



2021

# JAしまねびより 11

November  
Vol.68



みつけた。  
しまねのファーマーズ  
柴 功一さん  
[隠岐地区本部]

特集 JALしまね  
公式SNS開設

／SNSで旬な情報を投稿しています／



JALしまね 島根おおち地区本部版



## 島では珍しい施設野菜

日本海に浮かぶ隠岐諸島のひとつ、隠岐の島町。実はスーパーに並ぶほとんどの野菜が、島外から送られてきたものだと思います。その現状を何とかしたいと、野菜のハウス栽培を始めた柴さん。柴さんは隠岐の島町で生まれ育ち、高校卒業後は大田市にある県立農林大学校

に入学。農業について一から学びました。その後、広島県の農業法人に就職し、野菜苗を作る仕事を行い、3年後隠岐の島町にUターン。当初は島のホームセンターに出荷するための野菜苗を生産していました。その際、余った苗を自分で育て、採れ

## 柴功一さん(36歳)

今月は、隠岐地区本部。隠岐郡隠岐の島町原田地区できゅうりやトマトなどの施設野菜・野菜苗の生産に取り組む柴功一さんにお話を伺いました。



た野菜を産直市に出していましたが、想像以上に売れ行きが良く、需要を感じたそうです。ちょうどその時「リースハウス事業制度」が始まったこともあり、ハウス建設にかかる資金の補助を受け、本格的にきゅうりやトマトの生産をスタートさせました。



## みずみずしくて真っ赤なトマトを店頭に

隠岐の島町で農業といえば、主に水稲や畜産が挙げられます。家庭菜園をしている方は多く見られますが、本格的に野菜を生産する人はほとんどいません。そのため、島内で売られている野菜は本土から送られてきたものが中心。トマトなどは、本土で熟

す前に収穫され、輸送中や店頭で追熟されるよう計算されています。その場合、完全のものに比べると、味はもちろん、鮮度や香りなどがどうしても落ちてしまいます。家庭菜園をしている方は収穫期に採れたての野菜を食べることはできませんが、それ以外の季節に関しては島外のものに頼るしかないのが現状です。柴さんは「島の人にもっと新鮮で適熟した野菜を食べてもらいたい」という思いを胸に、日々生産に取り組んでいます。



真っ赤なトマトが育っています



トマトのできを確認する柴さん

## 島の流通を把握することが課題

野菜生産を始めてからまだ2年目。どのくらい売れて、どのくらい足らなかったかという全体の数字を把握しきれないため、作付け量も手探り状態だと言います。今は生産、出荷を繰り返しながら量の調整を図っている段階で、「自分でデータを取って、今後の収量を決めていかないといけない」と語る柴さん。昨年のデータだと、量がまだ足りず、今年には作付け量を少しずつ増やしています。そして「市場のニーズとそれに伴う供給量など、島全体の流通を把握していく必要がある」とマーケティングも常に欠かしません。今後は「島で育て、島で売る」ということをテーマに、JAをはじめ、島全体で課題に取り組んでいきたいと真摯な姿勢を見せています。



「島で育て、島で売る」との熱い思いで取り組んでいます

## いちごの栽培にもチャレンジ!

柴さんは、今年からいちごの栽培も始めました。隠岐では近年いちごを出荷する人はおらず、県の普及員に指導を受けながら、栽培を学んでいます。いちごもきゅうりやトマトと同じく、鮮度が重要な作物。島の人に真っ赤ないちごを届けることを目標に、柴さんは新たなことにも積極的にチャレンジしています。

## 休日はないけれど

今までの野菜苗の生産に加え、野菜の生産・出荷と、毎日忙しく動き回る柴さん。プライベートでは、現在5歳と3歳の2人のお子さんを育てるお父さんでもあります。「休みはほとんどありませんが、手が空いたときに空港や海などに連れていきます」と子どもたちの喜ぶ顔を見るのが嬉しいそうです。また、現在は自分の趣味に費やす時間はありますが、幼い頃は柔道少年だった柴さん。違う学校にいた同年の「隠岐の海関」とは、柔道で何度も対戦したことがあり、一度も勝てなかったそうで「やっぱり彼は当時から強かったです」と苦笑いと共に、思い出のエピソードも



今年からイチゴの栽培も開始。「よつぼし」を育てていて、冬に初収穫を予定しています

## 島のものは島で作ることが目標

最近では近くの小学校からの依頼を受け、子どもたちに農業の話をすることもあります。島の子どもたちが農業を身近に感じる機会もできました。「今後はい



お子さんの時間も大切にしている柴さん

最近では近くの小学校からの依頼を受け、子どもたちに農業の話をすることもあります。島の子どもたちが農業を身近に感じる機会もできました。「今後はい

### プチっと情報!

## 柴さんが育てる野菜

柴さんが栽培する「キュウリ」と「トマト」。夏の野菜のイメージですが、端境期を狙って春と秋に収穫できるよう工夫され、隠岐の皆さんに新鮮で適した野菜を届けています。

そんな「キュウリ」と「トマト」は現在、秋の収穫真っ只中!!

柴さんのおススメの食べ方は「やっぱり生で食べるのが一番!」とのことでした😊



ご狩りの体験もできたら」と柴さん。隠岐で今までできなかった新たな活動にも一役かっています。

現在ハウスを7棟所有していますが、近くに2棟増やし、安定的に供給できるよう対応していく予定です。また、現在は両親と3人で作業していますが「今後のことを見据えて、労働力を確保

し事業を拡大していきたい」と雇用についても意欲的です。「将来的には、島のものは島で作るとい流れに持っていきたい」と語る柴さん。柴さんが立ち上がり、動くことで、島の農業に変化が起きていることは間違いありません。

# 公式SNS開設



この度、JAしまねでは公式SNSを開設しました！JAの情報や農畜産物の魅力をたくさん発信していきます☆

また、今回は開設を記念し、Instagramのフォロワー、LINEのお友だち限定のプレゼントキャンペーンを実施します!!この機会にぜひフォローや友だち登録、いいね👍をお願いします😊

## 開設した公式SNSはこちら!!!

### Instagram



アカウント名  
JAしまね  
(ja\_shimane)



ポイント

写真や動画といったビジュアルに特化しており、リアルタイムな写真がアップされるため、イメージが膨らみやすいのが特徴です。また、検索ツールとしても活用でき、商品購入などInstagramを利用する人も多くいます。

### LINE



アカウント名  
JAしまね  
ID⇒@406yrqyr



ポイント

LINEユーザー同士では、無料で通話とトークと呼ばれるチャットが使えます。トークでは、文章だけでなく、写真や絵文字などのほか、「スタンプ」と呼ばれるキャラクターの画像と一緒に送れるのが特徴です。

### Facebook



アカウント名  
JAしまね



ポイント

ユーザーは実名で登録するため公共性が高く、情報の信用性も高いのが特徴。年齢問わず幅広い年代の方が利用し、全世界に多くのユーザーをもつ名実ともにNo.1のSNSです。

### YouTube



チャンネル名  
島根県  
農業協同組合  
(JAしまね)



ポイント

世界最大の動画共有サービス。世界最大の人が公開した動画を無料で見ることができます。近年ユーチューバーと呼ばれる動画クリエイターが、続々と登場しており登録者数や再生回数も増えています。

担当課より  
ひとこと



JAしまねは、この度4つの公式SNS（Facebook・Instagram・LINE・YouTube）をはじめました。それぞれの特徴を活かして、各地の農業現場や直売所、JAの取り組みなど様々な情報を発信していきます。JAをより身近に感じてもらえるよう、あまり堅苦しくならず、ほっこりした内容に努めたいと思いますので、皆さんどうぞ温かく見守ってください。ぜひこの機会に「フォロー」「いいね」「お友だち登録」をお願いいたします！

総務部ふれあい福祉課 田部泰典課長

# お待ちしました!!! JAしまね

島根県内の農畜産物の魅力やJAしまねのことについてももっともっと多くの方へ広めたい…！そのためには、より多くの方に友だち登録、フォローしていただきたい…！との思いから、JAしまね公式Instagramアカウントのフォロワーと、JAしまね公式LINEアカウントのお友だち限定のプレゼントキャンペーンを実施します!! 応募条件を満たした方の中から、Instagramは5名様にしまね和牛を、LINEは10名様にシクラメンをプレゼント😊 たくさんのご応募お待ちしております💎

## ♡ 友だち登録! フォローの方限定プレゼントキャンペーン ♡

### プレゼント内容

#### Instagram

- ①雑味が少なく、旨味が際立つ味わい
  - ②やわらかさを感じれば、ほどなくあふれる肉汁
  - ③さらりとした脂はしつこさを感じさせない
- …など、おいしさを秘めた牛肉です



※写真はイメージです。

しまね和牛ステーキ用  
2枚セット  
**5名様**

#### LINE

シクラメンは、島根県の鉢物の主力品目！  
冬に長期にわたり花を咲かせてくれる球根植物で、丈夫で育てやすく、開花時期も長い冬の花の代表です



※写真はイメージです。

島根県産シクラメン  
**10名様**

### キャンペーン概要

1. 応募期間 2021年11月15日（月）～2021年12月5日（日）18時まで

#### Instagram

#### LINE

2. プレゼント内容	しまね和牛ステーキ2枚セット	シクラメン1鉢
3. 当選人数	5名様	10名様
4. 応募方法	①JAしまね公式Instagram(@ja_shimane)をフォロー ②プレゼントキャンペーンの投稿に「いいね!」をして応募完了	①JAしまねLINE公式アカウントを友だちに追加 ②トークルーム下部の「LINEお友だち登録キャンペーン」をタップして応募完了
5. 当選者発表	12月上旬、ご当選者様へのみ、応募時に利用されたInstagram上のDMへご連絡	12月上旬、ご当選者様へのみ、応募時に利用されたLINEアカウントへご連絡

6. プレゼント発送時期 12月中旬  
※都合により、当選メッセージのご連絡が多少前後する場合もございますので、予めご了承ください。  
※賞品の仕入状況により、発送が遅れる可能性があります。

### 申し込み方法

#### Instagram 申し込み方法

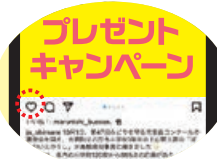
##### STEP ①

「JAしまね公式 Instagram」  
@ja\_shimaneを  
フォロー



##### STEP ②

プレゼントキャンペーンの  
投稿にいいね!をして応募  
完了!



#### LINE 申し込み方法

##### STEP ①

JAしまねLINE公式  
アカウントを  
友だちに追加する。



##### STEP ②

トークルーム下部の「LINE  
お友だち登録キャンペーン」  
をタップ!⇒応募完了!



必ず応募規約をご確認ください。

応募規約こちらから





現場の声を  
もっと聞きたい

# 組合長が行く！



J Aしまねいわみ中央地区本部管内

今月の  
訪問先

- 周布地営農組合
- 香の宮 F & A (ファームアンドアグリカルチャー)
- 株式会社 MOG-MOG (モグモグ)

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。



今回は、「周布地営農組合」「香の宮 F & A (ファームアンドアグリカルチャー)」「株式会社 MOG-MOG (モグモグ)」の 3 組織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。

「周布地営農組合」は、コシヒカリやきぬむすめなど水稲を栽培。田植えや水稲防除、稲刈りなど農作業の委託も受けています。様々な集落と連携し、お互い助け合いながら、地域の農地を守り、地域の活性化のため取り組んでおられます。川本繁美組合長らは、高齢化や耕作放棄地、獣害被害や農地の草刈り作業、国の補助事業などについて活発に意見を交わしました。川本組合長は「農業はやっばり楽しい。様々なことに對して自分が先頭に立って取り組んでいくことが大切」と力強く話されました。



意見を交わす周布地営農組合の川本組合長(左)と石川組合長

「香の宮 F & A」は「野菜をつくる人・食べる人の安全性が高く、美味しく栄養価の高い野菜を提供する」を経営理念に、小松菜や水菜、ほうれん草やチンゲンサイなど有機野菜を生産。また、仲間と販売会社(株)ぐりくんはくとを設立し、全国に向け安全安心な野菜を販売しています。大畑安夫代表は、繁忙期の人材確保や雇用の定着、物流コストなどの課題や J A のリース事業、今後の有機農業について意見を述べ

られました。石川組合長は「今後、国の政策などもあり有機農業は脚光を浴びる。一緒になって取り組んでいきましょう」と話しました。

「株式会社 MOG-MOG」は、水稲やあすつこ、また環境制御型ハウスでイチゴを栽培。施設園芸で安定的な農業を営みつつ、水田農業を組み合わせた農地の維持につなげる経営に取り組んでおられます。藤井拓次郎代表取締役は、これまでの取り組みや、江津市や拠点を置く都治地域の農業の現状、担い手の育成や後継者について意見を述べられました。また新設した環境制御型ハウスについても触れ「この地域の若手の人たちは、最新の施設を見る機会がなかなかない。設備を実際に肌で感じ、直接見てもらいながら農業を身近に感じてもらうことが大切」と力強く話されました。



香の宮 F & A の大畑代表(左)の説明を聞く石川組合長



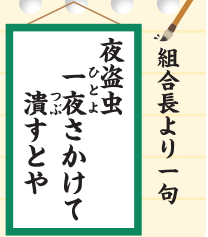
イチゴを栽培する環境制御型ハウス内で

株式会社 MOG-MOG の藤井代表取締役(右から3人目)と石川組合長(右から2人目)ら

## ★組合長から一言★



今回は 3 組織を訪問させていただきました。いずれの先も、それぞれに特徴があり、大いに参考になりました。  
取り分け「香の宮 F & A」におかれましては、これから農水省がすすめています有機農業にいち早く取り組まれ、大きな成果を挙げていらっしゃいました。  
J A といたしましても、今後、有機農業を勉強させていただき、共に取り組みたいと思います。



次回12月号では、雲南地区本部を訪問した様子を掲載します。



## topics 1

### 県青協が県と意見交換会 農業者の声届ける



島根県農協青年組織協議会は10月12日、松江市の県庁で島根県との意見交換会を開きました。昨年に引き続き、新型コロナウイルスの影響により、人数を制限しての開催となりましたが、同協議会から草野拓志会長や副会長、JAしまね地区本部青年組織の委員長ら5人が参加。県農林水産部の西村秀樹部長と活発に意見を交わしました。



県農林水産部の西村部長（手前）と意見进行草野会長（左）ら



日頃の思いを伝える県青協役員ら(左側)

草野会長は「現場の声が届いていないと感じていた。この機会に農業者の声を届けたい」とあいさつ。会の中では、農業生産や畜産の振興、担い手対策、補助事業、GAP取得の取り組みについて、現場の生の声を届けました。

担い手対策では、県内外の就農希望者に対し、就農前の支援策の強化とPRについて言及。高齢化などにより担い手不足や集落営農組織の減少が危惧される中で、新しい担い手の確保は重要であると強調し、農業だけでなく、住居など生活環境や農作業場の情報など、安心して就農できるような情報の発信を訴えました。

## topics 2

### 県産品で秋の味覚を味わって 秋のスイーツフェア開催



JAしまねと松江エクセルホテル東急は、松江市の同ホテルで県産品をふんだんに使用した「秋のスイーツフェア」を10月16、23日の2日間限定で開催しました。知名度の向上・生果の購入促進や新たな購買層の獲得を目指し、スイーツフェアを通じて秋の味覚をPRしました。

同JAはこれまでに同ホテルと「デラウェア」や「シャインマスカット」など「島根ぶどう」を使用したスイーツバイキングを実施し、好評を得てきました。

今回のスイーツフェアでJAは、アールスメロンと栗、西条柿、さつまいも、いちじく、シイタケ、キャベツの7品目を提供。会場には「いちじくのタルト」「西条柿コンフィチュールのマカロン」「モンブラン」「キャベツたっぷりペペロンチーノ」など色鮮やかなオリジナルスイーツと料理が並びました。



西条柿コンフィチュールのマカロン

それぞれのスイーツについては、通常通りに作ると色味や素材そのものの味が消えてしまうため、しっかりと感じられるよう試行錯誤を繰り返したそうです。

野菜や果物など多品目でのコラボレーションは今回が初めてで、新型コロナウイルス感染症の対策をしながら、2日間で240人の方に楽しんでいただきました。



スイーツフェアに登場した秋の味覚をふんだんに使用したスイーツたち

## topics 3

### 斐川に広域玉葱調製保管施設を建設 起工式を開催



JAしまねは10月20日、出雲市斐川町で広域玉葱調製保管施設新設工事の起工式を開きました。JA役職員や関係者ら約30人が参加し、2022年3月に完成を予定する同施設の工事の安全を祈願しました。

建設には国と県、同市の補助事業を活用。既存の玉葱調製施設と隣接する敷地に拡充し、選別保管能力を向上させます。建設面積は約3,343平方メートル、冷蔵保管施設5室、専用スチールコンテナ4,000基、タッピングマシン、玉葱調製システムが新たに整備されます。

同JAにおいて園芸重点推進5品目のひとつであるタマネギは、主産地の斐川地区本部を筆頭に県内各地域で栽培が進んでいます。既存の調製施設は1995年に建設され調製を行ってききましたが、夏場の高温による黒かび病や腐敗病の発生、乾燥・保管をハウスで行っているために産地で管理できる期間が短期に限られていたこと、調製機械の老朽化、また同町以外の産地では収穫後の体制が整っていないなど、「島根たまねぎ」として産地化を図るには課題がありました。

今回新たに施設整備を行うことで、収穫後の除湿乾燥や低温保管、調制作業や出荷から販売までの体制が整い、生産者は栽培に集中することができます。また、冷蔵貯蔵が可能となることで貯蔵中の品質低下を防ぎ、長期にわたり安定した出荷が可能となる等、生産者の生産意欲向上に繋がり、面積拡大への期待がかかります。

石川寿樹組合長は「タマネギは県と共に取り組んでいる水田園芸重点推進作物の一つ。建設をきっかけにタマネギ生産の更なる振興を目指す」と話しました。



工事の安全を祈願して鉄入れをする石川組合長

# 輝く50万パワー☆ しまねの女性部！

## 出雲女性部

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

未だコロナウイルス収束の兆しが見えない中ですが、出雲女性部4,336名の仲間たちは「SDGs」の活動を軸に、前向きにできる事から少しずつ活動を再開しています。今年2月の「女性部まつり・家の光大会」では、コロナ対策を徹底した中、家の光三誌愛読者拡大運動・おもてなしプロジェクトの優績表彰や講演会などを行い約200名の部員が集いました。また、8月には家の光記事活用研修会を開催し、参加者みんなで賑やかにエコバッグ作りに挑戦しました。そして、11月には(株)農協観光と協力し「【島根ワイナリー】での島根和牛すき焼き御膳と出雲大社&島根県産米おにぎり教室」日帰りプランを計画しています。地産地消・食農教育を掲げる出雲女性部ならではのおにぎり教室を開催し、参加されるみなさんへ地元のお米の美味しさ・大切さを伝えていきます。



## 一所懸命青年連盟

## JAしまねくにびき青年連盟

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

ささきのりあき  
佐々木 紀祥さん



JAしまねくにびき青年連盟（以下、農青連）の佐々木紀祥さん（48）は、平成11年から就農し、松江市の揖屋干拓地でエゴマ、ウコン、スイートコーン、ネギ、タマネギ、ジャガイモなどを栽培しています。

就農当時、農業の経験がなかったため、ノウハウもなく、苦勞していたときに、JA職員から農青連の話を聞き加入。「盟友といろいろな情報交換もでき、自分の農業にも役立っている」と、農青連での活動が農業に活かされていると話します。

特に加工品の販売に力を入れる佐々木さんは、エゴマ油やウコン粉末をJAの産直店舗やインターネットなどを通じて販売。また、松江市ふるさと納税の返礼品に採用され、全国に送られています。「エゴマは夏場に摘心や除草など、暑い中での作業は苦勞するが、より良いものを消費者の皆

さんに届けたいと思い、がんばって作業している」と話す佐々木さん。

「今後も、安全・安心な農産物生産に努め、消費者の方に喜んで買っていただけるような商品や農産物を販売していきたい」と意気込みを語りました。





あなたもチャレンジ!

# 家庭菜園



## 畑仕事に便利な農具 快適で楽しい 作業をするために

農具はかつての「村の鍛冶屋さん」が、農作業の用途や土質に適した形に作り上げた道具です。そのため地域によって形状がさまざま。そろえておきたい代表的な農具を紹介します。

### 土起こし作業 (図1)

荒れた畑は土が固く締まり、草の根がはびこっています。このような畑を起すには、備中鍬(ぐわ)か唐鍬(ぐわ)を使います。備中鍬は3、4本の爪に分かれ、粘土質の畑でも土離れの良い刃型で、芋の掘り起こしにも重宝します。唐鍬は1枚の細身で肉厚の刃で、頑丈なので荒起こしに向きます。スコップは土を運ぶ、穴を掘る、堆肥・肥料を土と混ぜるなどに使い、先のとがった剣先スコップは穴掘り作業に、先が平らな角スコップは運ぶ、混ぜる作業に適しています。

### 畝立て作業 (図2)

平鍬(くわ)は1枚の刃が付き、耕す、整地をする、溝を掘る、畝を立てる、土寄せするなどほとんどの作業がこれ1本でできます。平鍬の背側や側面を使って、整地作業もできます。長さや重さが体や体力などに合った物を選びましょう。農具を一つ選ぶとすれば、万能の平鍬です。また、効率良く整地作業をするには、熊手のようなレーキを使います。土中の雑草の根なども除去できます。最後に、畝をきれいに仕上げるには、板切れ(端材)を使い、表面をならします。

### 除草、土寄せ作業 (図3)

草刈りには、片手鍬(ぐわ)、ホーとも呼ばれる半月形や三角形の軽量の鍬があります。柄が長く立ち姿勢で作業ができる三角鍬(ぐわ)は、土寄せ、溝切りにも使えます。草刈りには平鎌を使います。伸びてきた草を片手でつかみ、鎌先を地際から手前に引いて切断します。のこぎり鎌は、堅い草を刈るのに向いています。

図1 土起こし作業

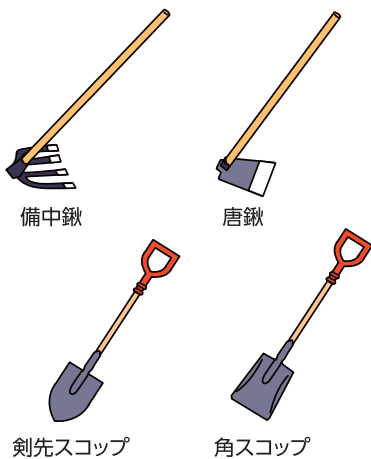


図2 畝立て作業

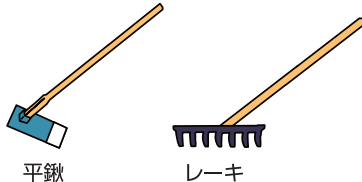
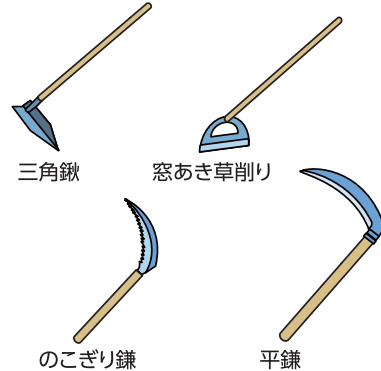


図3 除草、土寄せ作業



園芸研究家 成松 次郎

## 理事会情報 (9月29日開催)

### 【協議事項】

- ①令和3年産島根米の仮単価の設定(追認)について
- ②ソリューション【C】地区本部米穀直売の本店集約に向けた取り組みについて
- ③【西条柿】石見広域選果場集約について

- ④営業店システム導入にかかる次期端末等のベンダ選定について
- ⑤信用事業方法書(為替取引)の一部改正について
- ⑥組合と理事との取引(契約)の承認について(紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)

## 管内市町へ 令和4年度 農林施策・予算要望

10月  
**7**

～

10月  
**8**

島根おおち農政会議協議会、島根おおち園芸振興協議会、島根おおち肉用牛改良組合協議会と島根おおち地区本部は、管内4市町、川本町、美郷町、邑南町、江津市と各市町議会に対し、令和4年度農林政策及び予算に関する要望書を提出し、地域で持続的な営農を目指すための14項目の要望と各地域独自の要望を行いました。島根おおち農政会議協議会山中康樹会長と島根おおち地区本部日高光弘本部長は、「高齢化、担い手、後継者不足、増加する鳥獣被害、加えて新型コロナウイルス

イルスの蔓延が農業部門に大きな影響を及ぼしており、管内農業と地域を維持するためには関係機関が一体となった取り組みが必要。地域農業の基盤強化・人材育成を進め、地域が活性化するための支援策について予算確保など強くお願いしたい。」と訴え、各市町からは「関係機関、JA、行政が一体となって西部中山間地域の持続可能な夢のある予算組みを協議していきたい。」と力強くお応え頂きました。

川本町



美郷町



邑南町



江津市



## けん引免許 (農耕車限定) 取得準備講習会の開催

10月  
23

島根おちち地区本部は、国土交通省がけん引式農作業機を道路運送車両法上の小型・大型特殊自動車に位置付け「農耕作業用トラクタ」をけん引して公道走行が可能としたことを受け、担い手農家の大型特殊免許取得者を対象に、けん引免許取得試験の準備講習会を実施しました。

準備講習会では、当地区本部営農企画課、米穀農産課、TAC、農機拠点センターが連携して講師を務めました。座学では、けん引規定とそのチェックポイント、トラクター乗降時、発進時、走行時の安全確認、危険回避などの座学のとトラクタを装着した実機確認及び走行の実技指導、その後、地区本部駐車場に設けられた模擬コースで走行練習が一日かけて行われました。この準備講習会は10月23日から12月5日の間、5回実施され27名が受講される予定です。また、大型特殊免許取得の準備講習会も10月に3回実施され21名が受講されました。当地区本部では今後も組合員みなさまの農耕車免許(大型特殊免許・けん引免許)取得の支援を行います。



## ふれあい農園 いも掘り

10月  
5

島根おちち青年連盟、島根おちち女性部、島根おちち地区本部が協力して邑南町中野地区にある「JAふれあい農園」において、いも掘り作業を行いました。一昨年までは管内の保育園児を招き一緒にいも掘りをし、収穫したサツマイモを使った料理を参加者全員で食べて交流をしていました。しかし昨年に続き今年も新型コロナウイルス感染症防止のため園児を招待しての交流会は中止されました。代わりに「ふれあい農園」で栽培したサツマイモを管内14カ所の保育園・保育所に送ることとなり、1日に圃場の草刈りと芋のつる切り作業を行い、5日朝からいも掘り作業を行いました。早い梅雨入り、日照り続き、その後の長雨など天候の影響からか収穫量は多くありませんでしたが、選別したあと管内各保育園・保育所に配布し、「大きな芋ですね」と大変喜んでいただきました。各保育園・保育所からはお礼とともに「来年はコロナを気にせず、園児が土と人に触れ合いながら、いも掘りができたら嬉しいですね」などの言葉を頂きました。今後とも青年連盟、女性部、JAが協力し、

子供たちが土に触れ、地域で作られる農作物のすばらしさを知り、育てる喜びや食する喜びを伝える取り組みを進めていきたいと考えています。



## 島根の花品評会開催

10月9日  
～  
10月10日

10月9日（土）から10日（日）にかけて出雲市朱鷺会館にて「島根の花品評会」が開催されました。県内より106点の出品があり、島根おち管内から8点出品されました。審査の結果、島根おち管内より、美郷町 小松地農園さんの花きが入賞されました。

島根の花品評会  
○島根県農業協同組合  
組合長賞  
美郷町 小松地農園



受賞された スプレーストック

## 乾椎茸どんこの部「林野庁長官賞」を受賞

第68回全国乾椎茸品評会が7月10日に静岡県藤枝市で開催され、川本町の松田美知子さんが出品された乾椎茸がどんこの部で林野庁長官賞を受賞されました。松田さんは川本町で26年間原木椎茸の栽培に取り組んでおられ、自家原木を使用し袋かけなどを行い良質生産に向けて努力を重ねられております。島根県から42年ぶりの入賞の快挙に対して、日高本部長より褒賞を授与され、松田さんは引き続き良質な乾椎茸の生産に意気込んでおられました。

7月10日



## ブロッコリーのリレー出荷始まる

10月1日

島根おち地区本部では、ブロッコリーの出荷が始まりました。当地区本部では新型コロナウイルス蔓延による影響で減少した契約野菜の代替品目としてブロッコリーの県内産地とのリレー出荷、中山間地域での10月出荷の確立を目指し、昨年より試験栽培に取り組みていきました。例年、定植時期となる7月下旬から8月上旬にかけて、高温となり降水量も少ないため、灌水施設を設置して、活着促進、初期生育の確保に努めました。生産者からは「灌水をして、梅雨明け後の乾燥状態を解消し、活着を促進したことで10月に出荷することが出来た。」と初期の灌水の必要性を訴えておられました。9月28日には出荷目合わせ会を開き、市場の提案を受け作成した規格板を活用し品質の揃ったブロッコリー出荷に取り組んでいます。本年度の作付け面積は、前年の3倍となる3ヘクタールに増やし、10月、11月を中心に山陰・山陽方面に、3,500ケース（1ケース当たり6キロ）を出荷、販売高700万円を目指します。

益田営農指導員は「中山間地域での10月出荷が可能となった。島根県産ブロッコリーの安定販売につながるため継続的な作付けに取り組みたい。」と力強く話しました。



## 第12回全国和牛能力共進会 島根県推進協議会の開催

10月  
16



第12回全国和牛能力共進会島根県推進協議会が松江市くにびきメッセにおいて開催されました。協議会では功労者表彰が行われ、島根おうち地区本部管内より美郷町の彦田畜産株式会社 代表取締役 彦田照男氏が島根県基幹種雄牛である『久茂福』号の生産者として島根県推進協議会会長の丸山知事より表彰を受けられました。『久茂福』号は現在、島根の子牛市場でも評価の高い種雄牛として活躍しており、令和4年10月に開催される第12回全国和牛能力共進会では『久茂福』号の産子が第六区の島根県代表として出品されます。

また、特別区への出品を目指す島根県立矢上高等学校が「石見和牛プロジェクト」について本番さながらの内容で決意表明をされました。さらに、各地区協議会会長による激励メッセージ並びに、当地区本部管内出品対策協議会会長である川本町の野坂町長も激励の言葉を述べられました。終わりに株式会社萩牧場 代表取締役 松永直行氏が『和牛改良の今と未来』と題して記念講演をされ、第12回全国和牛能力共進会に向け士気を高めました。



## 『きのこの日』学校給食で 菌床しいたけを!!

10月  
15



邑智郡農林業振興協議会ならびに島根おうち菌床しいたけ生産組合は、10月15日の『きのこの日』に合わせて子供たちに旬のきのこを味わってもらおうと管内で生産された菌床しいたけ『樹の香』(美味しまね認証・島根県GAP認証)を邑智郡内4つの学校給食センターに届けました。美郷町学校給食センターへは美郷町都賀行にある新田農園(代表 新田陽子さん)の新田晋太郎さんが『樹の香』3キロを前日に持ち込み学校給食センターの三上亮治さんへ手渡しました。三上さんからは『樹の香』は肉厚で食べ応えがあり給食によく使います。明日はおみそ汁の中に入ります。」とお話しいただき、『きのこの日』当日には美郷町内の4つの小、中学校へ『樹の香』を使った給食324食が配送されました。島根おうち菌床しいたけ生産組合は、美味しまね認証の『樹の香』をもっと知ってもらい、多くの方に食べていただきたい。これからも純国内産原料を使用し、安心安全なしいたけ作りに努めていきます。

※GAP…生産工程管理

### 美郷町献立

秋味ごはん、椎茸のおみそ汁、ささみとれんこんのレモン揚げ、ほうれん草の白和え、牛乳



## ゆとり倶楽部〜セルフマッサージ教室



ゆとり倶楽部第5回講座は、邑南町高原地区にある吉時鍼灸整骨院の三井奈穂子さんをお招きして「セルフマッサージ教室」を地区本部大会議室で開催しました。はじめに顔の筋肉をほぐすためのニコニコ体操を行い、その後セラバンドを使用した猫背を治すストレッチ、ラップの芯を使用した筋肉ほぐしなど様々な体操やストレッチなどを指導いただきました。参加者の皆さんは思い思いに体を動かし、時折「体が温かくなってきた」という声があがってきました。また耳のツボについて説明があり、物忘れや神経痛などに効果があるといわれ

るツボを一緒に確認しました。受講生からは「今日教えてもらったことを続けて猫背にならない」「耳のツボが興味深かった」など感想をいただきました。



10月  
20

支店  
だより

## 桜江支店



この度、桜江支店ATM内にチラシブースを設置しました。

ネットバンクからローンまで数種類のチラシが一目でわかる形にしています。

気になるチラシがありましたら遠慮なく持ち帰ってください。チラシは不定期で変更を行いますので、ATMご利用の際にはATM向かって右側をチラッと見てみてください。

支店  
だより

## 川本支店

### 年金友の会グラウンドゴルフ大会

今年で9回目となったこの大会を笹遊里グラウンドゴルフ場で開催いたしました。コロナ禍でマスクを着けてのプレーとなりましたが、秋晴れの下、きれいに整備された芝生のグラウンドで気持ちよさそうに和気あいあいと楽しんでおられました。年金友の会の活動としても2年ぶりということもあり、例年以上に会員相互の親睦を深められた大会となりました。

10月  
8

結果は次の通りです。(敬称略)  
優勝：沖田正人(写真中央)  
準優勝：畑日出義(写真左)  
第三位：三宅まち子(写真右)



## 女性部「ケイトウ栽培出荷反省会」を開催

島根おち女性部は、地区本部営農部会議室において令和3年度のケイトウ栽培出荷反省会を開催しました。今年でケイトウ栽培も11年目を迎え、管内から女性部員、一般生産者、営農部と各営農生活ブロックの営農指導員、TAC職員など16名が参加しました。初めに営農部加島部長より「今年は長雨による日照不足のほか、江の川の氾濫など災害が発生し、農産物の生産には苦勞の多い年となりました。またコロナウイルス緊急事態宣言がなされましたが、島根おちのケイトウは人気が高く、市場からの需要も多かった。」と挨拶があり、営農部益田営農指導員から「今年度は長梅雨となり病気等の発生により葉の傷みがあった。その中で出荷総本数は55,800本あった。市場からは引き続き需要期の出荷本数の増量が要望されている。」など栽培出荷の状況と実績報告があり、意見交換では参加者個々から栽培状況の聞き取り、定植の時期、施肥時期や方法などの改善点、ポイントなどが丁寧に説明され、盛んに質疑応答がされました。最後に女性部寺内部長より「今年のケイトウ栽培は天候の加減もあり品質を保つのが大変難しく悩むことも多かったが、今日の話を聞いて来年も頑張ろうという気持ちが湧いてきた。」と挨拶し

反省会を終了しました。



10月  
13

## J Aしまね女性部研修会へ参加

J Aしまね女性部は女性部研修を各地区本部でリモート開催されました。島根おち女性部は石見支店会議室を会場に10名が参加し、初めにJ Aしまね女性部高橋美佐子部長の挨拶のあと、一般社団法人家の光協会島根県担当の濱田香月さんから『家の光』9月号を使った記事活用について話され続いてハンドメイドクリエーターの蔭山はるみ先生の「新聞紙でエコバック作り」では実際に新聞を使ってエコバックを作りました。

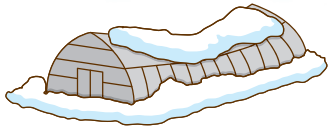
続いて本店ふれあい福祉課熱田職員による「人権・同和問題研修」、最後に東京農業大学副学長の上岡美保先生の記念公演を拝聴しました。上岡先生は「食品ロス問題から考えるSDGsへの貢献―豊かな未来は食農教育がカギ―」と題され、食品廃棄・食品ロスの実態と、<sup>※</sup>エシカルな消費で食料の無駄な消費は削減できる。J Aや女性組織、青壮年組織が取り組む食農教育は、食品ロスを削減し、エシカルな消費のできる次世代を育て、良い方向に変えていけるのではと講演を結ばれました。部員からは「勉強になった。日本の食品廃棄の量を聞いてびっくりした。」「廃棄した食品を焼却処理することで更に環境悪化などの問題が起こっているなど改めて考えさせられた。」と話していました。

※エシカル消費…環境・社会・人・地域・生物多様性を配慮した製品、サービスを選んで消費すること



10月  
6

# いよいよ降雪シーズンに入ります。

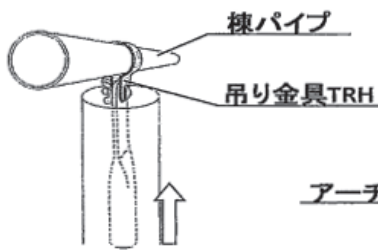


不意の降雪に備えて、早めの準備が大切です。  
お持ちのハウスをチェックしてみましょう！

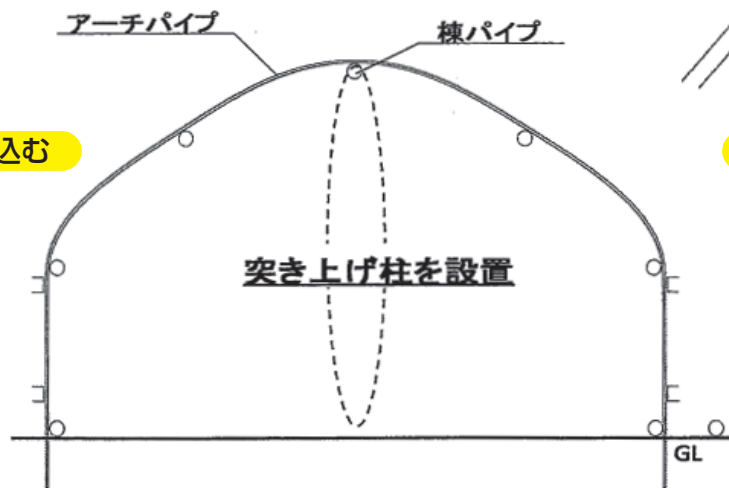
NO	チェック項目	確認✓
1	アーチパイプの地際の腐食がないですか	
2	筋交やブレースの金具に緩みはないですか	
3	谷桶や排水路、ハウスの際などにゴミが詰まっていませんか	
4	中柱を立てるなど補強は大丈夫ですか	
5	作物を栽培していない場合、被覆材は外していますか	
6	雪の滑落の妨げとなる防風ネットや遮光ネットが展張されたままになっていませんか	

## ◆単棟ハウスの簡易補強法

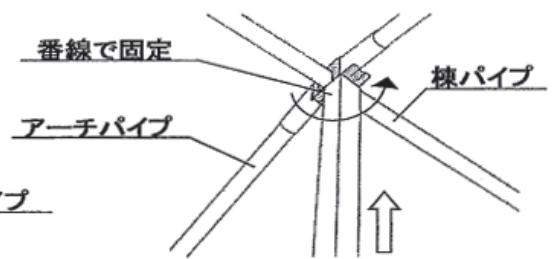
### 単管パイプと釣り金具を使用



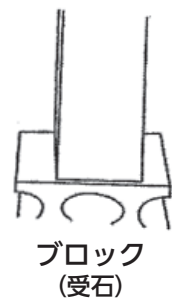
単管パイプを差し込む



### 孟宗竹、間伐材を使用



孟宗竹、間伐材等



## 令和3年産米の出荷についてお願い

各営農生活ブロックでは、12月まで定期的に米検査を行う予定としています。  
保有米を再度確認いただき、保有米に余裕がある方は1袋からでもJAへ出荷いただきますようお願いいたします。

■出荷に関するお問い合わせはJA各事業所まで .....

邑南営農生活ブロック	
瑞穂事業所	0855-83-1132
羽須美事業所	0855-88-0121
石見事業所	0855-95-1224

邑北営農生活ブロック			
川本事業所	0855-72-0330	大和事業所	0855-82-2557
邑智事業所	0855-75-1861	桜江事業所	0855-92-8025



# 和牛情報

令和3年10月子牛市場成績表



## 中央“反発”

本県10月の子牛市場は、中央で開設し242頭の取引があり、平均価格は、雌657,121円(前回は3千円高)、去勢758,324円(前回は24千円高)で“反発”の取引となりました。

上場牛では去勢牛のばらつきが大きく、D・Gを下回った牛は極端に価格低下となりましたが、発育の良い牛は高価格で取引されました。

枝肉相場においては、緊急事態宣言が解除され、徐々に荷動きは回復してきていますが、サーロイン系の動きは鈍く高級外食店の引き合い回復が欠かせない要件です。また、例年10月半ば過ぎから引き合いが徐々に強くなりますが、今のところ状況に変化はなく、このままでは年末にかけても高値にならないとの思いが各所で強まっています。

この状況から考えると、食肉販売・小売業者にとって販売不振により厳しい状況は変わりません。事態の早期収束を願います。

畜産農家・関係団体と一体となり、和牛肉消費に協力しこの難局を乗り切りましょう。

このような時こそ、繁殖農家での飼養頭数の維持・拡大及び後継者づくりに地域を挙げて取り組み、購買者が島根県内各子牛市場へ安心して購買に来て頂けるよう上場頭数の確保が必要です。

### 県外移出率

雌 65.18% 去勢 26.95% 合計 43.87%

令和3年10月子牛市場成績表

		頭数	最高価格	最低価格	平均価格
中央市場	メス	102	1,529,000	355,300	657,121
	又キ	140	900,900	337,700	758,324
	合計	242			715,668
島根おおち	メス	14	1,529,000	534,600	703,371
	又キ	15	776,600	337,700	662,860
	合計	29			682,417
瑞穂	メス	1	684,200	684,200	684,200
	又キ	1	500,500	500,500	500,500
	合計	2			592,350
羽須美	メス				
	又キ	1	721,600	721,600	721,600
	合計	1			721,600
石見	メス	4	656,700	534,600	607,200
	又キ	4	755,700	337,700	600,600
	合計	8			603,900
川本	メス	2	680,900	676,500	678,700
	又キ	4	746,900	594,000	695,750
	合計	6			690,067
邑智	メス	7	1,529,000	598,400	768,114
	又キ	5	776,600	646,800	707,080
	合計	12			742,683
大和	メス				
	又キ				
	合計	0	0	0	0
桜江	メス				
	又キ				
	合計	0	0	0	0

# 農業用廃棄農薬の回収を行います



## 農業用廃棄農薬回収処理

病害虫に対しては有効な農薬も、なかには環境汚染を引き起こすものもあります。様々な事故を未然に防止するために、JAとして農家に保管されている不要な農薬の回収を下記の日程で行います。

## 回収実施期間

11月29日(月)～  
12月3日(金)

## 回収方法・分別

希望者は廃棄農薬を普通物・毒物・劇物に分類し、各営農生活事業所までご持参ください。なお、委任状が必要となりますので、ご印鑑も合わせてご持参ください。

普通農薬…………… 1kg当たり400円(税込)

毒物劇物農薬……… 1kg当たり500円(税込)

・薬剤全て残量あるなしに関わらず計量し、処理料を計算いたします。

※乳剤・液剤については容器の容量で処理料を計算します。

※普通物と毒物劇物との区別不能な物は毒物劇物扱いとします。

# 味の絆

JAしまね島根おおち地区本部から、ふるさとの旬の味をお届けします。

お世話になった方、懐かしいあの人、都会に住むお子さんやお孫さん達へ...  
ご贈答はもちろん、ご家庭でも皆様のご愛用を賜りますよう、よろしく  
お願いいたします。

## 1 石見和牛すきやき食材 (3人前)

※限定300セット  
すきやきのたれ、200ml付

石見和牛 350g  
豆腐・糸こんにゃく・白ねぎ  
春菊・ささがきごぼう  
白菜・菌床しいたけ

6,200円

写真はイメージです

## 2 吟選石見和牛 A4以上

すきやき用 500g  
※限定200セット



9,800円

## 3 すきやき肉

肩ロース 200g  
モモ 200g



6,000円

## 4 邑華 (2本入)

石見高原ハーブ米コシヒカリ純米酒  
(しぼりたて無濾過生原酒) 720ml×2本

※冬季限定  
発送は12月7日より

3,900円

## 5 邑華と石見高原ハーブ米®

石見高原ハーブ米コシヒカリ純米酒  
(しぼりたて無濾過生原酒) 720ml×1本  
令和3年産石見高原ハーブ米コシヒカリ2kg

発送は12月7日より

3,700円

## 6 鏡餅ときねつき餅

3合かざねと  
小判もち  
(13入×3袋)



3,900円

## 7 きねつき餅

小判もち  
(13入×6袋)



4,900円

## 8 コシヒカリ霧の華

10kg



5,900円

## 9 石見高原ハーブ米® きぬむすめ

5kg



3,900円

## 10 石見高原ハーブ米® こしひかり

5kg



4,100円

## 11 ぼたん鍋 邑南町産

猪肉 300g  
特製スープ付



4,900円

## 12 お茶詰合せ

高級煎茶 100g  
煎茶 250g  
ほうじ茶 180g  
玄米茶 180g



3,400円

## 13 お漬物 (2021雪セット)

安曇系 110g×2  
優 110g  
はつはな 12個入  
つきのえん 12個入  
はつね 12個入



3,900円

## 14 特産調味料詰合せセット

浦口醤油 500ml  
赤唐 500ml  
白ネギトシダマシ  
塩 300ml  
粒みそ 1kg  
お味噌汁の素  
(石見和牛7/半鶏卵7/半) 200g



4,900円

## 15 特産加工品 (7点)

かきもち  
広島菜漬  
小判もち(13入)  
豆もち  
こんにゃく  
広島菜しそ漬  
糰みそ



4,300円

どのセット、単品も消費税込み、送料込み  
■申込み期間 令和3年10月25日～12月10日まで  
(発送は12月3日～)

※申し込みは発送日2日前までに(火曜日発送は前週金曜日までに)  
※ご記入の個人情報はJAにて厳重に管理し、許可なく第三者への  
開示・提供はいたしません。

JALしまね  
島根おおち地区本部

■お申込・お問い合わせは  
JA各事業所まで  
瑞穂事業所 0855-83-1134

羽須美事業所 0855-88-0121  
石見事業所 0855-95-1224  
邑智事業所 0855-75-1861

大和事業所 0855-82-2557  
川本事業所 0855-72-0330  
桜江事業所 0855-92-8025

JALしまね 島根おおち地区本部

# 灯油祭り開催!!

# 灯油

# 大特価販売!!

※店頭販売のみ対象となります。  
(配達是对象外となります)

期間

R3.11月25日(木)・26日(金)

以降  
予定

12～3月：第4木・金曜日

R3. 12/23・24、R4. 1/27・28  
R4. 2/24・25、R4. 3/24・25



JALしまね  
島根おおち地区本部

皆さまのご来店を  
お待ちしております!!

JA ss

石見燃料センター 0855-95-0406  
瑞穂燃料センター 0855-83-0151  
市木給油所 0855-85-1001  
日和給油所 0855-97-0126  
日貫給油所 0855-97-0401





# 女性部が行く



問い合わせ先 組合員課 ☎83-1802

## 川本支店 おもてなしプロジェクト

10月15

川本支店ではご来店の組合員・利用者の方が気持ちよくご利用いただけるよう、役職員と女性部が協力し「おもてなしプロジェクト」を実施しました。今回は季節の草花を寄せ植えし、支店玄関に飾り

ました。「花の配置はどうしよう?」「こうしたらきれいじゃない?」など皆さんでアイデアを出し合いながら和やかに行われました。川本支店にお越しの際には是非ご覧ください!

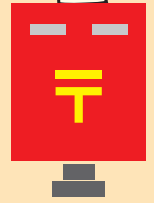


## 人事異動のお知らせ

異動(令和3年11月1日付)

新任部署・職位	氏名	旧任部署・職位	備考
瑞穂支店金融共済課	竹田 由紀	総務課付	臨時職員
石見支店金融共済課	岩谷 恵	総務課付	臨時職員

## お便り紹介



今月も皆さんからのおたよりがたくさん届いています。ありがとうございます。その他、JAに対するご意見ご要望などもお寄せください。

◇『しまねの美味しい牛乳ができるまで』牛乳ができるまでの事が写真で詳しく出ていたのがとてもわかりやすく良かった。

●おいしく安全・安心な牛乳が私たちの口に届くまでには、たくさんの方々の思いとご苦労があることがわかりました。そして豊富な栄養素を含んだ牛乳、これからもおいしくただかせてもらいます。

◇『しまねうれしび』今回グットタイミングで「レンジでお手軽大学芋」がありました。そして健康散歩とつづき、さつまいもは不溶性食物繊維とあり便通をよくする働きがありますと…。

●大学芋大好きです!! レンジだと油ハネの心配がなく、7分の加熱でできるなんてお手軽です。今が旬のさつまいも、おいしくて腸内もお掃除できる優れもの。ほんと一石二鳥ですね!!

◇新型コロナウイルスの感染者数が少なくなりつつあり油断したりする。クラスターで安心はできませんが、寒い日が続くといんフルエンザが流行するとも、思いませんか?

●やはり予防でしょうか。引き続きの手指の消毒、マスク、三密を避けるなど。低温、乾燥する季節にはウイルスが蔓延しやすく、乾燥によりウイルス飛沫は蒸発して空気中に長く漂い、喉の粘膜も乾燥炎症を起こしやすくなるそうです。適度な温度・湿度に保つと良いようですよ。(室温20度〜25度・湿度40%以上)

コロナ禍の中で小さな幸せ、喜びを見つけストレスなく生活できています。家庭菜園一年生としては学ぶところが多いです。こんな面白いことが書いてあるのにすみません…。はじめてじっくり読みました。

大和支店管内 Oさん 60代

●「小さな幸せ、喜び」見つけたい!! 大自然に囲まれ、マイペースに好きなことをやりながら毎日を送る。心のゆとり大切ですね。好きなこと、やりたことは我慢せずやりましょう!! ストレスを溜めないために!!

11月

ワクワクサングウ

# 低金利の今だからこそ お金の置き場所を考えよう……の巻

本日は、町の人に普段からお金の運用を行っているかどうか訊いてみました。



子供A

ぼくはお母さんからもらった  
お小遣いを貯金しているよ!!  
運用なんて知らないなあ……

私も貯金はしているけど、運用は怖くてやっていないわね……



町人A

3

1

ここ最近ではガソリンが値上がりしていますよね。現在の貯金利息だけで、こうしたモノの値上がりに対応するには、心もとないのが現状です……



JA世紀末支店

ですがみなさんご存じのように、  
低金利のなか**お利息はあまりつきません。**

4

2

貯金も大切だけど、別の方法でお小遣いを増やすことも考えようかな。



子供A

お金を取り巻く環境は常に変わります。環境に対応するために、**資産の一部を別の形で運用することも大切**と言えるのではないのでしょうか!!



JA世紀末支店

実はみなさんが当たり前のように行っている貯金。  
お利息がついて増えるという意味では、貯金も『**運用**』と言えるでしょう。



JA世紀末支店

世紀末からのアドバイス

低金利時代になって20数年。  
昔のように貯金していればお金が増える時代ではなくなりました。  
いま一度お持ちの資産の見直しをして、時代に合ったお金の置き場所を考えることも重要です。  
お気軽にJAまでご相談ください!!

【お問い合わせ先】 JA島根おおち統括支店

**0855-83-1803**

もしくはお近くのJA各支店へ……



# 年金びより



## ～農業者年金からのお知らせ～

令和4年1月1日から

**35歳未満の方の保険料が引き下げられます。**

35歳未満で認定農業者に該当しない等の一定の要件を満たす方は、月額1万円から（上限6万7千円）でも通常加入できるようになります。

（保険料の納付下限額が2万円から1万円に引き下げられます。）

### 保険料引き下げ（保険料1万円以上）の対象者

次の①～⑤のいずれにも該当しない方

- ①認定農業者かつ青色申告者
- ②認定就農者かつ青色申告者
- ③①又は②の者と家族経営協定を締結し経営に参画している配偶者又は直系卑属
- ④認定農業者又は青色申告者
- ⑤①又は②以外の農業を営む者の直系卑属で、その農業に常時従事する後継者

農業者年金の内容やご相談については、JA又は農業委員会にお問い合わせください。



## 12月の年金相談会

桜江支店 12/18（土）9：00～12：00



年金に関する疑問・質問は  
お気軽にご相談ください

JALまね 島根おおち統括支店 金融課 TEL.0855-83-1803

## 12月の行事予定

12月15<sup>水</sup>日

### ゆとり倶楽部

講座：ハム作り  
場所：邑南町元気館

12月15<sup>水</sup>日～16<sup>木</sup>日

### 担い手人間ドック

場所：邑南町矢上交流センター

12月17<sup>金</sup>日

### 農業者・女性部健診

場所：邑南町矢上交流センター

12月の外勤日

16日（木）・17日（金）・18日（土）

# 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

1	6		11	14	18	22
2		8		15		
		9	12		19	
	7			16		
3			13			23
4		10		17	20	
5					21	

答え

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

## タテのカギ

- ① 石川県を代表する色絵磁器といえば——焼
- ③ 出生届を出すまでに決めます
- ⑥ 花などで作るハワイの首飾り
- ⑦ ホップ・ステップ・——
- ⑧ 炭を入れて使う暖房器具
- ⑩ kg, kmのk
- ⑫ はがきを買ってきて——状を書いた
- ⑭ 弓に矢をつがえて狙うもの
- ⑯ ソーセージの一種。薄切りにしたものがピザのトッピングにも使われます
- ⑰ サンタクロースのそりを引きます
- ⑳ 木枯らしも風（おろし）もこれ
- ㉒ 原価に利益や経費を盛り込んで付けます
- ㉓ まきをくべて使う暖房器具。ペチカはロシア風のこれです

## ヨコのカギ

- ① 一年の終わり。年の——
- ② 広葉樹の落ち葉を発酵させて作ることも
- ③ 農機具などをしまっておく建物
- ④ 定期貯金が——を迎えた
- ⑤ 家事をする際に着ける前掛け
- ⑦ 家を建てるときに神主さんを招いてする儀式
- ⑨ スプリングとも呼ばれる部品
- ⑩ 酒よりお菓子の方が好きです
- ⑬ 無地のものには付いていません
- ⑮ お——の家に回覧板を回した
- ⑰ 食べ過ぎると手が黄色くなるかも？
- ⑲ 大みそかの空に響く除夜の——
- ㉒ プラスでもマイナスでもないことを示す数字

## 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「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  
〒696-0222 邑智郡邑南町下田所277  
J Aしまね 島根おち地区本部 総務課 「クイズ」係  
2021年12月3日（金）（当日消印有効）

## ◆先月号の答え◆

### 「カンツバキ」

サ	ツ	マ	イ	モ	ツ
カ	リ	ン	リ	ホ	ン
ナ	ネ	ソ	ウ	カ	
ワ	イ	サ	チ	サ	
カ	フ	ク	ヨ	ア	ケ
メ	サ	ト	ウ	キ	ビ

# 俳句の広場

## 最優秀賞

金婚の旅に授かる秋日和

出雲市 藤江 堯様

## 優秀賞

先陣の真雁は七羽斐伊河口

出雲市 小豆澤典子様

ポストまで行きも帰りも虫時雨

益田市 伊藤世以子様

損得は言はず思はず稲を刈り

津和野町 田中とよし様

## 佳作

この朝を見納め芙蓉の忍び咲き  
身に沁むやだんだん進む物忘れ  
三匹の猫ゆつたりと盆の昼  
新蕎麦の香や先ずは深呼吸  
甘き香や暗き葉陰に葛の花

出雲市 大本 栄様  
安来市 斎藤美重子様  
松江市 岩成 薫様  
兵庫県 小田 和子様  
浜田市 沖田 邦子様

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

「家の光」12月号は特別付録（家計簿・わたしノート）付き 定価107円  
ご購入は、お近くのJA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）12月号は川柳を募集します。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、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「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は、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。

# あったかキャンペーン 2021

今年も当たるよ！ しまね和牛

2021年 キャンペーン期間

前半 11.1月▶12.3金 後半 12.6月▶12.30木

※写真はイメージです。

### 懸賞概要

対象商品 / 毎週抽選 Wチャンス トリプルチャンス  
定期貯金(期間1年以上) ※上乗せ金利の適用があるものを除きます。※窓口でお預け入れいただいたものに限ります。※トリプルチャンスはJAネットバンクのご契約が必要です。

応募対象者 / 毎週抽選  
期間中、対象商品を新規(または増額)で30万円以上契約された個人の方。  
Wチャンス  
期間中、対象商品を新規(または増額)で100万円以上契約された個人の方。  
トリプルチャンス  
期間中、対象商品を新規(または増額)で30万円以上契約された個人の方でJAネットバンクを既に契約済みの方。または新規に利用申込みいただいた方。

抽選権について / 毎週抽選 トリプルチャンス  
対象商品ご契約30万円につき抽選権を1口お付けします。  
Wチャンス  
対象商品ご契約100万円につき抽選権を1口お付けします。

抽選について / 毎週抽選  
抽選権は翌週に持ち越されません。複数ご応募された場合、期間中の当選は1回限りとなります。  
Wチャンス  
キャンペーン前後半終了後、各1回抽選いたします。前半にご契約された方は後半にも抽選権があります。  
トリプルチャンス  
キャンペーン終了後、1回抽選いたします。

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、懸賞抽選権は無効となります。トリプルチャンスは抽選日にJAネットバンクの契約が確認できなかった場合、抽選権は無効となります。

抽選・当選発表 / 毎週抽選 Wチャンス トリプルチャンス  
月曜日に抽選を行います。ご当選された方に対し、当選通知をお送りします。賞品は随時発送させていただきます。  
トリプルチャンス  
キャンペーン終了後抽選を行います。※月曜日が祝日の場合、火曜日に抽選いたします。

個人情報の取扱 / 取得したお客様の個人情報は賞品の抽選・発送のためにのみ使用します。

利用者の皆様へ

## 通帳デザインの変更について

いつもJAしまねをご利用いただき、ありがとうございます。

令和4年1月以降随時、通帳の新規発行・繰り越し・再発行の際は通帳デザインが「よりぞう」に変更になります。

なお、現在お持ちの通帳につきましては引き続きご利用いただけます。

ご理解の程よろしくお願いたします。



©よりぞう

くわしくはお近くのJA窓口までお問合せください。

JALしまね

検索

JALしまね

## 新型コロナウイルスワクチン2回接種済 またはPCR検査陰性の方参加者限定ツアー

①または②のいずれかを満たす方がツアー参加条件となります。●①新型コロナウイルスワクチンを2回接種し、2回目の接種から出発前日までに14日以上(アストラゼネカは15日以上)経過していることが必要です。●②出発日の3日前以降に採取した検体によるPCR検査または抗原定量検査の結果が、陰性であることが必要です。※弊社でもPCR検査キット及び抗原検査キットの販売(別途送料)をおこなっておりますので、お問い合わせください。※出発当日に①又は②を確認できるものをご持参下さい。(コピー又は写真など)

地元空港発着 JAL又はANA利用 羽田空港で合流!

宿泊は2泊とも2名様より1部屋ご用意

新紙幣の顔 渋沢栄一ゆかりの地に行く

### 世界遺産 富岡製糸場&日光東照宮と 草津・鬼怒川温泉 3日間

旅行出発日 令和3年

1班 12月12日  
2班 12月20日

旅行代金 大人お1人様2名様1室利用

出雲縁結び空港起点料金(税込)  
**79,800円**

萩・石見空港起点料金(税込)  
**89,800円**

申込金 20,000円(旅行代金に充当します。)  
食事条件 朝食2回・昼食3回・夕食2回  
添乗員 羽田空港より同行し旅程管理業務を行います。  
利用航空会社 JAL(日本航空)又はANA(全日空)  
利用バス会社 東京ヤサカ観光バス又は同等クラス  
(ただし、満席になり次第締め切らせていただきます。)  
※弊社貸切バス専用リスト当社ウェブサイト(http://tour.jp/pdf/buslist.pdf)をご覧ください。当社支店へご請求下さい。

コース表	◎入場観光、○下車観光、△車窓観光	食事
出雲縁結び空港(9:30) → JAL278便 → 羽田空港(10:45)……	(合流)……	☑
萩・石見空港(10:30) → ANA726便 → 羽田空港(11:55)……	……	☑
……空港内レストラン【昼食】 = ◎世界遺産 日光東照宮 =	……	☑
= ○華厳の滝・中禅寺湖 = 鬼怒川温泉(泊)(18:00)	……	☑
★夕食はバイキングとなります。(新型コロナウイルス感染症予防対策をとった上で行ってあります)		
ホテル(8:30) = ○川越の街並み【散策】 = 川越市内【昼食】 =	……	朝
= ○渋沢栄一 青天を衝け 深谷大河ドラマ【見学】 =	……	昼
= ○渋沢栄一記念館【見学】 = 草津温泉(泊)(17:50)	……	夕
★夕食は和洋中約50種類のメニューが楽しめるバイキングとなります。(新型コロナウイルス感染症予防対策をとった上で行ってあります)		
ホテル(8:30) = ○浅間酒蔵観光センター = ◎世界遺産 富岡製糸場 =	……	朝
…… 羽田空港(16:50) → JAL285便 → 出雲縁結び空港(18:20)	……	昼
= 富岡市内【昼食】 = (羽田空港発着) ANA727便 →	……	夕
…… 羽田空港(16:00) → ANA727便 → 萩・石見空港(17:45)	……	☑

※当コースは山陰各空港より羽田空港で合流し、ツアーを実施いたします。羽田空港で待ち合わせいただく時間がありますので、予めご了承ください。  
※交通機関の都合により行程スケジュールが変更になる場合があります。  
※ご集合場所・出発時間は出発10日前にお届けする最終旅行のおしりでご案内いたします。

1日目 鬼怒川温泉 鬼怒川観光ホテル	2日目 草津温泉 草津サウナリゾートホテル
客室 イメージ	客室 イメージ
露天風呂 イメージ	露天風呂 イメージ
外観 イメージ	外観 イメージ

(上記ホテルは、同等クラスまたは同等クラス以上に変更になる場合があります。最終おしりにてご案内いたします。)

掲載ツアーは、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。お気軽に下記販売店へご請求ください。

JALしまね旅行センター本部 ☎0853-25-8907 農協観光山陰統括支店 ☎0852-26-2600

材料 (4人分)

- そば粉…………… 80 g
- A 小麦粉…………… 20 g
- 塩…小さじ1/4 (1.5 g)
- B 卵…………… 1 個
- 水…………… 300cc
- サラダ油…………… 小さじ1
- 《具材》
- ほうれん草…………… 1/2 束
- 長ねぎ…………… 1 本
- しめじ…………… 1 袋
- サーモン…………… 2 切れ
- 塩こしょう…………… 少々
- バター…………… 20 g
- C 小麦粉…………… 大さじ3
- 牛乳…………… 300cc
- 塩こしょう…………… 少々
- パセリ…………… 少々

作り方

- ①ボウルにAを入れ、泡立て器でよく混ぜ、中央にくぼみを作る。
- ②Bを混ぜ合わせて卵液を作り、くぼみに注ぎ入れて泡立て器で滑らかになるまでかき混ぜ、具材が出来るまでそのまま置く。
- ③ほうれん草はサツとゆでて2cmの長さに切る。長ねぎは厚めの斜め小口切りにする。しめじは根元を切り落とし、ほぐしておく。サーモンは一口大に切り、軽く塩こしょうを振る。
- ④鍋にバターを溶かし、サーモンと長ねぎとしめじを焼き、サーモンは皿に取り出して、火を止める。
- ⑤④の鍋にCの小麦粉と塩こしょうを加え、粉っぽさがなくなるまで混ぜたら牛乳を加えてひと混ぜし、再び火をつけ、トロミがつくまで混ぜながら火を通す。
- ⑥トロミがいたらサーモンとほうれん草を加えてからめる。

サーモンと野菜ときのこのそば粉ガレット



- ⑦フライパンを熱し、サラダ油を薄く引き、弱火で②の1/4量(約100cc)を流し入れ、薄く広げ生地にする。生地の周りに焼き色が付いたら、⑥の具材の1/4量を中央にのせ、生地の4辺を折って正方形にする。
- ⑧残りも同様に付けて3枚焼き、皿に盛り付け、パセリを飾ったら完成。

\*コメント\*

- ・そば粉に小麦粉を混ぜることで生地を寝かせる必要なく直ぐに焼けます。
- ・焼き過ぎるとたたむ時、折れやすくなります。弱火で軟らかく焼いてください。

\*アレンジ\*

- ・サーモンを鶏肉や海老、貝類に変えたり、野菜をブロッコリーや小松菜、玉ねぎ等に変えても美味しいです。
- ・生地を焼く時、チーズやハム、卵をのせて蓋をし、一緒に焼いて、半分に折りたたむだけでもOK!
- ・香ばしく焼きあがった生地に果物やヨーグルト、ジャムなどをのせて、甘いおやつとしても楽しめます。

きのこわかめの簡単あえ



材料 (4人分)

- えのきたけ…………… 1 袋
- しいたけ…………… 2 枚
- 乾燥わかめ…………… 4 g
- A マヨネーズ…………… 大さじ2
- 醤油…………… 小さじ1
- 鶏がら粉末だし…………… 小さじ1
- ごま油…………… 小さじ1
- カニかまぼこ…………… 70 g
- 炒りごま (白)…………… 小さじ1
- レタス…………… お好み

作り方

- ①えのきたけは石つきを切り落とし、粗くほぐす。しいたけは軸を切り落とし、薄くスライスする。
- ②耐熱皿に乾燥わかめを入れ、その上に①をのせ、軽くラップをして、レンジ(600w)で4分温める。
- ③ボウルにAを混ぜ合わせ、②とカニかまぼこを加えて和える。
- ④器にお好みでレタスを敷き、その上に盛りつけ、炒りごまを振りかけたら完成。

\*コメント\*

- ・あともう一品欲しい時にすぐ出来る簡単おかず。食物繊維も豊富に含まれ体も喜ぶ一品です。
- ・レンジを使いたくない場合はきのこを酒炒りにして、水気が出たらそこに乾燥わかめを加え、水気が戻ります。

\*アレンジ\*

- ・きのこなら何でもOK!
- ・具材の中に人参やきゅうり、ねぎをせん切りにして加えても美味しいです。
- ・ゆず風味を加えると季節を楽しめます。



健康散歩 冬も運動しましょう!

JA島根厚生連

徐々に気温が下がり、長袖が必要な気候になってきました。寒いからといって体を動かすことが減ってきていませんか?冬を迎えると、運動することが少なくなり、気が付いたら体重が増えていたという経験をした人も少なくないはず。寒くても積極的に体を動かすことが大切です。

しかし、寒い季節ならではの運動時の注意点があります。まず、寒さに慣れてから運動を開始することが重要です。暖かいところから急に寒いところに出ると、温度の変化によって血管が収縮し、血圧が急上昇します。すると、心臓や脳に負担がかかり、心筋梗塞や脳血管疾患などの重大な病気におちいることがあります。暖房していない部屋で、少しずつ体を寒さに慣らしてから外に出るようにしましょう。

そして、服装にもポイントがあります。厚い服を1枚着るよりも、薄めの服を重ね着することで、運動して熱くなった時に調節することができます。最近は防寒・保温性があり、汗を吸収する速乾性機能を持つものもあるので、それらを活用するのもよいですね。また体の末端である手足は血流が悪くなりやすい上に、風をうけてさらに冷えやすいので、手袋やレッグウォーマーなどで保温しましょう。

冬には寒さや運動不足などで体が硬くなっているの、急に運動をすると筋肉や腱を痛めることも多くあります。せっかく運動しようと思っても怪我をしては続けられなくなります。時間に余裕をもって、準備運動を十分にを行い、体を温めて運動をしましょう。



【編集後記】「西条柿」の季節がやってきました。私はあんぼ柿が大好きで、毎年販売されるのを楽しみにして待つは購入しています!そのままで十分美味しいあんぼ柿ですが、先日衝撃的においしい食べ方に出会ったのです。クラッカーの上に、あんぼ柿×クリームチーズ×ブラックペッパーをON。生ハムメロンのような食べ方なのではないでしょうか?これがと〜っても相性抜群でおいしいのです。皆さんにもぜひ試していただき、秋の味覚を楽しんでいただきたいです◎(安)

