



2021

JAしまねびより 12

December
Vol.69



みつけた。
しまねのファームズ

板持 浩二さん
[やすぎ地区本部]

特集

今晚のごはんのお供は
これで決まり!!

＼SNSで旬な情報を投稿しています／



LINE



Instagram



Facebook



YouTube



JALまね 斐川地区本部版

来月の
外勤日は

1月15日(土)



4代100年続く梨農家に新たな風を

県内最大の梨産地である安来市。板持さんも所属するやすぎ梨生産部会は、現在23戸の農家で構成され「二十世紀」や「新興」など様々な品種の梨を栽培しています。板持さんは70アールの畑で、「二十世紀」を中心に「新興」「あたご」など7種の梨を栽培しています。

板持家は4代続く梨農家。今でも曾祖父が植栽した梨の木は健在で、樹齢111年を数えます。板持さんは、伝統ある梨栽培を引き継ぐだけでなく、アイデアと実行力で新たな風を起こしています。ＩＴ会社の経営という、もう一つの顔も農業に対する「気づき」に繋がっているとおっしゃいます。



樹齢111年の梨の木

板持 浩二さん(58才)

今月は、やすぎ地区本部。久白町で梨の生産に取り組むやすぎ梨生産部会の板持浩二さんにお話を伺いました。



梨栽培には1年を要す

梨の栽培は、冬の剪定作業から始まります。この剪定が梨の出来を決める重要な作業です。技術、経験が必要とし見極めが難しく、特に雪の降る山間地での立ち作業はとても厳しく大変です。4月に入り梨は開花の季節を迎えます。確実に結実させるため、人の手で人工授粉をします。その後5月から6月にかけて、果実の成長を促すとともに、樹勢を衰えさせないため摘果作業を行い、袋掛けをします。袋掛けは梨の表面を傷や虫から守り、きれいな梨を作るための大切な作業の一つです。

品種によって異なりますが、8月中旬から11月頃まで収穫は続きます。収穫した梨は、りんを切り、ひとつずつ丁寧にキャップ



袋掛け作業

に入れ、箱に詰めていきます。丹精込めた梨は部会で運営する選果場へ出荷したり、道の駅や個人で販売したりしています。梨は食味や食感も品種によりさまざまで、8月から1月頃まで長く楽しんでもらえます。

音楽で梨に良い環境作り

やすぎ梨生産部会では、剪定講習会や現地研修会などを通じて品質の良い梨づくりに努めています。板持さんは、更に音楽というスパイスを梨栽培に取り入れます。6月から9月の間、梨の成長期にスピーカーで畑に流します。まずはモーツァルト、穏やかでリラックス効果を生み出します。そ



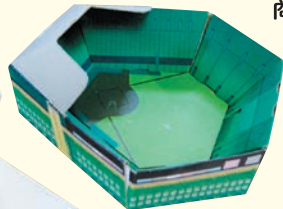
して、板持流の六甲おろしです。「もちろん阪神の大ファンですが、それだけでなくモーツァルトとは対極の音楽で、程よいストレスを与え、バランスの良い梨作りのため必要だと考えている」と板持さんは話します。

無し(梨)は「まちがい」を付けると強い肯定に

板持さんは、数々のアイデア商品を販売してきました。まずは阪神ファンということもあり「阪神夕イガース優勝まちがい梨」。球団や甲子園球場にも承認を得た商品で、内箱は甲子園の窓の数にまで拘ったものです。そして、受験生の合格を祈った「合格まちがい梨」があります。松江市の菅原天満宮で祈禱を受けた苗木から栽培、収穫したもので、合格の文字が印刷されています。神社を模した専用箱への拘りも強く、しめ縄は職人に極小サイズのものを作ってもらったそうです。全ての商品には、「まちがいないし(梨)」という板持さんの想いが込められています。



受験生の合格を祈った「合格まちがい梨」。専用箱にも拘りが



「阪神タイガース優勝まちがい梨」の内箱が甲子園球場に

20年続く梨畑の課外授業

父親の代から、安来市立荒島小学校3年生に課外授業を行っています。畑には3年生の木があり、児童らは毎年観察、収穫など梨栽培を実体験で学んでいます。「小学校の学習発表会の本番前に、自分のために発表してくれたことに感動した」と嬉しそうな表情で話す板持さん。「自分の子どもたちも参加していた」と懐かしそうに振り返ります。

本格派のランナー

板持さんは10年ほど前からマラソンを始めました。「きっかけは健康診断。40代半ばからの遅咲きランナーです」と笑います。ウルトラマラソンや、2年前にはニューヨークシティマラソンにも参加し、フルマラソンを完走しました。天気の良い昼休みには、6kmを走るのを日課と



ニューヨークシティマラソン完走後に応援に駆け付けた娘さんとパチリ



横断幕をバックに聖火ランナーとして走る板持さん

しています。そして今年、長年続けてきた小学生への梨の課外授業などが評価され、東京2020オリンピックの聖火ランナーにも選ばれ、トーチを持って走る夢も実現されました。

とにかくプラス思考で

梨農家、会社経営、マラソンランナーと様々な顔をもつ板持さん。「困難を乗り越え、達成感を得られるという共通点がある」と、全てに前向きに取り組んでいます。色々なところで話す機会がある板持さんは、①2歩踏み出す②一つのものに二つ以上のアイデアを凝らすと世界に一つだけのものになる③いずれの道も正解——を「板持語録」として伝えていきます。「安来の美味し梨をもっと知ってもらうためにも、新しい『まちがい梨』をいつも考えている」と目を輝かせる板持さん。マラソンなどで培った「最後まで諦めないハート」を武器に、これからも走り続けます。



前向きなエネルギー溢れる板持さん

プチっと情報！ やすぎの梨

今が旬の品種は「あたご」と「晩三吉」!!「あたご」は大玉で、果汁が多いのが特徴。「晩三吉」はほのかな酸味でさっぱりとした味わいが特徴です。貯蔵性が良く、「あたご」は1月末まで、「晩三吉」は2月末までお楽しみいただけます。この機会にぜひ。



★お問い合わせ先★

J Aしまねやすぎ地区本部
営農経済部生産流通課
電話：0854-28-7800



はこれで決まり!!

商品の詳細は
JALまねのHPに
掲載しています。



JALまね 🔍

J Aしまね管内には“ごはんのお供”にピッタリの商品がたくさんあるんです。
します。今晚もおいしくごはんをいただきま〜す🍚

OTOMO 近海の海水と海藻を
一緒に煮詰めて作った藻塩。
海藻の旨味がごはんとマッチ!

OTOMO ホカホカのごはんには
ニンニクパワーをのせて!

にんにくみそ
くにびき地区本部



隠岐の藻塩
隠岐地区本部

OTOMO ピリッと辛くてごはんが
すすむ大人の味!

おおなんの宝
石見和牛・ピリ辛
島根おおち地区本部

OTOMO 黒毛和牛のソフトふりかけは
ごはんにピッタリ!

OTOMO ごはんにはもちろん、
豆腐やあえ物にもピッタリ!

ふりかけごまちゃん
斐川地区本部

OTOMO ピリッとした辛味が病みつきに!

なすのからし漬け
いわみ中央地区本部

石見銀山和牛しぐれ
石見銀山地区本部

👉 ごはんは、腹持ちが良い
ごはんはつぶでできているので、粉からできているパンや麺類よりも、体内でゆっくりと消化・吸収されていきます。だからごはんは、おなががすきにくく、腹持ちが良い食べ物なのです。

お米の魅力!
知ってる???

👉 ごはんは、太りにくい食べ物
ごはんは、ゆっくり消化・吸収されるので、体に脂肪をためるホルモンの分泌がおだやかになります。つまり、ごはんは太りにくい食べ物といえるのです。

出典：公益社団法人 米穀安定供給確保支援機構「お米・ごはんBOOK」

特集

今晚のごはんのお供

私たちの食事に当たり前に登場している「ごはん」。どんなおかずとも相性抜群のごはんですが、今回は、これを見たらごはんを食べずにいられない、JAしまねおすすめのごはんのお供を紹介

レトルトカレー

OTOMO 島のカレーはさざえカレーで決まり!



島じゃ常識
さざえカレー
隠岐どうぜん地区本部

OTOMO 「奥出雲和牛」からあふれ出る肉のうまみが絶品!!



奥出雲和牛カレー
雲南地区本部

OTOMO 益田地域で生産しているトマトをたっぷり使ったスパイシーなカレー!!



真っ赤な益田SUN
トマトカレー
西いわみ地区本部



出雲らっきょう
出雲地区本部

OTOMO オリジナルのらっきょう酢で作ったやさしい甘さが好評! カレーライスのお供にいかが?



OTOMO 甘酢のほどよい酸味と柚子の香りがごはんによく合う!!

干し柿とゆずのかぶ巻き甘酢漬け
やすぎ地区本部



米穀園芸部米穀課
伊藤圭課長

美味しいごはんのお供と一緒に『おいしいごはんをもう一杯』で、お米の消費拡大を…!!

島根県で生産されているおいしいお米の中の主要3品種



コシヒカリ



きむむすめ



つや姫

島根のお米

ごはんを食べよう! 島根米プレゼントキャンペーン

島根県産「コシヒカリ(5kg)」「きむむすめ(5kg)」「つや姫(5kg)」を各3名(合計9名様)にプレゼント! 詳細については、JAしまねのHPをご確認ください。(QRコードもしくはJAしまねで検索) ※商品の指定はできません。

応募方法

①ハガキ・FAXでの応募

1) 氏名 2) 年齢 3) 郵便番号・住所 4) 電話番号をご記入の上、応募先までお送りください。
応募先/〒690-0887 島根県松江市殿町19番地1
島根県農業協同組合 総務部ふれあい福祉課「島根米プレゼントキャンペーン」係
TEL: 0852-67-7704 FAX: 0852-67-7708

②応募フォームでの応募

QRコードからJAしまねHPのキャンペーンページにアクセスし、応募フォームへ必要事項を入力の上、送信してください。

応募期間

2021年12月13日(月)~
2022年1月12日(水)必着

※当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。
※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。





現場の声を もっと聞きたい 組合長が行く!

JA 自己改革 実践中

今月の訪問先

JAしまね雲南地区本部管内
 ●(農)角井営農組合 ●(農)万場営農組合
 ●(農)大安伸 ●(農)あなみ ●認定農業者：中野良介さん

JAしまねの石川寿樹組合長ら本店常勤理事は、JA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JA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「(農)角井営農組合」「(農)万場営農組合」「(農)大安伸」「(農)あなみ」の4法人と認定農業者である中野良介さんを石川寿樹組合長や山根盛治副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。

「角井営農組合」「万場営農組合」「大安伸」「あなみ」は、水稲をメインに栽培。意見交換会では、雲南地区本部が取り組むANS-M培土(もみ殻培土)をメインに、活発に意見を交換。ANS-M培土とは、農林水産技術研究所の増田茂代表が開発した「もみ殻を使用した軽量培土」で、軽さと高い気相率と保水性、短期間での育苗、SDGsやカーボンニュートラルへの対応など優れた機能性をもつ培土です。雲南地区本部では2017年からANS-M培土を使った試験育苗を開始し、今年からANS-M培土の機能性を生かした密育苗にも挑戦。労働力の負担軽減やコストの減少にもつながるなど、中山間地域での新たな取り組みとして期待されています。角井営農組合と大安伸が取り組んでおり、ANS-M培土につ



(農)角井営農組合、(農)万場営農組合、(農)大安伸、(農)あなみとの意見交換会

いて「米価があがらない中、コスト削減を考えながら取り組んでいる。培土についてもJAに関心をもっていたら話されまし

た。他にも、みどりの食料システム戦略や米の販売戦略についてなど、活発に意見を交わしました。

中野良介さんは、夏秋パプリカ4品種を栽培する認定農業者で、2012年に農業面、生活面でのバックアップが手厚いと感じた飯南町に神戸市から1ターンされました。研修後、2014年から自営就農され現在に至ります。同町では、夏場の涼しい気候を生かした夏秋どりが主流で、短期間に大きくしっかりとしたパプリカを出荷されています。中野さんは、豪雨など天候条件が悪かった中での今年のパプリカの出来や、現在の収穫状況、市場への出荷先などについて説明。また、JAに対し、販売面での更なる強化を要望されました。



中野良介さん(右)の説明を聞く石川組合長



★組合長から一言★



今回、4法人の皆さんとはANS-M培土のことをメインに意見交換をさせていただき、労働力軽減やSDGsへの対応など、今後の水稲育苗に大変期待がもてるお話をお伺いすることができました。また、意見交換後に訪問した中野良介さんは大阪のご出身で45歳。2012年に当地に移住し、全く農業経験がない中、同町でリースハウス12棟、35aを経営され、4月中旬から霜の降る11月にかけて、赤と黄の2種類の大粒のパプリカを出荷されています。いわゆる1ターンの一人ですが、すでにパプリカ栽培のリーダーに成長されており、今後さらなる活躍を期待しています。

組合長より一言
 雪深き
 郷に移りて
 農に生く



topics
1

「中国・四国地区」A青年大会 隠岐青年連盟の石田さん「青年の主張」で最優秀賞受賞



11月4日に山口市で「中国・四国地区」A青年大会が開催され、県代表として「JA青年の主張」に隠岐青年連盟の石田哲広さんが、「JA組織活動実績発表」にくにびぎ青年連盟の上山根有史さんがWEBで出場しました。石田さんが発表した「頼り、頼られ生きていく。～災害が私に教えてくれたこと～」が青年の主張で最優秀賞を受賞され、島根県の受賞は昨年に続き2年連続となりました。



JA青年の主張で
最優秀賞を受賞した石田さん

石田さんは、昨年と今年の豪雨で機械が水に浸かるなど被害にあった中、多くの人の温かい助けによって困難を乗り越えることができ「対価をもらうのではなく、困っている人がいれば無償で自分にできることをしていきたい」と考えを改めるきっかけとなった経験を発表されました。石田さんは2月に開催予定のJA全国青年大会に出場されます。

また、今年からPR動画コンテストも実施され、雲南青年連盟が優秀賞を受賞し、1月に全国農協青年組織協議会で行われるコンテストにブロック代表として応募されます。

topics
2

「令和3年度地域貢献・地域活性化団体活動表彰式を開催しました」



JAしまねは11月12日、松江市のサンラポーむらくもで令和3年度地域貢献・地域活性化団体活動表彰式を開き、各地区本部から推薦を受けた組合員や住民が構成員の11団体を表彰しました。「元気な地域づくり」に取り組むグループや団体などを支援し「地域力」向上を応援することを目的に、今年で9年目を迎えました。

受賞した出雲市の畑村梅の会は、景観保全も兼ねた梅栽培を通じて共同作業を行い、地域活性化に寄与。交通安全の案山子づくりや園児らと梅の収穫体験なども実施しています。また、浜田市の東平原上営農組合は、将来の柿生産者の育成を目的に地元小学校で柿の学習会を開き、20年前に開始した町内外の住民を対象にした柿オーナー制度を定着させました。

石川組合長は「地域がしっかりしていないと農業振興に結び付かない。表彰を機に更なる取り組みを期待している」と激励しました。その他の表彰団体は次の通りです。

- ▽みのりの里大野（松江市）
- ▽くまのフラワークラブ（松江市）
- ▽TEAM下来島2016（飯南町）
- ▽隠岐の島町水田営農経営研究会（隠岐の島町）
- ▽たきっこ☆キラリ（出雲市）
- ▽斐川町相撲連盟（出雲市斐川町）
- ▽かわいみまもりたい（大田市）
- ▽上酒谷集落営農組合（美郷町）
- ▽麓耕景観整備実行委員会（津和野町）



受賞された皆さん

SDGsとは、国連が決めた「持続可能な開発目標（Sustainable Development Goals）」から、一文字ずつ取った略称です。17の目標をマークで示しています。

令和3年度稲作経営安定緊急対策資金

令和3年産米の過剰基調を要因とする価格下落により大きな打撃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です。

（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）
ご返済方法	元金均等償還（端数が生じた場合は、第1回の償還金に加算します）
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

※本資金の詳しい条件などについては最寄りのJA支店までお問い合わせください。

しまね就農 相談会&セミナーの開催について

県内在住者向けの就農相談会を開催します。自営就農や農業法人への就職について、JAしまねの各地区本部の担当者、市町村の担当者、県の担当者が、各ブースにてご相談をお受けしますので、参加をお願いします。

【東部会場】

日時 令和4年1月23日(日) 10時～16時
場所 ラピタウェディングパレス 鳳凰の間

【西部会場】

日時 令和4年2月6日(日) 10時～16時
場所 浜田合同庁舎 2階大会議室

問い合わせ先

JAしまね営農対策部担い手対策課
TEL 0853-25-8142
FAX 0853-25-8594
メール ninaite.hon@ja-shimane.gr.jp

※詳細はJAしまねHPをご覧ください。
右のQRコードからアクセスできます。





輝く50万パワー☆ しまねの女性部!

斐川女性部

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

私たち斐川女性部はコロナ禍の中、参加人数の制限や、感染対策をして活動を継続しています。毎月一回、「笑味ちゃん食堂」と名付けてJA役員への昼食作りをしています。事前に予約を取り、ごはんを中心としたバランスの良い日本型食生活の推進と米消費拡大として行っています。また、JAしまね女性部統一行動になっている「たべる!のむ!かざる!」産地応援プロジェクトとして、斐川女性部では7月に旬の地元食材を使った料理教室を実施し、意識を高めました。今年度の新しい取り組みとして、介護予防の支援と地域内交流を目的とした、介護予防教室にボランティアとして参加しています。利用者の方と一緒にレクリエーションや作品作りを行い、楽しんでいただいています。



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

はらだ ともかず
原田 友和さん



JAしまねいわみ中央青年連盟（以下、農青連）の原田友和さん（33）は江津市の有限会社ふるさと支援センターめぐみへ入社して今年で9年目になります。同社では、主に水稻の作業委託（作業によって作業面積は異なるが平均15ha~18ha）、農閑期の育苗ハウスを利用した野菜栽培（ピーマン・トマト・あすっこ等）を行っておられます。

農青連に加入して3年目。加入のきっかけは「半ば強引にTACに誘われて（笑）…は冗談で、若い農業者と交流することで自分も成長できると考え加入した」とユーモアを交えて話します。

現在、生産者からさまざまな作業委託を受けている中「休耕田が年々増加傾向なので、それらを荒らさないように可能な限り作業を受けていきたい」と今後の目標を話す原田さん。

「日々の業務が忙しく農青連の活動に中々参加できないが、今後は積極的に参加できるように頑張ります!!」と意気込みを語りました。

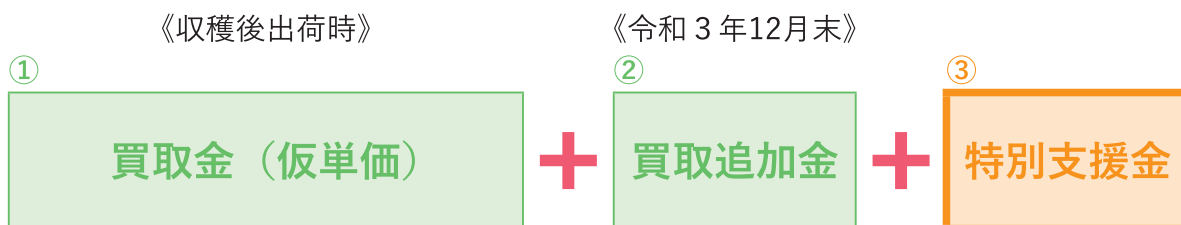
令和3年産 島根米の米価下落特別支援について

J Aしまねでは、生産者の皆さまの農業所得の確保（向上）を第一の使命と考え、令和3年産島根米についても①「収穫後出荷いただいた時点」と②「令和3年12月末の追加払い」の2段階による買取金のお支払いとさせていただきます。

また、米価の大幅下落が生産者の皆さまの農業経営に大きな影響を与えていることを鑑み、当J Aに出荷いただいた令和3年産島根米を対象に③「米価下落特別支援」を行うこととしました。（詳細は12月理事会で決定予定）



[イメージ図：令和3年産島根米]



令和3年産米の需給状況は厳しい環境にありますが、当J Aは引き続き「島根米」としての販売努力を通じて、高評価の確立を目指してまいります。



理事会情報（10月28日開催）

【協議事項】

- ① 令和3年10月31日付けおよび令和4年2月26日付け機構改革の実施について
 - ② 令和3年度農業振興支援事業の県域調整の実施について
 - ③ 令和2年産島根米の最終精算について
 - ④ 信用事業方法書（為替取引）の一部改正について
 - ⑤ 令和3年9月末仮決算について
 - ⑥ 石見銀山地区本部 子会社(有)大田市農林福祉会館の解散について
 - ⑦ 大口貸出について
 - ⑧ 出資口数の減少（減口）の承認について
 - ⑨ 行方不明組合員等の脱退手続きに係る組合員資格の確認について
 - ⑩ 第3回島根J Aビルあり方検討委員会について
 - ⑪ 雲南地区本部「通所介護事業所」及び「短期入所生活介護事業」の廃止と事業譲渡について
 - ⑫ 石見銀山地区本部福祉事業および運営規程・就業規則の廃止について
 - ⑬ 雲南地区本部臨時雇用者就業規則の一部改正について
- （紙幅の関係上、報告事項は省略いたします）

営農第一課から TEL 73-9616

水稲

3年産米の結果について

○等級比率(倉庫出荷分)(12月3日現在)

品種銘柄	1等	2等	3等
ハナエチゼン	77.3%	22.7%	0.0%
つや姫	49.5%	45.5%	5.1%
コシヒカリ	27.4%	66.9%	5.7%
きぬむすめ	79.4%	20.1%	0.5%

※加工用米(きぬむすめ)を除く。

○作付比率

品種	面積	作付比率 (参考:2年産)
ハナエチゼン	30.5ha	2.2%(2.7%)
つや姫	485.8ha	34.4%(31.9%)
コシヒカリ	117.7ha	8.3%(9.2%)
きぬむすめ	779.3ha	55.1%(56.3%)

※加工用米(きぬむすめ)含む。

3年産米 生育総括

4月下旬からの田植え時期以降、強風の日が多く、活着不良や植え傷み・風傷みの被害を受けたほ場がありました。

生育は、5月15日に梅雨入り(平年より22日早い)した影響で日照不足となり、初期生育は停滞気味で推移しました。5月末から6月は高温・多照で推移(6月中旬を除く)したことから分けつが進み、早い梅雨明けと相まって平年並みの生育に回復しました。

気温の上昇とともに本田では藻類、表層剥離やワキ(ガス害)や赤枯れ症状などが発生し、水の入れ替えや間断かん水、モゲトン粒剤の施用などにより対処しました。

8月は、台風9号や集中豪雨により多雨・寡

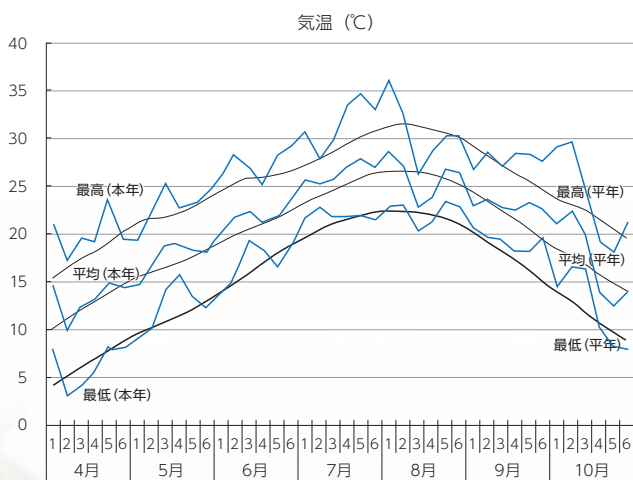
○平均単収(kg/10a)

※()内は俵換算

	ハナエチゼン	つや姫	コシヒカリ	きぬむすめ
聞き取り調査	509 (8.5)	551 (9.2)	476 (7.9)	532 (8.9)
共同乾燥施設	573 (9.6)	526 (8.8)	495 (8.2)	509 (8.5)
合 算	541 (9.0)	539 (9.0)	486 (8.1)	521 (8.7)

※聞き取り調査は、大型農家を中心にJAで聞き取りをした結果です。

※共同乾燥施設は、籾摺り前の値(推定玄米重量)を基に算出しています。



令和3年稲作期間気象図(出雲)①

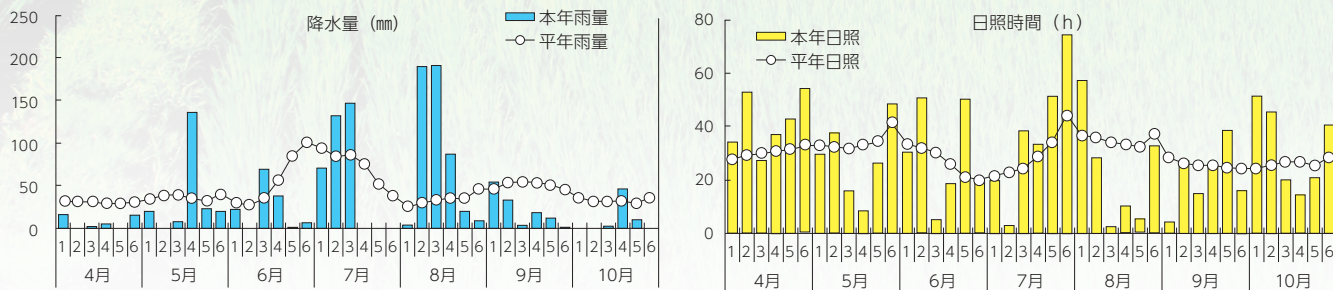
照となりつや姫・コシヒカリの登熟後半、きぬむすめの出穂期に与える影響は大きくなりました。雑草は、ノビエ・ホタルイを中心に発生も多く、ほ場によって中・後期除草剤による雑草対策が必要となりました。

病害虫は、紋枯病といもち病が多発しました。紋枯病は、株が繁茂したほ場を中心に発生し、株の上方へ菌糸が伸びて病斑を広げ、一部倒伏したほ場が多数ありました。

いもち病は、天候不順も重なり一部ほ場では穂首への感染により白穂となりました。

収量は、梅雨明けが早く(平年より6日早い)8月上旬まで高温・多照で推移したことにより穂数、籾数ともに確保でき、ハナエチゼン・つや姫・コシヒカリは平年並みやや良。きぬむすめは登熟がやや悪く、平年並みやや不良となりました。

(作況:全国101、島根県100、出雲101)



令和3年稲作期間気象図(出雲)②

3年産米品種別生育状況

○ハナエチゼン

1等米比率77・3%(2年産100・0%)

田植時期の低温・強風の影響により、活着不良や植え傷み・風傷みの被害を受け初期生育が遅れました。その後、気温が高く推移し生育は回復しました。

収量は**平年並み**くやや良、収穫作業は降雨の影響により遅れました。

(施設荷受開始: 8月17日 収穫最盛期: 8月27日)

○つや姫

1等米比率49・5%(2年産71・8%)

初期生育は、停滞気味で推移したものの、その後ほぼ平年並みに回復しました。

茎数が繁茂したほ場では、**紋枯病**により倒伏したほ場もありました。

出穂期前半は、高温・多照の天候だったものの、8月中旬以降の多雨・寡照により登熟中後期のデンプンの蓄積に影響しました。

収量は、**平年並み**くやや良。穂長は長く、穂数、籾数ともに確保できたことが収量増の要因となりました。

品質は、登熟中後期の多雨・寡照により背白粒・基白粒・心白粒の発生を助長し品質低下を招く結果となりました。

(施設荷受開始: 8月25日 収穫最盛期: 9月7日)

○コシヒカリ

1等米比率27・4%(2年産62・8%)

収量は**平年並み**。品質は乳白粒をはじめとする白未熟粒が主な格下げ要因となりました。

(施設荷受開始: 8月25日 収穫最盛期: 9月11日)

○きぬむすめ

1等米比率79・4%(2年産77・4%)

田植え時期の5月中旬から梅雨入りしたため、初期生育は停滞気味となりました。

梅雨明け以降8月上旬まで高温・多照で推移し、生育は平年並みに回復しました。

8月中下旬の日照不足(日照時間: 平年の約37%)は、**きぬむすめの出穂期と重なり**、登熟に大きな影響を与えました。

病害虫では、過繁茂のほ場を中心に稲こうじ病が発生しました。また、直播栽培を中心に7月下旬ごろより葉いもちが発生し、天候不順も重なり一部ほ場では、穂首への感染により穂の水分供給が断たれ白穂となり減収に繋がりました。

収量は**平年並み**くやや不良。穂長はやや短かったものの、穂数、籾数は確保できました。千粒重も平年並み。但し、ほ場によって登熟歩合にバラツキがあり、網下米の多少により収量に大きな差が出ました。

特に、遅植えのほ場は、出穂期と多雨・寡照が重なり、デンプンの蓄積不足による未熟粒の増加によって、結果的に網下米が増加し収量低下に繋がりました。

(施設荷受開始: 9月25日、収穫最盛期: 10月4日)

営農第一課から TEL 73-9616

4年産米に向けて

気候変動に対応できる最も有効な技術

「土づくり」と「水管理」

近年は、温暖化による異常高温や天候不順による日照不足など生産環境は厳しい状況になっています。

このような状況下で良質米生産を行うためには、「土づくり」と「水管理」が非常に重要となってきます。3年産では地力の低下・保肥力の低下があり「秋落ち田」が各地で見られました。堆肥などの有機物は生育後半にも吸収されるので品質向上につながります。異常気象に強い丈夫な稲体を作るために積極的に「土づくり」を行いましょ。

「水管理」は稲の生育を制御する重要な技術です。過繁茂を抑制するための中干しの励行、高温時には飽水管理をするこ

とで稲体の冷却効果を促すなどは登熟向上に大きく影響してきます。
米穀情勢は厳しい状況ではありますが生産者・JAが一体となり収量増・コスト削減を目指しましょう。

以下、品種ごとのポイントを参考に良質米生産を実施しましょう。

○ハナエチゼン

目標収量540kgを確保するためには、

1 回目の穂肥を適期に施用し籾数を確保するように行いましょう。また、町内で最初に出穂する品種のため、カメムシ被害には十分注意が必要です。病害虫発生予察を見ながら適期防除を実施しましょう。

○つや姫

特別栽培米基準での栽培となるため、定められた範囲内の適正な施肥・防除により収量増・高品質を確保して下さい。そのためにも堆肥の施用等による土づくりが重要となります。雑草対策についても使用できる除草剤は限られますので、水管理をはじめ効果を最大限発揮できる環境づくりを行いましょ。

○コシヒカリ

高温障害を回避することが高品質へのポイントとなります。このことも踏まえ遅植えを実践して下さい。(5月15日以降)。ケイ酸質資材の積極的な投入により異常気象に負けない稲体を作りましょ。

○きぬむすめ

生育期間が長く、葉色も濃いことから病害虫被害に十分注意しましょう。特に、過繁茂による紋枯病も注意が必要です。高温登熟性に優れた品種ではないため、5月15日以降の遅植えを実践しましょう。

SDGsの取組みについて

J Aしまねでは、組合員と地域の暮らしを守ることを目的に、自己改革を通じてSDGsの目標達成に向けて貢献しています。持続可能な農業を実現するため、農家の皆様に対して積極的な支援や活動を通じて「農業者の所得増大」、「農業生産の拡大」を目指してまいります。

また斐川地区本部では、農薬による河川の水質汚濁防止のため斐川町自主規制項目を定め環境保全に引き続き努めてまいります。

斐川町の環境保全型農業の実践（斐川町自主規制項目）

斐川町では、水田除草剤・農薬による河川の水質汚濁防止のため、自主規制項目を定め環境保全に努めます。

1. 代かきは浅水で行い、田植え前に「強制落水」しない。
2. 初期除草剤は、田植え前に散布しない。(田植え後に散布)
3. 除草剤散布後は湛水期間を2週間とし「強制落水」や「かけ流し」はしない。



営農企画課から

TEL 73-9615

「雇用」をテーマに合同研修会開催 斐川町集落営農組合連絡協議会

斐川町集落営農組合連絡協議会では11月18日、ラピタウェディングパレスにてJAしまね出雲集落営農組織連絡協議会と合同研修会を開催されました。近年集落営農組織では従事者の高齢化が進行しており、後継者の育成・確保が喫緊の課題となるなか、「雇用」をテーマに行われました。両協議会合わせて50の集落営農組織から73名が参加し、研修会では農事組合法人おきす代表理事の森脇康博氏が「5年後・10年後を見据え直ちに行動！」と題し講演され、「法人化は手段の1つであり、目的となっはいけない。若い農業者が働きやすい環境を整えていくことが大事」と強調されました。また、社会保険労務士の田平篤氏による労働保険・社会保険の基礎についての研修が行われました。



(農)おきす代表理事 森脇康博氏による講演

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 令和3年12月21日(火)14:00～

ところ JAしまね斐川地区本部 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

ご自宅でできた自慢の野菜・花・果物などを、自分のペースで出したい時にししながら、仲間と楽しく元気に活動しています

介護福祉だより

お問い合わせ 介護センター ☎73-9635 デイサービスセンターつつじ園 ☎73-7314

つつじ園「文化祭」開催

つつじ園では、利用者の皆さんのご家族を招待しての「文化祭」を開催しました。手作り銭太鼓での体操やペットボトルのキャップを使ったタップ体操、楽器演奏や歌を披露しようと、1か月前から利用者の皆さんには練習を重ねていただきました。11月9日～11日の本番当日は、利用者の皆さんも緊張気味でしたが、今までで一番良い演奏ができ、ご家族の皆さんからもお褒めの言葉を頂きました。利用者の皆さんには、「手作りスイーツバイキング」で楽しんで頂き、ご家族の皆さんには意見交換で色々とお話を聞かせて頂くことができました。



我が子自慢・孫自慢

虎之介くんの成長していく姿をみるのが楽しみです。たくさん寝て、食べて、遊んで元気に育ってね！

投稿者 出西地区
青木 昭さん、孝子さん



青木 虎之介くん (7カ月)

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

JALまね斐川地区本部 組織広報課
〒699-0593 出雲市斐川町莊原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。

JA
女性部
通信

女性の元気でいきいきJA

今年度の美化ウォーキングが終了

11月14日、今年度最後の美化ウォーキングを出東支部主催で行いました。年間5回計画し、各支部順番に行っていました。今回は、部員19名とJA役員合わせて36名が参加してくださいました。当日は天気に恵まれ、出東支店を出発し約3キロの道のりをゴミを拾いながら歩きました。

部員の中には、5回全部参加したという方が10名いらっしゃいました。支部長の皆さんは「コロナ禍の中ではあったが、各支部とも無事に活動できて良かった。参加して頂いた皆さんに感謝しています。」と話しておられました。



へお知らせ JAしまね女性部主催

第43回みどりをももる小学生作文コンクール

5年生の部 金賞 宮松 龍希さん (西野小学校)
題名「大好きな海を守りたい」

JA
女性部
活動予定

新規加入 大歓迎!!
待っちょよ!

12月20日(月)	パッチワークグループ	ひかわめぐりキッチン	ふあみーゆ	9:30~
12月22日(水)	ひまわりグループ	ひかわめぐりキッチン	ふあみーゆ	9:00~
12月23日(木)	書道グループ	ひかわめぐりキッチン	ふあみーゆ	9:30~
1月11日(火)	ちぎり絵グループ	ひかわめぐりキッチン	ふあみーゆ	9:30~
1月12日(水)	いきいきグループ	生活課 2階会議室		10:00~
1月17日(月)	パッチワークグループ	ひかわめぐりキッチン	ふあみーゆ	9:30~
1月20日(木)	手芸グループ	ひかわめぐりキッチン	ふあみーゆ	9:00~

出雲市郵送大腸がん検診のご案内

JA島根厚生連では出雲市から委託を受け、大腸がん検診を実施しています。

受診対象者は40歳以上の出雲市民の方です。

検診の方法は、皆様から郵便で直接検体をお送りいただく“郵送法”となっています(検査料金は310円)

検診の流れ

①申込はがきを記入し投函

(JAしまね斐川地区本部各支店・店に置いてあります)

②「検査容器」と

「検査料の払込用紙」が送られてきます

③JA窓口で検査料310円を払い込む

④届いた容器に便を採取し、返信用封筒に検査容器を入れて投函する

★令和4年の1月9日(日)以降の日曜日、月曜日、火曜日に投函してください(今年度より投函できる曜日が限定されます)



大腸がん検診は

「年に1回受診することが望ましい」

とされています。

今年度、大腸がん検診を受けていない方は、この機会に大腸がん検診を受けましょう。

お問い合わせ

JA 島根厚生連 (大腸がん検診担当)
営業時間 月~金 8:30~17:00
TEL 0853-31-4770

申込み期限：令和4年1月31日(月)必着です。

JALしまね斐川地区本部各支店・店にも申込書を置いてありますので、是非お申込ください。

(すでにお申し込みをしている方は、改めて申し込む必要はありません。)

収穫したそばの脱穀・選別作業

11月19日、くらしの活動事業の一環で企画した「そば作り」に参加した地域組合員4名が、10月に収穫したソバ「出雲の舞」の脱穀・選別作業を行ないました。斐川町でソバを生産する糸賀充さんに手ほどきを受けながら、脱穀機で脱穀したソバの実を、唐箕（とうみ）を使って選別していきましました。参加者は「初めて唐箕を使って選別したが、風を送って選別する仕組みに驚いた。ハンドルを回し風を送る力加減が難しかった。次回のそば打ちが待ち遠しい」と話しました。脱穀したソバの実は、もう一度乾燥させてから製粉し、最終工程のそば打ちの材料として使用します。



脱穀機を使って作業する参加者

インターンシップで農業機械の仕組みを学ぶ

農機課は、11月9日から11日までの3日間、県立出雲工業高校機械科の2年生3名をインターンシップで受け入れました。生徒たちはJAの概要や農業事業、農業機械機能と種類について説明を受けた後、実際にエンジンの分解・組み立てに挑戦し、農業機械の仕組みについて学びました。生徒は「農業機械に触れてみたいと思いました。実際に作業をしてみても、出来上がったときの達成感を感じた。体験し、感じたことを今後の授業や進路選択に活かしていきたい」と話し、野原秀紀農機課長は「近年、インターンシップを経てJAの農業事業に実際に就職してくれている生徒もいる。今回の体験を通じて農業分野にも視野を向けてもらえると嬉しい」と期待を寄せました。



エンジンの組み立てに挑戦する生徒たち

令和3年産斐川ぶどう生産者大会を開催

11月8日、斐川ぶどう生産組合と斐川地区本部は、営農総合センターで「令和3年産斐川ぶどう生産者大会」を開催し、令和3年産ぶどう優秀者へ表彰を行いました。併せて、島根ぶどう共販65周年、第36回島根ぶどう園コンクール受賞者への表彰式も行い、関係者25名が参加しました。

- 受賞者は次の通りです。
- 島根ぶどう共販65周年記念受賞者
功労者 佐野 俊明
- 第36回島根ぶどう園コンクール受賞者
島根県知事賞 金山 晃一
- 令和3年産斐川ぶどう優秀賞受賞者
最優秀賞（出雲市長賞） 金山 晃一
優秀賞（斐川町地域農業再生協議会長賞）
優良賞（斐川町ぶどう生産組合長賞）
優良賞（斐川町ぶどう生産組合長賞）



左から斐川町ぶどう生産組合（飯塚茂副組合長）、佐野俊明さん、金山晃一さん、矢野恵司さん、坪内雅さん、宇都宮汰さん

矢野 恵司
宇都宮 汰
坪内 雅

謝恩セール開催中

令和4年1月31日(月)まで
開催しております

しまねびより11月号に折り込んでおります。

職員一同ご注文をお待ちしています!



売れ筋商品をピックアップ!!

Rinnai ビルトインコンロ
LiSSe



RHS71W32L24RSTW

メーカー希望価格 (税込) 249,700円 → **132,000円** (税込)

Paloma ビルトインコンロ
WITHNA



PD-809WS-75CV

メーカー希望価格 (税込) 206,800円 → **99,000円** (税込)

※只今、商品の仕入れが困難な状況です。上記2点の商品を含め納品にお日にちがかかっております。

〈ガス住宅課お買物券の利用期限について〉

お買物券はご利用期間を過ぎると

無効 になります。



ご利用期間をご確認の上、お早めのご利用をお願いします。

※ご利用期間：令和4年1月31日(月)まで

ウィル給油所から

TEL 73-9626

JA・SS ウィル給油所 (農協の油屋です)★



トラブルが起こりやすい **冬** となりました♪



バッテリー性能は寒さでますます低下します。



バッテリーチェック!

電圧・性能低下

路面の凍結、
思わぬ大惨事…。



タイヤチェック!

タイヤ性能・空気圧

お気軽に
どうぞ!

OK!



無料 エアタワー
3台設置



いつでも気軽に
ご使用ください。

最新鋭 ドライブスルー
洗車機



手軽にピカピカ!
大好評です!

ティアラコートプレミアムで艶復活!

いつでも安全に
点検いたします!

**スタッフ一同
お待ちしております。**

営業時間のお知らせ 12月31日、1月3日は、
午前7時～午後8時までの営業といたします

金融課から

TEL 73-9609



年末・年始のATM稼動のお知らせ!



	12月30日 (木)	12月31日 (金)	1月1日 (土)	1月2日 (日)	1月3日 (月)	1月4日 (火)
斐川	○	○	○	○	○	○
莊原	○	○	○	○	○	○
出西	○	○	○	○	○	○
伊波野	○	○	○	○	○	○
ゆめタウン斐川	○	○	○	○	○	○
斐川中部	○	○	○	○	○	○
新川中央	○	○	○	○	○	○
出東	○	○	○	○	○	○

※12月30日(木)までは8:45~19:00(ゆめタウン斐川9:00~21:00)の通常営業時間となります。
 ※12月31日(金)~1月3日(月)は9:00~17:00(ゆめタウン斐川9:00~19:00)までの営業時間となります。
 ※1月4日(火)からは8:45~19:00(ゆめタウン斐川9:00~21:00)の通常営業時間となります。
 ※上記以外のJAしまねATMについては、ATMコーナーにより営業日、営業時間が異なります。詳しくはJAしまねホームページをご覧ください。

保証料金利組込タイプ版

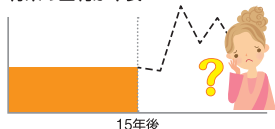
令和3年10月1日現在



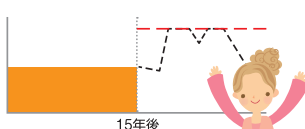
ポイント1

当初特約期間終了後の金利は上限付き!

従来は... 将来の金利が不安



上限が決まっているから安心!



当初特約期間15年（保証料金利組込タイプ）の金利イメージ



お子様の人数に応じて当初特約期間の金利を最大年0.3%下げます。子育て応援サービス期間



当初特約期間終了後、再度特約期間を設定することも可能です。変動金利・固定金利どちらをご選択の場合もその時の基準金利 年▲0.85% さらに変動金利は上限金利付き 上限金利 年1.85%

ポイント

- 返済額の最大額確定で計画的に返済
お借入時点でご返済金額の最大額が確定します。
- 固定金利の安心感+変動金利のメリット
固定金利の安心感と、変動金利による返済額の軽減効果、二つのメリットを併せ持った仕組みです。

- 特約期間中は固定金利となります。
- 特約期間は3年、5年、10年、15年からご選択いただけます。
- 特約期間終了後は自動的に上限金利付き変動金利へ移行しますが、再度固定期間を選択することが可能です。
- その際には手数料5,500円（税込）が必要となります。
- 固定金利の特約期間中に、上限付き変動金利を選択することはできません。
- 上限金利付き変動金利は上限を設定しますので、将来の金利上昇にも安心です。
- 保証料金利組込タイプのため本欄に記載の金利（基準金利を除く）は、保証料相当分が含まれています。ただし、無担保の場合は保証料相当分を差引いたものが借入利率となり、別に保証料（年0.44%）をお支払いいただきます。

【当初特約期間の適用金利（保証料金利組込タイプ）】

3年固定	5年固定	10年固定（2段階方式）	15年固定（2段階方式）
年1.15%	年1.15%	年1.15%	年1.15%

【基準金利】

3年固定	5年固定	10年固定	15年固定	変動金利
年2.38%	年2.43%	年2.80%	年3.70%	年2.475%

ポイント2



JALは子育て世代を応援します!! 子育て応援サービス!

ご利用タイプ：当初特約期間15年（保証料金利組込タイプ）の場合 ※子育て応援サービスの対象となったお客様がサービス期間中に対象年齢を超えた場合も、金利引下げは、サービス期間終了まで継続します。

当初15年間 金利引下げ適用期間

15年間 年1.05%

15年間 年0.95%

さらに0.1%引下げ 11年間 年0.85%

例えば、お借入れから4年後に第3子が誕生

子育て応援サービス期間中(当初特約期間中)にお子様が誕生された場合も、お申し出により、お一人につき金利を0.1%引下げます!

お子様お一人につき当初特約期間の金利を年0.1%引下げます。

お子様1人で 年0.1%金利引下げ

お子様2人で 年0.2%金利引下げ

お子様3人で 最大年0.3%金利引下げ

その他の金利引下げ対応

- ①当JALにて給与振込を指定されている方、または新たに指定される方
- ②石州瓦または県産材使用住宅、長期優良住宅
- ③他金融機関からのお借換
- ④「JAネットバンク」をご利用いただいている方
- ⑤「カードローン」をご契約いただいている方

上記の各項目に該当の場合当初特約期間の金利をそれぞれ年0.1%引下げます(最大年0.3%)
子育て応援サービスによる金利引下げ、その他の金利引下げと併せ最大年0.3%の金利引下げとします。

最大金利引下げ時
当初15年間 年0.85%

※その他金利引下げ対応の詳細はJA窓口までお問い合わせください。



お問い合わせ先
島根県農業協同組合 斐川地区本部ローンセンター
TEL 0853-73-9629 FAX 0853-72-1485

JALしまね住宅ローン 検索



企画管理課から

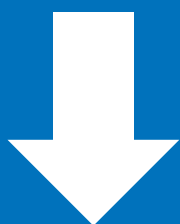
TEL 73-9607

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。



ポイントの有効期限について

- ポイント有効期限…最大3年
- ポイント積算単位…1月1日～12月31日の1年間
- 1年目に貯まったポイントは3年目(翌々年)の12月31日までに
ご利用ください。

平成31年・令和元年		令和2年		令和3年		令和4年	
1月	12月31日	1月	12月31日	1月	12月31日	1月	12月31日
1年目		2年目 (有効)		3年目 (有効)			
獲得ポイント						無効	
ポイントご利用可能期間							

**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。**

自動車整備工場から

TEL 73-9627

今月の特選車

MITSUBISHI MOTORS
三菱 EKワゴン

初度登録 平成28年10月
 走行キロ 32,033km
 車体色 シルバー
 ミッション AT
 2WD エアコン
 パワステ ナビ

扱いやすい
軽ワゴン
です☆



車検整備付
車両本体価格

690,000円 (税込) (諸費用別)

担当 山根、中浜、青木

資材課から

TEL 73-9619

令和4年産水稻種子・肥料・育苗資材・農薬 (No,1・No,2) 予約申込書の提出はお済みですか？

予約申込書の提出期限が **12月20日(月)** となっています。

※2月末までの肥料の早期引取により1.5%の奨励金を受けることができます。

お早めにJA資材課または各支店・店へ提出頂きますようよろしくお願い致します。

総務課から

TEL 73-9603

組合員・利用者のみなさまへ

新型コロナウイルス感染防止を 踏まえた訪問日の対応について



平素は当JAの事業活動にご理解、ご協力を賜り、誠にありがとうございます。

標題の新型コロナウイルスにつきましては、依然として罹患に対する不安は継続している状況となっており、今後の職員による訪問活動（外勤）については、その時点の島根県や出雲市の状況を踏まえつつ、**場合によってはポスト等への投函をもって訪問に換えさせていただくことがあります。**

ご不便等おかけし、誠に申し訳ございませんが、昨今の状況を鑑み、何卒ご理解いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

JAしまね 斐川地区本部 年末年始業務について

1. 年末年始の休業日

- ① **ウィル給油所 (TEL73-9626)**
 - ◎年未配達の電話受付
12月27日(月)の午後5時で終了致します。
 - ◎年未の油配達
12月30日(木)まで配達致します。
 - ◎年始配達の電話受付
1月3日(月)午前8時より致します。
 - ◎年始の油配達
1月4日(火)より配達致します。
 - ◎1月1日(土)・2日(日)は休業と致します。
- ② **グリーンセンター (TEL73-9070)**
12月31日(金)～1月4日(火)
- ③ **上記①～②以外の業務**
12月31日(金)～1月3日(月)

2. 典礼業務

- 典礼(葬祭)センター**
(TEL73-9624)に連絡ください。
(担当者の携帯電話に自動転送されます。)
なお、火葬場は湖西斎場・出雲斎場とも
1月1日(土)、2日(日)は休業です。但し、
死亡届・火葬手続きは代行致します。

3. 関連会社の休業日

- ① **有斐川農協自動車整備工場**
(TEL73-9627)
12月30日(木)～1月4日(火)
- ② **有斐川農協配送センター**
(TEL73-9628)
12月29日(水)～1月4日(火)
- ③ **有JA斐川アグリサービス**
(TEL73-9616)
12月28日(火)～1月4日(火)

4. その他緊急連絡先

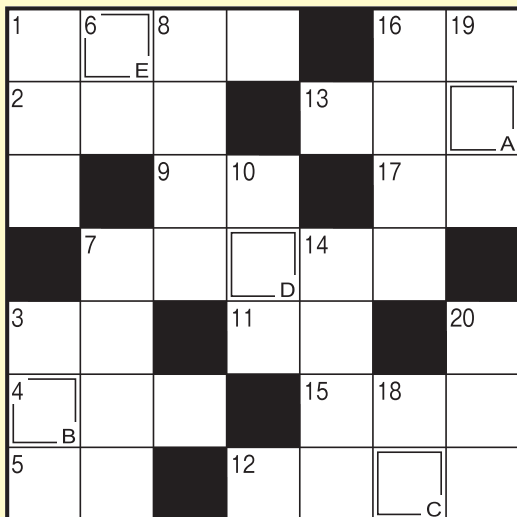
- ① **交通事故 (フリーダイヤル24時間受付)**
(TEL0120-258-931)
- ② **JAしまね斐川ガスセンター**
(TEL72-3304)
- ③ **斐川地区本部宿日直**
(TEL73-9604)





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 オイルショックともいわれる——危機
- ③ 分度器で測ります
- ⑥ 栗の実のトゲトゲ
- ⑦ 春の七草の一つ。ダイコンのことです
- ⑧ 遊園地で——コースターに乗った
- ⑩ おでんに添える黄色い薬味
- ⑭ 年下の女きょうだいのこと
- ⑯ 屋外で行うことも多い教科
- ⑰ ミカンのものは手でむけます
- ⑱ おしゃれな——でランチを楽しんだ
- ⑳ 「オリオン」「おおいぬ」「カシオペア」といえば

ヨコのカギ

- ① 1月の第2月曜日は——の日。国民の祝日です
- ② 旅支度で、旅行かばんに——を詰めた
- ③ 下手な鉄砲も——撃ちや当たる
- ④ 北海道東部の市。自然豊かな湿原が有名です
- ⑤ 水が混じって軟らかくなった土
- ⑦ これが三つで三振
- ⑨ 土を盛り上げて作ります
- ⑪ 植物の葉や車の窓などに氷の結晶が付いたもの
- ⑫ 「住めば都」とか「猫に小判」とか
- ⑬ 果物——を使ってリンゴをむいた
- ⑮ 遠回りをする
- ⑰ 初夢で見ると縁起が良いといわれる鳥
- ⑱ やっぱり自分の——が一番落ちて着くなあ

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

〒699-0593 出雲市斐川町莊原2172-3
J Aしまね 斐川地区本部 組織広報課 「クイズ」係
2022年1月7日（金）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆
「プレゼント」



川柳の広場

最優秀賞

あちこちで平熱ですと今日も無事

出雲市 大福 利彦様

（評）コロナ禍の中、入り口で迎えてくれる体温計。「平熱です」の連呼に、思わず健康の有難さを感じます。

優秀賞

老いた今ちゃん付けて呼ぶ友が好き

浜田市 岩本 静代様

茶処に住んで至福の菓子つまむ

出雲市 野中 花蓮様

過疎の町赤子の声が光注す

出雲市 青山 孝子様

佳作

また逢おう言った友達先に逝き
コロナ禍の咳ひとつにも気を遣い
寄り添って虹色描き夢を追う
津田かぶの名産吊す風物詩
犬嫌い犬も知って吠えたてる

出雲市 松崎 幸子様
雲南市 小林多美子様
江津市 湯浅志津子様
出雲市 小白金房子様
安来市 斎藤美重子様

「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」1月号 定価922円。ご購入は、お近くのJAへお問合せください。



J Aしまねびよりは、皆様からの俳句・川柳を募集しています。締切は毎月14日必着です。（最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句）1月号は俳句を募集します。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。

知って得する！ 農業者年金



終身年金で
安心！

詳しくは… <https://www.nounen.go.jp>

農業者の方は、国民年金の上乗せの公的な年金
「農業者年金」に加入して安心で豊かな老後を！

農業者なら誰でも入れる「終身年金」です！

一定の要件を満たす方には、

月額最大 **1万円**の保険料補助

加入で大きな節税効果！

保険料は**全額社会保険料控除の対象**

※農業者年金の加入には、
「国民年金第1号被保険者であること」
「年間60日以上農業に従事していること」
「60才未満であること」
の3つの要件を満たしている必要があります。
※詳しくは、お近くの農業委員会、又はJAへ！



全国の旬のおいしさをお届けする JAグループの頒布会

旬鮮倶楽部

旬鮮倶楽部は、全国の旬のおいしさをお届けする
JAグループの頒布会です。

年1回のお申込みで、毎月カタログから
お選びいただいた商品をお届けします。

毎月旬の味覚が届く1年間をお楽しみください。



果物、野菜、お肉といった
国産農畜産物や、
それらを使ったお惣菜やスイーツに加え、
全国各地の名産品やお花も取り揃えています。

旬の果物の味を楽しむ、遠方の名産品を旅行気分楽しむ、
お花を見て楽しむなど、様々な楽しみ方が可能です。

「旬鮮倶楽部」のカタログのご希望、お問合せ、お申込みはお近くのJAへお問合せください。

材料 (4人分)

- 豚ロース肉…………… 350 g
- A 片栗粉…………… 大さじ2
- オリーブ油…………… 大さじ1
- 玉ねぎ…………… 1玉
- しめじ…………… 1株
- 赤ワイン…………… 200cc
- B ケチャップ…………… 大さじ3
- 中濃ソース…………… 大さじ1
- 味噌…………… 大さじ1
- 塩こしょう…………… 少々
- ブロッコリー…………… 1株
- ミニトマト…………… 4個

作り方

- ①玉ねぎは薄切り、しめじは石づきを取り、小房に分ける。
- ②ブロッコリーは小房に分け、色よく塩茹でにする。
- ③ビニール袋に片栗粉と豚肉を入れ、空気が入った状態で袋を閉じ、上下に振って、片栗粉を薄くまぶす。
- ④フライパンにオリーブ油を熱し、③の豚肉を入れて、両面よく焼き、取り出しておく。(中まで火が通ってなくても良い)
- ⑤④のフライパンに玉ねぎを入れ、しんなりするまで炒める。(茶色く色づくまで炒めると味に深みが出る)
- ⑥⑤にBと豚肉を加え、沸騰したら弱火にして時々混ぜながら、水気が少なくなり、トロミがつくまで煮込む。
- ⑦味をみて塩こしょうで味を整え、皿に盛り、ブロッコリーとミニトマトを添えたら完成。

豚肉の赤ワイン煮込み



- *コメント*
- ・豚肉に片栗粉をつけて一度下焼することで、豚肉のうま味を閉じ込めます。
 - ・赤ワインで煮込むとワインに含まれるタンニンが肉のうま味を引き出します。
- *アレンジ*
- ・豚ロース肉をヒレ肉やスペアリブに変えても美味しくできます。(スペアリブの場合は下焼をしっかりする)
 - ・マッシュポテトを付け合わせにしても、お肉とよく合います。
 - ・しめじをマッシュルームや舞茸、しいたけ等に変えても美味しくできます。



豆腐で伊達巻き卵

材料 (1本分)

- 絹ごし豆腐…………… 300 g
 - A 卵 (M) …………… 4個
 - 砂糖…………… 大さじ2
 - みりん…………… 大さじ2
 - 白だし…………… 大さじ2
- ◆準備するもの
- キッチンペーパー
 - ホットキス
 - クッキングシート
 - ミキサー
 - オーブントースター
 - 巻きす・輪ゴム

作り方

- ①鍋にお湯を沸かし、豆腐を入れて再沸騰してから2～3分茹でて、キッチンペーパーを広げたザルに取り、木べらで押して水分を絞る。(白い豆乳が出るまでを目安に絞る)
- ②ミキサーに①の水切りした豆腐とAを入れ、ペースト状になるまでミキサーにかける。
- ③クッキングシートを折って、ホットキスで角を止め、約20cm×25cm×2cmの流し箱を作る。
- ④オーブントースターの天板に③の流し箱を置き、②を流し込み15分焼く。
- ⑤④が熱いうちに表面を下にして巻きすにのせ、クッキングシートをはがす。
- ⑥手前に切込みを数本入れ、そこから巻きはじめ、巻き終わったら巻きすを輪ゴムで留めて立てて冷ます。
- ⑦冷めたら好みの厚さに切って完成。



- *コメント*
- ・巻きすで巻く時、きつく巻過ぎると水分が出てパサつきやすくなります。優しく巻いてください。
 - ・オーブンで焼く時は180度で15分焼きます。(表面が焦げそうになったらアルミホイルをのせて焼く)
- *アレンジ*
- ・焼き過ぎた場合は、表面を上にして巻くと焦げ目が内側に入り、ごまかせます。
 - ・巻きすぎない場合は、クッキングシートで巻き、シートと輪ゴムの間に竹串を8本等間隔に入れて冷やしてください。

健康散歩 足湯のススメ

JA島根厚生連

めっきり寒くなり、冬の訪れを感じる季節となりました。散歩をすると近所の足湯の湯気に誘われて、ちょっと寄り道をしてしまいます。今回は、足だけ気軽に浸かれる足湯のススメです。

足湯とは、読んで字のごとく「足をお湯に浸ける」ことです。簡単ですが、単に足を温めるだけでなく優れた全身効果があります。

まず、全身の血行を良くすることで体内の新陳代謝を高める効果です。血液には栄養や酸素のほか、代謝によって産生された老廃物も混じっています。これらの老廃物は尿や汗として排出されますが、血行が悪くと排出されずに血液中に残り、重力によって足にたまりやすくなります。たまった老廃物は更に血行を阻害するという悪循環に陥ります。冷え症の人に足のむくみや便秘症状の訴えがあるのを聞いたことがあると思いますが、原因はここからきているのです。次に、免疫力を高めるという効果です。足湯を行うこと

でがん細胞を殺す作用がある「NK細胞(ナチュラルキラー細胞)」を活性化させるという報告もあります。

更に、足を温めることで自律神経を癒し、疲労回復やリラクゼーション効果があることはご存じのとおりです。膝下しかお湯に浸けないので、のぼせにくく、心臓にかかる負担が少ないこともメリットですね。ただし、効果を期待して浸かりすぎるとかえって体は疲れてしまいます。足が温まり少し汗ばむ程度が効果的です。

最近は、ドライブや観光の小休憩に「ちょっと一息」できるような足湯を設けるところが増えました。家庭でも手軽に足湯ができるフットバス用の商品も出回っています。年末にむけて忙しい体を足から癒してみたいかがでしょうか。



【編集後記】 今月の特集で紹介している「ごはんのお供」。皆さんがおススメのお供は何ですか? 私は毎朝お米を食べるので、色々なお供を探してはお気に入りの発見を楽しんでいるのですが、今回は知らなかったお供も登場し、ぜひ買って食べてみよう、今からワクワクしています😊! ぜひ参考にしてください、とっておきの「ごはんのお供」と一緒に、お米を食べるきっかけとなると嬉しいです☺️(安)

