

JAしまねびより

2019

2

February Vol.35

特集

島根のいいもの再発見!! 「大田市 レタス」 石見銀山地区本部



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！

【大田市 レタス】

2月は、石見銀山地区本部。大田市温泉津町でレタスの生産に取り組む、温泉津町施設園芸組合長の岩倉勝政さん、厚朴（ほうのき）邦広副組合長のお二人にお話しをお伺いしてきました。



メロン、レタスの生産を行うハウス。他にも仔牛の生産も行う組合長のお宅にお伺いしました。

レタス栽培のきっかけを教えてください。

組合の主力作物はメロンです。メロンを栽培しているハウスを有効利用するため、後作として平成16年からレタスの作付けを行っています。栽培がはじまった当初は気温の低い冬にレタスの需要があるか心配しましたが、出荷時期が葉物野菜の少ない1〜3月であることや共選で品質が安定していること、またレタスの生産は露地栽培が多いなかハウス栽培なので見た目が綺麗に



スーパーに並ぶレタスの姿と違い、元気で勢いを感じる。この新鮮な外葉がまた美味しいとか。



お話の通り、とても綺麗なレタスがハウス内に所狭しと、元気に育っていました。

土耕のほかに特殊な栽培方法を取り入れていると聞きしましたが？

県農業技術センターが開発した簡易型養液栽培システム（通称・トロ箱栽培）を導入しています。トロ箱栽培とは長方形の魚を入れる発泡スチロールにヤシ殻やピートなどの有機培地を入れ、生育に合わせた最適な養分や水を自動制御により供給する栽培方法です。あらかじめ温度を設

けることなど、プラス要素がいくつもありました。市場関係者にこれらの点をアピールし需要を喚起、生産が定着しました。レタスはおもに県東部を中心に出荷しています。



ハウス内に整然と並ぶトロ箱。管理が行き届いており、「効率的／計画的」といった言葉がとてびつたりと合うと、納得でした。



定しておく、日射の強さに応じてハウスを自動で開閉し温度を調整。気候の変化に応じて効率よく育てることができず。土耕栽培ではトラクターを使って畝(うね)を作る必要がありますが、トロ箱栽培ではその必要がありません。作業時間が減り、地面に接していないので土壌由来の病気が減るなどのメリットがあります。ただ、基準に基づいて自動制御してはいますが、美味しく育てるためにはそれぞれのハウスの環境に合わせて微調整する必要もあるなどの課題もあります。メリット：デメリットはありますが、このトロ箱栽培のメリットを最大限に活用し、神奈川県からIターンしてきたご夫婦が新規就農しています。



トロ箱栽培を見せていただいた、殿山さん。

大変なことや嬉しかったことなどありますか？

メロンの後作としてレタスにたどり着くまでには、ブロッコリーやホウレン草、スイートコーンなど様々な作物

を試してきました。とくに土耕では転作地の粘土質の土壌でレタスが安定して栽培できています。一方、トロ箱栽培では幅7m、長さ50mのハウスで数百万円の初期投資が必要になります。初期投資がかかりますが日々の管理は効率的です。土耕栽培では植え付けまでの作業に時間を要します。メロンの栽培をはじめ30年以上が経ちますが、時代に合わせて試行錯誤を繰り返して、それぞれの農家の状況に合わせて進化しているところ。嬉しいことは、やはり「美味しかった」と言われることが農家冥利に尽きます。収穫したメロンやレタスなど自信を持って食べて欲しいと



お話を伺った岩倉組合長(左)と厚朴副組合長(右)。共に歴史や地域柄など、何かにとらわれてのではなく、チャレンジ精神を持って農業に取り組むことが大切。と優しく語ってくださいました。

言えるまでの品質に仕上げています。ハウス栽培のレタスなので見た目は外葉も含めて傷や色焼けも極めて少なく綺麗です。ぜひ一度、実際に食べて欲しいですが外葉はレタスの一番甘い部分です。生で食べることはもちろん、炒め物やシヤブシヤブにして食べると甘さを感じることが出来ます。外葉付きのレタスは大田市の「JAGグリーンおくだ」で販売しています。

今後の抱負や展望を聞かせてください。

担い手の確保は喫緊の課題です。当初はトロ箱栽培を売り込み材料として新規就農者を募集していましたが、年を重ねるごとに課題も出てきています。土耕とトロ箱栽培、それぞれのメリット・デメリットを細かく説明し周辺地域はもちろん、県外からの新規就農者を積極的に受け入



就農5年目となる殿山さんご夫婦。

れていきたいです。トロ箱栽培を導入して新規就農したご夫婦は就農5年目になり、現在はメロンの後作としてパクチーやルッコラ、菜花などの栽培を市場のニーズに合わせて生産しています。トラクターの操作や土を耕す必要のないことが就農するきっかけになる人もいれば、土まみれになって作業してみたい人もいます。温泉津町ではメロンのほか和牛の生産も盛んに取り組んでいます。和牛で就農した人がメロン・レタスに変わることがあるかも

しれません。3〜5年で就農品目を選択してもらえれば良いと考えています。やりたい事、やり方は人それぞれに感覚が違うと思います。その気持ちを尊重しながら新たな新規就農者を増やしていきたいと考えています。



メロンの後作として、トロ箱栽培で、市場のニーズを探りながら様々な品種にチャレンジ中。組合の精神が脈々と受け継がれていた。

レタス 一口メモ

温泉津町施設園芸組合は昭和50年代の転作作物として稲作のほ場だった場所にハウスを建て水稻に替わる高収益作物としてメロンの栽培をはじめた。当初はメロンのほかトマトなどの各部会があったが、近年はメロン部会だけが残り施設園芸組合として再スタートしている。レタスは一般的に路地栽培が多いなか、ハウスで作られる利点を最大限に生かして生産に尽力、市場から高評を得ている。また毎年、小学生の総合学習の一貫で収穫体験など実施。地域産業を地元の人々に広く知ってもらおう活動を行っている。



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。

農業リスク診断のご紹介

農業リスク診断活動とは、農業を取り巻くリスクやその対策の有無を確認していただき、明らかになったリスクに対応する保障提案を行う活動のことをいいます。

農業を行ううえで代表的なリスクとして以下のことがあります。

農作業中のケガ



農業用自動車の事故



農業施設の損壊



個人農業者の方に向けては「農作業中のケガ」「農業用自動車の事故」「農業用施設の損壊」を中心とした身近なリスクをLablet's（ラブレッツ）というタブレット端末を活用し、簡単に分かりやすいリスク診断活動を行っています。



JAしまねは農業者の皆様に安心して事業を営んでいただくために農業リスク診断活動に取り組んでいます。詳しくはお近くの支店窓口または職員にお問い合わせください。



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。

【弥栄町】 佐々木 祥二さん

佐々木祥二さん（40歳）は、浜田市弥栄町で和牛繁殖経営をしています。

両親が50頭規模の和牛を飼育していたことに影響を受け、自らも和牛繁殖経営を目指すようになりました。九州東海大学の畜産学科で技術を学び、平成19年に後継者として新規就農しました。

就農後、JAしまね農業振興支援事業を活用するなど、毎年3頭程度の増頭を行い、現在は85頭の繁殖雌牛を保有しています。堆肥は

近隣の野菜農家や水稻農家へ供給し、また地域のイベントでの牛肉販売や出前放牧を行うなど、地域とのつながりを大事にしています。

今後、日々の作業の軽減化、ストレスの無い子牛が育つような環境づくりを進めたいと考えています。JAには、肥育センターとの連携強化、地域の和牛繁殖農家を増やすような取り組みを期待しています。



理事会情報（12月21日開催）

協議事項

- ①平成30年産島根米の追加金単価について
- ②信用手数料（融資関連手数料）の改定について
- ③大口貸出金の承認について
- ④共済規程の一部変更について
- ⑤コンプライアンス・マニュアルの全面改正について
- ⑥資産査定要項の一部改正について
- ⑦組合と理事との取引（契約）の承認について
- ⑧島根県常例検査書の回答について
- ⑨経理規程の一部改正について
- ⑩JAしまね中期経営計画書（2019～2021年度）の策定について
- ⑪平成31年2月28日付け機構改革の実施について（いわみ中央）
- ⑫平成31年7月13日付け機構改革の実施について（出雲）
- ⑬第5回通常総代会の開催日時と会場の設定について
- ⑭「執行役員規程」の設定について
- ⑮「地区本部運営委員会運営規程」の一部改正について
- ⑯2020年4月採用職員募集および採用試験の実施について

（紙幅の関係上、報告事項は省略いたします）



雲南

実技と座学で剪定学ぶ ユズの冬期管理講習

雲南市内のユズ生産者25人が組織する雲南市柚子生産組合は1月21日、同市大東町でユズの剪定講習会を開き、ユズの冬期管理について12人の生産者が学びました。

同組合の瀬尾正明組合長は「普段は上等なノコを使うことで効率よく作業を進めることができるのでおススメ。また最低5回は目こぎしてほしい」と実際に剪定作業を行いながら話しました。

また座学では、県東部農林振興センター雲南事務所の門脇稔専門普及員が、縮間伐や剪定の必要性について説明し、剪定すべき枝を図示しながら解説しました。講習を受けた内田宣男さんは「毎年参加するが勉強になる。時間が取れずなおざりになりがちだが頑張りたい」と話しました。



実地講習を行う瀬尾組合長（右）

隠岐

乾燥野菜への挑戦

隠岐地区本部管内では、平成29年から野菜生産をしている女性6名が中心となり、乾燥野菜作りに挑戦しています。取り組みのきっかけは、野菜生産をする中で生まれた、市場販売ができない規格外の野菜や余った野菜などを有効に活用したいとの思いからです。現在は商品化され、地元の産直市場やイベントなどでPRし販売が出来るまでになりました。乾燥野菜は、生野菜を使用するよりもコンパクトで調理する手間暇を省くことができ、また長く保存が効く中で栄養価も凝縮されていて、カレーや汁物など様々な場面で利用できます。食べた方からは、味も抜群に美味しいと言っていて、ご高齢で包丁を使用するのが不安な方や島外に出た子供や孫への親心として仕送りをされる方もおられます。今後は地産地消として地元の方に広く知ってもらい、多くの方に利用していただければと思います。



くにびき

更なる消費拡大を目指して！ 松江市特産「松江大根島牡丹」を首相にPR

松江大根島牡丹協議会（足立利人会長）は1月15日、地元選出の細田博之衆議院議員を通じて東京都永田町の首相官邸を訪れ、安倍晋三首相に「松江大根島牡丹」をPRしました。

大輪で色鮮やかな「松江大根島牡丹」は、国内外を問わず人気を集めており、近年は台湾やロシアなどへの輸出を積極的に進めています。今回は国内での更なる消費拡大を目指し、表敬訪問を行いました。

当日は、当地区本部の栗原令本部長や松浦正敬市長も同席。独自の栽培技術で年間を通じ、開花時期を操作することなどをアピールし、ポタンの花を贈呈しました。

足立会長は「今回の訪問が、更なる松江大根島牡丹の知名度向上と有利販売に繋がることを期待している」と語りました。



やすぎ

「エゴ白ネギ」と「しまね和牛」をPR

やすぎ白ネギ部会は12月22日、道の駅あらエッサで安来産エゴ白ネギの試食販売を行い、生産者自ら消費者と直接ふれあひながら「エゴ白ネギ」をPRしました。

当日は、200本のエゴ白ネギの販売と炭火で焼いた焼きネギ、しまね和牛を贅沢に使用した寒い冬にピッタリな芋煮をふるまいました。試食した方は「ネギの良い香りがする」「甘くておいしい、そしてすごく温まる」と話し大好評で、200食あった芋煮は2時間もたたず無くなりました。

エゴ白ネギは、通常の栽培に比べて化学肥料を県基準の半分にして栽培しており、環境にやさしい栽培が特長で、安来産は特に甘いと好評です。同部会の山本進部会長は「こういった試食販売のイベントを通じて、消費者と直接ふれあひながら安来のエゴ白ネギをアピールしていきたい」と意気込みを話しました。



斐川

スポーツ学びのひろば 「野球教室」開催

斐川地区本部は1月14日、斐川公園球場で斐川町の野球スポーツ少年団員の男女74名を招待し「野球教室」を開催しました。スポーツ学びのひろばと題して企画し、山根善治本部長が開会式で「子ども達を対象に野球教室を開くのは初めての企画。地域活性化に繋がるよう学びのひろばを継続して企画していきたい」と挨拶しました。指導には、大社高校出身の元大洋ホエールズで活躍した、石橋 貢さんら3人を招き、団員達は心構えや基本動作の指導に真剣な表情で耳を傾け、捕球や投球の技を身に付けようと熱心に練習に取り組んでいました。団員の一人は「次の動きを考えながら練習することが大事、難しいけど学んだことを練習して身に付けたい」と笑顔で話していました。



隠岐
どうぜん

J A・警察防犯対策協議会 総会の開催

隠岐どうぜん地区本部西ノ島支店で1月11日、島根県農業協同組合隠岐どうぜん地区・警察防犯対策協議会を開催しました。この会は、J Aと警察が協力して、J A事業・車両交通等にかかる犯罪事故の予防と排除に努め、J A並びに地域の健全な発展に寄与することを目的に、平成13年に結成されたものです。新谷本部長、齋藤浦郷警察署長の挨拶に始まり、恒例の出席者全員の自己紹介を経て、和やかな雰囲気の中、議事が進行しました。齋藤署長から、昨年9月21日にJ A共済の協力のもと、西ノ島小中学校グラウンドで実施したプロスタントマンによる自転車事故の実演について、子供達の交通安全意識高揚に大変役立ったと好評をいただきました。また堀江生活安全刑事主任から31年度の防犯カメラの要請を頂きました。今後も、地域の両輪として手を携えていくことを確認し、今後の協力体制充実を計りました。



石見銀山

石見銀山農青連 ウィンターフェア出店

J Aしまね石見銀山青年連盟は、大田市仁摩町にある島根県立瀬摩高校で開催された「瀬摩高校ウィンターフェア」に出店しました。

瀬摩高生と合同出店を行い、一緒につきたての餅を販売しました。

今回の出店は瀬摩高校よりオファーがあったもので、J A石見銀山地区本部の特産である「あか穂もち」を販売し、その場で製作した約150パックが完売しました。

参加した盟友は「新たに高校生と一緒に活動する機会が持てて嬉しい。今回をきっかけに農業にも関心を持ってもらえたら」と話しました。



餅つきを行う高校生と盟友

出雲

生産部会が合同で豊作祈願 試食会も開催

出雲地区本部は1月11日、出雲大社で平成31年農畜産物の豊作を祈願しました。JA役職員、生産部会の代表者ら約80人が参列し、農作業の安全、農畜産物の安定した生産を祈願するとともに、JA事業の振興、各組織の繁栄も祈願しました。

参拝後は島根ワイナリーで「農畜産物試食会・懇親会」を開催。石川寿樹本部長は、生産拡大や農家所得向上に向けてJAが行っている取り組みについて説明し「やり方次第でまだまだ販売高は伸びると考えている。皆さんと一緒に進めていきたい」とあいさつしました。同地区本部では昨年11月に山陰西部集荷所を建設。子会社のJAいずもアグリ開発(株)による大型水耕栽培施設の建設も進んでいます。機能性農産物の推進にも取り組み、国・県・大学等と連携して試験栽培も開始しました。

試食品には、機能性農産物のクレソン、キクイモ、レモングラスを用意したほか、オレイン酸が高い和牛肉、低い和牛肉の食味比較も行いました。また、試食を前に農薬の安全使用について改めて周知を図りました。



あいさつをする石川本部長

西いわみ

JAしまね益田メロン部会 通常総会開催

JAしまね益田メロン部会（部会長松本哲夫）は1月16日、益田市駅前町のJAしまね西いわみ地区本部で平成30年度の通常総会を開き、平成31年産の目標販売金額3億1,000万円を目指すとともに、栽培面積の維持・拡大に取り組み、作付面積の確保を図るほか、島根県下を先導する責任ある産地として、安全安心で高品質なメロン作りに取り組むことを確認しました。

平成30年産の出荷実績は全体で出荷数量約619トン、販売金額3億1,640万円となり、3年連続で販売金額が3億円を突破した事が報告されました。

また役員改選があり、部会長に大場尚俊氏、副部会長に宅野誠一氏と世良竜一氏が選任されました。大場部会長は「益田メロンは栽培を始めて43年経ち、先輩方の努力のおかげで後継者も育てている。県内はもとより、大消費地に向けた販売の強化をしていきたい」と意気込みを語りました。



部会長就任のあいさつをする大場尚俊さん

本店

JA戦略型中核人材育成研修会 出雲地区本部長廻職員が最優秀賞

JA島根中央会とJAしまねは1月22日、松江市のニューアーバンホテルで平成30年度JA戦略型中核人材育成研修会修了論文発表会を開催しました。次世代のリーダーとして、組合員・地域住民の営農とくらしを起点に、JA理念やビジョンをふまえた企画立案やマネジメントできる自律創造型の人材を育てることを目的とした本研修の総括として、19人のJA・連合会職員がJAの課題とその解決策について発表し、審査の結果、出雲地区本部金融共済部資産相談課ローン営業センターの長廻潤哉職員が最優秀賞を受賞しました。

長廻職員は、正組合員が減少している現状から、次世代層にもJAが良きパートナーとして認識してもらえる取組みが必要と訴え「JA資産相談センターの設立」「家計コンサルジュの配置」「JAしまねアプリの導入」を提案しました。

2月21日に東京都で開催される「第10回JA戦略型中核人材育成研修会全国研究発表会」に出場します。



表彰を受ける長廻職員

島根おおち

とんど祭りでも五穀豊穡を祈願

島根おおち地区本部は、昨年販売した正月用しめ縄の回収を行い、管内のとんど祭りでも五穀豊穡を祈願しました。

このしめ縄は島根おおち管内の生産者が手作りし、広島市場や広島市内のスーパー「スパーク」に出荷をしています。広島市内ではとんど焼きを行っている場所が限られるため、正月明けにはスパーク各店舗に回収箱を設け毎年回収しています。回収したしめ縄は瑞穂支店管内の地元青年会が作る、高さ15mのやぐらで焚き上げられました。点火されるとパァンツと大きな音とともに巨大な炎が舞い上がり、参加した地元住民と今年一年の無病息災・五穀豊穡を祈願しました。



いわみ中央

地域の駅伝大会に出場しました

JAしまねいわみ中央地区本部は、1月13日（日）に開催された「浜田市駅伝競走大会」の第三部（職域の部）にJAしまねAチーム・Bチームの2チームで出場しました。この大会は、浜田市陸上競技協会が主催するもので今年で56回目となる伝統のある大会です。当日は冬にはめずらしい好天で、青空もとの開催となりました。全部門男女合わせて84チームが参加し健脚を競いました。成績は第三部でAチームが14位、Bチームが20位と選手全員が全力で襷をつなぎました。昨年のように区間賞を獲得した選手はいませんでした。「チームいわみ中央」の力を発揮しました。

監督の米原裕之課長補佐は「地域のイベントに参加することは大切。職員同士の絆と団結力でよく頑張った」と励ましました。



タテのカギ



- ①片目だけパチンとつむります
- ④夜空できらめきます
- ⑥不満がたまるとこぼしてしまうことも
- ⑦ショベルカーやブルドーザーなどのこと
- ⑨ホエールはクジラ、ドルフィンは――
- ⑪師匠に就いて学ぶ立場です
- ⑫丸木を組んで作る舟
- ⑭平和の象徴とされる鳥
- ⑮コンビニで免許証の――を取った
- ⑰機嫌がいいときに漏れる「フンフン」
- ⑱なめて味わうお菓子
- ⑳アイロンをかけてのぼします
- ㉑――先は闇、慎重に進みたいものです

ヨコのカギ



- ①ホー、ホケキョ!
- ②わずかな希望のことを――の望みともいいます
- ③当たりかな、外れかな
- ④カビが増殖するために飛ばします
- ⑤春・夏・秋・冬と巡ります
- ⑧長湯をして――のように真っ赤になった
- ⑩受験生に問題用紙と――用紙が配られた
- ⑬しょうゆ、みそ、塩、豚骨……色んな味があります
- ⑭開店祝いの札を付けた物が店先にずらりと並ぶことも
- ⑯耳たぶに穴を開けて着けます
- ⑰2本で1膳と数えます
- ⑱祝いの席では尾頭付きが用意されることもあります

二重マスの文字を A ~ F の順に並べて
できる言葉は何でしょうか?

1	6	9			17	20
2				14		
		10	12			
3	7				18	21
	8	11		15		
4				16	19	
5			13			

答え

A	B	C	D	E	F
---	---	---	---	---	---

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31年3月5日（火）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆ 「マメマキ」

カ	マ	ク	ラ	ク	イ
タ	ク	ム	ロ	マ	チ
ナ	ラ	ク	ジ	ゴ	
	ギ	リ	チ	ヨ	コ
オ		ツ	ウ	ン	カ
ヒ	メ	ク	リ	ジ	ン
レ	イ		ソ	キ	キ

・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

笑顔の自分

笑顔を見ると自然と心も顔もほころんできませんか？笑顔は良いコミュニケーション手段であると共に、健康や美容にも嬉しい効果があるとされています。今や科学的にも大きな効果があると実証されており、それは作り笑顔でも同様な効果が得られるようです。

1. 笑顔の効果 免疫力アップ

笑うことで免疫力がアップすることはご存知の方も多いでしょう。細菌やウイルス等の病原体から体を守ってくれる免疫。笑いは免疫細胞を増やしたり活性化してくれるので、病気になるにくくなったり、病気になっても早く治すサポートをしてくれます。又、笑いはアレルギーの原因となる抗体を減らしたり、血圧や血糖値の上昇を抑える働きがあるとも言われています。

2. ストレスの解消

笑うと息を吸ったり吐いたり、多量の酸素を吸っています。その量は深呼吸の2倍の摂取量にもなるようです。又、笑うと副交感神経が優位に働き、リラックスした状態になります。そして、笑いは幸福感ややる気をもたらすホルモンの分泌を良くすると言われています。それらの相乗作用で、ストレスを解消し、幸せな気持ちになるのです。

3. 美容効果

しわができるのと笑わないようにしていませんか？もったいなさしい!! あなたのその笑顔で人類が救われる？かも？冗談はさておき、顔の筋肉も使うことで鍛えられ引き締まります。笑わないようにしていると、筋肉が衰えてたるみの原因にもなります。笑顔は頬や口の周りの筋肉を使うので、笑わないと頬が下がって口がへりの字になり、不機嫌に見えてしまいます。表情筋を鍛えて、素敵な笑顔を作りましょう。

笑顔にはまだまだたくさん効果があります。寿命が延びる。睡眠の質を高める。好感度をあげる。等々。

「笑う門には福来る」のことわざのように、笑顔で幸せを呼び寄せましょう。といっても、悩み事や嫌なことがあるとなかなか笑顔になれないこともあります。でも大丈夫!! 「作り笑顔」でも実験結果で免疫細胞の活性化が実証されています。口角を上げるだけでも脳は錯覚し、笑顔の時と同様の効果を得ることができるのです。思い悩むことでストレスを抱えたり、不機嫌な雰囲気周囲に広げることなく、自分自身で気分を切り替えたらいよいよですね。そして、辛いことがあっても、最後には笑顔でいられる自分でありたいですね。

西部家畜市場で今年初セリ



1月15日(火)
西部家畜市場
【益田市遠田】
で、初セリが開
催されました。

この日は、い
わみ中央管内や
西いわみ管内か
ら雌牛69頭、去
勢牛89頭の計
158頭の和牛
仔牛が初セリに
かけられました
た。いわみ中央
管内からは、5

農家・17頭が上場されセリにかけられました。県内の生産基盤も拡大しつつある中、今後ますますの増頭への取組が期待されています。

上場された仔牛は、日齢200日から300日で、去勢牛の平均価格は79万7,715円、最高価格は97万2,000円となった。初セリにふさわしい活発な取引となりました。

会場では、豚汁ならぬ牛肉を使った「牛汁」が来場者に振舞われていました。



きんさい市場黒川店
200万人目入場達成



12月20日(木)、
「産直きんさい市場
黒川店」【あぐり中
央】のレジ通過者が
200万人突破を達
成しました。この日、
午前10時過ぎに来店

され200万人目となったのは、浜田市内にお住いの田中沙織さん。記念セレモニーで、井上宗治地区本部長からお祝いの花束・記念品と松本昭二産直振興協議会長より商品券を受け取った田中さんは、「突然でびっくりしました、感激です。」と話されました。「これまでも何度か利用している。ここの野菜は地元産で新鮮で安心だ。これからも利用したい。」と喜びを話されました。

「きんさい市場黒川店」は、生産者の笑顔の追及と地域の活性化をコンセプトに2002年8月に開店し17年目になります。地域の皆様にご好評をいただいております。

今後も、生産者の真心が消費者につながることを合言葉に運営いたしてまいります。



平成最後の「年の瀬市」、「年末セール」
各店舗賑わう!

産直きんさい市場(黒川店、周布店)では「年の瀬市」、道の駅「サンピッコうつ」、地域交流プラザ「まんてん」では、「年末セール」を12月26日から12月30日までの期間開催しました。

全店舗での来場者は、約9,000人で売上は1,180万円でした。特に26日から27日は、各店舗来場者が急増し賑わっていましたが、28日の寒波からは若干低迷しました。

特にきんさい市場黒川店では、毎年恒例となっております、JAしまね弥栄肥育センターの和牛販売も行い大好評でした。

また、花卉では特設テントを設け、菊、柿(サカキ)、ヒバなどを中心に南天、葉ボタンなど、お正月には欠かせない商品をいつも以上に取り揃えて販売し、売上の約4割以上を占めるほどの盛況でした。店内では、黒豆、しめ縄、お餅なども好評でした。

この5日間は、各店舗とも地元の方をはじめ婦省客の方にもご来店いただき、野菜の新鮮度をアピールするとともに「地産地消」に努めました。

今後も、良質な商品を提供し皆様に喜んでいただけるよう生産者の方とともに努めて参ります。



産直トピックス



12月の営農塾
 12月12日(水) 第8回営農塾が開催されました。
 12月に入りぐずついた天気でしたがこの日は、何とか圃場での作業が出来ました。
 今年最後の営農塾です。今回はタマネギの苗を植えて、その後大きくなったキャベツの収穫も行いました。今年最後の営農塾にふさわしく立派に育ったキャベツを参加者全員で収穫し、大満足でした。

来年も多くのことを学び、そして野菜を育てていきたいと意気込みを新たにしていました。
 漬け方をどうするのか、など詳しく説明され、参加者も真剣に話を聞いていました。また、食品表示法で表示方法が変わることについても説明があり、1月23日には表示セミナーがあること呼びかけも行われました。最後に質問の中では自分の栽培した梅の活用について質問があり、講師だけではなく参加者全員で考え意見の出し合い、活発な意見交換がされていました。
 次回は1月15日に産直の視察を計画しています。



第8回育成塾
「加工品(漬物)講習会」を開催!
【第8回 12月18日】

漬物の講習会です。普通に野菜を出荷するより、より付加価値をつけて売ることができ、売り上げの向上につながります。どのような漬物が売れるのか、



地域の話題

「奉納演芸大会」を開催しています。その演芸大会の取りをとおめるのが深山会のオリジナル芝居の上演は有名です。この地域貢献団体の表彰式は、今年で6年目になります。竹下正幸組合長は「地域活性化に向けて大きく貢献していただいている。引き続き、JAと一緒にがんばりましょう。」と激励をされました。



菅内では、「日脚青壮年深山会」が受賞されました。
 日脚青壮年深山会は地域の活性化と福祉増進を目的に「5月の体育大会」・「7月の大浜まつり」・「8月の盆踊り大会での精霊船流し」などを行っております。特に精霊船については、古来からの形を守り続け、会員の手作業で、麦わらと竹で約3メートル超えの「西方丸」を作っております。又、秋祭大祭の御神輿では、深山会を中心とした若者たちが集結し大きな掛け声とともに練り歩きます。そして、大祭の締めくくりとして「奉納演芸大会」を開催しています。その演芸大会の取りをとおめるのが深山会のオリジナル芝居の上演は有名です。この地域貢献団体の表彰式は、今年で6年目になります。竹下正幸組合長は「地域活性化に向けて大きく貢献していただいている。引き続き、JAと一緒にがんばりましょう。」と激励をされました。



11月16日(金) 松江市でJAしまねは、2018年度地域貢献・地域活性化団体活動の表彰式を開催し、JAの各地区本部が推薦する組合員、地域住民が構成員であるグループ、11団体を表彰しました。いわみ中

日脚青壮年深山会(浜田市日脚町)が受賞
地域貢献・地域活性化団体活動の表彰式

平成30年度 J Aしまね窓口セールス ロールプレイング大会開催



12月8日(土)に、出雲市のラピタウエディングパレスにて窓口セールスロールプレイング大会が開催されました。J Aしまねでは、組合員・利用者の皆様に「信頼され、選ばれ、必要とされるJ A」を築くため、職員教育の一環として本大会が行われています。

ロールプレイングでは、窓口担当者役とお客様役を設定し、ロール(役割)をプレイ(演じる)こととなります。また、今年度からは競技開始前に、競技者への応援時間が設けられ、大きな声でエールを送りました。

いわみ中央地区本部からは1チーム3名が参加し、実際の場面を想定しながら、窓口担当者の応対力やセールス技術を競うとともに、相互研鑽を図りました。

これからも、J Aしまねでは組合員・利用者の皆様への満足度向上に向けた取り組みを継続していきます。



浜田地区限定初詣旅行へ行ってきました!



毎年恒例となりました『浜田地区限定初詣旅行』が去る1月19日(土)にあり、92名の皆様のご参加をいただき広島県へ行って参りました。

最初に『名勝・縮景園』の大庭園を散策し、昼前のフェリーに乗船し、一路宮島を目指しました。

世界文化遺産である厳島神社への参拝をメインに昼食は老舗の鳥居屋さん名物の『あなご陶板と牡蠣フライ御膳』に舌鼓を打ち、昼食後は宮島を自由散策という行程で日帰り旅行を楽しんでいただきました。

天候にも恵まれ、午後からは上着もいらない暖かさとなり、参加された皆様からは『天候が良くて最高だったわ』『久しぶりの宮島は新鮮だった』と大変喜んでいただきました。

来年も企画致しますので皆様のご参加お待ちしております。



J Aしまね 浜田地区限定企画 世界文化遺産厳島神社参拝記念

日帰り初詣旅行へ行ってきました



金城支店では、去る1月11日(大安)に初詣企画として「地元だから多くの福をいただける」と銘打って三社参りを行いました。この企画は

毎年1月の恒例行事としており、参拝者本人様はもちろんのこと、ご家族の無病息災・家内安全・商売繁盛・・・ETC.を祈願されるため多くの皆様にご参加いただきました。出雲大社においては「神楽殿」にて神職のかたよりご祈祷をしていただき、年の初め身の引き締まる思いが致しました。また、本殿の一般参拝の賽銭箱は金城の方が寄贈されたものというお話を聞きうれしく思いました。その後、島根ワイナリーで昼食をとり、パワースポットと言われる須佐神社、石見国一宮の物部神社を参拝し「今年はいいい年になる予感」を抱いた一日となりました。





教えて野菜作り!

2019年2月号



年明けから1ヶ月が過ぎ、「暦の上では春ですが」という枕詞とともに使われる「立春」、今年の立春は2月4日でした。(当たり前?) しかし、立春は太陽の動きを元に計算して冬至と春分のちょうど中間、315°の位置に来た時と日付を定めていますので、たまに2月3日になったりもするそうです。そのため節分の日は「立春の日の前日」と決まっているようで、立春がずれると、節分もずれてしまいます。節分の日は2月3日というイメージがありますが、それは固定されているわけではなくて、ここ何年も立春がずっと2月4日だったただけなんだそうです。ということで、2021年と2025年は立春の日が2月3日、節分の日が2月2日になります。過去30数年、節分の日が2月3日だったのは、たまたま立春がずれていなかったのだそうで、先日この話を聞き久々のこの歳になっての「へえーそうなん?」でした。

○春作ジャガイモについて!

(ナス科 原産国:南米アンデス山脈)

いわみ中央管内も標高差などの地域差があり、平坦部では2月になるとジャガイモの植付けが始まる地区もありますが、標高の高い地域では残雪などで、3月彼岸から4月になる地区もあり、植え付け時期も約2ヵ月もの差がある年もあります。

○ジャガイモの性質とポイント

- 1、冷涼な気候を好み、平均気温が10℃以上あれば生育し、出芽は地温が6℃以上で始まるので、できるだけ早植えを心がけましょう。
- 2、イモの肥大期間を長くするためには、目安としてソメイヨシノの開花頃出芽するように植えます。植えてから出芽までは、約30日かかるので、ソメイヨシノの開花予想がもし4月5日であれば3月5日以前には植えるように計画してみましょう。
また、早植えすると霜に遭い、葉や茎が黒くなることもありますが、一週間後には地上部から側芽が再生され回復し、収量への影響はあまりありません。
- 3、イモは少肥、酸性土壌と、イモ肥大期の多日照、平均の地温が13~22℃でできたデンプン価の高いイモが美味しいイモとされています。
※ 逆にデンプン価の低いまいイモは、多肥(特に窒素分)野菜後作、石灰の施用、少日照、多雨、過繁茂による倒伏でなります。
- 4、イモの表面に小さいブツブツができるのは、粉状そうか病で高PH(石灰の多施用)、カサブタ状になるのはそうか病で、種芋や土壌から伝染します。経験のある方は、ネビジン粉剤を1㎡当たり60gを土壌混和して植えましょう。
※ そうか病は大根にも発生するので、大根の後作、疫病はナス科、(ナス・トマト・ピーマン)の作物後は3年くらい植えないことです。
- 5、種イモは植える20~30日前から浴光育芽(日光に当て青くする)をして、植え付け後の出芽を揃えます。また、植え付け2~3日前からタテに切り、切り口を乾かします。

畑の準備	・ 植付け10日前には完熟堆肥、S604、畑のカルシウムを入れ耕しておきます。 ・ 畝幅70cm、幅15cm、深さ10cmの植え溝を掘ります。 ※前作に石灰が入っていない圃場を選ぶ事も大事です。
植え付け	・ 種イモはタテに切ります。50gまではそのまま、70~100gは2つ切り、100~150gは3つ切り、150g以上は4つ切りにします。また1個の重さ30gはほしいところ。切った種イモは2~3日置き、切り口を乾かします。 ・ 溝の中央に、30cm間隔に切り口を下に向けて植え付けます。 ・ 丸ごと植え付ける場合は、たくさん芽が出た方を上に向けます。種イモの上に5~6cmの覆土をします。(切り口を上へ植え付ける場合は、元気な芽だけが出るので、良いイモが期待できますが、雨などには弱い面もあります)
管理・追肥	・ 草丈10cmくらいになったら、1株2~3本になるように芽かきをしますが、残す芽の根元を押さえ、抜きとる芽を横に引っ張りします。 ・ 芽かき後、S604、畑のカルシウムを追肥し、1回目の土寄せをします。 ・ 蕾が見え始めたころ、同じくS604の追肥をし、2回目の土寄せをします。 ・ ただし、生育が良いのに追肥をすると過繁茂になり病気の発生、過大イモ、空洞イモの原因となります。とくに花が咲いてからは追肥はしません。 ※いつまでも茎が枯れず収穫時期を逃すため。
収穫	・ 株の上部が枯れ始めたら収穫時期です。土が湿っているときに収穫すると保存中にイモが腐りやすいので、数日間晴天が続いたあとに収穫しましょう。

(施肥例 1㎡当り)

肥料名	元肥	追肥	備考
完熟堆肥	2kg		
高度化成S604	80g	40g	追肥は1回分の量
畑のカルシウム	100g	40g	

※土壌のPH(酸性・中性・アルカリ性)を変えずにカルシウム補給ができる畑のカルシウムを、1㎡当たり元肥で100g、追肥で40gを入れると効果的です。



※ 収穫のポイント

植え付け後出芽までは約1ヶ月かかるので、できるだけ早植えをし、時間をかけて成長したジャガイモほど、収穫後保存期間での発芽が遅く、逆に早く収穫したものほど、発芽が早くなります。

※ 用語について

発芽は芽や種皮から出た芽。出芽は地面から出た芽で説明しています。





西部農林振興センターからのお知らせ

島根県版GAP “^{おい}美味しまね認証” 制度

「安全性が高く、おいしい」島根県産の農林水産物を、島根県知事が認証する仕組みです。

Q.あなたの農場は大丈夫ですか？☑

- 出荷した農産物の残留農薬は大丈夫ですか？
- 作業者の安全は守られていますか？
- 作業場、機械庫がいつも散らかっていませんか？
- 作業の段取り、作業効率が悪いと感じませんか？
- 過去の失敗を繰り返していませんか？
- 時間やお金の無駄遣いが多いと感じませんか？
- 異物混入の恐れはありませんか？

このシールが目印☆



1つでもチェック☑が入ったあなた！

「美味しまね認証」を取得して、良い農業を始めませんか？

美味しまね認証では、生産から出荷までの各段階において考えられる様々なリスクを回避するため、「記録」や「整理整頓」など、当たり前のことを一つ一つ習慣化することを目的の一つとしています。



各農家が抱える課題の把握から、解決方法を一緒に考え、改善していくまでの段階を全面的にコンサルティングし、審査までスムーズに進めます（無料）。
認証数は近年著しく増加しており、
H30.10.10現在で193品目、335経営体が認証されています。

※ **美味しまね認証**を取得していると、「**環境保全型農業直接支払交付金**」の提出書類の記載の一部を省略できます。

平成30年度から、「**環境保全型農業直接支払交付金**」において、「**国際水準GAPに取り組むこと**」が交付要件に加われました。島根県版GAPである**美味しまね認証**を取得すると、要件の一部を満たすこととなり、提出書類の一部を省略できます。

[New] 新年から上位認証制度がスタート！

平成31年1月より、現行に加え、
高度な基準による上位認証がスタートしました。

《問い合わせ先》

島根県西部農林振興センター農政部 TEL：0855-29-5754

詳しくはHPまで

美味しまね認証

Q検索

「ラン・ランサロン」開催しました

久代地区では、年間を通して奇数月に自治会協賛で各種サロン活動を催し地区民の方々と交流し親睦を深めています。



JA女性部久代支部では、部員が腕に縫りをかけて作った手料理を持ち寄り、毎年12月には地区公民館で「ハイキングランチ会」を開きます。



去年の、12月16日（日）に開催し3年目となりました。持込される手料理も根菜類や葉物を使った物に、肉・魚類・果物等、品数も25種類にもなり見た目や味、そして食感もそれぞれにプロの職人さんをも唸らせる品々が並びます。この日の参加者40名は、各家庭の味に舌鼓を打ちました。終了後の反省会では、次年度に向けて「献立は何にしよるか？」と思索します。その際、「百歳体操」にも取り組んでいます。久代女性部は、部員一同ますます元気いっぱい活動中です。

「ニコニコおむすび大作戦」全役職員で参加！



この日は、全職員による研修会（教育文化セミナー）が開催され、約170人が参加しました。女性部役員が朝早くから炊き込みご飯と白米を準備し、研修後職員は、準備された白米と炊き込みご飯で2個おむすびにし、豚汁と一緒に試食しました。

徳田マスエ部長は、『米の消費が減少している中、職員の皆様一人1個のおむすびが米消費につながる。1個でも多くのおむすびを家庭でも握っていただきたい。』と話されました。



いわみ中央地区本部女性部は、1月19日（土）に行われた全職員研修会にあわせ、「みんなでやろう！ニコニコおむすび大作戦」を実施しました。この運動は、全国女性組織協議会学習実践運動企画の一つである、『みんなでやろう！ニコニコおむすび大作戦』が全国の女性部組織で実施

出前授業「みそ玉」作り



1月26日（土）JAしまねいわみ中央女性部（部長 徳田マスエ）は、浜田市視聴覚障害者協会主催の「ろうあ者日曜教室」で、出前授業を行いました。今回の教室は「み

そ玉作り」ですが、実習に入る前に、まずはお米と味噌の基礎知識についての講義です。お米については、農産課の職員が講師となり、お米の品種による食味や栄養素の違いについて学びました。味噌については、徳田部長が味噌の基本的な作り方や昔と今の味噌作りの違いについて講義を行いました。

「みそ玉」は、ラップに味噌とだし、「ワカメ・麩・ねぎ・とろろ昆布など好みの材料を入れ、クルッと止めるだけで出来上がり。お湯で溶かせばすぐに飲めるので、忙しい朝や農作業の昼ごはんに便利です。参加者は、何種類かある食材の中から、好みのものを選びオリジナルみそ玉を作りました。

「うちのお米は炊き上がりが柔らかいけど、どうしてですか？」「麦麴と米麴の味噌はどう違いますか？」など、毎日食べるお米と味噌汁ですので、いろいろと質問が出ました。

炊きたての「つや姫」のおむすびと味噌汁で女性部も一緒に試食会を行い、交流も深まりました。





1月講義「乳がんチェック・リンパマッサージ」

JA女子大学いわみ中央キャンパス1月の講義『乳がんチェック・リンパマッサージ』を、講師にJA島根厚生連より保健師の金築先生と放射線技師の岩坂さんをお招きしてご指導いただきました。リンパマッサージの講義ではリンパコンディショニングといった筋肉の改善に重点を置いたリンパマッサージを体験しました。最初は暖房をつけていても少し肌寒い日でしたがリンパコンディショニングを終えた後には「リンパの流れがよくなってきたのか、体がすごくぽかぽかする。」といった声が出ていました。



続けて、乳がんチェックでは模型を触り、どこにしこりがあるか探しながら自己検診の仕方を学びました。現在、日本人女性の11人に1人が乳がんになるといわれています。乳がんを早期に発見できるよう、2年に1回のマンモグラフィ検診、月に1回の自己検診を行うことの大切さを今一度学びました。

今回の講義で学んだことを実践し、健康維持をしていきたいと思えます。

* JA女子大学OG会 *

各OG会の活動報告

JA女子大学1期生OG会なでしこの会（会長 宮本幸子）は、年明けに「新年会」を開催しました。普段なかなか活動に参加出来ない会員も、子供さんと一緒に参加。今回は、一人一品自慢の手作り料理を持ち寄った食事会となりました。韓国風のリマキヤ、炊き込みご飯、唐揚げ、オカラのサラダ、デザートにはロールケーキもありました。会の活動の振り返りや計画だけでなく、久しぶりに会った仲間との近況報告などで、話は尽きませんでした。

また、2期生OG会オリーブ（会長 柳楽真智子）も恒例のこんにゃく作りを行いました。手慣れた手つきで、ミキサーにかけたこんにゃく芋を混ぜ、型に入れ茹で上げていきました。「自分たちでこんにゃくを作り始めてからは、市販のこんにゃくじゃ触感や風味が物足りないよね。」と、出来上がったこんにゃくの調理法などを話しながら、茹であがりを待ちました。



オリーブ



なでしこ

3期生OG会クローバー（会長 山口温子）、4期生OG会紫陽花（会長 河野恭美）もそれぞれ、味噌作りを予定しています。

女子大学OG会は、今年もJAを拠点として様々な活動を展開していきます!!

『家の光』三誌前納購読普及運動展開

家の光・ちゃぐりん・地上の
年間購読受付中!

前納購読だと
1ヶ月分お得です

いわみ中央地区本部では、『家の光三誌』の年間購読普及運動を展開しています。

今、JAグループとして自己改革の実践が求められている中、JAしまねは、農業者の所得増大・農業生産の拡大・地域の活性化の3点を運動の柱として自己改革に取り組み、組合員・地域住民との接点をいかに増やすか、組合員の声を聴き、その声をJA事業の活動に反映させるために役職員一丸となつて取り組んでいるところです。その中の一つである生活情報誌『家の光三誌』を多くの組合員の皆様にご購読いただき、協同組合の役割や大切さをお伝えしていきたいと思ひます。年間購読ご契約いただきますと、もれなく総合ポイントが100ポイント加算されます。



食と農から始まる。JAグループのファミリー・マガジン
をぜひご購読ください!

読まずには
いられない!
新10連載
スタート!!



12月号から誌面を大幅リニューアル!

今知りたい! とっても気になる!!
フリー特集を毎月3本



女性組織活動にすぐ役立つ
手芸・健康のミニ特集を
毎月掲載!



料理記事は
ぱっと見やすく



年6回別冊付録付き
ひとつのテーマを掘り下げて紹介



協同や助け合いのたいせつさを
伝える記事、JA自己改革関連記事なども
タイムリーにわかりやすく掲載!



定価(税込) ●普通月号 617円
●付録月号(1・4・5・7・9月号) 906円
●家計簿付き12月号 1,008円

※タイトル・内容は変更することがあります。

お申し込みはお近くのJAへ | JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷船河原町11 TEL03-3266-9039 <http://www.ienohikari.net>

店舗閉鎖のお知らせ

いつも長沢事業所をご利用いただき誠にありがとうございます。
このたび長沢事業所は、
平成31年2月28日(木)
15時をもちまして
閉店させていただきます。

最寄り店舗のお知らせ

今後のお取引は『**浜田支店**』
をご利用いただきますよう
ご案内申し上げます。

■電話番号 22-8825

■住所 浜田市黒川町3741



虹のホール JA江津葬祭会館

江津市和木町1136番地35

☎0120-52-2354

<24時間・年中無休>

一般葬から家族葬まで皆様の想いに寄り添う
最後のセレモニーのお手伝い



家族葬

メモリアルホール
10名様程度



和室
15名様程度



一般葬

大ホール
120名様程度



中ホール
30名様程度





JALまねは、出産・育児を応援します！

出産・育児コミュニティ

JALまね

こども倶楽部



平成30年度 会員募集中。

- 対象** 島根県在住でご妊娠中の方
- 会員期間** ご入会日からお子様の1歳の誕生日末日まで
- 募集期間** 平成30年4月1日～平成31年3月31日

★下記、特典01から03については最寄りのJA支店よりご自宅までお届けします。(郵送での対応は行っておりません。)

入会金
年会費
無料

特典01
ご加入時に
オリジナル
限定品プレゼント

特典02
ご加入から
ご出産まで
たまごクラブ
お届け

特典03
ご出産時に
記念品
プレゼント

特典04
各種 お役立ち
情報お届け

- 会員専用アプリによる情報提供
- 子育て・地域に関する、お得で楽しい情報を「こども倶楽部通信」でお届けします。

特典05
お子様が
満1歳になるまで
ワクワクする
イベントご招待

※特典03の内容は、各地区本部により異なります。詳しくは、該当のJALまね地区本部窓口にお問い合わせください。

2泊とも選りすぐりの豪華 5つ星の宿 でゆったり

2泊・2~4名様で1部屋ご利用

全行程ベテランガイドがご案内

広島空港発着

桜咲くみなみ東北・名湯磐梯熱海・月岡温泉と越後の美人の湯として名高い

上越新幹線・絶景鉄道只見線乗車の旅 3日間



▲夏井千本桜 (福島県小野町)
福島県小野町にある桜の名所です。夏井千本川堤の両岸に5kmに渡り桜並木があり、両岸の遊歩道を利用して散策ができます。

日本唯一の赤瓦の天守閣

たっぷり100分お楽しみいただけます

日本三大桜

たっぷり40分お楽しみいただけます

▲三春の滝桜 (福島県三春町)
樹齢1000年超の紅枝垂桜です。国の天然記念物、日本三大桜、さくらの名所百選に選ばれている1本桜です。

▲会津磐梯山と桜
イメージ 残雪の残る標高1816mの会津磐梯山と桜。

▲鶴ヶ城 (会津若松城)
白虎隊の悲話で知られる松平藩23万石の居城です。明治7年に取り壊されましたが、昭和35年に天守閣が外観再建。平成23年には取り壊し前の赤瓦に葺き替えられました。「さくらの名所百選」の桜名所です。

2泊とも 極上のお宿にご宿泊

1泊目 磐梯熱海温泉 四季彩一カ

5つ星の宿

1日お風呂 2日お風呂

4月14日出発の磐梯熱海温泉のご宿泊は、同等クラスの5つ星の宿。

猪苗代湖から続く五百川の清流沿いに建つ豪華5つ星の宿。源泉掛け流しの温泉と旬の素材を使った匠の技が光るお食事をお楽しみください。

2泊目 新潟月岡温泉 白玉の湯泉慶

5つ星の宿

美人の湯として有名な月岡温泉の中でもひときり格調高く、随一の規模を誇る豪華5つ星の宿です。

旅のポイント

- 日本三大桜の「三春滝桜」日本の名所100選「鶴ヶ城」、福島県の名所「小野千本桜」、新潟県有数の名所「長岡悠久山の桜」を見学します。
- 桜名所のみならず、南東北に点在する歴史名勝・史跡をゆっくり巡ります。
- 全行程をご案内するバスガイドは、ガイド経験10年以上のベテランガイドです。ガイドの案内が旅をより充実させます。
- 2泊とも「5つ星の宿」に認定されている選りすぐりの豪華ホテルを利用します。2泊とも早めの到着でゆっくりお寛ぎください。

桜の開花時期

桜の名所	開花時期	見どころ
夏井千本桜	4月中旬	大規模な桜並木
三春の滝桜	4月上旬	紅枝垂桜
鶴ヶ城の桜	4月中旬	天守閣の桜
長岡悠久山の桜	4月中旬	大規模な桜並木

※過去4年間の開花時期に合わせて旅行を計画していますが、気象状況により桜の開花は変動します。全ての桜が咲いて、ご覧いただける場合もあります。予めご了承ください。

LINE@x4tour 株式会社農協観光

こだわりのお食事を
ご利用いただきました!!

1日目昼食 2日目昼食 3日目昼食

旅行代金 大人お1人様、2~4名様1室利用、指定配車場所起(税込)

139,800円

旅行出発日 平成31年 4月11日・14日・16日・18日

申込金 30,000円 (旅行代金2割) 締切日 東京ヤサカ観光バス 各出発日の20日前 (最少旅行人数10名以上)

添乗員 羽田空港から同行いたします。食事条件 朝食2回、昼食3回、夕食2回

コース表

日	行程
1	指定配車場所 → 広島空港(7時) → 羽田空港 → 東京スカイツリー → 福島県の名所「夏井千本桜」または「小野千本桜」の2000本並木 → 日本三大桜「三春の滝桜」(東北代表する樹齢1000年の本桜) = 美人の湯で名高い「磐梯熱海温泉」(お風呂) 新潟県産 早めの16時50分着
2	ホテル(8:00) = 残雪の会津磐梯山 = 白虎隊が眠る「桜吹く飯盛山」白虎隊や会津藩の資料を展示する「白虎隊記念館」 = 桜名所100選「会津若松のシンボル」鶴ヶ城 = 会津宮下駅(12:59) = 日本有数の絶景鉄道「只見線」に乗車して只見川第1-2橋梁を通過 = 会津柳津駅(3:23) = 地獄ポイントから只見川第1橋梁を渡る列車遠望 = 越後の名湯月岡温泉(お風呂) 新潟県産 早めの16時30分着
3	ホテル(8:00) = 越後の大地主家農の館「北方文化博物館」 = 新潟県有数の桜名所長岡「悠久山の桜」 = 魚沼で昼食(魚沼産コシヒカリと郷土料理) = 川端康成の作品「トノシロ」を扱った雪国であった「有名」越後湯沢駅 → 上越新幹線と普通車指定席 → 東京駅 → 羽田空港 → 広島空港(20:00-21:10) 広島県産 指定配車場所

総合ポイント対象旅行

JALまね 総合ポイントカード

01234567

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

旅行条件(要約) ※詳しい旅行条件を説明した書面をお渡し致しますので事前にご確認の上、お申し込み下さい。

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、下記によるほか、別途お選する取引条件説明書、契約書面、確定書面(最終旅行日程表)、及び当社旅行業取組募集型企画旅行契約の部によります。

- 旅行代金に含まれるものとは次のとおりです。
 - 旅行日程に明示した航空・船旅・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(バス料金・ガイド料金・入場料)、宿泊の料金・税・サービス料、食料の料金・税・サービス料)
 - 手荷物の運搬料金、団体行動中の中心、添乗員付コースの添乗員の同行費用、なお、これらの諸費用はお客様の都合により一部利用されなくても原則として払戻はいたしません。
 - この旅行のご都合と契約の成立時期及び旅行代金のお支払いについて
 - 参加のお申込みの際、当社所定の旅行申込書にご記入のうえ、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の際の差引させていただきます。
- 旅行条件の基準 この旅行条件は平成30年9月1日現在の運賃料金を基準としています。

国内旅行保険加入のおすすめ

お客様が国内旅行中に、急病かつ偶然な外来の事故が発生した場合、多額の治療費、移送費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賠償金回収が難しい場合があります。これらの移送費、また、死亡・後遺障害等を補償する国内旅行保険にお客様自身でご加入さ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。

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 串嶋 秀美

鳥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します)

旅行企画・実施・お問い合わせ・お申し込みは

NOKYO TOURIST CORPORATION 旅行業公正取引協議会 会員

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

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での取引に関する責任者です。このご旅行に関して不明な点がありましてご迷惑なく上記の取扱管理者におたずね下さい。
※お客様の状況によっては、当初の手配内容に含まれていない特別な記録、措置が必要となる可能性があります。詳細は別途お選する「旅行条件説明書」の3.お申込み条件とご確認の上、ご相談させていただきますので、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！ パーチク会 代表者 谷 栄さん



私たちの会は、「パーチク会」と言って歌の好きな者が集まって平成29年10月に発足しました。

目的は、歌（カラオケ）を楽しむ同志が共に集い大いに歌い語り合える喜びをとおして、自身の健康と、生きがいに結びつく事を共通の願いとしています。

会場は、弥栄の老人福祉センター2階、日時は月2回第1～3土曜日、13時30分～15時30分です。いつも楽しく懐メロや最近のヒット曲などピーチク・パーチク歌っています。会員は現在13人です。

興味のある方はのぞいて見てください。いつでも歓迎。お待ちしております。



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を期間限定の特別特価で紹介します。

自動ラップ機能搭載の家具調ポータブルトイレ。ワンタッチ機能で排泄物をラップできるので、バケツを洗う必要がありません。防臭効果のあるフィルムで汚物を密閉し、ニオイを防ぎます。

自動ラップ機能でらくらく後処理！

●ラップが巻かれる
排便後、リモコンのボタンを押すと自動ラップが開始されます。

●フィルムが自動で巻き出されます。
排便後を包み込むため、自動でフィルムが巻き出されます。

●密閉
排便後、自動的にラップが巻き出され、自動的にラップが切れます。

●切り離し
排便後、自動的にラップが切れます。

●専用蓋型を入れる
排便物の水分を吸収させるために使用します。

●リモコンの作動ボタンを押す
排便後、作動ボタンを押すと、ラップが巻き出され、自動的にラップが切れます。また、リモコンに排便物の位置が感知され、自動的にラップが巻き出されます。

●ラップ済み蓋を取り出す
自動的にラップ機能が完了すると、ラップが切れました。トイレから蓋を取り出してください。とアラウンスが鳴ります。

3月31日までの期間限定価格
税込 **¥138,240** → **¥100,000**

※別で交換フィルムカセット、凝固剤約60回分が税込¥3,240必要です

介護認定を受けられている方は上記の金額の1割～3割の負担で購入できます。

詳細は福祉センター 佐藤にお問い合わせ下さい
☎0855-22-8918

退職者 平成30年12月31日付
山田 睦江 (福祉センター)
右田 直美 (総務課付)
田尾 豊春 (農産課)

採用者 平成30年12月10日付
濱崎 麻子 (旅行センター)

人事異動

税務相談会
2月1日(金)から3月1日(金)まで
毎週金曜日に開催しております。
場所／いわみ中央地区本部1F応接室
時間／午前9時から午後3時まで

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。

年金相談会

2月26日(火) 浜田西支店
午後3時から午後7時まで

3月26日(火) 三隅支店
午後3時から午後7時まで

3月28日(木) 浜田支店
午後3時から午後7時まで



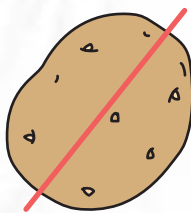
ジャガイモは 良い種芋を準備して、 適期植え付け

板木技術士事務所 ● 板木利隆

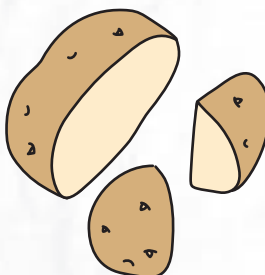
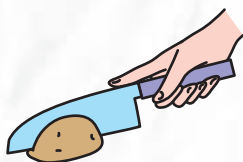
梅の花が咲き終わり、土のぬくもりが感じられる頃（関東南部以西なら3月上旬）になると、ジャガイモの植えどきです。あまり植え付けを急ぐと、地温不足のため芽が伸びてきません。また、植え遅れると、生育の後半期が高温になってしまい、芋の肥大の適温日数が足りず、後期には病害が多発して収穫が十分に上がりません。

種芋を選ぶ上で重要なのは、ウイルス病やその他の病害虫に侵されていない、検査に合格した、種子用として市販されている物を選ぶことです。休眠から目覚め、程よく芽が伸び始めた物を準備しましょう。

種芋の準備で大切なことは、大きい物は各片に芽が均等に付くように、縦に切り割り、1片を25~30gにしておきます。



左右で芽が均一になるように縦に切る



70~80gくらいの大きさなら2個に切り、さらに大きい場合は3~4個に切る

畑に植え付けるに当たっては、芋の切り口を下方に向けるように植え付けます。切って2~3日置き、断面を乾かして植えるのが良いともいわれていますが、良い種芋ならすぐに植えても差し支えないでしょう。

ジャガイモの品種は、長年の代表品種の「男爵薯」「メークイン」などだけでなく、各種の用途に向く個性派の新しい品種がお目見えしてきました。例えば「キタアカリ」（粉質、煮上がりが早く、レンジ調理にも）、「キタムラサキ」（皮、果肉共に紫、煮崩れ少）、「インカのめざめ」（濃厚で独特な風味、煮物、チップ、フライ、レンジ調理にも）、アンデス赤（粉質、良食味でサラダに向く、β-カロテン含量多）、「十勝こがね」（煮物、フライ、加工調理にも、貯蔵性高い）などです。「花標津」「レッドムーン」「ワセシロ」「ベニアカリ」「マチルダ」など、花色や花形を楽しめる品種もあります。

これらの新しい品種の種芋は、出回り量が少ないので、早めにJAや種苗会社到手配しておく必要があります。

ジャガイモは低温でもよく育ち、わずか3カ月余りで種芋の15倍も収穫できるので、早くから子芋をたくさん付けます。これらは早掘り（探り掘り）して、新鮮な春の味を十分楽しみましょう。

※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。



JALしまね 総合ポイントカード「おさいふカード」会員様へ

優待割引のお知らせ



JALしまね ×



メガネの三城

メガネ一式 10%OFF!! 補聴器 5%OFF!!

ご利用の際には、提携店舗にておさいふカードをご提示ください。

提携店舗 島根県内メガネの三城全店 ※他の割引が併用できない商品・サービスが一部ございます。詳しくは係員にお尋ねください。

お問合せ



JALしまね 本店経済部生活課 (TEL) 0853-25-8907

やっぱり玉泉!!

得々プラン

チャレンジ企画

平成最後だから
こんなこと
やっちゃいます!!

2名様~
14名様

日~金
限定

1日5組
限定

期間 平成31年1/4(金)~4/26(金)

除外日：土曜日、休前日

お1人様/1泊2食付
一室3名様~ 12,000円 (税込)

お1人様/1泊2食付
一室2名様 14,000円 (税込)

- 一、食前酒 柚子ワイン
- 一、前菜 沖縄の豆腐珍味 (シーマミー豆腐・豆腐よじ)
- 一、凌ぎ ミニ沖縄そば
- 一、椀物代わり 鯛と白葱鍋(焼炉)
- 一、造り サワラ炙り
- 一、焼き物 熟成和牛90分焼き(もも肉)
- 一、焗 炉 牡蠣の土手焼き
- 一、蓋 物 蟹と串の饅頭 すすな柚香揚げ
- 一、酢 物 ふぐ刺し
- 一、食 事 のどぐろ飯
- 一、香 物 2種盛り
- 一、デザート 梨のコンポート

山陰・山陽×沖縄
ケミンSHOKU会席

料理長のふるさと沖縄と
中国五県の郷土料理が食べられる

料理長が
アレンジを加えた
玉泉オリジナル

- 表記料金は消費税込・入湯税別途150円かかります。
- お部屋のタイプと、ご夕食会場はホテル側おまかせとなります。
- 夕食会場の個室指定は、別途料金を頂戴致します。

お申し込みはお近くの【JALしまね】旅行センターへ

JALしまね 旅行センター本部 TEL.0853-25-8907	斐川旅行センター TEL.0853-73-9625
農協観光 島根支店 TEL.0852-26-2600	石見銀山旅行センター TEL.0854-82-3501
やすぎ旅行センター TEL.0854-28-6699	島根おち旅行センター TEL.0855-83-0008
雲南旅行センター TEL.0854-42-9118	いわみ中央旅行センター TEL.0855-22-8820
出雲旅行センター TEL.0853-21-3305	西いわみ旅行センター TEL.0856-22-8587

ホテル玉泉 利用割引

一JA共済保養施設利用割引一 がご利用頂けます。
割引対象/本県JA共済加入者、組合員およびその家族
割引金額/宿泊 2,000円 休憩 1,000円
※一人当たりの利用金額が3,500円以上の場合適用致します。

JA共済の宿泊保養施設
曲水の庭
ホテル玉泉

出雲・玉造温泉 政府登録国際観光旅館(登録第880号)
島根県松江市玉造町玉造53-2 TEL.0852-62-0021代
http://www.hotel-gyokusen.co.jp

鶏肉と大根の薬膳風ピリ辛スープ



生姜、赤唐辛子で体がポカポカ温まるスープです。風邪のひき始め、風邪予防、冷え性解消にぴったりの料理です。他に入れてもおいしい材料は人参、しいたけ、玉葱、スベアリアなどです。

●材料 (4人分)

鶏もも肉	1枚	しょうゆ	大さじ1
大根	400g	コショウ	少々
白ねぎ	1本	酒	大さじ3
春雨	10g	酢	大さじ1
生姜	1かけ	水	4カップ
赤唐辛子	2本	クコの実	少々 (あれば)
塩	小さじ1/2	ガラスープ	小さじ2

●作り方

- ①鶏もも肉は一口大に切る。
- ②大根 大きめな乱切り。
- ③生姜 2つに切る。
- ④白ねぎ 5cmに切る。
- ⑤赤唐辛子 種を捨て半分にする。
- ⑥鶏もも肉、生姜、白ねぎ、赤唐辛子、水を火にかける。
- ⑦煮立ったらアクをとり10分煮る。
- ⑧大根を加える。
- ⑨大根がやわらかくなったら、春雨、調味料を入れる。春雨が柔らかくなったら出来上がり。

ヘルシードリユフ2種類



豆腐やじゃが芋で作っていることに気づきにくいドリユフです。カロリーを抑えたい人にもぴったりです。バレンタインに作ってみてください。

●材料 (8~10個分)

じゃが芋 (正味)	100g
チョコレート	50g
ココアパウダー	適量

●作り方

- ①チョコレートは細かく刻む。
- ②じゃが芋は柔らかくゆで熱いうちにマッシャーでつぶし、チョコレートを加えて混ぜ合わせる。
- ③好みの大きさに丸め、冷蔵庫で冷やす。ココアパウダーをまぶす。

●材料 (8~10個分)

絹ごし豆腐	50g
チョコレート	100g
ココアパウダー	適量

●作り方

- ①絹ごし豆腐を耐熱ボウルに入れてつぶす。板チョコを手で割りながら加える。
- ②電子レンジで1分加熱し、一度取り出してかき混ぜる。さらに30秒加熱し、なじませる。(ラップなし)
- ③②を冷蔵庫で冷やし固まったら、スプーン2個で丸めてココアパウダーをまぶす。

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。

今月の表紙は温泉津町の登り窯です。国内で最大級といわれる、長さ30mと20mの登り窯がある温泉津は、登り窯を築くのに適した傾斜地であったこと、付近で良質な陶土や釉薬が採れたことから、かつては大きな登り窯が立ち並んでいました。現在は3軒の窯元が作陶を続けていて、年2回の「やきもの祭」の1週間前には登り窯に炎が入る様子を見ることができます。

編集後記

今月号の健康散歩コーナーでは「笑顔で過ごすこと」の効果について取り上げています。振り返れば、仕事に追われて笑顔を忘れていたときは体調を崩しやすい気がします。いつでも笑顔でいたいものです。我が家の今年の初笑いは、元旦に子どもと大騒ぎでソリ遊びをした時です。(和)

【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。

