 建物の周囲、庭先に古材がある家
- 庭先でシロアリを見た家
- 雨漏り・トイが傷んでいる家
- 羽アリが何匹か舞い込んだ家
- 近くに山がある家

私たちが伺います  
＝(株)コダマサイエンス社員＝



内田 英治 児玉 光 古川 秀信 桑原 強 平田 一樹

お問い合わせ先 **JALまね 出雲地区本部 ラピタ本店生活用品課 ☎0853-21-6083**

取扱業者 **(株)コダマサイエンス 松江市西嫁島2-8-23 松江営業所 ☎0852-26-6757**

お母さんいつもありがとう

# 母の日ギフト

HAPPY MOTHER'S DAY 5.13

### Flower gift

※写真はイメージです。

八重のガク咲きで、開花が進むと中心部の白い花が薄き立つ雲のように盛り上がる姿は、これまでのアサライにない特徴です。花柄が出ないため室内で安心して飾れるアサライです。

限定20鉢

1 銀河(ブルー)鉢 **本体価格 3,000円**  
(税込価格3,240円)

※写真はイメージです。

限定40鉢

2 万華鏡 鉢 **本体価格 3,000円**  
(税込価格3,240円)

※写真はイメージです。

4 花束 **本体価格 2,000円**  
(税込価格2,160円)

※写真はイメージです。

6 カーネーション鉢花 **本体価格 2,000円**  
(税込価格2,160円)  
※花卉・花弁の開花状態及び花色、リボン・ラッピング(包装)等は写真と多少異なる場合がございます。

Sweets

母の日限定ケーキの詰め合わせです。

(リビド=洋菓子店)

10 宝石箱 6個入 **本体価格 2,593円**  
(税込価格2,800円)

(メモリー)

サクサクなタルトにフルーツをたっぷり盛りつけました。

13 フルーツたっぷりタルト 直径約12cm **本体価格 1,667円**  
(税込価格1,800円)

(リール)

チョコレートでお花をイメージした母の日限定のケーキです。

14 ママン・ショコラ 直径約13cm **本体価格 2,000円**  
(税込価格2,160円)

ご予約は、各店サービスカウンターにて

◆お引渡し日 5/11(金)・12(土)・13(日)

◆ご予約締切日 5/6(日)まで承ります

※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。



# ラピタ

# ビアガーデン

LAPITA  
BEER GARDEN

毎日営業致します!!

営業期間 **4/13金** ▶ **9/30日** 会場 **ラピタ本店屋上**

営業時間 / PM5:30~PM9:00まで

アフター730券 AFTER730TICKET  
7:30 TICKET 当日券 **2,000円** (税込)  
4/15日~9/30日 PM7:30~PM9:00

金曜・土曜日開催  
1,000円  
入場券抽選会  
各日25名様にプレゼント!!

うれしい低価格!!  
通常料金  
男性 **3,300円** (税込) 中学生から20歳未満 **2,000円** (税込)  
女性 **2,800円** (税込) 小学生 **1,500円** (税込)  
幼児 (3歳~6歳) **500円** (税込)

お子様連れのお客様は、安全面にご注意下さいませようお願いします。



地域とともに  
ご予約・お問合せフロント (お問合せ時間 AM9:30~PM8:00)  
TEL:0853-21-6063

ご予約承ります **5名様以上**  
※満席はお断りする場合がございます。お早めにお申し込み下さい。  
※雨天時は屋根付テラス(約200名収容)をご利用ください。

※満席時、雨天の場合は入場を制限させていただく場合がございます。※風雨をともなう悪天候等により中止する場合がございます。  
※ご来場未済の方の来場はご断りいたします。※お席料のお席の確保はご断りいたします。又、飲酒運転の御用命を同席する事お断りして禁止させていただきます。  
※お子様連れのお客様(保護者様・同伴者様)は、お子様から目を離さないように、事故が起らないようにご注意ください。他のお客様もしやっさいです。みなさんが楽しく過ごせるように配慮をお願いします。

期間限定販売 **割引券**  
5月31日迄まで  
ラピタ本店1F券売機・4F券売機及び  
3Fプライダル事務所

**9月30日**までご利用いただけます  
※割引券について…返金・換金は出来ませんので予めご了承ください。

男性 **3,100円** (税込) 女性 **2,600円** (税込)

## さくら餅



薄く生地を焼くのがポイントです。桜の葉を巻いたら市販の桜餅にも負けない出来上がりです。

## ●材料 (10個)

米粉	60g	サラダ油	少々
白玉粉	30g	こしあん	200g
水	150cc	桜の葉塩漬け	10枚
砂糖	40g		
食紅	少々		

## ●作り方

- ①こしあんは一口大に10個まるめておく。
- ②ボールに米粉、白玉粉、砂糖、水を入れダマがなくなるまで混ぜる。
- ③水で溶いた食紅を少し入れる。
- ④フライパンに油をひき③を薄く楕円形になるように流し入れる。
- ⑤裏側が焼けたら竹具しか爪楊枝でひっくり返す。
- ⑥フライパンから出し、きれいな面を外側にして、こしあんを包み塩抜きした桜の葉で包む。

## たけのこの味噌チーズ焼き 3種味



たけのことチーズは相性抜群です。和食に使うことが多いたけのこ、洋風にしてもおいしいですよ。とろけるチーズの上に好きな物をかけていろいろアレンジを楽しんでみてください。

## ●材料 (4人分)

たけのこ	250g	A 七味唐辛子	適量
味噌	小さじ2	B 木の芽	
砂糖	小さじ1	C ごま	少々
とろけるチーズ	適量		

## ●作り方

- ①たけのこを茹でる。または水煮のたけのこを準備する。たけのこを味噌、チーズを乗せやすい大きさに切る。
- ②味噌と砂糖をよく混ぜる。
- ③たけのこの上に砂糖を混ぜた味噌を、薄くまんべんなく塗る。
- ④③にとろけるチーズを乗せる。
- ⑤たけのこをオーブントースターまたはグリルに入れ、およそ5~7分程度焼く。
- ⑥仕上げにAの七味唐辛子又は、Bの木の芽、Cのごまをそれぞれふる。



## 表紙紹介

表紙のイラストは野々村 直通 (ののむらなのおみち) 先生に描いていただいています。

今月の表紙は、安来市にある中海干拓安来干拓地から望む早春の大山です。安来干拓地(約128ha)は、農林水産省が昭和38年から進めてきた中海干拓事業により、米子湾の一部を干陸して造成された干拓地であり、大規模な畑作営農が展開されています。主な農産物はキャベツ、ブロッコリー、いちご、トマト等です。また、古来より山岳信仰が盛んな大山は、今年、開山1300年を迎えます。山麓には西日本最大級のブナの原生林が広がり、降り注ぐ雨や雪は、ゆっくりと地面を伝い、生命の水となって流れていきます。

## 編集後記

シュンランとの出会いは、約40年前、日原町農協婦人部の総会の場でした。数日後、我が家の雑木林を探すと人知れず凍と咲いており、とても感動的でした。野に山に出かけやすい季節となりました。忙しいからこそ、自然の恵みに感謝しながら、心豊かに過ごしたいものです。(星)



## 【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。

