



JAしまねびより 11

2021

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 石見銀山地区本部版

来月の
外勤日は 12/15(水)・16(木)・17(金)



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せんが、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熟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。世界中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。様々なことに対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。

組合長より一句
夜盗虫
一夜さかけて
漬すとや

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）と意見を交わす草野会長（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に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

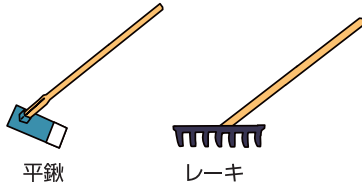
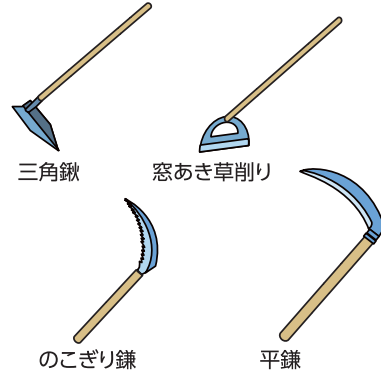


図3 除草、土寄せ作業



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)

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ど焼
- 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
- ⑩kg、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
- ⑲木枯らしも風（おろし）もこれ
- ⑳原価に利益や経費を盛り込んで付けます
- ㉑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
- ⑪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——
- ㉑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

〒694-0041 大田市長久町長久ハ56-1

J Aしまね 石見銀山地区本部 企画推進課 「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	

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

選句者「白魚火」編集長・副主宰
安食彰彦先生

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**
W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。
トリプルチャンス
 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**
 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。)

※1人部屋利用ご希望の場合、16,000円(2泊増し、但し手配できない場合がございます)
 ※募集人員 各班35名様(最少催行人員各班25名様内、各班萩・石見空港起点8名様)
 ※申込締切日 各出発日の21日前
(ただし、満席になり次第締め切らせていただきます。)

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

コース表

コース	入場観光	下車観光	車窓観光	食事
1	出雲縁結び空港(9:30) → 羽田空港(10:45) (合流)	萩・石見空港(10:30) → 羽田空港(11:55)	……空港内レストラン【昼食】	☑ 昼 ☑ 夕
2	……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)	☑ 朝 ☑ 昼 ☑ 夕
3	ホテル(8:30) → 川越の街並み【散策】	……川越市内【昼食】	……渋谷栄一 青天を衝け 深谷大河ドラマ【見学】	☑ 朝 ☑ 昼 ☑ 夕
	……渋谷栄一記念館【見学】	……草津温泉(泊)(17:50)	……浅間酒蔵観光センター	☑ 朝 ☑ 昼 ☑ 夕
	……富岡市内【昼食】(羽田空港発着)	……羽田空港(16:50) → 出雲縁結び空港(18:20)	……羽田空港(16:00) → 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

客室 イメージ

露天風呂 イメージ

外観 イメージ

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

露天風呂 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。)

一般社団法人日本旅行業協会 正会員 観光庁登録旅行業第939号
Tour 株式会社 農協観光



玄そばの検査の様子

JA石見銀山地区本部は11月4日に、令和3年産玄そばの検査を開始しました。

この日、三瓶町の池田倉庫に持ち込まれたのは、令和2年に三瓶そば振興協議会が※地理的表示（GI）保護制度に登録し、「三瓶そば」の名称

で生産されている玄そばは126袋2,835kgで、生産者立会いの中、検査員が水分や容積重を計測したり、現物を目視したりして、そばの等級を決定しました。

「三瓶そば」は、深みある濃い味わい、粘りの良さが県内外のそば店や製粉会社等より高く評価されており、ほとんどが地元のお食事処に卸されます。

玄そば検査は、管内2箇所の検査場で、12月上旬まで行われる予定です。

※地理的表示（GI）保護制度：地域の特性が品質等に結びついている産地の名称を知的財産として登録する制度

TOPICS 1 ● 令和3年産玄そば JA池田倉庫で検査始まる

千両箱 トピックス



TOPICS 2 ● JAしまね石見銀山女性部 グラウンドゴルフ大会を開催



競技を楽しむ女性部員

JAしまね石見銀山女性部が10月16日に、大田運動公園でJA石見銀山地区本部の役員と親睦グラウンドゴルフ大会を開催し、部員53名、役員13名が参加しました。

当日は、小雨が降るあいにくの天気でしたが、ホールインワンを決める参加者が続出し、歓声があちこちで上がり、熱気に包まれました。成績発表では、上位3名、中間賞、ブービー賞、最下位賞等に豪華賞品を渡し、会場は大いに盛り上がり



表彰式の様子

ました。また、競技終了後のお楽しみ抽選会では、地元の特産品をはじめ、調理用品等数多くの景品が用意され、森脇岸江女性部長が引く抽選に参加者は一喜一憂しました。

この季節、例年は女性部運動会を開催していましたが、コロナ禍の中、規模を縮小してのグラウンドゴルフ大会の開催に参加者は「初めて参加しましたが、来年もあればぜひ参加したい」と話しました。

TOPICS 3 ● 石見銀山アスパラガス生産組合 「マイナビ農業」で紹介される

（株）マイナビが運営するWebサイト「マイナビ農業」で、石見銀山アスパラガスの就農支援制度や生産者の素顔が紹介されました。

取材班は10月19日に、島根県西部農林水産振興センター県央事務所、大田市役所およびJA石見銀山地区本部で産地概要と就農支援制度を取材した後、5年前に就農した岩田有美さんのハウスを訪れました。

同組合の岩崎勝男組合長が、高畝栽培とハウスの導入の経過、同組合の概要を説明。岩田さんは、就農のきっかけや経営状況、生産技術面での工夫、特に高畝栽培の省力性等の利点を説明しました。

取材班から、アスパラガス生産に向いている人について質問があると、岩田さんは「軽量作物であり、女性向きです。アスパラガスは栽培技術が



ハウス内での取材の様子

確立していないので、独自の工夫ができる人は楽しめます」と答え、SNSを利用した同組合員相互の情報交換のやり取りが非常に心強いと説明しました。



TOPICS 5 ● 温泉津町施設園芸組合 秋作メロン初出荷

10月20日、温泉津町施設園芸組合が生産する秋作メロン(品種「アムス」)の初出荷が行われ、同町のメロン選果場から「アムスメロン」約500玉が出荷されました。

同組合の秋作メロンは溶液栽培(トロ箱栽培)の導入を契機に始まったもので、JAの担当者は「今年の秋作メロンは糖



度が高く、美味しく仕上がっている」と話しました。



種蒔きに取り組む受講生

TOPICS 4 ● 素敵なシニアの為にJA講座「菜根館」 家庭菜園を極める!

JA石見銀山地区本部は10月8日に、素敵なシニアの為にJA講座「菜根館」の4回目を開催し、23名が参加しました。講師は、(株)田中種苗の山根店長をはじめとする3名の社員。受講生は、この季節が蒔き時の6種類の野菜(春菊、ホーム玉葱、万能小ねぎ、子持ち高菜、サラダレタス) ミックス、サラダかぶ)の種を山根店長の指導を受けながら、プランターに蒔きました。 コロナ禍の中、久々の受講となった受講生は、種を手に取り土に触れながら山根店長の今後の管理方法の説明に聞き入り、「野菜の芽が出るのを楽しみに水やりを頑張りたい」と話しました。



起工式の様子

TOPICS 6 ● 石見銀山アスパラガス共同選果場 建設工事起工式

JA石見銀山地区本部は、10月2日に久手町の旧育苗センター跡地で、石見銀山アスパラガス共同選果場の建設工事起工式を開催し、関係者19名が出席しました。 同選果場は、生産農家の増加と規模拡大による収穫量の増加を図る石見銀山アスパラガス生産組合の要望に対応し、手狭

となった現在の施設に代わる高機能の共同選果場として、国、島根県、大田市の協力を得て、新たに建設されます。 石川寿樹代表理事組合長は「JAの水田活用園芸品目の一つであるアスパラガスは大田市の特産物として販売高1億円を目指したい」と挨拶。 また、島根県西部農林



完成予想図(鉄骨1階建、建築面積507.40㎡)



わ い わ い ひ ろ ば

このページは皆様のお便りが頼りです。

お便りお待ちしております♪

● 読者コーナー

■急に寒くなり、扇風機を片付けていないのに暖房やコタツが欲しくなりました。秋はどこに行ったのでしょうか。(Nさん)

■広島居住の孫に学校から配られたプリントには、通学時の注意事項として「知らない人から挨拶されてもしてはいけません」と。とても衝撃的でした。大田では、子どもたちがよく挨拶してくれるのに…。子どもたちが大人になったときを考えます。(Sさん)

■JAふれあい祭の中止、残念です。JAグリーンおおだの特売には、必ず行かせてもらいます。(Aさん)

■今年は、さつま芋がたくさん収穫できたので、「レンジでお手軽大学芋」を早速試したいと思います。(Sさん)

■急に寒くなり、冬着を出してみると、孫たちは春にはよかったのに、今回は服の丈が短くなっていました。慌てて買いに行っていました。(Yさん)

■鳥獣害、特にサル対策で、花火も効果がなくなってきたのでしょうか。田畑をやめる人が多くなって、サルも賢くなってきました。いい対策法が…。(Mさん)

担 昨年12月号〜本年3月号で、「鳥獣被害対策のポイントについて」を掲載しています。相手は群れですから、集落単位の対策が必要です。(JAしまねのホームページの石見銀山地区本部で、広報誌のバックナンバーがご覧いただけます。)

■毎日思うのですが、1週間が早い、1カ月間が早いな、と。皆様は如何ですか？何かしら淋しいような。(Tさん)

■JAグリーンおおだの野菜は、新鮮な上に栽培された方の名前が明記しており、信頼できるのが何よりです。焼き芋コーナーは楽しみにしていたのですが。(Tさん)

担 恐れ入ります。現在、さつま芋の入荷待ちです。

■昨年、介護3から要支援2に改善し、一生懸命に杖を練習しました。(Fさん)

■JAグリーンおおだでよく買い物をするのですが、どれをとっても新鮮で。また、珍しい物に出会えると、こちらもフレッシュな気持ちになります。先日も落花生を見つけ、塩茹でして美味しくいただきました。(Oさん)



三瓶そばの花が満開(10月上旬)



温泉津小学校児童のヨズクハデ作り体験

— JAしまね温泉津支店に子ども新聞を展示 —



温泉津支店では、10月19日から店内ロビーにて温泉津小学校児童の子ども新聞を展示しています。この新聞は、9月24日に温泉津町西田地区で、西田ヨズクハデ保存会の皆さんから指導を受けながら、伝統行事のヨズクハデ作りを体験した温泉津小学校5年生の児童19名が、社会科の学習活動として作成したもので、ヨズクハデの歴史や地元の人々の思い、児童の感想が記載されています。

ヨズクハデは、この地域の秋の風物詩で、天日干しにするために刈り取った稲を積み上げた様が、羽を休めているヨズク（フクロウ）に似ていることから名付けられ、国の選択無形文化財に指定されています。

同支店では、11月30日まで展示する予定です。



ヨズクハデ作りを体験する児童



温泉津支店に展示されている子ども新聞



(裏側)



令和3年度 稲作経営安定緊急対策資金のご案内

令和3年産米の価格下落により大きな影響を受けた農業者の稲作経営に必要な資金を支援するための島根県制度資金が創設されました。

(令和3年10月8日現在)

区分	内容
資金使途	種苗費、肥料費、農薬費、諸材料費、小農具費、雇用労賃等直接的経費など稲作経営に必要な運転資金
ご融資限度額	米価格の下落による減収額の範囲内
ご融資期間	5年以内(据置期間なし)
ご利用いただける方	主食用米の減収額が前年対比15%以上見込まれる農業者および農業者組織の方
金利	0.10%(JAしまねによる上乗せ支援後利率)
担保・保証	島根県農業信用基金協会保証の付保が必要です。(保証料:年0.2%)
取扱期間	令和3年10月8日~令和4年6月30日まで

※審査の結果によりお客様のご希望に添えない場合がございます。本資金の詳しい条件などについては、JAしまね 石見銀山地区本部 金融課(☎0854-84-9052)までお問い合わせください。

シロアリ警報!



無料



シロアリの予防・駆除は確かな実績と安心のJAへご相談下さい。

シロアリ防除は「(公社)日本しろあり対策協会登録企業」であることを必ず確認しましょう。

JAのシロアリ予防・駆除は安心です。

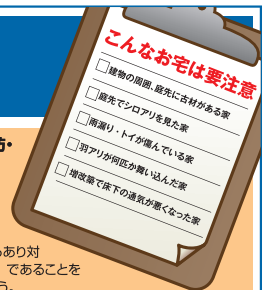
毎年莫大な量の木材が、シロアリや木材腐朽菌によって失われております。JAとして、組合員の皆様の住まいの耐用年数を延ばし、住まいを守る天災対策として、シロアリおよび腐朽被害対策を行っております。

環境に適合した薬を使用

(公社)日本しろあり対策協会で効力・安全性の審査に合格した認定薬剤を使用しています。

資格者(プロ)による施工

(公社)日本しろあり対策協会の施工仕様にとりし「ろあり防除施工士」が施工しています。



取扱業者

(公社)日本しろあり対策協会正会員
会員番号 島根県 002
会員番号 鳥取県 002

株式会社 **コタマサイエンス**

(本社)〒690-0048 島根県松江市西塚島 2丁目 8-23

JA全農基本契約業者「株児玉商会」特約施工店

■松江営業所 TEL0852-26-6757

■各営業所/江津・益田・隠岐・鳥取・倉吉・米子・広島

<https://www.kodama-s.co.jp/>

床下の無料調査(シロアリ駆除・防除等)に伺います。

床下の無料調査をご希望の方には、JAしまね取扱業者(株)コタマサイエンスの地区担当者が訪問しますので、よろしくお願い致します。



平田 一樹



石川 由之



桑原 強

お問い合わせ先

JAしまね 石見銀山地区本部 生活典礼課 TEL:0854-84-9071



医療法人 郷原医院 健康豆知識



院長 福田 亮先生

帯状疱疹、増加中

お馴染みの「胴巻き」です。子どもの頃に罹った水痘のウイルスが神経の中に潜んでおり免疫力が低下すると、またぞろ復活して神経に沿って発疹が出ます。免疫力が低下するというので、特に60歳以上で発症率が高くなります。肋間神経などに出ると、体の半周を取り巻く形になるので「胴巻き」と言いますが、座骨神経などに出ると、腰から足の先まで延々と皮疹が出ることもあります。一方で、ほんの少ししか皮疹が出ない場合もあります。これはウイルスがどの神経に潜んでいるかで決まるので、ある程度は運によるとも言えます。皮疹自体は派手でも2週間もすればカサブタになって治りますが、如何せん痛みが強く、皮疹が治った後も数年以上に亘り頑固な神経痛に悩まされることも少なくありません。痛み自体も辛いです。鎮痛用の薬も高齢者ではふらつきなどで結構辛いものです。時には運動神経も障害されて茶碗や

箸が持ちにくい場合もあり、高齢で発症すれば確実に日常生活に影響します。帯状疱疹はおたふく風邪と並んで2度無しの病気と言われていますが、長寿社会になって2度以上発症する人も稀ではなくなりました。実臨床をしている私の感覚でも、コロナウイルスのワクチン接種後に高齢者、特に70歳以上での帯状疱疹が増加したという印象があります。元々コロナウイルスのワクチンは、いろいろな免疫能に影響を及ぼす可能性が示唆されており、帯状疱疹の引き金になる可能性は否定し得ません。現在、帯状疱疹の予防として、成人での水痘ワクチンの接種が認められています。ただこの場合は、子どもの定期接種とは異なり、全額自費になります。来年以降、コロナウイルスワクチンの3回目接種が予定されており、特に60歳以上の方は、早めに水痘ワクチンの接種を考えた方が良いでしょう。

石見銀山地区本部管内 10月子牛市場ランキング ベスト5 (本人取り除く)



牛に元気をもらっています。

富山町
神谷 栄子さん

又キ最高



共に頑張りますよ。

久手町
川上 泉さん

メス最高

順位	地区	氏名	体重	日齢	父	祖父	祖祖父	祖々祖父
1	富山	神谷 光夫	316	268	幸紀雄	安福久	百合花	平糸勝
2	山口	大国 裕紀	342	253	幸忠栄	隆之国	安平吉	糸晴波
3	志学	西谷 悟郎	339	257	福之姫	茂洋	百合茂	金幸
4	大国	長見 茂幸	331	259	勝早桜5	幸紀雄	美津照重	安福久
5	仁万	岩瀬 擴二	318	282	美国桜	福増	勝忠平	百合茂

順位	地区	氏名	体重	日齢	父	祖父	祖祖父	祖々祖父
1	久手	川上 泉	292	275	福之姫	美津照重	安福久	百合茂
2	富山	小鉢 城治	321	294	福之姫	安福久	勝忠平	神高福
3	井田	奥田 康延	275	262	久茂福	百合茂	安福久	勝忠平
4	富山	松原 勉	287	276	美津照重	平糸勝	藤桜	茂重桜
5	大代	坂本さやか	285	290	福之姫	福安照	藤桜	茂重桜

子牛市場

10月子牛市場の成績表

(本人取り含む・金額は税込)

種別	市場	取引頭数	最高価格	最低価格	平均価格	対前月	対前年同月	平均体重	平均日齢
メス	管内	13	812,900	521,400	625,167	3,038	63,472	271	280
	中央	112	1,529,000	355,300	660,629	5,153	52,572	275	278
	県	112	1,529,000	355,300	660,629	28,930	52,572	275	278
又キ	管内	25	873,400	521,400	763,639	63,819	67,449	304	273
	中央	140	900,900	337,700	758,324	24,173	15,770	299	269
	県	140	900,900	337,700	758,324	9,234	15,770	299	269

令和3年10月13日



JAによる農業所得申告支援事業について（お知らせ）

JAでは、組合員の皆様の事務負担軽減のため、JAで1年間お取引いただいた情報を、申告用に帳票として整理し、収支計算の補完資料としてご活用いただける農業所得申告支援を行っております。

ご利用の際には、個人情報保護の観点から所定の手続きが必要となります。

最寄りの支店にて、期日までにお申し込みをいただきますようお願いいたします。

お申し込みいただくと、毎年帳票を送付させていただきます。

また、右記の明細表①、準備表②のほかに『購買取引明細書』についても、有料（220円）でご提供いたします。ご希望の方は最寄りの支店へお申し込みをお願いいたします。また、**ご利用を中止される場合も、最寄りの支店へお申し込みをお願いいたします。**

なお、JAグリーン・店舗において現金で購入されたお取引につきましては、印字されませんので、ご注意くださいようお願いいたします。

1. 申告支援の内容

- ①農業収支計算明細表（1年間のJAでの取引を科目別に分類し、明細表を作成します。）
- ②農業収支内訳準備表（科目別に集計された一覧表になっています。）

2. ご利用方法

農業収支計算明細表で、農業の経費であるか確認し、訂正箇所があれば訂正し、農業収支内訳準備表で集計します。これに、JA以外の取引を加算して申告にご利用ください。集計できるのは3口座までで、ご家族の口座でも集計できます。

3. お申し込み時に必要なもの

口座届出印・集計口座番号・利用料引落口座番号

4. ご利用料金 帳票：550円 CD：1,100円

5. 申込期日 令和3年12月3日（金）

6. 提供日

1月のふれあいの日に配布いたします。

7. その他

- ①期日を過ぎますと、提供の時期が遅くなるため、別途郵送料をいただきます。
- ②データでの提供をご要望の方は、農産課までご連絡いただきますようお願いいたします。

■お問い合わせ■ JA農産課 ☎0854-82-1014

農業用廃プラスチックの回収を行います

～廃プラの適正処理を行いましょ！～

■回収日・回収場所

12月6日（月） JA大田米倉庫（大田町） JA井田米倉庫（温泉津町）

12月7日（火） JA刺鹿米倉庫（久手町） JA仁摩支店（仁摩町）

■回収時間 いずれも9：00～11：30

■回収対象物 ※原則、リサイクル目的に回収します。

農業用塩化ビニールフィルム（農ビ）、農業用ポリエチレンフィルム、酢酸ビニール、PO系フィルム（農ポリ系）

ハウスビニール、マイカ線、マルチ、育苗箱、育苗ポット、畦波、肥料袋 等

※農業容器の回収はできません。（農業容器の回収は3月です。）

■梱包方法

- ・それぞれ同じ資材別に分別してください。
- ・土砂、泥等は、できる限り取り除き、金属等の異物は絶対に入れないでください。（育苗箱、育苗ポットについては、水洗いをして泥汚れを落としてください。）
- ・計量しやすいように10kg程度にまとめて、ビニール紐で十文字に縛ってください。
- ・あらかじめ豆札等に氏名および地区を記入し、梱包ごとに付けてください。

■回収料金 40円/kg（当日、現金で申し受けます。）

■その他

- ・処理委託のため、委任状が必要です。印鑑（シャチハタ不可）をご持参ください。※無い場合は、回収できません。
- ・回収対象外の物や汚れがひどい場合は、お持ち帰りいただきますので、ご注意ください。

■お問い合わせ■ JA農産課 ☎0854-82-1014



ぎんぎんテレビで放送♪

地サン地ショー

Chisun Chishow Cooking

クッキング

今月の料理

「旬の野菜を使った手頃なごちそう」

今月の先生

洋食屋 FUKU

オーナーシェフ 福田 一也さん



①サーモンときのこのクリーム煮

<材料(4人分)>

- 三瓶サーモン(三瓶町やましろ屋) 100g
※サーモンの代わりに鶏肉でも可
- 玉ねぎ 1個
- あさり 20個
- しめじ 1株
- 薄力粉 適量
- 白ワイン 160cc
- タイム、ディル 適量
- ほうれん草 1束
- まいたけ 1株
- 無塩バター 30g
- 生クリーム 160cc
- 塩 適量

<作り方>

- ① サーモンに塩を振る。(臭みをとる)
- ② フライパンに無塩バターを入れ中火で溶かし、角切りにした玉ねぎを入れ、塩を振る。(火が通りやすい)しんなりするまで炒めて、生クリームを入れ煮込む。
- ③ まいたけ、しめじを入れ、白ワインを加えてさらに煮込む。
- ④ ③に薄力粉をまぶしたサーモンを入れ、水分がとぶまで煮る。茹でたほうれん草とあさりを入れ蓋をし、弱火でとろみが出るまで煮詰める。あさりが開いたら出来上がり。
- ⑤ タイム、ディルを飾る。



- 牛乳 適量
- 塩 適量
- コショウ 適量
- パセリ 適量

<作り方>

- ① 玉ねぎ、人参を細切りにし、手鍋に無塩バター、塩を入れ弱火で炒める。
- ② 固形ブイヨンと水500ccを入れ、皮を剥いた焼き芋を加え20分煮込む。
- ③ 粗熱をとった②をミキサーにかけ、シノワなどでこす。
- ④ 手鍋に③を入れ、中火で焦げないように木べらで回しながら、生クリーム、牛乳を入れ、塩、コショウで味を調える。
- ⑤ 刻みパセリを散らす。

②焼き芋のポタージュスープ

<材料(4人分)>

- さつまいも(焼き芋) 300g
- 玉ねぎ 150g
- 人参 100g
- 固形ブイヨン 2個
- 無塩バター 40~50g
- 生クリーム 適量

提供：石見銀山産直出荷者協議会

1月号第1別冊付録



毎日食べて
ずっと元気!

とっておき 肉レシピ40

保存版

1月号第2別冊付録



LINEの使い方から
セキュリティ面まで

スマホ 便利ブック



定価(税込)
1月号 922円

1月号 購読申込受付中

お申し込みはお近くのJA各支店へ

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>



年金無料相談

複雑な年金手続きのお手伝いをいたします。どなたでもお気軽にご来店ください。

12月12日(日)JA大田東支店

☎0854-82-8514

※時間は9:00~15:00

JAグリーンおおだ

12月は、 休まず営業いたします。

- 毎月5のつく日はポイント5倍!
- 毎月0のつく日は玉子が半額!
- 毎週火曜日は火曜均一セール!
- 毎週木曜日は午後4時から夕方市!

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ついたら、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です。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)

