

JAしまねびより 1

2019

January Vol.34

特集 島根のいいもの再発見!! 「津和野町 榎(さかき)」 西いわみ地区本部 来月の外勤日は 2月16日(土)



大森 合福成神社
の賑わい(津和野)

Kamichi



謹賀新年

皆様のご健康と

ご多幸と

心よりお祈り

申し上げます

代表理事組合長 竹下 正幸

代表理事副組合長 山根 盛治

代表理事専務 高木 賢一

代表 監事 松浦 宗和

役職員一同

新年あけましておめでとうございませす。

組合員の皆様には、新しい年を穏やかに迎えることとお慶び申し上げます。

今年も無事に新年を迎えられましたのも、組合員の皆様をはじめ、地域の皆様のご理解とご協力の賜物と心から感謝を申し上げます。

昨年を振り返りますと、1月の大雪や4月の地震、7月の豪雨や9月から10月の台風被害など、県内でも多くの被害が発生いたしました。被災されました方々に心よりお見舞いを申し上げますとともに、今後も復興に向けたご支援をさせていただきますと思います。

事業運営につきましては、「第1次中期経営計画」と「農業戦略実践3カ年営農計画」の最終年度として、前年に引き続き「儲かる農業の実現」を念頭に、自己改革の3本柱である「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」を最重要課題として、取り組んで参りました。

営農関係では、新設した販売戦略室により、品目横断的に販路開拓に努め、新しい商品企画や輸出や都市圏での販売など、販売を起点としたものづくりを進めました。また、米については生産調整の

見直し初年度を迎えるなかで、事前契約比率の向上を重点的に進め、畜産では県央畜産総合センターや隠岐地区の二つの市場整備など、基盤強化の取り組みも着実に進めているほか、担い手育成や経営指導にも力を入れました。

地域の活性化では、地区本部を核として女性組織、青年組織等と連携を図りながら、食と農を基軸としたくらしの活動に取り組み、各地域でJA・支店まつりや組合員セミナー、農業体験、生活文化教室などを開催し、多くの組合員・地域の皆様に参加していただく機会づくりに努めました。

また一方で、「運営体制改革」「事業改革」についても最重要課題と位置付けて取り組み、昨年11月に開催した臨時総代会では、次の役員改選から理事数を現行の65人から40人とし、このうち常勤理事を33人から17人に、非常勤理事は32人から23人に、監事を9人から6人に削減する役員体制と、運営委員会の再構築と強化を含む新しい運営体制に関する議案をご承認いただきました。今後は車の両輪としての事業改革を早急に進め、一層の統合メリットの発揮、効率化を進め、組合員の皆様への還元に努めて参りたいと考えております。

さて、本年は現在策定を進めている「第2次中期経営計画」と「第2次農業戦略実践3カ年計画」の初年度となりますが、農業やJAを取り巻く環境は日欧EPA、TPP11の発効、米国とのTAGなど大変厳しい中での計画となります。そのうえ、5月には「農協改革集中推進期間」の期限が到来します。政府はJAの自己改革の実施状況等を調査し、その結果次第では信用・共済事業の分離や准組合員の事業利用規制を視野に、更なる農協改革圧力を強める懸念もあり、JAは重要な局面を迎えます。

このように大変厳しい経営環境の中ではありますが、今後も組合員の皆様との話し合いの機会を多く設け、いただいたご意見を事業に活かし、皆様から選ばれ、信頼され、ご利用いただけるJAに向けて、役員が一体となり取り組んで参りますので、引き続きご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

組合員、地域の皆様にとりまして、本年が幸多い一年でありますよう心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

平成31年1月

代表理事組合長 竹下 正幸

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！



【津和野町 榊(さかき)】

1月は、西いわみ地区本部。鹿足郡津和野町で、神事や神棚に使う榊の栽培に取り組む、商人(あきんど)榊生産組合長の田中幸一さんにお話しをお伺いしてきました。



雨の中、榊が育つ山の中で色々とお話をいただきました。

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！



商人地区、急峻な中国山地の谷間に里山の暮らしを見せてくれます。

榊を栽培するきっかけを教えてください。

昭和48年、20歳の時、荒茶生産の専業農家として経営を引き継ぎました。旧日原町の商人(あきんど)集落は中国山地の山あいであり、ほとんどが森林で平坦な農用地は1パーセント未満と農業が不利な中山間地です。当時から高齢化が進み人口は減少、何とかしなければならぬと何度か集落で話し合いました。地区にたくさんあるものは、広大な里山と高齢者の労働力。掛け算の原理でこのたくさんあるもの同士を掛け合わせることであればより大きなもの、すなわち新たな核となる特産品を創り出すことができます。里山を活用できるものには何があるのか。集落で出した答えは榊でした。榊なら広大な里山を農用地として見立てることができ、稲作のようにコンバインなど機械を乗り回す必要がない。ハサミとカゴのみで高齢者が無理なく作業できる。当時は山に自生する榊を切り取って販売する人はいましたが、計画的に植栽し栽培ものとして生産している人はいませんでした。それならば、一大産地化を目指し農家全員で取り組もうと平成元年に集落の全21世帯(2世帯は非農家)のうち、19戸で「商人榊生産組合」を設立。短期的にはタラの芽などの山菜、長期的には榊をと、平成生まれの特産品を作っていくと動きだしました。第1次に6.8ha、その後2、3次と造成し最終的には8ha弱の面積で約3万本を植栽し生産を開始しました。

榊の栽培や収穫はどのようにするのですか？

ハシゴを使って収穫する必要があるようになるべく樹高を低く仕立てます。樹齢5年辺りから収穫できるようになり、ハサミを持ち、カゴを背負って山で枝を収穫していきます。持ち戻った枝は葉の汚れなどを洗浄した後、虫食いや葉の形が悪いもの、欠けているものなどを見極め、綺麗な枝ぶりのものだけに振り分けします。大きさを枝ぶりなどで5種類くらいに分け神棚等に立てる

これまでの大変だったことや苦労してきただことありませんか？

最初の数年は在来種の榊を里山に降ろそうとスコップな

前提で高さ30cm、底辺が25cmの2等辺三角形になるように数本を束ねた後、水揚げ・保水処理を行い出荷します。益田市と浜田市のほか、広島市の市場に出荷しています。



より良い商品にという想いが、市場に評価される高い品質を保つ秘訣につながっている。



タイムスリップしたかのような風景も、様々な努力と工夫が脈々と受け継がれてきた証なのかも。



様々な努力と工夫が脈々と受け継がれてきた証なのかも。



作業しやすいよう整備された里山に榊が立ち並び。近いからこそ手入れが行き届き、その努力と時間が立派な畑に。

ど持って苗を探して山奥まで取りに行っていました。先端の細かい毛細根まできちんと取らなければならず、重労働かつ効率が悪く「これじゃだめだ」と痛感しました。そこで種苗会社4、5社から数種の苗木を取り寄せ、それぞれの世帯で東西南北や日照時間の違う条件で榊を植えて品種を比較、集落に合った榊を選び植栽をはじめました。先進地で勉強する機会がもてないため、栽培方法から病気や害虫の種類や対策まで試行錯誤を繰り返しながらこれまで行ってきました。幸い、榊はお茶と同じツバキ科の植物だったので親しみが有り、これまでの経験が生かせる時がありました。榊の生産は今年で30年目になりますが、生産者全員の頭の中にあつた知識を体系化した栽培マニュアルは、近年になってようやく新規生産者に渡せるようになりました。大変な作業の1つには、点在する榊の場所まで肥料を持って行き散布するのが労力を要します。

市場での評価はいかがですか？

しっかりと肥培管理しているので葉の色ツヤがよく、加えて日持ちが良いと高く評価をいただいています。お客様の中には水に入れていたら発根したという人がいるほど、鮮度や品質にはこだわっています。近年は外国産の榊が多く出回っており、品質が極めて高い国産の榊を求めて花屋さんをはじめ、全国の市場から訪ねていらっしやいます。生産量に限りがあるため需要に対して供給が追いついていないのが現状です。

今後の抱負や展望を聞かせてください。

市場からの引き合いはたくさんあるので、生産量をまだまだ拡大しなければならぬと考えています。平成24年には津和野町全域、平成27年に

榊 (さかき) 一口メモ

「木」に「神」と書いて榊(さかき)。神道で古くから関わりがあるとされる常緑樹で、常に生い茂っている木のため「栄木(さかき)」、神と人との境界を示す意味もある「境木(さかいき)」というのが語源とされる。毎月1日と15日に神棚の榊を変える習慣のほか盆や正月、お彼岸等の特需など、1年を通して安定的な需要があることから、集落では年150万円前後の収入が見込める副職として榊の生産を積極的に勧めている。商人地区での榊栽培の最高齢者は88歳と91歳の夫婦がいるほか、近年に参入した20代の生産者が出荷量を増やすなど、個人の状況やライフスタイルに合わせて榊生産を有効に活用するデザインが注目を浴びている。



「凜とした」という表現が正しいかどうかは別として、こんな綺麗で立派な榊を見るのは正直初めてでした。「本物」という言葉がふさわしい。



田中組合長(左)と研修生の中川峰さん(右) 中川さんをはじめとした若手が商人イズムの継承者として榊栽培に取り組みだしている。

農と合わせて副職として榊の栽培を勧めています。私自身は6年前に荒茶の生産を辞め、山菜と榊の生産に切り替えました。限界集落といわれた商人地区は昔からチャレンジ精神が旺盛な土地柄です。変わりゆく時代に柔軟に対応し、地域の農業が途絶えないよう努力を続けています。

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。

JAは地域の活性化に取り組んでいます！

JAは農業だけではなく、JAならではの取り組みで「地域の活性化」に貢献しています。

【食農教育】▶▶▶▶

代表的なものに「食農教育」があります。子どもたちはもちろん大人にも、「食べる」という行為そのものだけでなく、その背景にある「いのち」や農業の果たす役割をお伝えすることに大きな特徴があります。農業体験学習などを通じて、土に触れる楽しさや収穫の喜びを味わうだけでなく、農家の苦勞を知り、自分の住む地域の魅力や地産地消の意味を学ぶ絶好の機会になっています。



ホームページで TVCM 「愛菜カレー」編を公開中！



◀◀◀◀ 【JA女性部活動】

女性部の活動も、食と農を通じて地域を元気にする取り組みにつながっています。各地域の伝統料理を学び伝える講座や、健康教室、趣味のサークルなど幅広く活動しています。また、一般教養や料理講座などを年間のカリキュラムで学ぶ「JA女子大学」も人気で、若い女性を中心に生き生きと活動しています。

元気な女性たちが、多方面の活動に加わることで地域に活力が生まれ、活性化につながっています。

理事会情報 (11月29日開催)



- 協議事項
- ① 平成30年度しまね農業生き生きプランの承認について
 - ② 第2次農業戦略実践3カ年営農計画（2019～2021年）の策定について
 - ③ 信用事業にかかる平成31年度からの事業運営モデルの選択について
 - ④ 平成30年度末決算見込み（1次）について
 - ⑤ JAしまね中間期ディスクロージャー誌2018の作成について
 - ⑥ 次期中期経営計画（2019～2021年度）策定の進め方について
 - ⑦ 役員選考について
 - ⑧ 年間所定内労働時間の統一について
- （紙幅の関係上、報告事項は省略いたします）

地区本部トピックス

雲南

飯南町無人航空機運営協議会 ドローン免許新たに4人取得し体制強化

飯石郡飯南町にある同町無人航空機運営協議会は、無人ヘリコプターやドローンを使った水田防除に取り組んでいます。12月10日から14日に行われた免許講習会では、農業用マルチローター（ドローン）の技術認定証を新たに4人が取得し、来シーズンに向けて体制を強化しました。

今年7月に同協議会のメンバーでもある松江市の株式会社SWIFTが、県内初の農林水産航空協会認定の教習所、整備事業所として認定されたことを受け、分校開催として同町で講習会を開きました。

今年は町全体と雲南市の一部、約900㍍で散布。高齢化が進み防除面積が年々増加する中、作業者の負担を軽減するために拡充を図りました。

来年はヘリとドローンの免許取得者16人で作業を進めていく予定です。新たに免許を取得した同町の藤原翔太さん（20）は「地域の皆さんの力になれるよう頑張りたい」と意気込みます。



免許講習会でドローンを操作する藤原さん

くにびき

店舗のイメージや窓口の対応、 職員の身だしなみを競う 美粧化コンクール実施

くにびき地区本部は12月6日、支店・店を巡回し、店舗内外の明るい雰囲気や接遇、職員の身だしなみなどを審査する「店舗美粧化コンクール」を実施しました。

同コンクールは各支店・店の創意工夫で、親しみやすく安心感があり、来店したくなるような明るい店舗作りを目指し開催しています。

当日は、12名のJA職員と4名の女性部の部員が審査員となり、4班に分かれて巡回しました。

審査員は「店周・外観」、「ATMコーナー」、「店内」、「身だしなみ・接遇」について審査し、上位3支店・店を選出。1位にはキャンペーンなどを効果的にPRし、気持ちの良い挨拶をしていた川津支店が選ばれ、法吉支店、宍道支店と続きました。

審査員を勤めた女性部東出雲支部の森口順子支部長は「それぞれの支店・店で工夫がされていた。明るく挨拶をされる支店には、また来店したくなった」と評価しました。



店内をチェックする審査員

隠岐

平成30年度果樹剪定講習会を開催

隠岐地区本部は12月13日（木）に、平成30年度果樹剪定講習会を開催しました。

果樹剪定講習会としては、昨年に引き続き2回目の開催となり、隠岐農産物生産者協議会の会員を中心とした島内の生産者32名が参加しました。

当日は島根県農業技術センターより2名の方に講師として来島いただき、栽培や剪定のポイントなどをわかりやすく説明していただきました。

あいにくの雨の中での開催となりましたが、参加者からは剪定についてはもちろん、普段の管理や実際に被害のあったみかんを例にした病害虫の防除についてなど多くの質問があり、とても有意義な講習会となりました。



やすぎ

新たな担い手誕生

やすぎ地区本部は11月21日、やすぎ担い手支援センターで新規就農者実践研修修了式を開催しました。イチゴが特産の安来市で、新たに2人の担い手が誕生しました。式には県や市、指導農業士ら約20人が出席し、研修生2人の修了証書授与と激励を行いました。

研修を修了したのは、大阪府出身の山下勇人さんと神奈川県出身の大森雄介さんで、2人は島根県で農業がしたいと1ターンを選びました。特産であるイチゴを研修品目として、平成28年から市の新規就農研修事業で、指導農業士の池田憲司さんと野島年光さんの下、それぞれイチゴ栽培などを学びました。その後平成29年から今年8月まで、同センターで栽培全般と収穫などの実践研修を3,000時間弱行いました。

同センターは2012年の開設以降、今回の2人を含め11人の修了生を送り出しています。



大森さん（前列中央右）と山下さん（前列中央左）

斐川

組合員学びのひろば 「防災を学ぼう！」

斐川地区本部は12月3日、自然災害などの緊急時に対応できるよう「防災を学ぼう!」と題してセミナーを開催しました。始めにJA職員が、家の光記事からアウトドアコードを使用した「防災プレスレット」を紹介説明し、参加者が作りました。続いて、日本赤十字社島根県支部より2名の指導員を講師に招き、風呂敷で作る「リュックサック」、1枚のタオルケットや毛布を利用した「ガウン」、リラックス効果のある「ホットタオル」の作り方など、災害時に役立つアイデアを教わりました。また、貴重な水を有効利用したお米の非常炊き出し方法なども学び、参加者は質問等を交えながら真剣に取り組んでいました。企画した組織広報課の周藤課長が「日々の備えが大切、今回の研修を万が一のときに活かしていきたい」と総括し、防災意識の高まったセミナーとなりました。



タオルケットを利用して作った「ガウン」

石見銀山

第4回JAしまね石見銀山地区本部 家の光大会

石見銀山地区本部は12月8日、大田市大田町の島根県立男女参画センター「あすてらす」で、第4回JAしまね石見銀山地区本部「家の光大会」を開催しました。

JAしまね石見銀山女性部、JA役職員、一般の家の光愛読者210人が参加し、公演や「みどりをまもる小学生作文コンクール」受賞作文の発表など数々の催しを楽しみました。

公演では、JAしまね出雲女性部塩冶支部「えんまん座」がユニークな寸劇やダンスを披露し、会場を大いに沸かせました。

その後は、JAしまね女性部が主催する「みどりをまもる小学生作文コンクール」で島根県知事賞を受賞した大田市立池田小学校6年の藤原大和さんによる作文の朗読や家の光記事活用体験発表、ふじの会の日本舞踊、川合支部のフォークダンスなどのアトラクションが行われました。



ダンスを披露する女性部川合支部

隠岐 どうぜん

来店感謝デー開催

師走の年金支給日12月14日（金）に毎年恒例になった来店感謝デーを実施しました。

当地区本部3支店の統一粗品として、JA海士町農産加工場で海士町産もち米を使用して製造した「紅白餅」を日頃の感謝を込めて来店者にプレゼントしました。また西ノ島支店では、この時期利用者のみなさまからのご要望と評判の高い「石焼き芋」を早朝から準備しました。グリーンストア（西ノ島）では歳末商品と直売野菜などの「割引歳末大売出し」を同日開催し、多くの方に来店いただきました。有難うございました。



出雲

タオル1人1枚運動 JAしまね出雲女性部

JAしまね出雲女性部が、「タオル1人1枚運動」で集めたタオル3,500枚を出雲市の高齢者福祉施設「みどりの郷」4施設へ寄贈しました。11月29日には贈呈式を行い、同女性部の高野智子部長と三原洋子河南地区長が「みどりの郷 湖陵」の吉井忠夫施設長にタオルを手渡しました。

部員から自宅で眠っている未使用のタオルを集めて福祉施設に寄贈する運動で、今年初めて企画したものです。発案した高野部長は「多くの部員が参加しやすく、皆さんの役に立てることはないかと考えた。部員の力が集まれば、1人1枚でもすごい枚数になる」と話しました。

JAしまね出雲地区本部の職員や、同地区本部の関連会社にも呼びかけ、7～9月の3ヶ月間で約4,500枚を収集。そのうち1,000枚は、7月の西日本豪雨で被災したJAしまね島根おち地区本部管内への支援として贈りました。



高野部長（右奥）と三原地区長（右手前）から吉井施設長へ贈呈

西いわみ

購買店舗をリニューアルしました。

西いわみ地区本部は11月30日、益田市美都町の購買店舗「ラーバン」をリニューアルし、「YショップJALしまねラーバン」としてオープンしました。

業務運営は、同町で温泉施設などを運営する(株)エイト(青木正美代表取締役社長)が担い、地域の皆さんの生活を支えます。全農と提携関係にある山崎製パン(株)の地域密着型店舗形態「Yショップ」を活用した事業展開と(株)エイトが掲げる地元経済の活性化と地域住民の生活を守る取り組みとが合致すると考え、「Yショップ」へ業態転換することを決めました。

ヤマザキオリジナル商品に加え、地元生鮮食品や農産物加工品、JAブランド品も従来通り取り揃えています。

オープニングセレモニーでは、青木社長が「新店舗は生活を守る大事な店。この店が末永く発展するようがんばりたい」と抱負を述べました。

田村清己本部長は、「食と農の安全を目指し地域に貢献できる店舗となるよう支援したい」とエールを送りました。



島根おおち

地元の味覚を全国へ「味の絆」

島根おおち地区本部では、毎年お歳暮時期に合わせて取扱う『味の絆』の発送が12月4日より始まりました。

この「味の絆」は、管内の農畜産物と加工品を贈答用品として取り扱うことで、管内農畜産物の質の向上を目指すとともに、地元の味覚を全国に味わってもらおうと行なっているもので、北は北海道から南は沖縄まで、全国各地に発送しています。取扱う商品は、人気の石見和牛肉のすき焼きセットや管内加工場で製造したきねつき餅の他、島根おおち地区本部で振興に取組む特別栽培米「石見高原ハーブ米こしひかり」、「石見高原ハーブ米きぬむすめ」、石見高原ハーブ米コシヒカリを原料とした純米酒「^{ゆうか}邑華」など15種の商品を取扱っています。今後もより多くの方にふるさとの旬の味をお届けできるよう、販売数増加を目指し取り組みを行ってまいります。

今年度の取扱いは、12月21日(金)の発送をもって終了となりました。



本店

女性大会、家の光大会 大盛況!

JAしまねとJAしまね女性部は12月5日、出雲市のラピタウェディングパレスで「第36回JAしまね女性大会ならびに第20回島根県家の光大会」を開催しました。

やすぎ、石見銀山、いわみ中央の3地区本部の愛読者が発表した家の光記事活用体験発表では、「ふみだせ2歩!」と題し発表した、やすぎ地区本部の梶村純子さん^{かじむらみず}が最優秀賞を受賞しました。介護現場で働く梶村さんは、家の光記事を活用した介護予防に繋がる講座を企画。最初は1人だった参加者も徐々に増え、今では年間教室に発展した様子を発表しました。梶村さんは来年2月に神奈川県横浜市で開催される「第61回全国家の光大会」に県代表として出場します。

各女性部が練習を重ねて発表したグループ活動では、ス Copp 三味線やベリーダンス、ファッションショーなどを披露。最後には隠岐どうぜん女性部による「キンチャモニャ」を会場全員で踊り、盛況のうちに閉会しました。



最優秀賞を受賞した梶村さん

いわみ中央

産直の加工品を増やそう!

JAしまねいわみ中央地区本部産直振興協議会江津支部は11月21日と28日の両日、会員を対象に加工品に関する研修会を開催しました。この研修は、所得向上に向け季節の農産物に付加価値をつけることを目的に、基本的な加工技術を習得するもので、会員は地区本部管内の産直の加工品をもっと増やしていこうと真剣に研修に参加しました。

前半の研修は漬物・ジャム類の加工の基礎的研修で、講師の生田千枝子アドバイザーより、漬物に関しての保存方法や殺菌方法等の説明を聞きました。併せて浜田保健所職員を講師に、表示研修も行いました。後半は実習として、ピクルスやジャムを作り、ビン詰め殺菌方法などを学びました。

会員は、「漬物を出荷する場合、保健所の許可も必要になってきて、より安全安心を求められてきているが、今日は殺菌方法等具体的な指導を受け勉強になった。質の高い商品を出荷するためにも、このような研修の定期的な開催を望む」と話していました。



謹賀新年

平成三十一年の新春を迎え

J Aしまね出雲地区本部は

地域農業の振興と地域の皆様の

うるおいある生活の向上をめざし

全力をあげて取り組みます

皆様のご支援とご協力を

お願い致します。



島根県農業協同組合 出雲地区本部

常務理事	石川 寿樹
常務理事	岡田 達文
常務理事	吉田 博幸
理事	飯國 莊一
理事	福島 隆
理事	福田 賢治
理事	池田 豊
理事	石飛 忠宏
理事	伊藤 篤男
理事	後藤 政司
理事	多々納剛人
青年連盟委員長	山下 由美
女性部部长	竹下 洋介
	高野 智子

出雲地区本部役員一同

新年のご挨拶



島根県農業協同組合
出雲地区本部長

石川 寿樹

組合員の皆様、新年明けましておめでとうございます。ご家族おそろいで初春をお迎えのことと、お慶び申し上げます。

昨年は2月の大雪に始まり、4月の地震、7月の豪雨、8月の猛暑など、多くの自然災害が発生しました。JAもさまざまな支援活動に取り組んだところが、改めて被災された皆様に心よりお見舞い申し上げますとともに、本年は災害のない穏やかな年になりますことを願っております。

さて、平成30年度は、JA自己改革の成果が問われる年として、「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の三本柱を掲げ、鋭意取り組んでまいりました。農業関連では、JAしまねの農業振興支援事業や、市と連携しての「出雲農業未来の懸け橋事業」を核とする農業支援、生産資材の価格低減にも努めてまいりました。また、新たな機能を備えた出雲西部集荷所や大型水耕栽培施設の建設にも着手しました。出雲西部

集荷所は昨年11月に竣工し、大型水耕栽培施設は本年3月に竣工を予定しています。その他、機能性農産物推進プロジェクトでは、国・島根大学・農業技術センターなどと連携し、試験栽培を始めました。これらの新しい農業への取り組みは、自己改革で掲げております「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」に、必ずや寄与するものと確信しております。

また、JAでは以上のような自己改革と並行して、運営体制改革や事業改革にも取り組んでまいりました。昨年11月には臨時総代会を開催し、新たな運営体制として、現在の理事65名体制を40名体制に、監事につきましては9名体制を6名体制に削減する案をご承認いただきました。今年は自己改革と事業改革を車の両輪のごとくすすめて、1JAのメリット創出にスピード感を持って取り組んでまいります。

今後、日欧EPAやTPP11の発効、日米の二国間貿易協議(TAG)などの懸念材料に加え、人口減少や農業従事者の高齢化、マイナス金利政策による収支の悪化など、農業・JAをとりまく環境は、一段と厳しさを増すことが予想されます。加えて「農協改革集中推進期間」の期限である今年5月を区切りに、政府はJAの自己改革を検証し、その結果次第では、信用・共済事業の分離や准組合

員の事業利用規制を視野に、農協改革を更に推し進めていくことが想定されます。

こうした中で、JAでは本年全組合員を対象としたアンケート調査を実施する予定です。JAの自己改革の取り組みをご説明し、ご意見や評価をいただく調査であり、組合員の皆様のご協力を何卒よろしくお願い申し上げます。

なお、現在平成31年度をスタート年度とする次期中期経営計画の策定中ではありますが、今後あらゆる機会を通じて組合員の皆様との話し合いをすすめて、協同の力を結集し、組合員や地域住民の皆様から選ばれ、信頼され、ご利用いただけるJAに向けて、役員一丸となって取り組んでまいります。

私たちJAは、地域の農業を守ることにより、JAが地域社会に必要とされ、この出雲が将来にわたって豊かで住みよい地域となるよう、今後とも頑張っております。

組合員の皆様にとりまして、この一年が実り多く、健康で明るい年となりますよう、お祈り申し上げますとともに、今年も組合員の皆様の変わらぬご支援ご協力をお願い申し上げます。年頭の挨拶とさせていただきます。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

安全・安心届けます
出雲で採れるうまいもん

1月は ダイコン



JASまね出雲大根部会
衣笠 久志さん

生産者インタビュー

今月は西園町などでダイコンを40アール栽培するJASまね出雲大根部会の衣笠久志さんにお話を伺いました！衣笠さんはこのほかにきゅうりやトマトなどを栽培されています。

——ダイコンの栽培を始めたきっかけはなんですか？

就農して今年で4年目になりますが、当初はきゅうりとトマトを主に栽培していました。

冬の時期に収穫できる良い作物はないかと考え、栽培がしやすく、量が採れるダイコンを選びました。ダイコンは重量野菜なので「若手が頑張らない」と思ったのも理由のひとつです。

——ダイコンの栽培について教えてください。

うちでは収穫時期を分散するため、8月末頃から4回に分けて種を蒔きます。ダイコン栽培は芽が出るかどうか重要なポイントです。発芽には水が必要なので、天気を見ながら雨のタイミングに合

わせて植えるなどしています。その後は追肥や中耕（生育中に畑を耕すこと）、草取りなどをし、10月中旬から2月末頃まで収穫します。重量野菜なので運ぶのには力が要りますが、うちの畑は砂地なので収穫がしやすく、そこは助かっています。

——今後の目標を教えてください。

面積、生産量をもっと増やしていきたいと思っています。また、2月末頃までの収穫ですと、きゅうりの収穫が始まるまで少し間があります。収穫期を延ばし、春先まで出荷できるようにしたいです。今年春からは人を雇う予定もあるので、周年安定して収入が得られる体制を整えたいと考えています。

——最後にダイコンのPRをお願いします。

ダイコンは鮮度が重要なので、輸送時間のことを考えると地元産のものが一番だと思っています。私たちが一生懸命栽培した地元のダイコンをぜひたくさん食べてください！



ダイコンの栄養

ダイコンには、アミノラーゼ、プロテアーゼ、リパーゼなど、消化を助ける働きのある酵素が豊富に含まれています。油物や肉料理、魚料理などの相性も良く、胃もたれ防止にも効果的です。焼き魚や天ぷらなどにダイコンおろしを添えるのは、理に適った食べ方と言えるでしょう。また、大根を切ったり、すりおろしたりしたときに生成される辛み成分イソチオシアネートには、殺菌作用があるといわれています。

葉の部分は、カロチンやビタミン、ミネラルを豊富に含む緑黄色野菜です。

「大根ごきの医者いらぬ」ということわざがあるように、昔から身体に良いといわれているダイコン。たくさん食べて、今年も元気に過ごしましょう。

JASしまね出雲大根部会

若手中心に頑張っています！

JASしまね出雲大根部会では、部会員11人が272アールで栽培しています。もともと出雲市内でも各地でダイコンが栽培されていましたが、平成27年に若手生産者が集まり、生産組合を設立しました。より一層の飛躍を期し、昨年7月に部会を設立。若手の部会員が中心で、栽培面積も増加傾向です。今後の活躍が期待されます。

ダイコン豆知識

下手な役者のことをいう「大根役者」。語源は諸説ありますが、有力説の一つに「大根は食あたりしない=あたらない(ヒットしない)役者」というものがあります。役者にとっては不名誉な言葉ですが、大根には褒め言葉かもしれませんね。他にも、大根の白と素人(しろうと)をかけたとする説、「大根を卸す」と「役をおろす」をかけたとする説などがあるそうですよ。

ダイコンの美味しいレシピ

カリカリ大根サラダ



〈材料〉[2人前]

- | | | |
|------------------|---|------------------|
| ●大根 ……10cm分 | A | ●ごま油 ……大さじ1と1/2 |
| ●かいわれ大根 ……1/4パック | | ●しょう油 ……大さじ1と1/2 |
| ●油揚げ ……1/2枚 | | ●酢 ……大さじ1と1/2 |
| ●桜えび ……3g | | ●砂糖 ……小さじ1 |

〈作り方〉

- ①大根は皮を剥き千切りに、かいわれ大根は根を切り落とす。
- ②油揚げをフライパンなどで両面こんがり焼き、半分に切ってから1cm幅に切る。
- ③①、②と桜えびを器に盛りつけ、混ぜ合わせたAをかけた後完成!

大根と肉みそ炒め煮



〈材料〉[2人前]

- | | | |
|--------------|---|------------------|
| ●大根 ……350g | A | ●水 ……1カップ |
| ●豚ひき肉 ……200g | | ●鶏がらスープの素 ……小さじ1 |
| ●しょうが ……1片 | | ●酒 ……大さじ4 |
| ●片栗粉 ……小さじ1 | | ●みそ ……大さじ1 |
| ●水 ……小さじ2 | | ●ネギ ……適量 |

〈作り方〉

- ①大根は皮を剥いて大きめの乱切りに、しょうがはみじん切りにする。
- ②フライパンにごま油を熱し、豚ひき肉、しょうがを炒め、大根を加えさらに炒める。
- ③Aを加え大根が柔らかくなるまで煮る。
- ④水溶き片栗粉でとろみを付ける。
- ⑤器に盛り、みじん切りにしたネギをちらしたら完成!

ほっとで楽しいニュースが満載!

ラピタ歳末チャリティー ミカンとバナナをプレゼント

ラピタは12月4日、7日の両日、歳末チャリティー事業として出雲市内の社会福祉施設にミカンとバナナを贈りました。福祉施設を利用している方に元気で年末年始を過ごしてもらおうと、日頃のご愛顧に感謝を込めて毎年行っています。

4日は、石川寿樹出雲地区本部長が天津町の特別養護老人ホーム「薫風園」を訪問。石川本部長は「元気で長生きをしてください」と同施設を運営する社会福祉法人出雲南福祉会の宮本享理事長と、入居者代表の藤田静子さんに果実を手渡しました。宮本理事長は「ラピタは地域のスパーとして日頃から利用しています。今日はありがとうございます」と感謝の言葉を述べました。

この取り組みは、地域貢献活動の一環として20年以上前から行っています。今年は31施設に合計でミカン78箱、バナナ58箱を贈りました。



石川本部長(右)が宮本理事長(中央)・藤田さん(左)に手渡した



長浜和光園では川上弘信生活部長(左)が入居者の玉木トキエさん(右)に手渡した

食農教育教室「こどもクラブ」修了式 2会場で98人が修了

J Aしまね出雲地区本部中部ブロックは12月16日、出雲地区本部会議室(四絡会場)とJ A塩治支店(塩治会場)の2会場でJ A食農教育教室「こどもクラブ」の修了式を行いました。今年度は小学1〜6年生98人が修了し、うち65人が皆勤。四絡会場では、福島隆校長(同地区本部理事)が、児童代表の玉木那奈さんに修了証書を授与しました。

福島校長はあいさつの中で、「農業は地域社会と切り離すことはできません。今後いろいろな場面でご協力をお願いします」と話しました。

修了式後、四絡会場では、体験の一環で各自が家で作ったジャガイモの収穫祭も開催。手作りのポテトチップスと、「こどもクラブ」で栽培した米で作ったおにぎりで修了を祝いました。

同教室は平成22年から毎年開催しています。平成29年度からは、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。今年は5月に開校し、稲の生育などを学習。夏には四絡会場やどん作り、塩治会場でピザ作りのイベントも企画し、親子で料理を楽しみました。



福島校長(左)が玉木さんに修了証書を授与

各支店で来店感謝デー開催 日頃のご愛顧に感謝を込めて

J Aしまねは12月14日、日頃のご愛顧に感謝を込めて、来店感謝デーを実施しました。出雲地区本部では来店者への粗品として卵を用意したほか、各支店がそれぞれ工夫を凝らしてイベントを実施しました。

J A四絡支店では卵配布に加え、J Aしまね出雲女性部四絡支部の協力で、団子にカボチャを練りこんだ創作ぜんざいと抹茶を振舞いました。来店されたお客様は、店内に設置した休憩スペースで、女性部員と交流しながら温かいぜんざいを楽しみましたが、同支店の黒目ブロック長は「初めての試みでしたが、たくさんの方に喜んでいただくことができました。女性部の皆さんには大変お世話になりました」と話しました。

J A荒木支店では卵に加え、お菓子を粗品として配布。また、店内でお待ちいただいているお客様に支店のLA(ライフアドバイザー)が一人ひとり声をかけ、共済のアンケートにご協力いただいたお客様にはさらに粗品をプレゼントしました。同支店の上田支店長は「組合員・利用者の皆様と距離を縮められる良い機会になりました」と話しました。



ぜんざい、抹茶を振舞う女性部員 共済アンケートにもご協力いただいた(四絡支店)



LAが店内でお待ちのお客様一人ひとり声をかけ アンケートにご協力いただいた(荒木支店)

産地化に向けて出雲支部を設立 JAしまね出雲ブロッコリー部会

JAしまね出雲ブロッコリー部会は12月12日、旧出雲地区の部会員16人で出雲支部を設立しました。JAしまね出雲地区本部が神西新町に建設した出雲西部集荷所を拠点に、新規栽培の推進、面積拡大を計画しています。これまで生産が少なかった同地区で増産を進め、主産地である平田地区と合わせ、管内ブロッコリーの一大産地化を目指します。

平成30年4月には集荷所周辺地域の産地化計画を制定。新規参入しやすい環境を構築しようと、部会、JA、JAいずもアグリ開発(株)が連携して機材の貸し出しや作業の受託を行う体制を整備しました。

設立総会には部会員、JA関係者ら約20人が出席。支部長に就任した神田農産(株)の神田真里代表取締役は「面積拡大の目標を達成し、産地として平田地区に近づけるよう頑張りたい」と話しました。

総会後は稲田輝夫部会長が平田地区でのブロッコリー栽培について講演しました。



あいさつをする神田支部長

国富小学校4年生 大豆の収穫体験

出雲市立国富小学校の4年生30人は11月27日、国富町の森山宏さんの畑で、児童たちが6月に植えた大豆の収穫を行いました。地産地消について学ぶことや農業に触れ合うことを目的に行っており、今年が5年目になります。

児童たちは、JAしまね東部営農センターの職員から大豆の栽培のことや、収穫の仕方について説明を受けた後、大豆がたくさんなった枝を根元から引き抜いて収穫しました。児童たちは「思ったより力がある作業だった」などと感想を話しました。

収穫した大豆は小学校に持ち帰り乾燥させ、12月14日には棒でたたいて大豆をさやから出すさや割作業をしました。2月には児童たちとJAしまね出雲女性部国富支部の部員で味噌に加工する予定にしています。



収穫した大豆の束

収穫祭で園児がそば打ちを体験 園地区環境を守る会

園地区環境を守る会は12月3日、JA園支店で、そば収穫祭を開きました。西園保育園の年長児13人がそば打ちを体験。地域の美化・清掃活動に取り組む同会が、食農教育でも地域貢献をしようと昨年からの実施しています。

園児たちは8月に行ったそばの種まきにも参加するなど、栽培から関わってきました。当日は、JA職員に教えてもらいながら、そば粉をこね、一人ひとり交代でそば生地を大きく延ばす工程を体験。園児たちは「アイスクリームみたい」「ピザみたいになった!」とそば粉が形を変えていく様子に驚いていました。

同会の天野勲会長は「園児の皆さんと地域の方が交流できる良い機会になりました。親睦を深め、他の活動にもつなげていきたいと思っています」と話しました。



そばの感触を確かめる園児たち

試食販売でおいしさPR JAしまね出雲神在ねぎ部会

JAしまね出雲地区本部は12月15日、ラピタ本店で「神在ねぎ」の試食販売を行いました。

生産者・販売者・消費者が一体となり地産地消を推進する「いずも食材の日」の取り組みとして実施したものです。当日はとろっとした甘さが活かせる「かき揚げ」を試食として用意。生産者、JA職員が店頭立ち、消費者においしさをPRしました。

「神在ねぎ」は「下仁田ネギ」と「湘南ネギ」を交配した根深ネギで、葉まで丸ごと食べることができ、甘くて柔らかいのが特徴です。昨年の12月10日に出荷が開始。2月までの冬季限定で販売されます。



神在ねぎのおいしさをPRする生産者

リース作りで児童と交流 JAしまね出雲ぶどう部会青年部長浜地区

JAしまね出雲ぶどう部会青年部長浜地区は12月19日、出雲市立長浜小学校で2年生65人とクリスマスリースを作りました。材料に管内の特産「デラウェア」の剪定枝を使用。部員の指導を受けながら、カラーリボンや松ぼっくりなどできれいに飾りつけました。

青年部の浅津英雄副部長は「毎年楽しみにしてもらえているようで嬉しい。地元がぶどうの産地であることを知るきっかけにしてほしい」と話しました。

児童たちは「難しいところを手伝ってもらえて嬉しかった」と地域の生産者との交流を喜んでいました。



リース作りで児童と青年部員が交流

ラピタに室内遊園地オープン 親子・家族で楽しんでいただける場を

ラピタ本店3階に12月15日、「kid's U.S.LAND」がオープンしました。天候に左右されず、安全、安心して遊べる巨大室内遊園地です。全国143店舗を展開しており、島根県ではラピタが初出店となります。オープン当日の土曜日には250人、翌日は350人の方にご来場いただきました。

組合員・地域の皆様に、親子・家族で楽しんで頂ける場所としてオープンしました。巨大ジャングルジムやボールプール、ゲーム、マッサージチェアなどの設備があり、15分100円（税別）で遊び放題となっています。

食べ物の持ち込みもできますので、ぜひピクニック感覚でご利用ください。



ラピタ本店3階にオープン

平田地区の農業を つまみ食い体験 JAしまね出雲青年連盟平田支部

JAしまね出雲青年連盟平田支部は12月8日、「ひらた農産物つまみ食い体験」の平成30年最後のイベントとして、青ネギの収穫体験を行いました。地元小学生と保護者14人が参加し、灘分町の稲田準さんの圃場で青ネギの収穫と調整を体験しました。

同支部の盟友が農業体験を受け入れる企画で、食育と地元農産物のPRを目的に昨年から実施しています。今年は酪農体験やブロッコリーの植え付け、収穫など年5回の農業体験を行いました。

稲田さんは「調整作業のことは知らない方も多く、手をかけて出荷していることを知ってもらえて良かった」と話しました。

収穫体験後は「ふれあいの家ひらた さつき」で参加者、盟友、JA担当者で鍋を囲み、交流を図りました。参加した児童は「いろいろな体験ができて良かった」「達成感があった」と1年を振り返りました。



調整作業を説明する稲田さん

乙立の直売所「のぞみちゃん」 止め市で豚汁を振舞う

乙立町の直売所「のぞみちゃん」は12月29日、平成30年の止め市を開きました。早朝から多くの人を訪れ、新鮮な野菜や加工品などを買い求めました。また、直売所隣のJA乙立店で、地元野菜を使った豚汁も振舞われ、買い物を終えた来場者で賑わいました。

同直売所では、乙立町の会員約20人が野菜や加工品等を出品するほか、業者から仕入れた乾物や鮮魚なども販売。毎週火・金曜日の午前7時から午前11時まで開店しています。

同直売所の坂根真治会長は「地域の直売所として今後も継続していきたい」と新年に向けて抱負を話しました。



まだ暗い早朝から賑わう店内

JALしまね出雲地区本部

冬の休日ローン相談会

2019年1月26日 土曜日 9:00~15:00

ローンに関するご相談をいただいた方へ

サザエさんバスタオルプレゼント!

※品切れの場合は他の商品にかえさせていただきます。

冬の休日ローン相談会 開催会場

JAとの
お取引はこれからという
お客様もお気軽に
ご来店
ください!



ブロック	支店	TEL	ブロック	支店	TEL
	出雲支店	21-6031	西部ブロック	高松支店	21-0610
中部 ブロック	塩冶支店	21-0189	河南 ブロック	神戸川支店	21-0681
	四絡支店	22-1054		湖陵支店	43-2231
東部ブロック	平田中央支店	63-3650	南部ブロック	朝山支店	48-0206

お近くの会場へお出かけください。なお、最寄の支店にて事前のご予約を承っております。

※当日のお問い合わせは各開催会場へお願いします。

健康ライフかわら版

インフルエンザにご注意を!

インフルエンザは、38度以上の発熱やせき、のどの痛み、全身の倦怠感や関節の痛みなどの全身症状が起ります。流行のピークは1~2月ですが、4~5月まで散発的に流行することもあります。

インフルエンザにかからない・うつさないポイント

予防接種	ワクチンには、発症を抑え、重症化を防ぐ効果があります。接種後、ワクチンの効果が出るまで2週間程度かかりますので早めの接種を。
せきエチケット	せきやくしゃみができる時は、できるだけマスクをつけましょう。 せきやくしゃみの際は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、周囲の人から顔をそむけましょう。
手洗い	ウイルスが付着した手で口や鼻をさわると、感染につながります。外出先からの帰宅時や食事前など、石けんを使ってこまめに手を洗いましょう。
湿度を保つ	空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下するため、ウイルスに感染しやすくなります。特に乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って適切な湿度(50~60%)を保つようにしましょう。
休養と栄養補給	体の抵抗力を高めるため、十分な休養とバランスの取れた栄養摂取に日ごろから心がけましょう。
人混みを避ける	インフルエンザが流行してきたら、特にご高齢の方や基礎疾患のある方、妊婦、疲労気味、睡眠不足の方は、人ごみへの外出を控えましょう。

インフルエンザにかかってしまったときは!

治療で使われる抗インフルエンザウイルス薬は、症状が出てから2日(48時間)以降に服薬を開始した場合、十分な効果は期待できません。

疑わしい症状がある場合や具合が悪い場合は、早めに医療機関を受診するようにしましょう。



お問い合わせ先 出雲保健所 健康増進課 ☎21-8785



出雲市荻苳町
平井 清さん (86歳)
久恵さん (84歳)



荻苳町で農業を営む平井さんご夫婦。170アールで水稲を栽培するほか、露地10アール、ハウス4棟で青ネギ、トマト、黒豆など様々な作物を栽培しています。野菜はラビタの直売コーナーにも出品しています。

以前は建設会社に勤め、下水道工事などに携わっていた清さん。仕事の傍ら、10年ほど前までは約50年間に渡ってしめ縄を作り、店に卸していました。もち米をはで干しにし、材料の糞を作っていたそうです。

久恵さんは野菜の栽培・販売が専門で、昔は大津や今市の街中を、リヤカーを引いて売り歩いていました。今でも当時のお客さんと交流があり、季節の野菜を販売しています。正月に向けては黒豆の需要期。久恵さんは「1ヶ月くらい豆たたきをして、年末前によく終わりました」と安堵していました。

清さんの趣味はゲートボールです。気持ちを切り替え身体もリフレッシュ。地区外の仲間との交流も良い刺激になっています。久恵さんは近所の方とのお話が元気の源。野菜を作っていると交流の輪も広がります。

夫婦円満の秘訣を尋ねると「農業という同じ仕事をずっと一緒にやってきたことです。今ではツーカーの関係です」と話す、仲の良いお二人です。



Smile
さらりスマイル

岡里枝さんは、市内の保育園で栄養士として働いています。献立を考え、給食、おやつを作るのが主な仕事です。食べにくいものはなかったか、おいしく食べてもらっているか、毎日一人ひとりの様子を見るよう心がけている里枝さん。「食べたよ!」「おいしかったよ!」という園児たちの声に元気をもらっています。

バランスのとれた食生活で、きょうだいみんな健康に育ったという里枝さん。家族に感謝するとともに、栄養学に興味を持ちました。大学は管理栄養士を目指せるところに進学し、若年層向けの栄養教育について研究。食べることに興味がない人が多いと感じた里枝さんは、「子どものころから食に興味を持ってもらうことが大事」と考え、保育園に就職しました。今年で7年目になります。

今後の目標を尋ねると、「食べることにプラスのイメージから入ってほしいです。楽しくごはんが食べられる環境づくりをしていけたら」と話してくださいました。

プライベートでは登山やキャンプなどを楽しむアウトドア派の里枝さん。外でのご飯づくりもお手の物です。

出雲市里方町

岡里枝さん (27歳)



12月講座「ハレの日のおせち作り実習」

JALまね出雲地区本部は12月12日、いずもJA女子大学の12月講座「ハレの日のおせち作り実習」を開きました。女子大学生15人が参加し、(株)HALムスイの富谷幸治さん、澤本達也さんを講師におせち料理作りを学びました。

作ったのは「黒豆の祝い寿司」「和風ローストビーフ」「いりどり」など5品。ムスイの鍋で調理しました。富谷さんは「鍋に厚みがあり、火のあたりが柔らかい。水なしでも素材から出た水分で調理できます」と説明しました。鍋の性能を活かした調理と女子大学生の手際の良さで、短時間でおせち料理が完成!素材の味が活かされた料理を皆で試食し、平成30年最後の講座を締めくくりました。

参加した女子大学生は「黒豆を揚げるなど、調理方法が新鮮だった」「お正月に作ってみたい!」と感想を話しました。



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!



まずだ かほ
増田 花穂ちゃん(9歳)
みか
美花ちゃん(6歳)

出雲市多伎町

長女の花穂ちゃんは小学4年生。好きな教科は図工です。絵を描くのが好きで、お話を作って漫画を描いたりもします。月に1回生け花を習いに行く、落ち着いた性格のお姉さんです。妹の美花ちゃんは、いつも元気いっぱいの小学1年生。体操教室に通っています。物を作るのが好きで、お菓子の箱などを使って工作をしています。お姉ちゃんに影響を受けて漫画を描くこともあります。

1年前に家族で神戸から出雲に引っ越してきた二人。新しい土地での学校生活にも慣れてきました。昨年11月に行われた小学校の学習発表会では、花穂ちゃんが大楯七兵衛の劇のナレーション役、美花ちゃんはサラダを作る劇の猫の役で、それぞれのクラスのみなどと学習の成果を発表しました。

おとうさん、おかあさんからの一言

出雲は自然に囲まれて静かなところで、ご飯もおいしいです。環境の良いこの土地で、元気に育ってくれることを願っています。

J Aしまね出雲女性部

グループ紹介

乙立支部「乙立手話サークル」

代表 今岡 千恵子 さん

J Aしまね出雲女性部乙立支部で昨年9月、乙立手話サークルが活動を始めました。メンバー11人が、毎週火曜日の午前10時からJ A乙立店で手話の練習をしています。講師は出雲市聴覚障害者協会会長の小村憲昭さん。教本だけでは分からない、細かい表現や表情を、先生のお手本を見ながら学んでいます。

地域の方が頼りとなる緊急時に役立つよう、ケガや病気、災害時の対応をしっかり勉強しています。手話で分かりやすく相手に意思表示するには、表情も重要です。練習しているメンバーの顔はとても表情豊か。仲の良いメンバーたちと笑い合いながら活動しています。

南部ブロックの松浦生活指導員が、聴覚障害を持つわが子のことを女性部員に話したのがきっかけ。身近な話に衝撃を受け、手話サークル設立に乗り出したのが乙立支部の今岡千恵子支部長でした。聴覚障害は、外見からだけでは気づけにくい障害です。「分からないだけで、地域でも困っている人がいるかもしれない。手話ができれば役に立てることがあるのでは」と考えました。賛同する女性部員を募集しサークルを結成。南部地区の他支部から参加した女性部員もいます。特



今岡代表より一言

地域で役に立てることがあるかもしれないと、昨年9月から活動を始めました。災害の多い昨今ですが、緊急時にどう避難したらよいかなど、聴覚障害者の方は情報が得にくいこともあると思います。手話ができる人がいることで、少しでも安心してもらえるようになれば嬉しく思います。

南部ブロック松浦生活指導員のメッセージ

身近なこととして知ってもらいたいと思ってお話したことを、サークル活動にまで発展させていただきました。手話を学び、聴覚障害について知ってくださる方がたくさんいることは、地域の皆さんの安心につながります。障害がある子を持つ親としてもとても心強く、感謝しています。

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!
izumokouhou.izm@ja-shimane.gr.jp

●今年も神在ねぎができました。焼いて焼肉のたれをかけて食べるとおいしいです。とても甘いですよ。
(東郷町 N・Mさん)

JA：いろいろな食べ方がありますね！神在ねぎが店頭に並び始めるとワクワクします。

●今年度も女性部運動会が盛り上がりましたね。毎年すごい熱気ですが、西部地区が優勝できてよかったです。
(西園町 A・Hさん)

JA：白熱した戦いを見せていただきました。競技はもちろんですが、1300人そろってのラジオ

●家庭菜園のコーナーはとてもしっかりやすく参考にしています。ニラが気になっていたので株分けをしようと思います。春には良いニラが食べられるかも！
(東神西町 S・Sさん)

JA：皮をどれだけ長く剥けるかを競う競技でした！イベント盛りだくさんで楽しかったですね。

●家庭菜園でニラの株分けの仕方を教わりました。何年も投げていて大株になっており、この冬株分けをしたいと思っています。
(矢尾町 M・Kさん)

●平田の柿まつりに行きました。柿積み大会が面白かったです。12月号のしまねびよりを見ると、皮剥き大会なんてのもあったんですね。どう

いう競技でしょうか？興味深いです!!
(東園町 K・Aさん)

体操は圧巻でした。組織のすごさを感じました。

●今年の干支は「亥」。イノシシには自分の年だと張り切られても困りますが、あの猪突猛進のパワーには見習う点も。災の少ない、良い年であることを願います。
(大社町 Y・Hさん)

JA：何度も収穫できる便利な作物というところもあってか、ニラの株分けは参考になったという声を多くいただきました。今年の春はきつと勢いの良いニラができますね。

JA：昨年の漢字は「災」。いろいろなことがありました。今年はいよいよニュースがたくさん載せられる年になると良いなと思っています。パワーだけはイノシシを見習って頑張りたいと思いますので、本年もどうぞよろしくお願いたします。



写真紹介コーナー



ネギのようにも見えますが、実は玉ねぎです。栽培したのは古志町の増原さん。うまく育たなかった小さい玉ねぎを有効活用できないかと考え、8月下旬ごろに植え直して育てたものだそうです。増原さんは、完全無農薬、有機栽培の家庭菜園で、試行錯誤しながら環境、健康に配慮した作物の栽培に取り組んでおられます。



増原さんのコメント

味はすごくおいしいです。辛みもなく、葉の部分もおいしく食べられました。

「ガス川柳」入選作品発表!!

たくさんのご応募をいただき、ありがとうございました。

いつもJAしまねのLPガスをご利用いただきありがとうございます。
このたびご応募いただいた273作品の中からの最優秀作品を発表します!
たくさんのご応募、ありがとうございました。

テーマは
「ガス」!

おめでとう
ございます!!



最優秀賞

※この他の入選作品は、賞品の発送をもって発表に代えさせていただきました。

■ お問い合わせ

JALしまね 自動車燃料課

☎0853-25-8904

ガス窯に
グルメの舌が
満足げ

出雲地区本部
朝日山 巍さん

この味は
ガス釜ですと
自慢され

斐川地区本部
「ベンネーム」ガス太郎さん

青い火が
きれいに並ぶ
おでん鍋

おおち地区本部
山形 ゆうきさん

あなたの俳句・川柳を募集します

◆応募方法
俳句または川柳、住所、氏名、年齢、電話番号を記入の上、ハガキまたはFAXでご応募ください。
※2月号掲載分の川柳の応募メ切りは1月31日必着です。
※3月号掲載分の俳句の応募メ切りは2月28日必着です。
※お一人様それぞれ3句までご応募いただけます。

◆あて先
〒693-8585 出雲市今市町106-11
JAしまね出雲地区本部「俳句の広場」係または「川柳の広場」係 (FAX: 211-6249)
※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。

初春の箱根路走者応援す

稲岡町 小豆澤 典子

柚味噌は夫の一品肴とす

東園町 竹田 喜久子

元日やいつもの道を一社二寺

本庄町 森脇 英徳

◆月間優秀賞

一家の安寧を祈って注連飾を作っている。平成三十年は災害の多い年であった。来る年は災害のない年と心の中で祈りながら…。

選者評

手作りの願ひこめたる注連飾

大社町 祝部 富美子

◆月間最優秀賞

俳句の広場

選者
安食 彰彦先生

平成31年
2月2日(土) ▶ 2月3日(日)

新春

新車展示会

今話題のエコカーを
多数取り揃え
お待ちしております!



試乗 できます!!

日産 スバル スズキ
ダイハツ ホンダ トヨタ マツダ

場所 JAしまね出雲地区本部自動車課



今回の展示会で新車ご成約頂いた方には

おさいふカードに 通常加点ポイント +



10,000ポイント 進呈



さらに! JAしまね出雲地区本部給油所で
ガソリン・軽油
2円/ℓ引き!

※次回車検まで有効

お問い合わせ先



JAしまね出雲地区本部 自動車課 出雲市高松町675-1《休日:日曜・祝日》
TEL:(0853)28-2727 / FAX:(0853)28-2811

出雲税務署からのお知らせ

確定申告書の作成は、国税庁ホームページ
「確定申告書等作成コーナー」で!

★申告会場は大変混み合います。申告書の作成はご自宅で!

国税庁ホームページ

「確定申告書等作成コーナー」の4つのメリット

- 1 税務署に出向く必要なし!
- 2 いつでも利用可能!
- 3 自動で税額を計算!
- 4 プリントサービスにも対応!

給与所得・年金所得の方は、見やすさ、分かりやすさを重視した画面で、初めての方でも簡単に申告書を作成できます。

詳しくは

作成コーナー 検索



スマホ等をご使用の方は、

こちらからアクセス

平成30年分の申告・納期限

- 所得税及び復興特別所得税・贈与税 3月15日(金)
- 消費税及び地方消費税(個人事業者) 4月 1日(月)

マイナンバーの入力と本人確認書類の提示又は写しの添付が必要です。ただし、e-Taxで送信すれば本人確認書類の提示等は不要です。



便利で確実な振替納税をご利用ください

納税のために金融機関や税務署に出向く必要がなく、大変便利で確実な納付方法です。

お申込みは、「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」に必要事項をご記入・押なつの上、申告期限までに税務署又は金融機関に提出してください。

平成30年分の振替日
【所得税及び復興特別所得税】 4月22日(月)
【消費税及び地方消費税】 4月24日(水)

お問い合わせ先 出雲税務署 ☎0853-21-0440

❄️❄️ 冬期座談会の開催について ❄️❄️

冬期座談会を2月に管内各地区で開催いたします。当会は、皆様からのご意見をJA事業に反映させる貴重な場となっておりますので、多くの皆様のご参加をお願いいたします。開催日程・会場につきましては、お近くの支店・ふれあい店よりお知らせいたします。

なお、1月末より座談会資料を各支店・ふれあい店窓口準備いたしますので、事前に確認を希望される方は窓口までお申し出ください。



出雲地区本部理事会報告

12月20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31年度国庫及び県単補助事業について

いちじくリース団地事業、しいたけリースハウス事業に取り組む予定です。

(2)大口貸出金の承認について

(3)出雲地区本部における役員選考の進め方について

(4)店舗統廃合について

本年7月に、出雲支店と今市支店を統合する予定です。

(5)冬期座談会の開催について

本年2月に正組合員及びJA利用者を対象に冬期座談会を各地にて開催します。皆様のご参加をお待ちしております。

(5)准組合員の集いの開催について

本年2月から3月に下記支店にて「准組合員の集い」を開催します。

※高松支店、神戸川支店、大津支店、塩冶支店、今市支店(出雲支店)、四絡支店、川跡支店、平田中央支店、大社支店

〈報告事項〉

(1)第8回JAしまね出雲地区本部役職員研修会の開催について

〈その他〉

(1)中期3ヶ年計画策定における要望・意見交換

タテのカギ



- ① 佐々木小次郎はとても長い物を使っていたとか
- ④ うわさが広がる際につくことも
- ⑦ 鉄道のレールの下に並べます
- ⑨ 人数を数えるときに使う言葉
- ⑩ パソコンのマウスのボタンをカチッと押すこと
- ⑪ 子羊の肉のこと
- ⑬ 3.14159……と続く円周一
- ⑮ 道端のこと。—— 駐車
- ⑰ 寝不足で目の下にできる人もいます
- ⑱ 小説家・尾崎紅葉の代表作「—— 一夜叉」
- ⑳ ショートケーキによく似合う赤い果実
- ㉑ マンションの—— 人さんにあいさつをして出掛けた

ヨコのカギ



- ① 雪を積み上げ、中を掘って作る雪室
- ② マージャンをするとき囲みます
- ③ 劇場の舞台や花道の地下にあります
- ⑤ 1日に1枚ずつ剥がすカレンダー
- ⑥ 起立！ ——！ 着席！
- ⑧ バレンタインデー、彼氏や夫へではなく知人や上司へ、感謝の気持ちを込めて贈ります
- ⑫ 足利尊氏が開いた—— 幕府
- ⑭ 片時もそばを離れません
- ⑯ 漢字で書くと浮塵子。稲の害虫です
- ⑰ 地面につちなどで打ち込みます
- ⑲ カクテルのベースに使う蒸留酒の一つ

二重マスの文字を A ~ D の順に並べてできる言葉は何でしょうか？

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

答え

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

応募要項

- 応募方法 ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・ご感想を記入して、下記宛先にお送りください。
- 賞品 正解者の中から抽選で40名（JAしまね全体）の方に「JA商品券」をお贈りします。
- 当選者発表 賞品の発送をもってかえさせていただきます。
- 宛先・締切 〒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31年2月5日（火）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆
「ゴママワシ」

フ	ク	ワ	ラ	イ	ス
ス	ウ	ジ	ケ	シ	キ
マ	マ	ユ	キ	ヤ	マ
サ	ツ	マ	イ	モ	
コ	ト	ツ	ノ	マ	
コ	ウ	カ	シ	ヤ	
		イ	ニ	シ	ヤ

・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。

けんこうさんば
健康散歩
JA島根厚生連

春の七草

あけましておめでとうございます。本年もよろしく願いいたします。

お正月はいかがでしたか？おせちにお雑煮、色々食べたか？飲んだり胃腸もお疲れ気味なのではありませんか。今回はそんな胃腸のお助けマン「七草粥」についてお話しします。

「春の七草」を「1月7日朝に七草粥を食べる」と知っていても、由来や効果などまでは知らない人が多いのではないのでしょうか。「七草」とは、セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロを指します。これら七草が入ったお粥を食べると無病息災を願う、古くは平安時代から伝わる習慣です。清少納言の「枕草子」には、「七日の日の若菜を、六日、人の持て来……」という一文があります。

正月6日から7日にかけての行事で6日の夜はヒイラギなどの刺のある木の枝や、蟹のはさみの様な尖ったものを戸口に挟んで邪霊を払い、七草叩きといって、唱えごとをしなから七草を包丁でたたき、粥を炊き込みます。7日の朝、歳神に供えてから家族で食べる、粥を炊き込みます。7日の朝、歳神にまた、七草粥は日常の食生活に戻るひとつの区切りとなるほか、新年のちこそうで弱った胃をいたわり、野菜が乏しい冬にビタミン、ミネラルの豊富な七草で栄養のバランスを整えるという古人の知恵があります。

【七草の効用】
セリ：免疫力を高め風邪やインフルエンザを予防するビタミンA。疲労回復に効くビタミンB群。疲労回復を手助けするビタミンC。加えて鉄分も多く含まれているため、冷え性・貧血の症状を和らげます。
ナズナ（へんぺん草）：セリ同様ビタミンA、B群、C、カリウム、鉄が含まれている他、カルシウムや亜鉛なども含まれています。
ゴギョウ（ハハコグサ）：実は詳しい栄養成分が分かっていないキク科の植物。しかし、咳やのどの痛みを和らげる作用があると言われています。
ハコベラ：タンパク質が比較的多く含まれ、ミネラルをはじめとした栄養に富んでいます。また、利尿作用のあるサポニン、止血作用のあるクマリンが含まれています。
ホトケノザ：高血圧の予防・胃腸の働きを整えるとされていますが、栄養、効能はあまり知られていません。
スズナ（かぶ）：胃腸の消化を助けるアミラーゼ、免疫力を高めるビタミンC、むくみを解消するカリウムが含まれます。
スズシロ（大根）：スズナ同様、胃腸の調子を整えるアミラーゼ、ビタミンCが豊富で、肌を若々しく保つ効果も。また、食物繊維も豊富で便秘の解消に効果があります。

年々、野草が生えているところは少なくなり、ホトケノザやゴギョウを見る機会も少なくなりました。しかし、スズナはカブ、スズシロは大根のことですから、これらはお馴染みの食材ですね。この時期はスーパーでも七草セットが売られています。無理に七草全部でなくても、身近なタイコン、カブなどでも良いです。自然に満ちた、体に優しい食材を毎日の食事に取り入れて、寒い日々を乗り越えましょう。

組合員の皆様へ

備えて安心。いつでも便利。クミアイ家庭薬です。

クミアイ 家庭薬 のしくみ

- 1 **まずは薬箱をご自宅に**
いつでもご利用可能な薬屋さんの完成です。
- 2 **定期的に配置員が訪問します**
知識豊富な配置員が丁寧に対応いたします。補充とご精算もこの時に。
- 3 **お薬は使った分だけ後払い**
お薬の代金はご使用分のみのご精算です。他に代金は発生しません。
- 4 **配置する内容は自由に選べます**
70種類以上の品揃えの中から、ライフスタイルに合ったものを。

— 担当の配置員が配置箱の設置と薬の補充に伺います。 —

シニア世代の
アクティブ生活を
おいしくサポート!

Kyoyaku 毎日おいしく
グルコサミン

500ml(約16日分) **1,800円(税抜)**



お好みで
うすめて
飲む



お問い合わせ先



協同薬品工業株式会社 島根営業所

〒699-0641 島根県出雲市斐川町美南1655
TEL 0853-73-7430



JALまねは、出産・育児を応援します!

JALまね

出産・育児コミュニティ

JALまね

こども 倶楽部



お申し込みは
こちらからから



入会金
年会費
無料

平成30年度 会員募集中。

対象 島根県在住でご妊娠中の方

会員期間 ご入会日からお子様の1歳の誕生日末日まで

募集期間 平成30年4月1日～平成31年3月31日

★下記、特典01から03については最寄りのJA支店よりご自宅までお届けします。
(郵送での対応は行っておりません。)

特典01



ご加入時に
**オリジナル
限定品プレゼント**

特典02



ご加入から
ご出産まで
**たまごクラブ
お届け**

特典03



ご出産時に
**記念品
プレゼント**

特典04



各種 **お役立ち
情報お届け**

- 会員専用アプリによる情報提供
- 子育て・地域に関する、お得で楽しい情報を「こども倶楽部通信」でお届けします。

特典05



お子様が
満1歳になるまで
ワクワクする
イベントご招待

※特典03の内容は、各地区本部により異なります。詳しくは、該当のJALまね地区本部窓口にお問い合わせください。

kid's US.LAND は五感を刺激してお子様の知育や体力づくりを応援しています。



ラピタ本店 3F

OPEN!

無料
Wi-Fiも
使えるよ!!

ぜ〜んぶ遊び放題料金

15分

100円 税別

おすすめは
コレ!

食べ物持ち込みOK!
ピクニック感覚でご利用ください!

営業時間 **AM10:00 ▶ PM7:00**



かに道場 <境港産> 紅ずわいがに
かに 食べ放題
+ 飲み放題
ズバリ **3,900円** 〈税込〉

10名様ごとのご入場で

1名様が
月〜木(祝日は対象外)と
いたします。

無料

成人
お一人様
90分

期間限定

営業期間
平成31年
2/28
木曜日 まで

場所 **ラピタ本店 4F 特設会場** 時間 **PM5:00~PM9:00**

入場料 **お一人様 90分**
 ■成人男性・成人女性 **3,900円** 〈税込〉
 ■中学生以上20歳未満 **2,900円** 〈税込〉
 ■小学生以下 **1,900円** 〈税込〉

セルフバーコーナー完備 飲み放題



お好きなドリンクを、自分の好きなようにお作り頂
けます!生ビール、ハイボール等をはじめ、出雲の
地酒など、すべてが飲み放題に含まれます!

■ご予約・お問合せフロント **TEL 21-6063** お問合せ時間: AM9:30~PM8:00
週末は特に混み合いますのでご予約をおすすめいたします。

*20歳未満のお客様の飲酒はお断り致します。*飲酒後のお車の運転はご遠慮願います。又、飲酒運転の車両に同乗する事も法律で禁止されています。*20歳未満の方は保護者または監督者同伴にてご入場ください。



2月3日は
節分

2019年の恵方
東北東

福を
まるかぶり
つかめ
福の神

恵方巻

ご予約
承り中

節分の日に、「恵方」と呼ばれるその年の福德をつかさどる歳徳神(としとくじん)という神さまが居る方向に向かって巻き寿司を切らずに丸かぶりすると、その一年は無病息災に過ごせ、福を呼び込めると伝えられています。



すし日本海

「えび、うなぎ、サーモン、いか、たまご、干瓢、椎茸、胡瓜、大葉」など、たっぷりの厳選した具材を巻いた贅沢な逸品です。



直径7.5cmの
極太巻寿司
食べ応え
じゅうぶん!!

〈日本海〉200本限定 **しょうゆ・わさび付**

① 歳徳神巻

(1本・直径約7.5cm×長さ約18.5cm)

店頭価格 **1,500円** (税込価格1,620円)

ご予約価格

5%引 本体価格 **1,425円**
(税込価格1,539円)

予約専門店 出船寿司

太巻には珍しいエビ・カニ・ウナギ・イクラ・タマゴ。生のネタを使ったダイナミックな味わい。

各日20本限定

午後4時以降お引渡し

〈出船寿司〉

④ 特製のり巻

(1本・直径約6cm×長さ約19cm)

※こちらの商品は切ったものを盛り付けてお渡しします。

本体価格 **2,000円**
(税込価格2,160円)



創業七十有余年 まるこ寿司

各200本限定
しょうゆ・わさび付



〈まるこ寿司〉

⑧ 海鮮巻

(1本・直径約5cm×長さ約20.5cm)

本体価格 **1,200円**
(税込価格1,296円)

⑨ 海鮮巻ハーフ

(1本・直径約5cm×長さ約10cm)

本体価格 **630円**
(税込価格680円)

青葉亭

人気のサーモン、いくら、えび、いか、うなぎなどを使った節分限定の豪華な海苔巻です。



〈青葉亭〉各日20本限定

⑥ 特製海鮮巻

(1本・直径約7cm×長さ約19cm)

本体価格 **1,700円**
(税込価格1,836円)

大惣

肉厚な極太ロースカツを贅沢にも巻き込みました! 特製ソースとマヨネーズで味付けした食べ応えのある一品です。



〈大惣〉150本限定

⑦ 極太ロースカツ巻

(1本・直径約4.5cm×長さ約20cm)

本体価格 **500円**
(税込価格540円)

イゲタ



〈イゲタ〉

⑩ サラダ巻

(1本・直径約5cm×長さ約19cm)

本体価格 **498円**
(税込価格537円)

天神寿司 お渡し日:2/3日限定

お子様に人気のサーモンレタス巻。



100本限定
しょうゆ・わさび付

〈天神本店〉

⑫ 特製サーモンレタス巻

(1本・直径約5cm×長さ約19cm)

本体価格 **598円**
(税込価格645円)

JALまね出雲女性部 はまやま愛菜

愛菜特製 具だくさんのおいしい恵方巻!



午後4時以降お引渡し

〈はまやま愛菜〉

⑬ 具だくさん節分太巻き

(1本・直径約5.5cm×長さ約20cm)

本体価格 **580円**
(税込価格626円)

節分スイーツ

チョコクリームと渋皮栗をチョコレート生地地で包みました。リピー人気のロールケーキです。

100本限定

〈リピー洋菓子店〉

⑭ 節分ふんわり ショコラロール

(1本・長さ約15cm)

本体価格 **834円**
(税込価格900円)

ふんわり生地にフルーツと生クリームを包みました。

100本限定

〈雲州メモリー〉

⑮ 節分ろーる(フルーツ)

(1本・長さ約16cm)

本体価格 **649円**
(税込価格700円)

えごまたまごを100%使用したからだにやさしいふんわりロールケーキです。

100本限定

〈ジョリカドー〉

⑯ 節分えごま玉子ロール

(1本・長さ約15cm)

本体価格 **1,200円**
(税込価格1,296円)

出雲市平田町のはちみつを使った生地で、生クリームとカスタードクリームを包みました。

100本限定

〈桃源洋菓子工房リール〉

⑰ 味わい生ロール

(1本・長さ約14cm)

本体価格 **600円**
(税込価格648円)

■恵方巻のご予約は

各店サービス
カウンターにて

1月27日(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。
※写真はイメージです。実際の商品と異なる場合がございます。

■お引き渡し日

2月1日(金)・2日(土)・3日(日)

・午前を希望(午前11時~)・午後を希望(午後4時~)

※必ずお渡し日・時間をご指定ください。

和風もちピザ



もちもちの食感のおもちをピザ生地代わりにします。佃煮の塩分とチーズの塩分で味付けはしなくてもおいしく食べられます。フライパンでもいいけど魚焼きグリルでもできます。佃煮は生姜、しじみなど好きな佃煮でどうぞ。

●材料 (2人分)

もち	4個	ピザチーズ	適量
玉葱	1/4個	サラダ油	大さじ1/2
佃煮 (生姜、しじみなど好みの物)		もみのり	適量
	大さじ2		

●作り方

- ①フライパンに油を入れ熱くなったら餅を並べ、弱火でフタをして焼く。
- ②ふっくらと膨れて焼けたら裏返し、両面を焼く。
- ③フライ返しで押し、もちを広げる。
- ④玉ねぎスライス、佃煮、ピザチーズを乗せフタをして3～5分蒸し焼きにする。
- ⑤もみのりを乗せる。

かまぼこチヂミ



お正月も終わり、お節の蒲鉾が残っていませんか。海鮮で作るのがおいしい、韓国料理のチヂミ。新鮮な魚から作られたかまぼこのチヂミおいしいですよ。

●材料

かまぼこ (お正月の残り)	適量	卵	1個
にら	1束	水	120cc
人参	1/3本	ごま油	大さじ1
小麦粉	100g	ポン酢	適量
片栗粉	40g		

●作り方

- ①かまぼこは5mmぐらいにスライスする。にらは、3cmの長さに切る。人参は千切りにする。
- ②ボールに卵、水、小麦粉、片栗粉を入れ混ぜ、ダマがなくなったら、かまぼこ、人参、にらを入れ混ぜる。
- ③フライパンを熱くして、ごま油を入れ②の生地を流し入れ焼く。両面を焼いたら、ポン酢をつけていただく (②の中にキムチを入れ焼いてもおいしい)。

表紙紹介

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

今月の表紙は津和野町の太鼓谷稲成神社です。日本五大稲荷のひとつに数えられているこの神社では、全国でも珍しく「いなり」を「稲成」と表記します。「成」には、津和野藩主亀井矩貞公の思いにより、願い事が叶うようにとの意味が込められていると言われていました。多くの参拝者が訪れ、特に正月は毎年数十万人の参拝客で賑わいます。

編集後記

明けましておめでとうございます。編集一同まだまだ正月ボケが抜けきっていませんが、様々な情報をお届けする「JAしまねびより」を本年もよろしく願っています。今月の特集は、お正月らしく「榎」を取材していますので是非ご覧ください。(和)

【今月の表紙の原画】

レイアウトの都合により表紙のイラストは原画の一部表示となっています。原画の全体は次のとおりです。

