



特集

## 島根の農産物の交渉人 園芸課を知ろう!



みつけた  
しまねのファーマーズ  
和泉 英富さん  
宏幸さん  
[雲南地区本部]





## 和泉畜産 和泉 英富さん(64才) 宏幸さん(33才)



今月は雲南地区本部。仁多郡奥出雲町の阿井地区で「奥出雲和牛」の繁殖・肥育に取り組む和泉英富さん、宏幸さん親子にお話を伺いました。

### 親子二人三脚

奥出雲町は水、土壌ともに豊かで、古くから和牛生産が盛んな地域。中でも和泉さん親子が経営する和泉畜産は管内でも数少ない、繁殖から肥育までの一貫経営を行う大規模農場です。

英富さんは、約35年前に先代からこの農場を引き継ぎ、現在では奥出雲町和牛改良組合の組合長も務められ、培ってきた知識と経験を後進に継いでいます。当時は繁殖だけを行なっていましたが、平成12年から肥育も始め一貫経営にシフト。現在は息子の宏幸さんと2人で、繁殖牛58頭、肥育牛75頭を飼育し、年間40頭ほどの肥育牛を出荷しています。

### 脈々と受け継がれる奥出雲ブランド

雲南地域では古くから農家が和牛を農作業用の役牛として飼養していました。そのため、丈夫な牛が改良され、地域をあげて現在のブランド牛にまで育てられました。2020年10月には特許庁の「地域名」と「商品(サービス)名」からなる地域ブランドを保護する地域団体商標制度に「奥出雲和牛」が

登録されました。また、ふるさと納税の返礼品として取り扱いが始まると、納税額も過去最多を記録。「名実ともに奥出雲地方を代表するブランド品として地域の牽引役になりつつある」と英富さんは誇らしげに話します。

この地で生まれた子牛を、この地で育てるのが「奥出雲和牛」。和泉さんの農場では、一貫経営のメリットを活かし、個体の特性を見極め、子牛の頃からしっかりと腹づくりを行うことで約28ヶ月の肥育期間に十分な飼料を摂取できる丈夫な体をつくり、美味しい和牛に育てます。

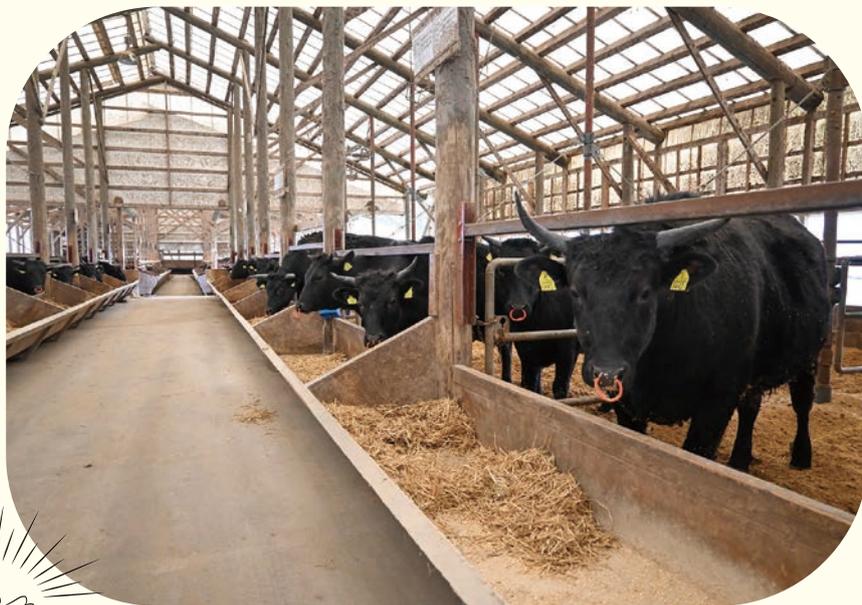
また、その子牛を生む母牛も水や牧草など、奥出雲の恵まれた環境の中で放牧することで、足腰が強く、分娩が容易になるそうです。

### 次代を見据えた設備投資

子牛を増やそうと取り組んだ時期がありました。が、個体管理が思うようにならず、子牛を数頭亡く



左：英富さん 右：宏幸さん



繁殖から肥育までの一貫経営を行う大規模農場



システム化により  
管理体制を整えた



設備投資により子牛の管理にも力を入れる

してしまうということもあつたと、真剣な眼差しで話す和泉さん親子。過去の失敗から学び、約5年前に「温度センサー（牛温恵）」や「人工哺育設備」などを導入。また人工哺育房も設置し、換気や温度管理、衛生面など子牛管理を大幅に見直したそうです。

出産前の母牛に温度センサーを取り付け、母体の体温変化を検知し、牛舎にいらなくても分娩兆候（破水、出産）といった状態を知ることができるようシステム化。誕生から一週間程度で子牛を哺育房に移動させ、約3カ月間過ごします。ミルクメーカーも導入し、より丈夫な子牛生産を、より効率的にできるよう試行錯誤を繰り返します。「分娩房に設置した監視カメラと合わせて、精度高く母体の状態を把握でき、管理が飛躍的に楽になりました」と宏幸さんは笑顔で話します。

年に3・4回、  
仲間と瀬戸内海沖に  
船で出ます

### 息抜きも大事

「牛飼いの辛いところは、飼育管理が365日」と冗談交じりに話す英富さん。そんな英富さんの趣味は「釣り」。年に3・4回、仲間と瀬戸内海沖に船で出るといふ本格派。もつと行きたいけど、仲間内で作業を手伝ってもらったり手伝ったり、時にはヘルパー制度なども活用し、やりくりをしているのが現実。息子の宏幸さんは「親父が釣りに5回でも6回でも出かけられるよう、法人化を含めた体制の強化が必要」と話します。



愛用する釣り竿を  
手にする英富さん

### 奥出雲和牛への想いを馳せて！

後継者や新規就農者を育てる意味でも「体力勝負ではなく、効率的な体制や環境づくりが重要」とこれからの課題も話します。畜産団地や大規模化、見据える「奥出雲和牛」の果てない



#### プチっと情報！

### 奥出雲和牛

「奥出雲和牛」は、奥出雲地方で生まれ育った黒毛和牛に限定しています。肉本来のしっかりとした風味に、深いコクと豊かな味わいが特徴で、県内外から高い評価を得ています。

そんな「奥出雲和牛」は、J Aしまね雲南地区本部の通販サイト「奥出雲うなんいただきます」から購入できます。この機会にぜひご購入ください!!



奥出雲うなんいただきます

うちから出る  
和牛肉には  
絶対の自信がある



意気込みを語る宏幸さん

夢を親子で語り合うことも少なくないそうです。「うちから出る和牛肉には絶対の自信がある」と口を揃える和泉親子。だからこそ「奥出雲和牛」をもつと育て、もつと広めたい。自信と誇りを胸に親子の奮闘はまだまだ続きます。

# 園芸課を知らう！

出荷物の精算業務  
を行っています。

斐川町のJAしまね営農経済本店に拠点をおく「園芸課」をご存じですか？みなさんが普段スーパーなどでよく目にする農産物。その農産物の中から「島根県産」を選んでいただけるよう、生産者や市場、販売店舗と連携をとり、様々な事に取り組んでいます。

通称「島根の農産物の交渉人」。今回はその交渉っぷりをご紹介します。



左から…石倉美奈子職員、渡部あゆみ職員、  
福田漢子職員、山本典子職員



## ココで交渉人登場！

### 【市場に向けて】

農産物を販売していくためには、産地情報はとても重要です。産地の「出荷期間」や「出荷量」などの情報を提供したり、市場の担当者や販売店舗のバイヤーに直接産地に来てもらったりしています。またJA共販では、生産者に代わって数量や価格の交渉を行います。

花き・野菜担当  
新田紗代職員



## ココで交渉人登場！

### 【生産者に向けて】

市場が求める農産物の規格やロットなどの要望を生産現場へフィードバックしています。また、品評会などを毎年開催し、生産者の生産意欲の向上、品質の高位平準化を図っています。生産者の皆さんの「この品目を栽培してよかった」「美味しさを届けたい」という想いを消費者の皆さんにお届けしています。



西条柿の品評会の様子



県内産農産物を  
少しでも  
高く売りたい!!

野菜担当  
青戸耀廣職員



## 感謝状を頂きました!!

良質な花きを広島市中央卸売市場に継続的に出荷していることが評価され、令和2年9月に広島市より優良出荷者として表彰を受けました。



米穀園芸部  
神門直樹部長



# 島根の農産物の交渉人



二岡正和課長

## 園芸課ってどんなことをしているの？

園芸課は現在10人の職員で、大きく3つの役割を担っています。

1つ目は、共同販売をしている品目（ブドウ・柿・メロン・キャベツ・白ネギ・花きなど）を市場で有利販売していくこと。2つ目は、県下で力を入れて栽培している水田園芸推進品目の販売拡充に力を入れるとともに出荷資材や出荷規格の統一など、コスト低減対策にも取り組んでいます。3つ目は、島根県産を選んで購入いただけるような仕掛けをつくることです。これら3つによって、県産品の知名度を上げ、「農業者の所得増大」につなげていくことを目指し、チーム園芸課で取り組んでいます。



## ヨロで交渉人登場!

各ご家庭での消費を増やしてもらえるように販売店舗においてPR活動を計画・実施しています。

また、もっともっと島根県産をご購入いただけるよう、主要都市などにも出向き県内外に魅力を発信しています。

他にも、近年では、

- ・インスタグラムを使ったフォトコンテストの実施
- ・地元アイドルグループ「Flood Lyrics (フラッド リリックス)」による「JAしまねのイメージソング」の制作など、新たな取り組みを行っています!!



## ヨロで交渉人登場!

市場や販売店舗に対し、店頭での試食販売などについて提案しています。また、産地情報（農産物の生育状況など）を基に、「この時期には、ここの店舗のこの売り場面積を広げてほしい」など、具体的な販売方法や価格などの交渉も行っています。



果実担当  
肥後利信課長補佐



広島の販売店舗で島根県産の魅力を伝える石川寿樹組合長



果菜類担当  
森本大史課長補佐

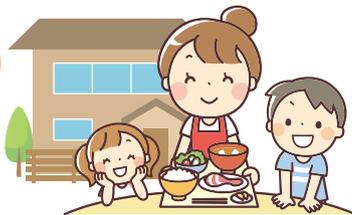
消費者



販売店舗

もっと島根の農産物の知名度を上げたい!

果実担当  
横野直人職員



## 今後の注目とは？



2021年1月に地元アイドルグループの「Flood Lyrics (フラッド リリックス)」が「JAしまね」の公式アンバサダーとなりました。島根の農産物のイメージソングも作り、今までにない「音楽」を活用したPR活動を実施し、島根ブランドの定着に向け取り組みを進めていきます。消費者の皆さまに県産品を選んで購入いただくためのPR活動に力を入れていきます。

＼ぜひFlood Lyricsの曲も聴いてくださいね!!／

♪ Flood Lyricsが歌う「JAしまねのイメージソング」は5月に発売決定!!



## topics 1

### おいしいシイタケを作ろう！ 児童が菌打ち体験



宍道町椎茸生産者組合は3月4日、宍道町の椎茸乾燥場で来待小学校の3年生17名に、シイタケについての出前授業を行いました。

この出前授業は、同組合員で地区本部運営委員の永江久夫さんが、子どもたちに農業の魅力や食べる喜びを知ってもらおうと食育の一環として6年前から開始しました。当初は個人で行っていましたが、今では組合の活動として取り組んでいます。

当日は、同組合員やJAの営農指導員が講師となり、シイタケの特色や栽培手順、植菌・収穫方法を解説し、その後児童らは菌打ちに挑戦。講師に教わりながら、かなづちを使い、前もって穴を開けておいた原木に駒菌を慎重に打ち込み、ほだ場へ運ぶなど、植菌作業を体験しました。

授業を受けた岡田理沙さん(9)は「シイタケはカレーやシチューに入れてよく食べる。自分で栽培したシイタケを食べるのが今から楽しみ」と笑顔で話しました。

永江さんは「自分たちで栽培することで感動を味わってもらい、シイタケをもっと好きになってほしい」と話しました。



原木に穴を開ける児童



駒菌を打ち込む児童

## topics 2

### 島根県産「つや姫」が4年連続!! 特Aを取得!!



つや姫をPRする職員



このシールが目印です!!

一般財団法人日本穀物検定協会が令和3年3月4日に公表した「令和2年産米の食味ランキング」で、島根県産「つや姫」が4年連続の特Aを取得しました。

米の食味ランキングとは、同協会が良質米作りの推進と米の消費拡大を目的に実施し、今回で50回目を迎えます。専門家20人が、①外観②香り③味④粘り⑤硬さ⑥総合評価の項目について、複数産地コシヒカリのブレンド米を基準米と比較評価し、基準米よりも特に良好なものを「特A」、良好なものを「A」、おおむね同等のものを「A'」、やや劣るものを「B」、劣るものを「B'」とし公表しています。

同県では、「コシヒカリ」「つや姫」「きぬむすめ」の3品種において、県下各地にそれぞれ6か所、計18のモデルほ場を設置し、栽培指導や食味データ分析をするなど、良質な島根米の栽培に向け取り組んでいました。

JAしまね本店米穀課の伊藤圭課長は「4年連続の取得は、つや姫の栽培面積の拡大や生産者の励みになる。これからも消費者の皆様に美味しい島根米を届けたい」と話しました。

## topics 3

### 2020年度水田園芸推進大会開催



島根県とJAしまねは3月18日、大田市の男女共同参画センター「あすてらす」で水田園芸の更なる産地育成に向けて2020年度水田園芸推進大会を開催し、集落営農組織などの農業者や関係者ら約110人が参加しました。

大会では、水田農業が中心の富山県から同県農林水産部農産食品課園芸振興係の宮元史登さんが「水田での野菜産地づくり」をテーマに、リモートで講演されました。同県では約10年前から水田を活用した野菜生産に着手しており、タマネギの産地化に向け取り組みを進めていく中で苦労した点や、ポイントとなった点などを報告されました。

県内からは、JAしまね島根おおち地区本部から白ネギの調製作業受託について、JAしまね出雲地区本部からは出雲ブロッコリー一部会が取り組む労力補完について事例報告をしました。

同JA営農対策部の福田尚夫部長は、「近年まれにみる厳しい米価環境ではあるが、こうした機会に水田園芸の推進を加速させ、しっかりと農業現場を所得向上に導くことが肝要。一軒でも多くの方に水田園芸に参画いただきたい」とあいさつしました。



リモート講演を聴く参加者

# J Aしまねは様々な 新型コロナウイルス感染症の予防対策 に取り組んでいきます



## 透明アクリル板やビニールカーテンによる 飛沫感染予防

- ◆各支店に来店された方が、安心してお取引が出来る環境を整備するため、透明アクリル板やビニールカーテンによる飛沫感染予防にJ Aしまねの全支店で取り組んでいます。
- ◆また、組合員・農業者の皆様が、安心してお手続きできるよう、農業生産・販売施設の必要箇所においても、透明アクリル板やビニールカーテンの設置を進めています。



## 非接触型体温計による 来場者の体温計測

- ◆講習会や集会で多くの来場者があるなど、支店や農業生産・販売施設において対策が必要となる場合は、新型コロナウイルス感染対策として、非接触型体温計による来場者の体温計測を行います。
- ◆来場された方が安心してJ Aしまねの施設を利用できるよう体温計測をご依頼した際は、ご協力をお願いします。



## 住宅ローン・農業資金等に関する専任職員による オンライン相談（遠隔相談）がスタート！

- ◆J Aしまねは、全支店にタブレットを備え、Zoomアプリを使用したオンライン相談（遠隔相談）対応を開始します。

### ～最寄りの支店からのオンライン相談～

- ◆住宅ローンや農業融資について「詳しい内容が知りたい」等々。
- ◆最寄りの支店にお越しいただくことで、専任職員にオンラインで直接ご相談できます。

### ～ご自宅からのオンライン相談～

- ◆ご自身のスマートフォンやご自宅のパソコンをご利用いただくことで、専任職員と直接オンラインで相談することも可能です。

※いずれも事前予約が必要となりますので、最寄りの支店まで、お気軽にご相談ください。



# 輝く50万パワー☆ しまねの女性部！

## 西いわみ女性部

地域のみなさんや、  
女性部員が元気になる  
楽しい活動を行っています

西いわみ女性部は「食農活動・仲間づくり」を基軸とし、地域のみなさんや、女性部員が元気になる楽しい活動を行っています。

令和2年度の活動では、女性部員が手作りしたマスク200枚を、「感染防止に役立ててほしい」とJA役職員へ贈呈。併せて各ブロックでも部員が手作りしたマスクをJAや地域の皆様へ贈呈しております。

最近の活動では、部員から帽子を作りたいと声があり、タオル帽子を手縫いで作りました。ゴムを使わないので圧迫感がなく好評であったため、地域の方へも贈呈しています。

また令和2年度の目玉となる活動として、西いわみ地区本部よりハムを手作りできる機械の贈呈を受けました。令和3年度は、機械を活用し、安心安全なハムを手作りできる喜びや楽しさをPRしながら活動の輪を広げていきます。



一所懸命青年連盟

## 石見銀山青年連盟

地産地消に取り組み、  
農業を通じて、  
地域に貢献していきたい

JA YOUTH

うちだ たかし  
内田 卓志さん



JAしまね石見銀山青年連盟（以下、農青連）に加入している内田卓志さん（29）は大田市久手町で水稲約12ha、キャベツ約50aを兄の内田洋平さんと栽培しています。

専門学校を卒業後、洋平さんのサポート役として9年前から農業を行っています。

現在は、美味しまね認証ゴールドの取得に向け、作業倉庫の整頓、令和3年産の田植えに向けて準備しています。

「いろいろな品目を手掛ける盟友とワイワイ交流できることが楽しい」と話す農青連には、兄の洋平さんも加入し、島根県立農林大学校の学生との交流や地元保育園での出張ポン菓子加工など様々な活動に積極的に参加しています。

令和2年度は3密を避け、農青連として独自にポン菓子加工・販売を行うなど、地域振興のために活動しました。

今後の展望について「地産地消に取り組み、農業を通じて、地域に貢献していきたい」と意気込みを語りました。



あなたもチャレンジ!

# 家庭菜園

## ゴーヤー (ニガウリ)

緑のカーテンにも最適



野菜の中でも、暑いほど生育が旺盛なゴーヤーは特有の苦味が特徴の夏の健康野菜です。苦味の成分はモモルデシンという物質で、胃液の分泌を促し食欲を増進し、栄養成分ではビタミンCが特に多く、カロテンとミネラルも豊富です。

### 品種

果実の形状と色で、濃緑色で中長型の「えらぶ」(八江農芸)、短太型の「沖縄あばしゴーヤー」(フタバ種苗)など、白い果実の品種もあります。

### 畑の準備

日当たりの良い場所を選び、事前に1平方m当たり苦土石灰100gを散布し、植え付けの1週間前には化成肥料(NPK各成分10%)200gと堆肥2kgを全面散布し、よく耕しておき、120cm幅のベッドを作ります。

### 苗作り

種の皮は堅く吸水しにくいので、ペンチで傷を付け1晩水に浸して十分吸水させます。高温性で、発芽に25度以上は必要なので、5~6月まきが適します。種まきは、直径9cm程度のポリポットに3粒まき、本葉1~2枚の頃に1本に間引き、本葉3~4枚の頃に植え付けます(図1)。

### 植え付け

条間80~90cm、株間80~100cmに植え付けます(図2)。

### 支柱立て

つる性なので早めに支柱を立て、これに誘引します。支柱は合掌式に組み、ネットを張れば、つる先が絡まり安定します。初期につるを誘引し、後は放任でもたくさんの果実を収穫できます。コンパクトに育てるには、親づ

るを4~5枚で摘心し、脇から出る子づるは5~7枚で摘心して孫づるを出させます。なお、生育は大変旺盛なので、日よけ棚作りにも向いています(図3)。

### 追肥

果実がなり始めたら、月に1~2回、1株当たり10gくらいの化成肥料を株の周囲に施します。

### 収穫

開花後15~20日で、果実の形が完成し、果皮につやが現れるまでに、早めに収穫します。取り遅れると、果実は黄~だいだい色に変色し、完熟するとアケビのように果実が割れ、赤い種が見えてきます。

図1 苗作り

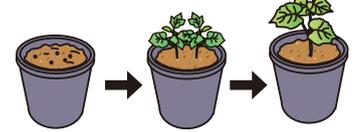


図2 植え付け

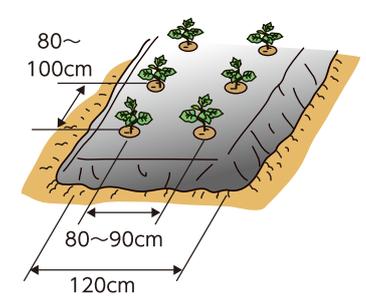
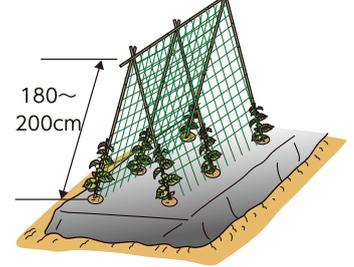


図3 支柱立て



園芸研究家 成松 次郎

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

皆さまからご応募いただいた絵手紙を各月の表紙絵として掲載します!!



2022年版 J A しまね

## カレンダー用 絵手紙募集!!

JALしまねは、2022年版JALしまねカレンダーの各月の表紙絵に使用する「農畜産物をテーマとした絵手紙」を募集します。採用された方には「全農商品券5,000円分」をプレゼント。応募についての詳細は、[JALしまねホームページ](#)をご確認ください。皆様からのご応募お待ちしております!!



ホームページはこちらからもアクセスできます。

## 理事会情報 (2月25日開催)

### 【協議事項】

- ①令和2年度補助事業の実施および固定資産取得について
- ②信用事業方法書(為替取引)の一部改正について
- ③令和2年度3月末決算見込について
- ④職制規程の一部改正について
- ⑤「自己資本比率算出要領」の一部改正について
- ⑥出雲地区本部「有線放送事業」等の廃止について
- ⑦「不祥事件の概要」(最終版)の島根県への提出について
- ⑧組合と理事との取引(契約)の承認について
- ⑨大口貸出金の承認について

- ⑩令和3年度J A しまね地域貢献活動の実施について
- ⑪やすぎ地区本部「重度訪問介護事業」の廃止について
- ⑫令和4年4月採用職員の募集および採用試験の実施について
- ⑬出雲地区本部店舗職員 新人事制度導入に伴う諸規程等の設定・廃止について
- ⑭令和3年度内部監査計画について
- ⑮島根県常例検査書(斐川地区本部)の回答について

(紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)

## 出雲ぶどう部会認証グループ 美味しまねゴールド取得

J Aしまね出雲ぶどう部会美味しまね認証グループが、県版農業生産工程管理（GAP）の上位認証「美味しまねゴールド」を団体取得しました。上位認証の団体取得はこれまで林産物で2件のみ。農産物では、他1団体と並んで今回が初となります。3月23日には、J Aしまね荒木支店で、東部農林振興センター出雲事務所長が同グループ会長の伊藤康浩さんに認証書を手渡しました。

同部会の中から4人が認証グループを立ち上げ、GAPに取り組みました。平成30年12月に「美味しまね認証」（基本認証）を取得し、平成31年1月には県が国際水準GAP相当の上位認証を設けたことから、移行に向けて準備を進め、今年3月18日付けで上位認証を取得しました。

出雲市は全国有数の「デラウェア」早出し産地として知られていますが、近年は「シャインマスカット」の規模が拡大しています。部会では新規就農者が増える中、GAPの実践が安全・安心な農産物の出荷につながるためとみて推進しており、新規就農者を中心に、新たに十数名が取得に取り組む予定です。

伊藤会長は「青年部や新規就農者から、徐々にGAPへの取り組みを進めていきたい」と意欲を話し、「経験が長い方はなじみにくい面もある



団体認証を取得した4人

と思うが、在庫管理などがきちんとしていけるので、慣れればかえって作業がやりやすくなるのではないかと印象を語りました。

また、授与式後は、認証取得予定者へ、団体のルールをまとめた「農場・団体管理マニュアル」の説明会を開きました。

講師を務めた県東部農林振興センター出雲事務所の中島満里子普及員は「GAPへの取り組みは経営に役立つ。部会のグループとしての団体認証取得は、産地全体のレベルアップにつながることで意義深い」と話しました。

## 交通安全の願い込めて 中学校に反射材贈る

J Aしまね、J A共済連島根、（二財）島根県農協共済福祉事業団は、交通事故防止を願い、島根県内の新中学一年生を対象に毎年夜光反射材を寄贈しています。J A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936本と反射テープ1391個を贈りました。

3月19日には、出雲市立第一中学校で贈呈式を行い、反射テープ190個を贈呈。同地区本部の珍部誠副本部長が竹田博司校長に趣意書と目録を手渡しました。

このほかJ A共済では、出雲市へのカーブミラー贈呈や、出雲警察署と連携しての自転車交通安全教室などを通じて交通事故の未然防止に取り組んでいます。



竹田校長（左）に趣意書と目録を渡す珍部副本部長

## 多伎いちじく定期総会 次年産へ技術対策

多伎いちじく生産部会は3月31日、多伎コミュニティセンターで定期総会を開きました。部会員、県、J Aの関係者らが出席。令和2年度の事業報告、令和3年度の事業計画など4議案を承認しました。

昨年産は、収穫期以降の高温、干ばつによる小玉化、台風の影響による果実の傷み、集中豪雨などの天候不順の影響で出荷量が落ち込みました。全国的な不作傾向により高単価で推移したものの、販売金額は前年比20%減の6565万円でシーズンを終えました。

総会では、今後に向けた技術対策として「低樹高日型整枝法」や「株枯病抵抗性台木」について紹介。同部会の立脇渉部会長は「ぜひ多くの皆さんに興味をもっていただきたい」と部会員に呼びかけました。



あいさつをする立脇部会長

## JAがリース牛舎を建設 規模拡大を支援

JAしまね出雲地区本部は令和2年度、リース牛舎を建設しました。出雲では初となります。建設したのは48頭が飼育できるパドック型の牛舎。備えられた細霧設備からは除菌・消臭効果のあるミストが噴霧でき、夏場の体温調節だけでなく、年間を通して衛生管理に役立ちます。国の補助事業を活用し、生産者が負担するリース料にも、県、JAから補助を行います。

入植したのは、東福町で肥育農家を営む伊藤誠司さん。世代交代のタイミングで規模を拡大し、既存牛舎を含め、150頭を飼育する計画です。

伊藤さんは「つなぎ牛舎（1頭1頭が仕切られた区画につながれている牛舎）と比べ、ふん尿処理がしやすく助かります。衛生管理や暑さ対策にも優れた設備で、牛のストレスも少ないと思います」と話しました。



新築の牛舎を紹介する伊藤さん

## JAしまね出雲地区本部 大臣認定協力事業所に

JAしまね出雲地区本部が、予備自衛官等協力事業所として防衛大臣の認定を受けました。

予備自衛官は、普段は企業などに勤務しながら訓練に参加し、有事の際に自衛官として任務にあたります。予備自衛官を雇用し、訓練等に参加しやすい職場づくりに協力的な事業所を、社会的に認定・評価する制度が予備自衛官等協力事業所表示制度です。

同地区本部は平成29年に地方協力本部長認定を受けており、継続して訓練参加への協力などに努めていたことから、この度防衛大臣認定を受けることとなりました。

3月18日には、自衛隊島根地方協力本部の高橋洋二本部長が同地区本部を訪れ、岡田達文本部長に表示証を手渡しました。



高橋本部長(右)から表示証を受け取る  
岡田本部長

## デイオッサ出雲FC激励会 JAが新米500キロ贈呈

出雲市をホームに活動する女子サッカーチーム「デイオッサ出雲FC」の激励会が3月2日、出雲市役所で開かれました。監督、選手たちと、市や応援する企業・団体などから合わせて約50人が出席。市長らが激励の言葉を贈りました。

JAしまね出雲地区本部と斐川地区本部は、今後のより一層の活躍を期待し、新米の出雲産きぬむすめ500キロを贈呈。岡田達文本部長が「おいしい出雲のお米を食べて、なでしこリーグに昇格し、出雲の名を全国に知らしめていただきたい」とエールを送りました。

「デイオッサ出雲FC」は昨年、中国女子サッカーリーグで2年連続となる優勝を果たしたほか、皇后杯全日本サッカー選手権大会の全国大会で初勝利するなど、今後の更なる活躍が期待されます。



選手たちにエールを送る岡田本部長(左から2人目)  
左は斐川地区本部の山根善治本部長

## 総代代表・ 運営委員・役員ら 合同勉強会開催

JAしまね出雲地区本部の総代の代表者・地区本部運営委員・役員らが2月22日、ラピタウエディングパレスで合同勉強会を開催しました。JA職員も含め、約90人が参加しました。

勉強会では、JAを取り巻く情勢、JAの在り方、仕組みなどを改めて確認しました。

また、JAしまね元組合長の萬代宣雄氏を講師に招き、「一県一JAのその後について」と題して講演いただきました。



講演する萬代元組合長



J Aしまね出雲アスパラガス部会  
神田農産株式会社

ふじはらしゅんた  
**藤原 駿太さん**  
(23)

ーアスパラガスー

## 職場体験で農業に関心 神田農産のアスパラ担当

栽培規模

(神田農産)

ハウス

約65アール

露地

約135アール

アスパラガスは  
ハウスで  
約20アール栽培

### 中学校の職場体験で農業に興味

下古志町の神田農産株式会社で、従業員として働く藤原駿太さん。中学生の時の職場体験がきっかけで農業に興味を持ちました。出雲農林高校、農林大学校を経て就職し、今年で4年目。主にアスパラガスを担当し、端境期の冬には、ネギやダイコン、ブロッコリーの栽培にも携わります。

「同じ作業でも毎年状況によってやり方が違います。変化のある仕事だと感じています」と話す藤原さん。昨年は暖冬でしたが、今年は年末年始に気温が下がるなど、寒い冬となりました。冬場にアスパラガスが十分休眠できたため、昨年と比べ順調に生育しています。

### 成園化と技術向上で年々上向きに

アスパラガスは、定植して2年目から収穫が始まり、およそ5年で成園化します。一度定植すると10年以上栽培でき、20年以上同じ株で栽培しているところもあります。

神田農産のアスパラガスは、5、6年目を迎え、成園化による生産量の増加が見込まれます。目標は10アール当たり2.5トン。栽培技術も向上して年々品質も良くなっており、今年は秀品率（最も品質が高い秀品の割合）が約8割と、上々の出来栄です。

「大変なこともあります。自分がやったことが結果になって表れるので、とてもやりがいがあります」と笑顔で語る藤原さんです。

### アスパラガスの栽培サイクル

アスパラガスは、夏芽の収穫が終わると茎を刈り取り、1月ごろに畝面焼却を行います。焼いた畝の表面を掻き落とし、肥料を入れ、再び畝を立てます。その後、灌水してハウスを閉めきり、地温を上げるとアスパラガスの芽が動き始めます。

春芽の収穫が始まるのが3月ごろ。春芽は秋の間に蓄えられた養分で成長します。養分が少なくなると、アスパラガスを伸ばして立茎し、光合成で養分を作り出し、夏芽を育てます。夏芽の収穫が終わるのが9月〜10月上旬ごろです。



# 出雲の旬レシピ



緑と赤の色どり鮮やかな肉巻きです。  
甘辛いタレでご飯がすすみます。

## アスパラの甘辛肉巻き

### 〈材料〉[4人分]

- アスパラガス…………… 8本
- 人参…………… 5cm程度
- 豚肉(生姜焼き用)… 8枚
- 薄力粉…………… 適量
- 酒…………… 大さじ2
- しょうゆ…………… 大さじ2
- 砂糖…………… 大さじ1
- みりん…………… 大さじ1
- サラダ油…………… 適量

### 〈作り方〉

- ①アスパラガスと人参を長さ5cmの細切りにし、たっぷりのお湯で2、3分茹でる。
- ②①の野菜を豚肉で巻き、周りに薄力粉をまぶす。
- ③中火で熱したフライパンに油を入れ、②を巻き終わりから焼き、火が通るまで焼く。
- ④★を加え、全体に絡まったら器に盛り、完成♪



卵と魚肉ソーセージとの取り  
合わせで、お子様にも喜ばれる  
一品です！

## アスパラの卵サラダ

### 〈材料〉[4人分]

- アスパラガス…………… 6本
- ゆで卵(固め)…………… 2個
- 魚肉ソーセージ…………… 1本
- マヨネーズ…………… 大さじ2
- 塩コショウ…………… 少々

### 〈作り方〉

- ①アスパラガスを斜め切りにし、耐熱容器に移して600wの電子レンジで2分加熱する。魚肉ソーセージは、食べやすい大きさに切る。
- ②ボウルにゆで卵を入れ、フォークなどで細くなるまで潰し、そこへ他の材料を加えて混ぜ合わせたら出来上がり♪

今月の食材は

## 「アスパラガス」

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、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つ働きがある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。

出雲地区本部管内では36人の生産者がアスパラガスを栽培しています。春芽(3~5月)と夏芽(6~10月)があり、今年は2月下旬から出荷が始まりました。収穫したアスパラガスは、パッキングセンターで25センチにカットされ、100グラムずつ袋詰めされます。

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！

いずも食材の日

5月の食材は「きゅうり」です！

※取り扱う食材は誌面の都合で変更になる場合があります。



グループ紹介

「出雲女性部」

稗原支部

支部長 白根洋子さん



女性部稗原支部は3月26日、JA稗原支店でストレッチ教室を開きました。JA中部ブロックの松浦里美生活指導員が講師を務め、部員8人が参加。笑いを誘う出雲弁のラジオ体操で体をほぐした後、日頃負担をかけている体をしっかり伸ばしました。地域貢献、仲間づくりをするにも



まずは健康から。ストレッチ教室はこれまでも開催されています。参加した部員は「教えてもらったことをいつも家でやっています。おかげでひざの調子が良くなりました」と話します。

同支部の部会員は現在約130人。今年はコロナ禍の影響で、料理教室などの集まりはできませんでしたが、手芸やガーデニング、ボカシ肥料づくりなど、できる範囲で活動しています。5月には支店の前にゴーヤを植え、支店職員と協力しながら立派なグリーンカーテンを育てました。

いずも JA シニア女子大学 しみずき

「健康を維持するための食事方法」

第2回講座



生活・食事について学ぶ女子大学生

JAしまね出雲女性部は3月24日、JAしまね出雲地区本部で、3月講座「健康を維持するための食事方法」を開催しました。島根県栄養士会の福島伸子さんを講師に招き、高齢期の過ごし方、栄養の取り方、介護食などについて学びました。

前半は、健康寿命を長くするための生活や食事について説明。健康な状態と要介護状態の間に、体が弱ってきたフレイル（虚弱）の状態があり、この時間の過ごし方が重要であることを参加者に呼びかけました。

講座では、電卓を使ってこれまでどれくらい心臓が動いてきたかを計算したり、体重、年齢から骨粗しょう症リスクを計算したりと、手と頭を使って考える時間もあり、そのうえで血管や骨などのために必要な栄養素や、それらを含む食品について学びました。

最後に、現代の介護食について説明。高齢者の食べる能力（嚙む力、飲み込む力）に合った介護食を紹介しました。また、介護食で誤嚥を防ぐために使われるとろみ剤の調整の体験も行いました。



とろみのつけ方を体験し試飲した

参加した女子大学生は「毎日の食事の大切さを教えてもらい、勉強になった」「介護の場面で参考にしたい」などと感想を話しました。



活動紹介

フレッシュミズ部会

立ち上げへ

プレイベントを開催

J Aしまね出雲女性部は3月7日、J Aしまね出雲地区本部を会場に、次世代を担う概ね50歳までの女性部員を対象とした「アロマスプレー&マスクチャームを作ろう！」を開催しました。

出雲女性部では、令和3年度「フレッシュミズ部会」を立ち上げることにしており、フレッシュミズを知ってもらうためのプレイベントとして「こんな時期だからこそ！楽しめること」として企画しました。「フレッシュミズ部会」とは、「若い(Fresh)女性( Ms.)のことをいい、主に20代から40代で、J Aならではの食や農、暮らしや子育てといったキーワードを軸に活動する部会です。当日は、(公社)A E A J認定アロマテラピーインストラクター佐藤良美氏と、(公財)日本生涯学習協議会認定ビーズスキルインストラクター永瀬美和氏のお二方をお迎えし、和気あいあいとした雰



囲気の中、癒され効果UPなアロマスプレーと、世界に一つだけのオリジナルマスクチャームを完成させました。

参加者からは、「興味があつたことなので参加できてよかった」「こんなイベントがあればまた参加したい」との感想をいただきました。

今後、フレッシュミズ部会への加入者を募り、部員の皆さんの意見を活かした活動を展開していくこととしています。



活動紹介

朝山ふれあい市5周年

コロナで3カ月ぶり再開

女性部朝山支部の朝山ふれあい市が、5周年を迎えました。同市は女性部にできることで地域を活性化しようと、平成28年に初開催。当初は月1回の開催でしたが、平成30年6月から月2回に拡大しました。検討会を開いて集客に知恵を出し合い、盛況を維持しています。



大きな立て看板でアピール



新鮮な野菜や加工品などが出品された

新型コロナウイルスの感染拡大により、12月以降、開催することができませんでしたが、3月20日には3カ月ぶりに再開し、5周年を祝いました。開催に際しては、検温、入店人数の制限など、感染防止対策を徹底。ポン菓子屋、魚屋、焼き芋屋にも出店を依頼し、会場を盛り上げました。

ふれあい市の吉田春美代表は「5年間で雨の日が3回と、天候に恵まれてここまで来ました。メンバーも皆元気で、張り合いがあるおかげかなと思っています」と笑顔で話しました。



# 私たちが 複合渉外員に ご相談ください!



JALまね出雲地区本部では、専門知識を有する複合渉外員69名が、推進課長の管理のもと、皆様のお役に立てるよう日々活動しております。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。

## 中部ブロック 中部南推進課

### 大津支店



藤井 美穂子



福田 慶子



馬庭 拓也



伊藤 恵美



錦織 教子

課長

### 塩治支店



三原 朱理



荒木 達哉



澄田 亨



常松 真希



岡 真彦

### 出雲支店



神田 晃平



岡 直子



小川 由希子



田部 優作

## 中部ブロック 中部北推進課

### 四絡支店



伊藤 迪子



吾郷 ルミ子



有富 良介



花岡 裕樹



長岡 繁

課長

### 高浜支店



山崎 邦裕



田辺 美穂子



森山 孝介

### 川跡支店



米山 友章



榎原 里恵



矢頭 翔



齋藤 淳子

## 東部ブロック 推進課

### 平田中央支店



三木 康裕



久家 良子



田中 理恵



山口 実矢子



駿馬 大哲



落合 由男

課長

### 国富支店



大坂 美咲子



笠谷 洋貴

### 灘分支店



常松 明希



高橋 めぐみ

### 平田東支店



釜屋 寛子



岡 万理恵



西尾 賢

### 西田支店



坂本 真理子



米原 大地

## 西部ブロック 推進課

### 高松支店



石田 雄平



山岡 将司

課長



石飛 隆幸

.....



松田 裕也



勝部 めぐみ

### 長浜支店



竹田原 大



山根 滉大

### 大社支店



原 裕美



大野 晃裕



矢田 絵梨



高橋 英克

### 遙堪支店



神田 智史

### 荒木支店



板垣 加奈



錦織 純子



周藤 康介

## 河南ブロック 推進課

### 神西支店



花田 宏美



伊藤 千尋



高橋 広人

課長

### 神戸川支店



高橋 勇人



松本 達也



名原 鈴佳



坂根 直子



小梶 佳樹

### 湖陵支店



片寄 大介



後藤 久士



矢田 昭夫

### 多伎支店



千葉 勝



曾田 大介

## 南部ブロック 推進課

### 朝山支店



原 悟



福田 昌平



高橋 卓也



高野 真哲

係長

課長

※南部ブロック長兼  
朝山支店長兼推進課長

### 佐田支店



北村 卓也



土江 登

### 稗原支店



黒田 真弘



# 出雲市農政会議だより

令和3年4月17日

No.93

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

## 【活動内容報告】

### ○第46回地域農政リーダー研修会

3月14日(日)第46回地域農政リーダー研修会がラピタ本店大ホールで2年ぶりに開催され、出雲市農政会議からは20名の代議員が出席しました。

冒頭、島根県農政会議の石倉茂美会長より、コロナ禍における島根県の農業情勢・農政諸課題について述べられました。

研修会では、丸山達也島根県知事が『島根創生の実現に向けて～人口減少に打ち勝ち、笑顔で暮らせる島根をつくる～』と題して、藤木眞也参議院議員はビデオ出演にて『コロナ禍の農政と今後の農政の展望について』と題してご講演され、総勢100名の参加者が熱心に耳を傾け国政・県政についての理解を深めることができました。



講演する丸山知事



ビデオ出演の藤木参議院議員



おうちで楽しく農作業体験や収穫体験

## あぐりキッズスクール

参加者募集!

JALしまね出雲地区本部では、コロナ禍でも安全におうちで楽しく農作業体験や収穫体験を学んでいただく「あぐりキッズスクール」を企画しました。  
おうちでお米作り・しいたけ栽培にチャレンジしましょう!

栽培時期

5月下旬～9月中旬

チャレンジ

その1

庭先・ベランダで  
バケツ稲に挑戦しよう!!

観察した内容を「観察ノート」にまとめ、それをもとに「バケツ稲コンテスト」を行います♪  
(全員参加)

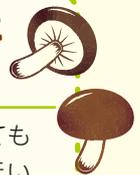


チャレンジ

その2

菌床しいたけの栽培に  
挑戦しよう!!

収穫したしいたけを使ってレシピを考えてもらい、「しいたけレシピコンテスト」を行います♪(自由参加)入賞者には豪華プレゼントも!



参加資格

出雲市内(斐川町除く)の小学生のみなさん

※各コンテストの結果は  
11月ごろに発表いたします。

募集定員

50名(先着順)

応募方法

JALしまね出雲地区本部ホームページの  
応募フォームからお申込みください。



申込締切

4月30日(金)

参加費

500円

お問い合わせ先 JALしまね出雲地区本部ふれあい福祉課 (担当 武田) TEL 0853-21-6013 FAX 0853-21-6015

ほやい  
**乾太くん**

期間：本日～2022年3月末まで

カラッと解決  
その1

1年中活躍!

天候を問わず  
1年中活躍!



カラッと解決  
その2

家事を  
時短化

ガスのパワーで  
スピード乾燥!



カラッと解決  
その3

経済的!

ガスならではの  
経済性!



カラッと解決  
その4

清潔乾燥

赤ちゃんの  
衣類乾燥にも  
最適!



乾太くんCMは  
こちら!



## おうちでコインランドリー!

山陰地方は全国的に見ても晴れの日が少ないです  
(年間日照時間・・・島根県45位、鳥取県46位)  
だからこそ、洗濯物が乾きにくい山陰では乾太くんが大活躍



**30代女性  
5人家族の場合**



以前は、ドラム式電気洗濯乾燥機を使っていました。電気乾燥機は乾燥まで5時間近くかかることもあり、洗濯がストレスに感じるようになっていました。ガス衣類乾燥機はおよそ1時間で終わります。急ぎの洗濯物や、靴の乾燥も行えるため子供の学校の洗濯物を忘れていた時なども焦ることが無くなりました。これは本当にストレスがないです。また月々かかるガス代も安いととても助かっています。もう手放せません。



**40代女性  
4人家族の場合**



共働きで帰りも遅く、洗濯は余裕があれば、という感じで大体は週末にまとめてコインランドリーへ行っていました。ガスの衣類乾燥機を購入してからは、洗濯から乾燥までを就寝までに全て完了できます。これはもう本当に感動もので、紹介してくれた営業担当の方には感謝しかありません。それでいてコインランドリーと比べてコストは10分の1ですし、フィルター掃除は楽で、天日干し同様の除菌効果も得られ、肉体的にもストレスからも解放されました。



**60代男性  
2人家族の場合**



自身も高齢になっているのですが、妻が病気をしてからあらゆる家事が重労働に変わってきました。特に洗濯は洗って干して取り込んで、というのが大変になり、このガス乾燥機を紹介していただきました。洗濯機から衣類を取り出して乾燥機へ入れるという作業はどうしても残りますが、外に干したり取り込んだりの作業から解放され、本当に楽になりました。コインランドリーのほとんどがガスの機械だと聞き、自身で使用してみて納得しました。



**30代女性  
4人家族の場合**



主人がとにかく花粉症がひどく、この時期は常に部屋干しをしていました。部屋干しをするとうとう邪魔で狭くなりますし、臭いなども気になっていました。また、小さな子供が居るため大気汚染の影響なども気になっていました。このガス乾燥機では、花粉も気にならないですし除菌効果も高く、1回にかかるコストも安い為毎日使用しています。

お問い合わせは JAしまね 出雲ガスセンター(0853-28-1234) まで!



出雲市大社町

ひのともき  
日野 友喜さん (32歳)

「家業のぶどうを守りたい」

大社町中荒木でぶどうを栽培する日野友喜さん。現在、デラウェア 13 アール、シャインマスカット 15 アール、その他の品種を 5 アール栽培しています。



中学生の時、お祖父さんが過労で倒れたことがきっかけで、「家業であるぶどう栽培を絶やしたくない!」と就農を決意しました。後継者としてぶどう農家を継ぐことを念頭に、出雲農林高校、農林大学校を経て、農業技術センターに 5 年間勤務。回復して元気に農業をされていたお祖父さんが高齢になったため、友喜さんが仕事を退職し、本格的にぶどう栽培を始めました。

友喜さんは、出雲青年連盟の盟友として積極的に活動し、現在は大社支部の支部長を務めています。食農教育の一環で地元の幼稚園児を対象とした農業体験を行ったり、特産のデラウェアを高齢者福祉施設に贈ったりと、さまざまな地域貢献活動に取り組んでいます。

「今年は支部の盟友が 2 人増えました。参加しやすい、活動しやすい環境づくりに努めているので、どんどん若い人たちに入ってきてほしいです」と話す友喜さんです。

健康ライフかわら版

血圧を測りましょう ~5月17日は 高血圧の日です!~

「高血圧」という言葉はよく耳にしますが、「少し高いくらいなら大丈夫」「自分には関係ない」と思っていないですか?

高血圧は脳卒中や心臓病などさまざまな疾患の原因と言われています。出雲圏域は、脳卒中の発症率が県全体よりも高いです。また、島根県の脳卒中発症者の約 7 割に高血圧があったということが、平成 31 年脳卒中発症状況調査からわかっています。

高血圧の要因は、塩分の摂り過ぎ、酒の飲みすぎ・喫煙などです。

高血圧は自覚症状なく進行していくため、日ごろから自分の血圧を知り、高い血圧の場合は医療機関を受診することが必要です。



■高血圧の診断基準

家庭血圧	診察室血圧
収縮期(最高)/拡張期(最低)	収縮期(最高)/拡張期(最低)
135以上 かつ/または 85以上	140以上 かつ/または 90以上

血圧を測るときの正しい姿勢▶



※排泄後、服薬前、食前に座位 1~2 分後に測定しましょう。

お問い合わせ先 出雲保健所健康増進課 TEL 21-8785

## 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・イラスト也大募集!!

あて先 〒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  
☑メールでの投稿也大歓迎!  
izumokouhou.izm@ja-shimane.gr.jp

●わが家はみんな、あすつこが大好きです。固めにゆでて、歯ごたえを楽しんでいます。島根県のオリジナル野菜が、もともともっと広まると思います。(佐田町 K・Mさん)

JA:クセがないので、さまざまな料理で使いやすい野菜だと思っています。今シーズンは終わりましたが、また冬が楽しみですね。

●大切に育てられた牛がおいしいお肉になるまで、たくさんのお時間(年数)や検査を必要とすることがわかりました。お肉をあたりまえのように、ただ「美味しい」という思いでいただいています。感謝の気持ちを持っていただきたと思います。

(大社町 W・Aさん)

●おいしいお肉ができるまでに、こんなに多くの工程があるとは知りませんでした。(音渡町 K・Mさん)

JA:先月号の特集については大変多くのご感想をいただきました。たくさんの方の工程を経て食卓に並ぶお肉。命に感謝していただきたいですね。

●先月号の「輝け!いずもスマイル」を読みました。このところ、ラピタみなみ店でボン菓子をよく買い求めます。先日、外孫が遊びに来て、「おばあちゃん、おやつ!!」と言ったので「かたまりボン」を食べさせたら、すごく喜んで「もうすこしちょうだい」とおねだりしました。主人のために買ってきたおやつでしたが、孫たちに食べられてじいじいも苦笑い。これからも美味しいボン菓子応援しています。

(上塩治町 Y・Kさん)

JA:長きにわたり老若男女に愛されるボン菓子。新しいお菓子がたくさんある中、今でも子どもさん方に喜ばれるのはすごいことですね。

●健康散歩から「減塩して病気を予防しましょう」。毎日の食卓で薄味を心がけようと思っていますが、実践は???です。長生きと病气予防の為、まずはできることからやってみ

たいと考え、実行したいと思えます!! (奥宇賀町 U・Kさん)

JA:食事は毎日のことで、無理をするとなかなか続かないですよ。少しずつ慣れたり、調理方法を工夫したり、おいしく減塩に取り組んでいきましょう!

●俳句の広場に、知り合いの人の俳句がよく選ばれています。すごいなと感心します。俳句を考えるのは脳トレになりますね。

(西園町 A・Hさん)

JA:季節を感じ、5・7・5の中にまとめることは、心にも頭にも良いことだと思えます。ぜひ一度挑戦してみてくださいませ。

●家庭菜園を始めて早6年。毎年トマトを植えています。なかなか思うような収穫ができず、今回しまねびよりに掲載されていた作り方を参考に、今年こそは、甘いトマトを沢山作りたいと思います。

(大社町 A・Yさん)

JA:家庭菜園で真っ赤なトマトが上手にできると嬉しいですよ!今年が良いトマトができることを祈っています。



(塩津町 松村扶佐子さん)

JA:春の爽やかさを感じるステキな絵手紙をありがとございます。スマイルマークの入った筆文字にほっこりさせていただきました。

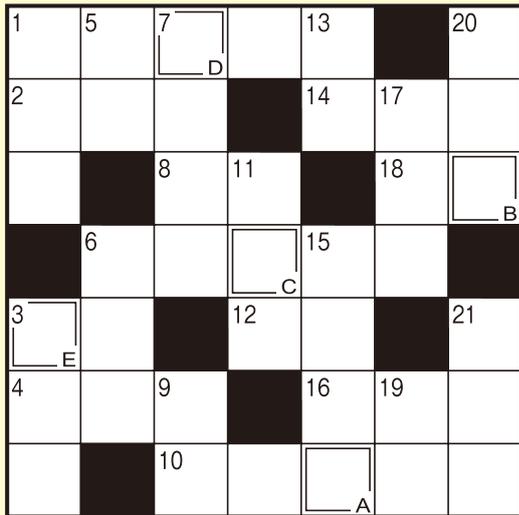




# CrossWord Puzzle クロスワード パズル

二重マスの文字をA～Eの順に並べて  
できる言葉は何でしょうか？

出題 ● ニコリ



答え

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

## タテのカギ

- ① 亀が日なたで——干しをしている
- ③ 漢字で書くと雲雀。空高くさえずる野鳥です。あげ——、——笛
- ⑤ 砕けて石や砂になります
- ⑥ 突然、風船が——した
- ⑦ 種、稲、穂に共通の部首
- ⑨ 5月の第2日曜日は——の日です
- ⑪ 和服の袖の下に垂れた部分
- ⑬ 物質の性質や星の動きなどを学びます
- ⑮ 胴が太いへビのような形をしているという、幻の生物
- ⑰ 二輪車のことですよ
- ⑲ 奈良や京都のように昔、都が置かれていた場所
- ⑳ 中国に次いで人口の多い国
- ㉑ 紳士服——は4階でございます

## ヨコのカギ

- ① 5月の空を泳ぎます
- ② ポカポカ陽気の日には脱いで腕に掛ける人も
- ③ 魚の胸や背、尾などのヒラヒラ
- ④ 『トッカータとフーガ』を作曲しました
- ⑥ 柱や立ち木の間につつして使う寝具
- ⑧ トマトの実の食べない部分
- ⑩ バラは「愛」や「美」、アヤメなら「朗報」「希望」など
- ⑫ ——を買って家を建てた
- ⑭ リュックやトランクもこれの一種
- ⑯ ゴールまで——5 kmです
- ⑱ つるべを下ろして水をくみます

## 応募要項

### ● 応募方法

ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・ご感想を記入して、下記宛先にお送りください。

### ● 賞品

正解者の中から抽選で40名（J Aしまね全体）の方に「J A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  
J Aしまね 出雲地区本部 情報システム課 「クイズ」係  
2021年5月7日（金）（当日消印有効）

### ◆ 先月号の答え ◆

#### 「レンゲソウ」



# 川柳の広場

## 最優秀賞

廃屋の庭にも夕陽みちてくる

出雲市 小白金房子様

選句者 島根県川柳連盟会長  
竹治ちかし先生

（評）お日様は有難いものです。ウサギ小屋だろうが豪邸だろうが、差は付きません。今日も廃屋にも陽は射します。

## 優秀賞

着ぶくれをやさしくぬがす春の風

浜田市 岩本 静代様

せつかちになつて人生冬になる

奥出雲町 堀江 英子様

早春の光り湖一人占め

出雲市 大本 栄様

## 佳作

三婆が寄れば昭和の花が咲き  
体重計私の努力知らぬ顔  
空家にもそれぞれありし物語  
世話になる積りの者が先に逝く  
欲捨てたとたんに老いが忍び寄る

雲南市 大和 貞子様  
出雲市 佐藤 勝枝様  
安来市 斎藤 美重子様  
津和野町 田中 豊司様  
出雲市 野中 花蓮様

「家の光」でも俳句・川柳・詩・短歌を毎月募集しています。こちらへも是非ご応募ください！

「家の光」5月号 定価922円。ご購入は、お近くのJ Aへお問合せください。



J Aしまねびよりは、皆様からの俳句・川柳を募集しています。締切は毎月14日必着です。（最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句）

### 応募方法

俳句または川柳、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、ハガキ、FAX、Eメールのいずれかでご応募ください。  
※1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。  
※応募作品は自作で未発表のものに限ります。  
※応募作品の一切の権利は、J Aしまねに帰属するものとします。  
※受賞作品は地域名、氏名（または雅号）を掲載します。

### あて先

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



最優秀賞、優秀賞の4名様には「J A商品券1,000円分」をお贈りします。

・お預かりした個人情報、プレゼントの抽選・発送のみに使用し、その他の目的で利用することはありません。



JA共済 もっと安心・満身に



ご契約者様は  
どなたでも  
登録できます。  
  
完全無料  
4/16日より登録ができます。

# Webマイページ 新登場

「もっと身近で、もっと便利で、もっと安心・満足いただける」JA共済でありたい。みなさまとつながり、お一人おひとりに寄り添ったサービスをお届けしたい。そういった想いから生まれた新たなサービスが「Webマイページ」です。



- POINT ①**  
24時間365日、いつでもスマートフォンやパソコンからアクセスが可能!
- POINT ②**  
ご契約内容の確認がかんたんに!
- POINT ③**  
住所・電話番号の変更がWeb上のお手続きで完結!  
※お手続きの範囲は順次拡大!
- POINT ④**  
携帯電話番号やご家族連絡先の登録で、お手続きのご連絡を迅速かつ確実に!

## 魅力的な賞品が当たるキャンペーンを実施

対象期間 2021年4月16日～2022年3月31日

4/16金スタート!

【応募フロー】ご応募される前に、お手元にご自身の共済契約者番号もしくは証書番号がわかるもの(フォルダー契約案内書や共済証書など)をご準備ください。お持ちでない場合は、お近くのJAにお気軽にお問い合わせください。  
●最寄りのJA支店窓口もしくはJA共済相談受付センター※1(☎0120-536-093)へお問い合わせください。  
※1 受付時間:9:00～18:00(月～金曜日) 9:00～17:00(土曜日)



応募締切 第1期:2021年6月30日 第2期:2021年9月30日  
第3期:2021年12月31日 第4期:2022年3月31日

<b>TOSHIBA</b> TOSHIBA トルネオV コードレス VC-CL1700 400名様 (各期100名様)		<b>yogibo</b> Yogibo Short 400名様 (各期100名様)		<b>VERMICULAR</b> パーミキュラ フライパン&リッド 2サイズセット 400名様 (各期100名様)		<b>ANGELAIR</b> AngelAir Premium マイクロバブルシャワーヘッド TH-007-CR 400名様 (各期100名様)		<b>LOGOS</b> ロゴス 3WAYスタンド ハンモック 400名様 (各期100名様)		<b>JAカウチン</b> 黒毛和牛ステーキセット 総重量2000g (ヒレ1200g、ロース800g) 400名様 (各期100名様)	
---	--	---	--	---	--	--	--	--	--	---	--

キャンペーンについて:お近くのJA支店・窓口にお問い合わせください。抽選について:厳正なる抽選のうえ、当選者を決定いたします。当選者の発表は賞品の発送、お届けをもってかえさせていただきます。※ご提供いただいた個人情報はJA AおよびJA共済連の事業および各種サービスのご提供・ご案内・充実等の目的以外には利用いたしません。また、JA共済は「個人情報保護方針」を定め、個人情報の保護に努めております。※当選の権利を他人に譲渡したり、金品に交換することはできません。当キャンペーンの当選者は、JA共済連が同時期に実施する他のキャンペーンで当選できない場合があります。通信料はご利用者さまのご負担となります。Webマイページは、一定の登録条件があるため、一部の方はご利用いただけない場合がございます。

### ご挨拶

陽春の候、ますますご清栄のことお慶び申し上げます。  
日頃より格別のご愛顧を賜り、深くお礼申し上げます。  
さて、長年ご利用いただいております農協観光浜田支店・出雲営業支店を令和3年3月31日に閉店し、4月1日に鳥取・島根両県を統括する支店として、農協観光山陰統括支店を松江市に開設いたしました。引き続き、皆様の負託にお応えする所存ですので、今後ともご愛顧賜りますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。



### 4月以降の旅行に関するお問い合わせ先

【株式会社農協観光代理業】  
観光庁長官登録旅行業第939号

島根県知事登録旅行業代理業第17号  
**JAしまね旅行センター本部**  
TEL 0853-25-8907  
総合旅行業務取扱管理者 渡部 一宏

NOKYO TOURIST CORPORATION  
旅行業公正取引協議会会員 農協観光(Nツアー)の旅行はどなたでもご参加いただけます。  
一般社団法人日本旅行業協会 正会員 観光庁長官登録旅行業第939号  
**株式会社農協観光**  
山陰統括支店 TEL 0852-26-2600  
〒690-0065 松江市灘町1-7 松江プラザビル8F  
総合旅行業務取扱管理者 / 河本 宜明・前田 隆宏

個人宿泊プラン「旅だち」を利用して島根県や近隣県の宿泊をお申込みいただけます。



中四国発着の旅行情報は「Nツアー-中国四国」のLINE@をチェック!  
LINEの「友だち追加」から「ID検索」または「QRコード」で登録してください  
**LINE@ × TOUR 株式会社農協観光** @oux8478k

5/9  
SUN

# Happy Mother's Day

ラピタの母の日ギフト

限定 15個

PÂTISSERIE のクッキー3枚、  
**FLEUR** ドリップコーヒー1袋  
パティスリー・フルール

ハーバリウム&  
クッキー・コーヒー

1 ピンク 2 ブルー×パープル

H30×W17×D8 80サイズ

本体価格 **各3,200円**  
〈税込価格各3,520円〉

限定 15個

シャボンフラワー&  
折りたたみ傘

3 ピンク系 4 オレンジ系

折りたたみ傘 色の指定はできません  
H50×W20×D10 100サイズ

本体価格 **各3,500円**  
〈税込価格各3,850円〉

限定 20個

5

シャボンフラワー&  
エコバッグ

レッド

レジかご対応保温保冷バッグ  
H50×W20×D20 100サイズ

本体価格 **3,000円**  
〈税込価格3,300円〉

限定 15個

シャボンフラワー&  
レースマスク2枚組

6 ピンク系 7 カラフル

H28×W35×D10 100サイズ

本体価格 **各3,500円**  
〈税込価格各3,850円〉

限定 50個

8

アジサイ万華鏡

5寸 120サイズ

本体価格 **3,000円**  
〈税込価格3,300円〉

限定 50個

9

アジサイ銀河

5寸 120サイズ

本体価格 **3,000円**  
〈税込価格3,300円〉

限定 30個

アレンジメント

10 ピンク&レッド系  
11 イエロー&オレンジ系

アレンジメント 発送不可  
H30×W25×D20

本体価格 **各2,300円**  
〈税込価格各2,530円〉

限定 20個

プリザーブド  
フラワー(リース型)

12 レッド 13 ブルー&パープル

φ17×D7 80サイズ

本体価格 **各3,400円**  
〈税込価格各3,740円〉

限定 20個

プリザーブド  
フラワー  
(アレンジ型)

14 ピンク 15 イエロー

H13×W9×D10.5 80サイズ

本体価格 **各3,000円**  
〈税込価格各3,300円〉

限定 20個

16

カーネーション鉢

5寸 120サイズ

本体価格 **2,000円**  
〈税込価格2,200円〉

限定 20個

17

寄せ鉢(ポット苗3種)

ポット苗(カーネ、ガーベラ、観葉)  
花の色、ミニ観葉植物の種類は選べません  
H30×W30×D30 120サイズ

本体価格 **2,000円**  
〈税込価格2,200円〉

限定 10個

ミニ胡蝶蘭

18 白 19 ピンク

6寸 120サイズ

本体価格 **各5,000円**  
〈税込価格各5,500円〉

\*写真は全てイメージです。 \*花卉：花卉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。

ご予約は、各店  
サービスカウンターにて

・予約期間 **4/10土~4/27火**  
・お渡し日 **5/7金・8土・9日**

フラワーギフトは地方発送承ります。  
詳しくはお問合せください。



- 本店 Tel. 21-6068
- ひらた店 Tel. 63-7300
- はまやま店 Tel. 30-7770
- 佐田店 Tel. 84-0262
- みなみ店 Tel. 22-3733
- 多伎店 Tel. 86-2444
- 湖陵店 Tel. 43-3535
- 大社店 Tel. 53-2800

ラピタ本店生活課より

# シロアリ警報!5月は羽アリが多発!!



**無料**



お宅は大丈夫  
ですか?

## シロアリ来襲

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

**こんなお宅は要注意**

- 建物の周囲、屋先に古材がある家
- 庭先でシロアリを見つけた家
- 雨漏り・トイレが漏れている家
- 羽アリが向匹が舞い込んだ家
- 増改築で床下の通気が悪くなった家

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「しろあり防除施工士」が施工しています。

取扱業者 **株式会社 コダマサイエンス** JA全農基本契約業者「株児玉商会」特約施工店  
(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 島根県松江市西嫁島 2丁目 8-23  
**■松江営業所 TEL0852-26-6757**  
 ■各営業所/江津・益田・隠岐・鳥取・倉吉・米子・広島  
<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しまね取扱業者株式会社コダマサイエンスの地区担当者が訪問しますので、よろしくお願致します。



お問い合わせ先 **JAしまね 出雲地区本部 ラピタ本店生活課 出雲市今市町 87 TEL:21-6083**

組合員の皆様へ

## 葬祭定期積金 メモリア

JAしまね 出雲葬祭センター葬祭定期積金会員

# 「メモリアの会」会員募集中!

この定期積金契約をされますと「メモリアの会」会員となります  
 ※但し、1会員1契約とさせていただきます

**掛金:毎月3,000円以上1円単位**  
**積立期間:5年**

払込方法/貯金口座から自動振替させていただきます。  
 満期日/満期受け取り金は、葬祭会員専用定期貯金(1年ものスーパー定期)へ自動振替させていただきます。

退会

掛金の遅延による停止、または中途解約と同時に会員退会となり、会員特典は受けられません。  
 ※改めて定期積金契約と入会申込書を記入の上、入会とします。

### メモリアの会会員特典

- 特典 1** 葬儀料金のうち、祭壇料(利用料)を組合員価格からさらに**10%割引いたします**
- 特典 2** すべての葬儀において、マイクロバス又はジャンボタクシーを利用されると料金から**10,000円値引いたします**
- 特典 3** 定期積金の満期(5年)が到来した方は**継続(永久)会員になります**
- 特典 4** 本定期積金は葬祭費用に充てることができます

※会員様の同居ご家族も特典をご利用いただけます。

材料 (4人分)

- 〔筍(アク抜きしたもの)… 300 g  
A 片栗粉(又は米粉)…大さじ5  
味噌……………大さじ1  
溶けるチーズ…………… 50g  
ごま油……………小さじ2  
B 〔三つ葉……………適量  
だし汁…………… 200cc

作り方

- ①筍の根元2/3はすりおろし、穂先はみじん切りにする。
- ②Aをしっかりと混ぜ合わせ、12等分し、中に溶けるチーズを入れて平たく丸める。
- ③フライパンにごま油を入れて、中火で②を焼く。
- ④焼き色がついたら、ひっくり返して、蓋をして4分蒸し焼きにする。
- ⑤小皿に入れ、Bを好みでかけて完成。



\*コメント\*

- ・筍は低カロリーでありながら、カリウム・食物繊維・アミノ酸などの栄養が豊富な食材です。
- ・根元の硬い部分はすりおろすとふんわり・もちっと新食感!穂先はみじん切りにします。

\*アレンジ\*

- ・鶏ミンチや小エビ・野菜を加えても美味しいです。
- ・油で揚げて、ケチャップやポン酢などお好みのソースでどうぞ!

すりおろし筍のチーズおやき~明石焼き風~



混ぜるだけ簡単いちごムース

材料 (4人分)

- いちご…………… 250 g  
A 砂糖……………大さじ4  
レモン果汁……………小さじ2  
生クリーム…………… 100cc  
粉ゼラチン…………… 5 g  
水……………大さじ2  
飾り用(お好みで)

作り方

- ①粉ゼラチンを小さじ2の水でふやかす。
- ②いちごは洗ってヘタを取り除く。
- ③ミキサーにAを入れ、よく混ぜてペースト状にする。
- ④トッピング用に③を小さじ4取り出しておく。
- ⑤ふやかしたゼラチンをレンジ(600w)で20秒加熱して溶かす。
- ⑥ミキサーの中に生クリームと溶かしたゼラチンを加え、再び混ぜる。
- ⑦カップに注ぎ、冷やし固める。(冷蔵庫で1時間位)
- ⑧取り出しておいた、いちごペーストを⑦の上にかける。
- ⑨飾り用生クリームに砂糖を加え泡立て、カップの中央にのせ、いちごとパセリを飾って完成。



\*コメント\*

- ・小粒や不揃いのいちごが可愛く大変身!
- ・完熟いちごを使うと色、甘さ共にアップします。

\*アレンジ\*

- ・生クリームを豆乳や牛乳に変えれば、ヘルシーな仕上がりになります。
- ・生クリームをヨーグルト200gに変えればヨーグルトムースができます。



健康散歩

お散歩に出かけませんか?

JA島根厚生連

昨今、新型コロナウイルスの影響もあり、私達を取り巻く環境は大きく変化しています。その為、メンタルに影響を受けたり、体調を崩したりする方が増えている現状があります。

それに加え、慌ただしい新年度に、緊張から体調を崩してしまう方もいらっしゃるかもしれません。

こんな時、ゆっくりお散歩なんていかがですか?意外と体と心を健康にしてくれる良い点がたくさんあるので、紹介します。

1. 全身の血流が良くなる。
2. 冷え性が改善する。
3. 免疫力の向上。
4. 肩こりの解消。
5. 骨粗鬆症の予防。
6. ダイエット効果。
7. 季節(四季)を感じる事ができる。
8. 瞑想効果で脳がスッキリ。
9. 記憶をつかさどる海馬の活性化。 等々。

このような良い点から、身体の調子が良くなったと感じられることでしょう。



気の合う方とおしゃべりしながらでも良いのですが、コロナウイルス感染にはまだ油断を許しません。マイペースにゆっくりとお散歩をしてみませんか?

では、いつお散歩しましょうか?

朝はいかがですか?朝の光を浴びることで、身体を覚醒させるセロトニンと言われるホルモンが分泌され、活動状態へ移行させます。日光を浴びることで体内時計がリセットされ、夜も自然と眠くなります。

夜はどうでしょうか?睡眠の1~2時間前に散歩することで、スムーズな入眠を促します。散歩は「瞑想効果」や「ストレス発散効果」があり、頭の中のモヤモヤをスッキリさせます。普段、ストレスや悩みでなかなか寝付けられない方には、夜のお散歩をお勧めします。

もちろん、昼間でもOK!!お仕事の合間にちょっと歩いて、伸びをして、気分転換にどうぞ。

日本の四季折々に触れながらのお散歩。生活習慣の1つにいかがでしょうか?

暖かい春の陽気が穏やかな時間を運んで来てくれるのでは?と、私も期待しています。

心穏やかに、元気に毎日を過ごしましょう。

【編集後記】 新年度がスタートしました。毎年4月は気持ちがシャキッとするのですが、皆さまはいかがでしょう。昨年度はコロナに始まりコロナで終わると、経験したことがない1年となりました。コロナ禍はまだまだ続きそうですが、広報誌を通じて皆さまに少しでも笑顔を届けられたら…とっております。今年度もJAしまねびよりをよろしく願いいたします。(安)

