

# JAしまねびより 11

2017

November Vol.20

特集 島根のいいもの再発見!! 「海士町 みかん」 隠岐どうぜん地区本部

来月の外勤日は 12月16日(土)



Naomichi



燧火神社(隠岐郡西ノ島町)

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



みかん作りのために1ターンしてきた丹後さん(右)と白石さん

## 【海士町 みかん】

11月は、隠岐どうぜん地区本部。海士町の最南端に位置する崎地区へ1ターン、みかん栽培の再生に挑戦している、丹後貴視さん、白石宗久さんにお話をお伺いしてきました。



潮風いっぱいを受ける丘陵地に定植された島育ちの苗

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！

### 崎地区のみかん再生とは、 どういうものですか？

崎地区では昭和30年代からみかんの生産が始まり、最盛期の40～50年代には生産者十数人で10ヘクタールを上回る栽培面積で生産、おもに隠岐郡内で販売されていました。崎地区は、海に面して日当たりも良く、甘みと酸味のバランスの取れた美味しいみかんが実り、通称「崎みかん」として住民からずっと愛されてきました。しかし外国産オレンジの台頭や栽培農家の高齢化・後継者不足等で、50～60年代に多くの農家が生産を辞め、みかん畑には杉や松(ひのき)が植林されました。近年は高齢の生産者4人、栽培面積0.4ヘクタールまで減少し、みかんは消滅の危機にありました。こうした状況の中、海士町が地域起こし協力隊の制度を活用し、みかん農家を募集。私たちはそれに応募、1ターンしてきました。海士町の皆さんはもともと、みかんが大好きで、食べたいという要望も多いことから、平成25年に「崎みかん再生プロジェクト」

収穫できるみかんの木は現在、引き継いだ約1ヘクタールの畑で100本、年間8トン前後収穫しています。プロジェクトがはじまって、平成26年に400本、27年1,200本、28年1,800本を定植しました。おもな品種は昔から育てられてきた興津早生(おきつわせ)です。現在は2カ所で栽培面積延べ4ヘクタール、合計約2,800本の苗木が育っています。みかんは苗木を植えてから3年で実がなることから、順調に進むと平成32年の東京オリンピック時には現在の3倍程度の収穫が期待できま

### 現在はどのような状況ですか？



崎みかんの再生は島でも注目のプロジェクト

として活動を開始しました。

す。最終的には定植した本数で、100トン前後の収穫量を目指しています。



日本海を見下ろす南向きの斜面に広がるみかん畑

### みかん栽培をはじめて大変なことなどありますか？

まず何よりも大変だったことは、はじめての就農ということに加え、みかん栽培自体、右も左も分からない状態からスタートしたことです。

当初、瀬戸内海の大崎上島（おおよさきかみじま）へ栽培技術研修に2週間あまり行き、その後もアドバイスをいただいています。土壌環境や気候も違います。生育させるため、何が正解で、何が間違っているのかもわかりませんでした。夏場の草刈りが特に大変で



みかん作りの魅力や課題を熱く語る白石さん

ですが、いつ刈ったら良いか、どれくらい草が伸びたら刈れば良いのか、どれくらいのか、サイクルで刈れば良いのか、試行錯誤しながら一歩一歩、少しずつ経験を積んで前に進んでいます。隠岐牛の牛糞を活用した堆肥（たいひ）や、冬場の防寒対策として木の根元に海藻やウニの殻などを敷き詰めたり、ワラで作った衣を被せたりと、昔ながらの島の知恵を地元の方から教えても



昔ながら島ならではの工夫を聞き、取り入れ、実践

らい実践しています。移住し就農してからざっと5年になりますが、正直、こんなに大変だとは思いませんでした。ただ、海士町役場、JAしまね、地域の皆さん、色んな人達が親身になって明るく協力してくださり、支えてくださるので、使命感が湧き続け、大変ながらも楽しく、とてもやりがいを感じています。



みかん作りの拠点となる「旧崎小学校」

### 今後の抱負や展望を聞かせてください。

苗木を大切に育てながら、なるべく早く生産体制を確立し、収穫量を増やしていきたいです。まずはお世話になった地域の皆さんに復活した「崎のみかん」をたくさん食べていただきたい。収穫規模が拡大すれば将来的には人員も必



みかん畑は、誰でも入りやすい環境を目指して整備が続けられている

要となってきました。そのため、女性でも就農できる体制作りにも力を入れ、急斜面に木が立ち並ぶのではなく、段差をなるべく緩くして働きやすい農場作りにもこだわっています。島の皆さん、島根全体、県外への出荷へと、この昔懐かしい美味しい「崎のみかん」を多くの方に味わっていただきたいと夢を描いています。



みかんを収穫する島の子どもたち

### 海士町 みかん 一口メモ

みかんは冬でも葉をつけている常緑樹で、生産は気候に大きく左右される。年間の平均気温が15℃以上で、最低気温マイナス7℃が限界とされる。和歌山や愛媛、静岡などで盛んに生産されている。海士町の崎地区は冬場マイナス6℃まで気温が下がり、販売目的のみかん栽培では、日本最北端の地と言える。海士町の中でも崎地区は冬と夏の気温差が激しい。厳しい環境の中でたくましく育ったみかんは、薄皮で身が詰まっており、甘みと酸味のバランスが絶妙で美味しい。



雲南

## 大人気の加工餅 製造ピークを迎える

雲南地区本部の人気商品の1つ「仁多もち」「飯南もち」の製造が最盛期を迎えました。祭事や年末年始用の「ひかり餅」と「粉餅」を製造しており、子どもからお年寄りまで味わえる「こだわりの味」を届けています。

同地区本部では、奥出雲もち加工場と頓原もち加工所の2か所でもち加工を行っており、9月から来年3月頃までに年間300トンの製造を見込んでいます。

この加工餅のこだわりは「搗(つ)きたて、杵つき」製法。精米したての管内産もち米を100%使用し丁寧に搗きあげられた餅は、食べた時の滑らかさやほど良い粘りと歯切れが特徴。管内のAコープ店舗や産直の他にも、関東・関西地方の百貨店やスーパーなどでも販売しています。

同地区本部営農部農産加工課の福田忠課長は「生産者の思いがこもったもち米を、自慢の製法で加工している。こだわりの餅を皆さんにお届けしたい」と話しました。



袋詰めされた餅を箱詰める職員

くにびき

## 八雲農縁隊が休耕田の草刈り

農家が抱える課題の解決に取り組む「八雲農縁隊」が10月11日、八雲町内にある休耕田の草刈りを実施しました。メンバーは自前の草刈り機で手際よく雑草を刈り取りながら、汗を流しました。

同隊は、八雲支店運営委員会(山根盈樹委員長)のボランティア活動の一環として、平成25年に発足。農家の高齢化が進み、維持管理が難しくなった農地が増える中で、地域住民から「何とかしてもらえないか」との要望を受けて結成されました。「地域との縁を結ぶ」という思いを込めて、農縁隊と名付けて、同町内を中心に草刈りなどの活動を展開しています。

当日は、運営委員と支店職員ら6人が参加。約35アールの休耕田のあぜ道には、セイタカワダチソウやススキなどの雑草が生い茂っていましたが、2時間ほどで全ての草を刈り終えました。山根委員長は「草刈りをしてほしいという要望が増えている。他の組織との連携を模索しながら、現在の活動内容を見直さないといけない」と話しました。



雑草を刈っていく農縁隊のメンバー

隠岐

## 隠岐のこだわり米 「島の香り隠岐藻塩米」

隠岐地区本部では、隠岐の島町産のこだわり米「島の香り隠岐藻塩米」のブランド化に向けて、生産者と一緒に取り組んでいます。

この米は、平成15年からコシヒカリでの試験栽培を経て、現在は首都圏を中心に出荷し、また地元の飲食店などへも供給。平成25年からは、こだわりのお米屋さん「(株)スズノブ」の西島豊造社長、「(株)はくばく」和穀の会事業部の方々にアドバイザーとしてご協力いただき、本年度は18人の生産者が約40ヘクタールのほ場で栽培しています。

現在は、より高いレベルでの品質の統一や食味の平準化を進めるため、肥料の無償供給やライスセンターでの全量最終調整の採用など、これまで以上の品質で消費者へお届けできるよう取り組んでいます。

平成28年からは、安定して高品質な「きぬむすめ」での藻塩米栽培も本格化しており、本年度は3人の生産者が「美味しません認証」を取得し、1.95mmふるい目を使用した「島の香り隠岐藻塩米特選きぬむすめ」として1,049袋を出荷しました。



やすぎ

## やすぎ恋花まつり開催

やすぎ花卉部会は10月7・8日の2日間、安来市中海町の道の駅あらエッサで「やすぎ恋花まつり」を開催し、生産者が市内外にやすぎの花をPRしました。安来市は県内有数の花の産地で、同部会では72戸の農家が生産に当たっています。

イベントでは、安来産の色とりどりの花を使ったフラワーアレンジメントやDIYガーデニングの無料体験、地元幼稚園・保育園児が描いた花の絵展示、消費者による花の人気投票など、華やかな会場に多くの人を訪れました。アレンジメントに参加した児童は「去年も参加したけど、きれいなお花をいけることが出来て楽しい」と話しました。

同部会の小池隼己部会長は「今後も花の品質向上を図りながら、イベント等を通してやすぎの花の知名度アップと消費拡大を目指していきたい」と意気込みました。



斐川

## JA女性部が 園児たちと芋ほり体験

10月10日、JAしまね斐川女性部は食農教育の実践として、東部保育園、荘原保育園、荘原幼稚園の園児たちを招き、5月に一緒に植えたサツマイモの苗「紅はるか」700本の収穫作業を行いました。当日は天候に恵まれ、秋晴れの下、女性部と園児たち合わせ総勢100人での作業となり、大変にぎやかな芋掘りとなりました。

今年は芋の出来が良く、大きいものが多く、園児たちも笑顔で収穫し「見て見て～、大きな芋が採れたよ」「自分の顔と同じくらいだね」と喜んでいました。収穫を終えた後で、園児たちは女性部が用意した蒸かし芋を美味しく食べていました。収穫した芋は保育園、幼稚園に配られ焼き芋にされる他、女性部の活動にも利用される予定です。



収穫した芋の前に記念撮影

隠岐  
どうぜん

## 家の光クッキング・フェスタ ～伝えたい島の味・ふるさとの味～

隠岐どうぜん地区本部は海士町中央公民館で10月22日、同地区本部管内では初めてとなる「家の光クッキング・フェスタ」を開催しました。

「島外から来ている高校生に、女性部と一緒に調理して島のおいしい味をおぼえて帰って欲しい」という扇谷光恵女性部長の願いにより、隠岐島前高校の寮生にも参加してもらいました。

料理研究家の枝元なほみ先生の指導により、前日から準備した地元食材をたっぷり使った先生考案のレシピ4品と、寮生考案のレシピ1品を作りました。また、米消費拡大運動「ニコニコおむすび大作戦」の一環として「隠岐牛むすび・乾燥ワカメのふりかけおにぎり」の2種類を作り、とても美味しいとの声がありました。

そのほか、枝元先生による「種子法廃止 タネがあぶない ～日本の食と農を守ろう」と題した講演や、家の光の読書会も行い、台風接近で悪天候の中でしたが、笑顔で元気になった一日でした。



石見銀山

## 女子大・シニア講座が 米検査見学

石見銀山地区本部のJA女子大学とシニア講座菜根館(さいこんかん)の受講生30人が、10月12日に地域の米作りについて学びました。

一同はJAの米倉庫(大田市久手町刺鹿)で、当日出荷された米の検査に立ち会い、ライスセンターを見学。案内役の農産課吉川崇課長から説明を聞いた後、検査員が無作為に米を抜き取り、米の状態を目視で確認し、等級をつける作業を見学しました。見学後は地区本部に帰り、JAしまね石見銀山女性部フレッシュミズ部会「つぼみくらぶ」が準備した、「つや姫」のおむすび、豚汁で昼食をとりました。

JA女子大学とシニア講座菜根館では、JAの基幹的作物である米について学ぶ講座を毎年のカリキュラムに入れていきます。普段一般公開していない米検査の様子やJAの米倉庫内を見学することが、地元産米のファン作りにも一役買っています。



検査の様子を見る参加者

出雲

## 島根きのご祭り初開催

島根きのご生産振興会は10月15日、出雲市のラピタ本店で、「島根きのご祭り」を開きました。同会から(有)奥出雲椎茸、田中しめじ工場、JAしまね出雲しいたけ部会が出店し、菌床生しいたけや舞茸、しめじなどを販売。県産の各種きのごを使用したきのご汁の販売や、きのごの展示なども行われました。

同会は県産きのごの増産、品質向上などを目的に平成25年に発足。県内の生産者15団体で構成されています。一堂に会し消費者へPRするイベントとして、きのご祭りを今回初めて企画しました。県林業課統括林業普及員の杉原雅彦さん(同会事務局)は「振興会があることを皆さんに知っていただき、県産きのごをPRしていきたい。第1回が開催できたので、今後も継続していきたい」と話しました。

当日は試食販売も行われ、しいたけや舞茸が焼ける香ばしい匂いに多くの人が集まりました。また、しいたけマスコットキャラクターの「サンマッシュくん」も登場し会場を盛り上げました。



各団体が試食販売でPR

## 西いわみ

### 西いわみメロン部会 「アールス初出荷」

西いわみ地区本部では10月9日、秋作のメロン「アールス」の出荷が始まりました。

特産のアムスメロンや春作トマトの後作として栽培しており、7月上旬から中旬にかけて種をまき、7月下旬から8月中旬に定植したものが収穫期を迎えました。

同地区本部の営農経済部担当者は、「定植期からの天候に恵まれ、玉太りやネット張りは上々の出来となった」と話しました。

当日は益田市飯田町のJA多品目選果施設の12戸の農家が950箱（一箱8キロ）7.6トンのアールスメロンを持ち込みました。

出荷は11月上旬までの約1ヶ月、主に大阪市場へ出荷します。JAでは今年度の計画を出荷量132トン、販売金額を6,200万円としています。



## 島根おおち

### 「ふれあい農園」芋掘り交流会

島根おおち青年連盟、女性部、島根おおち地区本部の3者が協力し、10月10日、邑南町中野地区の「ふれあい農園」で保育園児を対象に芋掘り交流会を開催しました。管内10保育所から園児112人が参加し、青年連盟が園児らと共に6月に植えたサツマイモを収穫し、女性部が昼食会を開きました。

今年は、夏場の天候が良かったことから生育が良く、サツマイモが大きく育ち、園児らは、盟友の手を借りながら力いっぱい掘りました。昼食会では女性部員が、収穫したサツマイモを使って、サラダや団子汁などを作りました。また今回は同地区本部で生産している石見高原ハーブ米の新米を用意し、ラップに包んだご飯を音楽に合わせておにぎりにしました。

青年連盟の玉川幸司委員長は、「芋ほり交流会は今年で13年目を迎えました。今後も青年連盟、女性部、JAが協力し、子どもたちが土に触れ、野菜について知る機会を提供することで、地元の作物を知り、農業の良さを伝えていく活動を進めていきたい」と話しました。



昼食会でメニューについて説明する女性部員

## 本店

### しまね子育てフェス inいわみ開催

JAしまねは10月28日、浜田市金城町のふれあいジム・かなぎで「しまね子育てフェスinいわみ」を開きました。JAの利用者だけではなく、幅広く地域の皆さまの子育てを支援することを目的に開催。今年2月の松江市くにびきメッセでの開催につづいて2回目となります。台風が近づく中、雨模様での開催でしたが、約8,000人の親子連れに会場いただきました。

メインステージでは、アンパンマンや仮面ライダー、プリキュアのステージショー。イベント会場では、輪投げやシューティングビンゴなどの縁日コーナー、ミニ新幹線やトイレールなどのアトラクションを行い、会場は子どもたちの歓声とともに賑わいました。

JAでは今後もこのようなイベントの開催などを通じて、出産・育児の支援や地域貢献の取り組みを行ってまいります。



縁日コーナーで遊ぶ子どもたち

## いわみ中央

### 地元の食材で秋を満喫

JAしまねいわみ中央女性部弥栄（徳田マスエ部長）は10月11日、浜田市弥栄町長安本郷にある林友館で1日農家レストランを開きました。

バイク方式のランチに、地元の住民はもとより、多方面からも来場されて会場はいっぱいになり、約100人が秋を満喫しました。

徳田部長は「本日の農家レストランは、地元の食材がほとんどで、収穫した野菜やお米そして、山菜もすべて女性部が育てたものです。田舎料理をどうぞゆっくり召し上がってください」と挨拶しました。

秋の食材をふんだんに使い、黒米おはぎやごみ酢味噌和え、そうめん瓜やさつま芋の天ぷら、手作りこんにやくの田楽など珍しいメニューが並びました。来場者は「毎年農家レストランを開いてほしい。田舎料理が食べられて嬉しい」と話し、大好評でした。



# ぎゅ〜っ と根 島大産直市 2017

## 12月9日(土) くにびきメッセ 多目的ホール 9:30~15:00

駐車場 旧県立プール跡地広場 (約340台)

生産者&JAが  
島根農業の  
魅力を伝えます♪

飲食スペース  
をご用意  
いたします!



島根県5高校による  
“えんむすびショップ”

松江農林高校、出雲農林高校  
邇摩高校、矢上高校  
益田翔陽高校

着先200名様

アンケートに答えて  
“たまご”をもらおう!  
たまごの販売もあるよ!

杵つき餅  
実演販売



地産地消の  
あったか〜い  
“とん汁”販売  
1杯100円  
11:00~  
(開始予定)

島根県産  
牛乳の  
試飲コーナー

【協賛出店】  
■島根ワイナリー ■JAアグリ島根

〈お問い合わせ先〉

JALしまね営農対策部担い手対策課 0853-25-8142

JAバンク  
マスコットキャラクター



©ちよリス

〜担い手農家とTACがつくる島根の農業〜

同時  
開催



# アグリミーティング 2017 in くにびきメッセ

会場: くにびきメッセ 大展示場 9:30~15:00

主催: JALしまね JA全農

※記載の催しの内容および開催時間等は予告なく変更となる場合がございますので予めご了承ください。※記載のイラスト等は全てイメージです。



●播種作業

種類	播種時期(※)	播種量	条間	播種深度(※)
大麦 はだか麦	11月20日以降	12kg/10a	20~25cm	2~3cm

※浅播きは湿害や、除草剤の薬害を受けます。  
 ※深播きは2段根となり、生育が悪くなります。

●基肥(側条施肥)

品名	使用時期	施用量
高度化成444	は種同時	40kg/10a

●播種直後の除草剤散布

品名	使用時期	薬量 (10a当り)	希釈水量 (10a当り)	使用回数
ボクサー	は種後~麦2葉期 (雑草発生前~発生始期)	400~500mℓ	70~100ℓ	1回

ボクサーを播種直後に全面に均一に散布し、播種日に除草剤散布を終わらせる。

※播種・基肥・除草剤散布作業は天候を考慮し同日に行う。

※ロータリー耕起は播種同時に行う。耕起と播種が同日にできない場合には耕起せず一発仕上げを行う。

今後の管理

大麦・はだか麦の播種時期となります。今後は、播種量が12kg/10aとなります。

大麦・はだか麦

ポイント

●排水対策の徹底

湿害は収量に大きく影響します。湿害に負けない麦栽培をしましょう。

●適期による作業実施

生育状況を確認し、追肥・防除を適期に行いましょう。

大豆

29年産大豆は収穫時期を迎えています。次の2点を参考に適期収穫を行いましょう。

①葉が落ちて莢を振ると『カラカラ』と音がする(大豆水分18%以下)。

②莢が手で容易に『ポキッ』と折れる。

※早刈りは水分が高く乾燥調整時にしわ粒の原因となりますので避けてください。

※汚損粒の原因となる雑草・青立ちがあれば必ず取り除いてから収穫してください。

詳しくは11月6日に行われました、荷受説明会資料をご覧ください。



紫斑粒



カメムシ被害粒



汚損粒



裂皮粒



虫害粒



褐斑粒



霜害粒



水稲

つや姫栽培講習会のご案内

ご案内

●開催日時

平成29年12月12日(火)

★1回目 15:00～

★2回目 18:30～

ご都合の良い時間帯にお出かけください。

●開催場所

斐川地区本部営農総合センター

※新規で作付けを予定される方は、必ずご出席ください。また、29年産つや姫生産者の方も、できる限りご出席ください。

※「つや姫」生産資材の取りまとめも講習会に併せて行います。

※当日どうしても都合がつかない方は、営農第一課までご連絡ください。

30年産「つや姫」栽培について

ついて

1. 栽培必須条件(登録生産者要件含む)

① つや姫概ね30a以上作付けする。(飯用米のみの作付け不可)

② 「つや姫」栽培計画書を提出する。

③ 種子更新を行う。(種子検査に合格した種子を使用)

④ 栽培履歴・GAPチェックシートを提出する。

⑤ 特別栽培米基準での栽培とする。

※必ず共通の資材を使用する。

(節減対象農薬(有効成分使用回数)・化学肥料の窒素成分量(育苗土を含む)を島根県の定める節減対象農薬・化学肥料の慣行レベルの1/2以下にする。)

(注)つや姫栽培予定ほ場には除草剤を散布することができません。(前作物収穫後から農薬カウントの対象となるため。)

(注)

「つや姫」「きぬむすめ特別栽培米」栽培予定ほ場に除草剤等(ラウンドアップ・クロレイトS)を散布することはできません。(前作物の収穫後から農薬カウントの対象となります。)

きぬむすめ特別栽培米

栽培講習会のご案内

●開催日時

平成29年12月12日(火) 18:00～

●開催場所

斐川地区本部営農総合センター

※新規で作付けを予定される方は、必ずご出席ください。

※「きぬむすめ特別栽培米」生産資材の取りまとめも講習会に併せて行います。

※当日どうしても都合がつかない方は、営農第一課までご連絡ください。





資材課

お問い合わせ 資材課 TEL 73-9619  
 配送センター TEL 73-9628

廃ビニール・肥料空袋(ポリ袋)・水稻育苗箱等

農薬空き容器(プラスチック・ビン・缶)

## 有料回収を実施します

**回収日時** 平成29年12月5日(火) 9時~11時

**回収場所** JAしまね斐川地区本部出東倉庫前駐車場(出東支店東側)

- 使用済みのビニール・ポリ袋等は農業者自らの責任において適正に処理することが義務付けられています。リサイクル処理のご協力をお願い致します。
- 容器を必ず洗浄し、透明な袋にプラスチック・ビン・缶を分別してお持ち下さい。また容器のフタは外して袋に入れて来て下さい。洗浄していない場合は、業者が引き取りませんので十分注意して下さい。  
ラウンドアップマックスロード200L 空き容器は無料で回収致します。その際も容器の洗浄をお願い致します。
- 持込みの際には、車両のドア両側に**産業廃棄物運搬車表示板**を張り付けることが義務付けられています。
- 廃棄農薬の有料回収については、平成30年1月30日(火)に実施予定です。
- 詳しくは、今月のJAしまねびより折込みをご覧ください。

営農第二課

お問い合わせ TEL 73-9617  
FAX 73-9074

平成29年度特産品評会審査結果

銅賞

近郊・産直切花の部	近郊野菜の部	切花の部	青ねぎ・白ねぎの部	トマト・きゅうりの部	玉葱・キャベツの部	品目
岡田 正行 (荘原地区)	池田 明 (出西地区)	めぐみの郷東北(久木地区)	北村 一夫 (久木地区)	植田 良隆 (出東地区)	周藤 和美 (荘原地区)	勝部 紀行 (出東地区)
					北脇 一夫 (出東地区)	石郡 好一 (荘原地区)
						氏名

銀賞

近郊・産直切花の部	近郊野菜の部	切花の部	青ねぎ・白ねぎの部	トマト・きゅうりの部	キャベツの部	玉葱の部	品目
該当なし	北村 節子 (直江地区)	佐藤 光代 (伊波野地区)	該当なし	植田 廣子 (出東地区)	植田 裕一 (出東地区)	青木 シナ (出西地区)	氏名

金賞

近郊・産直切花の部	近郊野菜の部	切花の部	青ねぎ・白ねぎの部	トマト・きゅうりの部	キャベツの部	玉葱の部	品目
該当なし	石郡 好一 (荘原地区)	佐藤 啓悦 (伊波野地区)	森脇 茂雄 (出東地区)	和田守 賢次 (荘原地区)	原 明久 (久木地区)	青木 清一 (出西地区)	氏名

企画管理課から

TEL 73-9607

おさいふカードのポイント有効期限について



おさいふカードのポイントは有効期限を過ぎると  
**無効**になります。



有効期限が切れるポイントをご確認の上、  
お早めのご利用をお願いします。

いつまでも元気で  
いきいきと過ごすために

# 介護予防教室

お問合せ先 J Aしまね斐川地区本部 介護福祉課 電話：73-9635

**対象者** ……★65歳以上で、基本チェックリストで「事業対象者」と認定された方  
★要支援1または2で、介護保険のサービスを利用していない方

**利用料** ……★1回420円

必要な方には送迎をいたします（送迎は無料）

## いきいき体操教室

☆健康運動実践指導者の指導のもと、転倒予防に効果のある体操を行います。気持ちよく体を動かし、転倒しにくい身体を作ります。また、栄養改善や口腔ケアなどのお話もあります。

- \*歩くことや体を動かすことが少なくなってきた方
- \*筋力の低下が気になる方など

一緒に楽しく体操をしませんか？



- 毎週金曜日 午後1:30～3:30
- 会場：まめなが一番館



## 筋力向上トレーニング教室

☆健康運動実践指導者の指導のもと、トレーニングマシンを使った筋力向上トレーニングと、転倒予防に効果のある体操を行います。短期間に集中してトレーニングし、筋力アップを目指します。

- \*膝や腰の痛みが気になる方
- \*筋力の低下が気になる方など

一緒に楽しく筋力アップをしませんか？



- 毎週火曜日・金曜日 午前9:30～11:30
- 会場：まめなが一番館



J Aしまね斐川地区本部では出雲市からの受託で介護予防の各教室をおこなっています。楽しく健康な身体作りをしませんか？

## 我が子自慢・孫自慢



「うんとこしょ～ どっこいしょ～」ほら!!でっかい芋。孫2人が手伝ってくれてたくさん掘れましたよ。早速天ぷらにして食べました。「まいう～」

投稿者

出西地区 陰山美和子さん



まさき 石飛 真輝くん(5歳)      りゅうき 竜輝くん(9歳)

大募集!!

## 「我が子自慢・孫自慢」

あなたの撮った写真を掲載してみませんか？  
プロ・アマ問いません。



応募先

J Aしまね斐川地区本部 組織広報課  
〒699-0593 出雲市斐川町荘原2172-3番地  
☎73-9605 Eメール:kouhou.hik@ja-shimane.gr.jp  
※写真にはコメント、住所、お名前、連絡先を付けて応募して下さい。

た。今年は、全員が新しいピンク色のエプロンを着けて女性部のPRも行いました。あいにくの天気でしたが、炊き込みご飯は前年並みの食数を完売することが出来ました。

チャリティーバザーでは、多数の方にお買い上げいただきまして有難うございました。この度の収益金で斐川町内の幼稚園、保育園へ図書カードを送りたいと思います。



\*女性パワーを発揮！

# JA 女性部 通信

女性の元気でいきいきJA



10月28、29日に開催されたJAまつりに女性部も参加しました。米消費拡大として炊き込みご飯作り、アメリカンドックの販売、チャリティーバザーと加工品の販売と3つに分かれて行いました。また、女性倶楽部ソレイユの皆さんにも10月の講義として参加していただきました。

## JA 女性部 活動予定

新規加入 大歓迎!!  
待っちょ〜よ!

11月20日(月)	書道グループ	伊波野支店会議室	9:30~
11月20日(月)	パッチワークグループ	別館料理教室	20:00~
11月30日(木)	ひまわりグループ	別館料理教室	9:00~
12月11日(月)	絵てがみグループ	別館料理教室	13:30~
12月12日(火)	ちぎり絵グループ	別館料理教室	9:30~
12月13日(水)	いきいきグループ	生活課2階会議室	10:00~
12月21日(木)	手芸グループ	営農総合センター	9:00~

## JAひかわ女性大学

JA HIKAWA Women College



## 参加者募集

興味のある方集まれ!!

(各テーマとも定員20名)

### 家の光をお手本におせち料理を作ろう おせち料理作り

日時：12月14日(木) 9:00~12:00  
場所：JA料理教室  
内容：間もなくお正月。皆で協力しておせち料理を作ります。  
参加費：500円

### 豆腐に対する考え方が変わります 豆腐作り

日時：平成30年1月11日(木) 9:00~12:00  
場所：JA料理教室  
内容：斐川町産の大豆を使い豆腐作りに挑戦します。  
参加費：200円

\*おおむね50歳までの女性を対象にさせていただきます。

\*斐川地区本部管内在住もしくは勤務されている方。

詳しいお問合せ、申込みは、  
組織広報課 (TEL 73-9605) まで

## (株)ガーネットガーデンで 新入職員農業実習実施

10月2日から10月6日までの5日間、JAしまね斐川地区本部の新入職員3人は、斐川町出東地区の(株)ガーネットガーデンで、農業体験実習を行いました。職員は土を作り、キンギョソウやビオラの苗を植え出荷を行い、トマトの花にホルモン剤を吹きかけ、わき芽かきを経験する他、農業の現状や課題を学びました。参加した職員は「農業の今まで知らなかったやりの、楽しさを感じ、農家が抱える悩みや苦労、本音を聞くことができた。また、5日間の農業実習で学んだことを活かして業務に取り組みたいです」と話しました。



苗の出荷を行う新入職員

## 消防訓練大会

10月4日、出雲市今市町の一の谷公園自由広場で第25回消火競技大会(記念大会)が開かれました。この競技は、出雲市防災安全協会加入事務所を中心に、消火器及び屋内消火栓設備の基本的な取扱いと操作技術を競うことにより、火災発生時における迅速且つ的確な対応ができる体制を確立するとともに効果的な初期消火活動により、被害の軽減を図るための技術を体得することを目的に行われました。JAしまね斐川地区本部からも2名の職員が参加し、19チーム中6位と優秀な成績を収めました。参加した職員は、「消防の大会に出場したことで、現場での対応の仕方を学べてよかった」と話しました。



緊張して競技に挑む選手

## 園児たちがあすっこ定植

JAしまね斐川地区本部のTAC(タック)が、11月4日にあい川保育園、11月13日に出西保育園の園児と、一緒にあすっこの定植を行いました。この活動は、園児が作物を植え育てる活動を通じて、農業にふれてもらうことを目的とし、食農教育活動の一環として行っているものです。当日は天候にも恵まれ、園児たちはTACから植え方を教わりながら、1本1本丁寧にあすっこを植えました。

今後は、水やりや観察を園児らが担当し、2月下旬の収穫に向けて、管理を行うことになっています。



指導するTAC職員

## スポ少野球秋季大会

10月9日秋晴れの下、平成29年度斐川町スポーツ少年団秋季野球大会が斐川公園野球場で行われました。この大会は、斐川町内のスポーツ少年団に所属する小学生によるもので、始球式はこの大会の後援を行っているJAしまね斐川地区本部の伊藤猛企画管理部長が行いました。大会では普段の練習の成果が存分に発揮された熱戦が続き、子供たちの元気いっぱいのプレーに応援団も大興奮でした。この大会の熱戦を制し、優勝を手にしたのは中部野球スポーツ少年団でした。また、同地区本部から大会の試合球と各チームにボールを1ダースずつ贈らせていただきました。



## JAまつり開催

10月28日、29日の両日、毎年恒例の「斐川地区本部JAまつり」が斐川地区本部駐車場を会場に開催されました。あいにくの空模様ではありましたが、大勢の方に来場して頂きました。ステージイベントでは、北陵幼稚園児による太鼓の演奏や、ダンスチームの踊り、〇×ゲームなどで会場が盛り上がりました。ふれあいレストランでは、「かんばだん」と「アグリード羽根」の皆さんが作られたカレーライスやラーメンなどで、来場者のお腹を満たしていただきました。ファイナーレでは雨が降っていた為、餅まきの代わりに餅くばりを行いました。大勢の方に持ち帰っていただくことができました。今後も皆様喜んで頂けるイベントを企画していきますのでよろしくお願ひ致します。



ち帰っていただくことができました。今後も皆様喜んで頂けるイベントを企画していきますのでよろしくお願ひ致します。

生活課から

TEL 73-9622



# 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



浜崎 祥



吉田 裕也



児玉 光

### 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=

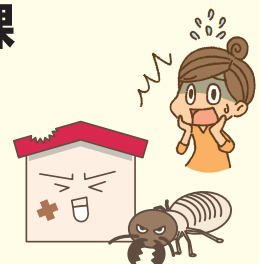


お問い合わせ先

**JAしまね 斐川地区本部 生活課**  
☎0853-73-9622

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





# ウィル給油所で愛車をピカピカに

## 充実のタッチアップコーナー

**7台利用可能。**

直射日光や雨風を気にすることなく  
吹上が出来、夜間のご利用も  
快適です。



バキューム掃除機  
3台設置



洗車後の拭き上げ  
マイクロファイバークロス設置



エアタワー2台設置



マット洗浄機1台設置



マットたたき7台

驚きの仕上がり!この感動を味わってください。

## ティアラコートプレミアム 最強ガラス系コート

驚く透明感・3D撥水・耐久性向上・簡単  
汚れ除去。硬い皮膜によってボディがコーテ  
ィングされるため、傷や汚れからボディを守る  
ことが出来ます。



素晴らしきかな、この撥水力

選べる洗車!お試しください。



☆ソフトスポンジブラシ搭載  
**スタンダード洗車機!**  
(ポリマーコーティング)

お値段...180円~1,000円

☆超ソフトブラシと全コース  
高圧ジェットでソフトに洗車  
**プレミアム洗車機!**  
(ガラス系コーティング・超撥水コート)

お値段...280円~2,200円

ガス住宅課から

TEL 72-3304

# 新・割引料金プラン誕生!! ガスといっしょにハッピーライフ!

## タイプ1 ▶ お湯をたっぷり使いたいご家庭に

ゆったり  
プラン

家族が順に入るから、  
お風呂を使う時間が長いんです。

夕方、部活が終わった息子が入浴→夕飯の後に娘が入浴→家事が終わった私が入浴→仕事から帰った夫が食後に入浴。  
うちのお風呂、使ってる時間が長いんですよね…。



JUST FOR YOU!  
ご提案!

給湯にお得な「ゆったり給湯割引プラン」ならお湯をお得に使えます。  
ガス給湯は、お湯切れの心配がないのでご家族が多い場合も安心してお使い頂けます。

給湯で使った  
ガス使用量に対して  
**20%OFF**



※例えば、給湯器ご利用などで0.14㎡/h以上のガスをご利用いただいた場合、料金は20%の割引です。

## タイプ2 ▶ 暖房にガスを使っているご家庭に

ぽかぽか  
プラン

灯油の入れ替えが手間で、  
ガスファンヒーターを愛用。

すぐに暖まるし、灯油をこぼすこともないので、小さな子どもにも、高齢者にも安心して助かります!  
でも正直、冬場のガス代は気になります (> < )。



JUST FOR YOU!  
ご提案!

ガスファンヒーターやガス床暖房にお得な「ぽかぽか暖房割引プラン」をどうぞ。  
冬でもすぐに暖か、安心快適な毎日を料金の面からもサポートします!

暖房で使った  
ガス使用量に対して  
**40%OFF**



※暖房等で0.01~0.14㎡/hのガスを30分以上連続でご利用いただいた場合、料金は40%の割引です。

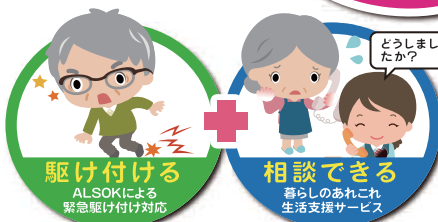
※契約プランの適用開始は、お客様からお申し込みがあった月の1ヶ月後の検針分からとなります。

## タイプ3 ▶ 暮らしを見守る安心サポート

ニコニコ  
安心プラン

ライフ  
サポート24

高齢者見守り+  
生活支援相談サービス  
**500円割引**



### 緊急駆け付け対応

「非常用ボタン」でALSOKが緊急駆け付け!

基本サービス  
警備会社「ALSOK山陰㈱」による緊急駆け付け対応

ボタンを押す!



非常用ボタン 24時間365日対応!!

緊急時、非常ボタンを押すだけで、警備会社ALSOK山陰㈱につながり、24時間365日対応いたします。玄関先に貼るALSOKシールで防犯にもお役に立ちます。

ALSOK山陰㈱

### 生活支援ボタン

「生活支援ボタン」で日常の困りごと相談を受け付け!

付加サービス

ボタンを押す!



JAしまね斐川地区本部から電話による内容確認

受付時間: 平日9時~17時

生活支援ボタン

※受付時間以外で押された場合は翌日の対応になることがあります。

生活支援ボタンを押すと、「JAしまね斐川地区本部」につながり、日常生活での困り事相談を受け付け、解決にむけてサポートいたします。

JAしまね斐川地区本部

※当JAがすすめるライフサポート24に加入の方が対象です。

●ご利用にはお申し込みが必要です。●ご利用にはプラン利用料200円が必要です。●料金試算やご相談はガス住宅課へご連絡下さい。

農機課から

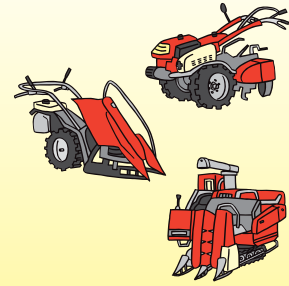
TEL 73-9620

## コンバイン・トラクター・田植機の基本点検予約のご案内について

来年度の農作業にむけて、コンバイン・トラクター・田植機の基本点検整備を実施しませんか！予約とりまとめを12月11日（月）まで農機課にて受付しています。

今回、予約特典として台数毎におさいふカードポイントをプレゼントさせていただきます。

なお、点検日程につきましては農機課より調整により後日連絡させていただきます。



グリーンセンターから

TEL 73-9070

## 野菜等出荷者協議会新規会員説明会

**とき** 平成29年11月24日（金）14:00～

**ところ** JA斐川地区本部 営農総合センター

**内容** ・出荷者協議会の会員になるためには  
・活動内容についての説明

※会員資格は男女問いません

皆さんお気軽に  
ご参加ください!!



自動車工場から

## 今月の特選車

TEL 73-9627

### 日産 モコ

初度登録 H18年5月  
走行キロ 44,961km  
車体色 ベージュ  
ミッション AT  
2WD エアコン パワステ  
オーディオ  
次回車検 H31年5月20日



点検整備付

車両本体価格 **450,000**円 (税込) (諸費用別)

担当 山根、中浜、古瀬

資金課から

TEL 73-9609

休日

# 年金個別相談会のお知らせ

## 年金について疑問・質問はありませんか！

大切な年金です！これから年金をお受取りの方、すでに年金をお受取りの方是非ともお越し下さい。

- ☆私の年金はいつからもらえるの？
- ☆60歳以降も仕事を続けるが、年金はどうなるのか？
- ☆年金額は増やすことができるの？
- ☆加給年金ってなに？もらえるのはどんなとき？
- ☆障害年金・遺族年金について聞いてみたい など



### ご持参いただきたいもの

- ねんきん定期便
- 年金請求書  
※日本年金機構から送付された方
- 年金手帳(ご本人、配偶者)
- 年金証書(ご本人、配偶者)  
※すでに受給しておられる方
- 雇用保険被保険者証
- 印鑑
- 厚生年金基金加入員証  
※加入したことがある方

**日時場所** 平成29年12月3日(日)

10:00~15:00 斐川地区本部営農総合センター

お問い合わせ・ご予約先 資金課 TEL 73-9609



当日はセミナー形式ではなく、個別相談形式で行っています。ご予約をいただきますとご希望の時間帯にて相談をお受けできます。またJAでお取引のない方もぜひお越しください、当日はささやかなプレゼントをご用意しております。

## 12月15日(金)は ご来店 感謝デー



日頃の皆様のご愛顧に感謝して、今年も  
**ご来店感謝デー**を開催いたします。

斐川地区本部各支店・店へのご来店を  
心よりお待ちしております。



組織広報課から

TEL 73-9605

## 「笑顔相続落語」開催のお知らせ



噺家の三遊亭萬窓さんを招き「天国からのラブレター」の講演を開催致します。相続において生前に想いを残すことの重要性を伝えることをテーマとしながら、笑いと涙を誘う演目になっております。また、当日は税理士と噺家の相続解説も予定しています。皆様のご来場お待ちしております。

**日時** 平成30年1月27日(土) 14:00予定

**場所** 斐川文化会館大ホール





# 「長生きする」 現代を 生きる。

自分でつくる、自分の年金。

予定利率変動型年金共済  
**ライフロード<sup>3</sup>**



JAの個人年金 月々

# 3,000円

税制上のメリットもあります  
税制適格特約を付加することで  
個人年金にかかる生命保険料控除を  
受けることができます。  
(詳細は裏面をご覧ください)

将来の準備が始められます!



## ご存じですか？ 公的年金の空白期間

公的年金の受取開始年齢が  
65歳からの方は、定年が60  
歳の場合、年金受取開始まで  
空白の5年が生じます。

給与

空白

公的年金

定年60歳

公的年金開始年齢65歳

空白の  
5年間では、  
いくらか  
必要な？

平均的な1か月の  
老後の生活費を基準に考えると **約25万円×12カ月×5年間＝約1,500万円** もの準備が必要になります！  
※総務省「家計調査(家計収支編、詳細結果表)」平成27年(世帯主が60歳以上の高齢者無職世帯かつ二人以上の世帯)

空白期間への備えがないと、退職金などが生活費へどんどん消えてしまいます。  
豊かな老後のために、早めの準備をしておきませんか？

### ● 共済掛金 月払 3,000円

ご契約時年齢	共済掛金の合計	男性				女性			
		6年目以降の予定利率(例)		6年目以降の予定利率(例)		6年目以降の予定利率(例)		6年目以降の予定利率(例)	
		0.75%	1.50%	0.75%	1.50%	0.75%	1.50%	0.75%	1.50%
18歳	151万円	168万円	16万円	201万円	19万円	168万円	16万円	201万円	19万円
20歳	144万円	159万円	15万円	189万円	18万円	159万円	15万円	189万円	18万円
22歳	136万円	150万円	15万円	177万円	17万円	150万円	15万円	177万円	17万円
25歳	126万円	136万円	13万円	159万円	15万円	136万円	13万円	159万円	15万円
30歳	108万円	115万円	11万円	131万円	12万円	115万円	11万円	131万円	12万円
35歳	90万円	94万円	9万円	106万円	10万円	94万円	9万円	106万円	10万円

### ● 共済掛金 月払 10,000円

ご契約時年齢	共済掛金の合計	男性				女性			
		6年目以降の予定利率(例)		6年目以降の予定利率(例)		6年目以降の予定利率(例)		6年目以降の予定利率(例)	
		0.75%	1.50%	0.75%	1.50%	0.75%	1.50%	0.75%	1.50%
18歳	504万円	562万円	56万円	672万円	65万円	561万円	56万円	672万円	65万円
20歳	480万円	531万円	53万円	631万円	61万円	531万円	53万円	630万円	61万円
22歳	456万円	501万円	50万円	590万円	57万円	500万円	50万円	590万円	57万円
25歳	420万円	456万円	45万円	532万円	51万円	456万円	45万円	531万円	51万円
30歳	360万円	383万円	38万円	439万円	42万円	383万円	38万円	438万円	42万円
35歳	300万円	314万円	31万円	353万円	34万円	314万円	31万円	353万円	34万円

【ご契約例】60歳払込終了・60歳年金支払開始・年金支払期間10年・税制適格特約付 当初5年間の予定利率0.5% 平成29年4月時点

※この共済は6年目以降、毎年予定利率を見直す予定利率変動型の年金共済です。

(注) この共済は、6年目以降、毎年予定利率を見直す予定利率変動型の年金共済です。  
 予定利率とは、共済掛金積立金に運用されるあらかじめ定められた利率のことであり、お申し込みいただいた共済掛金の全体に対するものではありません。したがって、共済掛金全体に対する利率は予定利率より低くなります。  
 (注) 加入時の当初5年予定利率は、毎年見直しされます。ご契約の時期によって適用される予定利率が異なり、最低保証年金額が変更されることがありますので、ご契約の際に必ずご確認ください。  
 (注) 最低保証年金額は、ご契約6年目以降の最低保証予定利率0.75%で推計した場合の年金額です。  
 (注) 年金受取開始日は年金受取開始年齢の誕生日以後の最初の契約応当日になります。  
 (注) 6年目以降予定利率1.50%の場合はあくまで試算値であり、将来の年金額を保障するものではありません。また、万円未満は切り捨てて表示しています。  
 (注) 年金受取総額は年金受取期間中に全期間毎年年金受取された場合の受取総額を試算しています。  
 (注) この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり(約款)」を必ずご覧ください。  
 ※平成29年1月現在の法令等にもとづき記載しております。将来の取扱いを保障するものではありませんのでご了承ください。

お問い合わせは…JAしまね 斐川地区本部

- 荘原支店 72-0049
- 伊波野支店 72-0805
- 新川中央店 72-1886
- 出西支店 72-0445
- 斐川中部支店 72-0249
- 出東支店 62-2826

斐川地区本部役員会情報

10月26日開催

- (1)協議事項
  - ①JA全国監査機構による平成29年度決算監査期中改善指示書、現地指摘事項並びに回答書について
- (2)報告事項
  - ①平成29年産米販売進捗について
  - ②貯金・貸出金実績（平成29年9月末）について
  - ③今週の金利について
  - ④月次決算書及び主要実績一覧表（平成29年9月）について
  - ⑤相談・苦情等の発生状況及び事務ミス等の発生状況について
  - ⑥地区別総代・JA協力員合同会の開催について
  - ⑦斐川地区本部業績還元について
  - ⑧斐川地区本部運営委員会視察研修について
  - ⑨平成30年4月採用職員内定者（新規採用）について
  - ⑩出資金減口申込み状況について（平成29年3月～9月）
  - ⑪平成29年度賦課金徴収状況について（9月30日現在）
  - ⑫斐川地区本部JAまつりステージ催し物について
  - ⑬地域貢献・地域活性化事業の表彰、支援金決定について
  - ⑭ライフサポート24の状況について
  - ⑮人事配置、人事異動について

斐川地区本部運営委員会情報

10月31日開催

- (1)報告事項
  - ①平成29年産米販売進捗について
  - ②ライフサポート24の状況について
  - ③貯金・貸出金実績について（平成29年9月末）
  - ④JAしまね斐川地区本部主要実績一覧表について（平成29年9月）
  - ⑤地区別総代・JA協力員合同会の開催について
  - ⑥斐川地区本部業績還元について
  - ⑦斐川地区本部運営委員会視察研修について
  - ⑧平成30年4月採用職員内定者（新規採用）について
  - ⑨人事配置、人事異動について
  - ⑩地域貢献・地域活性化事業の表彰、支援金決定について

斐川地区本部人事異動発令名簿

斐川地区本部は、平成29年11月1日付けで人事異動を次のとおり発令いたしました。

氏名	新任	旧任
福島 斉	総務部総務課付	生活部グリーンセンター店長
岩谷 直治	生活部グリーンセンター店長補佐	生活部グリーンセンター係長
古川 聡志	生活部グリーンセンター	生活部ガス住宅課

改修リニューアルオープンのお知らせ

1. グリーンセンター

レジ付近の混雑解消、より買い回りし易い店舗にするため改修を行います。  
 来年1月より工事に入り、3月リニューアルオープン予定です。来月号の広報誌に休店日を記載しますのでご確認ください。

2. 別館料理教室の移転

地域の皆様に利用し易い施設となるよう別館の1階に移転します。  
 3月に完成予定です。

皆様には、何かとご不便をおかけしますが、よろしくお願いいたします。





# ハクサイ の 上手な貯蔵方法

板木技術士事務所 ● 板木利隆

大きく育ち、固く結球したハクサイは、一斉に収穫するだけでなく、ある程度畑に残して順次収穫し利用したいものです。

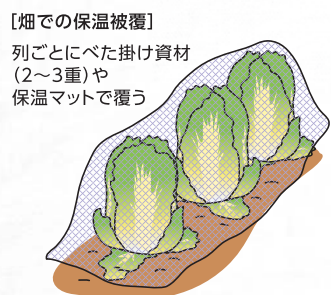
この場合、畑でそのままにしておくと、厳しい霜や寒風のために、球の頂部の柔らかい葉や外葉がカサカサになり、やがてそこから腐って食べられなくなります。防寒対策を施して長い間利用したいものです。

一番簡単な防寒対策は、霜が降り始めたころ、先に収穫した株の少ししおれかけた外葉を球の頭上に4~5枚覆いかぶせておくことです。少ししおれかけていた方が球になじみやすく風で吹き飛ばされにくいので好都合です。

畑にある程度長く置く場合は、なるべく多くの外葉で球を包むようにして、ポリテープや細縄などで縛っておきます。元気が育つと葉折れがひどく、作業しにくいので、多少霜に遭い葉が柔らかさを増してから作業するようにしましょう。

相当広い面積の畑で多数の株を貯蔵するには、べた掛け資材（長繊維不織布、割繊維不織布）を広げて、頭上に2~3枚重ね掛けするのが効果的です。プラスチックフィルム、特にポリフィルムは、じか掛けにするとその直下は一時的に外気温よりも低くなってしまいますので、使用しないでください。

大面積の栽培での本格的な貯蔵法として困り貯蔵法

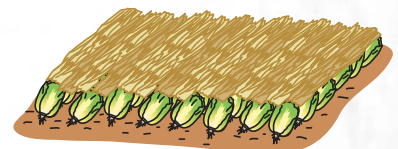


があります。これは、ハクサイを畑から根ごと引き抜いて、別の場所に根を下方に向けて密に並べ置き、上に稲わらなどの保温材で覆って寒さから守る方法です。この場合、寒害を受ける前に、通常よりもやや若取りすることが大切です。そして寒害を受ける直前に貯蔵に取り掛かるよう配慮します。この方法を上手にすれば、約2カ月も長期貯蔵することが可能です。

いずれの防寒、貯蔵方法でも、貯蔵する前にアブラムシやアオムシなどが寄生していると増殖してしまう恐れがあるので、事前に薬剤防除をすることが肝要です。

収穫後に短期間品質を保持するには、新聞紙にくるんで涼しい場所に立てて置くのが簡単です。これで約1週間鮮度を保てます。

【畑でまとめて貯蔵(約2カ月)】  
根を付けたまま株を引き抜き、まとめて稲わらで覆う



【家庭での簡易貯蔵(約1週間)】  
新聞紙にくるんで冷暗所に。頭を上に向けて

※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。



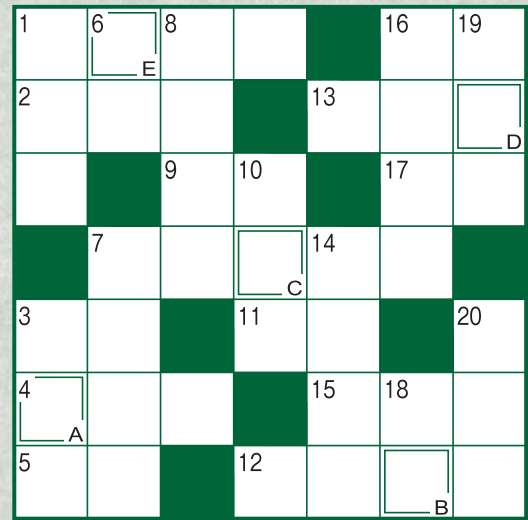
## タテのカギ

- ① 2人組はコンビ、3人組は—
- ③ 親同士がいとこです
- ⑥ —に交われば赤くなる
- ⑦ 「おはよう」とか「さようなら」とか
- ⑧ コロンブスはインドを目指して—を続けました
- ⑩ カカオ豆から作る飲み物
- ⑬ サンタクロースが乗ったそりを引きます
- ⑯ ブーケともいいいます
- ⑰ 太陽が沈むとやってくる
- ⑱ 進化の反対語
- ⑳ 人の言葉をまねるのがうまい鳥。—返しに答える

## ヨコのカギ

- ① 大みそかには—そばを食べる人も多い
- ② 英語ではドラゴン。想像上の生き物です
- ③ 物を燃やすと残るもの
- ④ 鶏の頭の赤い冠
- ⑤ 何度も練習して、ようやく—をつかんだ
- ⑦ 「山!」「川!」
- ⑨ 現在よりも前です
- ⑪ 庭に掘りたがる犬もいます
- ⑫ デジタルカメラには装填(そうてん)しません
- ⑬ 少年剣士たちが振る物
- ⑮ 月曜と水曜の間
- ⑯ お子様ランチに立てられていることも
- ⑰ 狩りにも使われる鳥

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?



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地区本部毎に5名の方に「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 〒699-0593 出雲市斐川町荘原2172-3  
JAしまね 斐川地区本部 組織広報課「クイズ」係  
平成29年12月5日(火)(当日消印有効)

## ◆先月号の答え◆ 「コハルビヨリ」



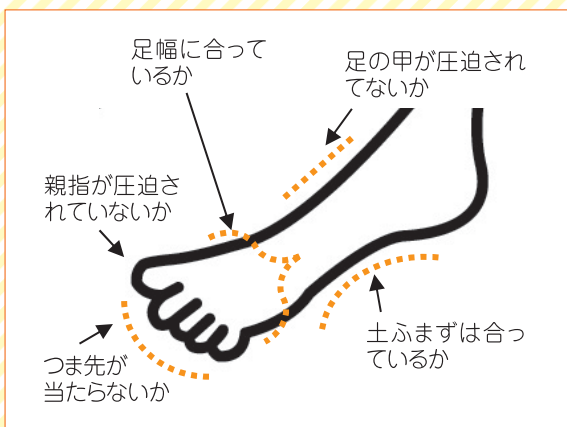
お預かりした個人情報、プレゼントの抽選・発送以外の目的で利用することはございません。

## 健康散歩 JA島根厚生連

## 正しい靴選び

「足は第二の心臓」と言われていることをご存じですか? 足は歩行や運動をすることで筋肉を動かし、血液循環を促進させて足の裏まできた血液を全身に送り返すポンプのような役割をして心臓の動きを助けています。元気な体をつくるうえでも、歩行や足の運動は大切なポイントです。しかし、足に合わない靴は、足・膝・腰の痛みや、転倒の原因になることもあるため、正しい靴選びは重要です。つま先の細いハイヒールを長期間はいて外反母趾になったり、タコやウオノメ、扁平足、巻き爪になったりすることもありますから、足に合った靴を履くことで足の変形を予防することができます。

一般的に靴選びで大切な事は、つま先に余裕があり、足の甲はひもやファスナーなどで調節できる事、踵は包み込むようにしっかりと固定できる事、靴底の踵部分は幅広で安定している事などです。また、適切な中敷を選ぶことにより外反母趾やO脚による膝の痛みを和らげることが出来る場合もあります。



# 理事会情報 (9月28日開催)

## 協議事項

- ① 生産資材価格低減プロジェクトの取りまとめについて
- ② JAしまね内部統制整備方針設定について
- ③ 場所別部門別損益管理の統一基準について
- ④ 平成30年度事業計画の基本方針とスケジュールについて
- ⑤ 自己改革・組合員対策に関する今後の取り組みについて
- ⑥ 地区本部運営委員会運営規程の一部改正について
- ⑦ 文書取扱規程の一部改正について
- ⑧ 諸規程類管理規程の一部改正について
- ⑨ 「合同会社アグリサポートおーなん」への外部出資について

## 報告事項

- ① JAしまね農業振興支援事業のPR方法について
- ② 県への農業政策および予算に関する要望書の提出について
- ③ 平成29年度山陰ブロックTACパワーアップ大会発表大会の結果について
- ④ 西条柿共同利用施設の広域利用および

## その他

- ⑤ 地区本部間連携について
- ⑥ 第11回全国和牛能力共進会宮城大会の結果について
- ⑦ 畜産情勢について
- ⑧ 平成29年度第3四半期の余剰金運用計画額および運用方針について
- ⑨ 組合と理事との取引(契約)の報告について
- ⑩ 不祥事件にかかる島根県からの注意喚起文書の受領について
- ⑪ 平成29年18号台風にかかる報告について
- ⑫ 平成29年8月末月次決算報告について
- ⑬ 特別損失にかかる会計処理について
- ⑭ 小水力発電所改修工事業者の決定について
- ⑮ 総代選挙の実施結果について
- ⑯ 平成29年度下期主な会議日程の一部変更について
- ⑰ 平成29年度「地域貢献・地域活性化団体活動表彰」受賞団体の決定について
- ⑱ 新退職金制度の設計方針について
- ① 農政をめぐる情勢について
- ② 収入保険制度の概要について(現状報告)
- ③ その他  
青年理事による活動報告等

## 組合員アンケート調査へのご協力のお願い

JAしまねでは、より地域と一体となったJAであることを目指して、無作為に選ばせていただいた組合員の皆さま6,000名を対象にアンケート調査を実施させていただくことといたしました。

本年12月中旬に、対象者の皆さまに郵送にてアンケート調査票を送付させていただきますので、お忙しいこととは存じますが、何卒ご協力いただきますようお願い申し上げます。

### JAしまねびより10月号の記載内容に関するお詫びと訂正

P7. 第11回 全国和牛能力共進会 結果報告 第7区 (総合評価群:肉牛群) 出品No.7 JA仁多肥育センター (誤) 雲南市 → (正) 奥出雲町  
謹んでお詫びいたしますとともに、訂正させていただきます。

# 知って納得JA

## —協同組合の力—

**Q** JAはなぜ銀行や保険会社のような事業をしているの?

**A** 信用・共済事業を通じて、組合員の営農とくらしを守り、より豊かにするためです。

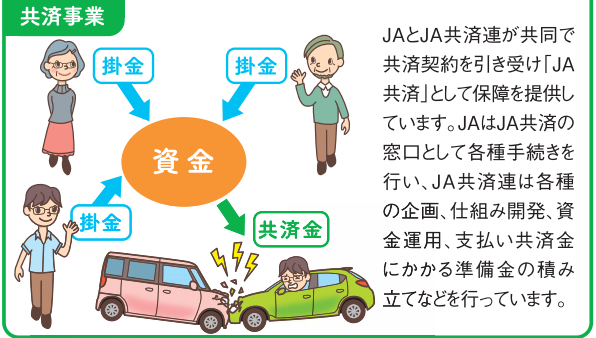
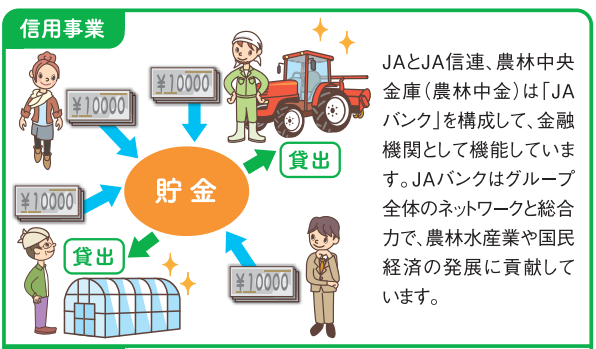
協同組合のルーツの一つは信用・共済事業です。特に農村では、地域の人々がお金や米を出し合って積み立て、そこから困った人のお金を借りたり、災害に遭われた人にお金や米を援助したりするなどの仕組みが、草の根的につくられてきました。こうした地域の「相互扶助」の仕組みが、信用・共済事業として発展してきました。

JAの信用事業は、組合員間で資金を積み立てて融通し合うので「相互金融」と呼ばれ、組合員の営農やくらしに役立てられています。

JAの共済事業は、互いを信じ救い合う「相互扶助」の精神の下で行う非営利事業です。組合員のくらしを守るため、「ひと」「いえ」「くるま」などの保障を充実させています。

(監修=広島大学 助教 小林元)

### 「協同の精神」に基づいて行われる JAの信用・共済事業



耕そう、大地と地域のみらい。

# JAしまね統合2周年企画旅行

出雲縁結び空港より



直行チャーター便で行く!!

総合ポイント対象旅行  
JAしまね 総合ポイントカードのある旅行は、本ポイント付与対象の商品となります。



## 「はての浜」久米島と宮古諸島5島巡り

現地では  
JAしまね統合2周年企画として  
JA特産品が当たる  
抽選会を実施!!

(宮古島・伊良部島・下地島・池間島・来間島)

3日間

2泊とも2名様より1部屋をご用意

旅行実施日 平成30年

2月21日(水)~23日(金)

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、税込)

149,800円

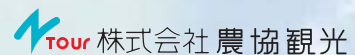
※お1人部屋ご希望の場合2泊で18,000円(税込)の追加になります。  
※お1人様お申込で相部屋をご希望の場合でも、相手が見つからない場合、お1人様1部屋追加料金を申し受けます。

西部地区(島根おち・いわみ中央・西いわみ)より便利な送迎プラン

島根県西部地区より出雲縁結び空港まで往復8,000円(税込)にて送迎バスをご利用いただけます。(配車場所についてはお問い合わせ下さい)  
※送迎バスプラン希望者が20名様を上回る場合、運行されません。19名様以下の場合、お客様自身で出雲縁結び空港迄お越し下さい。

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!



- |                               |                               |                                |
|-------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| JAしまねくにびき旅行センター ☎0852-55-3041 | 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しまね

定期貯金

## あったか キャンペーン 2017

キャンペーン期間 2017.11.1(水)-12.29(金)

期間中、定期貯金(20万円以上)を新規でご契約いただいた方に最大3つの特典プレゼント!!

特典1 もれなくちよリスグッズプレゼント!!



さらに  
給与振込・年金受取・年金予約・各種ローン・JAカード・ネットバンクのいずれかのお取引がある方、または、期間中に新たにいずれかのお取引をご契約いただいた方  
特典2・3をプレゼント!!

特典2 ちよリスグッズプレゼント!!



特典3 ご契約いただいた方の中から抽選でプレゼント!!

美味しく食べよう島根のお米

ご契約額20万円につき抽選権を1口お付けします。

10名様 高級炊飯器&島根米のセット



600名様 島根県産ごはんのお供セット



### 懸賞要領

対象商品/定期貯金(期間1年以上)、結いの恵み  
※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です。

応募対象者/・期間中、定期貯金を新規で20万円以上契約または、20万円以上増額された個人の方。  
・期間中、結いの恵みを新規で契約された個人の方。

賞品内容/10名様に高級炊飯器&島根米のセットをプレゼント  
600名様に島根県産ごはんのお供セットをプレゼント

応募方法/対象商品ご契約額20万円につき抽選権を1口お付けします。

当選発表/平成30年1月下旬頃、ご当選された方に対し当選通知をお送りします。

抽選権の失効/抽選日の前日までに懸賞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。

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。

JAバンクは、どなたでもご利用いただけます。くわしくはお近くのJA窓口までお問合わせください。

## エリンギパスタ



エリンギの輪切りとみじん切り二つの食感が楽しめるパスタです。キュッキュとエリンギの音がするまで炒めましょう。

### ●材料 (2人分)

パスタ	160g	にんにく	1かけ
エリンギ	1パック	オリーブ油	大さじ2
ミニトマト	1/2パック	塩	少々
トマト	1個	こしょう	少々
合いびき肉	80g	大葉	2枚

### ●作り方

- ①エリンギは1cmの輪切りにし、上の部分は粗いみじん切りにする。
- ②ミニトマトは横に半分切る。
- ③トマトは皮付きのまま、ざく切りする。
- ④にんにくはみじん切りにする。
- ⑤塩を入れた湯でスパゲッティを茹ではじめる。
- ⑥フライパンにオリーブ油、にんにくを入れ火にかける。
- ⑦合いびき肉を入れ炒める。
- ⑧エリンギは、塩を少し入れ炒める。
- ⑨ミニトマトを入れ炒め、少ししたらトマトを入れ炒める。
- ⑩塩、こしょうをしてパスタを絡める。
- ⑪ぎざんだ大葉をのせる。

## ほうれん草のミルクポタージュ



緑色の体も心も温まるスープです。ほうれん草嫌いなお子様でも食べられるかもしれませぬ。鉄分たっぷりなほうれん草の青臭さもなくなり、したくなる優しい味のスープです。

### ●材料 (4人分)

ほうれん草	1束	牛乳	3カップ
長ねぎ(斜め薄切り)	1/2本分	生クリーム	1/2カップ
オリーブ油	大さじ1	塩、こしょう	各少々
米粉	大さじ3	生クリーム(仕上げ用)	適宜
固形スープの素	1個		

### ●作り方

- ①ほうれん草はゆでて3cmの長さに切る。
- ②鍋にオリーブ油を熱し、長ねぎを炒める。しんなりしたらほうれん草と米粉を入れ炒める。
- ③水1カップと牛乳、固形スープの素を加え、鍋底をへらでときどきかき混ぜながら、弱火で煮る。
- ④火を止め、バーミックス又はミキサーでなめらかにつぶし混ぜる。
- ⑤鍋に戻し生クリームを加えて温め、塩、こしょうで味を調える。

### 表紙紹介

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

今月の表紙は、隠岐郡西ノ島町にある焼火神社(たぐひじんじや)です。一条天皇の時代(1000年頃)の創建と伝えられています。本殿は山腹の岩窟に半ば埋もれるように建てられており、本殿・通殿・拝殿からなる社殿は国の重要文化財に指定されています。また、神社一帯は県の天然記念物に指定されています。

### 編集後記

今月のトピックスに掲載した子育てフェスinいわみには、当部署からも出店しました。JAグループの子ども雑誌『ちゃぐりん』に掲載されている工作を子どもたちにとって遊んでもらいましたが、準備した工作セットが昼過ぎにはなくなってしまうほどの大盛況でした。(藤)

### 【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。

