

2023
11
November
Vol.92

SNSで旬な情報を
投稿しています



JAしまねびより

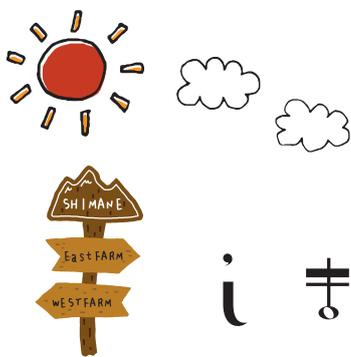
特集

秋の味覚
島根あんぽができるまで

国産を食べよう!!
10・11月は
「国消国産月間」



コーディネート
しまねのファーマーズ
Shimane farmers
瀬尾 正明さん
[雲南地区本部]



みつけた しまものファーマーズ

Shimane farmers



収穫シーズンを迎えた柚子

せ お まさあき 瀬尾 正明さん(72歳)

今月は雲南地区本部。雲南市木次町で柚子栽培を行なっている雲南市柚子生産組合・組合長の瀬尾正明さんにお話を伺いました。

柚子を町の特産に

近くを斐伊川が流
れ、神話にゆかりの
ある地として知られ
ている雲南市木次町
西日登地区。瀬尾さ
んは、この自然豊か
な場所で家族ととも
に柚子を栽培してい
ます。旧木次町時代
に「柚子を町の特産
品にしよう」と行政
とJAが取り組みを
始めた頃、瀬尾さんの先代である父親の豊さんも挑
戦してみようと、退職後に植栽しました。瀬尾家の
農地は、比較的平らで南向きだったこと、また、ト
ラックが入るほどのスペースがあり作業がしやす
く、柚子の栽培にとても適していました。現在は、
60アール・約250本の柚子の樹に加え、90本の西
条柿、梅、栗などを育て、米作りも行っています。



父親の豊さんから受け継いだ柚子園

信頼関係から作られる特別な柚子

品質には定評があり、
先代の頃から玉造温
泉の旅館の食事に使
われている瀬尾家
の柚子。当時、奥さ
んの恵子さんが料理
長から頼まれて作っ
た「柚香(ゆこう)」は、



「柚香」。柚子の香りが口いっぱい
広がり、甘すぎないためお酒にも
合いそうな一品です。

柚子の皮を炊いたも
ので、柔らかく、香
り高い上品な逸品で
す。現在も高級旅館
のおせち料理に使わ
れており、毎年欠か
せない存在となっ
ています。

先代が亡くなり、
瀬尾さんが受け継い
だ柚子栽培と、恵子
さんが作り続ける柚
香の味。今でも旅館へ納め続けられているのは、先
代が道をつけてくれたおかげと語ります。「みなさ
んに信頼してもらっているから、良いものを届けた
い」と、瀬尾さんと恵子さんは丁寧な作り上げてい
ます。品質や味が一流なのはもちろんのこと、毎年
同じように依頼されるのは、周りの人との信頼関係
があるからこそ。そんな特別な柚子は、食べる人の
心を惹きつけます。

手間であっても、 こだわりの持ちつて作り続ける

瀬尾さんはより良い土壌を作るため、毎年試行錯
誤しながらさまざまな方法を試しています。斐伊川
土手の草を持ってきて腐らせ、米糠を混ぜ堆肥を一
から作るなど、土作りには余念がありません。柚子
栽培では、地面に足跡がつくくらいの柔らかさが最
適で、それが柚子の皮の柔らかさにも影響してくる
のだそう。「手抜きができないのは、僕の性格だから」と
笑う瀬尾さん。また、どうしても害虫対策のため



丁寧な手作業と管理で育ち実ったこだわりの柚子

に薬剤を使用する必要がありますが、できるだけ低農薬で安心・安全なものを作ることを心がけています。

そして、柚子栽培にとって大切なのが剪定作業。果実同士が擦りあって傷が付かないようにすることや、どンドン上に伸びていく樹を、自分の背の高さに合うよう計算して切る、間隔をあけて切るなど、収穫のしやすさを考えながら剪定していくことが重要だといえます。

地域の産業を支える立場として

雲南市柚子生産組合では、毎年剪定の講習会を開催しています。そこでは、瀬尾さん自らが使ってみて良かった「のこ」などの道具を勧めたり、どうしたら作業がしやすくなるかアドバイスも行っています。高齢化によって減り続けている組合のメンバーですが、こうした取り組みや働きかけによって、少しでも長く続けてもらえるようにと組合長の立場としても地域の産業を支えています。



講習会の様子

楽しみながら生きること

農業を続けていく秘訣は「楽しむこと」と笑顔で語る瀬尾さん夫妻。恵子さんは、得意の料理をはじめ

め、スポーツやショッピングなど多くの趣味で忙しいです。中でも「おしゃべりが一番」と話し、色々な人が家に来ては、夕ご飯を「馳走すること」も。今は、お孫さんたちと身近に農業に触れ合っている環境に感謝しながら、忙しい毎日をとことん謳歌しています。そんな恵子さんは、農家に嫁いだ同じ境遇の人たちに向けた講演を行った経験もあります。「私も非農家からここに嫁いできました。『農業はきつい、なんでこんなことをしなきゃいけないのか』と思ったら、それで終わりです。そうではなくて、一度きりの人生、自分で楽しいことを見つけていかないと前向きな考えを持つことを伝え続けています。」



お孫さんたちと一緒にパシャリ

自分のやりたいことで達成感を得る

「農業は自分の考えを持ってやっていくことも大事」だと語る瀬尾さん。自分の作りたいものや、やり方にこだわりの持つて取り組んでいくことで、できた時の達成感を得ることが農業の面白さであり、続けていける理由でもあります。少子高齢化により、農業離れが加速している今、

瀬尾さんは、なんとか現状を維持するために、立場上、行政などと積極的にやり取りし、農家の意見を少しでも受け止めてもらおうと思いを伝えていきます。

瀬尾さんを突き動かすのは「すべて良い方向に向いてほしい」という思いがあるから。厳しい農業の世界であっても、その中で自分ができることや楽しみを見つけ、明かりの見える方へ進んでいきたいと夫妻で支え合いながら農業を続けています。



どんな時も夫婦二人で力を合わせてきた瀬尾さん夫妻

瀬尾さんご夫妻おすすめレシピ

プチっと情報!

爽やかな香りと酸味が食欲をそそる柚子。瀬尾さん夫妻おすすめの食べ方は「柚子こしょう」と「柚子の砂糖漬け」。「柚子こしょう」は柚子の皮・絞り汁、唐辛子、塩を、「柚子の砂糖漬け」は柚子と砂糖を使って作るのだそう。砂糖漬けにはキウイや柿、りんごと一緒に入れるとさらにgood◎今年の冬は柚子をまるごと味わってみては…? 😊



あんぽができるまで

サンマなどなど、美味しい食べ物がたくさんあるのが秋の魅力ですよ😊
についてご紹介🌟読み終わったころには食べたくなっていること間違いなし…!?

島根県は西条柿の産地！

「西条柿」は島根県全域で生産されており、島根県を代表する完全渋柿です。脱渋後の糖度は高く、独特の形状と滑らかな食感が特徴の「西条柿」。外観が砲弾状で四方に溝があり、大国主命が持つ「打ち出の小槌」を連想させることから「こづち」の愛称で親しまれています。

10月4日に出雲市のJAしまね平田柿選果場では出発式を開き、本格的に出荷が始まりました！出荷は11月中下旬頃まで続く予定です🌟



島根県観光キャラクター
「しまねっこの」
パッケージが目印！



「島根あんぽ」って？

JAしまねが加工・販売する「島根あんぽ」は、西条柿を半生状に乾燥させた干し柿のこと。県全体で西条柿の生産拡大を目指そうと県統一ブランドとして2017年度に誕生しました😊

現在は、いわみ中央地区本部と出雲地区本部の合計2か所の加工場で製造しています。



全国的にも人気の高い「島根あんぽ」

県内の他、東京や大阪、広島方面など全国に向けて出荷しており、毎年数が足りなくなるほど注文が来る人気の商品♡

糖度の高い西条柿を乾燥させることで、和菓子のような甘さとしっとりした食感が楽しめる「島根あんぽ」。日本茶はもちろんコーヒーや紅茶との相性も抜群◎

また、一般的な干し柿は変色を抑えるための硫黄燻蒸を施すことが多いですが、「島根あんぽ」はしていないのが特徴。そのため、「西条柿」本来の味が味わえます！



とろとろ食感…♡



実際に「島根あんぽ」ができるまでを見よう！

秋の味覚 島根

皆さんは食欲の秋と聞くと何を思い浮かべますか？新米や栗、サツマイモ、今回は島根県の“秋の味覚”を代表する「西条柿」を使った加工品「島根あんぽ」

それでは「島根あんぽ」加工場に潜入!!



1

選果場に持ち込まれた西条柿を選果。



2

西条柿のヘタを取り除いた後、自動皮むき機で全体の皮をむいていきます。



3

溝に残った皮を手作業で丁寧に取り除きます。



4

皮をむかれた西条柿はエビラと呼ばれる専用のパレットに並べ、乾燥機に入れられます。



生果の状態の重量を100%とすると、乾燥後は35%程度になるそう。



5

乾燥温度を急に上げると表面が厚くなってしまおう。既定の温度から徐々に下げていくのがおいしさのヒミツなのだとか…!

乾燥させる日数は5日間。湿度や温度を調整しながら管理します。



6

乾燥機から取り出された柿は、重量で選別した後、3つずつパックに手作業で封入していきます。

出来上がった干し柿は、それぞれ色味が違います。パック内で統一感を出すため作業スタッフが目で見て似通った色同士でパッキングしています!

ちなみに…

乾燥機から取り出した直後の干し柿の表面は乾燥していますが、時間が経つにつれて柿内部から水分が出てきて皆さんのお手元に届くころにはあんぽ柿らしいぼてぼてとした状態になるのだそう!



地元産・国産を
食べよう!



「島根あんぽ」は県内のスーパーやJA系統店舗・柿直売所などで販売中です。

西条柿のおいしさがギュッとつまった「島根あんぽ」をぜひ手にとって食べてみてくださいね♡



©よい食P

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
聞きたい

組合長が行く！



今月の
訪問先

J Aしまね西いわみ地区本部管内
●金山千年さん ●森原孝さん



巡回の様子を収めた
動画はコチラ

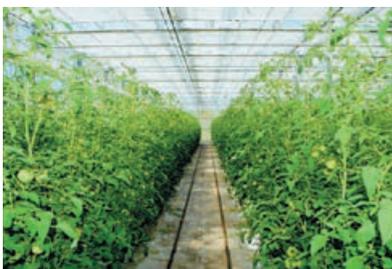
「資材高騰の中、苦しい状況にある生産者もいると聞いています。値上げをきつ

管内の特産を選果する飯田選果場の多品目選果施設修繕に伴う選果利用料金の値上げについて触れ、

今回は、金山千年さん、森原孝さん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。
金山さんは、益田市白上町の国営農地開発地で春・秋作トマトを中心に、アムスメロンやアールスメロンを栽培しています。J Aしまね西いわみ益田トマト部会の部会長も務めており、同地区本部管内の施設園芸を牽引されています。金山さんは、トマトの栽培方法や高津川の水を利用し、恩恵を受ける一方で、大雨で川の水が濁ると作物に病気が出やすくなることなどお話しいただきました。また、



トマトハウスで金山さん（前列中央）と石川組合長（前列左から2番目）ら



金山さんのトマトハウス



金山さん（左から3番目）から栽培状況などについて説明を受けました

収穫を翌日に控えた「シャインマスカット」



ことからJ Aの資材価格の見直しを要望されました。

業生産工程管理（GAP）「美味しまねゴールド」を取得したことなどについて説明いただきました。森原さんは、出荷資材（特に化粧箱）が出荷価格に対して高い

に大玉トマトを生産する農家が減るのではないかと心配している」と話されました。森原さんは、同開



ハウスで森原さん（前列左から3番目）と石川組合長（前列右）ら



取り組みについて説明する森原さん（左）

組合長から一言



今回は、9月4日に西いわみ地区本部管内のトマト栽培農家の金山千年氏、ブドウ栽培農家の森原孝氏を、翌5日にいわみ中央地区本部管内の株式会社小松ファーム、シクラメンやアジサイを栽培されている石橋農園・石橋園芸を訪問させていただきました。

西いわみ地区本部で訪問した金山さんと森原さんは、いずれも若い経営者であり、大変意欲のある皆さんであった。また、管内にある多品目選果施設が大変老朽化しており、なんとかできないかといった要望もいただいていた。

特に印象に残ったのは、小松原修氏が代表の株式会社小松ファーム。小松原さんは高校卒業後、浜田市内の会社に就職されたが、ふるさとの弥栄町の農地が荒れていく現状を目の当たりにし、なんとかしなければとの思いから2年間浜田市内で有機農業を学ばれ、15年前に同社を設立された。ゼロからの出発であったが、現在大型ハウス58棟、112アールまで拡大され、家族3名と従業員10名により、ホウレンソウ・小松菜・水菜などを有機栽培されている。今後は、路地でニンジン



いわみ中央地区本部の巡回の様子は12月号でお届けします！



topics 1

島根県種畜共進会を4年ぶりに開催



J Aしまねは10月7日、松江市の島根中央家畜市場で2023年度島根県種畜共進会を4年ぶりに開きました。県内各地の選抜会を勝ち抜いた肉用種牛56頭が出品され、育種改良の成果や飼養管理技術を競いました。各区の首席から選ばれるグランドチャンピオンには安来市の倉井公子さんが出品した「ひみやよい」「ひみさくら」が輝きました。



グランドチャンピオンに輝いた「ひみやよい」と 県内各地の選抜会を勝ち抜いた牛たち「ひみさくら」と倉井さん（左）ら

肉用種牛は月齢で若雌牛区（22頭）と成雌牛区（24頭）に区分。母とその娘を一組とした母系牛群区（5組10頭）を加えた3つの区でそれぞれ首席を決定しました。

グランドチャンピオンの「ひみやよい」「ひみさくら」は、母系牛群区に出品。審査顧問を務めた全国和牛登録協会の工藤太介事務局長は「母と娘はよく似ており、母牛の体積豊かな面や雌牛らしさ、均称・品位などの点が娘の世代に受け継がれ、さらに良くなっていることが確認された」と講評しました。夫の倉井毅さんは「牛の素質が良かった。初めて母系牛群に出品し、優秀な賞をいただき本当にうれしい」と話しました。

その他の主な受賞者は次のとおり。

- ◆若雌牛区▽首席＝（有）隠岐潮風ファーム（海士町）▽次席＝島根県立農林大学校（大田市）▽三席＝多久田申治（斐川町）
- ◆成雌牛区▽首席＝森桜俊治（奥出雲町）▽次席＝岩倉勝政（大田市）▽三席＝門脇久幸（雲南市）
- ◆母系牛群区▽次席＝岩倉勝政（大田市）▽三席＝（有）隠岐潮風ファーム

topics 2

J Aしまね女性部とJ Aしまね役員が意見交換会を開催



J Aしまね女性部は9月21日、出雲市の同J A出雲地区本部でJ A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J A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J A事業運営への理解促進、女性部員の生活に根差したJ A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、「県版農業生産工程管理（GAP）『美味しまね認証』を受けていることを価格に転嫁させてほしい」「米粉事業の今後の計画や展望を教えてください」「今後の米作りを取り巻く環境がどうなっていくのか」など、さまざまな声が上がりました。

また、同J Aが力を入れる有機農業について、県全体で取り組んでいくために女性部としてできることがないか意見を求めました。同日は、J A島根厚生連の田尻宏常務も出席し、健康管理活動についても意見を交わしました。

J Aの石川寿樹組合長は「考えや要望などを聞かせていただいた。今後、我々としてもしっかりと応援していきたい」と話しました。



活発に意見を交わす女性部員とJ A役員ら

topics 3

「第5代目農Tuber」に島根県農協青年組織協議会委員の大森さんが選出



J Aグループが日本テレビと連携して開設したYouTubeチャンネル「アグリnc h」で農業や地域の魅力を伝える「農Tuber」に、島根県農協青年組織協議会委員の大森雄介さんが選ばれました。島根県から中国四国ブロック代表として選出されるのは初めてのことです。

「アグリnc h」では、若い世代をターゲットに、2019年度から「農Tuber企画」を立ち上げ動画コンテンツを配信。毎年、全国の青年組織から盟友6人を「農Tuber」として選出し、各々が農作業や農家の暮らし、農業への思いなどを発信しています。

今回、第5代目農Tuberとして活動していく大森さんは、安来市で「いちごの大森ファーム」を経営し、主にイチゴを栽培。前職での経験を活かし、環境モニタリングシステムを自作し近隣農家とデータを共有するなど地域農業の発展に貢献されています。

大森さんは「農業の楽しさを伝えたい」と意気込みました。



第5代目農Tuberに選ばれた大森さん



アグリnc hはこちらから [👉👉👉](#)
農Tuberによる動画は、毎週日曜日18時に配信されています！ぜひご覧ください🌟





想いをひとつに✿ しまねの女性部!

雲南女性部

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2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しまね雲南女性部は、コロナ禍以前の活動に戻しながら、部員同士の交流を深めています。昨年までは思うような活動ができず、歯がゆい思いをしてきましたが「できることからはじめよう」を合言葉に、地道に活動を続けてきました。

今年度は、JR木次線を使つての奥出雲町への旅行やいちご狩り、島根県「家の光」講師の影山和美先生や飯塚生美子先生を招いての手芸教室や料理教室などにも取り組み、食と農を中心としながら地域との関わりも大切にしています。

今月25日には「女性のつどい・家の光大会」があります。全地区の部員350人が集まる予定で、支部やフレッシュユミズの活動発表、記念講演などさまざまなイベントを行います。久しぶりに顔を合わせる仲間もたくさんいますので、楽しみにしています。



一所懸命青年連盟

JAしまねいわみ中央青年連盟

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

きまち まさひろ
木待 聖浩さん



JAしまねいわみ中央青年連盟（以下、農青連）の木待聖浩さん（28）は、浜田市三隅町でシイタケやジャガイモ、サツマイモなどを栽培しています。
以前は医療関係の仕事をしていましたが、結婚のタイミングで退職。奥さんの実家が経営する会社で、事業の一つである農業に携わることとなり、令和4年12月に就農しました。まだ始めたばかりで、農業のイロハもわからず諸先輩方に色々教わりながら頑張っています。
毎日楽しくやることをモットーに、早く一人前の農家になることを目指しています。
農青連では、今年度から県委員に就任。木待さんは「県内外の仲間との繋がりをつくることを目標に積極的に活動へ参加したい」と今後の意気込みを語りました。

JAしまねスマート農業展示会開催のお知らせ

JAしまねは、将来にわたって持続・発展する農業を目指し「JAしまねスマート農業展示会」を開催します。スマート農業は、ロボットやICTなど先端技術を活用した農業技術の継承や労働力不足の解消などにつながる技術として期待されています。農業者の経営改善や新規就農者の早期の経営確立につながるスマート技術や情報の発信、事例報告などを行いますので、ぜひご参加ください。

開催日時：令和5年11月28日(火) 10:00~15:30 (入退場自由)

開催場所：島根県立農林大学校 (島根県大田市波根町970-1)

駐車場：農林大学校グラウンド

内 容：①事例報告

島根県農業技術センターでの取組

園芸部門1講演(午前)、水稻部門1講演(午後)

②スマート農機・機器の展示および実演

農機操舵アシスト、自動除草機、環境モニタリング、アシストスーツ等

問い合わせ先

JAしまね本店 営農指導課 TEL: 0853-25-8140

税務署からのお知らせ

事業者の
みなさま

消費税インボイス制度の
説明会・登録要否相談会を
開催中です



説明会開催

オンライン説明会や税務署での説明会・登録要否相談会をご案内しております。

説明会等の日程



新たな負担軽減措置

税負担・事務負担の軽減措置があります。

令和5年度税制改正関係
(インボイス関連)



補助金などの支援策も

IT導入補助金・小規模事業者持続化補助金などの支援策があります。

中小企業庁
リーフレット



理事会情報 (9月29日開催)

【協議事項】

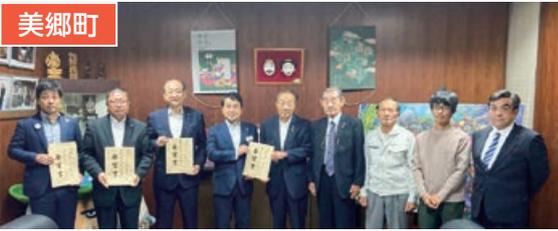
- ①出雲地区本部「ぶどう団地構想」における事業用地の導入方法の変更と令和5年度補助事業の実施について
- ②令和4年産島根米の最終精算について
- ③いわみ中央地区本部「JAあぐり南店罹災後の再建」について
- ④令和5年10月31日および令和5年11月1日付け機構改革の実施について
- ⑤出雲地区本部「ラピタ本店西側駐車場敷地の取得」について
- ⑥大口貸出について
- ⑦不良債権に関する処理について
- ⑧組合と理事との取引(契約)の承認について(都度承認分)
- ⑨「内部統制システム基本方針」の改定について
- ⑩「当組合における取引のリスク評価書」の改正について

管内市町へ 令和6年度農業施策・予算要望

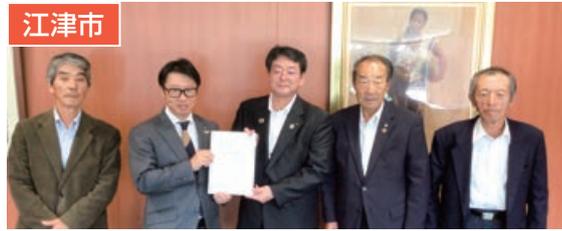
島根おおち農政会議協議会（山中康樹会長）、島根おおち園芸振興協議会（森脇淳宏会長）、島根おおち肉用牛改良組合協議会（溝口定信会長）と島根おおち地区本部は、令和6年度農業施策・予算要望書を、江津市、川本町、邑南町と各市町議会に提出しました。島根おおち地区本部の服部幸信本部長は、農畜産物において、生産コストの価格転嫁や再生産に配慮した価格形成が進んでいないことから、生産資材費、物流費の高騰により、管内の農業生産、農家経営の維持が困難な状況になっていることを説明し、支援を要請しました。山中康樹会長からは新たな食料農業農村基本法の施策に関して国・県を通じて地域の状況を繋げてもらいたいと各首長へ訴えました。江津市ではタマネギの振興についての継続支援、川本町では猿害に強い産直野菜の研究に対する支援、邑南町ではぶどう産地振興の取り組みに対する支援を強く求めました。

また、美郷町では農業者と町・町議会との意見交換会という形で開催され、労働力不足による耕作放棄地を発生させないための広域連携等が協議されました。

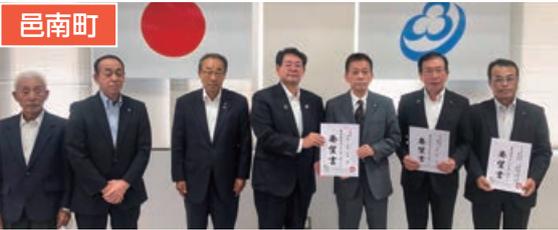
各市町からは「生産者と関係機関が一体となり取り組みを進め、中山間地域の持続可能な農業に向けてしっかりと協議していきたい」と力強くお応えをいただきました。



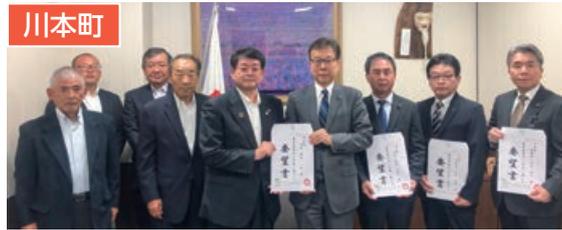
美郷町



江津市



邑南町



川本町

10月
12
～
10月
25

令和5年度 島根県種畜共進会

令和5年度島根県種畜共進会が、松江市六道町の島根中央家畜市場において、開催されました。

島根県内各地区選抜会で選抜された肉用種牛56頭が出場しました。島根おおち地区本部からは、8月25日に開催された管内選抜会で選ばれた肉用種牛4頭と母系牛群1組が出場しました。

結果は次の通りです。（敬称略）

- 若雌牛区 優良賞
県立矢上高等学校（邑南町）
森田富士夫（邑南町）
- 成雌牛区 優良賞
県立矢上高等学校（邑南町）
山下和美（邑南町）
- 第5区母系牛群 優秀賞 5席
県立矢上高等学校（邑南町）



10月
7



©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV
アンパンマンと交通ルールを学ぼう !!



アンパンマンと交通ルールを学ぶ

10月
7

島根おち地区本部統括支店は邑南町健康センター元気館において「JA共済アンパンマン交通安全キョラバン」を開催しました。このイベントは子どもたちに楽しく交通ルールを身につけてもらうことを目的に開催し、午前の部、午後の部あわせて約430名の家族連れにご来場いただきました。子どもたちが大きな声で「アンパンマン!!」と呼ぶと、アンパンマンたちがステージに登場し、会場から大きな歓声が上がりました。その後アンパンマンたちによる交通安全クイズや、信号機の色に合わせて進んだり、止まったりするゲームなども行われ、子どもたちは大きな声で答えたり、動いたり、アンパンマンたちと一緒に踊ったりしながら楽しく交通ルールを学びました。



挨拶する服部本部長



JA共済自転車交通安全教室で 交通事故未然防止

10月
3

JA共済連と島根おち地区本部は、島根県警察本部の協力のもと、プロスタントマンによる交通事故の再現演技を取り入れた自転車交通安全教室を、江津市桜江町の桜江中学校において開催しました。交通安全教室には桜江中学校の生徒と桜江小学校の児童が参加し、危険な自転車走行に伴う事故や大型トラックの内輪差による事故などの再現スタントを見学しました。発生した事故についてどうしたら防げたかについて正しい行動も再現し、交通安全意識の向上と交通ルールの順守を呼びかけました。また、通学中の交通事故防止に役立ててもらおうと桜江中学校へ反射材を寄贈しました。

令和5年 「島根の花」品評会開催

10月
14
～
10月
15



品評会審査の風景



受賞の報告を受けて笑顔の
西森浩隆さん（邑南町）



島根の花振興協議会会長賞
品種トルコギキョウ
ナイチンゲールミディ

「島根の花」品評会が出雲市の朱鷺会館で開催されました。花き栽培と商品化技術の向上を図り、「島根の花」の評価を高め、花き栽培農家の経営安定を目指すことを目的に開催され、品評会には県内から83点が出品され島根おうち管内からは5点の出品がありました。審査の結果、西森浩隆さん（邑南町）のトルコギキョウが「島根の花振興協議会会長賞」を受賞されました。西森さんは「今年は9月の猛暑により栽培が難しい年となりましたが、良品質な花を作ることができ、それが賞に入ってすごく嬉しい」と笑顔で話されました。

島根おうち地区本部では、さらなる栽培技術の向上に努め、島根おうち産花きの知名度の向上、生産意欲の向上のため生産活動の支援をしてまいります。

「食と農」を伝える授業 矢上高校

10月
25

島根県立矢上高等学校にて二年生60名を対象に「食と農」をテーマとした授業を行いました。この授業の目的は、地元の特産物「石見高原ハーブ米」の魅力紹介や、近年の農家を取り巻く環境について知ってもらうことです。

授業を企画された矢上高校魅力化コーディネーターの小林圭介さんは「生徒たちが邑南町の食と農の魅力や地球規模で起きている問題を知り、自分にとって「よい食」とはなにかを考え、その「よい食」を守るために何ができるかを考えるきっかけになりました」と振り返られ、実際授業を受けた生徒からは「石見高原ハーブ米を初めて知った」「自分が食べているお米が何の品種か知りたいと思った」「普段食べているお米は農家の方が努力してくださったことで食べることができて、とてもありがたいと感じた」などと感想をいただきました。



講師をした上田理央職員は「地元の農業を知ってもらえる機会になったので良かった」と喜びを語りました。

スパークで山陰フェア秋の朝市

10月
21

広島市内にある株式会社スパークが運営するスーパーマーケット2店舗で「山陰フェア秋の朝市」が開催されました。この朝市は近隣野菜等のPRを目的に春と秋の年2回実施され、JAしまねの島根おおち・いわみ中央・西いわみの3地区本部が参加し、白ネギ・ブロッコリー・キャベツ・生しいたけ等の青果物を店頭で販売し産品のPRを行っています。

今回の秋の朝市には島根県から丸山達也知事と、観光キャラクターのしまねっこにも参加いただき、来場者の皆様に花をプレゼントして島根県農産物のトップセールを行っていただきました。

天候に恵まれた朝市には多くの皆様が来場され、担当職員に陳列された青果物の特徴等を聞き、吟味しながら購入されていました。これからも、他地区本部と協力しながら顔の見える販売促進を行い、島根おおち地区本部産の青果物を選んでいただけるよう取り組みを行います。



食育活動 菌床しいたけ出前講座 4年ぶりに開催

9月
28

1月中

島根おおち菌床しいたけ生産者組合(上田文雄組合長)は、10月15日の「きのこの日」に合わせて、島根県、各市町、邑智郡森林組合、JAの各関係機関と連携し、管内の小学校を訪問し、菌床しいたけについて学んでもらうための食育活動を実施しています。

今年度は事前申込みのあった5校へ出向く計画を立てており、9月28日には邑南町立高原小学校の3〜6年生の28名を対象に出前講座を行いました。

講座では上田文雄組合長と森林組合担当者による、菌床しいたけの成長過程と栄養素、食えることによる身体への効果の他、山に自生する「危険なきのこ」についての説明を児童は熱心に聞いていました。

次に、菌床ブロックから生えたしいたけを収穫し、採れたてをその場で焼いて試食。児童からは「美味しい」との声が多く上がりました。

島根おおち菌床しいたけ生産組合では今後もこの活動を継続していくことで、多くの子どもたちに菌床しいたけを知ってもらい、将来の担い手確保に繋がればと期待しています。



出前講座で説明する上田文雄組合長



農機機械大展示即売会を 開催

10月
26

10月
27

島根おうち地区本部では、島根おうち農業拠点センター（邑南町矢上）において農機大展示会を開催し、両日で197名の皆様にご来場いただきました。

会場には、大好評の低価格モデルトラクタや、自走式畦畔草刈機、管理機やチェンソーなどの小型機械の他、お買い得商品をそろえ開催しました。また、農業機械購入の際にご利用いただける「アグリマイティ資金」の活用についての相談コーナーも設置しました。（地区本部統括支店ローンセンター対応）



ご来場の皆様は各々、農作業での悩みを解決しようと目的の商品を前に担当者から説明を受け、熱心に品定めをしておられました。農事組合法人北の郷（邑南町中野）の宮田陽温さんからは「米乾燥機について相談したく来場した。機械を間近に見ながら担当者から丁寧な説明を受けたことで課題の解決につながりそうである」と喜びの声をいただいた。

また、島根おうち地区本部営農部農機拠点センターの荒木健二センター長は「島根おうち農機拠点センターは、11月1日からJA全農島根農機サポート株式会社となるが、今まで通り地域に根付いたサービスを継続したい」と力強く話し意欲を示しました。

ゆとり倶楽部第6回講座開催

10月
18

島根おうち地区本部ではゆとり倶楽部の第6回講座を開催しました。今回は美郷町の唐溪悦子さんをお招きし「グリーフケア」について学びました。まず少人数のグループを作り自己紹介をしたあと、この講座の5つのルールとグリーフケアについて説明を受けました。つぎにグリーフによる影響と喪失の種類について教わり、グループ内でお互いの喪失経験を話し傾聴し合いました。続いて振り返りとして白紙にラインを引き、それに沿って喪失した出来事と、それに対する心と体の反応を書き出し、その時の気持ちを色鉛筆の濃淡で表現しました。さらにグループ内で話し合った後、唐溪さんから「話し合いの中で大切にされたと感じた瞬間はありましたか。それは自分が自分に求めていることでもありません」と話され、自分自身を見つめ直し、自分が何を求めているのか理解し、時には自分を甘やかすことも大切だとお話しいただきました。



※グリーフケア…グリーフは「失うことから生まれること」死別だけでなく、大切な人、物を失うことによって生まれるその人なりの自然な反応・感情・プロセス（過程）それを丁寧にみつめること（セルフケア）を大切にしてください



大和支店 グラウンドゴルフ大会開催

10月
17

大和支店は、旧宮内小学校グラウンドにおいて第10回大和支店年金受給者友の会グラウンドゴルフ大会を2年ぶりに開催しました。当日は秋晴れに恵まれて過去最多15名の参加をいただきました。今回の大会は、年金友

の会役員の皆様が主体となつて大会準備・運営をしていただきました。参加された方からは「やはり交流の場は必要だ」「とても楽しい1日を過ごせた」と喜んでいただきました。黒川正嗣支店長は「今後も多く交流の場を設け、多くの方に参加いただくことが大切だと痛感した」と話しました。

【成績について】

順位	氏名	地域
優勝	井原 希江 様	都賀本郷
準優勝	三上 ヒロ子 様	都賀西
3 位	上田 賢逸 様	宮内
4 位	西嶋 二郎 様	比敷
5 位	吉迫 良美 様	都賀西

おめでとうございます。

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、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27日(月)～
12月1日(金)

回収方法・分別

廃棄を希望される方は、農薬を【普通物】・【毒物劇物】に分類し、各営農生活ブロック事業所までお持ちください。

尚、委任状が必要となりますので、印鑑も併せてお持ちください。

普通農薬…………… 1kg当たり450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。



令和4年産島根米の精算結果について

JAしまねでは、生産者の皆様から出荷いただいた「令和4年産島根米」を以下の考え方によって、買取手法を取り入れた会計管理を行っています。

1. 集荷数量が確定する6月末までに販売した残数をJAが時価相当額で買い取る。
2. 出荷時の「仮単価」と、12月の「追加金」の2段階によるお支払いに加え、上記1をもって精算を約1年に短縮する。
3. 販売代金・経費の情報開示による透明性の確保と端額を除き全額精算する。

つきましては、6月末までの販売分について会計管理（共同計算方式）を行った結果、精算可能財源が確保されましたので、以下のとおり最終精算金をお支払いするとともに、精算概要についてご案内申し上げます。

令和4年産島根米共同計算収支報告書

島根おち地区本部

収入・支出項目		単 位	合 計	
販 売 数 量		トン	31,061.4	
費目	収入	販売代金	円/60kg (税込)	12,942.3
		受入金利	//	0.1
		国からの助成	//	0.0
		受取運賃	//	131.1
		その他	//	37.9
		合計 A	//	13,111.4
	支出	概算金償還	//	11,437.5
		流通・保管等に係わる経費	//	523.0
		概算金金利等	//	23.0
		保管料・入出庫料等	//	292.2
		保険料・補償料	//	0.0
		運賃	//	119.1
		安全安心等検査費用	//	0.7
		集約保管等経費	//	88.0
		事故処理経費	//	0.0
		手数料（全農）	//	12.0
		事務費	//	0.0
		生産・集荷・販売等に係る経費	//	104.7
		地区本部への支出経費	//	66.6
		広告宣伝費等経費	//	32.4
その他生産等経費	//	5.7		
需給調整経費	//	0.0		
県産米推進協議会等経費	//	0.0		
監査委員会費用	//	1.2		
その他（機能別手数料）	//	56.2		
合計 B	//	12,134.6		
収入－支出 C = A - B		//	976.8	
仮精算 D		//	408.8	
共計事業預り金残高 E = C - D		//	568.0	
翌年産共計繰越 F		//	11.6	
本精算 G = E - F		//	556.4	



令和4年産米銘柄等級別最終精算金額と生産者手取り額

生産者の皆様へ

令和4年産島根米の最終精算を実施し、生産者の皆様には令和5年10月30日に振込いたしました。令和4年産島根米の最終精算時における未精算残金344円については翌期繰越をさせていただきますのでご理解願います。

(単位：円)

①最終精算原資総額	24,557,505
②精算金額	24,557,161
①－②＝翌期繰越額	344

30kg 紙袋. 円 (税込)

30kg 紙袋. 円 (税込)

品 種	等 級	仮単価 (円) 基本 (A)	追加金 (円) (B)	最終精算 (円) (C)	最終価格 (円) (A)+(B)+(C)	
JA米	コシヒカリ	上	5,700	0	278.22	5,978.22
		1	5,600	0	278.22	5,878.22
		2	5,400	0	278.22	5,678.22
		3	4,900	0	278.22	5,178.22
	コシヒカリ 高水分	1	5,450	0	278.22	5,728.22
		2	5,150	0	278.22	5,428.22
	Sコシヒカリ	上	5,950	0	278.22	6,228.22
		1	5,850	0	278.22	6,128.22
		2	5,650	0	278.22	5,928.22
		3	4,900	0	278.22	5,178.22
	Sコシヒカリ 高水分	1	5,700	0	278.22	5,978.22
		2	5,400	0	278.22	5,678.22
ハナエチゼン	1	5,250	0	278.22	5,528.22	
	2	5,050	0	278.22	5,328.22	
	3	4,550	0	278.22	4,828.22	
きぬむすめ	上	5,600	0	278.22	5,878.22	
	1	5,500	0	278.22	5,778.22	
	2	5,300	0	278.22	5,578.22	
	3	4,800	0	278.22	5,078.22	
きぬむすめ 高水分	1	5,350	0	278.22	5,628.22	
	2	5,050	0	278.22	5,328.22	
特裁 つや姫	上	6,100	0	278.22	6,378.22	
	1	6,000	0	278.22	6,278.22	
	2	5,800	0	278.22	6,078.22	
S産地ハーブ米 コシヒカリ	1	6,700	0	278.22	6,978.22	
	2	6,200	0	278.22	6,478.22	
ハーブ米 コシヒカリ	1	6,100	0	278.22	6,378.22	
	2	5,800	0	278.22	6,078.22	
ハーブ米きぬ むすめ	1	6,300	0	278.22	6,578.22	
	2	5,850	0	278.22	6,128.22	

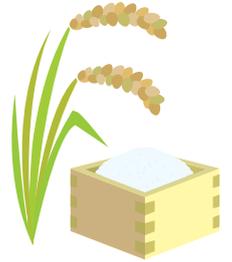
品 種	等 級	仮単価 (円) 基本 (A)	追加金 (円) (B)	最終精算 (円) (C)	最終価格 (円) (A)+(B)+(C)
コシヒカリ	1	5,100	0	278.22	5,378.22
	2	4,900	0	278.22	5,178.22
	3	4,400	0	278.22	4,678.22
きぬむすめ	1	5,000	0	278.22	5,278.22
	2	4,800	0	278.22	5,078.22
	3	4,300	0	278.22	4,578.22
ハナエチゼン	1	4,750	0	278.22	5,028.22
	2	4,550	0	278.22	4,828.22
	3	4,050	0	278.22	4,328.22
つきあかり	1	4,750	0	278.22	5,028.22
	2	4,550	0	278.22	4,828.22
	3	4,050	0	278.22	4,328.22
一般米 その他うるち	1	4,600	0	278.22	4,878.22
	2	4,400	0	278.22	4,678.22
	3	3,900	0	278.22	4,178.22
山田錦	1	8,950	0	278.22	9,228.22
	2	7,900	0	278.22	8,178.22
	3	7,150	0	278.22	7,428.22
五百万石	1	7,300	0	278.22	7,578.22
	2	6,750	0	278.22	7,028.22
	3	6,250	0	278.22	6,528.22
ヒメノモチ・ ココノエモチ・ ミコトモチ・ ヤシロモチ	1	6,300	0	278.22	6,578.22
	2	5,850	0	278.22	6,128.22
	3	5,350	0	278.22	5,628.22
その他モチ	1	5,800	0	278.22	6,078.22
	2	5,350	0	278.22	5,628.22
	3	4,850	0	278.22	5,128.22



是非、ご参加ください!!

冬季水稻座談会の開催・肥料農薬の 予約注文について

11月下旬より各地区で令和6年産水稻冬季座談会を開催いたします。
栽培・肥料・農薬について説明を行います。
令和6年産の水稻・肥料農薬の予約注文書を12月の外勤日で配布いたします。
締め切りは令和6年1月12日(金)です。期限内にご提出をお願いします。



今年の水稲座談会ここがポイント！

高温障害により品質の低下が見受けられます。来年作に向けて管理方法の確認について説明を行います。

冬季出荷野菜座談会の開催について

各地区で今年度の振り返りと次年度にむけた出荷野菜座談会を開催いたします。

今年の出荷野菜座談会ここがポイント！

- ・堆肥を活用した土作りと施肥設計
- ・専用肥料を使用した栽培
- ・異常気象に負けない栽培



法人座談会の開催・肥料・農薬大口 予約注文について

農業生産法人の課題解決に向けて営農座談会を開催いたします。
開催日時についてはTAC原本に連絡をお願いいたします。
締め切りは令和6年1月12日(金)です。期限内にご提出をお願いします。

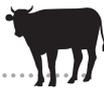


説明を行う営農指導員

今年法人座談会ここがポイント！

- ・鳥獣害対策について
- ・水稻稲作暦の変更点についての説明
- ・大口予約注文について

和牛情報



令和5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	127	756,800	128,700	416,839
	又キ	146	809,600	217,800	539,008
	合計	273			482,175
島根おおち	メス	14	518,100	172,700	399,536
	又キ	15	720,500	449,900	572,236
	合計	29			483,166
瑞穂	メス				
	又キ				
	合計	0	0	0	0
羽須美	メス				
	又キ				
	合計	0	0	0	0
石見	メス	6	498,300	172,700	389,583
	又キ	2	553,300	534,600	543,950
	合計	8			428,175
川本	メス	1	466,400	466,400	466,400
	又キ	3	680,900	495,000	560,267
	合計	4			536,800
邑智	メス	6	518,100	292,600	392,150
	又キ	9	720,500	449,900	591,250
	合計	15			499,327
大和	メス				
	又キ				
	合計	0	0	0	0
桜江	メス	1	436,700	436,700	436,700
	又キ	1	512,600	512,600	512,600
	合計	2			474,650

中央“急落”

本県10月の子牛市場は、中央で開設し273頭の取引があり、平均価格は雌416,839円（前环比73千円安）、去勢539,008円（前环比5千円安）、平均482,175円（15千円安）で“続落”の取引となりました。

上場牛については、全体に発育の良い牛、また、伸びのある牛が多く見られました。しかし、一部D・Gが基準を大きく下回る牛が散見されました。このことから、発育の良い牛と悪い牛の価格差が顕著に表れた取引となりました。枝肉相場においては、いまだに価格回復が見込めません。要因としては、物価が高騰しているため消費者が高級品のイメージの強い牛肉を買い控える傾向にあり、枝肉の価格は低迷しています。加えて、輸入飼料の価格は、コロナ前の2倍近くに跳ね上がったまま史上最高値水準で推移しています。

県外移出率

雌 61.83% 去勢 41.89% 合計 51.25%

隔月刊 家庭菜園雑誌

やさい畑

まず育てる 栽培の基本
野菜づくりがはじめての方にもよくわかるよう、野菜ごとに畑の準備から収穫まで

もっと育てる 栽培の応用
野菜ごとの性質に着目し、常識を超えた栽培方法の数を増や、収量が増える、長くとれる。

知る・楽しむ
土づくりや病害虫対策、とれたて野菜のどっておきの食べ方や家庭菜園を楽しくしてくれる職人や仕掛け人の紹介など

人気連載
● フクダ流 ひらめき菜園塾
● 循環菜園
● 野菜づくりの新常識
● スマイル菜園のなるほど栽培
● イガさんの菜園実験室 ほか

定価 922円(税込)
年間6回発行 [A4変形版]

すぐに役立つ栽培の実用情報とことんお届けします

お申し込みはお近くのJAへ [発行] 家の光協会

『地上』は 農業・地域・JAを担うリーダーのための『オピニオン誌』

『地上』をきっかけに、考え、対話しよう!

学研会で活用できる別冊付録が年2回付いてくる

JA青年組織の学習活動やJA会職員との対話にも役立つ!

お申し込みはお近くのJAへ

定価(税込) ● 普通月号 618円 ● 付録月号(4・11月号) 660円



はすみりゾート祭り 出店

10月
15

島根おおち女性部羽須美支部と羽須美支店は「はすみりゾート祭り」に参加し、カレーライスを販売しました。途中、お米が炊けないというアクシデントもありましたが、地元産のお米と石見和牛肉を煮込んで作ったカレーライスは大変好評で、予定していた数を上回る売れ行きでした。



瑞穂支部折り紙で 脳トレ!!

10月
17



瑞穂支部（住金末子部長）は、第3回目の研修会を開催しました。今回は折り紙を使いインテリア小物を作りました。住金部長の「今日は、認知症予防に高原地区の梅田陽子さんに教えていただいた花束を色紙で折りたいと思います」とのあいさつの後、一通り折り方の説明を受け、好みの色紙を選び折り始めました。初めは戸惑い「ここは、どうするん」と教わり合いながら折り進め、慣れてくると話の内容も近況報告となり、時折「やあ！鶴になりましたわ」などと楽しそうに折り紙をしました。作品完成後は、山本一江副部長のお点前をいただき和やかな内に終了しました。



女性部員と支店職員が協力!! 「おもてなしプロジェクト」

桜江支部（安原八千子部長）と桜江支店（大石振一郎支店長）は、支店内に展示している手芸作品の入れ替えを行いました。谷住郷地区、川越地区に続き、市山地区の部員の皆さんの書、俳句、川柳の他、紙バンドで編んだカゴ、パッチワークの作品が所狭しと展示されました。

市山地区の展示期間は10月13日（金）から12月11日（月）まで展示されています。桜江支店にお越しの際は、ぜひ部員の皆さんの力作をご鑑賞いただきお楽しみください。



ケイトウ栽培出荷反省会開催

10月10

島根おちち女性部は、ケイトウ栽培出荷に取り組む部員を対象にケイトウ栽培出荷反省会を開催しました。

初めに営農指導員より管内各地の圃場写真を確認しながら全体の生育状況と出荷実績、市場動向について「出荷本数は昨年より約3万本増え、価格も高値で推移した。市場の需要が高く品薄傾向であった。特にオレンジ、ピンクの品薄が顕著だった」などと説明を受け、各市場からの要望を聞きました。

続いてケイトウ栽培に当初から取り組む谷口由香里さんにケイトウ栽培との出会い、こだわり、おごとと反省、そしてこれからについて体験をもとに発表いただきました。

その後の意見交換では様々な質問や意見が活発に飛び交い、来年度に向けて増産と品質向上を目指し、仲間づくりに取り組みケイトウ栽培の輪を広げようと話し合いました。



発表される谷口さん

人事異動のお知らせ

1. 採用（令和5年10月1日付）

新任部署・職位	氏名	備考	職員区分
邑南営農生活ブロック 営農生活課	殿川 理恵子		パートタイム職員
統括支店 共済課	服部 純鈴		パートタイム職員

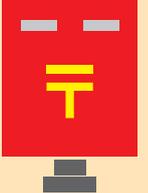
2. 採用（令和5年10月16日付）

新任部署・職位	氏名	備考	職員区分
企画総務部	石田 竜士		パートタイム職員

3. 採用（令和5年11月1日付）

新任部署・職位	氏名	備考	職員区分
瑞穂支店 金融共済課	渡邊 悠太郎		有期雇用職員

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。

◇めっきり寒くなりました。私たち夫婦は長いこと、冬をファンヒーターだけで過ごしましたが、果たして今年はどうなることやら

邑智支店管内 Tさん 70代

●カメムシが多いと大雪説などありますが、今年の冬はどうでしょうか？もしも暖冬だと記録更新ですね！でも、あったかコタツも良いものですよ！

◇だんだん紅葉が見られる季節となり寒くなっています。大和地区の都賀保育園も農家さんの協力でふれあい農園をさせてもらっています。小さな保育園ですが皆元気です。孫3人のパパより 大和支店管内 Mさん 70代

●都賀保育園のふれあい農園の芋掘りも賑やかそうですね！園児の皆さんが楽しそうに歓声を上げながら芋掘りをされる姿を思い浮かべると、とても明るい気持ちになります。ありがとうございます😊

◇10月号の健康散歩「オーラルフレイルを防ごう」ととても参考になりました。口の健康って一番大切なのに見落としがちです。うがいトレーニング「ブクブクうがい」か「ガラガラうがい」を実行してみたいです。

桜江支店管内 Mさん 60代

●口は、「噛む」「飲み込む」「発音する」「味を感じる」「唾液を分泌する」など多くの働きがあり、加齢により働きが衰えると全身フレイル、要介護に至るリスクが高くなるとありました。「食べる力」は大切です。お口のケアをして、いつまでも元気で、おいしく食事を楽しみたいですね😊

◇「里芋のバター醤油焼き」は、とても簡単にできておいしそうですね。ぜひ作ってみようと思います。おかずにも、おつまみにも良さそうですね。

川本支店管内 Yさん 70代

●「里芋を焼く」は、意外な感じでしたが、里芋のホクホク感とバターの香ばしい香りに食をそそれそうです。味の感想を教えてくださいね！😊

11月30日(木)までのご予約で **早割** 最大5,400円(税込)引き!

令和時代の新しいカタチ。

花かご館のおせち

受付期間
令和5年
12月14日(木)
まで



早割 5,400円(税込)割引

京風特大おせち【大納言】

11/30(木)までのご注文 **数量限定**

約4人前 50品 送料込み・冷凍

19,224円 (税込) 割引期間終了後(税込) 24,624円



早割 2,160円(税込)割引

和洋特大おせち【飛躍】

11/30(木)までのご注文 **数量限定**

約3~4人前 36品 送料込み・冷凍

15,984円 (税込) 割引期間終了後(税込) 18,144円

お申込は
JA各事業所まで

瑞穂事業所 ☎83-1134

羽須美事業所 ☎88-0121

石見事業所 ☎95-1224

邑智事業所 ☎75-1861

大和事業所 ☎82-2557

川本事業所 ☎72-0330

桜江事業所 ☎92-8025

JALまね
島根おおち地区本部

灯油祭り開催!!

期間 R5. 11月21日(火)~22日(水)

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)

以降予定 12~1月・3月 ... 第4週の火・水曜日
2月 ... 第2・第4週の火・水曜日

皆さまの
ご来店をお待ち
してま〜す!!



JALまね

JA SS

島根おおち地区本部

石見給油所 ☎0855-95-0406
瑞穂給油所 ☎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

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、よろしくお願いたします。

1 石見和牛すきやき食材 (3人前) 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

6,500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

9,700円

3 石見和牛 すきやき肉 肩ロース 200g モモ 200g

6,100円

4 石見和牛 しゃぶしゃぶ肉 肩ロース 500g

8,400円

5 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5日より

4,000円

6 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×2本 令和4年度石見高原ハーブ米コシヒカリ2kg

発送は12月5日より

4,000円

7 鏡餅ときねつき餅 3合かさねと小判もち (13入×3袋)

3,900円

8 きねつき餅 小判もち (13入×6袋)

4,900円

9 邑南町産 コシヒカリ 10kg 邑南町産コシヒカリ

令和5年度邑南町産コシヒカリ

6,500円

10 石見高原ハーブ米 きぬむすめ 5kg

令和5年度石見高原ハーブ米きぬむすめ

4,400円

11 石見高原ハーブ米 こしひかり 5kg

令和5年度石見高原ハーブ米コシヒカリ

4,500円

12 石見鴨の鴨鍋セット 鴨口ス 300g 鴨もも 300g 鴨つみれ 200g 特製濃縮だし 300ml 旨味定80セット

8,000円

13 お茶詰合せ 高級煎茶 100g 煎茶 250g ほうじ茶 180g 玄米茶 180g

3,600円

14 お漬物 (2023雪セット) 安曇菊 110g×2 ぼん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

15 特産調味料 詰合せセット 醤油 500ml 味噌 500g 日本料理の味 300g だし 300ml かつお 1kg おおんどの 石見和牛すきやきたれ (200ml)

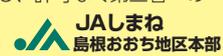
4,900円

16 特産加工品 (7点) かきもち 梅干し 小判もち(13入) 豆もち こんにゃく 広島菜しそ漬 ねみそ

4,500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5年10月23日～12月8日まで (発送は12月1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)
※ご記入の個人情報には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。
ご不明な点はお気軽にお尋ねください。



■お申込・お問い合わせは JA各事業所まで	羽須美事業所 0855-88-0121	大和事業所 0855-82-2557
瑞穂事業所 0855-83-1134	石見事業所 0855-95-1224	川本事業所 0855-72-0330
	邑智事業所 0855-75-1861	桜江事業所 0855-92-8025

※都合により詰め合わせ内容が変わる場合がございますのでご了承ください。

人生100年時代を
いつまでも元気で
健康に生きていたい

特集 60歳からの
そんな願いの
実現を後押しします!

家の光

定価(税込) ●普通月号 629円 ●付録月号(1・4・5・7・9月号)922円 ●家計簿付き12月号1,027円

お申し込みはお近くのJAへ JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷船河原町11 TEL. 03-3266-9039 <http://www.ienohikari.net>

資産所得倍増プランの意味を 改めて考えてみよう

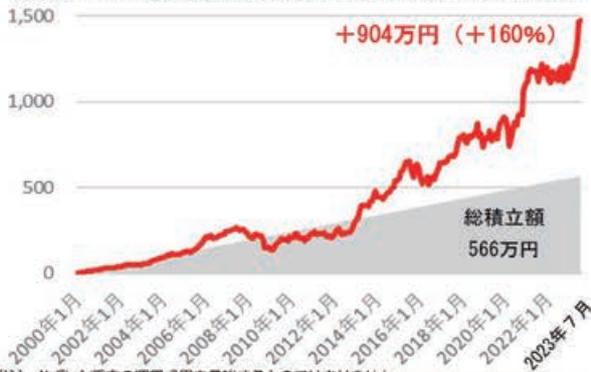
岸田内閣が『資産所得倍増プラン』を打ち出してから一年が経とうとしています。内容を簡単にかみ砕くと、
『他国と比べて日本人の資産は増えていない。その理由は日本人の資産の多くは現預金だから。この現預金を投資につなげることで経済を成長させて、日本人の資産を増やしましょう！』
というものです。私たちは示された『資産所得倍増プラン』どのように取り組めばいいのでしょうか？



積立による継続的な投資を行う

& つみたて NISA を活用して投資を行う

【日経平均株価に連動する商品に、毎月2万円積立】



(注) 必ずしも将来の運用成果を示唆するものではありません。
出所: 金融庁『資産所得倍増プランと資産形成支援に関する取り組み』より抜粋

NISAは運用益が非課税になる制度です。つみたてNISAは積立専用のNISAで、開始年から口座数は増えています。

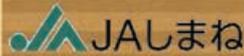
【つみたてNISA口座の推移】

2018年3月末
約51万口座



2023年3月末
約783万口座

出所: 金融庁『NISA・ジュニアNISA利用状況調査』より作成



積立であれば、**小額から**気軽に投資をはじめることができます。詳しい話をJAに聞きに行ってみましょう!!



『資産所得倍増プラン』のもと、来年には**新NISA**が始まり、国民の投資環境が拡充されます。既に広まりつつある**投資機運**が増々広まるのが予想されます。

【お問い合わせ先】JAしまね 瑞穂支店 (0855) 83-1131
もしくはお近くのJA各支店へ...

※この記事は、投資知識の普及啓発を目的としたものであり、特定の商品の売買の勧誘を目的としたものではありません。

年金びより

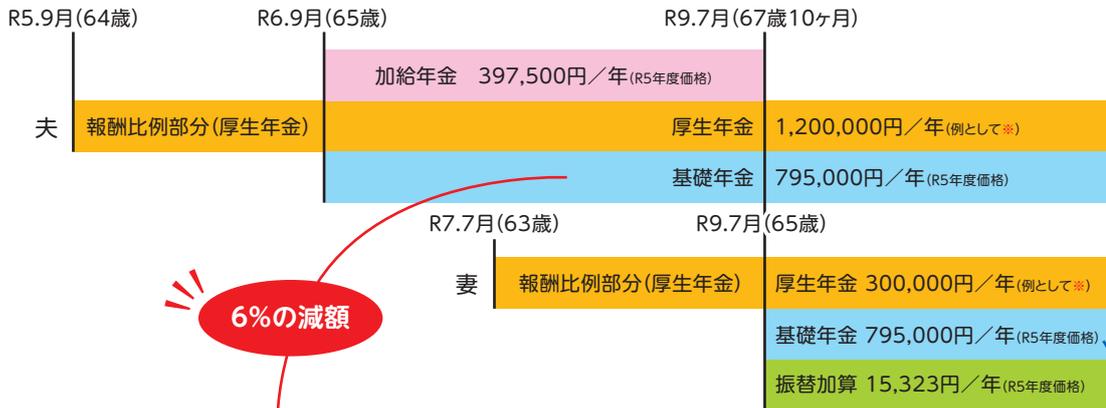
繰下げは、よく耳にするし、年金額が増えるって聞くけど繰上げてどんな制度なの？



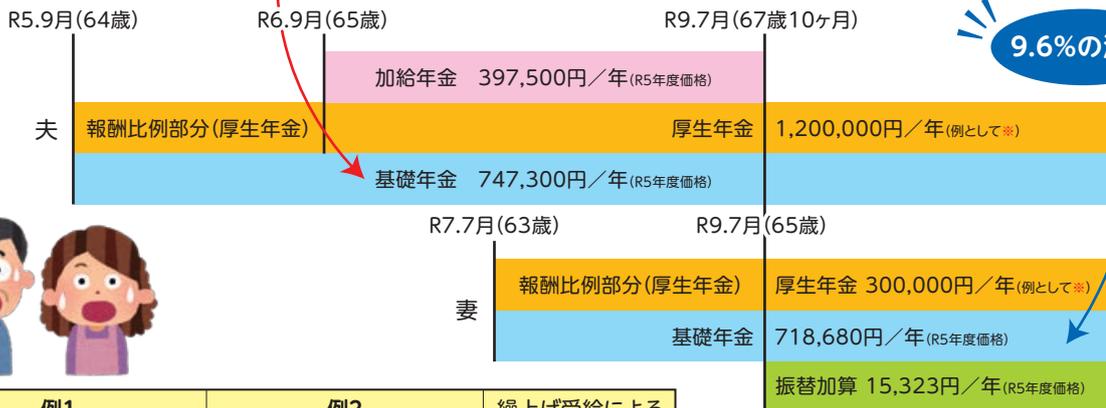
繰上げの 注意点

- 65歳からの年金を60～65歳の誕生日の2日前までに請求することで、～S37.4.1生までの方は0.5%/月 S37.4.2生～の方は0.4%/月が減額されて支給される
- 配偶者がおられる方で、加給年金・振替加算の対象の方は支給開始年齢まで支給されない
- 基礎年金・厚生年金の両方を繰上げる(片方だけの繰上げは出来ない・基金がある場合は基金も含めて)
- 繰上げ請求後に、障害年金や遺族年金の受給権が発生した場合、通常受給の時と比べると制限がかかる
…などなど

例1 夫(S34.9.20生・お勤め20年以上) 妻(S37.7.28生・お勤め20年なし) 通常受給の場合



例2 例1と同じ方で、夫は64歳・妻は63歳に繰上げた場合



	例1 (通常受給・65歳時の年金額)	例2 (繰上げ・65歳時の年金額)	繰上げ受給による 減額
夫	1,995,000円/年	1,947,300円/年	47,700円/年
妻	1,095,000円/年	1,018,680円/年	76,320円/年

※ 例1・例2ともに加給年金・振替加算は含めていません。
相談内容で、繰上げのお話を聞かれる方は少ないですが、
お考えの方は、1度ご相談くださいませ。
12月号は、相談会でよくある相談内容についてです。

12月年金相談会

瑞穂支店
12月2日(土) 9:00～12:00
川本支店
12月16日(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しまね 島根おおち統括支店 金融課 TEL.0855-83-1803

10月号年金びより加給年金の「例1」について誤りがありましたのでお詫びして訂正いたします。

【誤】妻(お勤め20年なし)

【正】妻(お勤め20年以上)

12月の行事予定

12月13日(水)～14日(木) 担い手人間ドック

場所：13日(水)・・・みさと館(美郷町粕淵)
14日(木)・・・矢上交流センター(邑南町矢上)

12月15日(金) 農業者・女性部健診
場所：矢上交流センター(邑南町矢上)

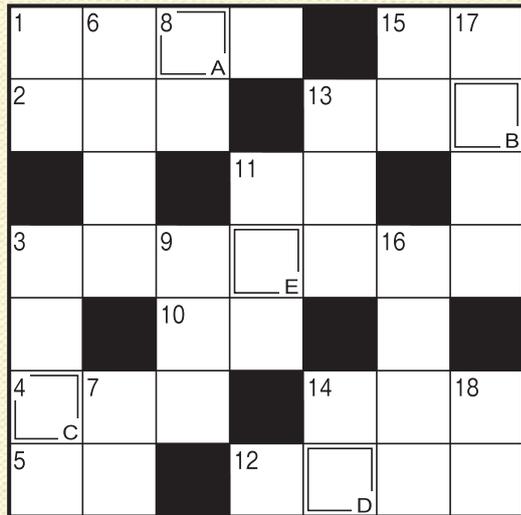
12月20日(水) ゆとり倶楽部
講座：キャンドル作り
場所：地区本部

12月の外勤日 16日(土)・18日(月)・19日(火)



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冬眠するものも多い大型の哺乳類
- ③謎の多い浮世絵師、東洲斎——
- ⑥その月の一番最初の日
- ⑦寒い日に吐くと白く見えることも
- ⑧授業中は慎んでくださいね
- ⑨ワカメの根元に近い部分
- ⑪——予報によると来週は寒いらしい
- ⑬建物が立っていない宅地
- ⑭——の細かい滑らかな肌
- ⑮年越しに付きものの麺類
- ⑯チン!と鳴らすと人が来ます
- ⑰1号は東京と大阪を、2号は大阪と福岡を結びます
- ⑱年賀状のイラストによく使われます。令和6年は「辰」です

ヨコのカギ

- ①サンタがプレゼントを入れます
- ②パパー、ママァ、どこー?
- ③欧米のクリスマスには、この島の丸焼きがよく食べられます
- ④大好きな歌手の——を見に行きた
- ⑤レンコンは根のように見えますが、実はこれ
- ⑩「海のミルク」と呼ばれる貝
- ⑪除夜の鐘を突けるところもあります
- ⑫水や砂と混ぜコンクリートを作ります
- ⑬サハラ、タクラマカンといえ
- ⑭刃物で紙を加工して描きます
- ⑮冬の京都市は——冷えるといわれます

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「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 島根おおち地区本部 総務課 「クイズ」係

2023年12月1日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「フジタク」



俳句の広場

選句者「白魚火」編集長・副主宰
安食彰彦先生

最優秀賞

柴栗を妻とポケット皆使ひ

出雲市 藤江 堯様

優秀賞

椅子二つ百寿の母と秋夕焼

吉賀町 村田 綾美様

虫籠のやうな無人の駅に入る

兵庫県 小田 慶喜様

愛犬を抱いて土手ゆく月の秋

出雲市 小豆澤典子様

佳作

夏休用頼むたびバイト代
秋うらら床屋ごっここのふたりかな
新米の今年限りと届けられ
団栗を拾ふ園児の笑顔かな
秋分の日の丸並ぶ里の道

松江 市井上 延子様
浜田市 沖田 邦子様
浜田市 三沢 孝子様
兵庫 小田 和子様
江津市 山形ゆうき様

「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 定価1,027円
ご購入はお近くのJAへお問合せください。



J Aしまねびよりには、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」
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

2023

JA 自己改革 実践中

定期貯金

キャンペーン期間

11/1

12/29

A コース
しまね和牛
(すき焼き用) 120名様



B コース
まめ茶・ゆず七味等
詰め合わせセット 120名様



C コース
に多米コシヒカリ
(精米 5kg) 120名様



D コース
季節のお花 120名様



E コース
お茶とお餅のセット 120名様



①10万円以上 新規または増額で定期貯金をご契約されると抽選で合計**600名様**にご希望のコースの島根の**特産品をプレゼント!**

②Wチャンス/大口
①に外れた方のうち、**100万円**以上新規または増額でご契約の方には抽選で**100名様**に「**農協商品券1,000円分**」をプレゼント!

③Wチャンス/ATMまたはネットバンク
①、**②**に外れた方のうち、**ATMまたはJAネットバンク**からお預入れの方には抽選で**50名様**に「**農協商品券1,000円分**」をプレゼント!

キャンペーン期間中、10万円以上新規または増額で対象の定期貯金をご契約いただいた個人の方へ「**よりぞう除菌大判ウェットティッシュ20枚入り**」を先着**3,000名様**にプレゼント!

ATMまたはJAネットバンクからご契約された方はお近くの支店にその旨を申し出ていただくことで粗品をプレゼントいたします。

※写真はイメージです。※品切れの場合は他の粗品に代えさせていただきます。

詳しくはお近くのJA窓口までお問い合わせください。

懸賞概要

応募対象者 / ①期間中、対象商品を新規または増額で10万円以上契約された個人の方。

②Wチャンス/大口
 ①に外れた方のうち、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。

③Wチャンス/ATMまたはネットバンク
 ①②に外れた方のうち、対象商品をATMまたはJAネットバンクからお預入れされた個人の方。

※キャンペーン期間中にATMまたはJAネットバンクから定期貯金(期間1年以上)を新規または増額で10万円以上契約された方は自動的に本キャンペーンの対象となり、B~Eコースのいずれかに応募したものとします。

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、抽選権は無効となります。

当選発表 / ご当選された方に対し、当選通知をお送りいたします。賞品は随時発送させていただきます。

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。

住まいの

冬でも
足元快適

調査・お見積
無料!

床断熱リフォーム



床下の断熱

家族みんなが
安心・快適ね!!



お問い合わせ先

最寄りのJA各支店に
お問い合わせください

取扱業者 (公社)日本しるあり対策協会企業登録(島根県002・鳥取県002)

Kodama 株式会社 コタマサイエンス

■本社/島根県松江市西塚島2-8-23 ☎0852-43-0852

■松江営業所/☎0852-26-6757 ■出雲営業所/☎0853-31-9600

■益田営業所/☎0856-22-5390 ■江津出張所/☎0855-52-6852

■隠岐営業所/☎08512-2-2471



本誌は地球環境に優しい植物性インクを使用しております。



鶏肉とサツマイモの甘辛煮



コメント

- ・ご飯のおかずにもおつまみにもなるサツマイモ料理です。
- ・鶏肉とサツマイモにキノコを組み合わせ、食べ応え十分！

材料（4人分）

- 鶏もも肉…… 1枚（300g）
- 和風だし（顆粒）…小さじ1
- 片栗粉……………大さじ1
- サラダ油……………小さじ2
- サツマイモ… 1本（250g）
- 舞茸……………1パック
- エリンギ……………1パック
- 砂糖……………大さじ2
- みりん……………大さじ2
- A 濃口醤油……………大さじ2
- マヨネーズ……………小さじ1
- 水……………大さじ1
- 細ねぎ……………1～2本

アレンジ

- ・鶏肉を豚肉に替えたり、豆腐や厚揚げに替えても美味しいです。
- ・人参や玉ねぎ、こんにゃく、ピーマン、いんげんなど、野菜の組み合わせを替えて彩を楽しめます。

作り方

- ①サツマイモは1cmの厚さの輪切り又は半月切りにし、水にさらしてから水気をきり、耐熱皿にのせて、ラップを軽くかけてレンジ(600w)で7分間加熱する。
- ②舞茸は小房に分け、エリンギは3cmの長さの薄切りにする。
- ③鶏もも肉は一口大に切り、和風だし（顆粒）を振りかけてもみ込む。
- ④③の鶏肉に片栗粉をもみ込み、肉の皮目を下にして並べ入れ、焼き色を付け、裏返して同様に焼く。
- ⑤②のキノコを加え、軽く炒め、混ぜ合わせたAとサツマイモを加えて、ふたをして弱火～中火で5分煮る。
- ⑥フタを取って汁の水分を飛ばす。
- ⑦器に盛り、小口切りにした細ねぎを散らす。

材料（4人分）

- れんこん……………150g
- 小松菜……………1袋
- ツナ缶……………1缶（70g）
- コーン缶……………60～80g
- 砂糖……………小さじ1
- 醤油……………小さじ1
- 酢……………小さじ1
- A 鶏がらスープ（顆粒）…小さじ1

作り方

- ①れんこんは薄い半月切り又はいちよう切りにして、酢水にさらす。
- ②小松菜は3cmの長さに切る。
- ③鍋にお湯を沸かし、れんこん、小松菜の順に入れて1～2分茹でてザルに上げ、冷ましてから水気を絞る。
- ④ボウルにAを混ぜ合わせ、③とツナ缶、コーン缶を入れて混ぜ合わせる。

コメント

- ・秋から冬にかけて旬のれんこんは、免疫力を上げるビタミンCや腸内環境を整える食物繊維を多く含んでいます。
- ・れんこんはタンニン（ポリフェノールの一種）が含まれています。鉄鍋で調理すると黒く変色してしまいます。

アレンジ

- ・小松菜を白菜、水菜、春菊に替えても美味しく食べられます。
- ・カニカマ、ハム、ちくわ、サラダチキン、枝豆、わかめ、ひじきなどを使っていろいろな味の組み合わせを楽しめます。

れんこんサラダ



健康散歩

糖尿病って何？

皆さんは「糖尿病」という病気を聞いたことがありますか？
糖尿病は、膵臓から出るホルモン（インスリン）が十分に働かず、血液中を流れるブドウ糖という糖（血糖）が増えてしまう病気です。インスリンは、血糖を一定の値におさめる働きがあります。血糖の濃度（血糖値）が何年間も高いまま放置されると、血管が傷つき、将来的に心臓病や、失明、腎不全、足の切断といった、より重い病気（合併症）につながってしまいます。

糖尿病の症状は、血糖値がかなり高くなければ現れません。そのため、症状がなく糖尿病だということに気がつかない人も多くいます。高血糖時の症状は、喉が渇く・水をよく飲む、体重が減る、疲れやすくなるなどがありますが、症状が全くないまま健診などで判明する人もいれば、急に高血糖の症状が現れて判明する人もいます。糖尿病の合併症などの重い病気にならないうちに健診でチェックをすることが大切です。

健康診断などで分かる糖尿病の多くはインスリンの分泌が減少したり、働きが悪くなるために起こります。中高年に降に多くみられ、日本の糖尿病患者の約90%が2型糖

尿病とされています。2型糖尿病とは、遺伝的な体質に過食（特に高脂肪食）、運動不足、肥満、ストレスなどの生活習慣や加齢といった要因が加わり発症するとされています。また、肥満がなくても、内臓脂肪が増える「メタボリックシンドローム」と呼ばれる状態になると発症しやすくなります。

糖尿病対策・予防をする際には、健康的な食生活と適度な運動を行い、睡眠不足・ストレスなどをできるだけ避けることが重要です。もちろん、肥満体型の人は体重を落とすことや内臓脂肪を減らすことが急務となってきます。

糖尿病は、日本国内でもその予備軍と合わせると約2,000万人もの患者さんがいるといわれています。40歳以上の人の5人に1人は、糖尿病を発症するという計算です。それほど身近な病気であるにも関わらず、日頃からしっかりと糖尿病対策をしている人は少ないのも事実です。栄養バランスの取れた健康的な食生活と適度な運動を日々コツコツと行い、糖尿病になってしまう前から正しく対策をしていきましょう。

