

JAしまねびより

2018

4

April Vol.25

特集 島根のいいもの再発見!! 「安来市 赤江・オーガニックファーム」 やすぎ地区本部



Naomichi

安来から望む
春を待つ大山



島根には誇れる農産品がたーっくさん！
島根のいいもの再発見!!
 直撃・生産者インタビュー！



【安来市 赤江・オーガニックファーム】

4月は、やすぎ地区本部。安来市赤江町で、葉物野菜を生産している、赤江・オーガニックファームの代表、岸川勉さんに、お話しをお伺いしてきました。



お話しをお伺いした岸川さん。中島地区の方々への感謝を胸にまっすぐに。

東西に長く広がり、海も山もある自然環境豊かな島根県。島根には、胸を張って誇れる農産品が実は多種多様にあるんです。毎月、その農産品を紹介、生産者の生の声を聞いていきます！

赤江・オーガニックファームを設立した、きっかけを教えてください。

広島でサラリーマンをしていましたが、平成13年、就農するためにイターンしました。当初から有機栽培に取り組み、平成17年には、県東部のUイタンの新規就農者を中心に組織した「島根おやさい本舗」というグループを設立し、山陰地区をメインに野菜を出荷しています。安来市で就農するメンバーも増加し、出荷量が増加。食の安全・安心の高まりから、有機野菜は県外からの出荷依頼を頂くようになりました。そこで平成27年「赤江・オーガニックファーム」を設立、県外に有機野菜の出荷をはじめました。

現在の栽培規模など、概要を教えてください。

グループの生産者5人でハウスの合計が70棟、164アールの面積で栽培しています。品目は小松菜、水菜、ほうれん草、春菊の4種類の葉物野菜、ミニトマトやオクラ



地区内に所狭しと連なるハウス。ハウス内で育てられた野菜の色がなんとも言えないほど、美しいという印象でした。

などの夏野菜を少量栽培しています。安来市は、就農支援のサポートが充実しており、現在は県の指導農業士として、新規就農者の研修の受け入れや就農支援も行なっています。グループのメンバー全員が、私の農園で研修した後、中島地区で就農したUイタン者です。グループの設立にあたり、各個人が国の有機JAS認証を取得し、大阪や京

都、岡山などに共同出荷しています。

これまでに苦勞されたことなどありますか？

有機栽培をはじめて16年になります。当初は雑草や害虫などの被害が少なからずあり、苦勞しました。有機栽培の認知度が低く、知人の先駆者に聞いたりしながら、独りでも試行錯誤を繰り返しました。化学肥料や農薬に頼らない「有機」というイメージは、一般的に栽培が大変なイメージを持つ人がいるかもしれません。ただ葉物野菜は、技術体系が確立しているので、失敗はありますが、順調に規模を拡大しています。仮に1棟、ハウスが虫に食べられる被害があっても、年に5〜6回収穫できるので、被害が比較的安く抑えられるのも葉物野菜を選んだ理由です。

安来市で就農して感じたことなどありますか？

なによりも、赤江町内の皆さんの積極的な協力のおかげ

です。私のようなUイーターナーを快く迎え入れてくださり、中島地区の広くて平らな土地をこれだけ多く使わせていただけるのは、ハウスで栽培する葉物野菜にとって、規模を確保する上で、大きい支えだと感じています。そのため、メンバー全員が地域との繋がりをとても大事に考えており、地元の記事や集会などに積極的に参加しています。また、やさぎ地区本部と連携し、小中学校の給食用として葉物野菜を出荷しています。JA直売所でも販売をはじめており、県外への出荷がメインですが、地元の皆さんにも、有機野菜を広く知ってもらいたいと思っています。

グループの今後の抱負や計画など教えてください。

有機JAS認証を受けている農産物は、現在、全体の0.2パーセントしか流通していないといわれています。安全で安心な美味しい有機野菜を多くの方に食べてもらいたい、という想いから、年々規模を拡大しています。今年



は新たに2人の研修生を迎えるなど、積極的に新規就農者

国の有機JAS認証を受けた野菜の需要は徐々に高まりつつあり、まだまだその市場は大きいという。

を受け入れていきます。グループのメンバーが増え、生産量がまとまることで、収穫状況を踏まえて、出荷量を補完し合うことができます。これにより、大きな市場で安定的に出荷することができます。毎週1回集まって、誰がどこに出荷するかなどの割り当てを話し合っています。この集まりを、もっとたくさんの方にメンバーで行い、多くの方に有機野菜を食べてもらいたいと考えています。



毎週の定例ミーティングに加え、LINEなどを活用し、情報共有を図りながら、メンバー同士の協力体制を確立している。

赤江・オーガニックファーム 一口メモ

有機野菜とは、農薬や化学肥料などの化学物質に頼らず、自然の力で栽培した野菜。国の定める有機JAS認証を取得すると、マークを使用することができ「有機〇〇」や「オーガニック〇〇」など表示することができる。赤江オーガニックファームでは、良質なたい肥で土作りにこだわり、太陽熱を利用した消毒で雑草や病害虫を減らすなど、徹底した管理で有機栽培を行なっている。今後、有機野菜は東京オリンピック・パラリンピックなどをひかえて、日本の安心・安全な農作物として需要が見込まれている。



／ チャレンジ ／ 「JA自己改革」



「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の3つを基本目標に、JA自らが進める改革のことをJA自己改革と言います。JAしまね農業戦略実践3カ年営農計画の取り組みはもとより、食農教育や社会貢献活動等を通じて、地域活性化と住みよい地域社会づくりをめざします。

「担い手ドック」のご紹介



JA島根厚生連では、「担い手の方が健康で農業生産に携われる」ことを目的にTACをはじめとする各地区本部の担当者と連携して、平成26年度から「担い手ドック」に取り組んでいます。

この担い手ドックの特徴は、①農閑期に身近な場所で人間ドックが受診できる、②JAオリジナルで充実した検査内容、③JAしまね農業振興支援事業の助成により安価、④総合病院では半日以上かかるドックが約1時間で終了することであり、受診いただいた担い手の方からは好評を得ています。

担い手ドックを開始した当初は、“ドック”の知名度が低く、TACからも「お受けいただくのに苦労した」と聞いていましたが、現在では受診した方から「これは良い。来年度も予約する」と言った声や「お陰で病気が早期に見つかって助かったわ」などの喜びの声がTACに寄せられています。徐々に担い手の方に浸透しており、4年目となる平成29年度は1,042人と今までで最多の方に受診いただきました。

健康管理維持・増進の第一歩は“健診受診”ですが、平成27年度に行ったアンケート結果から、担い手の約45%の方が毎年健診を「受けていない」ことがわかりました。担い手の方の受診環境はまだ十分とは言えません。

今後ともJA島根厚生連は、JAしまねとともに担い手ドックを通して受診機会を提供することで、担い手の皆さまが元気で活躍いただけるよう島根の農業を支えて参ります。



JAしまね農業振興支援事業 活用事例のご紹介

JAしまねでは、経営拡大に向けた基盤整備や機械等の更新対策、県域でのモデル事業を実施するために、「JAしまね農業振興支援事業」を実施しています。今月号より、同事業をご活用頂いている方々の事例を連載いたします。

松江市の高橋裕典さん（70）と息子の高橋裕介さん（30） 親子の『ゆうてん農園』をご紹介します。



『ゆうてん農園』は現在、主食用米22ha、飼料用米6ha、WC S用稲5.5ha、野菜0.5ha（キャベツ・白菜・セリ・ブロッコリー）を栽培し水稲中心の農業経営を行っています。

『ゆうてん農園』では平成29年度JAしまね農業振興支援事業によって導入したトラクターを活用し、作業効率の向上を図るとともに、経営規模の拡大、さらには多角的な農業経営の展開を目指しておられます。



このような中、裕介さんは「今後、野菜栽培にも力をいれ、消費者と積極的にコミュニケーションをはかり、ニーズに即した農作物を提供できる生産者になりたい。」と将来への抱負を語っていただきました。

また、裕典さんは「今後、息子には農業経営の多角化に向け、野菜栽培をはじめ、様々な取組に積極的に挑戦してもらいたい。この挑戦と地道な努力が将来の地域農業を守ることに繋がる。」と熱い思いを話していただきました。

（注）WCSとは、稲の実と茎葉を同時に収穫し、発酵させた牛の飼料

理事会情報（2月27日開催）

- 協議事項**
- ① 平成29年度JAしまね農業振興支援事業第5回（2月）申請について
 - ② 「平成30年1月からの寒波降雪等の災害」に対する農業施設復興対策支援事業要領の設定について
 - ③ 島根県地域共同計算監査委員会の委員選出について
 - ④ 平成30年度における農業資金の保証料助成について
 - ⑤ 大口貸出金の承認について
 - ⑥ 組合と理事との取引（契約）の承認について
 - ⑦ 島根県常例検査書の回答について
 - ⑧ JA全国監査機構による期中改善指示事項（期中監査）に対する回答について
 - ⑨ 機構改革によるリスク管理基本方針の一部改正について
 - ⑩ 新退職金制度への移行にかかる退職給付債務の取り扱いと計算方法の決定について
 - ⑪ 地区本部別損益管理にかかる統一事項の取り扱いについて
 - ⑫ 職制規程の一部改正について
 - ⑬ 平成30年4月1日付け機構改革の実施について
 - ⑭ 全農からの資産譲受について
 - ⑮ 第4回通常総代会の実施および功労者表彰について
 - ⑯ 「一般社団法人ファームサポート美郷」の設立への参画について
 - ⑰ 平成30年度地域貢献・地域活性化支援事業について
 - ⑱ JAしまね福祉事業に関する運営規程の設定・一部改正・廃止について
 - ⑲ 平成30年度JAしまね新規採用職員への対応およびJA島根ユースカレッジ「新入職員課程」の実施について
 - ⑳ 平成30年度職員採用方針について
 - ㉑ 無期転換ルール適用に伴う就業規則の一部改正について
 - ㉒ 平成30年度内部監査計画について
- （紙幅の関係上、報告事項は省略いたします）

雲南

高まる食品への関心 講習会で理解深める

雲南農業振興協議会が主催する食品表示・衛生講習会が地区本部管内3カ所で開催。産直会員ら192人が参加し、衛生管理や食品表示法などの理解を深めました。

近年、虫や金属片などさまざまな異物が混入していたというニュースが相次いでおり、消費者はもとより生産者も「安全・安心な食品」への関心を高めています。

講習会では、衛生的な食品の加工や食品表示法に伴う加工品の栄養表示などを、県雲南保健所衛生指導課の今岡愛さんが説明。今岡さんは「多くの人が知り、支え合いながら対応する必要がある」と話しました。

雲南地区本部は年1回、食品の衛生管理や品質向上に向けた講習会を開いています。営農部農産加工課の福田忠課長は「雲南管内の安全安心な商品がお客の下へ届くように、周知を徹底していきたい」と意気込みます。



関心の高い内容に多くの人が訪れました

隠岐

JA女子大学 隠岐キャンパス 「隠岐ジオパーク研修会」を開催

3月24日にJA女子大学隠岐キャンパスの第1回目となる講座として「隠岐ジオパーク研修会」を実施しました。ジオパークとは世界的に貴重な地形・地質や美しい自然環境を有し、またそれらをうまく利用した人々の暮らしや文化・歴史があることが条件で認定されるものであり、平成30年1月に再認定を受けたところです。隠岐に暮らしながらも、案外ジオパークを知らない、触れることが少ないということもあり、この研修会での学びを通して、地元の魅力を再発見できればとの思いで企画いたしました。当日は、天候にも恵まれ、実際に自然・文化・歴史がある場所へジオパークガイドの案内のもと巡り、地元の魅力を改めて知ることが出来ました。

JA女子大学隠岐キャンパスでは、今後概ね2ヵ月ごとに講座等を開催することとしています。



くにびき

くにびき農業法人定期総会開催

くにびき農業法人会（岸本定朝会長）は3月8日、松江エクセルホテル東急で「第7回定期総会」を開催しました。

当日はくにびき管内で組織する16法人の代表者と関係機関から40名が出席。冒頭、岸本会長から「現在、農政の転換期であり、農業法人にとって厳しい状況が続いている。互いに情報を共有し、より良い地域農業を実現していきたい」と挨拶がありました。続いて、新規に加入した農事組合法人林本郷の松浦久年代表理事が今後の抱負を述べました。

総会では、農事組合法人佐々布農産の三島進さんを議長に選任し、今年度の活動報告や来年度の活動計画と収支計画などについて全議案を承認しました。

また、役員改選もあり、会長、副会長がいずれも再任。監事には農事組合法人やわたファームの青砥忠一代表理事組合長を新たに選任。青砥さんは「地域農業の活性化を目指し、大役を果たせるよう努力したい」と力強く抱負を述べました。

来年度の活動計画では、米の品質向上を図るため研修会や会員間の連携強化を目的とする意見交換会を行う予定です。

くにびき農業法人会（敬省略）

- 【会長】 岸本 定朝（再任）
- 【副会長】 多久和輝男（再任）
- 【委員】 勝田 達雄（再任）
- 【委員】 吉岡 雅裕（再任）
- 【監事】 田中 裕司（再任）
- 【監事】 青砥 忠一（新任）



挨拶をする岸本会長

やすぎ

春の彼岸花市開催

JALしまねやすぎ地区本部は3月16日からの3日間、同地区本部管内にあるグリーンセンター（農産物直売所）2店舗となかうみ菜彩館で「彼岸花市」を開催しました。「彼岸花市」は毎年開催している一大イベントであり、管内の農家が栽培された色鮮やかな花を中心に新鮮な野菜や果物なども豊富に揃えました。

各店舗では、定番である小菊やストック、しびきなどの花木が店先に並び、開店から多くの買い物客で賑わいました。来店客は「きれいな花がたくさんあって選ぶのが大変だわ」と笑顔で話されました。



斐川

女性部から図書カード贈呈

3月5日、JAしまね斐川女性部は、町内の西野幼稚園を訪問し、図書カードを贈呈しました。この活動は、安心して暮らせる住みよい地域社会づくりを目指す女性部活動の一環として毎年行っているもので、図書カードは、昨年のJA祭りで行われたチャリティーバザーでの収益金の一部から購入したものです。飯塚順子部長から園児たちに「みなさんや、今度新しく入ってくるお友達にもたくさん本を読んでもらえると嬉しいです」と手渡され、お礼に年長組の園児たちが歌を披露してくれるなど、大変賑やかな贈呈式となりました。毎年、町内12箇所の幼稚園・保育園を3箇所ずつ訪問しており、この日は中部幼稚園と出東幼稚園にも同様に図書カードを贈呈しました。



図書カードを園児に手渡す飯塚順子部長

隠岐
どうぜん

隠岐家畜市場開催

隠岐では、牛馬の飼養頭数と地理的な面から島前の3島と島後の1島それぞれに家畜市場が設けられていて、隠岐市場は、春（3月）・夏（7月）・秋（11月）の年3回開催され、島後を振り出しに連続3日間をかけ全市場を巡回します。

今春の市場は、寒気に伴う大風でフェリーの欠航が危惧されましたが、予定どおり3月6～8日にかけて無事に開催することが出来ました。当地区本部からは365頭の子牛が上場され、平均価格は雌で553千円、雄で559千円、去勢で591千円、総平均で576千円と、残念ながら前回秋市場から31千円の下げとなりました。その要因として、上場日令の大きなバラツキ、不順な天候、上場頭数減、これに伴う購買者の減少などが考えられますが、放牧で育った隠岐牛の特徴である、肢蹄がしっかりした個体が多く見られましたので、今後に大きな期待が持てると実感しました。

幸いに、新規就農者を含め増頭意欲が強く、29年度の農協有家畜導入事業の利用頭数が50頭に達し、地区本部内の繁殖牛飼養頭数も増加しています。

今夏市場から、当地区本部最大の西ノ島町の家畜市場が「落成初市場」となるので、多くの関係者にご来場いただき、活況のある競り市場となることを期待しています。



石見銀山

長久小で出前講座『箱寿司』作り体験

大田市立長久小学校の5年生19人が3月2日、大田市の伝統料理「箱寿司」の作り方を学びました。

講師に、JAしまね石見銀山女性部長久支部の森脇岸江支部長、他5名を迎え、児童は酢飯、前日に作った錦糸卵などの材料を木枠に詰め、皆で切り分けました。

同校では、学習の一環として地元の米生産者の協力により、田植えや稲刈りなど米作りについて学んでおり、その学習の仕上げとして、同女性部による箱寿司作りの出前講座を毎年しています。児童からは「お米を一から作って大変だったけど、自分達で作ったお米を使って料理ができて良かった」「今まで作った料理の中で最高においしい」など感想を話しました。

箱寿司が完成すると、同女性部が用意していた「うどん豆腐」と一緒に食べました。箱寿司が出来上がるまでの間では、森脇支部長が雑誌「ちゃぐりん」を用いて児童にご飯をしっかりと食べることの大切さを伝えました。



同女性部の指導のもと寿司を取り出す児童

出雲

農業情報イベント ミニアグリミーティング開催

JAしまね出雲地区本部は3月10日と11日の両日、同地区本部の生産資材課江田倉庫で農業情報イベント「ミニアグリミーティング」を開催しました。種苗・肥料会社など約20ブースで商品展示、農業技術紹介を行ったほか、栄養と美味しさの両立で注目を集める「金芽米」の試食販売も実施。2日間で約400人が来場しました。

このイベントは倉庫内のスペース活用で平成28年から開催しています。例年会場の一角でセミナーも開催しており、今回は空動扇によるハウス内の環境改善や、優良系統デラウェアのジベレリン処理といった新技術についての講習や、春野菜の栽培講習、野菜の飾り切りの体験など、12講座を実施しました。同地区本部生産資材課の片寄厚課長は「必要な情報は人それぞれ。多種多様な講座を企画したので興味があるものを見てもらいたい」と話しました。



試食販売を行った金芽米ブース

西いわみ

特産ユズ果汁を使ったカステラを発売しました

益田市特産のユズの栽培を手掛ける美都町柚子生産者組合（組合長山根哲朗）とJAしまね西いわみ地区本部（本部長田村清己）は3月2日、ユズ果汁を使った新商品のカステラ「美都ゆずカステラ」の完成を山本浩章益田市長に報告しました。

カステラはJA地区本部、(株)和欄西葡、三菱食品(株)の三社が共同開発し、三菱食品(株)が展開する菓子ブランド「M'colla」の新商品として販売します。ユズの特徴である「香り」と「色」を生かすため100%ストレート果汁を使い無香料、無着色で仕上げました。

原料の果汁は種をつぶさず搾る手搾りに近い製法で搾ったもので、苦みが少なく酸味も強すぎず風味が良いといわれています。

報告会では、完成したカステラを山本市長が試食し、「食べると口の中に香りが広がり、大変おいしい。益田の新しいお土産にぴったりです」と喜ばれました。

田村本部長は「今後も生産者が喜べる商品づくりを進めていきたい」と意気込みを語りました。

カステラは3月10日より地域限定で先行販売し、24日以降順次販売エリアを拡大していきます。



カステラの試食後に田村本部長と言葉を交わす山本益田市長

本店

第8回 地域連携フォーラム開催

「みんなで安心して暮らせる地域づくりをめざして」をテーマとした、第8回地域連携フォーラムが3月8日、くにびき宮農センターを会場に開催し、集まった約250人が、各団体の実践報告や湯浅誠氏（社会活動家／法政大学教授）の特別講演を熱心に聴講しました。

「なないろ食堂」（いわゆる子ども食堂）を運営している吉川郁子事務局長は、実践から見てきたこととして「課題はあるが、参加者、ボランティア双方にとって、多様な人との関わりの場やほっとできる場になりつつある」と報告。この他、松江市古志原公民館長竹谷強氏が「夏休み寺子屋」を、生きづらさを抱える人々を支える地域づくりをめざす、すまいるーねっと代表後藤幸江氏が「農福連携」について、それぞれ報告しました。

また、湯浅誠氏は、子どもの貧困と地域づくりをテーマに「ボランティアとして、居るだけ支援という形もある。多様な人々とのつながりが重要」と参加者の実践に期待しました。

このフォーラムは、同じ地域に住み活動している仲間が、学習しながら実践し、つながることを目的に集まった「あったか地域づくり協議会」（構成団体：松江市社会福祉協議会、JAしまね、松江保健生活協同組合、生活協同組合しまね、地域つながりセンター等）が主催しました。



島根おおち

担い手人間ドックを実施

島根おおち地区本部では2月27日から3月1日までの3日間、地区本部管内の担い手農家を対象に、JA島根厚生連と連携した巡回人間ドックを実施しました。

邑南町矢上の矢上交流センターと、美郷町久保の邑智支店営農生活課の2か所で実施し、計68名の担い手農家の方が健診を受けられました。

この健診は通常の巡回人間ドックの項目に「胸部CT検診」をセットした本格的な検査で、様々な検査を1時間半程度で済ませることができ、JAから助成をすることで、通常の1/3程度の受診料で受診できるため、毎年多くの方に受診頂いています。

健診を受けられた方からは「助かっている」、「来年も受診したい」との声を頂いており、農家の皆様が安心して営農に取り組めるよう健康管理のお手伝いを行っていきます。



いわみ中央

産直加工品研修会で売れる加工品づくりと食品表示の基礎知識を学ぶ！

いわみ中央産直振興協議会（会長 松本昭二、産直会員979名）は、3月13日いわみ中央地区本部ふれあいホールにて産直加工品研修会を開催し関係機関を含む79名が参加しました。

研修会は、2部構成で行い、1部では、島根県6次産業化アドバイザーの土井小百合氏（松江市）による、「食卓に愛を！」～生産者目線から消費者目線へ～と題して講演をいただきました。

2部では、講師に浜田保健所環境衛生部の石橋技師と石原主任技師に食品表示の基礎知識研修として、「加工品の食品表示」の演題で講義を受けました。

講義の中では、食品表示法施行前の旧基準の表示が認められる経過措置期間も平成32年3月31日までとなっているため、新しい表示法を学びました。

講義終了後の質疑応答では、石橋技師に新しい加工品などの表示についての疑問を質問され、生産者としての産直への出荷意欲を強く感じた有意義な研修会となりました。



タテのカギ



- ① ここには——・力点・作用点があります
- ③ 5月5日は——の日。国民の祝日です
- ⑤ 父や母の兄弟です
- ⑥ 川の流れの急な所
- ⑦ 別名は虞美人草、ポピー
- ⑨ 日本庭園だとコイが泳いでいることも
- ⑪ 刃物で紙に描きます
- ⑬ 生物や化学を学ぶ教科
- ⑮ 無地ではない衣服
- ⑰ バイオリンや笛のこと
- ⑲ 鳥よけに張ることもあります
- ⑳ 唱歌『春の小川』の歌詞に出てくる花
- ㉑ レイシとも呼ばれる果物

ヨコのカギ



- ① 潮の引いた浜で貝を探します
- ② マジシャンが披露するもの
- ③ ストー夫人の著書『アンクル・トムの——』
- ④ 輪のある惑星として知られています
- ⑥ 急いで記した文字のこと
- ⑧ 野球部の監督が選手に——を飛ばした
- ⑩ 動物がよく通る所にできます
- ⑫ 魚やイカの呼吸器官
- ⑭ 化粧をするときにのぞきます
- ⑯ イースター島の巨大な石像
- ⑱ 同伴者のこと

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？

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

答え

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

応募要項

- 応募方法 ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・ご感想を記入して、下記宛先にお送りください。
- 賞品 正解者の中から抽選で40名（JAしまね全体）の方に「JA商品券」をお贈りします。
- 当選者発表 賞品の発送をもってかえさせていただきます。
- 宛先・締切 〒692-0014 安来市飯島町1205-1
JAしまね やすぎ地区本部 総務課「クイズ」係
平成30年5月5日（土）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆ 「タケノコ」

ナ	ハ	サ	カ	ゲ
ワ	シ	カ	コ	ケ
シ		オ	ミ	ク
ロ	ダ	ン	タ	ク
	イ	ダ	テ	ン
セ	コ	ン	ド	イ
リ	ン	リ	ツ	タイ

・お預かりした個人情報、プレゼントの抽選・発送以外の目的で利用することはございません。

けんこうさんぽ 健康散歩 JA島根厚生連

春野菜のパワー

桜も開花し、過ごしやすい気候になりました。春は山や野に新しい草花を咲かせます。そこで、今回は春に旬とされる野菜をご紹介します。

● **落（ふき）**：古くから中国や日本でもフキノトウの葉の部分を食べると咳止めや痰切の作用があるといわれています。

● **菜の花**：菜の花にはβカロチンやビタミンB1・B2、ビタミンC、鉄、カルシウム、カリウム、食物繊維など栄養素が豊富に含まれています。カロチンやビタミンCは免疫力を高め、がん予防やかぜの予防に効果的です。またカリウムも豊富なため、血圧が高めの方にもお勧めの食材です。種子から採取する菜種油は、不飽和脂肪酸のリノール酸やオレイン酸を含んでおり、動脈硬化の予防などにも効果があるといわれています。

● **たらの芽**：たらの芽は「山菜の王様」と呼ばれており、ほのかな苦味とコクがあるのが特徴です。特有の苦みは「エラノサイト」と呼ばれる成分で、糖の吸収を抑制し、血糖値の上昇を抑えるはたらきがあります。また、老化を防ぐビタミンE、精神を安定させるビタミンKも含まれています。さらに、葉酸も含まれており、妊娠中や授乳中の女性も積極的に摂取すると良いでしょう。

● **キャベツ**：ビタミンUは別名キャベジンと呼ばれており、胃の粘膜を修復し、丈夫にしてくれます。キャベツにはカルシウムも含まれ、骨を丈夫にし、精神を安定させる効果があります。

● **うど**：若い茎は食用になり、育った根は薬用になります。ペンアルデヒド、アミノ酸、タンニンを含み関節痛やリウマチの鎮静剤として用いられます。

野菜の価格が高騰しており、なかなか摂取する機会も少なくなっているかもしれませんが、旬の野菜を活用し、新しい年度に向けて春野菜から良いパワーをもらってみてはいかがでしょうか。

いちご祭2018開催

やすぎ苺部会と安来農林振興協議会は3月3日と4日の両日、「やすぎのいちご祭り2018」を安来市中海町にある道の駅あらエッサで開催し、訪れた多くの人に安来のイチゴをPRしました。

山陰地方は比較的日照時間が短いため、赤く色づくまで長い時間を掛けることで糖度が増し、甘くなるのが安来市で栽培されるイチゴの特徴で、県内最大のイチゴ産地です。同イベントではやすぎのイチゴのおいしさを生産者自ら消費者に伝えるため、採れたての『紅ほっぺ』『章姫』『かおり野』の試食販売を行い、来場者にそれぞれの品種の特性や、おいしいイチゴの見分け方などを説明しました。

また、やすぎのイチゴやペーストを使用した40種類以上の和洋菓子の試食販売、イチゴをプレゼントする「やすぎのいっちゃん」とのジャンケン大会、フェルトで作ったイチゴで農家のスゴ技に挑戦するパック詰め競争、イチゴの作り方を覚えてもらおうと栽培に関するクイズ、島根県立安来高等学校の美術部の生徒にデザインしてもらった塗り絵や幟などでイベントを盛り上げました。

イベントに訪れた来客者は「それぞれイチゴの味が違って美味しいです」「パック詰めは難しかったけど楽しかった」と話されました。同部会の遠藤孝部会長は「やすぎのイチゴを知ってもらいたいイベントになった。いちご祭を毎年行えるよう取り組んでいきたい」と意気込みを話されました。



春のBSSまつりで金芽米をPR

JAしまねやすぎ地区本部は3月24日、松江市のくにびきメッセで行われた春のBSSまつりに参加し、JAしまねの『金芽米』のPRを行いました。

当日は、たくさんの来場者に美味しさを知ってもらおうと、JA職員と開発元の東洋ライス(株)の社員が、金芽米の健康特性や炊き方を説明し、炊き立ての金芽米とロウカット玄米を試食してもらいました。また今回のイベントにあわせて、無洗米の製造過程でできる肌ヌカを肥料化した「米の精」を使用して育てた、和歌山産南高梅の梅干しと金芽米3合のセットを販売しました。

試食された来客者は、「ふっくらとしていて、普段食べているご飯より美味しい」「CMで気になっていたもので、説明が聞けて良かった」と好評でした。精米センターの三島裕所長は「多くの方に金芽米、ロウカット玄米を食べていただき健康特性を実感してもらいたい」と話しました。



こども倶楽部セミナー

JAしまねやすぎ地区本部は3月7日、伯太中央交流センターわかさ会館で親子ストレッチ教室を開催し、JAしまねやすぎこども倶楽部の会員親子13組が参加されました。こども倶楽部の会員は胎児から生後1歳までの親子が対象で、地区本部では毎年2回ベビーマッサージやエアロビクスなど、こどもとふれあう教室を開催しています。

今回は「NPO法人総合ケアセンターのぞ」の助産師の田中明美氏を講師に招きました。参加者たちは熱心に講師の説明を聞き、こどもと一緒にスキンシップをとりながらストレッチを行いました。また、赤ちゃんのマッサージの後には、お母さんたちのティータイムもあり、会員同士で育児についての情報交換も行われました。

参加者からは「子供と一緒にストレッチ出来て楽しかったです」「またセミナーに参加してみたいです」と話されました。



中学生の事故防止のために！

中学生の夜間の交通事故防止に役立ててもらおうとJAしまね、JA共済連島根、島根県農協共済福祉事業団は県内の中学校に夜光反射材を寄贈しました。これは、JA共済の交通安全活動の一環で、毎年行っているものです。今年は反射タスキ3,700本、自転車用夜光反射テープ5,000個を、県内中学校92校の新1年生に向け用意しました。

やすぎ地区本部では、伊藤本部長と国須金融共済部長が3月22日に安来市立第三中学校を訪れ、趣意書と夜光反射タスキ80個、自転車用夜光反射テープ80個を廣中敏校長に手渡しました。廣中校長は「毎年頂いており、すごくありがたいです」とお礼を述べられました。



米もん食っくんぐ

JAしまねやすぎ地区本部は3月3日、安来市飯島町の旧グリーンセンターはしま店で「米もん食っくんぐ」イベントを開催しました。

同イベントは食農教育の一環として、お米消費拡大を目的に開催され、親子13組がイベントに参加されました。参加親子はJAしまねの「金芽米」を使用したかざり巻き寿司2種類と、やすぎのイチゴを使用した残りご飯で手軽にできるおはぎ作りに挑戦されました。巻き寿司作りではきれいな断面になるよう具材をのせ、おはぎ作りでは親子で協力しながらご飯をつぶし、きなこ、あんこ、黒ごまのいろいろな味を楽しめました。

参加者は「親子で楽しく作れました」「作るのが難しかったけど、みんなで一緒に作ったのはすごく美味しかったです」と話されました。



安来の元気な子ども達を紹介します！

MIRAI KIDS

未来の主演たち

かなた
安松奏太くん(3さい)



人見知りしない奏太くんは、明るい性格の男の子。普段からすごく元気！そしてパワフル！だけど、家の中で遊ぶのが好きなインドア派なんだって。

お父さんの影響かな？好きなものは車と電車、好きなスポーツはバレーボール。2才の誕生日プレゼントに両親からバレーボールのボールをもらって、お父さんと練習しているんだって。

保育園ではこの前、発表会があって「鬼のパンツ」と「ブンバ・ポーン」の歌や踊りを真ん中で発表したんだって。あと、足がすごく速くて、年下の面倒をよくみているみたい。

最近は数字を覚えて、今は文字と時計が読めるよう勉強中みたい。すごく元気でちょっとヤンチャなところもあるけど、とても楽しい雰囲気にしてくれる奏太くんでした。

～お父さんお母さんより～

「自分ができること、できそうなことに一生懸命取り組む奏太。これからはいろいろなことにチャレンジして、自分を成長させていってね。お父さんとお母さんはいつも奏太を応援しているよ。優しい奏太、お友達や自分を大切にできる子になってね。そして『ありがとう』『ごめんなさい』が素直に言える奏太でいてください。」



家の光料理倶楽部掲示板



3月28日開催

◎講師：栄養士 飯塚生美子氏



M E N U

- ★ 鮭のおろし煮 (210p)
- ★ じゃが芋とブロッコリーのイタリアン煮込み (205p)
- ★ スナックえんどうのしいたけソースからめ (212p)
- ★ いちごのクレープ包み (208p)

※料理は家の光4月号を参考にした、先生のオリジナルレシピです。



完成品



アンケートより □□□□□□□□□□□□□□□□

- ◆ 春らしい食材で美味しかったです。
- ◆ 子供達が春休みで家におりますので、一緒にクレープを作ってみます。

お問い合わせ・申込み先
JAしまねやすぎ地区本部総合企画課 (担当：宇山)
電話：0854-22-3751



福祉課だより

デイサービスセンターふれあい 新施設完成



お問い合わせ

JAしまね やすぎ福祉サービスセンター
TEL: 23-8230 FAX: 23-8231

冬季間の工事中、サービスご利用のみなさまにはたいへんご不便をおかけし、お待たせしました。百花繚乱、あたたかい春の佳日に「デイサービスセンターふれあい」が完成しました。

デイサービスセンターふれあいでは、サービスご利用のみなさまに子供の頃の生活の様子や懐かしい風景、農業のことなど、精一杯頑張ってきた事をお話ししていただけるような言葉かけに努めています。また、食事は昔から食べ慣れておられるものや行事食など、みなさまに伺いながらお出ししています。

ご利用者のみなさまに教えていただくこと、感動を共にすることを力に変えて、これからも地域のみなさまの期待に応えられるよう、職員一同「誠心誠意」の理念のもと、心を合わせてサービス提供に努めさせていただきます。

今後とも、どうぞよろしく願いいたします。



女子大レポート

やっぱりすごい!日本の味『みそづくり』

講師

新田 咲子 氏



今回の女子大はJAしまね安来南支店敷地内のみなみ加工場で、安来産の米と大豆を使用した添加物を入れないみそづくりを体験しました。講師には新田咲子氏を招き、参加学生はみそづくりの基本から米麴の作り方や麴、塩、大豆の割合など実際に作りながら学びました。最後に新田氏からできたみその保存方法などを教わり皆で協力してつくったみそをそれぞれ持ち帰りました。

学生感想

- ◆みそづくりの知識は全くありませんでしたが、先生に教えてもらい、皆で楽しく出来ました。
- ◆秋頃に食べ頃ということなので、今から楽しみです。



4月の一番商品



《対象期間》平成30年5月末まで

みのるダイヤフラム噴霧機・肩掛噴霧機・横型スプレー **MINORU**

農作業の強い味方

① ワンタッチレバーコックと
歯車倍力装置で、らくらく操作。
② 1ストローク90ccの
吐出量(ダイヤフラムポンプ採用)。

③ 三重濾過装置で
噴口の詰まりを防止。
④ ステンレス製で
強力な耐蝕性。

※農薬以外では
使用しないで下さい。

**耐蝕性
抜群!**

**ダイヤフラム
ポンプ採用!**

簡単操作!

ダイヤフラム噴霧機(FX-18)

タンク容量 **17ℓ**

メーカー希望小売価格 **34,560円**
特別価格 **24,200円**

ダイヤフラム噴霧機(FX-15)

タンク容量 **14.5ℓ**

メーカー希望小売価格 **29,160円**
特別価格 **23,430円**

ダイヤフラム噴霧機(FX-12)

タンク容量 **11ℓ**

メーカー希望小売価格 **28,080円**
特別価格 **22,550円**

**ステンレス製で耐蝕性バツグン!
小型軽量だからハウス内でもらくらく!**

肩掛噴霧機(FM-90Y)

タンク容量 **9ℓ**

メーカー希望小売価格 **9,288円**
特別価格 **7,370円**

肩掛噴霧機(FM-50Y)

タンク容量 **5ℓ**

メーカー希望小売価格 **7,020円**
特別価格 **5,500円**

仕組別	ダイヤフラム噴霧機			肩掛噴霧機	
	FX-18	FX-15	FX-12	FM-90Y	FM-50Y
型式	FX-18	FX-15	FX-12	FM-90Y	FM-50Y
寸法	奥行17x全幅38x全高70cm	奥行17x全幅38x全高70cm	奥行17x全幅38x全高45cm	奥行14.2x全幅27x全高47cm	奥行11.7x全幅22x全高38cm
重量	5.1kg	4.9kg	4.7kg	1.89kg	1.2kg
タンク容量	17ℓ	14.5ℓ	11ℓ	9ℓ	5ℓ
材質	タンク/ステンレス鋼板 空気室/特殊耐腐蝕樹脂			タンク/ステンレス鋼板	
圧力	0.7MPa(7kgf/cm ²)			0.3~0.5MPa(3~5kgf/cm ²) ※0.7MPa以上で 安全弁が作動	
吐出量	1ストローク90cc			—	
ノズル	伸縮ノズル48~91cm			伸縮ノズル40~128cm	
噴口	2噴口			1噴口	

水稲、畑作物など幅広い用途で!

●横型タンクのため、液が満タンの時と吐出終了時の水位差が少なく、始めから終わりまで安定した散布ができます。
●兼合付タンクのため背負いやすくなっています。
※1噴口噴口(SY-1)一本標準装備。

横型スプレー(SY-18-1)

タンク容量 **18ℓ**

メーカー希望小売価格 **11,340円**
特別価格 **9,020円**

オプション

1噴口噴口(SY-1)
メーカー希望小売価格 **2,700円**

2噴口噴口(SY-2)
メーカー希望小売価格 **4,860円**

掲載の商品はすべて消費税8%込みの価格です。

お問い合わせ・お申し込みは、
やすぎ地区本部 各支店 または 資材課(TEL: 28-7800)まで

後を絶たない架空請求！ 身に覚えのない請求は無視しましょう！

国の機関から「訴訟通知」のはがきが！ 「給料差し押さえ」って本当？

裁判所や法務省など公的機関をかたり、「至急連絡をとらないと裁判が確定し、給料や不動産などが差し押さえられる」と脅す詐欺の手口です。法務省の「民事訴訟管理センター」などという機関は存在しません。

アドバイス

- ・「法的措置」「訴訟通知」「給与や不動産差し押さえ」などと言って慌てさせ、あの手この手でお金を払わせようとします。
- ・身に覚えのない通知は無視し、連絡をとらないようにしましょう。



消費生活に関するご相談は

 **島根県消費者センター（松江市殿町8-3）**

0852-32-5916

受付時間／日～金曜日 8:30～17:00※日曜日は電話相談のみで、12:00～13:00は休み

 **消費者ホットライン**

お近くの消費生活センター等に
つながります。

泣き寝入りは

いやや!
188

局番なしの

消費者問題出前講座を行っています！



集会や勉強会などに講師を派遣しています。（講師派遣は無料ですが、寸劇などを希望される場合は一部ご負担をお願いします）詳細はお問い合わせください。

【問合せ先】0852-22-5103

メール相談受付中

島根県消費者センターでは、メールによる消費生活相談を受け付けています。詳細はホームページをご覧ください。

島根県消費者センター

検索 

ホームページでは、消費生活に関する情報も発信しています。

人事異動

◎異動（平成30年4月1日付）（ ）内は旧部署

- ▼金融共済部安来市役所出張所・岩崎愛理（金融共済部資金課）
- ▼営農経済部直売店舗課・青砥諒（営農経済部農業機械課付全農農業機械協同事業体出向）
- ▼伯太支店信用課・岩田友里（伯太支店赤屋店）
- ▼伯太支店赤屋店・藤原有香（金融共済部付）
- ▼広瀬支店栄町店・来間敦子（企画総務部総務課付）
- ▼金融共済部資金課・小笹黎子（金融共済部安来市役所出張所）
- ▼営農経済部付・相坂純子（営農経済部旅行センター）
- ▼J A共済連島根自動車損害調査部松江被害調査サービスセンター出向・鳥谷佳弘（金融共済部共済課）
- ▼J A共済連島根自動車損害調査部松江被害調査サービスセンター出向・山岡達也（金融共済部共済課）

◎採用（平成30年3月15日付）

- ▼営農経済部米穀課・門脇進

（平成30年4月1日付）

- ▼企画総務部総務課付（有）サンコープ雲南出向・田中有史
- ▼総務部総務課付事務見習い・佐藤陽奈
- ▼総務部総務課付事務見習い・野路佳佑
- ▼総務部総務課付事務見習い・米山菜摘

◎退職（平成30年3月31日付）

- ▼狩野寛子



新人職員紹介



佐藤 陽奈

趣味はピアノを弾くことです。自分の仕事に責任を持ち、地域に貢献できるように努力して参ります。よろしくお願いいたします。



野路 佳佑

私はJA職員として島根県安来市の皆様を笑顔にできるように努力して参ります。よろしくお願いいたします。



米山 菜摘

私のチャームポイントは、笑顔です。いつも笑顔を忘れずに思いやりを持って、日々努力していきます。よろしくお願いいたします。

生活燃料課より



JALしまね

シロアリ無料調査実施中!!

お客様の大切な財産をお守りいたします



こんなお宅は要注意

- 建物の周囲、庭先に古材がある家
- 庭先でシロアリを見た家
- 雨漏り・トイが傷んでいる家
- 羽アリが何匹か舞い込んだ家
- 近くに山がある家

私たちが伺います

=(株)コダマサイエンス社員=



村上 紀文



石川 由之

お問い合わせ先

JALしまね やすぎ地区本部 生活燃料課

☎0854-28-7200

取扱業者

(株)コダマサイエンス 松江市西嫁島2-8-23 松江営業所 ☎0852-26-6757

ステキな暮らしを提案します

家の光

年6回 各役立ち別冊付録付き

定価(税込)
 ●普通月号 617円
 ●付録月号(1・4・5・7・9月号) 906円
 ●家計簿付き12月号 1,008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場原町111
 TEL 03-3266-9039 http://www.ienohikari.net

認知症と生きる
 女子力で
 生き抜く

サケとカリフラワーの南蛮漬け

夕飯作り
もう悩まない!

チョコチャンク
クッキー

おやつも安心
カンタン手作り!

家庭園芸
 家庭菜園も
楽しく失敗なし!

お楽しみ
連載記事!

※記事タイトル・内容は変更することがあります。

5月の外務日は
16日(水)・17日(木)
 担当職員がお伺いします。

税務相談会日程

- 広瀬支店 4月20日(金)10時～12時
- 安来東支店 5月1日(火)10時～12時
- 伯太支店 5月1日(火)13時30分～15時30分
- 広瀬支店 5月7日(月)10時～12時

年金相談会日程

- 4月22日(日) 9:00～14:00 (伯太支店)
- 6月18日(月) 9:00～14:00 (赤江支店)

事前にお電話にて相談時間のご予約をお勧めします。
 最寄りの支店または資金課(22-3752)までお問い合わせください。

以下のものをご持参いただければ、詳しいご相談ができます。

- ねんきん定期便 ●年金手帳及び年金番号通知書(ご本人・配偶者)
- 年金証書(ご本人・配偶者) ●年金請求書 ●認印 ●年金加入記録のお知らせ等



市況動向

島根中央子牛市場
 (単位:円・頭)

種別区分	地区区分	安来地区	伯太地区	広瀬地区	地区平均	中央市場
雌	平均価格	687,600	692,280	656,748	672,408	
	頭数	9	1	10	20	
	最高価格	907,200	692,280	1,321,920	1,321,920	
又キ	平均価格	785,970	827,928	821,448	803,569	
	頭数	12	5	5	22	
	最高価格	1,003,320	935,280	924,480	1,003,320	
総平均価格	743,811	805,320	711,648	741,111		
合計頭数		21	6	15	42	0

() 内ノ頭数

3月子牛市場県外移出頭数

	長野県	山口県	滋賀県	兵庫県	香川県	福岡県	佐賀県	その他	合計	県外移出率
雌	10	0	15	0	0	0	10	37	72	49.44%
去	1	28	7	1	5	0	5	20	67	38.97%
合計	11	28	22	1	5	0	15	57	139	43.97%

本県“反落”取引

平成30年3月の全国主要子牛平均価格(全農・畜産生産部3月19日現在速報)は雌715千円(前月比99%)、去勢839千円(前月比100%)、計785千円(前月比100%)で“もちあい”の取引となっています。

本県3月の子牛市場は隠岐・西部・中央市場で開設し754頭の上場があり、平均価格は728,129円(前回は52千円安)で“反落”の取引となりました。

年末出荷用の仕入期となる今月は、例年は相場が上がる傾向にありますが、今年は年明けからの枝肉相場の下落に呼応し弱含みの傾向となっています。



栄養豊か 花も楽しめる オクラ

板木技術士事務所 ● 板木利隆

夏を越して晩秋まで果実（莢果）を取り続けることができ、フヨウに似た黄色い花は観賞用としてもめでられ、家庭菜園や庭先、プランター栽培共にお勧めです。アオイに似た花は観賞価値もあり、秋遅くまで咲き続けます。花も実もある重宝な野菜といえます。

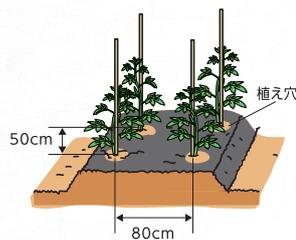
独特の粘りがあり、夏のスタミナ補給にうってつけの野菜として知られています。食べ方は刻んで生のままでだけでなく、ゆでたり炒めたり、サラダやてんぷら、みそ漬け、かす漬けにと、使い道が広いのも魅力です。

高温性で昼は25～30度、夜は20～23度が適温で、10度以下の低温では生育がまったく停止し、葉が黄変、落葉してしまいます。畑に植えたが一向に伸びず、落葉、枯死するという声がよく聞かれるのは、苗が低温に遭っていたり、植えた畑が寒過ぎたりした場合が多いのです。これを水不足と勘違いして水をやり過ぎると地温がさらに下がり、過湿となり立ち枯れ病が発生したりして失敗を助長してしまいます。

育て方のポイントは、苗は3号ポリ鉢に、一晩水に浸した種を4～5粒まき、20度ぐらいい加温して育てるか、市販の苗を買い求め、暖かい場所で再育苗し、十分暖かくなってから畑に植え出します。最近はずいぶん早くから店頭で苗が並びますが、買い急ぎは禁物、失敗して再び苗を求めなくてはならない状態になってしまいます。

図のように黒色ポリフィルムをマルチし、地温を上げてから植えることをお勧めします。

オクラの育ちをよく見ると、初期には枝分かれせず、1株当たりの花・果数は少ないので、それを補い、早期収量を高めるために、畑



でもプランターでも、1カ所に2株ずつ植えることを勧めます。前半は葉もあまり込み合わないのので、これでちょうど良いのです。

盛んに育ち枝が伸びだしてきたら、主枝の上の方を摘除し側枝に日を当て、健全に伸びるようにします。

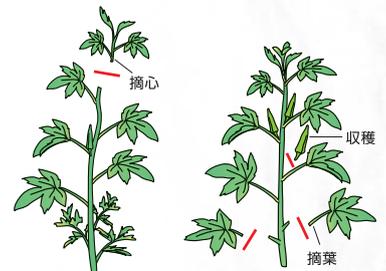
半月に1回、1株当たり小さじ1杯ぐらいい成肥料を追肥します。

近頃各地で葉を筒状に巻き食害するワタノメイガの発生が見られます。発見次第捕殺するか、適応殺虫剤を散布して防ぎましょう。

※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。



プランターでも畑でも1カ所2株ずつ植える



株が大きくなったなら主枝を摘心し側枝を伸ばす

果実を収穫したらその下方の葉は摘み取る

【お詫び】

J Aしまねびより3月号家庭菜園の記事に誤りがありました。訂正してお詫びいたします。

「文書最後から3行目」

(誤) 特に畑が酸性気味の場合

(正) 特に畑がアルカリ性気味の場合



出雲⇄函館 初就航 直行チャーター便で行く!!

100万ドルの夜景の街 函館

Tour 5大おすすめポイント

- 1 出雲縁結び空港より FDA チャーター便にて函館へひととび!!
- 2 チャーター便利用で時間のロスなく函館に移動でき、通常の定期便ツアーより函館観光をご満喫いただけます。
- 3 パリエーション豊かなコースをご用意! (片道チャーター便企画を含む全6コースをご用意しております)
- 4 全コース、世界三大夜景のひとつ「函館」夜景見学へご案内いたします。
- 5 全コース、2泊(Eコース 3泊)とも2名様より1部屋をご用意!

地元空港~函館線の直行チャーター機利用

通常は定期便利用で(乗継時間も含む)4~5時間かかるところ、往復とも函館まで直行チャーター機利用で楽々!! (D・E・Fコースは復路のみ利用)

【往路】約1時間45分
【復路】約2時間

あなたのお好きをまだ訪れていない家がきっとみつかるはず!!

コース	ツアータイトル	出発日(平成30年)	旅行代金 <small>大人名1人様2名様1室利用、出雲縁結び空港発着(税込)</small>
Aコース	世界三大夜景 函館・湯の川温泉と 津軽・下北みちのく二大半島めぐり (3泊)	6月3日(日)・6日(水)	139,800円
Bコース	北海道南西端に浮かぶ 奥尻島と 世界三大夜景 函館・洞爺湖・大沼 (3泊)	6月 3日(日)	139,800円
Cコース	世界三大夜景 函館・湯の川温泉と 北海道の名湯 登別温泉 (3泊)	6月 6日(水)	129,800円
Dコース	東北縦断 中尊寺・十和田・奥入瀬と 世界三大夜景 函館・湯の川温泉 (3泊)	5月31日(木)	139,800円
Eコース	東北縦断 松島・中尊寺・十和田・奥入瀬と 世界三大夜景 函館・湯の川温泉 (4泊)	5月30日(水)	159,800円
Fコース	世界三大夜景 函館・湯の川温泉と 札幌・小樽・洞爺湖 (3泊)	5月31日(木)	129,800円



掲載のツアーは、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!お気軽に最寄りのJA旅行センターへご請求ください!

4tour 株式会社農協観光

JAしまね 旅行センター本部 ☎0853-25-8907 JAしまね 出雲 旅行センター ☎0853-21-3305 JAしまね 島根おち旅行センター ☎0855-83-0008
 JAしまね やすぎ 旅行センター ☎0854-28-6699 JAしまね 斐川 旅行センター ☎0853-73-9625 JAしまね いわみ中央旅行センター ☎0855-22-8820
 JAしまね 雲南 旅行センター ☎0854-42-9118 JAしまね 石見銀山旅行センター ☎0854-82-3501 JAしまね 西いわみ旅行センター ☎0856-22-8587

JA女性組織フレッシュミズ・JA全農 コラボ企画

エーコープ ほめられ酢

- ✓ 万能酢なのでこれ1本で和洋中が簡単に!
- ✓ 柔らかな酸味で後味さわやか!
- ✓ お子様も食べやすく安心!
- ✓ 国産原料にこだわり、最優先に使用!
- ✓ 手軽に使える手持ちサイズ、使い切りにいい300ml!
- ✓ 食卓において毎日の料理にプラスワン!

【フレッシュミズの思いをのせて】

フレッシュミズ開発担当者と全農が開発協議を重ね「小さなお子様やお酢が苦手な人にも食べやすい商品にしたい」「国産原料、アレルギー物質等にこだわり安心できる商品にしたい」との思いが商品になりました。

本商品は、第63回JA全国女性大会(30年1月24日開催)において、全国の女性組織の皆様へ盛大なお披露目が行われ、会場では「簡単、便利でネーミングのとおり“ほめられる”お酢だね」など、好評をいただきました。

簡単! 便利!
ほめられ酢!



レシピ
WEB公開中!

商品はくらしの宅配便やお近くのAコープ、JA 購買店舗、直売所にてお買い求めいただけます。

さくら餅



薄く生地を焼くのがポイントです。桜の葉を巻いたら市販の桜餅にも負けない出来上がりです。

●材料 (10個)

米粉	60g	サラダ油	少々
白玉粉	30g	こしあん	200g
水	150cc	桜の葉塩漬け	10枚
砂糖	40g		
食紅	少々		

●作り方

- ①こしあんは一口大に10個まるめておく。
- ②ボールに米粉、白玉粉、砂糖、水を入れダマがなくなるまで混ぜる。
- ③水で溶いた食紅を少し入れる。
- ④フライパンに油をひき③を薄く楕円形になるように流し入れる。
- ⑤裏側が焼けたら竹具しか爪楊枝でひっくり返す。
- ⑥フライパンから出し、きれいな面を外側にして、こしあんを包み塩抜きした桜の葉で包む。

たけのこの味噌チーズ焼き 3種味



たけのことチーズは相性抜群です。和食に使うことが多いたけのこ、洋風にしてもおいしいですよ。とろけるチーズの上に好きな物をかけていろいろアレンジを楽しんでみてください。

●材料 (4人分)

たけのこ	250g	A 七味唐辛子	適量
味噌	小さじ2	B 木の芽	
砂糖	小さじ1	C ごま	少々
とろけるチーズ	適量		

●作り方

- ①たけのこを茹でる。または水煮のたけのこを準備する。たけのこを味噌、チーズを乗せやすい大きさに切る。
- ②味噌と砂糖をよく混ぜる。
- ③たけのこの上に砂糖を混ぜた味噌を、薄くまんべんなく塗る。
- ④③にとろけるチーズを乗せる。
- ⑤たけのこをオーブントースターまたはグリルに入れ、およそ5〜7分程度焼く。
- ⑥仕上げにAの七味唐辛子又は、Bの木の芽、Cのごまをそれぞれふる。

表紙紹介

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

今月の表紙は、安来市にある中海干拓安来干拓地から望む早春の大山です。安来干拓地(約128ha)は、農林水産省が昭和38年から進めてきた中海干拓事業により、米子湾の一部を干陸して造成された干拓地であり、大規模な畑作営農が展開されています。主な農産物はキャベツ、ブロッコリー、いちご、トマト等です。また、古来より山岳信仰が盛んな大山は、今年、開山1300年を迎えます。山麓には西日本最大級のブナの原生林が広がり、降り注ぐ雨や雪は、ゆっくりと地面を伝い、生命の水となって流れていきます。

編集後記

シュンランとの出会いは、約40年前、日原町農協婦人部の総会の場でした。数日後、我が家の雑木林を探すと人知れず凍と咲いており、とても感動的でした。野に山に出かけやすい季節となりました。忙しいからこそ、自然の恵みに感謝しながら、心豊かに過ごしたいものです。(星)



【今月の表紙の原画】

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

