

JAしまねびより

2018

11

November Vol.32

特集 島根のいいもの再発見!! 「出雲市 ブロccoli」 出雲地区本部



立久忠峡 (出雲市)

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



【出雲市 ブロッコリー】

11月は、出雲地区本部。出雲市平田地区で、ブロッコリーの生産に取り組む、出雲ブロッコリー一部会長、稲田輝夫さんにお話しをお伺いしてきました。



秋冬作のブロッコリーは、赤とんぼが舞うこの時期からいよいよシーズンが始まる。

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！

ブロッコリーの生産を始めたきっかけを教えてください。

私の農地がある平田地区ではブロッコリー栽培が昔から盛んで「かあちゃんブロッコリー」の愛称で親しまれています。旧平田市では古くから、水田の転作野菜として、当時はそれほど有名ではなかったブロッコリーを栽培してきました。お父さんの農業を手伝いながら、お母さん（かあちゃん）が畑の片隅で栽培したのが名前の由来です。手間の割には単価が比較的高かったので栽培する人が徐々に増え、主力の品目となりました。私は春に50a、秋に1・6ha栽培しています。部会は立ち上げて今年で31年目になり、部会員は約70人で面積計58ha、大半が平田地区にあるほか大社や高松地区でも生産しています。

どのように栽培するのですか？

農地は水田だった場所なので地下水が高い位置にあり、根腐れする恐れがあるので、管理機で高うねを作って苗を植えます。品種は全国的に普及している「おはよう」です。種を播（ま）いてから概ね95日で収穫できる品種ですが、暑さ寒さなど天候によって85日から140日と栽培日数には幅があります。大きくになると地面から40cm位の



高うねを作った栽培が、現在この地域での主流となっている。



「おはよう」は技術的に確立されている品種で、発芽率も高く栽培に適している。

所に、ブロッコリーの花芽が集まった頭ができます。頭の直径が12.5〜13.5cm、頭からの長さ16cm位の部分を包丁で切って収穫します。余分な葉や長さを整えた後、そのまま集荷所へ持ち込みます。集荷所では専属のスタッフが花芽の量や形を見極め、3つの規格に分けて箱詰めし出荷します。「かあちゃんブロッコリー」の名称で県内はじめ、関西に出荷。とくに関西では契約栽培が50%余りを占めています。



想像より高い位置にブロッコリーがなることなど、圃場で様々なことを教えていただきました。

大変なことや苦労する点 などありますか？

大きさを確認しながら、規格サイズのブロッコリーを一つ一つ包丁で丁寧に切り取る収穫は、時間と体力が必要で、朝2〜3時の暗いなか、帽子に懐中電灯を付けて収穫し、8〜9時ごろまでには集荷所にブロッコリーを運びます。多い時は軽トラットの荷台いっぱいになります。雨や雪が降っても収穫しなければなりません。ただキャベツなど大きく重たい野菜に比べると、軽量なので扱い易いと思います。収穫は大変ですが、同時に皆さんに美味しいブロッコリーを届けられると思うと、一番嬉しいのもやはり収穫する時です。去年は台風が多く定植が遅れたほか病気が発生し、部会全体で約12ha分が収穫できませんでした。契約栽培が多いので規格通りの綺麗な形のものを一定数、継続して出荷しなければなら

ず、品質の維持にはとくに気を遣っています。

かあちゃんブロッコリーの 評判はいかがですか？

出雲のブロッコリーは品質に大変こだわっているのですが、他産地のブロッコリーと比べて美味しいと高評をいただいています。花芽がたくさん詰まり、同じ形状で房っているブロッコリーが美味しく、規格も高くなります。規格は、高い順から赤秀、青秀、優と3つあり、出雲の青秀は他産地の赤秀と比べても見劣りしないと市場関係者がうなるほどです。美味しくなるよう、肥料などの土壌管理を徹底して生産者全員が熱意を持って育てています。かあちゃんブロッコリーは柔らかいながらもシャキッとしているブロッコリー独特の食感を十分に味わっていただけたらと思います。茹でて食べるのが一般的ですが、茎を薄くスライスし



土壌管理など日々手塩に掛けて育てることが、市場の評価につながっている。

て金平（きんぴら）で食べても美味しいです。

現状の課題や今後の展望 を聞かせてください。

温暖化が進み、気候も変わってきました。違う品種を



現状に満足することなく、様々な変化に対応できるよう品種試験をはじめとした努力は惜しまない。

ブロッコリー —ロメモ

ブロッコリーはアブラナ科の緑黄色野菜で白菜やカリフラワーなどの仲間。ヨーロッパ原産のキャベツの一種を品種改良したもので、ヨーロッパなどでは「1つしか野菜を食べないなら、ブロッコリーを選べ」と言われるほど野菜のなかでも栄養価が高い。ビタミンやミネラル、食物繊維、葉酸など多くの栄養価を含む。なかでもビタミンCは突出しており、ブロッコリーを2、3房食べるだけで1日のビタミンCの必要量を摂取できるといわれるほど。長年、高品質なブロッコリーを出荷している出雲産は、契約栽培が60%に迫る勢いで、市場の評価は極めて高い。

今回ご紹介したブロッコリーに関するお問い合わせは、
JAしまね出雲地区本部
東部営農センター
☎ (0853-62-9059) まで

何十種類と試し将来を見据えて品質を維持できるように、試験栽培を平行して行っています。また、猛暑が続く時期に品質が劣化しないよう製氷機を導入し、水を詰めて出荷することも考えています。今後は平田地区の宍道湖西岸地区で国営の農地再編整備事業が実施されます。今の水田だった農地では高うねを築いて栽培しなければならず、10aあ



農地再編により収穫量の増加が見込めるほか、担い手の育成といった未来を見据えた事業も計画されているとか。

たり4,000本前後定植していますが、整備された畑であれば、うねを作る必要がなく約6,000本植えることができます。ほ場の整備が進めば、収量も効率良く増やせます。面積は春作・秋冬作合わせて現在の58haから100haに規模を拡大したい考えで、念願だった出荷額2億円の突破に向けて努力を続けています。



部会長の今後に対する熱い思いがひしひしと感じられるインタビューとなりました。

／ 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。

「販売戦略室」の紹介

JAしまねは、本年3月に「販売戦略室」を立ち上げました。これまで各地区本部単位で販売を行ってきた課題を踏まえ、卸売市場等の規定ルート以外への販売先開拓や商談強化を目的に、(株)JAアグリ島根、JA全農グループ等と連携して次のことに取り組んでいます。

- 販売先情報（取引先要望など）を基に産地へ企画提案
- 新規品目・加工品・希少商品等の新たな販売ルート開拓
- 地区本部連携による販売により、島根県産品の販売強化
- ネット通販の拡充と輸出対策窓口機能の発揮

また、各地区本部からの要望により新規販売先へ値決め販売等の提案商談も実施しています。

立上げからこれまでの取り組みの一部を報告します。

- 銀座三越みのりみのるマルシェでの農産物PR
- 広島駅「みのる食堂」への農産物供給と「みのりカフェ」での加工品販売
- お好み焼き店への食材値決め販売
- 台湾・香港など東南アジアへの果実を中心とした輸出提案



広島駅 みのる食堂、みのりカフェ



銀座三越でのPR



海外でのシャインマスカット販売PR



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」に取り組んでいます。

坂本 さやかさん

坂本さやかさんは大田市大代町で水稻栽培、和牛繁殖を基本とした経営を両親とともにしています。

坂本さんは、勤めていた金融機関を退職後、平成29年度より地元農家で農業研修を行い、平成30年4月に新規就農しました。

同町は昔から畜産が盛んな地域でしたが、高齢化により、畜産農家が減少しています。そんな中、坂本さんの就農は地域にとって明るいニュースの一つです。



今年度、JAしまね農業振興支援事業「新規就農者の施設等整備支援」を活用し、牛舎、ビニールハウス建築、繁殖雌牛の導入に取り組み、経営の規模拡大を図っています。



また、ビニールハウスでは、ミニトマトを栽培する予定です。

坂本さんは「父の農業経営を継承し、肉用牛の規模を拡大。また、新たに野菜栽培にも取り組み、複合的で安定した経営を目指したい」と抱負を語りました。



理事会情報 (9月28日開催)

協議事項

- ① 信用事業方法書の一部改正について
- ② 組合と理事との取引（契約）の承認について
- ③ 自己改革の今後の取り組みについて
- ④ 臨時総代会への附議議案について
- ⑤ 臨時総代会の実施及び地区本部総代説明会の開催について
- ⑥ 臨時総代会にかかる「総代会参考書類」および「議決権行使書」の取り扱いについて
- ⑦ 「JAの自己改革に関する組合員調査」（本番調査）の実施について

（紙幅の関係上、報告事項は省略いたします）

臨時総代会に関する情報について

平成30年11月8日(木)に開催した臨時総代会に関する情報は、JAしまねびより12月号へ掲載いたしますので予めご了承ください。

雲南

平成最後の新嘗祭に献上 農事組合法人すがやの錦織代表

五穀豊穡に感謝する宮中祭祀「新嘗祭」を11月23日に控え、10月25日には東京都千代田区の皇居で献穀献納式が執り行われました。島根県からは献穀者として選ばれた農事組合法人すがやの錦織満代表（65）をはじめ3人が参列しました。

新嘗祭では、天皇陛下が皇祖はじめ神々に新穀をお供えし、神恩を感謝された後、御自らもお召し上がりになります。宮中恒例祭典の中の最も重要なものとされており、天皇陛下自らご栽培になった新穀もお供えになります。

式の最初に天皇皇后両陛下がお出ましになり、労いと励ましのお言葉を述べられました。錦織さんは「栽培管理に努め1粒1粒丁寧に選別しこの日を迎えた。宮中の門をくぐる際、胸に響く厳粛な雰囲気を感じ、平成最後の献納式に参列できて感無量」と話しました。



献穀米を手にする錦織代表（右）と古居副代表

くにびき

秋晴れの下、ゴルフで交流を深める 第2回くにびき本部長杯ゴルフコンペ開催

くにびき地区本部は10月4日、「第2回JAしまねくにびき地区本部長杯ふれあいゴルフコンペ」を玉造温泉カントリークラブで開催し、西津田の大谷誠さん（56）が優勝に輝きました。

同コンペは、組合員・利用者の健康増進と交流促進を図りながら、JA事業への理解を深めてもらおうと、昨年に続き開催しました。

当日は、20組78名が参加。珍プレーや好プレーもあり、互いに声を掛け合いながら、終始なごやかな雰囲気が進み好成績を収めた大谷さんが、優勝に輝きました。

閉会式で、栗原令本部長は「昨年と違い秋晴れの下でのプレーは、気持ち良かったと思う。今後もこのコンペを続け、ゴルフを通じて交流を深めたい」と話しました。参加者は、「昨年も参加したが、初対面の方と交流を深めることができ良かった。是非、また参加したい」と笑顔で語りました。



栗原本部長（右）からトロフィーを受け取る大谷さん（左）

隠岐

ゲートボール大会を開催

平成30年10月14日（日）、地域住民を対象とした第4回JAしまね隠岐地区本部親善ゲートボール大会を、隠岐の島町総合グラウンドにて開催しました。朝方には雨がぱらつき心配しましたが、大会が始まる頃には晴れ模様となり、無事大会を開催することができました。

例年であれば8チーム前後の参加がありますが、当日は地区の行事と重なったこともあり参加チームが5チーム（選手29名）と、例年より規模が小さい大会となりました。競技では、総当たり戦を行う中、連続4試合を行うチームもあり、熱気あるプレーを展開していました。

この大会は、統合前のJA隠岐当時から開催しており、通算では今回で18回目となる大会です。地域の活性化のために今後とも継続していきたいと思えます。



やすぎ

やすぎ恋花まつり 開催

やすぎ花卉部会は9月6・7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。

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の無料体験を行い、多くの家族連れで賑わいました。また地元幼稚園・保育園児が描いた花の絵と5日に開催された「やすぎの花」品評会の花の展示、消費者による品評会の花人気投票など、華やかな会場に大勢の人が訪れました。アレンジメント体験に参加した子どもは「アレンジメントができて楽しかったです」と話しました。

同部会の部会員は「安来は古くからの花の産地で、今はベテランから若手の農家が多種多様な花を栽培しています。こういった花と人が直接ふれあうイベントを通して、花を日常に取り入れていただければと思います」と話しました。



斐川

「米米（まいまい）田んぼ」で収穫作業

10月2日、出雲市とJAしまね斐川地区本部は、食農教育活動の一環として、荘原小学校と中部小学校の5年生117名を対象に、農事組合法人 上直江ファームが管理する学校給食米専用田「米米（まいまい）田んぼ」で、児童たちが5月に植えた「きぬむすめ」の稲刈り体験学習を行いました。児童たちは、鎌の使い方を教わり、2人1組で稲刈りと稲の結束作業を行いました。圃場へ入ると夢中で作業する児童や、「腰が痛い!」と作業の大変さをあらわにする児童も見受けられました。作業を終えると児童代表が「このような大変な作業があってお米ができるのを知りました。感謝して残さず食べます。」と体験により感じたことを述べ、農業現場の苦労や、農業が自分たちの食を支えていることを学びました。



役割分担しての作業風景

石見銀山

3地区本部女性部合同研修会／石見銀山遺跡研修会

出雲、斐川、石見銀山地区本部の3地区本部女性部は10月1日、合同研修会を開催し、97名が参加しました。

ホスト組織であるJAしまね石見銀山女性部の森脇岸江部長は「今年も島根県中部の女性部が集まり、一緒に活動することができて嬉しく思う。石見銀山には、まだみなさんの知らない魅力が沢山あるので、楽しんで町並みを散策して欲しい」と語りました。

この研修会は、各地の魅力を新たに発見するだけでなく、3地区の女性部が活動をともにすることによって、組織の垣根を越えた仲間作りのきっかけにもなっています。

当日は、観光客を案内する石見銀山ガイドも協力し、武家屋敷や城上神社等を案内しました。

石見銀山最盛期中世の面影を色濃く残す町並みを参加者は和気あいあいと散策しました。

その他にも、希望した参加者は一般公開されている坑道「龍源寺間歩」を訪れ、ガイドの話に耳を傾けながら、石見銀山が作ってきた歴史を学びました。



ガイドの話に耳を傾ける参加者

隠岐
どうぜん

自転車交通安全教室開催

9月21日、西ノ島支店管内西ノ島小学校・中学校の校庭で、浦郷警察署とJA共済連島根の協力の下、自転車交通安全教室を開催しました。

この教室は中学生・高校生を対象に、プロのスタントマンらが危険自転車走行による自転車事故の再現実演を実施し、事故の怖さを目に訴えることで交通安全の重要性を説くことを目的としています。今回は、一昨年校舎の老朽化・耐震問題により小中一体校舎となったことから、自転車を利用する幅広い年齢層の交通安全意識を高める機会にしてもらおうと、小学校高学年以上を対象として開催しました。スタントマンが車にはねられ宙を舞うと、参加者から大きなよめきが起こり、交通ルールを守る大切さを改めて実感することができました。小学生には多少ショックが強かった場面もありますが、大変有意義な交通安全教室となりました。齋藤浦郷警察署長からは子供の頃の実体験をお話いただき、また同校の山中慎嗣校長先生から「実演を含め参加者に交通ルールの大切さを実感させることができました。」と感謝の言葉をいただきました。



出雲

今年も直売所がオープン JAしまね出雲平田柿部会

JAしまね出雲平田柿部会が特産「ひらたの柿」を販売する直売所が、今年も10月12日にオープンしました。同直売所では、昨年からの新規顧客の開拓をねらいネット販売も行っています。

直売所では、選果場から直送される旬の柿を販売しています。「伊豆」が10月下旬頃、「西条」の合わせ柿は11月10日頃まで販売され、現在は甘柿「富有」が最盛期を迎えています。11月下旬からは高品質な冷蔵品「柿三昧（干柿、西条、富有の詰め合わせ）」の注文も受け付けます。「あんぽ柿」「柿の葉茶」などの加工品も販売し、12月下旬まで営業します。

営業時間は毎日午前10時～午後4時まで。期間中は休まず営業します。問い合わせはJAしまね出雲ひらたの柿直売所、(電) 0853 (62) 2960 (ファックスも) まで。



平田野菜集荷所の一角で営業

西いわみ

高津川一斉清掃に参加しました

JALまね西いわみ地区本部は10月14日、高津川の一斉清掃活動に参加しました。高津川一斉清掃活動は、高津川流域の住民団体の一つである高津地区連合自治会が2012年から始めたもので今回が7回目です。

同地区本部の管内を流れる代表的な河川として、流域の農業や生活に深く関わっていることから、環境美化や地域貢献活動の一環として毎年参加しています。

当日は益田市内の企業や学校、団体、行政から22団体が参加し、川の両岸に分かれて高津川下流域の一部約2キロの河川敷を一斉に清掃し、ゴミや空き缶などを拾い集めました。参加したJA職員の一人は「今年は高津川が映画の舞台に選ばれたと聞き誇らしく思う。大切な高津川をこれからもきれいにしていきたい」と感想を述べました。



本店

7月豪雨被災地へ義援金贈呈

JAグループ島根は10月9日と11日に、今年7月の西日本豪雨で特に被害が大きかった県内の地域に義援金を贈呈しました。復旧・復興の支援に役立ててもらおうと、役職員や関連団体からの募金で集まった300万円を、邑智郡美郷町と川本町、江津市へ贈りました。

9日にはJA島根中央会の竹下正幸会長やJALまね島根おおち地区本部の日高光弘本部長らが、JAグループ島根を代表して美郷町役場を訪ねました。竹下会長は同町の岸本建夫副町長に「JAグループとして、少しでも支援できれば幸い。町民の皆様のため、お役立てください」と目録を手渡し、受け取った岸本副町長からは「この度の水害では農地の被害が大きく、町として復旧支援にあたっている。今回の義援金を有効活用したい」とのお言葉をいただきました。

JAグループ島根は1日でも早い復旧に向け、引き続き支援に取り組んでまいります。



島根おおち

畜産課で地元高校生が職場体験

10月9日(火)～12日(金)までの4日間、地元矢上高校産業技術課の2年生3名がJALまね島根おおち地区本部畜産課にて職場体験を行いました。この職場体験は授業の一環として、産業現場での知識や技能の習得、職場マナーや勤労の大切さを学ぶとともに、将来の進路を考える参考にするための実体験を目的に行われています。

参加した生徒は、当地区本部の肥育センターで、えさやり、飼料配合、畜舎の清掃、牛の体調管理といった作業を体験し、また管内畜産農家へ訪問を行い見学や作業体験を行いました。

職場体験をした生徒は「楽しく職場体験をすることができました。最終日に牛の出産に立ち会えたことがとても印象的で、本当に貴重な体験になりました。将来は牛に係わる仕事に就きたいです。」と話していました。



いわみ中央

浜田のトマトを全国に!!

浜田市金城町の大規模農業団地「元谷団地」で、TC浜田農場(野村利彦社長)の大玉トマト初出荷式が開かれました。同農場は、平成29年より大型ハウスを建設し桃太郎トマトの栽培に取り組んでいて、このたび最初の収穫期を迎えました。この大型ハウスは、島根県内有数の規模で、溶液栽培システムにより、市場で大玉トマトが品薄となる時期の9月から翌年2月までを含め、長く出荷できることが特徴です。来賓あいさつで、浜田市の久保田章市市長は「トマト農場は、周年栽培ができる。地域での販売と同時に全国にも販売していただき、浜田をトマトの一大産地に育て上げてほしい。従業員の雇用確保の面でも感謝する」と話されました。出荷先は、県内や山口県、和歌山県などで、大手スーパーとの取引を見込んでいます。初出荷式では関係者約50名が試食し、段ボール詰めされたケースを野村社長が運転手に手渡し、トラックを見送りました。



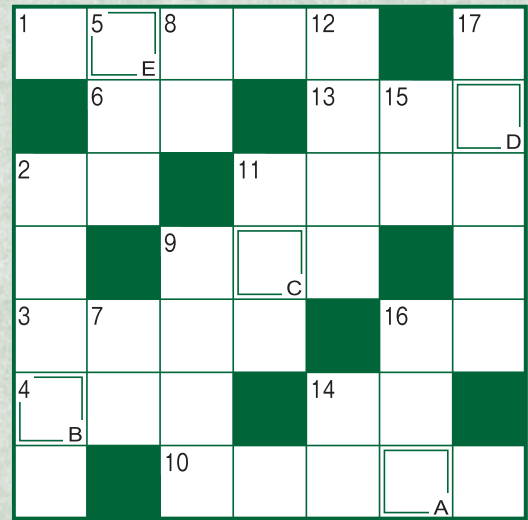
タテのカギ

- ② 磐梯山の南側にある——湖
- ⑤ タマチシャとも呼ばれる野菜
- ⑦ 建物の壁を覆うこともある植物
- ⑧ 悪の反対語
- ⑨ 歳末大売り出しの——で2等が当たった
- ⑪ 陰暦12月の異称
- ⑫ 自動車の荷物を入れるところ
- ⑭ 洗濯物をぶら下げます
- ⑯ 棋士が打つもの
- ⑰ 腰に巻いてバックルで留めます
- ⑱ 賛成する人が多い意見を採用すること

ヨコのカギ

- ① サンタさんが靴下に入れてくれるかも
- ② 腰を掛ける家具
- ③ 自動車を洗ってからかけます
- ④ ブームが去った状態です
- ⑥ 牛や豚などの舌の肉
- ⑨ 15歳が志学、30歳が而立(じりつ)なら40歳は
- ⑩ 肉や魚を裁断したときに出る余りのところ
- ⑪ 赤——だから青になるまで待とう
- ⑬ カレー—— ハヤシ——
- ⑭ 地獄谷にいるものは温泉に入ります
- ⑰ それとこれとは話が——だよ

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12月5日（水）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆ 「パンシユウ」



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

ウォーキングのススメ

スポーツの秋ですが、みなさん体は動かしていますか？ウォーキングは誰でも簡単にできる有酸素運動です。過ごしやすい季節、ウォーキングに挑戦してみませんか？

ウォーキングの一番の良さはいつでもどこでもお金をかけずにできることです。また、激しい運動ではないので、性別・年齢問わずに誰でも始められます。ウォーキングの効果は筋肉を動かすことだけでなく、足から脳への刺激、景色や音を感じることも、五感の刺激にもなりといわれています。では、どんな歩き方がいいのか。ウォーキングのポイントをご紹介します。

1. 体全体でリズムカルに歩く。（歩幅はいつもより少し広く歩き、腕を前ではなく後ろに振るようにし、少し息が弾む程度の速度で行うと効果的です。）
2. 視線は上げ、あごは引きます。背中を伸ばし、姿勢よく歩く。（姿勢を正すことで、腰や膝への負担が軽減します。）
3. 膝は伸ばし、つま先を蹴り上げるように進む。（足の裏全体で地面を捉えることが大事です。そうすることでお尻から太ももの裏側にかけての筋肉がしっかり動くようになります。）

以上のポイントに気をつけながら歩くことで、効果もガンとアップします。

いつ行ってもよいですが、食後30分以上は空けてからにしましょう。食べ物の消化吸収に負担がかかりません。また、ウォーキングシューズも大切です。紐で結べるもの、つま先に1センチ程度は余裕があり窮屈ではないサイズ、土踏まずがピタリとフィットしたもの、靴底にある程度の厚みのあるもの、などを選ぶと良いです。健康効果を望むなら1日10分からでも効果があり、美容効果を望むなら1日30分から行うとより効果的です。自分に合ったやり方で、ぜひこの秋の運動にいかがでしょうか。

170トン目標に西条柿初出荷



J Aしまねいわみ中央地区本部は、浜田市内村町にある柿選果場において西条柿出荷式を開催しました。来賓に西部農林振興センター・浜田普及部【秦智秋部長】、浜田市産業経済部【田村洋二部長】の出席を得て、生産者ら70人が参加しました。



開会のあいさつで西条柿生産組合【稲垣薫組合長】は、「今年の夏は猛暑で雨が少なかった。玉太りは、小ぶり傾向であるが、糖度は高い。今年度は、出荷量170トン、総売上げ高5,500万円を目標に生産者とJ Aと一丸となって、多くの消費者の皆様にご食べていただけるようPRし出荷に取り組みたい。」と話されました。

また、井上宗治地区本部長は「今J Aは自己改革を実践している。その中で農業者所得の増大、農業生産の拡大をめざし、1円でも高く売れるよう、地域農産物をしっかりPRしてほしい。目標170トンをめざしがんばりましょう。」と生産者を激励しました。

当日は、目あわせ会も併せて開催されました。

石見小学校の児童が「きんさい市場」で学習



10月10日（水）、浜田市立石見小学校2年生の6名のグループが地域学習授業で「産直きんさい市場黒川店」を訪問しました。この日、石見小学校の2年生は生活科の授業でいくつかのグループに分かれ、市内の会社や事業所を訪問し、経営者や従業員に質問をして地域学習をしました。「きんさい市場」では、「J Aはどんな仕事をしていますか?」「良く売れている商品はなんですか?」「野菜などの商品はどこから入荷するのですか?」など、一人ひとり質問していました。対応した木村寿幸店長は、やさしく丁寧に答えていました。店内を見て回る際、大きな「こんにゃく芋」を見つけて、「この芋からコンニャクになるんだよ」と教えてもらい驚いていました。

終わりにには、ボールペンと消しゴムセットをもらいお礼を言って帰っていきました。

産直きんさい市場に西条柿入荷



産直「きんさい市場」に、旬を迎えた西条柿が入荷し始めました。いわみ中央地区本部管内では、82戸の農家が31haで西条柿を栽培しておられます。西条柿は渋柿ですが、ドライアイスを入れたビニール袋詰めにして、柿のへたの茎にある空洞から二酸化炭素を吸収させ、タンニンと結び付くことで渋味を抜いています。糖度は22度にもなるとも美味しい果実です。「きんさい市場」には、ドライアイスで渋抜きされ食べ頃の西条柿が並んでいます。秋も深まってくると西条柿の加工品「巻柿【柿くうきやく】」あなぼ柿・つるし柿などが店頭に並んで来ます。又、西条柿から出来た清涼飲料水【晩夕飲力】は、飲酒前に飲んでおけば、少し飲みすぎた翌朝もすっきり快調に過ごせます。お酒を飲む機会の多くなるこの時期、併せてお求め下さい。



あぐりニュース

産直トピックス



10月の営農塾 【第4回 10月10日】

10月10日（水）、第4回営農塾が開催されました。今回は天気があまり良くなく、先に圃場で作業した後、座学を行いました。

大根の間引きでは、どれも立派に育っており、皆さんそれぞれ生育を喜んでいました。間引いた大根もおいしく食べられるそうで、皆さんはその大根を持って帰りました。

作業が終わってからは島本講師の座学で、大根の害虫やそれらの駆除の仕方などをみんなまで勉強しました。今育てている作物なのでより熱心に聞いたり、質問したりしていました。

その後、前回植えた春菊の生育を確認し、次回は春菊の栽培を習う予定になっています。

第6回育成塾 【三島ファーム 圃場見学】 【第6回 10月16日】

圃場見学を開催！

10月16日（火）、参加者8名で第6回育成塾の講習会が開催されました。

今回は圃場見学ということで、大きい市場にも出荷もされている大規模農家の三島ファームを見学しました。

まず三島ファームの概要説明を受け、栽培品目やこれまでの歩みなどを簡単に説明を受けました。

その後、実際の圃場を見学していききました。大規模なハウスなどを見て、圧倒されながら、圃場の管理やどのようなスケジュールで栽培しているか、他にも大きな農場としての苦労話など様々な話をされていました。話の合間や気になったことがあったら、その都度参加者も質問したりして興味津々でした。

他にもどうしたら所得向上になるかなど、育成塾でも一つの目標とするテーマについて三島ファームなりの取り組み方などの話がありました。最後には加工場や収穫した野菜を包装するところなども見て、非常に良い刺激を受けていました。

参加者の方々も「参考にできる部分はほとんど取り入れていきたい。」と前向きな意見もあり、メモを取ったり、質問をするなどしていました。



今後の米検査日程（予定）

検査日	検査場所	対象地区
11月20日（火）	石央米倉庫	全域
11月27日（火）	石央米倉庫	全域
12月14日（金）	石央米倉庫	全域
12月25日（火）	石央米倉庫	全域

11月以降の検査は石央米倉庫で集約して行います。
今一度保有米の見直しを………
1袋でも出荷をお願いいたします。





平成30年産米買い入れ実績

◇30年産の作柄

春の天候は良く生育が順調に進みました。10月15日現在の作況指数は、石見地方100と平年並みとなっています。聞き取り調査では、反収が多い生産者は少なく、平年より少ないと言われる生産者の方が多い状況です。夏の猛暑が幼穂形成期にあたり、平場で白未熟粒（基部・背白）が多く等級格下げの大きな要因となっています。集荷目標92,000袋へ向けての集荷運動実施中です。保有米の見直しをしていただき、1袋でも多くの出荷をお願いいたします。

10月19日現在

	等級比率			J A 米									一 般 米				個別流通米①					個別流通米(持ち帰り分)							
	1等	2等	3等	1等			2等			3等	合計	特上	特	1等	2等	3等	合計	1等	2等	3等	規格外	合計	1等	2等	3等	規格外	合計		
				上	通常	高水分	低水分	通常	高水分																			低水分	
管内合計	コシヒカリ	76.8%	18.2%	5.1%	37,183	121	360	233	9,253	182	136	2,375	49,843			692	122	40	854	2,128	90	90	331	2,639	2,933	560	43	3,536	
	ハナエチゼン	84.3%	15.5%	0.2%	134	1,447			292			5	1,878			15	50		65	269				269					
	きぬむすめ	80.4%	17.2%	2.4%	11,232	127	41	109	2,505		32	203	14,249			415	54	54	523	63	11	48	66	188	232	10		242	
	つや姫	83.1%	12.6%	4.3%	3,050	725	60		670				4,735							474				474	115			115	
	その他	44.2%	55.8%													99	125		224										
	酒米		74.1%	25.9%													712	235	947							30	9	16	55
	小計	77.0%	18.4%	4.6%	51,599	2,420	461	342	12,720	182	168	2,813	70,705			1,221	1,063	329	2,613	2,934	101	138	397	3,570	3,280	600	52	16	3,948
	もち米		33.3%	66.7%													223	387	610					96	96	53		70	123
	もち米(契約分)		100.0%														30		30										
	小計		35.6%														253	387	640					96	96	53		70	123
合計	76.2%	18.5%	5.3%	51,599	2,420	461	342	12,720	182	168	2,813	70,705			1,221	1,316	716	3,253	2,934	101	138	493	3,666	3,280	653	52	86	4,071	
浜田市	うるち米	58.8%	32.1%	9.1%	5,578	76	145	25	3,051	113		851	9,839							4	15	28	19	66					
	酒米																												
	もち米		27.1%	72.9%												16	37	53					6	6					
	もち米(契約分)																												
	合計	58.8%	32.1%	9.4%	5,578	76	145	25	3,051	113	0	851	9,839			16	37	53	4	15	28	25	72						
江津市	うるち米	57.8%	33.9%	8.3%	2,909	844	101	114	2,128	45	10	512	6,663			6		6	66	26	32	80	204	315	336			651	
	酒米		54.5%	45.5%																					30	9	16	55	
	もち米		4.0%	96.0%												8	74	82				46	46				70	70	
	もち米(契約分)																												
	合計	55.9%	33.3%	10.8%	2,909	844	101	114	2,128	45	10	512	6,663			14	74	88	66	26	32	126	250	315	366	9	86	776	
三隅町	うるち米	49.0%	38.4%	12.5%	4,354		10	107	3,862	14	134	950	9,431						156	60	67	269	552	571	2	43	616		
	酒米		58.6%	41.4%												78	55	133											
	もち米			100.0%													57	57				23	23						
	もち米(契約分)																												
	合計	48.1%	38.4%	13.5%	4,354		10	107	3,862	14	134	950	9,431			78	112	190	156	60	67	292	575	571	2	43	616		
金城町	うるち米	92.4%	6.6%	1.0%	21,569	210	133	91	1,381		24	144	23,552			841	249	94	1,184	455			18	473					
	酒米																												
	もち米		22.1%	77.9%												40	128	168				13	13						
	もち米(契約分)																												
	合計	91.8%	6.7%	1.6%	21,569	210	133	91	1,381		24	144	23,552			841	289	222	1,352	455			31	486					
弥栄町	うるち米	93.3%	5.2%	1.4%	5,852	164			347			164	6,527			345	46		391	2,200			2,200	2,108	206			2,314	
	酒米		77.9%	22.1%													634	180	814										
	もち米		69.7%	30.3%												62	50	112							53				
	もち米(契約分)																												
	合計	86.0%	10.9%	3.2%	5,852	164			347			164	6,527			345	742	230	1,317	2,200			2,200	2,108	259			2,314	
旭町	うるち米	85.2%	13.4%	1.4%	11,337	1,126	72	5	1,951	10		192	14,693			35	50		85	53		11	11	75	286	26		312	
	酒米																												
	もち米		66.4%	33.6%												97	41	138				8	8						
	もち米(契約分)		100.0%													30		30											
	合計	84.2%	14.1%	1.7%	11,337	1,126	72	5	1,951	10		192	14,693			35	177	41	253	53		11	19	83	286	26		312	



教えて野菜作り!

2018年11月号



秋野菜を元気に冬越し

晩秋にもなり、せっかく育てたたくさんの野菜すべてを、冷蔵庫に入れての保存はできません。そこで、今月は野菜の持つ耐寒性も知って頂き、元気に冬越しさせましょう。

※Point (おいしく保存)

- ①畑において冬越し
- ②保存の温度が大事
- ③乾燥を防ぐ

◆ 根菜類

・土の中は冬でも凍結の心配が少なく、野菜の保存にはわりと良い環境です。



【大根】

- ・水道が凍らない程度の寒さの地域では、土寄せして畑に置いた方が「す」が入らず、またおいしいです。
- ・寒冷地では30cm以上の穴を掘って、頭を上斜めに寝かせて埋めます。葉は切っても大丈夫です。頭を下にすれば、芽が出る時期が遅れるため春先まで長めに保存出来ます。

【ニンジン】

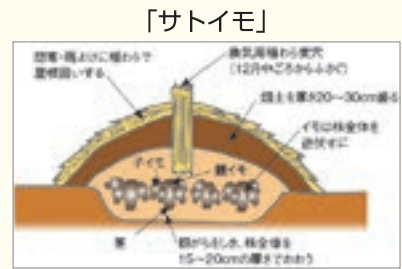
- ・寒さには強く、畑にそのまま置いて冬越しします。冬の間にじゅう、食べる分だけ少しづつ収穫できる野菜です。
- ・肩が土から出たものから先に収穫し、冬越し用は葉が半分隠れるぐらい土寄せをすると、とう立ちの始まる3月まで取れます。

【サトイモ】

- ・6℃を下回ると傷みます。温暖な地区では畑に置いたまま土寄せし、その上にシートをかけるだけでも冬を越せますが、一般的にはいったん収穫したのち、畑に穴を掘り、埋めて保存しましょう。
- ・年内に食べる分は、土寄せして順次収穫します。冬越しさせる分は、茎が枯れる11月中旬以降に収穫して穴を掘って埋めます。これ以前ではイモの水分が多く、傷みが多くなります。穴の下にはワラや籾殻を敷き、子イモと親イモを外さずに、塊のまま頭を下に向けて地面すれすれまで入れたら、籾殻とワラを載せ、空穴の中に並べます。気抜きワラ束を差し、土を20~30cmほどの厚さで、穴の上を山盛りにします。

※Point

日もちさせるには、絵のように12月中旬に気抜きのためのワラ束、または竹の筒などを差し、土を20~30cmほどの厚さで、穴の上を山盛りにします。



【サツマイモ】

- ・特に寒さに弱く、12℃以下で黒変して傷み、冬期保存は室内でも難しいのがサツマイモです。イモを地面から30cm以上深く埋めるため、穴の深さは1m以上に。底にワラを敷き、イモを入れ、隙間と上に籾殻を入れてワラを載せ、土を盛ります。上のワラは土が籾殻に混ざらないようにするためです。また、サツマイモはサトイモ以上に呼吸します。空気抜きのワラ束は必ず入れましょう。サトイモと同じですが、籾殻を間にも入れ、一つ一つのイモが籾殻に囲まれている感じにします。上にかける籾殻も30cm以上の厚さにしましょう。

※Point

※冬の間サツマイモが腐らないという、とっておきの貯蔵は、やはり昔ながらのスコップなどで横穴を掘る、横穴式イモ穴です。ワラを敷き籾殻でイモを保護すると、保温、通気性が良いためしっかり呼吸し、春まできれいに貯蔵が出来ます。ただし、横穴を掘るのが大変難点ですが・・・

◆ 冬の葉菜類の特徴

- ・葉菜類には、結球する野菜と結球しないものがあり、結球する野菜は比較的寒さに強いハクサイなどがあり、また結球しなくても耐寒性の高いホウレンソウなど、寒中に収穫しても美味しい野菜がたくさんあります。野菜の個性に併せて上手に保存しましょう。

【ハクサイ】

- ・大きく巻いたハクサイは寒さで外葉が傷んでも中は美味しく食べられます。頭を縛って畑に置か、寒さの厳しい場所では1ヶ所にまとめて、ワラなどで覆いましょう。一方、高冷地や積雪の気になる地区では、12月初旬に収穫し、1ヶ所にまとめて、ワラや毛布で上と横を覆いシートをかけてぬれを防ぎます。また、一つ一つ新聞紙に包んで玄関先や納屋など、凍らない場所に保存してもいいでしょう。傷んだ外葉を2~3枚外せば中は、2月までもちます。

【キャベツ】

- ・収穫後も、冬には比較的長持ちするキャベツ。耐寒性の高い冬どり用品種を作れば3月初めまで収穫できます。新聞紙に包んで保存すれば以外にもち、冷蔵庫保存なら2~3ヶ月は大丈夫です。

【その他の葉もの野菜】

- ・ホウレンソウなど耐寒性の高い野菜もありますが、結球しない葉菜類は収穫したら長期間の保存は出来ません。寒さに強いホウレンソウ、コマツナ、タアサイ、カラシナなどは真冬でも収穫出来ます。保温にはべた掛け資材を使うのが手軽でお勧めです。また特に真冬の葉もの野菜は、寒さのほかに鳥害を受けます。割合では、べた掛けも必要なく寒さに強く鳥害もない晩生のミズナ、カラシナ、ルッコラなどは安心です。

【お詫び】

※10月号、カラシナの記事で下から7行、青字の収穫から下、ワンポイントの行はカラシナには関係ありません。訂正してお詫びいたします。





西部農林振興センターからのお知らせ

冬～春先はサル捕獲対策のチャンスです

餌が少なくなる冬場～春先での効果的なサル捕獲対策について

冬場となれば、農作物も少なくなり、イノシシ被害も一段落してくる頃かと思えます。一方、冬場に集落への出没が多くなるのがサルです。

島根県内のサルの分布は年々拡大している傾向にあり、ここ数年になってサルが出没し出したという地域も多いのではないのでしょうか。サルの被害対策として以下のようなものがあります。

- 1. 誘引物除去
- 2. 侵入防止柵設置
- 3. 追い払い
- 4. 捕獲



野生動物を人里におびき寄せる要因をなくすことが被害対策の基本



民家同士が離れているなど、追い払いが困難な地域では特に重要な対策



集落ぐるみで組織的に行うことで大きな効果を発揮



箱罠や大型囲い罠を用いて問題個体を捕獲(捕獲には市町の許可が必要です)

1～3が対策の基本ですが、これからの時期は山の餌が乏しくなり、サルが檻の中の餌におびき寄せられるため、捕獲がしやすい時期と言えます。実際にサルの捕獲対策を実施している集落でも12～3月の冬の時期の捕獲が大半を占めています。



写真1：邑南町の大型囲い罠の様子 (3/15)



檻内部の様子

写真2：餌を取りにくくし、檻の中にとどまらせる工夫

●捕獲対策のポイント

- ・ 餌について……新鮮なものや、旬のものを使う。地域によってサルが好む作物は違うので、観察が必要。食べ慣れていないものは慣れるまで時間がかかり捕獲しにくい。檻の中での滞在時間が長くなるような餌も効果的(写真2参照)。また、今まで被害がなかったものを餌に使うことで味を覚え、被害が拡大する可能性があるため、餌選びは慎重に！
- ・ 檻の仕掛けについて……サルが仕掛けに慣れてしまって捕れない場合は、仕掛けを変えるなどの工夫を。
- ・ 檻の近くに食べられる餌がないか……檻の周りに自由に食べられる餌があるとサルはなかなか寄りつかない。

ただし、捕獲対策だけでは被害はなくなりません！被害対策に取り組みたい場合は下記にお問い合わせ下さい。

問い合わせ先：島根県西部農林振興センター 林業振興課 ☎0855-29-5604

安全運転を意識して 画像提供協定式



現在いわみ中央地区本部では、145台の業務用車両を保有しており、日々の業務にあたっては、ドライブレコーダーの装着については、平成28年度より導入が始まり、本年度66台の車両に装着した結果、装着車両70台となり装着率では48%となりました。事故を起こした時の映像を保険会社や警察に提出することで資料となります。自己防衛アイテムとして、今後も計画的に導入したいと思っております。また、平成18年より行っている「みまもり隊活動」につきましても、見守るだけでも犯罪防止につながることを考えており、今後も活動してまいります。このたび調印するにあたり、事件、事故の迅速な解決に向けた捜査協力はもとより、日々の安全運転を心がける温かい職員を育成し、「ドライブレコーダー、サポートカー、みまもり隊」などのツールを使いながら、浜田市が安心安全で住みよい町となるよう、率先して行動したいと考えます。

稲刈り体験をしました!!



雨災害により急きよ松川町の圃場に変更し実施しました。

旧松平小学校の体育館に集合した学童らは、圃場管理されている農事組合法人「川平みどり」【天野明組合長】の圃場管理のお話を聞きまし「今年には豪雨や猛暑で水田管理に大変苦労が多かった。しかし刈取り圃場は立派に育ちました。沢山刈り取って欲しい。」と挨拶されました。JA職員のお米の話を聞いた後、ラジオ体操をして準備万端圃場へ出かけました。約2時間の刈取り脱穀作業を体験し、江津女性部の皆さんが作られた「おにぎり」を皆様にごちそうになりました。汗を流した後の「おにぎり」は最高です!!



年金受給者の熱い戦い ゲートボール大会が開催されました いわみ中央地区本部長杯開催!!

9月25日(火)、浜田市東公園ふれあい広場にて、「第25回JAしまねいわみ中央地区本部年金友の会地区本部長杯ゲートボール大会」が行われました。

当日は、朝方の雨により開催が心配されましたが、競技開始のコールとともにすがすがしい秋晴れとなりました。

各地区から総勢10チーム(55名)の年金受給者の皆さまで合計10試合が行われました。

ゲートボールは1947年の戦後物資不足のなか、道具がなくてもできるような遊びはないかと北海道芽室町で西洋のクロケットを基盤として開発されました。運動

負荷が軽く、頭を使うという競技特性から、娯楽に適しているとして各地に一気に普及したようです。

結果は次のとおりとなりました。優勝の宇野同好会はリーグ内全勝という素晴らしい成績で優勝を決められました。



優勝 宇野同好会 (浜田)



準優勝 上府クラブ (浜田)



第三位 金城チーム (金城)

気軽に楽しめる極上の船旅 第38回年金友の会寿ロード 日帰り旅行を開催しました!!



日本三景の一つ、宮島は間もなく秋色に染まる時期。いわみ中央地区本部年金友の会は旅客船「銀河」の船上から楽しむランチクルーズを企画しました。

宮島の厳島神社は社殿が海に向いて広がるように建てられ、鳥居が海の中にそびえ立っています。厳島神社を最も美しい姿で見られる「海の上から」がベストアングルであると言われています。

「海の上から」クルーズ船の上」、船は広島のを横目に見ながらゆっくりと南下。安芸の小富士として有名な島と岬島の間を抜け宮島へ向かいました。船内では豪華なフレンチを味わいながら、厳島神社に接近して「船上参拝」。2時間半のランチクルーズを満喫しました。「銀河」は日本で初めて造られたクルーズ船と言われています。銀河をイメージしたシャンデリアや鏡張りのダイニングルームもある船内は、ノスタルジックな旅情に溢れ、G7広島外相会合の船上会談の場としても使用されています。いつもとは一味違う角度から見る絶景美食クルーズは忘れられない体験となりました。



グラウンド・ゴルフで交流&健康増進! いわみ中央地区本部長杯開催

10月10日(水)、浜田市旭町運動公園野球グラウンドにて「第19回J.Aしまねいわみ中央地区本部年金友の会地区本部長杯グラウンド・ゴルフ大会」が行われました。

当日は冷たい雨がぱらつく肌寒い天気となり、厳しいコンディションでしたが、6地区の予選を勝ち抜いた総勢121名の年金受給者の皆さんと共に、盛大に開催されました。

グラウンド・ゴルフの歴史は比較的浅く、昭和57年に鳥取県泊村(現・湯梨浜町)で考案されました。身近にある広場や公園、学校のグラウンドなどで楽しめるスポーツ、という名前の由来のように手軽に楽しめる、地域の人々による手作りのスポーツとして誕生しています。

当日の結果は次の通りとなりました。優勝された寺本さんはホールインワンを2回決められ打数38という素晴らしい成績で優勝を決められました。

また、上位15名の方はいわみ中央地区本部の代表として「第5回J.Aカップ島根県グランド・ゴルフ大会」への参加権が与えられます。

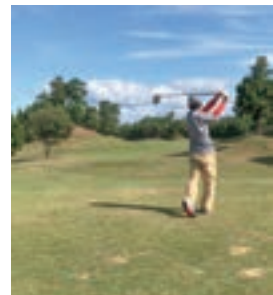


- 優勝 寺本ハナヨ (旭)
- 準優勝 布田 義兼 (旭)
- 第3位 曾根辻君子 (浜田東)



写真右から 大谷会長、曾根辻様、寺本様、布田様、井上本部長

組合員ふれあいゴルフコンペ終了! 金城町「田村浩三」さんが優勝!



いわみ中央地区本部では初めてとなる「第1回組合員ふれあいゴルフコンペ」を10月12日(金)に金城カ

ントリークラブで開催しました。当日は、秋晴れの中112名の参加者が、至る所で歓声と喝声を上げながらゴルフを楽しみました。

成績は、ダブルペリア方式により順位決定を行いました。金城町の田村浩三さんが優勝され、カップを受けとられました。また、上位10名、5位毎の飛び賞の入賞者には、J.Aらしい豪華賞品もたくさんあり(温泉旅館ペア宿泊券、軽トラツクのタイヤ、草刈り機、島根和牛、お米など)が贈られました。

次回開催時にも、より多くの皆様のご参加をお待ちしております。



「家の光」クッキングフェスタ
郷土の食材を堪能



い
わ
み
中
央
女
性
部
は
、
10
月
3
日
（
水
）
、
地
元
の
食
材
を
取
り
入
れ
た
手
作
り
料
理
を
味
わ
う
イ
ベ
ン
ト
「
家
の
光
ク
ッ
キ
ン
グ
フ
エ
ス
タ
」
を
ふ
れ
あ
い
ホ
ー
ル
で
開
催
し
ま
し
た
。「
家
の
光
」
購
読
者
・
女
性
部
員
や
関
係
者
ら
合
わ
せ
て
約
1
0
0
人
が
参
加
さ
れ
ま
し
た
。
会
場
中
央
の
テ
ー
ブル
に
は
、「
し
ま
ね
和
牛
の
野
菜
巻
き
 味
噌
照
り
焼
き
」
「
に
ん
じ
ん
と
キ
ャ
ベ
ツ
の
梅
肉
ド
レ
ッ
シ
ン
グ
」
「
の
ど
ぐ
ろ
の
ど
ぐ
ろ
の
香
り
揚
げ
添
え
」
「
し
い
た
け
と
わ
か
め
 豆
腐
の
と
ろ
み
ス
ー
プ
」
「
ミ
ル
ク
ゼ
リ
ー
 西
条
柿
の
せ
」
「
い
か
飯
」
な
ど
地
元
の
海
・
山
の
幸
を
使
っ
た
6
品
が
並
べ
ら
れ
ま
し
た
。 調
理
ス
タ
ッフ
が
紹
介
さ
れ
た
後
、
参
加
者
は
テ
ー
ブル
ご
と
に
ト
レ
イ
に
料
理
を
取
り
分
け
、
交
流
を
深
め
な
が
ら
会
食
し
ま
し
た
。 フ
エ
ス
タ
後
半
で
は
、 調
理
の
指
導
に
あ
っ
た
【
料
理
研
究
家
】
小
川
聖
子
先
生
の
「
郷
土
料
理
と
そ
の
楽
し
み
方
」
と
題
し
た
講
演
を
聞
き
ま
し
た
。 女
性
部
員
ら
は
改
め
て
地
元
食
材
の
良
さ
を
確
認
し
料
理
方
法
に
も
ヒ
ン
ト
を
得
た
よ
う
で
す
。



い
わ
み
中
央
女
性
部
は
、
10
月
3
日
（
水
）
、
地
元
の
食
材
を
取
り
入
れ
た
手
作
り
料
理
を
味
わ
う
イ
ベ
ン
ト
「
家
の
光
ク
ッ
キ
ン
グ
フ
エ
ス
タ
」
を
ふ
れ
あ
い
ホ
ー
ル
で
開
催
し
ま
し
た
。「
家
の
光
」
購
読
者
・
女
性
部
員
や
関
係
者
ら
合
わ
せ
て
約
1
0
0
人
が
参
加
さ
れ
ま
し
た
。 会
場
中
央
の
テ
ー
ブル
に
は
、「
し
ま
ね
和
牛
の
野
菜
巻
き
 味
噌
照
り
焼
き
」
「
に
ん
じ
ん
と
キ
ャ
ベ
ツ
の
梅
肉
ド
レ
ッ
シ
ン
グ
」
「
の
ど
ぐ
ろ
の
ど
ぐ
ろ
の
香
り
揚
げ
添
え
」
「
し
い
た
け
と
わ
か
め
 豆
腐
の
と
ろ
み
ス
ー
プ
」
「
ミ
ル
ク
ゼ
リ
ー
 西
条
柿
の
せ
」
「
い
か
飯
」
な
ど
地
元
の
海
・
山
の
幸
を
使
っ
た
6
品
が
並
べ
ら
れ
ま
し
た
。 調
理
ス
タ
ッフ
が
紹
介
さ
れ
た
後
、
参
加
者
は
テ
ー
ブル
ご
と
に
ト
レ
イ
に
料
理
を
取
り
分
け
、
交
流
を
深
め
な
が
ら
会
食
し
ま
し
た
。 フ
エ
ス
タ
後
半
で
は
、 調
理
の
指
導
に
あ
っ
た
【
料
理
研
究
家
】
小
川
聖
子
先
生
の
「
郷
土
料
理
と
そ
の
楽
し
み
方
」
と
題
し
た
講
演
を
聞
き
ま
し
た
。 女
性
部
員
ら
は
改
め
て
地
元
食
材
の
良
さ
を
確
認
し
料
理
方
法
に
も
ヒ
ン
ト
を
得
た
よ
う
で
す
。

「一日農家」レストラン開店



弥
栄
女
性
部
【
徳
田
マ
ス
工
部
長
】
は
、
10
月
11
日
（
木
）
1
日
農
家
レ
ス
ト
ラ
ン
を
オ
ー
プ
ン
し
ま
し
た
。 今
年
の
会
場
は
、 弥
栄
町
長
安
本
郷
に
あ
る
、 お
い
し
い
村
弥
栄
【
加
工
場
】
で
行
わ
れ
ま
し
た
。

地
元
の
食
材
を
ふ
ん
だ
ん
に
使
い
、
17
品
目
の
メ
ニ
ュー
を
作
り
ま
し
た
。 来
場
者
数
1
0
0
人
を
超
え
る
盛
況
ふ
り
で
、 お
店
は
大
繁
盛
で
し
た
。

部
員
の
オ
リ
ジ
ナ
ル
メ
ニ
ュー
や
「
浜
田
港
四
季
の
お
魚
ア
イ
デ
ィ
ア
料
理
」
「
ン
テ
ス
ト
」
受
賞
料
理
な
ど
、
お
ふ
く
ろ
の
味
と
ベ
テ
ラ
ン
主
婦
の
腕
前
を
発
揮
し
た
料
理
が
並
び
ま
し
た
。 来
店
者
か
ら
は
、「
味
付
け
も
ち
よ
う
ど
と
良
い
し
、
と
て
も
お
い
し
か
っ
た
。 ま
た
来
年
も
き
ま
す
！
」
と
お
褒
め
の
言
葉
を
い
た
だ
き
、
女
性
部
活
動
に
自
信
と
活
力
を
い
た
だ
き
ま
し
た
。

弥
栄
女
性
部
は
、 毎
年
こ
の
一
日
農
家
レ
ス
ト
ラ
ン
を
オ
ー
プ
ン
し
、 地
元
の
食
材
を
使
い
、 食
の
安
心
安
全
と
「
地
産
地
消
」
・
「
郷
土
料
理
伝
承
」
の
活
動
を
行
っ
て
い
ま
す
。

サプライズ



私 かほちゃです!!
弥栄町 田野島 志津恵さん



豆柿という品種?
弥栄町 市木 輝夫さん



ひとつ枝に大量に付いていました
金城町 Nさん



ねじれちゃいました!!
熱田町 日原 隆さん



● 10月講義「葬祭マナー」



JA女子大学いわみ中央キャンパス10月の講義は『葬祭マナー』の講義でした。

講師に、一般社団法人農協流通研究所 丸山 明子氏をお迎えし、約2時間講義いただきました。

実際に通夜や葬儀に参列する場合の服装やご家族へのご挨拶、お焼香のマナーなど細やかに話しいただき参考になりました。ご家族の方のお気持ちを考えてのお悔やみの

言葉や、表情・態度で哀悼の意を表する事の大切さなど、実際に葬祭全般のお仕事をされた経験からのお話は、とても分かり易かったです。

講義終了後には、日ごろ気になっていてもなかなか聞けなかった葬祭マナーの質問が学生達から多くありました。不安を解消する良い機会となりました。先生から、『この様なマナーを母から子へと伝えていって欲しい』と講義が終了しました。



* JA女子大学OG会 *

オリーブ

「ヨガも体験!!」

9月20日(木)JA女子大学OG会オリーブは、ヨガ教室を体験しました。

自分を見つめ直す時間とリラックス効果も与えてくれるヨガは、ちょっとした空き時間にマット1枚分のスペースで行えるとあって、多忙な現代人に人気の運動です。

難しいポーズもありましたが、しやすい態勢でも行うことができるのでリラックスして体験することができました。

落ち着いた空間で心と身体のリフレッシュができ、よいひと時となりました。またの活動が楽しみです。



なでしこの会

「可愛く出来上がりました」

JA女子大学OG会なでしこの会は10月11日に、『苔ぼっくり』作りの会を開催しました。以前女子大学3期生との合同開催

の講義、家の光の記事活用の『苔ぼっくり作り』がありました。参加した会員が、「とても簡単で、かわいい作品が出来たから、またOG会でも作りたいね」と話していて、皆楽しみにしていました。

久しぶりに集まった会員でわいわいおしゃべりしながら、あっという間に出来上がり。一緒に連れてきた子供さんの成長を見て、時の流れを感じました。

来月は、グリーンフェスタに参加します!これからも、無理なく、楽しみながら活動していきます。





JAしまね統合3周年企画旅行

萩・石見空港発着 **FDA 直行チャーター便利用!!**

大河ドラマ「西郷どん」ゆかりの「奄美大島」と沖縄人気NO1離島「石垣島」を巡る

石垣島・西表島・竹富島・由布島 4島巡りと 南の楽園 奄美大島

2泊とも2名様より1部屋で用意

協賛:萩・石見空港利用拡大促進協議会

3日間

現地では JAしまね統合3周年企画として JA特産品が当たる 抽選会を実施!!



石垣島 川平湾

ミシュラングリーン・ガイド・ジャパンで、最高ランクの三つ星を獲得した川平湾は、石垣島に行くなら見逃せない絶景スポット! なんとこちらもエメラルドグリーンが美しい海は必見です。

竹富島 赤瓦

奄美大島 黒潮の森 マングローブパーク

旅行実施日 平成31年 2月13日(水)~15日(金)

旅行代金 (大人お1人様2名様1室利用、萩・石見空港起点、税込) **149,800円**

※お1人様ご希望の場合2泊で18,000円(税込)の追加になります。現地ホテルが非常に混み合っている為、一部屋をご希望の場合、お部屋の確保にお時間をいただく場合がございます。予めご了承下さい。

※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。

募集人員 80名様(最少催行人員60名様)

申込締切日 平成31年1月30日(水) (ただし、満席になり次第締め切ります)

申込金 30,000円(旅行代金に充当します)

添乗員 萩・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

食事条件 朝食2回、昼食3回(弁当含む)、夕食2回

利用バス会社 奄美大島:(株)しまバス 石垣島:東運輸(株) 又は同等クラス

※旅行代金/バス業者リスト/当社ウェブサイト(http://tour.jp/pdf/buslist.pdf)をご覧ください。当社支店へご請求下さい。



アートホテル石垣島 こだわり朝ごはん

素材や土産の味にこだわった、島産材あふれる約50種類の朝ごはんをbuffet形式で通年お楽しみいただけます。焼き立てクロワッサンや、自分で入れられるブルーシールのソフトクリームがひそかな人気。朝からパワーをチャージして石垣島・八重山の旅をお楽しみください。

2月の気温		
	最高	最低
益田市	7℃	1℃
奄美大島	18℃	12℃
石垣島	22℃	17℃

旅のポイント

- 1 定期路線のない島根県西部地区から南の島へ直行フライト!
- 2 地元の特産品を使った名物料理をご用意!
- 3 萩・石見空港までは「便利な送迎バスプラン(※1)(詳細下部参照)」をご用意しています!
- 4 Nツアーおすすめのリゾートホテルにご宿泊!2泊とも2名様より1室利用です。
- 5 JALしまね統合3周年を記念して、現地にて抽選会を開催!

行程	内容	食事
1	萩・石見空港(10:35) → FDAチャーター機 → 奄美空港(12:30)	昼食(弁当)
	奄美空港(12:30) → 黒潮の森マングローブパーク → あやまる岬・土盛海岸 → 奄美大島(泊)(17:30)	夕食(弁当)
2	奄美大島(泊)(8:30) → 大島紬村 → 奄美パーク・田中一村記念美術館(昼食) → 奄美空港(13:00) → FDAチャーター機 → 石垣空港(14:30)	朝食(弁当)
	石垣空港(14:30) → ミシュランガイド三つ星 → 川平湾 → みんなぞー工芸館 → 石垣島(泊)(17:50)	夕食(弁当)
3	石垣島(泊)(7:30) → 石垣港 → 大原港(西表島) → 仲間川遊覧 → サキシマスオウの木 → 美原…… → 水牛車 → 由布島(昼食&見学) → 美原 → 大原港 → 竹富港 → 竹富島観光 → 竹富港 → 石垣港 → 石垣空港(16:30) → FDAチャーター機 → 萩・石見空港(18:40)	朝食(弁当)
	石垣空港(16:30) → 石垣港 → 石垣空港(18:40)	夕食(弁当)

※ご集合場所・出発時間は出発2週間前を目途にお届けする「旅のしおり」でご案内いたします。※行程表の時間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。※フライト時間はチャーター便の為、大幅に変更となる場合があります。※萩・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回復申請は出来ません。

便利な送迎バスプラン(※1) 次のルートで 萩・石見空港まで **往復3,000円** 您にてご利用いただけます! 大朝IC ⇄ 瑞穂IC ⇄ 旭IC ⇄ JALしまねいわみ中央浜田支店 ⇄ 萩・石見空港 運行締約です!

厳選! リゾートホテルにご宿泊!!

1日目 奄美大島

ホテルリゾート コーラルバームス

全室オーシャンビューの南国的なリゾートホテルで、時を忘れたくするひとときをお過ごしください。

外観

客室

プール

2日目 石垣島

アートホテル 石垣島

超豪華の大浴場や八重山球島が一望できるスカイラウンジからの夕日と夜景をお楽しみください。

外観

プール

客室

※上記又は同等クラスホテルになる場合もございます。

国内旅行保険加入の必ずしめ

国内旅行保険加入の必ずしめ

国内旅行保険加入の必ずしめ

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330号

JALしまね 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 中野 秀美

農協観光株式会社 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します)

旅行企画・実施 NOKYO TOURIST CORPORATION

株式会社農協観光

浜田支店 TEL 0855-22-1536

〒697-0026 浜田市田町1674 第2ビル2F 総合旅行業務取扱管理者 / 小菅 保樹

平成30年度 農業所得申告支援帳票の申込みのご案内

今年度も農業所得支援帳票の作成・配布を受け付けします。

ご利用を希望される方は、JA各支店・事業所・各営農経済センターで下記の通り申込みをお願いいたします。

なお、継続利用契約の申込みはお引き受けできませんので、ご了承ください。

1. 申告支援の内容

- ①農業収支計算明細書（1年間のJAでの貯金取引を科目別に分け、表にします。）
- 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

集計口座は、3口座まで、ご家族の口座でも集計できます。

3. ご利用料金

1農家 1,000円（税込）

JAから農家への郵送料等に利用させていただきます。

4. 申込締切日

平成30年12月21日（金） 各支店・事業所・営農経済センター必着

5. 帳票のお届け予定時期

（上記期限までに提出された場合）

平成31年1月中旬ごろ郵送にてご自宅へお届けする予定です。

【お問い合わせ先】

営農経済部 営農企画課 TEL0855-22-8812

これからの季節にいかがですか ～西条柿から出来た究極の一品～

西条柿を原料とする清涼飲料水「ばんゆういんりょく晩夕飲力」をごぞんじですか。飲酒前に飲んでおくと少し飲みすぎても翌朝すっきりです。お酒を飲む機会の増えるこの時期、是非お試しください。



晩夕飲力 (50ml)

1本 216円 (税込)

10本入ボックス 2,160円 (税込)

キラリ いー顔！ ラ・ペアーレ浜田 館長 下間 貴之 さん

ラ・ペアーレ浜田の館長をされている下間貴之さんは、専ら水泳教室を担当されています。下は4歳から水慣れや基本的な泳ぎを、上は80歳を超える方に体力維持を目的に幅広い年代に指導されています。又、他の4人の指導員にも指導方法を教えておられます。ラ・ペアーレ浜田は、平成7年12月に開設してもうすぐ23年になります。



現在、カルチャー、トレーニングから書道・茶道などの数多くの教室があります。これらは70名の講師を招いて行われます。特に館長がおススメしているのは「ラウンドフィットネス」です。音楽やモニターの映像に合わせて足踏みをしたり、油圧抵抗マシンにて筋力トレーニングを行います。これからも心身の健康作りをサポートしていきたいと考えています。

浜田市浅井町64-14 ラ・ペアーレ浜田
休館日：第1・3・5日曜日、12/29～1/3

福祉センター通信

～JA福祉用具貸与からのお知らせ～

今回はポータブルトイレ用消臭フォームを紹介します。

消臭フォーム（ポータブルトイレ用）

消臭成分と泡の膜が排泄後の臭いを包み込んでしっかりと消臭します。
泡は崩れにくく長時間保持されますので、消臭効果が持続します。



容量 230ml（約40回分）
重量 300g

税込 1本 ￥900

10本入り ￥8,000

（※10本入りは単価100円お得です）

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

12月4日(火) 旭支店

午後3時から午後7時まで

12月6日(木) 浜田東支店

午後3時から午後7時まで

人事異動

はじめの方や、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。

採用者 平成30年11月1日付

橋岡 泰珠 (江津農産センター)

退職者 平成30年10月31日付

松岡 陽子 (金城支店 業務課)



冬の手入れが 翌年の出来を決める アスパラガス

板木技術士事務所 ● 板木利隆

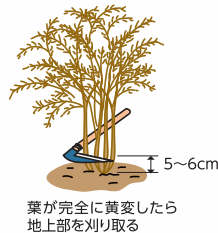
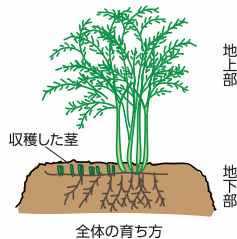
アスパラガスは野菜の中では長命で、一度植えれば数年は収穫が楽しめます。毎年良い収穫物を得るには、冬の適切な手入れが大切です。

若芽の収穫を一定日数で打ち切り、芽を伸ばしたままにすると、葉が開いて丈が伸び、葉の光合成作用が旺盛に行われ、秋になると同化養分が根に蓄えられ、11～12月には株全体が休眠に入ります。霜が3～4回降りると葉の黄化が進み、休眠はいつそう深まってきます。

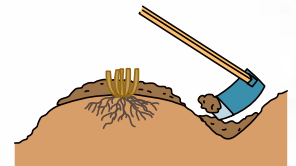
ここから先の手入れで大事なことは、葉が完全に黄変し、休眠が深まっている頃を見計らって、地際から5～6cm上のところで葉を刈り取ります。この枯れ葉には茎枯れ病などの病原菌が付いているので、落ちた枯れ葉と共に畑の外に持ち出し、焼却または廃棄します。この処置が不十分だと、病原菌が茎葉の中で越冬し、翌年の発生源になるからです。できるだけ丁寧にかき集めて処分することが肝心です。

これら病害が発生すると、数年たった大株でも枯死し、大減収になってしまいます。

茎葉をきれいに片付けたなら、まず株元に多くの土寄せをしていた場合には、土を畝間に戻します。土寄せが少なかった場合には、そのまま畝間の通路部

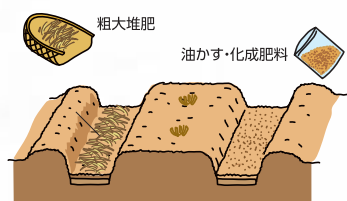


分を中耕しながら、畝の両側に深めの施肥溝を作り、その中に粗大堆肥（発酵度は中程度）と油かす、緩効性の化成肥料を施し、アスパラガスの根株を深く埋めるようにし、畝上に土を大きく盛り上げておきます。こうすることで根株を冬の寒気から守ることができます。寒さが厳しい地域ほど土を大きく盛り上げることが大切です。



こうして越冬後の3月ごろ、芽の萌芽（ぼうが）に支障のない程度に土を取り除き（寄せ土戻し）、畝間に土を落とします。このとき春の追肥として、化成肥料や有機配合の肥料などを、1株当たり各大さじ3杯程度を目安に与えておきます。再三土を動かすことにより、地面付近に落ちていた雑草の種子の発芽を抑えられ、翌年の除草の手間が省けます。

栽培年数が長くなり、株元の根系が過密になり、株全体が浮き上がるようになったら、冬の休眠中に株全体を掘り上げ、分割して他の畑に、株間を広げて植え替えることで、再び勢いは回復するでしょう。



畝間の通路部分を中耕しながら施肥

※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。

JALまね あったか キャンペーン2018

キャンペーン期間 2018. 11.1(水)~12.28(金)

期間中、新規または増額で定期貯金(期間1年以上)を10万円以上ご契約いただいた方へ

どどんと最大3つの特典プレゼント!!

上乗せ金利の適用があるものを除きます。窓口でお預入れいただいたものに限ります。個人の方に限ります。

特典1 ポケット付きでお買い物に便利。
ベジタブルバッグ



濱文様 X CHORIS

※写真はイメージです。
※品切れの場合は他の粗品に代えさせていただきます。

特典2 大容量なのに小さく畳めます。普段使いとしてもご利用いただけます。
ポケットブルボストン



kippis[®] SEHI OF SCANDINAVIA X CHORIS

※写真はイメージです。
※品切れの場合は他の粗品に代えさせていただきます。

特典3 抽選で1,000名様に
鳥根のとおきスイーツセット

鳥根内の特産品を使用したお菓子の詰め合わせ(3,000円相当)です!何が当たるかはお楽しみ♪



JA自己改革 実証中

※内容は変更になることがあります。

給与振込口座のご指定
年金振込口座のご指定
年金受取のご予約
JAネットバンクのご利用
JAカードへのご入会

鳥根のとおきスイーツセット 懸賞要領

対象商品 / 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。

応募対象者 / 期間中、新規または増額で定期貯金をご契約された個人の方。
※下記のいずれかの取引がある方。または、期間中新たにいずれかのお取引をご契約いただいた方を対象とします。
・給与振込・年金受取・年金予約・JAカード・JAネットバンク

賞品内容 / 1,000名様に鳥根のとおきスイーツセット(3,000円相当)プレゼント

応募方法 / 対象商品ご契約額10万円につき抽選権を1口お付けします。

当選発表 / 平成31年1月上旬頃、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。

JALまね統合3周年企画旅行

あなたの夢を買ってつく。

FDA 直行チャーター便利用!!

FUJI DREAM AIRLINES

大河ドラマ「西郷どん」ゆかりの「奄美大島」と沖縄人気NO1離島「石垣島」を巡る

石垣島・西表島・竹富島・由布島 4島巡りと

南の楽園 奄美大島 3日間

2泊とも2名様より1部屋ご用意

出雲縁結び空港発着

旅行実施日 平成31年
2月12日(火)~14日(木)

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

※別途燃油サーチャージ1,950円が必要となります。
※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。

萩・石見空港発着

旅行実施日 平成31年
2月13日(水)~15日(金)

旅行代金 (大人お1人様2名様1室利用、萩・石見空港起点・税込)

149,800円

※別途燃油サーチャージ1,950円が必要となります。
※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。

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!お気軽に最寄りのJA旅行センターへご請求下さい。

TOUR 株式会社 農協観光

農協観光島根支店 ☎0852-26-2600

JALまね 出雲 旅行センター ☎0853-21-3305

JALまね 島根おおち旅行センター ☎0855-83-0008

JALまね やすぎ 旅行センター ☎0854-28-6699

JALまね 斐川 旅行センター ☎0853-73-9625

JALまね いわみ中央旅行センター ☎0855-22-8820

JALまね 雲南 旅行センター ☎0854-42-9118

JALまね 石見銀山旅行センター ☎0854-82-3501

JALまね 西いわみ旅行センター ☎0856-22-8587

島根産まれの食材レシピ 《しまねうれしぴ》

料理研究家 土井小百合

さつまいもと手羽先の甘辛煮



しっかり煮込んだお惣菜。甘辛なので御飯にも合い、お弁当のおかずにもぴったり。ホクホクのさつまいもとシャキシャキのレンコンの食感の違いもおいしく感じられます。

●材料 (4人分)

さつまいも……………1本 (200g)
手羽先……………8本
れんこん……………100g
いんげん……………5本
サラダ油……………大さじ1

しょうゆ……………大さじ3
砂糖……………大さじ1/2
みりん……………大さじ1
酒……………大さじ1
水……………200cc

●作り方

- ①さつまいもは皮付きのまま大きく乱切りにし、水にさらす。
- ②レンコンは皮をむき1cmの半月切りにする。
- ③いんげんは半分に切る。
- ④鍋にサラダ油を入れ中火にし、手羽先の両面に焼き色をつける。
- ⑤④の中にレンコン、サツマイモを入れ炒める。
- ⑥全体に油が回ったら水、調味料、いんげんを入れ水気がなくなり照りがでるまで煮込む。
- ⑦イタリアンパセリなど彩りを添えて完成。

JAしまね総合ポイントカード

「おさいふカードポイント」

有効期限のお知らせ

平成28年に付与された「おさいふカードポイント」の有効期限は

平成30年12月31日

となっております。

対象となるポイントは、**店頭端末**、**支店窓口等**にてご確認ください。

ポイントをご確認いただき、お早めにご利用をお願いいたします。

JA店舗・Aコープなどで使える、お買物券と交換していただけます

カタログ商品と交換していただけます
カタログはJA各支店にご用意しております

ラビタなどのお買い物代金として1ポイント1円でご利用いただけます

ポイントをご確認いただき、早めにご利用をお願いいたします。

JAしまね 総合ポイントカード 全般のお問い合わせ **0120-031-207**

表紙紹介

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

今月の表紙は出雲市にある立久恵峡の紅葉です。出雲市を流れる神戸川の支流2キロメートルに亘る峡谷で、国の名勝・天然記念物や県立自然公園に指定されています。石柱や断崖がそそり立つその独特の景観から「山陰の耶馬溪」とも呼ばれ、秋の紅葉をはじめ、四季折々に変化する景観は訪れる人を楽しませてくれます。

【今月の表紙の原画】

原画の全体は次のとおりです。

編集後記

今月の健康散歩では、ウォーキングをご紹介します。私も「何か運動を始めなければマズい」という危機感を持ちつつも、最初の一步が踏み出せずにいます。日が落ちるのも早くなりましたし、肌寒い日も多くなりました…次の春から本気を出すことにして、まずは実りの秋を満喫します。(和)