

2024
1
January
Vol.94

SNSで旬な情報を
投稿しています



JAしまねびより



特集

2024年

も農業の伸びしろたっぷり！

辰



可ーつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers

松本 悠太さん
[くにびき地区本部]

JALしまね いわみ中央地区本部版

初春のお慶びを申し上げます

役員一同



代表理事組合長
石川 寿樹

新年あけましておめでとうございませす。謹んで新春のごあいさつを申し上げます。令和6年の年頭にあたり、組合員の皆様から旧年中に賜りましたご支援、ご協力に対し、厚くお礼を申し上げます。

さて、昨年5月に新型コロナウイルスの感染症法上の位置づけが5類に移行した結果、経済・社会活動はコロナ前の姿を取り戻しつつあります。JAしまねにおきましても、通常総代会や農業まつりなどの各種イベント、JA青年組織・女性組織や生産部会の総会等も通常開催となりました。一方で、コロナ禍やロシアのウクライナ侵攻といった世界の混乱による物価高騰や急激な円安によって、燃油や飼料・肥料などの生産資材価格の高止まりが依然として続いており、農家経営は非常に厳しい状況となっております。

こうした中、JAしまねでは各地区本部の営農担当者が国の肥料価格高騰対策事業の申請支援を行い、申請件数

5,128件、支援金額3億1千万円を受け付けました。今後も役員総力をあげて農家支援に取り組んでまいります。

一方、事業運営につきましては、令和5年9月末決算において、計画を上回る成果を上げることができました。しかしながら、当JAの収益を支えてきた信用・共済事業部門の収益は、年々減少傾向にあります。我々JAの使命である農業振興を実践していくためには、盤石な経営基盤を確立することが重要であり、引き続き事業改革の取り組みを進めていく必要があります。

特に、営農経済事業改革では、農機事業において、昨年7月に全農とJAしまねの共同出資による「JA全農島根農機サポート株式会社」を設立し、11月1日より事業運営がスタートしました。今後は、組合員の皆様からの多様な負託に応じていくため、職員の技術向上に努め、IT・スマート農機や大型機械にも対応してまいります。

また、今年度より立ち上げた3つのプロジェクトにつきまして、鋭意取り組みを進めております。

1つ目の「しまねの有機農業・米粉生産拡大検討プロジェクト」では、国の「み

どりの食料システム戦略」に呼応し、持続可能な農業の可能性を拡げるため、これまで有機カボチャや有機米の実証に取り組みしました。今後も有機農産物の生産拡大を目指して、取り組みを進めてまいります。また、米粉振興につきましては、中山間地の水田維持を実現するため、米粉専用品種の試験栽培や製粉事業の検討にも着手しました。

2つ目の「ホームセンター連携検討プロジェクト」では、昨年11月の理事会でジュンテンドーとの連携が決定いたしました。今後は、ジュンテンドーとの協議を進め、組合員の皆様にとってのメリットを最大化できるよう努めてまいります。3つ目の「自動車燃料事業の県域会社化検討プロジェクト」では、事業の継続性と専門性の強化を目的に、県域で一体となった事業展開を進めていくため、会社化準備室を設置し、具体的な検討を進めてまいります。

結びに、組合員の皆様にとりまして、本年が実り多く、健康で明るい年となりますようお祈り申し上げます。年頭の挨拶とさせていただきます。

本年も、どうぞよろしくお願い申し上げます。



新年のごあいさつ

JAしまね女性部
部長 高橋 美佐子



新年あけましておめでとうございます。

日頃より女性部の活動に対しご理解とご協力をいただき心よりお礼申し上げます。

さて昨年を振り返りますと、ロシアによるウクライナ侵攻や円安が進んだことで国内ではさまざまな物価が上昇し国民の生活を圧迫しています。その一方で、新型コロナウイルス感染症が5類へ移行し、徐々にコロナ前の活気を取り戻しつつあります。

そのような中、私たち女性部の活動でも「〇年振り」という言葉が聞こえてくるようになりました。昨年7月には4年ぶりに中国四国地区JA女性組織リーダー研修会を、12月には5年ぶりにJAしまね女性大会を実開催することができました。これまでWEBでの開催を余儀なくされていましたが、こうして再び部員たちと顔を合わせて対話ができることの喜びを実感しました。

また、コロナ禍で困窮する学生や子どもたちを支援する目的で始めた“米一握り運動”も4回目を迎えました。今年度は2回に分けて行い、現在1回目が終了しました。JAしまねや鳥根県農協青年組織協議会にもご協力をいただきながら、県内の子ども食堂・フードバンク事業者などに多くのお米を寄贈することができました。この運動にご協力いただいた多くの皆様に感謝申し上げます。

最後になりましたが、今年はいこれまでの取り組みも大切にしながら、新しい時代の女性組織活動の実践を進め、ますます活力あるJA女性部ならではの活動を目指してまいります。今年も私たち女性部に変わらぬご指導、ご協力をお願いすると共に皆様のご健康とご多幸をご祈念申し上げまして新年のご挨拶とさせていただきます。



新年のごあいさつ

鳥根県農協青年組織協議会
会長 古川 敬



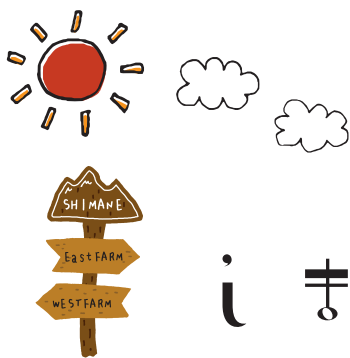
新年あけましておめでとうございます。

日頃より鳥根県農協青年組織協議会（以下、県青協）ならびに鳥根県内盟友の活動において、ご理解とご支援・ご協力頂いていることに対し厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、不安定な世界情勢が続き日本経済は深刻な影響を受け、多くの食料品や生活用品が値上がりいたしました。農業現場においても生産資材や飼料、燃料の高騰や農畜産物の需給ギャップ拡大が経営を圧迫してきております。

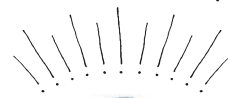
このような中、新型コロナウイルス感染症が5類に移行され「活動を活発に！」とも思いましたが、体力を消耗しているのは県青協も同じでした。各地区での活動も自粛や縮小傾向の流れは残っていましたが、それでも「各単組の総会への参加」、「鳥根県JA青年大会の開催」、「全国大会や中国・四国JA青年大会と研修視察への参加」、「鳥根県農林水産部・JAしまね・隠岐どうぜん若手畜産農家・鳥根県商工会青年部連合会との意見交換会の開催」、「国会議員への要請」など、WEBやLINE、SNSも活用しながら県青協として活動してまいりました。これからも農業青年の繋がりを基に、食や農業の大切さ・大変さ・魅力を発信していけるように幅広く意見協力を求め、農業振興や地域振興に繋げていきたいと考え、竜頭蛇尾にならぬよう県青協一丸となって取り組んでまいります。

最後になりますが、盟友の皆様と関係各位の皆様のさらなるご発展とご健勝を祈念申し上げますと共に、実り多き年でありますことをご祈願いたしまして新年の挨拶とさせていただきます。



つけた しまものファーマーズ

Shimane farmers



歴史ある八束町の牡丹栽培

まつもと ゆうた 松本 悠太さん(35歳)

今月はくにびき地区本部。松江市八束町で牡丹(ぼたん)の栽培・販売・普及に取り組む松本悠太さんにお話を伺いました。

伝統が途絶える危機感からの決意

島根県と鳥取県にまたがる汽水湖・中海に浮かぶ大根島。ここでは、生産量日本一を誇る牡丹の栽培が盛んです。島内の牡丹栽培は約300年前から始まったとされ、今も数力所の牡丹園が存在しています。

その中の牡丹園のひとつ「松本農園」で、すべての業務に携わる松本さん。20代前半の頃にデザインを学んだ後、地元会社に就職し、社内のあらゆる制作物のデザインをする仕事をしていました。

転職が訪れたのは、当時付き合っていた奥さんの実家へ挨拶に行った時。それまで家業のことは聞いていませんでしたが、松本さんは「服のボタンの工場かな？」と勘違いしていたほど牡丹について知らなかったそう。初めて花であることを知り、さらにお義父さんの「大根島の牡丹栽培は、高齢化によって衰退の一途を辿っている。後継者もおらず、このままでは日本一どころか、生産を続けることも難しい」という言葉に衝撃を受けたと言います。「長年の伝統が途絶える危機感を覚えた」と当時を振り返る松本さん。

その時働いていた会社も、自分たちで生産し、商品を生み出し、販売していく6次産業に取り組んでいたこともあり、今までの知識が何か役に立つかもしれないと、徐々に自分が受け継ぐ決意に変わっていききました。平成23年の結婚を機に大根島へ移住し、1年間の研修を経て、平成25年に松本農園の跡取りとして就農しました。

5年の歳月をかけて育てあげる牡丹

通常、春が見頃ですが、お正月に飾ると縁起が良いとされる牡丹。そのため、ちょうどお正月に花が

咲くよう、冷蔵庫などで寝かせておく抑制栽培を行い、年末に合わせ最も良い状態にする技術が必要とされます。また、牡丹は花を鑑賞できるようになるまで最短でも5年ほどかかり、非常に長い年月をかけて育てられています。

まずは芍薬の台木を2年かけて育て、3年目にその木と牡丹の穂(芽)の接ぎ木を行います。こうすることで、芍薬の力を借りて成長速度を何年も早めることができるそう。そして、さらに2年かけてやっと成木に成長します。松本さんは、「最初は理解するのが難しかったけど、5年の成長サイクルを一通り経験した時によやくコツがつかめてきた」と話しました。

それほど手間暇かけて作られる牡丹ですが、一輪の花を綺麗に鑑賞できるのは約3日間だけ。しかし、その一瞬の華やかな姿は、花火のようにインパクトが強く、ずっと人々の脳裏に記憶として残り続けます。そんな牡丹に魅了されたファンが全国に多くい



牡丹の接ぎ木苗を定植する松本さん



1年で一番忙しいのは年末の時期。お正月に綺麗な花を咲かせるため、気温などを確認しながら出荷作業を行います。

ます。「最初はお客さんに質問されても、答えられなかったんです。悔しさから猛勉強しました」と語る松本さん。今では、誰にも負けなくらい牡丹の知識を積み上げています。

感性と技術を活かしながら 情報発信を

松本さんが牡丹の栽培を始めてから身を持って感じたのは、牡丹に関する情報が圧倒的に少ないことだそう。どんな品種があつて、どういう育て方や管理をしたらいいのかわからないというお客さんも多いのだそう。その要望に応えたいと、ホームページをはじめ、インスタグラムやfacebookなどで情報を発信し続けています。それには、「花が美しく咲く3日間に至るまでの、牡丹のストーリーも知ってほしい」という思いも込められています。前職で培った技術を活かしながら、誰が見てもわかりやすい発信を心がけています。



362種が掲載されているデータベース本「牡丹名鑑」の制作にも参加。表紙は松本さんがデザイン。

体が資本の仕事だからこそ、 子どもと運動で体力作り

牡丹に携わるようになってから、頭の中は常に牡丹のことについてばいだという松本さん。プライベートでは2児の父として、休みがほとんどない中でも、作業の合間に子どもたちと関わる時間を大切にしています。近所の公園でサッカーをしたり、最近では親子でバドミントンクラブに加入したりして週1回汗を流しているそう。

県花をもっと多くの人に 喜んでもらいたい

島根県の県花として位置付けられている牡丹ですが、特に若い人たちにはあまり知られておらず、生産自体も徐々に衰退しています。松本さんは「もっとたくさんの人に見てもらいたい、喜んでもらいたい」と話しました。



牡丹について話す松本さん

最近では、JAと松江大根島牡丹協議会が行う「花育活動」に参加。先日は金沢と京都の小学校を訪問し、自分で作った紙芝居でわかりやすく紹介した後、児童たちと一緒に苗を植えたそう。こうして、周りの人たちとも協力し、全国への発信も積極的に取り組んでいます。今後は、新たな品種を増やし、1,000種類を

育てることが目標。その一方で、江戸時代から農家や愛好家によって伝え続けられた古典品種も大切にしたい気持ちも強い松本さん。「やはり昔の品種は、今の牡丹にはない良さがあるんです」とあらゆる所から古い品種を収集し、種を守り続けています。



松江大根島牡丹協議会の一員として「花育活動」にも積極的に参加し牡丹の魅力子どもたちへ伝えています。

長い年月をかけ、たくさんの方の手が加わることで、心を揺さぶるような情景を生み出す牡丹の花。春にはたくさんの方々が咲き誇る牡丹園を楽しんでもらいたいと、松本さんは日々邁進し続けています。

松江八束大根島牡丹

島根県の県花にもなっている牡丹。八束町での牡丹生産の歴史は約300年と古く、1955年頃には新しい栽培技術が導入され生産量が増えました。現在、大根島では年間約250種類、150万本を生産しています。大輪で色鮮やかな花は国内にとどまらず台湾など海外でも人気を集め、島根県が誇る代表的な花となっています。



プチっと
情報!

辰

しろたっぷり!



功」する年とも言われているそう！
続く中、龍が空を昇るように力強く困難を乗り越え、目標に向かって突き
(辰) ぷりにお話しいただきます！

雲南市大東町 雲南地区本部

藤原 潤さん(37)

主に綿花を栽培しています。周年出荷ができる栽培体系をとるために、昨年から綿花の他にカリフラワーなど3品目の野菜栽培を始めました。全ての品目が栽培期間中、農薬・化学肥料不使用です。今後は有機JAS認証取得を目指します。



隠岐の島町 隠岐地区本部

村上 淳一さん(42)

現在、島の香り隠岐藻塩米を生産しています。今年の目標は、味や品質面では決して他に引けを取らない島の香り隠岐藻塩米を皆さんに知っていただき全国区のブランドにすること。さらには海外の方にも食べていただいて、輸出にもつながっていきたいです。



斐川町 斐川地区本部

農事組合法人かわひがし
(井上富雄組合長)

米や麦、大豆の土地利用型作物を中心に、キャベツやサツマイモ、枝豆、たまねぎ苗など5品目の園芸作物にも力を入れています。所得の向上と水田園芸の振興につなげるため、今年産の収穫を目指し、たまねぎの生産にも挑戦を始めました。



大田市山口町 石見銀山地区本部

大國 裕紀さん(32)

祖父母の後継者として就農して7年。耕畜連携による稲わら利用促進に取り組みながら、繁殖和牛を25頭飼育しています。現在、家畜人工受精師資格の有効活用を目指して勉強中です。牧草地を拡充、増頭して、肥育にも挑戦したいです。



益田市遠田町 西いわみ地区本部

可部 泰成さん(24)

2020年に島根県立農林大学校を卒業後、益田市内の施設農家での研修期間を経て、昨年春から同市内の遊休ハウス4棟を借り受け、メロンとトマトの生産を始めました。学ぶことが多く不安はありますが、部会の先輩に教わりながら技術を身につけ安定経営を目指したいです。



2024年も

農業の伸び

新年あけましておめでとうございます。

2024年は辰年🐉古くから縁起が良いとされている辰(龍)にちなんで「上昇」や「成
そんな2024年第1号の特集では、生産資材価格の高止まりなど厳しい状況が
進む農業者の皆さんをご紹介します😊将来の目標や頑張っていることなど伸びしろたっ

松江市八幡町
くにびき地区本部

渡部 卓也さん(46)

2022年1月に独立し、イチゴ農園を経営しています。よりおいしいイチゴを目指して、本来の甘味、酸味、香りが出せるよう、愛情たっぷりに育てています。「あそこに行けばおいしいイチゴがある」と思っていただけのようなイチゴを、末永く作っていきたいです。



安来市伯太町
やすぎ地区本部

長野 倫樹さん(28)

寺田農園で高品質な牛乳を生産し、地域の方々や学校給食の安心安全な健康と食文化を支えるため、日々頑張っています。厳しい酪農情勢ですが、次の世代に繋げていけるよう、さまざまな取り組みを通して、持続可能な酪農家を目指します。



西ノ島町
隠岐どうぜん地区本部

道前遼太郎さん(27)

東京農大卒業後、アメリカへの留学、鹿児島での農家研修を経て2023年7月に西ノ島町に帰郷しました。現在は家族で繁殖牛を約110頭飼育しています。学んできたことや同町の放牧を最大限活用しながら、500頭規模に拡大する夢を持って、頑張ります。



出雲市大社町
出雲地区本部

谷口 太一さん(39)

ぶどう農家として新規就農を目指し、現在は研修を受けています。自分が栽培した作物で食べた人を感動させたいという想いから、勤めていた会社を辞めて就農を決意しました。今年は就農に向けて研修最後の一年。自信を確信に変える年にしたいです。



美郷町
島根おおち地区本部

木村 陸さん(20)

島根県立農林大学校を卒業後、地元に戻り昨年の春から就農しています。これから失敗もしながら経験を積んで、経営の安定を図りたいです。そのため、今栽培しているミニトマトの収量アップを目指して、日々全力投球で頑張ります。



浜田市吉地町
いわみ中央地区本部

吉岡 健児さん(31)

岡山県で2年間、椎茸農家のもとでの修業を経てUターンしたのち、2023年に就農しました。僕には「伸びしろ」しかありません。生産者は減少していますが、産地復活に向けて微力ながら頑張っていきたいです。バモス！



topics 1

島根県協同組合連絡協議会学習交流会を開催



島根県内の協同組合5団体で構成する島根県協同組合連絡協議会は12月11日、松江市の島根県林業会館で令和5年度島根県協同組合連絡協議会学習交流会を開きました。構成団体の役職員ら41人が参加。県内外の事例などから、人口減少が続く地域の課題に対して協同組合間の連携で何ができるか探りました。

当日は、地域連携について研究する島根県立大学地域政策学部准教授の田中輝美さんが『共存同栄』の未来に向けて」をテーマに講演。田中さんは浜田市金城町美又地区で「農協さん」の愛称で親しまれていた同JAいわみ中央地区本部の建物を活用し、地域の拠点づくりに取り組んでいます。講演では、外の仲間（関係人口）とのつながりが、人口減少時代における魅力的な地域・組織づくりになると話しました。

また、日本協同組合連携機構（JCA）の青木寛さんが全国の協同組合連携の取り組みの他、同機構の調査により島根県は協同組合の加入率全国1位であったことを報告しました。



興味深く講演を聞く参加者ら

調査によると…
JCAの

島根県は、もっとも協同組合が利用されている県
島根県は、もっとも色んな協同組合が利用されている県
島根県は、もっとも協同組合が知られている県
島根県は、もっとも協同組合が役に立っている県
島根県は、もっとも協同組合の職員が親切な県



このことから「島根県は、もっとも協同組合が地域とつながっている県」と評価されました

topics 2

中国・四国地区JA青年大会に盟友2名が出場！



11月16日に広島市で「中国・四国地区JA青年大会」が開催され、県代表として「JA青年の主張」にくにびぎ青年連盟の野津喜洋さん、「JA組織活動実績発表」ではやすぎ青年連盟の佐藤明次さんが出場しました。

野津さんが発表した「委員長はつらいよ。でもやってよかった～！」がJA青年の主張で優秀賞を受賞しました。

野津さんは、自身が9年間にくにびぎ青年連盟の委員長を務めた中で得たことを発表。人前に立つことが苦手だったが克服できたことや、大切な仲間ができたこと、経験値の向上と交友関係の広がりにつながったことを挙げ、他の人のために努めることは自身を成長させると呼びかけました。

佐藤さんは「食農でつながる持続可能な未来」をテーマにやすぎ青年連盟で取り組んでいる、「JA新入職員農業実習と女性部との連携による地元保育園児とのサツマイモ栽培体験」について発表。「なんかやろーやー」を女性部との合言葉に、より良い農業の実現や地域の発展を目指していることを伝えました。



自分の想いや青年部活動などについて発表した野津さん（写真左）と佐藤さん（写真右）

翌日の17日には3つのコースに分かれ、JA西日本営農技術センター、JA全農ひろしま和牛TMRセンター、生産者圃場などを視察しました。

topics 3

令和5年度産あすっこ出荷協議会を開催



JAしまねは11月14日、出雲市斐川町の同JA営農経済本店で令和5年度産あすっこ出荷協議会を開きました。山陰を中心とした6市場の関係者やJAアグリ島根、JA担当者らが出席し、本年度産の状況や市場情勢、出荷規格、出荷方法、販売対策などについて協議しました。

「あすっこ」はブロッコリーとビタミン菜を交配させて誕生した島根県オリジナル野菜。葉や茎など全て食べることができ、苦みやクセがないため子どもにも人気があります。

市場からは「年々認知度が高まっており、スーパーや学校給食、保育園などからの需要も多いが、出荷量が少なくお客様のニーズに応えられない。産地の作付けを増やしてほしい」と要望が集中しました。

同JA本店園芸販売課の西尾一俊課長は「もっと認知度が高まるよう試食宣伝など努力を続ける。併せて、ニーズに応えるため作付け増に力を入れていきたい」と意気込みました。



【あすっこ豆知識】

「あすっこ」は平成15年に誕生し、平成19年度産から本格的に販売を始めました。県オリジナル野菜として戦略的に取り組むため「あすっこ」の名称は商標登録され、他県への流出・使用を防止するという知的財産保護の措置を講じています。本年度産は11月中旬から出荷が始まっています。県内各地のスーパーなどで販売していますので、ぜひ手にとって食べてみてくださいね😊❤️

あすっこレシピ動画はこちらから▶



あなたもチャレンジ! 家庭菜園 春まきキャベツ

育苗管理が肝心

キャベツなどのアブラナ科野菜は夏まき栽培が一般的です。しかし、低温期に種まきをする春まき栽培では、早期に花茎が伸びて収穫できないことが起きます。適切な品種を選び、苗作りでの温度管理を上手にすれば、初夏に収穫する作型を成功させることができます。

品種

とう立ちしにくい晩抽性と収穫期の高温を避けられる早生性を兼ね備えた品種を選びましょう。

柔らかくジューシーな春系の「春波」(タキイ種苗)、「中早生二号」(サカタのタネ)などがおすすめです。

苗作り

発芽温度は、おおむね5～35度で、適温は20～25度です。その後の温度は、日中15～20度、夜間5～10度を確保します。そのため、トンネル内に温床マットなどで温床を作り、最低10度を目安に加温しますが、日中は25度以上にならないように換気をします(図1)。7.5～9cmポリポットに3、4粒まきし、本葉2枚で1本とし、本葉5、6枚の大苗に仕上げます(図2)。

畑の準備

畑1平方m当たり苦土石灰100g程度をまいて、よく土を耕します。畝幅70～80cm、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり堆肥1kgと化成肥料(NPK各成分10%)100gを施し、土とよく混ぜて畝を立てます(図3)。

植え付け

時期はソメイヨシノが開花する頃(気温10度以上)に、株間40cmに植え付けます(図4)。

追肥

結球期まで肥効が残らないように、定植後2週間程度で株の周りに化成肥料を1株当たり10gくらいまいて、株元に土寄せします。

病害虫の防除

気温が上がるとアオムシ、コナガの発生が多くなるので、BT剤などで防除します。

収穫

球が固く締まる前に早めに収穫します(図5)。

図1 加温育苗

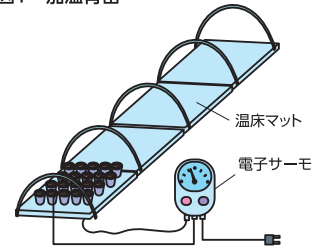


図2 苗作り

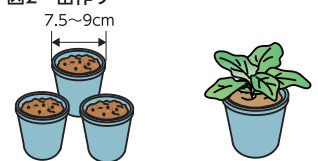


図3 畑の準備

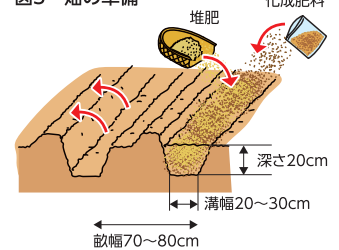


図4 植え付け

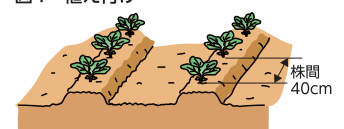


図5 収穫



栽培カレンダー (春まきキャベツ)

	1	2	3	4	5	6	7
冷涼地		●	▲	▲	▲	▲	■
中間地		●	▲	▲	▲	▲	■
暖地	●	▲	▲	▲	▲	▲	■

●種まき ●---●苗作り ▲植え付け ▲---▲生育 ■収穫

理事会情報 (11月29日開催)

【協議事項】

- 令和6年産島根米生産に係る考え方について(品種別作付計画)
- 生産資材事業におけるHCCとの連携について
- 自動車燃料事業の会社化について
- 雲南地区本部の経営改革について
- 令和5年度末決算見込(第1次)について
- 中間期ディスクロージャー誌2023について
- 組合と理事との取引(契約)の承認について(都度承認分)
- 今後の役員体制について
- 総代定数のあり方にかかる 総代・組合員への説明について
- 役員視察研修の考え方について
- 確定給付企業年金規約の一部改正について
- 勤務管理システムの更新について
- 役員退職慰労金の支給について
- 新人事制度導入に向けた今後の進め方について

理事会情報 (12月22日開催)

【協議事項】

- 東・中部集約米倉庫建設計画の見直しについて
- 有機多目的倉庫の新設について
- 令和5年産島根米の追加金について
- 広域施設利用玉ねぎの腐敗等による廃棄に対する生産者支援について
- 子会社等への役員の推薦及び派遣について
- 大口貸出について
- 第10回通常総代会および記念式典の開催について
- 令和6年1月からの専門委員会の委員選任について
- 島根県常例検査書(いわみ中央地区本部)の回答について

新年のごあいさつ



常務理事本部長 佐々木 豊

新年あけましておめでとうございます。
組合員並びに地域の皆様におかれましては、
新しい年を穏やかに迎えのこととお慶び申
し上げます。

平素より営農経済事業や信用共済事業を
始めJA運営に対し、格別のご支援ご協力を
賜り厚くお礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、五月に新型コロ
ナウイルス感染症が二類から五類へ移行して、
活動等への制約がなくなり、当地区本部に
おきまして、組合員並びに地域の皆様との
ふれあい活動を積極的に再開いたしました。
十一月にはグリーンフェスタはまだや各地域
での農業まつりを四年ぶりに、コロナ禍前の
規模で開催し多くの皆様にご来場いただき、
農林産物品評会を始め様々な催しを楽しん
でいただきました。

営農面ではウクライナ情勢を始め急激な円
安などにより特に燃油や飼料・肥料などの生

産資材の高騰も大きな改善はありませんでし
た。栽培面では天候も全般的には穏やかな年
でしたが、水稲においては梅雨明け以降の高
温等の影響により、全国的に一等米比率が下
がるなどにも、収穫量においても多くの農家
の皆様の声は、公表された作柄よりも低いも
ので、農家経済に厳しい影を落としています。

地区本部運営におきましては、昨年二月
二十七日より支店機能の見直しによる五支店・
二事業所・三ふれあい店体制に、また三月一
日より六営農経済センターを「あぐり中央」「あ
ぐり南」の二拠点にさせていただき、取次や
渉外活動を強化して対応する体制をスタート
しました。そのような中「あぐり南店」にお
きましては、集約直後に火災を発生させてし
まい、組合員並びに地域の皆様には大変ご心
配にご迷惑をおかけいたしました。現在再建
へ向け工事を進めており、新年度からは新店
舗での営業を予定しております。

また、昨年総代会でご承認をいただきました
た農業機械事業の子会社化におきましても、
十一月から新たに設立したJA全農島根農機
サポート株式会社として業務を始めました。
(株)オートパルみどりでの農機事業は新会社へ
引き継ぎましたが、当管内の事務所並びに担
当社員も今までどおり変わりありません。皆
様に安心してご利用いただける体制づくりに
努めてまいりますので、今後ともよろしくお
願いいたします。

本年は、当地区本部における経営改善計
画取組の三年目となります。「信頼と持続可
能なJAを目指して」持続可能な農業・地
域との共生の未来づくりや、組合員の皆様の
負託に応えるために、不断の自己改革並び
に事業改革を進め「持続可能な農業の実現」
「豊かで暮らしやすい地域社会の実現」「協同
組合としての役割発揮」を運動の柱として、
役員員一丸となって健全経営を行い、地域に
根差したJAとして協同組合運動を展開して
まいりますので、一層のご理解とご支援をお
願い申し上げます。

結びに組合員の皆様、地域の皆様にとりま
して、本年が健康で明るく実りの多い年であ
りますようにお祈り申し上げます。年頭のご挨拶
といたします。本年もどうぞよろしくお願
い申し上げます。

来年作に向けて 剪定講習会開催

いわみ中央ぶどう部会（塚本守部会長）は令和5年産ぶどうの出荷も終了し、次年産の栽培に向け冬季剪定講習会を開催しました。

11月24日（金）に浜田支部と金城支部、それぞれで開催し、島根県西部農林水産振興センター米山普及員より講習をいただきました。

当日、参加した生産者は約1時間の講習会では熱心に切り戻し方法や枝配置、誘引の仕方などを勉強しました。

講習会の中で「長梢剪定では自然形整枝では剪定によって樹勢の調節を行い、新梢が生育初期から揃って伸び、着色期には止まるような強さが理想であり樹全体として高品質な果実が収穫できるように、今年の生育状況を振り返って剪定方針を決定すること。若木では早期の樹冠拡大、老木では樹勢の回復、維持が重要。枝数、芽数が多く、樹勢が弱くなっている園も見られるため剪定で樹勢の強化を図る。短梢剪定では落葉し始めた11月上旬から12月中旬までに粗剪定を実施し切り口の乾燥や芽枯れを防止し、主枝から芽座が離れ発芽や樹勢が悪くなるのを防止するために1芽剪定を基本として実施してほしい」などと生産者に話しました。

今年産のぶどうは出荷量22・6t、販売金額39・728千円、単価1,752円/kgとなり昨年産を上回る実績となりました。



JASしまねいわみ中央ゴルフ友の会 チャリティコンペで地域貢献!

令和5年11月8日（水）に金城カントリークラブにて、JASしまね「いわみ中央ゴルフ友の会」チャリティコンペを開催しました。毎年、この時期のコンペはチャリティコンペと銘打って開催しており、この日は参加者23名の方から多くの寄付金が寄せられました。

集まりました寄付金は11月28日（火）に、同会の和田一隆会長が浜田市社会福祉協議会を訪ね、同協議会の中島良二会長に贈呈しました。

中島会長は、「JASゴルフ友の会のお気持ちに深く感謝する。浜田市の社会福祉事業に役立てたい」と謝辞を述べられました。

今後もJASしまね「いわみ中央ゴルフ友の会」は地域貢献活動を続けていきます。



きんさい市場周布店 閉店感謝祭

平成16年10月にオープンした「きんさい市場周布店」は、令和5年12月29日をもって閉店致しました。永きにわたりご愛顧頂いた地域の皆様へ感謝の意を込めて11月30日（木）に閉店感謝祭を行いました。

当日は、新米（つや姫）の無料配布や乾椎茸の詰め放題、旬の野菜の特売など、浜田西支店の来店感謝デーと併せて行いました。たくさんの方にご来店頂きました。

今後は「きんさい市場黒川店」を引続きご愛顧のほどよろしくお願い致します。



「焼き芋」販売イベント開催



12月7日(木) さい

んさい市場黒川店前で、いわみ中央産直協議会(浜田支部)による「焼き芋」(品種・紅はるか)販売イベントを開催しました。

今年は猛暑の影響でさつまいもの栽培管理が難しい状況ではありましたが、生

産者の方も毎年楽しみに待っているお客様のために一生懸命栽培しました。

気温が下がり少し肌寒くなってきたことから、焼ききたてホカホカの焼き芋を買いに来られるお客様も多く、「毎年この時期に開催してほしい」という声をたくさん頂きました。



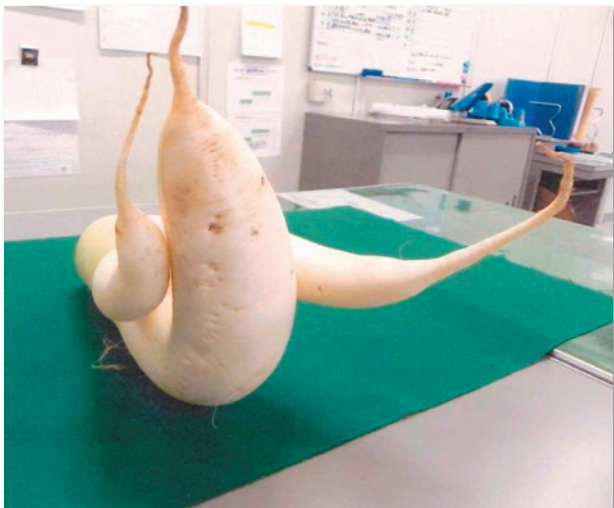
サプライズ

「ラジウタのロボット兵?」



三隅町芦谷 佐々木美代子さん

「踊る大根」



江津市跡市町 阿刀の里

農業用廃棄農薬の回収を行います

●回収日

令和6年2月15日(木)
午前9時~午後3時

●回収場所

あぐり中央店・あぐり南店

●処理単価

1kgあたり 500円(税込)

*回収に当たっては、毒劇物や農薬を取扱いますので回収場所は、あぐり店のみとさせていただきます。

*当日は必ず印鑑をお持ちください。

*農薬は必ず密封し、普通物・毒劇物に区別してください。(区別できない物は、毒劇物扱いになります。)

*当日、「廃棄用農薬処分申込書」に記名のうえ押印いただきます。





え~のう ちよっと宮農!! 新年明けましておめでとうございます。

2024年（令和6年）は辰（たつ）年です。動物にあてはめると竜（龍）になりますが、竜は十二支で唯一の想像上の生き物で、権力や隆盛の象徴であることから、出世や権力に大きく関わる年と言われています。

辰年が持つ意味としては、「変革や進化の年」と言われています。つまり、辰年に生まれた人々は大きな変化や進化を遂げることができる年となるでしょう。また、金運がよいとされることから、商売や投資などにも適した年となるでしょう。



1 私たちが食べているタマネギはどの部分でしょうか？

- ① 根
- ② 葉
- ③ 果実



6 ゴーヤの正式名称は何でしょうか？

- ① 苦瓜
- ② ゴーヤー
- ③ ツルレイシ



2 美味しいレタスを見極めるポイントは何でしょうか？

- ① 軽いものを選ぶ
- ② 重いものを選ぶ
- ③ 硬いものを選ぶ



7 ピーマンの苦みを抑える切り方はどれでしょうか？

- ① 横切り
- ② 縦切り
- ③ みじん切り



3 アスパラガスの保存方法として適切なものはどれでしょうか？

- ① 横にして野菜室に入れる
- ② 穂先を下にして野菜室に入れる
- ③ 穂先を上にして野菜室に入れる



8 ニラの香りの元はどの辺りに最も多く含まれているでしょうか？

- ① 葉の部分
- ② 葉と根元の間
- ③ 白い根元部分



4 タケノコの切り口に現れる白い粉の名前は何でしょうか？

- ① チロシン
- ② リコピン
- ③ カルシウム



9 ニンジンの栄養を効率よく摂取する方法はどれでしょうか？

- ① 蒸す
- ② 油を使って調理する
- ③ 生で食べる



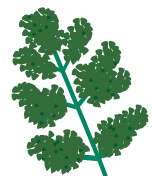
5 セリは三つ葉と似ていますが、見分けるポイントがあります。何でしょうか？

- ① 葉の枚数
- ② 茎の太さ
- ③ 葉や茎の色の濃さ



10 パセリを食べることで得られる嬉しい効果は何でしょうか？

- ① 筋力増強
- ② 脂肪燃焼
- ③ 口臭予防



※答えは20ページに掲載



西部農林水産振興センターからのお知らせ

農作業安全対策とGAP

令和5年10月は36件（うち30件が農業機械作業による）の農作業死傷事故が報告されており、うち14件が死亡事故、13件が重傷事故となっています。死亡事故の多くが、乗用型トラクター、コンバインなどの乗用機械の転落・転倒によるものであり、農道からの転落が主な要因となっています。

疲れているとき、時間に追われているとき、悩み事があるときなどは、集中力が保てず、脱輪しないよう徐行したり、整備時にエンジンを停止するなどの安全行動がおろそかになります。走行路の確認や、保護具の着用を徹底し、事故を未然に防ぎましょう。

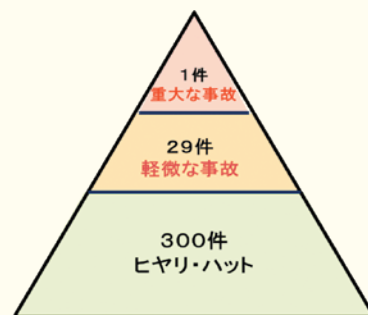
“ヒヤリ・ハット”の経験はありませんか？

労働災害における経験則の1つに「ハインリッヒの法則」があります。1つの重大事故の背後には29の軽微な事故があり、その背後には300の未然な事故（ヒヤリ・ハット）が存在するという考え方です。重大事故を防ぐためには、日頃からの小さなミスやヒヤリ・ハットを防ぐことが大切です。多忙な作業シーズンが一段落し、来期に向けた作付け計画の見直しや資材の発注をされる方も多い今の時期に、今シーズン感じた“ヒヤリ・ハット”を振りかえり、来シーズンに同じことが起こらないよう対策を検討・実施しましょう。

対策例（トラクターでほ場に進入する時の事故防止）



- ・安全フレーム、安全キャブの装備
- ・シートベルト、ヘルメット装着
- ・左右のブレーキペダルの連結
- ・速度を出しすぎない
- ・進入路の確認
- ・危険箇所の注意換気（看板）など



ハインリッヒの法則
Herbert William Heinrich (1886年～1962年)

GAP（Good Agricultural Practice：農業生産工程管理）とは

GAPとは食品安全、環境保全、労働安全等の観点から、生産・出荷工程において、事前に危害を及ぼす要因を検討し、未然防止のための管理手順、点検項目を定め、これに沿って農業生産の実施、記録、点検、評価を繰り返して行う一連の取組のことです。

上記の“ヒヤリ・ハット”の振り返りもGAPの取組の一部であり、危険な作業や場所等を洗い出して事前に対策を行うことが農作業事故のリスク低減に繋がります。

そのほか、GAPの取組を通じて、食品事故のリスク低減、資材の在庫管理による生産コスト削減、農場ルールの設定による作業環境の改善等、様々な農業経営の改善が期待されます。

島根県版GAP“美味しまね認証(安全で美味しい島根の県産品認証制度)”とは

美味しまね認証は、産品が県の定めたGAP基準に基づき生産されていることを認証する県のGAP認証制度です。この基準をクリアし認証を受けた産品は認証マークの表示ができます。

認証の取得方法や認証農場の一覧等は美味しまね認証ホームページに掲載されていますので、ぜひご覧ください。

美味しまね認証ホームページ <http://www.oishimane.com/>



問合せ先 島根県西部農林水産振興センター農業振興部TEL：0855-29-5622

いわみ中央地区本部



JAしまねいわみ中央女性部は、11月17日に邑南町で開催された西部3地区女性部ふれあい研修会に部員12名が参加しました。この研修会は西部3地区の女性部（島根おおち・西いわみ・いわみ中央）が一堂に集まり、レクリエーションなどの交流を通して親睦を深めることを目的に開催し、今年は島根おおち女性部が事務局となり企画されました。

西部3JA女性部 ふれあい研修会〜モルック体験〜



「モルック」が盛んとのことで、今回のレクリエーションにも取り入れられました。ルールは簡単で、「モルック」いう木の棒を投げて1〜12の番号が書いてある木のピンを倒し、倒れたピンに表示された数字や本数が得点になり競うもの。今回がモルック初挑戦という部員も多く、最初は戸惑い気味でしたが、慣れてくるとチームで作戦を立ててねらいを定め、倒れた本数に一喜一憂の盛り上がりを見せていました。その他にも「米の重さ当てクイズ」や「折り紙で箸置き作り」などの催しも行われ、部員同士の会話も弾み、3地区女性部の絆が深まった楽しい研修会となりました。

尾浜女性部 おせち作り



江津女性部尾浜支部（青木文江支部長）は12月3日、尾浜集会所でおせち料理を作りました。今回は家の光12月号から抜粋したレシピ「くるみの田作り」、「干し柿なます」、「キンパ風のり巻き」、「伊達巻き」4品のほか、アレンジした3品を作りました。出来上がった料理をいただきながら「全部おいしい！」と大好評。中でもカラフルな「キンパ風のり巻き」は味もいろど



りも人気でした。尾浜女性部は青木支部長を中心に、例年料理教室を行っていましたが、ここ数年はコロナ禍で活動ができなかったこともあり、久しぶりの料理教室に「やっぱりみんなで集まって作るの楽しくて美味しい！」と喜びもひとしお。笑顔で会話も弾んだ楽しいおせち料理づくりとなりました。



カレンジュラを使い、寄せ植え作りに挑戦しました。先生から植え付け方や管理方法、上手に育てるコツを丁寧に教えていただき、各自で彩や配置を考えながら植えていきました。仕上げに可愛いサンタクロースのプランターピックを押し出ま上がり。参加者は完成した寄せ植えをみんなで眺め合いながら、「お花があると華やかでハッピーな気持ちになるね」と笑顔で話していました。



12月9日、三隅町のミニグループ周布地早乙女会は周布地集会所で「寄せ植え教室」を開催しました。
講師に「くつろぎ庭」(益田市)の田中加奈先生を迎え、クリスマスイメージとした赤いシクラメンをメインにバコパ、

クリスマス寄せ植え教室 〜三隅周布地早乙女会〜

* JA女子大学OG会 *

フランス料理教室〜なでしこの会〜

JA女子大学OG「なでしこの会」は11月25日、いわみ中央地区本部でフランス料理教室を開催しました。講師には、長年茨城県のリゾートホテルなどで料理長をされていた岡本裕明シェフを迎え、冬野菜を使った「洋風茶碗蒸し」、「鶏モモ肉のガーリックソテー・きのこのソース」「チョコレートムースケーキ・オレンジソース」など3品に挑戦しました。

メインからデザートまでの一品一品、作り方を丁寧に教えていただき、メインの鶏モモ肉は、火を消したあとの余熱で仕上げることで、ポイルした野菜は焼き目をつけることで美味しさがグレードアップするなど、ちょっとしたプロのコツも教わりながら仕上げていきました。

浜田市内ではフランス料理を学べる機会が少ないため、会員たちも一流シェフの手ほどきを受けながら「家庭で手に入れやすい材料に工夫してあるのいいわ」「このオレンジソースは簡単にできてとっても美味しいわ」と盛り付け方や味にも大満足。調理の間、岡本シェフもフランス料理の歴史や修行時代の苦労話、地元金城町の話などとても気さくに話をされ、終始笑いの絶えない和やかな雰囲気での料理教室となりました。



岡本裕明シェフ



12月講義「おせち料理教室」

12月5日、JA女子大学7期生は石見まちづくりセンターで「おせち料理教室」を開催しました。【手作りおせちでお正月を迎えよう】をテーマに定番からカジュアルにアレンジした7品にチャレンジしました。生徒のなかにはおせち料理初挑戦の方もおられ、田作りのいりこの煎り加減や伊達巻きの巻きすの使い方に少し戸惑いながらも、作るうちに徐々に手際の良さを発揮し、7品を完成させていました。

出来たおせちの盛り付けは、簡単で華やかなワンプレートで。一品ずつ丁寧に盛り付け、飾り葉も縁起の良い南天や松葉をあしらい、昔ながらのおせちに現代風なセンスも光る華やかな仕上がりになりました。自分たちで手作りしたおせちの出来栄に「手間がかかり敷居が高いと思っていたおせち料理もやってみると意外に簡単にできて嬉しい」「買った伊達巻きよりすごくおいしい！家で作りたい」と満足そうな笑顔を見せていました。

古くから受け継がれているおせち料理の一つひとつの意味や由来を知り、いつもと一味違う願いのこもった手作りおせちで家族や大切な人とお正月を迎えられそうですね。



令和6年2月JA座談会 開催場所・日程のお知らせ



以下の日程でJA座談会を開催いたします。例年の座談会に合わせ、次回（令和8年9月頃）の総代選挙に向けた総代定数の見直しについても説明させていただきます。最寄りの会場にご参加いただき、皆様の声をお聞かせください。

対象店舗	開催場所	開催日 令和6年	開始時間
浜田支店	JA地区本部2階ふれあいホール	2月22日(木)	13:30
浜田西支店	周布まちづくりセンター	2月8日(木)	13:30
〃(長浜地区)	JA旧長浜事業所	2月8日(木)	9:30
〃(美川地区)	美川まちづくりセンター	2月22日(木)	9:30
〃(美川地区)	美川まちづくりセンター西分館	2月22日(木)	13:30
浜田東ふれあい店	旧上府事業所	2月1日(木)	13:30
江津支店	パレット2階会議室	2月20日(火)	13:30
	松平地域防災拠点施設	2月6日(火)	13:30
	松平地域コミュニティ交流センター	2月6日(火)	9:30
〃(江東地区)	都治地域コミュニティ交流センター	2月20日(火)	9:30
江津西ふれあい店	二宮地域コミュニティ交流センター	2月7日(水)	9:30
	跡市地域コミュニティ交流センター	2月7日(水)	13:30
	波子地域コミュニティ交流センター	1月31日(水)	9:30
三隅支店	JA三隅支店2階	1月30日(火)	9:30
	岡見まちづくりセンター	1月30日(火)	13:30
	井野みのり会館	1月31日(水)	13:30
金城支店	JA金城支店2階	2月5日(月)	9:30
	久佐まちづくりセンター	2月2日(金)	9:30
	美又まちづくりセンター	2月2日(金)	13:30
〃(波佐地区)	ときわ会館	2月9日(金)	9:30
	小国まちづくりセンター	2月9日(金)	13:30
雲城ふれあい店	みどり会館2階中集会室	2月15日(木)	9:30
	かたらいの家	2月15日(木)	13:30
弥栄事業所	JA弥栄事業所2階	2月7日(水)	9:30
	杵束まちづくりセンター	2月7日(水)	13:30
旭事業所	旭事業所2階	2月6日(火)	9:30
	木田生活改善センター	2月6日(火)	13:30
	和田まちづくりセンター	2月5日(月)	13:30
	都川高齢者活動促進センター	2月8日(木)	9:30
	市木生活改善センター	2月8日(木)	13:30

※座談会の時間は、おおむね2時間としております。
 ※JAしまね 総合ポイントカード「おさいふカード」をお持ちください。
 座談会出席ポイント(100ポイント)を付与させていただきます。



大型特殊自動車免許(農耕車限定)取得準備講習の開催について

農作業機付き農耕トラクターの公道走行について、「道路運送車両の保安基準第55条」に基づく基準緩和認定について公示され、公道走行が可能となりました。このことにより、各種灯火類の確認や車両幅の確認、安全性の確認に加え、免許の確認が必要となりました。

つきましては、以下について注意が必要となりますので、所有のトラクターを確認して下さい。

- ①灯火器類の確認 農作業機を装着しても灯火器類が確認できること
確認できない場合は新たに灯火器類の設置が必要
元ある灯火器類から農作業機が40cmを超える場合、作業機に反射板が必要
- ②農作業機を装着した状態で車両幅が1.7mを超える場合は両側のサイドミラーが必要
- ③農作業機を装着し、車両幅が2.5mを超える場合は、道路管理者の許可が必要
- ④農作業機を装着した場合は、運行速度15km/h以下
- ⑤農作業機を装着した状態で、長さ4.7m以下・幅1.7m以下・高さ2m以下・速度15km/h以下の機種では、小型特殊・普通免許で運転可能。上記のいずれか1項目でも超過した場合は、**大型特殊免許(農耕用限定でも可)**が必要

上記⑤のようにロータリー等を装着した場合、幅が1.7mを超える機種を使用されている農業者が多いことから、大型特殊免許(農耕車限定)取得に向けた準備講習会を下記の通り開催致しますのでご案内申し上げます。

日程

準備講習会：令和6年2月17日(土) 8:30~17:00

資格試験：令和6年2月19日(月)

定員

資格試験受入体制のため **催行人数10名**とさせていただきます。

※次年度以降の開催については未定です。免許取得ご希望の方は、できるだけ今回の講習・試験を受けて頂くようご案内申し上げます。

場所

準備講習会：JAしまね 石央米倉庫構内 浜田市下府町(現地集合)

資格試験：島根県西部運転免許センター 浜田市竹迫町2385-3

費用

①準備講習経費：11,000円 ②試験、登録費等：5,450円 合計**16,450円**

申込締切

令和6年2月2日(金)

申込方法

いわみ中央地区本部営農企画課(肥後)まで申込をお願いします。

TEL：0855-22-8812

※申込受付者へ後日案内文を送らせて頂きます。

きてみちゃんさい参加者募集 ~みそ作り~

安心・安全!! 手作り味噌

JA女性部が企画する研修会です! 研修会を通して新しい仲間をつくりませんか?

開催日：令和6年2月15日(木) 13時30分~16時00分

会場：JAしまねいわみ中央地区本部 2階 ふれあいホール

講師：JA女性部

参加費：2,300円(出来上がり約4kg) 当日集金

持参品：エプロン・三角巾・マスク・保存容器(瓶・タッパーなど)

定員：30名 ※男性・女性 問わず参加可能です。

締切日：令和6年1月30日(火) ※定員になり次第締め切らせていただきます。

*** JA女性部と一緒にやりたい事を見つけて、楽しく学びましょう!! ***



お申込み・問い合わせ先 いわみ中央地区本部 ふれあい課 TEL:0855-22-0202 FAX:0855-23-3184

無料

JA税務相談会 ご利用下さい

2月2日金・2月9日金・2月16日金・
2月22日木・3月1日金

時間 / 9:00 ~ 17:00

場所 / JAしまねいわみ中央地区本部 1階

次の中から相談時間をお選び下さい

- ① 9:00~10:20 ② 10:30~12:00 ③ 13:00~14:20
④ 14:30~15:50 ⑤ 16:00~17:00

ご準備していただくもの ★相談内容にかかわる資料 ★領収書など



©よりぞう

※ご相談には予約が必要です。お早めにお申込下さい。
最寄の支店、またはいわみ中央地区本部金融課までお申込下さい。
(金融課) TEL : 0855-22-8853

ちょっと宮農!! クイズ答え

13ページに掲載



- | | | | |
|---------|--|----------|--|
| 1 ... ② | ② 厳密に言えば「葉鞘（ようしょう）」と呼ばれる葉の付け根部分になる。 | 6 ... ③ | ③ イボに覆われた外観と完熟すると甘くなるという2つの特徴がレイシに似ている。 |
| 2 ... ① | ① 普段は重いものですが、レタスは逆。柔らかくて苦みも少ない傾向にある。 | 7 ... ② | ② ピーマンの苦み成分は細胞が壊れることで発生します。（ピーマンは縦に繊維） |
| 3 ... ③ | ③ 乾燥に弱いため水分を保つことが必要。 | 8 ... ③ | ③ 香りの元は「アリシン」。アリシンは根元の白い部分に多く含まれている。葉先の4倍。 |
| 4 ... ① | ① チロシンには脳や神経を活性化させ、集中力を高める効果があるとされている。 | 9 ... ② | ② βカロテンという栄養素を多く含む。βカロテンは油に溶けやすい。 |
| 5 ... ① | ① 葉っぱの枚数で見る。三つ葉は1本の莖から3枚、セリには5枚の葉がある。 | 10 ... ③ | ③ パセリのどくとくなくな香りは「アピオール」という精油成分。食欲増進や疲労回復に効果。 |



地域の話題

古代ロマンに思いを馳せる

高角山公園

今回ご紹介させていただくのは、江津市島の星町にある高角山公園です。

こちらには、万葉歌人で有名な柿本人麻呂とその妻依羅娘子（よさみのおとめ）の銅像が平成18年に建立されています。この銅像には江津市が将来にわたり、万葉にゆかりのある地として語り継がれることを願う意味が込められています。

柿本人麻呂はこの江津の地で依羅娘子と出会い数多くの愛の歌を残しました。その歌の一部は音声で再生することができ、二人の心情を交互に表現した歌を感じるができます。さらに山頂に登ると柿本人麻呂が詠んだ歌碑がある他、展望台からの景色は日本海や江の川を一望することができますので心を落ち着かせる場所としてぴったりかもしれません。江津市にお越しの際はぜひ、足を運んでみてはいかがでしょうか。



いわみ中央地区本部

いわみ中央地区本部 ローンセンター

ローン相談開催中 第2・第4土曜日開催!

2月 10日・24日

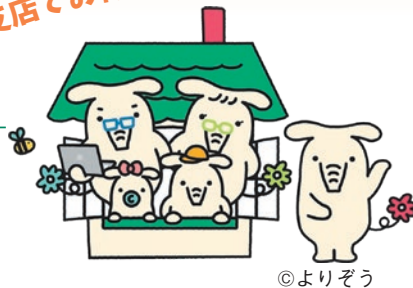
受付時間 / 9:30~16:00

お問い合わせ

JAしまね いわみ中央統括支店ローンセンター
〒697-0024 島根県浜田市黒川町3741

Tel (0855) 22-8816 Fax (0855) 22-0203

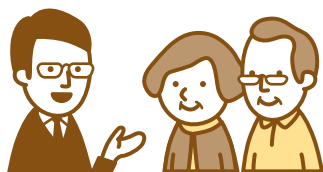
いわみ中央地区本部1階
浜田支店でお待ちしております!!



©よりぞう

年金相談会

2月15日(木)
浜田支店
午前10時から
午後6時まで



メガネ・補聴器の専門店 PARIS MIKI

1級 眼鏡作製技能士

運転用、読書パソコン用、遠近両用でも

「移動型店舗
パリミキカー」

認定補聴器技能者

メガネ一式

¥13,200~税込

メガネ&サングラス
300本~

移動型店舗 店長 狩野 昭弘

お問合せ、訪問のご相談は 直通 ☎ 090-6955-1612 へ お気軽にどうぞ

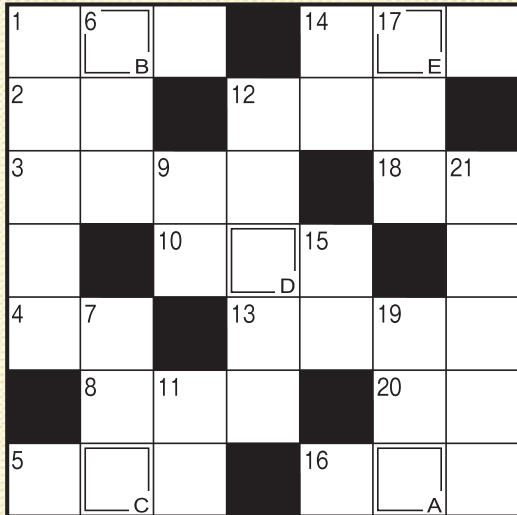
令和6年 2月度 JA巡回スケジュール いわみ中央地区

5日(月)	9時~14時	Aコープあさひ	19日(月)	9時~14時	Aコープやさか
6日(火)	9時~14時	Aコープみすみ	20日(火)	9時~14時	旭事業所内 【補聴器 体験相談会】
7日(水)	9時~14時	金城支店前	21日(水)	9時~17時	三隅支店 展示会
15日(木)	9時~12時 13時~16時	旧 江東事業所 旧 松川事業所 P	22日(木)	9時~16時	Aコープみすみ P



二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

出題 ● ニコロ



答え

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

タテのカギ

- ①フキの花茎のこと
- ⑥銀世界を眺めて楽しめます
- ⑦ガイド——を片手に観光地を巡った
- ⑨安倍川にして食べようかな、磯辺巻きもいいな
- ⑪日没のことを日の——ともいいます
- ⑫雪だるまを英語（片仮名語）でいうと
- ⑭佐渡島にはこの鳥の保護施設があります
- ⑮漢字には音読みと——読みがあります
- ⑰平方根を表す記号
- ⑲魚偏に「弱」と書きます
- ⑳中国や台湾の旧暦の正月

ヨコのカギ

- ①最低気温が0度より低い日
- ②現代人は電子——に囲まれて暮らしています
- ③水筒に入れます
- ④ヒヒーン!といもなく動物
- ⑤スマホに入れたり消したりします
- ⑧ベッドが2つある部屋
- ⑩頬のこと。——ダンス
- ⑫スラロームやモーグルなどの種目があります
- ⑬人がいっぱいに入っている状態
- ⑭西アジアの国の1つ。首都はアンカラ
- ⑯空気が乾燥しているので——器をつけた
- ⑰節分の豆を——の数だけ食べた
- ⑱実がなるまでの期間が短めの品種のこと

応募要項

● 応募方法

ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・ご感想を記入して、下記宛先にお送りください。

● 賞品

正解者の中から抽選で40名（J Aしまね全体）の方に「農協全国商品券」をお贈りします。

● 当選者発表

賞品の発送をもってかえさせていただきます。

● 宛先・締切

〒697-0024 浜田市黒川町3741番地
J Aしまね いわみ中央地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2024年2月2日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「ハツヒノデ」



「家の光」2月号 定価629円
ご購入はお近くのJAへお問合せください。

「家の光」でも俳句・川柳・詩・短歌を毎月募集しています。こちらへもぜひご応募ください！



佳作
 賀状書く年に一度のラブレター
 人生は片道列車秋風裡
 日のあたる小庭眺めて蜜柑むく
 簸川野を二重に巻きてしぐれ虹
 白鳥の声に振り向く男かな
 出雲市 北村 功様
 出雲市 金山 陽様
 邑南町 三宅伊知枝様
 出雲市 小豆澤典子様
 松江市 岩成 薫様

君ならば出来る大根引くことも
 津和野町 田中とよし様

ココロと何やら楽し木の实かな
 出雲市 中尾真紀子様

偕老の婦唱夫随や年の暮
 出雲市 藤江 堯様

優秀賞

焼箸を一口母の口元へ
 益田市 竹田 数子様

最優秀賞

俳句の広場

選句者「白魚火」編集長・副主宰
 安食彰彦先生

J Aしまねびより、皆様からの俳句・川柳を募集しています。締切は毎月14日必着です。（最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句）2月号は川柳を募集します。1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。

応募方法
 俳句または川柳、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、ハガキ、FAX、Eメールのいずれかでご応募ください。
 ※応募作品は自作で未発表のものに限ります。
 ※応募作品の一切の権利は、J Aしまねに帰属するものとします。
 ※受賞作品は地域名、氏名（または雅号）を掲載します。

あて先
 〒690-0887 松江市殿町19-1
 J Aしまね ふれあい福祉課
 「俳句の広場係」または「川柳の広場係」
 F A X : 0852-67-7708
 Eメール：fureai.hon@ja-shimane.gr.jp



最優秀賞、優秀賞の4名様には「農協全国商品券1,000円分」をお贈りします。

・お預かりした個人情報、プレゼントの抽選・発送のみに使用し、その他の目的で利用することはありません。



家計の負担を抑えたい方必見! JA共済

JAの自動車共済にすると

島根県で約150,000台=約4台に1台が
選ばれてます!! JAの自動車共済です!!
令和5年3月末時点JA共済自動車保有台数

えっ!こんなに安くなるの!?

JAの自動車共済ならこの保障内容で
“えっこんなに安くなるの”と驚きのご提案ができるかも!?
※車種等によっては共済掛金が安くない場合もございます。

共済掛金例 **軽自動車**

日産 **デイズ**
自家用軽乗用車
型式: B43W



車両保障 **130万円**の場合

車両保障なし
月払 **1,790円** 一時払 20,070円

車両保障あり
全損害担保 月払 **3,490円** 一時払 39,100円

共済掛金例 **普通乗用車**

トヨタ **ヴォクシー**
自家用普通乗用車
型式: ZRR85W



車両保障 **270万円**の場合

車両保障なし
月払 **1,300円** 一時払 14,370円

車両保障あり
全損害担保 月払 **3,070円** 一時払 34,200円

(保障内容・ご契約例) 個人契約/共済期間: 12か月/等級: 20等級(事故有係数適用期間0年)/運転者年齢条件: 35歳以上限定保障/記名被共済者年齢階別掛金区分: 40~49歳/車両保障: 有(車両共済金額別掲)、免責金額5万円/対人賠償: 無制限/対物賠償: 無制限(対物超過修理費用保障付)、免責金額0円/人身傷害保障: 3,000万円(被共済者限定特約: 有)/傷害定額給付保障: 1,000万円(標準型・被共済者限定特約: 有)/弁護士費用保障特約: 有/長期優良契約割引: 有(適用1年目)/ゴールド免許用掛金/自動継続割引: 有/自賠責共済セット割引: 有/新車割引: 有(初年度登録: 令和3年4月)/※各種割引の適用には一定の条件があります。※令和5年1月現在の共済掛金です。

お見積り依頼、お問合せはこちらから
お見積りは簡単! しかもJAなので任せて安心です!



お近くの支店・共済担当職員まで
お気軽にお問い合わせください!

※この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。 23320320171



JA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

JAしまね×洋服の青山・はるやま

店内全商品 割引後価格から更に

10%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 〈洋服の青山〉松江店・島根斐川店・出雲浜山通店・浜田店・米子本店・三次店
〈はるやま〉松江店・島根三刀屋店・出雲店・島根大田店・浜田店・益田店・米子店・三次店

※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。 ※洋服の青山ではAOYAMAタイアップカード入会(入会無料)が必要となります。

JAしまね

お問合せ / 本店経済課

TEL : 0853-25-8912



本誌は地球環境に優しい植物油インクを使用しております。



白菜と豚肉のミルフィーユ&かき玉スープ



コメント

- ・蒸し汁に溶けだしたうまみと栄養もスープにしておいしくいただけます。
- ・耐熱皿に白菜の重ねたものを乗せ、ラップを軽くかけてレンジ(600w)で12~15分加熱しても出来ます。
- ・白菜の厚みのある部分はすりこ木などで叩いておくとの熱の通りが早いです。

アレンジ

- ・豚肉を鶏ミンチに代えたり、薄切りにしたエリンギやスライスした人参、粉チーズをプラスして挟んだりしてもOK!
- ・土鍋に重ねた白菜を詰め合わせて入れ、日本酒またはワイン100ccを注ぎ、15分蒸し煮にすると鍋料理に。

材料(4人分)

- ◆ミルフィーユ
 - 白菜…………… 8枚(600g)
 - 豚バラ肉…………… 250g
 - 塩こしょう…………… 少々
 - 人参…………… 1本
 - しいたけ…………… 2枚
 - ブロッコリー…………… 1/2株
 - 水…………… 200cc
- A ねぎ(みじん切り)…………… 1本(50g)
- しょうゆ・酢・砂糖…………… 各大さじ2
- ごま油…………… 小さじ2
- ◆かき玉スープ
 - 白菜蒸し汁+水…………… 600cc
 - えのきたけ…………… 1袋
 - 青梗菜(小)…………… 1株
 - 卵…………… 1個
 - 塩…………… 小さじ1弱
 - しょうゆ…………… 小さじ1

作り方

- ◆ミルフィーユ
 - ①豚バラ肉は半分の長さに切り、軽く塩こしょうをふる。
 - ②人参は皮をむいて、7mmの厚さの輪切りに、しいたけは半分に、ブロッコリーは小房に分ける。
 - ③白菜1枚をまな板の上に置き、その上に豚バラ肉を広げて乗せる。半分量の豚バラ肉と白菜を交互に重ねて、手で軽く押しなじませ、4等分に切る。残りも同様に重ねて切る。
 - ④フライパンに③を並べ入れ、人参、しいたけも隙間に置き、水200ccを加えてフタをして火にかける。豚バラ肉に火が通るまで10~15分間蒸す。途中でブロッコリーも加え火を通す。
 - ⑤火の通ったミルフィーユを半分に切って皿に盛り付け、混ぜ合わせたAのねぎたれをかける。
- ◆かき玉スープ
 - ①えのきたけは根元を除き、半分の長さに切る。青梗菜は2~3cmの長さに切る。
 - ②白菜の蒸し汁と水を合わせた600ccとえのきたけを鍋に入れ、火にかけ沸騰したらアクを取ってから青梗菜を加え、塩としょうゆで調味する。
 - ③溶き卵を加えて、火を通す。

材料(4人分)

- 大根…………… 600g(2/3本)
- A 鶏がらスープの素…………… 大さじ1
- 水…………… 1カップ(200cc)
- エビ…………… 300g
- しめじ…………… 1袋
- ブロッコリー…………… 1/2株
- 生姜…………… ひとかけ
- 塩こしょう…………… 少々
- 牛乳…………… 50cc
- 片栗粉…………… 大さじ1
- 水…………… 大さじ2
- ごま油…………… 大さじ1

作り方

- ①大根は皮をむいて1.5cm角に切り、耐熱皿に大根とAを入れ、ラップをしてレンジ(600w)で10分加熱する。
- ②エビは背中に切れ目を入れて、背ワタを取り洗って、水気をきる。
- ③生姜はみじん切りにし、しめじ、ブロッコリーは小房に分ける。
- ④フライパンに①の大根を汁ごと入れ火にかけ、軟らかくなるまで煮る。
- ⑤③を④のフライパンに入れ、火を通し、塩こしょうをふる。
- ⑥牛乳を加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑦最後にごま油を回し入れる。

大根とえびの中華風ミルク炒め



コメント

- ・大根に鶏ガラスープの素を振りかけてレンジで加熱すると、じゅくり煮込んだ『時短! 味シミシミ大根』に!

アレンジ

- ・エビをホタテ、タラ、鶏肉、豚肉、ハム、ウインナー、ベーコン等に代えても美味しいです。
- ・大根を蕪に代えたり、太ねぎ、人参、白菜、カリフラワーなどいろいろな野菜とも組み合わせたりして楽しめます。

健康散歩

带状疱疹

JA島根厚生連

近年、带状疱疹を発症する人が増加していますが、皆さんは带状疱疹がどういったものかご存じでしょうか。

带状疱疹の原因は、水疱瘡(みずぼうそう)の原因と同じ「水痘・带状疱疹ウイルス」です。初めてこのウイルスに感染した時は、水疱瘡として発症します。1週間程度で治りますが、治癒後もウイルスは神経節(末梢神経系の神経細胞が集まっている部分)内に潜伏します。加齢や、ストレス、病気などで免疫が低下するとウイルスが再活性化し、带状疱疹を発症するといわれています。特に50歳以上は带状疱疹の好発年齢です。

带状疱疹を発症すると、身体の左右どちらかに発疹や水疱が現れ、強い痛みを伴います。神経節に潜むウイルスが神経に沿って移動し症状を引き起こしますが、神経は全身に張り巡らされているため、様々な部位に症状が現れます。最も多くみられるのは胸から背中にかけてです。



また、顔面や眼の周囲も発症しやすい部位で、全体の半数以上が上半身に発症します。带状疱疹のほとんどは、早めに医療機関に受診し治療を受ければ(発疹が出てから

72時間以内に抗ウイルス薬を使うことが望ましいとされています)完治します。しかし、带状疱疹の治療が遅れた場合は、神経自体が傷つき、皮膚症状が治まった後も長期間にわたって痛みが続くことがあります。これを带状疱疹後神経痛といい、その痛みは極めて強いです。带状疱疹後神経痛を防ぐためにも、できるだけ早く治療を始めウイルスを抑えることが重要ですが、仮に皮膚症状が治まった後も痛みが続く場合は、医師に相談しましょう。

带状疱疹の予防として50歳以上を対象とした带状疱疹ワクチンの接種(予防接種)が推奨されています。予防接種をすることで免疫が強化され、発症をある程度予防することができます。仮に発症したとしても軽症で済むという報告があります。皮膚科などで接種できる場合があるため、50歳以上の方はワクチンの接種を検討するといでしょう(予防接種の対象者等は医師にご確認ください)。また、発症予防には免疫力を低下させないことが重要です。免疫力を低下させないことは、带状疱疹に限らず、様々な病気の予防にも大切なことです。食事や睡眠をしっかり取るなど規則正しい生活を心がけ、日々の体調管理に気をつけて過ごしましょう。

【編集後記】 新年あけましておめでとうございます。新しい年が始まりましたが、皆さんはどんな1年にしたいですか? 私はさまざまな所に出かけること、早起きして朝の時間をしっかりとることが目標です! 今年もよろしくお願いたします。(古)

