

# JAしまねひより

2024  
December  
Vol.105

SNSで旬な情報を投稿しています



10<sup>TH</sup>  
ANNIVERSARY  
おかげさまで統合10年

特集  
地元食材で  
イタリア料理を楽しむ



みつけた  
しまねのファーマーズ  
Shimane farmers

吉田 淳一さん  
[石見銀山地区本部]

みーつけた

# Shimane farmers しまねのファーマーズ

よしだ じゅんいち  
**吉田 淳一さん(37歳)**

今月は石見銀山地区本部。大田市温泉津町で和牛繁殖と水稲栽培に取り組んでいる吉田淳一さんにお話を伺いました。

## 昔から続く循環型農業

大田市の南西に位置する温泉津町井田地区。山々に囲まれたこの地域で、和牛繁殖と水稲栽培を行っている吉田さん。このあたりでは、昔から牛を飼いな



吉田さんの牛舎。15頭程度で頭数維持をすると子牛に十分な広さを確保できるといいます。

がら米を育てる複合経営が続いています。田んぼで収穫した稲わらを牛の餌として与え、また、その牛の糞を田んぼの堆肥として利用し米を育てる。身近なものでも循環させながら行う農業で、無駄のない資源の活用と低コストのメリットがあります。

吉田さんは高校卒業後、農機具の会社に就職。農家に生ま

れ、小さい頃から農業が身近な存在であった吉田さんは、仕事で色々な農家を訪問しているうちに、改めて農業に興味がわいてきたそう。会社を辞め本格的に農業を始める際、親戚や近所の人からは「それはいいことだ！」と応援されたと言います。小さい頃から家の手伝いをしていたため、大まかなことは身に付いていた吉田さん。親戚の家で牛の繁殖について1年間研修し、その後は認定新規就農者として独立しました。

## 牛の出産も1人に対応

365日休みなく作業がありますが「それはもう慣れました」と笑う吉田さん。お産の際にも緊急時以外は基本的に1人で対応していると言います。出産を控えた母牛がいると、監視カメラで様子を



もりもりとエサを食べる子牛を見守る吉田さん

見ながら過ごすそう。破水の時間から大体の出産時刻を予測し、もし産まれてしまっていた場合でも、録画映像で初乳を飲んだか、どんなふうに産まれたかなどを確認。

「無事に産まれた時はやっぱり安心します」と吉田さん。生後9ヶ月頃に出荷されていくまで、ストレスなく育てていきます。

## のびのびと育てることがいちばん

現在、母方の実家の敷地で雌牛15頭と子牛10頭を育てている吉田さん。意識しているのは、牛をストレスなく過ごせるようにすること。「食べるだけ食べさせて、のびのびとさせています」と、出荷が近い子牛には広い敷地にわらをたっぷり敷き、居心地を良くしています。牛同士でも必要最低限の距離を保つ必要があります。狭い牛舎で多くの牛が過ごすとスト



牛たちにエサを与える吉田さん



レスで発育に影響が出てしまうこともあるのだとか。

## 助け合える組合の仲間は強い繋がり

吉田さんが所属する「温泉津町和牛改良組合」は、現在8軒の生産者がいます。以前から良い連携が取れていて、お互いに相談し合うこともしばしば。県の共進会の際には、バスをチャーターして



「仕事は体力勝負」と話す吉田さん

応援に駆けつけ、炊き出しでご馳走作りをするメンバーも。もちろん、その際には地元で留守番をしてくれる人もいて、信頼関係がしっかりと築かれています。そんなメンバーの中で最年少の吉田さん。「高齢の方のところに、分娩や手術の応援に行くこともあります。自分は3人分くらいの力で引っ張りますから(笑)」と、地域の中で協力的に関わっています。

## 牛肉を食べることが楽しみ

食べることが大好きだという吉田さん。特に「毎月1キロは食べています」と、和牛に関しては一般の人よりも食べる量や頻度も多いと自負しています。毎月、牛のセリやヘルパーとして手伝いに行く島根中央子牛市場では、会場で販売されている牛肉を必ず買って帰るそ

う。「まずは自分が食べて、肉の消費を増やさない」と、我々に恩恵がありませんか。皆さんにも、できれば毎月1パックでも牛肉を食べてほしいです」と笑顔で語ります。

## 牛も米もバランス良く続けていける農業を

牛を大きく育てる方法や、美味しい米を作る方法は、もつと研究して手間を掛ければきつと見つかるはず。しかし、吉田さんは「変わらない方法を維持すること」に重きを置いています。それは、1人で複合経営を上手く回していくため。どちらか一方だけに専念することができません。

中山間地としては広い面積の6・8ヘクタールの田んぼを管理している吉田さん。新しい品種である「つきあかり」にも挑戦し、田んぼごとに品種を変えたり、田植えの時期をずらしたりすることで、年間の作業が被らないように工夫しています。近年の異常気象や増える害虫にどう対処していくかが大きな課題。また、その一方で、「牛に関しては、変わったことをしない方が一番良い」と、むやみに餌を変えたりはせず、今後も現状維持で今の方法を続けて



島根中央子牛市場で販売される「しまね和牛」。吉田さん曰く「牛肉を食べることは使命」なのだそう

いくことを目標にしています。

吉田さんは「もちろん、牛も米も良いものを作ることを目指しています。それには適度なバランスが必要」と話します。複雑で狭い土地が多く、なかなか効率の良い農業ができない中山間地だからこそ、2つの農業を組み合わせ、この地域なりのスタイルを保つ必要があります。「組合の仲間たちと協力し合いながら、品質の向上を図っていききたい」と、地元農業の維持や発展に貢献していく若い力に、今後も期待がかかります。



生まれて間もない子牛

## 共進会で子どもが審査員に！

吉田さんが所属する温泉津町和牛改良組合では、同組合が開く共進会に地元小学生を招き、牛を品評してもら



らう「こども審査」を行っています。実際に児童が牛を見て触り「まんまるおめめで賞」から

だがおっきいで賞」などと命名し、お手製のメダルで表彰。子どもたちに地元の畜産に親しみをもってもらおうと毎年恒例の行事になっています。



◀こども審査で表彰を受ける吉田さん

プチっと情報！

# 料理 **を** 楽しむ



「ただこの国で生産する」という考えの「国消国産」をキーメッセージに国産・  
で10月下旬には、県内の有名イタリアンシェフが作る地元食材をふんだんに使っ  
て提供し来場者の皆さんに振る舞いました😊  
詳細は JA しまねホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください！



## 大山芳醇豚と 椎茸のピアディーナ

**レシピ  
考案** Omaggio da Konishi  
松江市東朝日町 216-8

**使用食材** 豚ロース、椎茸、たまねぎ、きゅうり など

## 石見ポークのロースト パプリカソース (付け合わせ 椎茸のマリネ)

**レシピ  
考案** 里山イタリアン AJIKURA  
邑智郡邑南町矢上 3123-4

**使用食材** 豚肩ロース、パプリカ、ブロッコリー、椎茸 など



## 猪サルシッチャと 栗の仁多米リゾット

**レシピ  
考案** KANUKA PARK  
雲南市木次町湯村 259-1

**使用食材** 猪ソーセージ、白ねぎ、米、栗 など

※猪ソーセージは市販のソーセージで代用OK！



もホームページで公開中です ✨ ぜひ島根県産の農畜産物を使って  
<https://ja-shimane.jp/archives/5265/index.html>



# 地元 食材

# で イタリア

JAしまねでは、JAグループが提唱する“私たちの国で消費する食料は、でき  
地元産の農畜産物の消費拡大や農業への理解増進に取り組んでいます。この一環  
た本格イタリアンが味わえるイベント「Shimane × Italy」にJAしまねから食材  
今月号は「Shimane × Italy」で提供した料理をご紹介します✦ 材料や作り方などの



## 島根県産和牛肉 ボロネーゼスパゲッティ

レシピ  
考案

Pino Rosso

鹿定郡津和野町後田口 284

使用食材 牛ひき肉、ホールトマト、たまねぎ、にんじん など

## 高津川産鮎のスパゲッティ

レシピ  
考案

STAGIONE

益田市駅前町 17-1

使用食材 鮎、白ねぎ、ゆずの皮、きゅうり など



## 浜田市弥栄町の白味噌を使った 挽き肉と島根野菜の クリームスパゲッティ

レシピ  
考案

Restaurant anno

浜田市三隅町岡見 661-1

使用食材 椎茸、たまねぎ、水菜、パプリカ、青ゆずの皮 など



レシピや作り方の詳細はこちらから!

掲載しきれなかったレシピ  
作ってみてくださいね♥

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



# 現場の声を ぜひ聞きたい 組合長が行く!

巡回の様子を収めた動画はコチラから



今回の訪問先

- J Aしまね西いわみ地区本部管内
- 有限会社大場ぶどうファーム
- 株式会社田原牧場



今回は、有限会社大場ぶどうファーム、株式会社田原牧場を石川寿樹組合長ら本店常勤理事が訪問し、現場の“生の声”を伺いました。

**株** 有限会社田原牧場は、6棟の牛舎で繁殖牛185頭と育成牛、子牛を飼養する他、7ヘクタールで飼料作物を生産。高校生インターンシップを受け

有限会社大場ぶどうファームは、益田地区国営農地開発地で「デラウエア」や大粒系ブドウ「シャインマスカット」「ピオーネ」を生産。周年的に作業を得るため加工用ブドウ生産に取り組み、島根ワイナリーに出荷しています。同社代表の大場耕造さんはJ Aしまね西いわみぶどう部会の部会長を務めており、同地区本部管内のブドウ栽培を牽引しています。大場さんとは、経営概要や栽培する「デラウエア」の加温比率、今年産ブドウの生育状況、販売価格、鳥獣被害などについて意見交換しました。



大場さん（前列左から2番目）のシャインマスカット園で石川組合長らと



大場さん（右から2番目）から取り組み概要などの説明を受ける石川組合長ら

入れるなど担い手育成にも取り組んでいます。同社代表の田原正太さんは、飼料価格の高止まりや子牛価格の低迷など非常に厳しい状況が長期的に続いていると話し、これを踏まえて現在の経営状況や県有種雄牛「暁之藤」にかかる期待、配合飼料・粗飼料の価格動向、しまね和牛の消費拡大などについて意見を交わしました。

田原さんは「子どもたちが和牛肉を食べる機会が少なくなっているため、J Aのイベントなどで食べる機会を作ってもらいたい。また、円滑なやり取りのため専門知識が必要な畜産職員を長く配置させてほしい」と要望しました。

田原さんは「子どもたちが和牛肉を食べる機会が少なくなっているため、J Aのイベントなどで食べる機会を作ってもらいたい。また、円滑なやり取りのため専門知識が必要な畜産職員を長く配置させてほしい」と要望しました。



田原牧場の牛舎で田原さん(前列中央)と石川組合長ら



田原牧場の牛



田原さん（右）と意見を交わす石川組合長

## 組合長から一言



今回は西いわみ地区本部管内に出かけ、いずれも益田地区国営農地開発地内の2か所の法人を訪問した。

最初の訪問先は、有限会社大場ぶどうファームの大場耕造さん(49)。大場さんは、現在、西いわみぶどう部会の部会長を務められ、デラウエア121aをはじめ、シャインマスカット45a、ピオーネ26aの他、加工用ブドウを220a栽培されていた。時あたかも、シャインマスカットの出荷の最盛期。お困りのことはありませんかとの問いに、簡易なビニール被覆のため、カラスによる食害に頭を悩まされているとのことであった。

次に向かったのが、同開発地内の株式会社田原牧場。代表の田原正太さんは37歳の若手経営者で、農事組合法人益田市堆肥センターの組合長も兼務され、家族と雇用従業員らと繁殖牛185頭を飼養。モットーは、購買者から求められるしまね和牛生産のため、日々の飼養管理を徹底し、1年1産を実現しているとのこと。また、飼料の高止まりや販売価格の低迷により厳しい経営状況にあるが、そうした中、当J Aの定期貯金キャンペーンの記念品に牛肉を活用してもらい、励みになっているとのことであった。

組合長より一言  
ミスト機の  
回る牛舎や  
秋暑し





## topics 1

### 長年の交通安全活動に県知事から感謝状



JAしまねとJA共済連島根は11月8日、江津市で開かれた第60回島根県交通安全県民大会で、交通安全功労者団体として島根県知事から感謝状が贈られました。

当日は、交通安全意識の高揚や交通事故の防止に尽力したとして、21人の個人と3団体に感謝状が授与。表彰3団体を代表し、当JAいわみ中央地区本部の佐々木豊本部長が感謝状を受け取りました。佐々木本部長は「今回このように表彰いただいて、引き続き安心安全な地域づくりに取り組んでいこうと気持ちを新たにしました」と話しました。

当JAとJA共済連島根は、交通安全器材の寄贈や中学校・高校を対象とした交通安全教室の開催などを通し、安心安全に暮らせる地域づくりに取り組んでいます。今年度はカーブミラー274基、ポールコーンガイド9本、反射たすき1万本、反射キャッチバンド1万2000本、反射材グッズ1万5000個を寄贈しました。



石原恵利子副知事(左)から感謝状を受け取る佐々木本部長(右)

## topics 2

### JAしまね女性部とJAグループ役員が意見交換会を開催



JAしまね女性部は10月22日、出雲市の当JA出雲地区本部でJAグループ役員との意見交換会を開きました。女性部役員13人が参加し、今年度の活動やJAの事業について活発に意見を交わしました。

女性組織の活動強化とJA事業運営への理解促進、女性部員の生活に根差したJAの取り組みを求めることを目的に毎年開催しています。

意見交換会では「イネカメムシ発生による影響やJAとして今後の対策・対応を聞かせてほしい」「安価で人間ドックが受診できるのはどのような仕組みなのか」「廃棄されるタマネギの加工や再利用を検討しているか」など、さまざまな意見があがりました。

また、JAが取り組む米粉事業の方針について質問があり、当JAの石川寿樹組合長は「米粉の原料米を作っても生産者メリットが出せるよう加算金の上乗せを国や県に要請したり、JA独自の支援を考えたりしながら原料米生産を推進していく」と応えました。



活発に意見を交わす女性部員とJA役員ら

## topics 3

### 令和6年度島根中央子牛共進会を開催



JAしまねは10月25日、松江市の島根中央家畜市場で令和6年度島根中央子牛共進会を開きました。県内東部地区から選抜された雌子牛36頭が出品され、改良の成果や生産者の飼養管理技術を競い合いました。

子牛は月齢順に第1区と第2区に区分。各区の首席から選ばれるグランドチャンピオンに雲南市の門脇久幸さんの出品牛「さち」号が、第2区の首席に奥出雲町の石原誠さんが出品した「あんず」号が選ばれました。

グランドチャンピオンの「さち」号は第1区に出品。同区の審査主査を務めた島根県畜産技術センター育種改良研究部長の安部亜津子さんは「『さち』号は特に子牛らしい伸びやかさが、輪郭が鮮明で品位にあふれた牛であった」と講評。門脇さんは「一度はグランドチャンピオンを取りたいと思っていたので感激している。今後の励みになる」と受賞を喜びました。

その他の主な受賞者は次のとおり。

- ◆第1区▽次席＝石原稔（奥出雲町）▽三席＝福島武雄（斐川町）▽四席＝倉井毅（安来市）▽五席＝勝田律江（奥出雲町）
- ◆第2区▽次席＝堀尾修治（奥出雲町）▽三席＝原田敦子（奥出雲町）▽四席＝合同会社三日月（出雲市）▽五席＝藤原義行（奥出雲町）



グランドチャンピオンに輝いた門脇さん(左)の愛牛「さち」号



想いをひとつに✿ しまねの女性部!

# やすぎ女性部

JA女性組織3カ年計画

「JA女性 想いをひとつに かなえよう✿」の実践3年目です。

つながろう✿

まもろう✿

かかわろう✿

の3つの具体的目標を掲げ活動します。

つながろう✿

## 仲間と・地域と・他組織と・次代と

JAしまねやすぎ女性部は、5支部とフレッシュユミズ部会で活動しています。

2年前に『走らない、声を出す、笑う』の3つができる運動会を初めて企画し、今年もJAしまねやすぎ青年連盟の皆さんと合同で行いました。種目はラジオ体操や人生ゲーム、タワーマンシヨン建築作業などです。今年も特別ルールを設けたモルックを行いました。走らない運動会ではありますが、最後の綱引きで力が入る運動会となりました。

今後も部員全員が楽しく活動できることを企画して、仲間や地域との繋がりを大切に活動していきたいです。



一所懸命青年連盟

# JAしまね出雲青年連盟

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

まるおか  
**丸岡**

りょうすけ  
**亮介さん**



JAしまね出雲青年連盟(以下、農青連)の丸岡亮介さん(29)は、出雲市大社町で「シャインマスカット」を中心に60アールで栽培しています。今年で就農し2年目。一切の妥協をしない栽培で「食べる人に感動を与えるブドウ作り」に取り組んでいます。

出雲ぶどう部会にも所属しており、20〜30代の生産者がわずか6%しかない同部会にとって、丸岡さんは貴重な存在となっています。丸岡さんは「ブドウの栽培が楽しい。食べていただく方の顔を想像しながら栽培を続け、喜んでもらえるブドウを作りたい」と思いを語りました。

また、周りの先輩農家に良い「デラウェア」の作り方を教わりながら、令和7年から「デラウェア」栽培にも挑戦する考えです。

現在は、大社支部の役員として、農青連活動に積極的に参加。丸岡さんは「新規で入る盟友が年々少なくなってきたので、活動を通じて盟友との関係を深め、助け合える盟友を今後も増やしていきたい」と話しました。

# お知らせ

## 令和6年産島根米の追加金支払について

J Aしまねでは、ご出荷いただいております令和6年産島根米について、取引先のご理解もいただき、12月3日開催の理事会にて追加金をお支払いすることを決定いたしました。

J Aしまねにご出荷いただきました生産者の皆さまには、12月12日に全銘柄一律1,200円/60kgの追加金をお支払いいたしました。(ただし、個別買取米穀は除きます)

令和7年産でも引き続き高品質な島根米の生産に向けた取り組みをお願いいたします。



## 新テレビCMができました!

J Aしまねは島根県産農畜産物の消費拡大や国消国産のPRを目的とした新テレビCM「島根県産をあなたのもとへ」を作成しました。T S Kさんいん中央テレビを中心に放映中です!

今回は私たちの「食」を支えてくれている生産者の皆さんに出演いただき、仕事に向き合う姿や生の声をお届けしています。

CMの他、約3分間のショートムービーもJ Aしまね公式YouTubeチャンネルで公開していますのでぜひご覧ください😊❤



CM・ショートムービーの  
視聴はこちらから!



YouTube



### 理事会情報 (12月3日開催)

#### 【協議事項】

- ①六日市カントリーエレベータ修繕に係る総代会決議事項・理事会承認事項の変更について
- ②令和6年産島根米の追加金について
- ③令和7年産島根米生産に係る考え方について(品種別作付計画)
- ④J A S T E Mシステム基盤更改にかかる県移行実施計画書の策定について
- ⑤余裕金運用規程の改正について
- ⑥「新たな運営体制」の検討について
- ⑦第4次中期経営計画の策定について
- ⑧令和6年度末決算見込(第1次)について
- ⑨中間期ディスクロージャー誌2024について
- ⑩大口貸出について①
- ⑪大口貸出について②
- ⑫自動車運行管理規程の一部改正について
- ⑬第11回通常総代会の開催について
- ⑭役員選考について
- ⑮現行人事制度の残課題整理に伴う職員就業規則等の一部改正について

令和6年度隠岐の島町畜産共進会が開催

11月24日（日）、隠岐の島町いきいき祭りが開催された隠岐島文化会館の特設会場において「令和6年度隠岐の島町畜産共進会」が開催されました。生産者・関係者などが見守る中、育種改良と日頃の飼養管理技術が競われました。審査は隠岐支庁・JAらにより子牛の体積・資質などが審査され、審査の結果、だんだん牧場が飼育する「あまゆり813」が最優秀賞のグラントチャンピオンの栄誉に輝きました。

【受賞者一覧】

受賞名	子牛名	出品者名
グラントチャンピオン賞	あまゆり813	だんだん牧場
資質賞	つるよし	藤田 武信
特選賞	うめふく	大上 新一
	つるなみ	高橋 清
	あまゆり813	だんだん牧場
優秀賞	つるよし	藤田 武信
	あまゆり853	だんだん牧場
	きよひめ	高橋 清
	5ことぶき24	村上建設
	5ことぶき16	村上建設
	よしみ	田中美砂子

（報告／経済課）



五箇どんと祭りへ出店しました

11月23日（土）、五箇生涯学習センターにおいて令和6年度五箇どんと祭りが開催され、五箇支店からも出店しました。当日は気温の低い曇り空のもとではありましたが、餅投げや屋台村、舞台発表、作品展示など多数の催しものが行われ多くの来場者で賑わいました。当支店からは、エコープ商品や家の光協会の雑誌などの販売を行いました。日頃JAに来店されるお客様はもとより、普段あまりJAへ来店されないお客様にも商品を手にとってみていただくことが出来て良かったと思っています。また、今回の出店を通じあらためてJAの取り組みやJA商品のPRに繋がったのではないかと感じています。



（報告／五箇支店）

いきいき祭りにて  
「島根和牛サイコロステーキ」を販売

11月24日(日)に開催された2024隠岐の島町いきいき祭りに、JAしまね隠岐地区本部から、国消国産運動と地域貢献活動の一環として、地域の皆様に島根和牛の安心とおいしさを知っていただく事を目的に、島根和牛サイコロステーキを販売しました。当日は、天候に恵まれ、島根和牛サイコロステーキ販売窓口は行列となり30kg用意していた島根和牛が1時間30分で完売となりました。また、JAしまね隠岐青年連盟では無料米重量あてクイズを行い、参加者全員に島根米二合と、さらにはびたり賞(誤差3g以内)の方には藻塩米3kgを進呈しました。



(報告/企画総務部)

グラウンド・ゴルフ大会を開催

11月16日(土)に、隠岐の島町総合グラウンドで第5回JAしまね隠岐地区本部グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。本大会は、JAしまねの地域貢献活動の一環として毎年開催しています。昨年は残念ながら雨天のため中止となり、今年も前日まで天候を心配していましたが、大会当日は程よい気温で絶好のグラウンド・ゴルフ日和となりました。総勢39名の方にご参加いただき、日ごろ培った技術と集中力で素晴らしいプレーを見せていただきました。今年には特に白熱した優勝争いで参加者の皆さんには楽しんでいただけたと感じています。



今後本大会への参加を通じて地域の方々同士の交流を深めていただき、更なるグラウンド・ゴルフ競技の発展と皆が健康で明るく暮らせる地域社会づくりに貢献していきたいと考えています。

(報告/隠岐支店 金融課)

お便りコーナー

読者の皆様のご意見・ご感想をご紹介します

「組合長が行く」

柴さん、高橋さん、野津さん、隠岐の特色を生かし、それぞれ積極的に事業を行い隠岐の島発展に寄与されてすばらしいです。

(上西・Hさん)

クロスワードパズル、川柳の広場を毎月楽しみに見ています。

(原田・Mさん)



皆さんありがとうございました。今後また皆さんの便りおまちしております

令和6年11月5日西郷家畜市場市況（子牛）

（単位：円、kg）

性別	入場頭数	取引頭数	1頭当価格			平均体重	1kg当単価	平均日令	前回比	前回
			最高	最低	平均					
♀	57	56	445,500	85,800	313,795	207	1,513	236	△20,265	334,060
♂	0	0							0	
去勢	83	81	643,500	101,200	378,386	238	1,587	243	2,775	375,611
小計	140	137	643,500	85,800	351,984	226	1,559	241	△5,819	357,803
再セリ	3	3	383,900	104,500	246,033	208	1,181	236	△38,867	284,900
合計	143	140	643,500	85,800	349,714	225	1,552	240	△6,631	356,345

※価格は税込みの価格となります。

営農情報

令和6年産米集荷状況

令和6年11月27日 現在

品 種 名	出荷予約数 (袋)	出 荷 数 (袋)	等 級			1等米比率	集 荷 率
			1等	2等	3等		
う る ち 米	11,730	11,050	5,394	3,701	1,955	48.8%	94.2%
コ シ ヒ カ リ	4,940	4,219	1,554	1,769	906	36.6%	85.4%
コシヒカリ（慣行栽培）		3,394	1,256	1,232	906	37.0%	
コシヒカリ（特別栽培米）		537	0	537	-	0.0%	
一般藻塩米（コシヒカリ）		22	22	-	-	100.0%	
特選藻塩米（コシヒカリ）		266	266	-	-	100.0%	
き め む す め	5,911	6,156	3,639	1,615	902	59.1%	104.1%
きめむすめ（慣行栽培）		4,253	1,736	1,615	902	40.8%	
一般藻塩米（きめむすめ）		257	257	-	-	100.0%	
特選藻塩米（きめむすめ）		1,646	1,646	-	-	100.0%	
つ き あ か り	539	399	0	252	147	0.0%	74.0%
つ や 姫	340	276	211	65	0	76.4%	81.2%
に こ ま る	40	109	109	0	0	100.0%	272.5%
そ の 他 う る ち	0	0	0	0	0	0.0%	-
酒 米	680	457	0	358	99	0.0%	67.2%
五 百 万 石	410	233	0	134	99	0.0%	56.8%
山 田 錦	270	224	0	224	0	0.0%	83.0%
も ち 米	247	69	0	28	41	0.0%	27.9%
ミ コ ト モ チ	177	41	0	0	41	0.0%	23.2%
ヒ メ ノ モ チ	0	0	0	0	0	0.0%	-
ヤ シ ロ モ チ	70	28	0	28	0	0.0%	40.0%
合 計	12,657	11,576	5,394	4,087	2,095	46.6%	91.5%

（報告／經濟部）



**定期貯金 キャンペーン**  
当JAへ新たな資金でお預入れいただくと

定期貯金



# 必ずもらえる



**500万円コース** どちらか選べる

※3種 5kg (15kg) を2回に分けてお届け

※1 20,000円分(金利0.4%相当)

しまね和牛肉 焼き肉・スライスセット(冷蔵)かお米(30kg) どちらかプレゼント!

**300万円コース** どちらか選べる

※1 10,000円分(金利0.33%相当)

しまね和牛肉 焼き肉・スライスセット(冷蔵)かお米(15kg) どちらかプレゼント!

500万円分の定期貯金を新規でご契約された方に20,000円分のしまね和牛肉焼き肉・スライスセット(冷蔵)かお米(30kg)どちらかをお選びいただきお届けいたします。※お米は、15kg(島根県産こしひかり(5kg)、つや姫(5kg)、きぬむすめ(5kg))を1セットとして、2回に分けてお届けいたします。(合計 2セット)

300万円分の定期貯金を新規でご契約された方に10,000円分のしまね和牛肉焼き肉・スライスセット(冷蔵)かお米(15kg)どちらかをお選びいただきお届けいたします。※お米は、15kg(島根県産こしひかり(5kg)、つや姫(5kg)、きぬむすめ(5kg))を1セットとしてお届けいたします。

**100万円コース** どちらか選べる

※1 3,000円分(金利0.3%相当)

しまね和牛肉 パラエティ 切落しセット(冷蔵)をプレゼント!

100万円分の定期貯金を新規でご契約された方に3,000円分のしまね和牛肉パラエティ切落しセット(冷蔵)を、お届けいたします。

★期間 1年以上の定期貯金を対象とさせていただきます。上乗せ金利の適用があるものを除きます。★ATM・IBで契約いただいたものについては除きます。★本キャンペーンは1人2,000万円を上限として特典の対象とさせていただきます。★本キャンペーンは募集額が105億円です。募集額に達した場合は、その時点で募集を終了させていただきます。※1 1年定期貯金の場合の金利換算として表記しています。※夏のキャンペーン定期を解約して新たにご契約された場合は特典の対象外とさせていただきます。※お米については、3種5kg(15kg)が1セットになり、500セットに達した時点で終了となります。



**定期貯金 キャンペーン**  
当JAへ新たな資金でお預入れいただくと

2024 11/1(金) ▶▶▶ 12/30(月)



# 抽選でもらえる

コース

**1** 10万円以上新規で定期貯金をご契約されると、抽選で合計600名様に島根のお米食べ比べセット(5,000円相当)(仁多米こしひかり(2kg)、つや姫(2kg)、きぬむすめ(2kg))をプレゼント!

## ダブルチャンス

- 2** ①に外れた方に、抽選で100名様に農協商品券1,000円分をプレゼント!
- 3** ①、②に外れた方で、ATMまたはJAネットバンクからご契約いただいた方に、抽選で50名様に農協商品券1,000円分をプレゼント!



くわしくはJAの窓口までお問い合わせください。

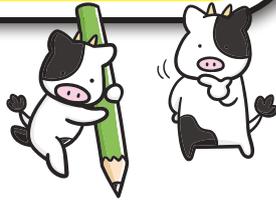
★期間 1年以上の定期貯金を対象とさせていただきます。※上乗せ金利の適用があるものを除きます。抽選権の失効/抽選日の前日までに対象商品が中途解約されていた場合、抽選権は無効となります。

# クロスワードパズル

農協全国商品券をもらっちゃおう!!

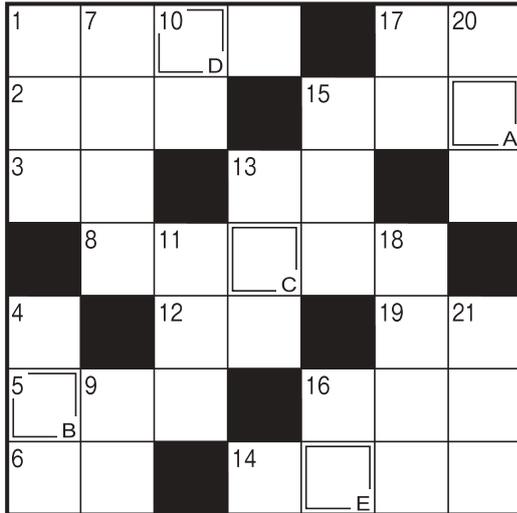
出典：(株)新聞連『JA広報通信』2024年12月号

CrossWord Puzzle



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 ● ニコロ



答え

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

## タデのカギ

- ①年賀状をコレからSNSなどに切り替える人も増えました
- ④サトイモの親芋のまわりにできます
- ⑦コートなどに用いる毛織物
- ⑨ここで話していても——があかないから見に行こう
- ⑩しんしんと降り積もるもの
- ⑪箱根駅伝は10——、計217.1kmで競います
- ⑬さんずい、うかんむりなど
- ⑮ほうぎに乗って飛べるとか
- ⑯10を3回かけ合わせると
- ⑰縁起をかついで食べる受験生もいます
- ⑱おせち料理に入れる紅白の食材といえ
- ⑳チャールズ・チャップリンは——の王様です
- ㉑可燃ではありません

## ヨコのカギ

- ①宝船の絵を枕の下に入れておくとよいものが見られるとか
- ②窓を開けて取り込みます
- ③カード式のホテルもあります
- ⑤中東の国のひとつ。首都はテヘラン
- ⑥きねと白でつくもの
- ⑧「本の虫」と呼ばれることも
- ⑩七草を入れて炊くことも
- ⑬初詣で一年の——を祈った
- ⑭「見通しがきく」ことを願っておせち料理に入れます
- ⑮マスカラを付けるところ
- ⑯脊椎動物にはありません
- ⑰「Rがつかない月には食べるな」といわれる貝
- ⑱耳が冷えないようにイヤー——をつけた

## 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。右記の二次元コードからもご応募いただけます。



### ● 賞品

正解者の中から抽選で30名（JAしまね全体）の方に「農協全国商品券」をお贈りします。

### ● 当選者発表

賞品の発送をもってかえさせていただきます。

### ● 宛先・締切

〒685-0016 隠岐郡隠岐の島町城北町151  
JAしまね 隠岐地区本部 「クイズ」係  
2025年1月3日（金）（当日消印有効）

### ◆ 先月号の答え ◆

#### 「セイカタイ」



「家の光」1月号定価 922円  
ご購入は、お近くのJAへお問合せください。

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



### 佳作

良薬は孫の笑顔を待つ夕べ  
虫達は自分の好きな時に鳴く  
欠点も上手に使い生きてみる  
好き嫌い 言える幸せ知る入院  
帰省する別れの涙声かれる

松江市 後藤 竹子様  
松江市 本田 祥子様  
出雲市 榎井 伸幸様  
江津市 渡津かずお様  
津和野町 豊田 往野様

もの忘れふせぐ薬を飲み忘れ

邑南町 山塚 豊子様

仏壇の前であなたの子に戻る

出雲市 北村 功様

ああすれば良かったなあと思う今

隠岐の島町 上川 晃一様

### 優秀賞

（評）今日も生きてる私です。その確認の第一歩で、水をゴクリと飲んでみて、旨さを感じ、生きている私を確かめます。

水ごくり今朝も生きてる水うまい

出雲市 佐野美和子様

### 最優秀賞

川柳の広場

選句者 島根県川柳連盟会長  
竹治ちかし先生

JAしまねびよりは、皆様からの俳句・川柳を募集しています。締切は毎月14日必着です。（最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句）1月号は俳句を募集します。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。  
※応募作品は自作で未発表のものに限ります。  
※応募作品の一切の権利は、JAしまねに帰属するものとします。  
※受賞作品は地域名、氏名（または雅号）を掲載します。

### あて先

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

最優秀賞、優秀賞の4名様には「農協全国商品券1,000円分」をお贈りします。



・お預かりした個人情報、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。

# 知って得する！ 農業者年金



終身年金で安心！

農業者の方は、国民年金の上乗せの公的な年金「**農業者年金**」に加入して安心して豊かな老後を！

- 農業者なら誰でも入れる**「終身年金」**です！
- 一定の要件を満たす方には、  
月額最大 **1万円の保険料補助**
- 保険料は**全額社会保険料控除の対象**  
など、生涯を通じて大きな節税効果！

詳しくは…    
<https://www.nounen.go.jp>

※農業者年金に加入できる方の要件は以下の通りです。

- ・年間60日以上農業に従事している方で、
- ・国民年金第1号被保険者（60歳未満）又は、  
国民年金の任意加入者（60歳以上65歳未満）

※詳しくは、お近くの農業委員会、又はJAへ！



全国の旬のおいしさをお届けするJAグループの頒布会



## 旬鮮倶楽部



年1回のお申込みで、毎月カタログからお選びいただいた商品をお届けします。

毎月旬の味覚が届く1年間をお楽しみください。

果物、野菜、お肉といった国産農畜産物や、それらを使った惣菜やスイーツに加え、全国各地の名産品やお花も取り揃えています。旬の果物の味を楽しむ、遠方の名産品を旅行気分を楽しむ、お花を見て楽しむなど、様々な楽しみ方が可能です。



WEBアンケートキャンペーン

全国で**600名様に抽選で**

**「簡単便利な冷凍ごはん 3種12袋詰合せ」をプレゼント!**

ご応募  
対象者

2025年度4月お届け商品に同封する文書に記載の二次元バーコードまたはURLからアクセスし、WEBアンケートにご回答いただいた方。

アンケートの回答期限は2025年5月31日(土)まで

「旬鮮倶楽部」のカタログのご希望、ご質問、お申し込みはお近くのJAへお問合せください。



### ごぼうとさつまいものきんぴらサラダ



#### コメント

・食物繊維豊富なさつまいもやごぼうで腸内環境を整え、免疫カアップ!  
・あと一品ほしいとき、野菜不足が気になるときにオススメです。

#### アレンジ

・もっと簡単に作りたい場合は、切った材料を全部レンジで加熱し、水気を取ってからごま油をまぶしてAの調味料で和える。  
・Aの調味料の中にツナやかつお節を加えても美味しくいただけます。

#### 材料 (4人分)

- さつまいも… 1本 (250g)
- ごぼう…………… 1本 (150g)
- にんじん… 1/2本 (80g)
- みりん…………… 大さじ1
- しょうゆ…………… 小さじ2
- ごま油…………… 大さじ1
- すりごま (白) …… 大さじ3
- マヨネーズ…………… 大さじ3
- 薄口しょうゆ…………… 小さじ2
- 一味とうがらし…………… 適量

#### 作り方

- ①にんじん、ごぼうは皮をむいて、長さ3～4cmの細切りにし、ごぼうは水につけてアク抜きをしてから水気をきる。
- ②さつまいもは皮付きのままよく洗って、長さ3～4cmの細切りにし、水につけてアクを取ってから耐熱皿にのせ、ラップをしてレンジ(600w)で4～5分加熱して柔らかくする。
- ③フライパンにごま油を熱し、ごぼうとにんじんがしんなりする程度に炒め、みりんとしょうゆで下味をつけ、皿に取り出し、粗熱を取る。
- ④ボウルにAを混ぜ合わせ、粗熱が取れたごぼうとにんじん、さつまいもを加えて和える。

#### 材料 (4人分)

- 鶏むね肉 (皮なし) …… 300g
- 木綿豆腐…………… 200g
- おろししょうが… 小さじ1
- パン粉…………… 大さじ3
- 酒…………… 大さじ3
- マヨネーズ…………… 大さじ1
- 片栗粉…………… 大さじ2
- 塩こしょう…………… 3ふり
- ごま油…………… 大さじ1
- 酒…………… 大さじ1
- 濃口しょうゆ…………… 大さじ1
- みりん…………… 大さじ1
- 砂糖…………… 大さじ1
- オイスターソース… 小さじ1
- スプラウト…………… 適量
- 細ねぎ…………… 適量
- プチトマト…………… 4個

#### 作り方

- ①木綿豆腐は軽く水切りしておく。
- ②鶏むね肉は包丁で切ったり、叩いたりして細かく刻む。(ある程度でOK!)
- ③ボウルに①と②とAを全部入れてよく混ぜる。
- ④8～12等分にして細長い楕円形に整える。
- ⑤フライパンにごま油を熱して、④を並べ入れ、中火で両面を色よく焼く。
- ⑥Bを混ぜ合わせ、⑤に回し入れて煮からめ、好みのとろみになったら取り出して、スプラウト、ミニトマトとともに盛り、細ねぎを散らす。

#### コメント

・豆腐でボリュームアップ! 鶏むね肉を使うことでひき肉よりもヘルシーな仕上がりに!  
・竹串にさして白ごまを振れば、おせち料理の一品になります。

### ヘルシーつくね



クリスマスリース風に盛り付け

#### アレンジ

・乾燥芽ヒジキや乾燥わかめを戻さず、そのまま入れても美味しくできます。  
・Bの調味料のしょうゆをケチャップや味噌に替えて、味変も楽しめます。

### 健康散歩

## 冬の乾燥からお肌を守りましょう

JA島根厚生連

冬になると肌が乾燥し、かさつきやかゆみ、湿疹などの肌のトラブルが増えてきます。皆さんも肌トラブルで困ったことはありませんか? 特に、かゆみはイライラの原因となったり、睡眠を妨げたりなど生活の質の低下につながりかねません。



冬に皮膚が乾燥しやすい原因は、空気中の湿度が低いと、皮膚の水分が蒸発しやすいことや、暖房の使用により室内の湿度も低くなるため、ますます乾燥を加速させてしまうことなどがあげられます。

皮膚が乾燥すると、温度変化や衣服の摩擦、化粧品などの刺激に過敏に反応し、かゆみがおこりやすくなります。また、かゆみを我慢できずに掻いてしまうと、ますますかゆくなったり、湿疹ができてしまったり、雑菌が侵入しやすくなったりするなど悪循環に陥ってしまいます。強いかゆみ、湿疹、ただれ、痛み、熱感があるようなら皮膚科を受診しましょう。

#### 【肌を乾燥から守るための日常生活のポイント】

##### ●室内環境

・エアコンは室内の空気を乾燥させてしまうため注意が必要

です。湿度を上げるため加湿器を使用したり、洗濯物を室内で干したりして工夫しましょう。室内の温度は18～23℃、湿度は50～60%を保つようにしましょう。

##### ●入浴

・体を洗うときにタオルを使う場合、ナイロンタオルは皮膚への刺激が強いため、柔らかいタオル(コットンや洗浄用の皮膚に優しいタオルなど)を使用しましょう。タオルを使用せず手のひらに泡立てた石鹸の泡をつけて優しく洗いをするのもよいです。皮膚への刺激を最小限にしましょう。

・湯温は38～41度くらいを目安にし、時間は10分程度がよいでしょう。保湿効果があり、刺激の少ない入浴剤を使用するのもお勧めです。

##### ●保湿

・入浴後は皮膚の水分がどんどん蒸発してしまうので、すぐに柔らかいタオルで押し当てるように水分をふき取り、その後、保湿剤を塗りましょう。保湿剤は入浴後や朝など1日1～2回塗るとよいでしょう。ドラッグストアなどで様々な保湿剤が購入できますが、迷う場合は薬剤師に相談し、自分に合った継続しやすいものを選びましょう。