

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」 やすき地区本部



Yasuki
安来を望む
春を待つ大山
直通

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！



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！

【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。

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イター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

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イターン者です。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



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。

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



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。

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

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 島根米県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カ月ごとに講座等を開催することとしています。



くにびき

くにびき農業法人会 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、委員がいずれも再任。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。同イベントは毎年開催している直売所の一大イベントであり、管内の農家が栽培し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

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

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日間をかけた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。



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）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 〒697-0024 浜田市黒川町3741番地
JAしまね いわみ中央地区本部 ふれあい課 「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	カ	ケ
ワ	シ	カ	コ
シ	オ	ミ	ク
ロ	ダ	ン	リ
イ	ダ	テ	ン
セ	コ	ン	ド
リ	ン	ド	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。

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。

平成29年度 栗生産組合定期総会



いわみ中央栗生産組合は、3月9日（金）、川根家（浜田市金城町波佐）にて平成29年度定期総会を開催しました。

石本利博組合長ら生産者6名が参加し、来賓として西部農林振興センター浜田農業普及部 浜田地域振興課長 神城文典様にお越し頂きました。

J A担当者からは事業及び決算等の報告があり、次年度生産・販売に向けた課題・目標などを協議しました。

いわみ中央栗生産組合は、昨年度に引き続き、2回目となる剥き栗への加工に取り組み、関西市場を中心に出荷を行いました。地元ではお菓子屋さんや産直市場へも出荷を行い、味や大きさに対する高い評価を頂き、次年度に繋がる取り組みとなりました。

事業計画では、9月には地元産直市場での販売促進活動で減多に見られない大玉の栗や剥き栗の販売などを行います。また、苗木や肥料農薬の助成、剪定講習会を行うことで生産拡大と安全・安心な栗を栽培し、生産者一丸となって栗生産振興に取り組み予定です。

石本組合長は「高齢化が進む中ではあるが、剥き栗や生果の単価が年々増加傾向で推移したことはこれから栽培していくうえで生産意欲が湧く。鳥獣害の被害や天候状況は心配だが、次年度に向け同組合を盛り上げたい。」と意気込みを話されました。

いちじく生産組合総会

浜田市いちじく生産組合（岡本強組合長）は、3月12日にJ A長浜事業所において、定期総会を開催しました。

J A担当者からは29年度の事業及び決算等の報告があり、次年度生産・販売に向けた課題・目標などを協議しました。出荷時期における激しい気象変動により出荷量が伸び悩んでいるのが現状ですが、消費者には「甘くておいしい浜田産いちじく」をお届けできるように生産振興に努める事を確認しました。

また昨年に引き続き、今年も9月には地元産直市場での販売促進運動を行う計画で、浜田市いちじくの味をしっかりとPRすることで消費拡大運動を行いたいと思います。



次年度に向けて 平茸以外にも挑戦!



菌床平茸生産組合は3月29日（木）、川根家（浜田市金城町波佐）で平成29年度定期総会を開催しました。

当日は生産者8名が参加し、J A担当者からは、事業及び決算等の報告があり、次年度生産・販売に向けた課題・目標などを協議しました。

29年度は、市場から平茸の食べ方がわからない人が多いので、買う人が限られてくると情報があり、地元産直市場や販売先（市場）への販売促進イベントを積極的に行い商品PRを行いました。

次年度は生産者が1名増加し、生産量は増える見込みです。また、先進地視察を行った際に「きくらげ」の話の頂き、平茸の出荷シーズンとかがぶらない夏場の出荷を目的に試験的に取り組む予定です。

幸田誠組合長は「生産者が1名増えたことは今後の規模拡大に繋がる良いことだと思う。また、平茸の無い季節の作業にきくらげは適しており、試験的だが視察研修等で栽培技術を学び、今後の生産振興に取り組みたい。」と挨拶されました。

産直トピックス

産直支部活動

江津支部

視察研修会で会員間の親睦を図る!

いわみ中央産直振興協議会江津支部(支部長 石田修治 会員346名)は、3月8日(木)道の駅「あさエッサ」なかうみ菜彩館にて視察研修と道の駅「湯の川」の視察を行い40名が参加しました。

道の駅「あらエッサ」なかうみ菜彩館の店舗視察では、特産品の「いちご」をメインとしたお土産品や「イチゴ」の陳列、店舗レイアウトが印象的でした。

研修では、やすぎ地区本部直売店舗課三島課長よりなかうみ菜彩館の概要についての説明。稲田店長からは店舗面積や売上、会員数、販売手数料、売上構成比、栽培履歴提出状況などの説明がありました。参加者は説明に耳を傾け質問するなど熱心に話を聞き有意義な研修会となりました。

道の駅「湯の川」での視察は、食事、お土産品を中心に店内づくりをさされてきました。

今回の視察研修では、江津、桜江の生産者と交流も深まり有意義な視察研修でした。

【なかうみ菜彩館】
＜店舗視察＞
■野菜コーナー



三隅支部

第5回出前産直市を開催! 地元農産物をPR!

いわみ中央産直振興協議会三隅支部(支部長 峠田等 会員83名)では、2月22日(木)〜23日(金)JA三隅支店前にて出前産直市を開催し、地産地消運動の取組として地元農産物のPR活動を行いました。

今回は三隅支店の展示即売会に併せ一日外務日を活用しチラシの配布を行い集客に努めました。峠田支部長、串崎副支部長が消費者との対話で販売に努めました。消費者の方からは、「野菜など、商品が新鮮で安いので助かります」との声もあり、2日間とも天候にも恵まれ盛況に終わりました。産直振興協議会三隅支部では、消費者の声を聴き4月に開催することを約束しました。



浜田支部

消費者交流会 「焼き芋の食べ比べ」を開催!

いわみ中央産直振興協議会浜田支部(支部長 松本昭二 会員243名)は、3月6日(火)産直さんさい市場黒川店前で、4種類(紅あずま、紅おとめ、安納芋、シルクスイート)の「焼き芋の食べ比べ」を行い消費者の方との交流を行いました。

試食された112名の方からアンケートにご協力をいただき、食べたお芋が自分のお口にあったものから順位をつけ、順位別に、1位4ポイント、2位3ポイント、3位2ポイント、4位1ポイントとした結果1番人気は、安納芋の303ポイント、2番人気は、紅あずま芋の294ポイント、3番人気は、紅おとめ芋の273ポイント、4番人気はシルクスイートの250ポイントでした。

試食された方は、「寒い時期なので定期的で開催してほしい。」「焼き芋を販売してほしい。」など声もありました。



2018年度 イベントスケジュール

- きんさい市場 黒川店・周布店
 - お盆の市 / 8月10日(金)〜13日(月)
 - 秋の彼岸市 / 9月20日(木)〜23日(日)
 - 年の瀬市 / 12月26日(水)〜30日(日)
 - 春の彼岸市 / 2019年3月18日(月)〜21日(木)

- 地域交流プラザ「まんてん」
 - 春まつり / 今年中止、代わりに10周年創立記念イベント / 4月22日(日)
 - 土曜夜市 / 7月予定
 - 収穫祭 / 9月〜10月予定

○道の駅「サンピッコロ」

- 春まつり / 4月28日(土)〜5月6日(日)
- かわピコまつり / 6月16日(土)〜17日(日)
- うみピコまつり / 7月14日(土)〜16日(日)
- お盆フェア / 8月11日(土)〜15日(水)
- 秋の彼岸市 / 9月15日(土)〜17日(月)
- やまピコまつり / 10月27日(土)〜28日(日)
- 年末セール / 12月22日(土)〜30日(日)
- 加工品フェア / 2019年2月16日(土)〜17日(日)
- 春の彼岸市 / 2019年3月16日(土)〜21日(木)

教えて野菜作り!

2018年4月号

こんな症状に見覚えは？



葉身と葉柄の長さに注目!

「窒素は葉を育てる」と言われるとおり、葉を見れば、畑の土の窒素量について、おおよその見当がつかめます。また、土壌中の窒素成分は水に溶けやすく、雨などで地下へと流れやすく、腐植に吸着される性質があり、土中に多く保たれると地力が増し、肥沃な土になります。そこで、ホウレンソウの葉から、土中の窒素量を観察してみましょう。注目したいのは、葉身と葉柄のバランスです。

ホウレンソウの場合、窒素量が少ない土だと、葉身のほうが長くなり、株全体も小さくしか育ちません。一方、窒素量が多すぎる土では葉柄のほうが長くなり、株全体も大きく育ちます。理想的なバランスは、葉身と葉柄の長さが同じくらいになっていること。そのような畑は、窒素量が適正であると言えます。

窒素不足の畑の場合、完熟堆肥を使った肥沃な土作りをしていく必要があります。また、次の作付する畑の準備をする際、元肥として窒素成分が多い肥料である油かすを使うと良いでしょう。窒素過多だった場合は、次の作付する畑の準備をする際、元肥を少なめにするようにしましょう。

①窒素不足

葉身が長い。全体の窒素量が少なかったため、生育が遅くなって葉が小さい。葉柄の伸びも悪く、全体にすんぐりとした形になる。葉の窒素分が少なく、収穫すると翌日には外葉から黄色くなります。

葉身



葉は全体に短くまた小さい。
緑色も薄く、やや黄緑色の場合もある。

②窒素過多

葉柄が長い。地中の窒素量が多すぎたため、生長が早くなり、その結果葉柄が伸びすぎます。大きいのが、間のびした状態だったり、葉の切れ込みも深くなりやすくなります。収穫後も長期間、外葉は濃い緑色のままで、食べても苦みやえぐみがあとにのこります。

葉柄

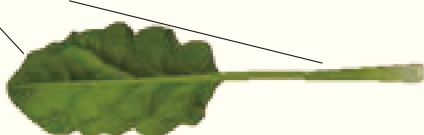


色が濃く、全体に長く大きい。

③窒素が適正

葉身と葉柄が同じ長さ。地中の窒素量が適正な場合、生長途中で窒素を一定のペースで吸収できるので、葉の形のバランスがよくなります。また、食べてもうま味があり、苦みやえぐみも気にならず、収穫後も数日は外葉も黄色くありません。

葉身と葉柄の長さが1 : 1



※窒素過多の場合

作付けの約1ヶ月前に1㎡当たり2～3kgの堆肥と120gほどの油かすを入れ、土と混ぜます。
油かすは最も一般的な窒素分の多い有機質肥料です。

そして、堆肥と一緒に使用することで、腐植の多い肥沃な土づくりができます。

※窒素過多の場合

このような土壌では元から酸性の強い土壌でもあります。改良方法として、窒素をやりすぎないという方法が一番ですが、出来るだけ肥料袋などに書かれている野菜ごとの施肥量から元肥の量を減らすようにします。過剰な窒素分を減らし、土中のミネラルの流出を防ぐことが大切です。



西部農林振興センターからのお知らせ

農産物は鮮度が命です！

新年度を迎え、これからは暖かい日が続く、収穫した農産物の鮮度が落ちるのも早くなります。市場や産直市に出せば終わりではなく、消費者の手に渡ってから日持ちが良くなるよう、収穫してからの「鮮度」を意識した取り扱いが大切です。

消費者に“いわみ中央産”の農産物を選んで買ってもらえるよう、以下の点に注意しましょう。

- 収穫は直射日光が当たらない時間帯に行いましょう
 - 収穫の際に使用するナイフやハサミ等は、使用前後に洗浄しましょう
 - 収穫時に使用するコンテナ等の容器も定期的に洗浄しましょう
 - 収穫したものは、直射日光に当たらない涼しい場所で保管しましょう
 - 調整時の乾拭きでは、清潔な布を使用しましょう
- ※産直出荷の場合は、右記の点もご注意ください

品目	注意事項
共通事項	<ul style="list-style-type: none"> ・痛みや虫食いがいないか確認する ・売れ行きにあわせて、持ち込む野菜の量や時間を決める ・売れ残った野菜のうち、傷んだものは速やかに廃棄する ・土付きの野菜は、土の付いていない野菜と分けて並べる
軟弱野菜	<ul style="list-style-type: none"> ・流水で株元のみ洗浄し、泥を落とす ・包装後は積み重ねず、立てて保管する
ナス	<ul style="list-style-type: none"> ・冷やすと果肉内のアクが固まり黒く変色するため冷蔵しない ・結露するとヘタの部分から傷みやすくなるため冷蔵しない
豆類	<ul style="list-style-type: none"> ・出荷直前まで袋の口を閉めない

西部農林振興センター浜田農業普及部：0855-29-5622



地域の話

ありがとう三江線

平成30年3月31日、かつて島根県江津市の江津駅から広島県三次市の三次駅まで結んでいた西日本旅客鉄道の鉄道路線であったJR三江線は88年の歴史に幕を閉じました。

三江線の歴史を記憶に残そうと、パレットごうつでは無料イベントが開催されました。

三江線プラ板キーホルダーづくりや、江津工業生によるミニトレイン乗車体験に、地元江津からはもちろん、広島や岡山など遠方からも家族連れが参加し楽しんでいました。出来立てのキーホルダーを手にした子どもからは「楽しかった！」「もう一つ作りたい！」との声がかれました。

19時8分発車の最終便に合わせて、パレットごうつ交流広場にて「ありがとう三江線さよなら記念式典」が催され、駅のホームでは江津高校生による花束贈呈が行われました。

21時52分江津駅に最終列車が到着。到着後江津市キャラクターの人麻呂くんとよさみ姫が運転士と駅長に、花束が渡され三江線の最後を飾りました。皆さんに愛された三江線。お疲れ様でした。そして、ありがとう！



中学生の交通安全を願って!

J Aしまねいわみ中央地区本部は、今年度も管内の中学校12校に「夜光反射タスキ」425本と「自転車用夜光反射テープ(サイクルヒット)」154個を贈りました。これはJ A共済とJ Aしまねが、中学生の登下校時の交通安全を願って毎年続けている活動で、県下全体で「反射タスキ」と「反射テープ」を中学校に贈っています。

3月22日には、江津市立青陵中学校(横坂 敏校長)にて、井上本部長より100本の「夜光反射タスキ」と100個の「反射テープ」を贈呈しました。

横坂 敏校長からは「生徒には下校時に反射タスキを必ず着用させており、子供たちの安全を守ってもらっています。タスキを忘れてきた子には学校から貸出をし、安全に下校できるように配慮しています。毎年寄贈ありがとうございます。」とお礼の言葉をいただきました。



J A年金友の会ふれあい大会「バラエティーショー in いわみ」開催!

3月16日(金)に浜田市石央文化ホールにて、J A年金友の会ふれあい大会「バラエティーショー in いわみ」と銘打って開催いたしました。



来場いただきました。

開会に際し、大谷重信会長と井上本部長より挨拶をいただき「J Aとしては、とりわけ年金受給者の皆さまを大切と考えており、今後もこのような各種サービスを継続的に実施していく為にも、多くの皆さまの参加をお待ちしています。」と挨拶されました。

肝心のイベント内容は、前後半の二部構成となっております。前半部は【桂三風】がその豊かな表情と軽妙な語り口で笑わされた後、【大空美樹】の素晴らしい歌声に酔いしれました。続いて、後半部は【立山センター・オーバー】の凸凹コンビによる本格的なしゃべくり漫才で爆笑し、トリを飾ったのは五木ひろし本人に認められたそっくりさんこと【三木ひろし】の抜群の歌唱力と観客参加型のものまねショーで、会場全体を笑いの渦に引き込む魅力いっぱいステージでした。

終演後には多くの参加者から、『ほんとに大声出して笑ったわ!』や『来て良かった。』と言った言葉をいただき、大盛況に終わりました。ご参加いただいた皆様、本当にありがとうございます。



J Aしまね「いわみ中央ゴルフ友の会」第151回コンペで今年度の締め切り!

3月10日(土)に浜田ゴルフリンクスにて、J Aしまね「いわみ中央ゴルフ友の会」第151回ゴルフコンペが開催されました。おかげさまで、当日は天候にも恵まれ、非常にプレーしやすい絶好のゴルフ日和となりました。本コンペでは32名の会員の皆さまが参加され、たいへん楽しいひと時を過ごすことが出来ました。ご参加いただいた皆様、本当にありがとうございました。

現在、J Aしまね「いわみ中央ゴルフ友の会」では、平成30年度のコンペ開催計画を立てている最中ですが、併せて《新会員》を随時募集しております。

ひとりでも多くのゴルフ愛好家の方が増えることで、今後の活動に向けてさらなる活性化が図れますので、ご興味のある方は是非お問い合わせください。

※お問い合わせ先は金融企画課まで

【連絡先: 085512218853】



自動車共済ご契約者の皆様へのお知らせ

平素は、JA共済事業につきまして格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、自動車事故における対応につきまして、ご契約者の皆様へのより一層の対応力の強化と損害調査業務の専門性の強化を図るため、平成30年4月よりJAとJA共済連の機能分担を一部変更させていただきますのでお知らせいたします。



【万一、交通事故に遭われた場合】

交通事故受付手続き・日中現場急行対応は変わりません。

連絡先窓口は基本的に今までと変わりません。最寄りのJAしまねいわみ中央地区本部共済担当部署にご連絡いただくか、夜間・休日であればJA共済事故受付センターまでご連絡いただければ、担当者が対応させていただきます。



ご 連 絡 先

いわみ中央地区本部共済課 / TEL: 0855-22-8817

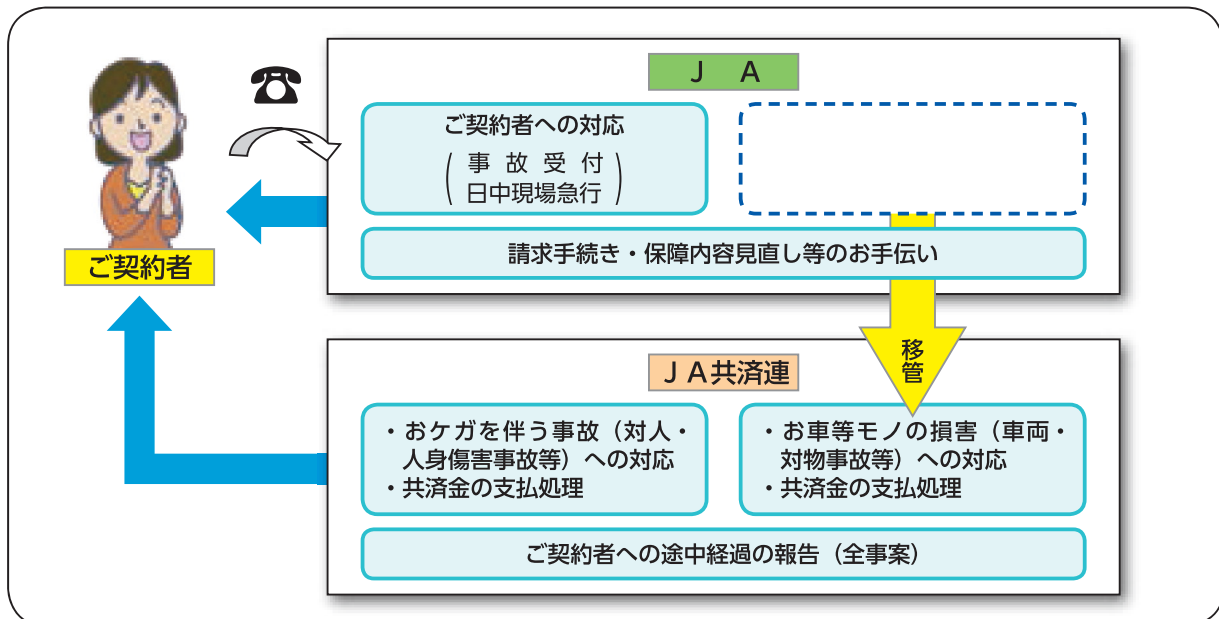
JA共済事故受付センター / TEL: 0120-258-931

【主な変更内容】

相手方との交渉や共済金のお支払いについては、車両・対物事故等もあわせて今後はJA共済連の損害調査サービスセンター（SC）の担当者が行います。交渉経過の報告や共済金のお支払いについてもSC担当者から直接ご契約者の皆様へ連絡させていただきます。

JAしまねならびにJA共済連は、今まで以上に高品質なサービスの提供に努めてまいりますので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

【変更のイメージ】（平成30年4月～）



三隅女性部手芸



J Aしまねいわみ中央女性部三隅（石本まゆみ部長）は2月16日、J Aしまね三隅支店2階にて、手芸教室を開催しました。三隅女性部各支部では家の光記事活用などの『手芸教室』を毎年行っていますが、合同での開催は

初めてです。今回は、山の木の実通称『はなとかめん』を使い、色紙に今年の『干支の戌』の絵を描いていきました。参加者は5支部より18名。岡見女性部員は以前支部でも経験しており、一緒に作品を作りながら先生となりました。「なんだか、この犬はだんだん丸くなってきて、私に似てきたわ！」「目をつけたり、飾りをつけるとかわいいねー！」など、初めのうちは、要領がつかめず悪戦苦闘をしていますが、完成した自分の作品に大満足です。作品作りを通し、ゆつくりとした時間を過ごしながら支部同士の交流も深まりました。



ミニグルーピング葉会手芸



J Aしまねいわみ中央ミニグルーピング葉会三つ葉会（代表大森巴）は3月14日に周布地集会所にて家の光記事活用を行いました。三つ葉会では、年間を通じて家の光記事活用を3回行っており、今回は家の光2016・7月号を参考に『ミニモップ作り』に挑戦しました。参加者9名は用意されたカラフルな色のアクリル毛糸の中から好みの色を選んで作業開始！台紙に毛糸を巻きつける時は数を間違えない様に、皆集中していました。持ち手となる割りばしに毛糸を巻きつける時は、「私が持つてるから、毛糸を結んで」と協力しながら仕上げました。出来上がったモップを並べると、「同じ数

を蒔いたはずなのに出来上がりが違うね」「要領が分かったからもう一本、違う色で作ろう」と、時間いっぱい楽しめました。



まごころ宅配便で吉掛け

J Aしまねいわみ中央女性部金城（小西喜美子部長）は、毎年女性部福祉活動として『まごころ宅配便』を実施しています。この活動は、一人暮らしの方や75歳以上の方などに女性部が手作りの手芸品やおやつやお弁当を作って訪問し、声掛けをする活動です。金城女性部は6支部で構成され、それぞれの支部がアイディアを出し合って行っています。

訪問先では、「毎年ありがたかったです。今年も有りがとつ。普段会話のない毎日で寂しいですが、優しく声をかけていただき有りがたい。」と手を合わせ喜んでいただいています。「いつまでもお元気で長生きしてくださいね。」と声掛けして、今年も金城女性部員が訪問します。



4期生卒業式

JA女子大学いわみ中央キャンパス4期生27名は、3月8日に卒業証書授与式を終え、2年間の課程を修了しました。女子大OG会の方々を来賓に迎え、なでしこの会 宮本 幸子会長よりご祝辞をいただきました。2年間で学んだことなど多くの思い出がよぎり、この出会いを大切にしていきたいと改めて思いました。井上学長より、「看却下、自分の足元を見て立ち位置を見失わない様に」とお言葉をいただきました。女子大学に入学した事を生かして、地域で活躍していきたいと思えます。



終了後、謝恩会が行われ今後について話していく中で、「このまま別れていくのは寂しいよね。まだまだみんなでやりたい事たくさんあるよね。」と、OG会が発足しました。会の名前は「紫陽花あじさい」です。自分たちでやりたいことを話し合い、計画していくのは女子大学の講義以上にワクワクし、盛り上がりました。和やかな雰囲気での会食はあっという間に終了となりました。これからも、先輩OG会の方たち同様、いろいろな活動を通して仲間づくりを広げていきたいと思えます。



機 構 図

平成30年4月1日現在

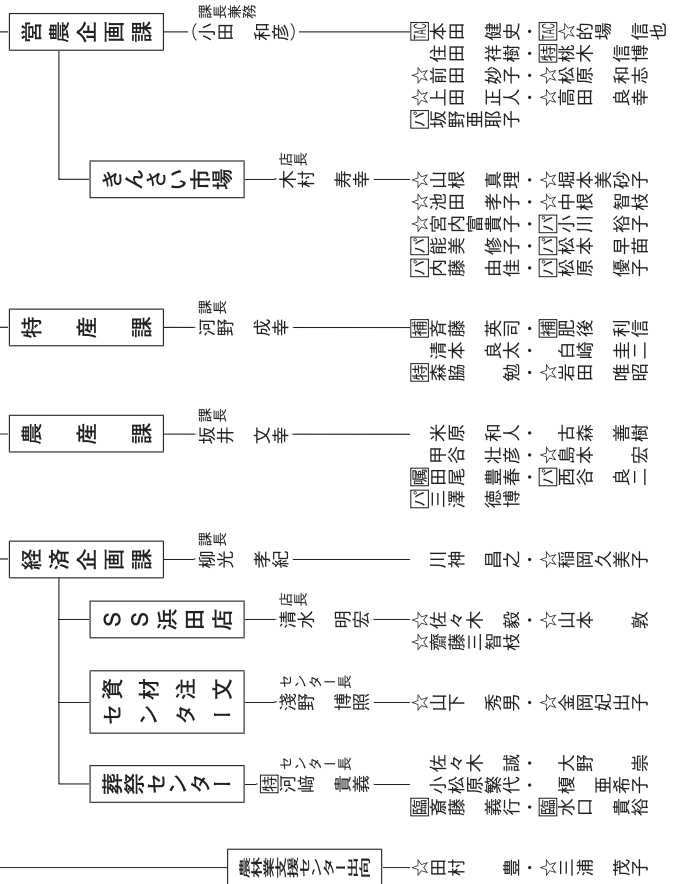
いわみ中央地区本部配置図

- 地区本部長 井上 宗治
- 地区副本部長 佐々木 豊

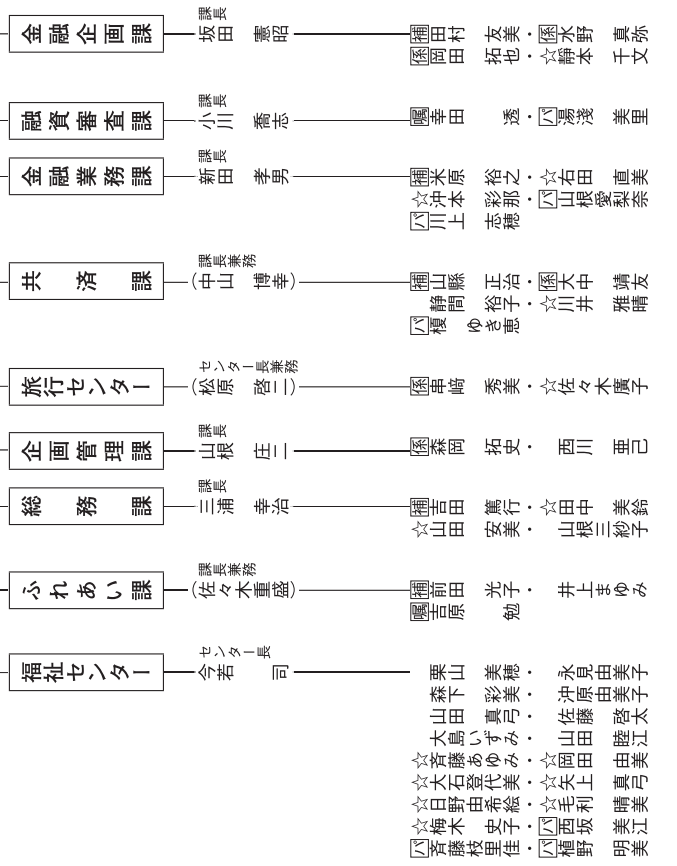
- 本店勤務者**
- 融資部 融資課 課長 笹田 佳
 - 貸付課 課長 山本 泰介
 - 共済部 共済指導課 課長 佐々木 尾光代
 - 人事部 人事課 課長 横山 幹
 - 内部監査部 課長 坂本 雄章

- 共済運出向**
- 課長 竹田 稔
 - 課長 川本 領二

- 営農経済部**
- 部長 大堂 和敏
 - 次長 佐々木 清繁
 - 次長 小田 和彦



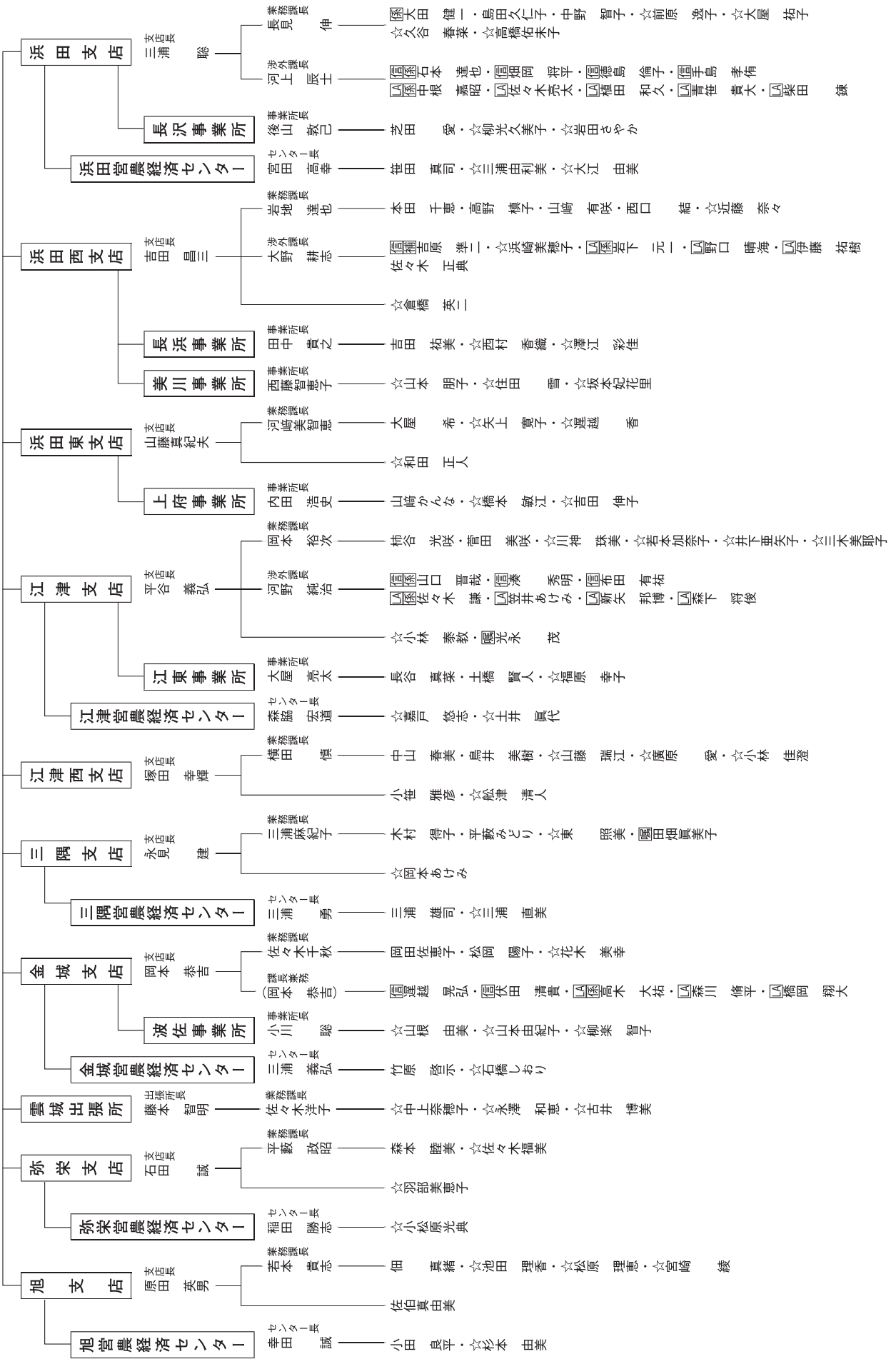
- 金融共済部**
- 部長 松原 啓二
 - 次長 中山 博幸
- 企画総務部**
- 部長 佐々木 重盛
 - 次長 阪本 稔
 - 補佐 養庵 正宏



- 圃 補佐
- 圃 係長
- 圃 信用渉外
- 圃 共済専任渉外
- ☆ 准定期職員
- ☆ 特別職員
- 圃 八丁職員
- 圃 嘱託職員
- 圃 臨時職員

平成30年4月1日現在

いわみ中央地区本部支店配置図



秋・石見空港発着 **FDA** 直行チャーター便で行く!!

ベストシーンが 3泊とも2名様より1部屋ご用意 協賛:秋・石見空港利用拡大促進協議会

花咲く利尻・礼文・稚内 ゆったり周遊 4日間

旅行実施日 平成30年 7月18日(水)~21日(土)

申込金 30,000円(旅行代金に充当します)
 申込締切日 平成30年6月27日(水)(ただし、満席になり次第締め切らせていただきます)
 食事条件 朝食3回、昼食3回(弁当含む)、夕食3回
 添乗員 秋・石見空港より同行し旅程管理業務を行います。
 利用航空会社 フジドリームエアラインズ(FDA)チャーター便
 利用バス会社 宗谷バス 又は同等クラス
*弊社「貸切バス事業者リスト」当社ウェブサイト(http://ntour.jp/pdf/buslist.pdf)をご覧ください。当社支店へご請求下さい。

A ゆったり周遊観光コース

宗谷岬 イメージ

サロベツ原生花園 イメージ

姫沼 イメージ

旅のポイント

- 秋・石見空港より直行チャーター機利用。約2時間半で最果ての稚内へ!通常は千歳空港から稚内までバスで6時間かけて移動しますが、今回は直接稚内に入るカラダに優しい行程です。
- このコースで登場した秋・石見の絶景をたっぷり堪能いただけます!
- 稚内では数少ない温泉大浴場のあるホテルに宿泊します!

旅行代金 (大人お1名様、2名様1室利用、秋・石見空港発着)(税込)

169,800円

募集人員 66名様 (最少催行人員56名様)

利用予定ホテル

1:3日 稚内:稚内グランドホテル
 2:2日 利尻島:利尻マリンホテル 又は同等クラスホテル

*1人部屋追加代金、27,000円(3泊) ※おひとり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1人部屋の追加代金を申し受けます。

コース表	入場観光	下車観光(施設には入りません)	車窓観光	食事
1	秋・石見空港(午後) → 稚内空港(夕刻) = 日本最北端の地 宗谷岬 = 稚内(泊)(夕刻)	FDAチャーター機	※晴れた日にはサハリン岬	夕
2	ホテル(朝) → 稚内港 → 香深港 = 桃岩・猫台展望台 = 地蔵岩・元地海岸 = 江戸屋山道 = スコトン岬 = スカイ岬 = 武ちゃん寿司(昼食) = 香深港 → 鷺泊港 = 姫沼 = オタマリ沼 = 仙法志御崎公園 = 利尻島(泊)(夜)	ハートランドフェリー	※メソノ原石があるかも ※絶景ポイント ※礼文島北端	朝 昼 夕
3	ホテル(朝) → 鷺泊港 → 稚内港 = ノシャップ岬 = 稚内公園 = 夢食館北市場(昼食) = サロベツ原生花園 = 稚内(泊)(夜)	ハートランドフェリー	※秋の夕景が素晴らしい ※秋の夕景が素晴らしい ※秋の夕景が素晴らしい	朝 昼 夕
4	ホテル(朝) = 稚内副港市場 = 稚内空港(午前) → 秋・石見空港(午後)	ハートランドフェリー	※お弁当当選 ※FDAチャーター機	朝 昼 夕

*ご集合場所:出発時間は出発10日前にお届けする最終旅のしおりでご案内いたします。
 *行程表の時間はあくまでも目安です。交通機関の都合により変更になる場合がありますのでご了承ください。
 *フライト時間はチャーター便のため、大抵に変更となる場合があります。
 *秋・石見空港利用拡大促進協議会助成金制度が利用されている為、お客様自身における運賃補助申請は出来ません。

B 利尻岳登山と観光コース

利尻富士登山 イメージ

観光&登山コースにお申込希望のお客様は、次の装備を自身にご準備いただく必要がございます。

- 登山靴 ● ザック(25~40リットルくらい)
- グローブ ● 雨具 ● 携帯トイレ ● ヘッドランプ ● その他(医薬品、ゴミ袋、行動食、非常食など) ● 水

*3日目利尻岳登山時は専門山岳ガイドが同行いたします。尚、添乗員は2日目鷺泊港到着時より3日目稚内のホテル到着時まで同行いたします。

旅行代金 (大人お1名様、2名様1室利用、秋・石見空港発着)(税込)

179,800円

募集人員 限定 10名様 (最少催行人員4名様)

利用予定ホテル

1:3日 稚内:稚内グランドホテル
 2:2日 利尻島:マリンホテル 又は同等クラスホテル

*1人部屋追加代金、26,000円(3泊) ※おひとり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1人部屋の追加代金を申し受けます。

コース表	入場観光	下車観光(施設には入りません)	車窓観光	食事
1	秋・石見空港(午後) → 稚内空港(夕刻) = 日本最北端の地 宗谷岬 = 稚内(泊)(夕刻)	FDAチャーター機	※晴れた日にはサハリン岬	夕
2	ホテル(朝) → 稚内港 → 香深港 = 桃岩・猫台展望台 = 地蔵岩・元地海岸 = 江戸屋山道 = スコトン岬 = スカイ岬 = 武ちゃん寿司(昼食) = 香深港 → 鷺泊港 = 利尻島(泊)(午後) ※山岳ガイドと打ちあわせ有り(装備・持ち物・タイムスケジュールなど)	ハートランドフェリー	※メソノ原石があるかも ※絶景ポイント ※礼文島北端	朝 昼 夕
3	ペンション(早朝) → 利尻北麓野営場 → 日本最北端の百名山 利尻岳(利尻富士) → 利尻北麓野営場 = 鷺泊港 → 稚内港 → 稚内(泊)(夜)	登山開始、標高210m 山岳ガイドあり 標高1721m 山岳ガイドあり	※登山開始、標高210m 山岳ガイドあり 標高1721m 山岳ガイドあり	朝 昼 夕
4	ホテル(朝) = 稚内副港市場 = 稚内空港(午前) → 秋・石見空港(午後)	ハートランドフェリー	※お弁当当選 ※FDAチャーター機	朝 昼 夕

*ご集合場所:出発時間は出発10日前にお届けする最終旅のしおりでご案内いたします。
 *行程表の時間はあくまでも目安です。交通機関の都合により変更になる場合がありますのでご了承ください。
 *フライト時間はチャーター便のため、大抵に変更となる場合があります。
 *秋・石見空港利用拡大促進協議会助成金制度が利用されている為、お客様自身における運賃補助申請は出来ません。

便利な秋・石見空港 リムジンタクシーのご案内

2021年開始の予約受付、予約受付時間:12時~20時(平日)

- 浜田駅 → 秋・石見空港 片道 2,000円(税込)
- 三 輪 → 秋・石見空港 片道 1,000円(税込)

ご利用の流れ

乗客希望日の前日午後0時までに、次の電話番号へお客様自身にてお申し込みください。
 【秋・石見空港リムジンタクシー】予約受付
 TEL:0855(23)1188 Fax:0855(28)7280
 リムジンタクシーに関するお問い合わせは、秋・石見空港利用拡大促進協議会まで TEL:0855(23)0390

総合ポイント対象旅行

おさいふカード

JALまね 総合ポイントカードのある旅行は、本ポイント付と対象の商品となります。(両面コース対象です)

旅行条件(要約)

本旅行は次の条件に基づきます。

この旅行は(株)農協観光(観光庁長官登録旅行業第939号、以下「当社」といいます。)が企画・募集する旅行であり、この旅行に参加されるお客様は当社と募集型企画旅行契約を締結することとなります。

その他の旅行条件は、下記のとおりです。

●旅行代金に含まれるものは次のとおりです。
 旅行日程に明示した航空・船・鉄道等利用交通機関の運賃、旅行日程に含まれる送迎(バス)等の料金、旅行日程に明示した観光の料金(バス料、入場料、宿泊の料金、車・船・タクシー料、食料の料金、手荷物の運賃料金、団体行動中の付、添乗員の手荷物の運賃料金、その他、これら以外の費用はお客様の都合によりお支払いとなります。)

●旅行の申込みと契約の成立時期及び旅行代金の支払について
 参加お申込みの届、当社所定の旅行申込書にご記入の上、右記の申込金をお支払い下さい。お申込金は旅行代金お支払い込みの滞りなくお支払いさせていただきます。

国内旅行保険加入のおすすめ

お客様が国内旅行行程中に、急遽かつ偶然な外来の事故でけがをした場合、多額の治療費、送迎費等がかかることがあります。また、事故の場合、加害者への賠償金請求や借財金回収が困難な場合があります。これらのリスクを、また、死亡・後遺障害等を補償する国内旅行保険に加入 yourself でお入れなれることをお勧めします。国内旅行保険については、弊社係員にお問い合わせください。

取消日	取消料
旅行出発日の前日より起算して21日前まで	無
旅行出発日の前日より起算して20日~8日前まで	旅行代金の 20%
旅行出発日の前日より起算して7日~2日前まで	旅行代金の 30%
旅行出発日の前日	旅行代金の 40%
旅行出発日の当日	旅行代金の 50%
旅行開始後及び無連絡不参加	旅行代金の 100%

●旅行条件の基準 この旅行条件は平成30年3月16日現在の運賃料金を基準としています。

旅行のお問い合わせ・お申し込みは

【株式会社農協観光代理業】観光庁長官登録旅行業第939号

JALまね いわみ中央旅行センター

☎0855-22-8820

総合旅行業務取扱管理者 串崎 秀美

島根県知事登録旅行業者代理業第17号 (お申し込みは上記の旅行センターへお願い致します)

旅行企画・実施・お問い合わせ・お申し込みは

NOKYO TOURIST CORPORATION

一般社団法人日本旅行業協会 正会員 観光庁長官登録旅行業第939号

株式会社農協観光

浜田支店 TEL 0855-22-1536

T697-0026 浜田市田町1674 第2オリンピアビル2F 総合旅行業務取扱管理者/小菅 保樹

総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取り扱う支店の取引に関する責任者です。このご旅行に関してご不明な点がありましたらご連絡ください。取扱管理者におたずね下さい。
 ※お客様の状況によっては、当期の予約内容にない変更、特別対応、追加が必要となる可能性があります。詳細は別途お申し込み(旅行条件説明書)の3.お申込み条件/行程の3.3.特別対応/追加が必要となる可能性がある方は、ご相談させていただきます。必ずお申し出ください。写真は全てイメージです。

キラリ いー顔！

コーラス あざみ会



コーラス あざみ会は、平成23年6月に結成し、浜田市金城町の今福・久佐・美又の3地区の歌が大好きな40代～70代約15名が集まり活動をしています。
 会名の由来はあざみの花言葉にある、「私たちをもっと知って下さい」からきており、『まっ—るく』『楽しく』『仲良く』をモットーに日々活動をしています。
 主な活動内容は、毎月1回公民館に集まりコーラスを行うほか、地域の文化祭や老人ホームへ訪問しコーラスの発表も行っています。

【お問い合わせ先】久佐公民館 TEL0855-42-2666

福祉センター通信

～JA福祉用具貸与からのお知らせ～

今回はとってもしゃべり薬箱「スマイルメディくん」を紹介します。

◆◆ 基本機能 ◆◆

約600種類の「健康会話」をお話ししてくれます。健康に関する雑学、食べ物、睡眠、ことわざ、運動、早口言葉など健康生活に役立つ、ボリュームたっぷりの内容をたくさんお話ししてくれます。



朝の「おはよう」から夜の「おやすみ」まで…
 メディくんと一緒に楽しい健康生活を送りましょう!!



健康に関する豆知識から、薬の飲み忘れ防止お知らせサインまで…様々な日常生活シーンで、メディくんがたくさんアドバイスをしてくれます。本体背面トレイに設けたお薬収納ケースに1日分のお薬を収納することが出来ます。(※お薬の種類によっては、全量収納できない場合がございます。)

価格¥6,264 (税込)

詳細は福祉センター 佐藤にお問い合わせ下さい ☎0855-22-8918

年金相談会

4月24日(火) 江津西支店

午後3時～午後7時まで

4月26日(木) 美川事業所

午後3時～午後7時まで

はじめての方や、現在受けている年金で聞いてみたい事などがありましたら、お気軽に相談できます。
 秘密は固く守られますので、どうぞお気軽に近くの会場にお越し下さい。

人事異動

異動 平成30年4月1日付

竹田 稔

(いわみ中央地区本部 企画総務部付 全国共済農業協同組合連合会島根県本部へ出向)

川本 領二

(同右)

採用者 平成30年4月1日付

小林 佳澄 (江津西支店)

三澤 徳博 (宮農経済部)

退職者 平成30年3月31日付

高羽 まゆみ (依願退職)

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。

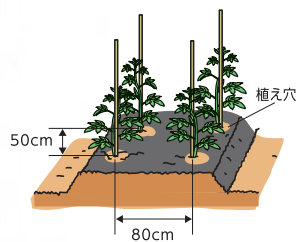
独特の粘りがあり、夏のスタミナ補給にうってつけの野菜として知られています。食べ方は刻んで生のままでだけでなく、ゆでたり炒めたり、サラダやてんぷら、みそ漬け、かす漬けにと、使い道が広いのも魅力です。

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



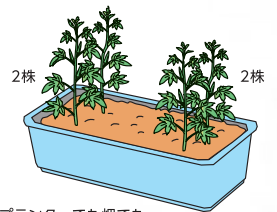
でもプランターでも、1カ所に2株ずつ植えることを勧めます。前半は葉もあまり込み合わないのので、これでちょうど良いのです。

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。

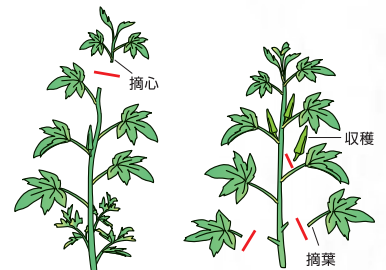
半月に1回、1株当たり小さじ1杯ぐらいの化成肥料を追肥します。

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



株が大きく育ったら
主枝を摘心し側枝を
伸ばす

果実を取ったら
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つとび!
- 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!

出雲縁結び空港 (Izumi) → **函館空港** (Hakodate)

通常は定期便利用で(乗継時間も含め)4~5時間かかるころ、**往復とも函館まで直行チャーター便利用で楽々!!**
(D・E・Fコースは乗継のみ利用)

【往路】約1時間45分
【復路】約2時間

あなたの視野を
また開けていない
旅がもっとあつがるはず!!

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)	129,800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)	129,800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)	129,800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)	129,800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!

Tour 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 直道（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。

