

JAしまねびより

2020

4

April
Vol.49

特集 島根の農産物のセールスマン

私たちが
販売戦略室です!



島根の
いいもの再発見!!

乳牛

[益田市]

詳細は6ページへ



JALしまね 出雲地区本部版

来月の
外勤日は

5月16日(土)

topics 1

エコバッグ貸します！

「循環エコバッグ」で環境保護

JAしまねいわみ中央女性部弥栄が、浜田市弥栄町のAコープやさかで「循環エコバッグ」活動を始めました。エコバッグを忘れた来店者は、店舗にある女性部員が持ち寄ったエコバッグを使い、次の来店時に返却する仕組みです。

「うっかり忘れた」という人のため、「家にあるエコバッグが共有できるようになればいいな」と女性部員で考えたことが実現しました。

徳田マヌエ部長は「地域の人みんなで共有することで環境保護につなげていきたい」と意気込みを語ります。



循環エコバッグを持つ弥栄女性部員

topics 2

新型コロナに負けるな！

「県産品応援デー」始めました

JAグループ島根は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で消費の減少が懸念される生産者の皆さんを応援するため、島根県と連携して「県産品応援デー」に取組んでいます。応援デーとして定めた毎週金曜日は、両組織の役員1万1,100人が県産品を積極的に購入します。本誌をご覧の皆さまにもぜひご賛同いただき、ともに県産品を応援しましょう！

【例えばこんなこと】

- ・牛乳をもう1本多く使って、家族で牛乳料理をもうもり食べます。
- ・金曜日には花を買ってゆとりのある週末を過ごします。
- ・県産牛肉、野菜、魚を買って家族で鍋を囲みます。



応援デーのチラシを持つJA職員

topics 3

JA島根厚生連

健康管理センターが開所しました

出雲市斐川町美南で建設していた、JA島根厚生連の健康管理センターが完成しました。

この健康管理センターは、人口減少・少子高齢化といった環境変化を見据え、従来から展開している「巡回型」の健診に加え「施設型」の健診を実施することで、JA組合員をはじめとする地域の皆さまのさらなる健康増進を目的としています。

「各種がん検診」を含む「総合健診」や要望の多い「新規検査」のほか、健康教室や研修会など、JAグループ島根厚生事業の情報発信拠点として多様な活動を行います。



島根の農産物のセールスマン

私たちが
販売戦略室
です！



斐川町にあるJAしまね営農経済本店を拠点に活動する
「販売戦略室」をご存知ですか？

今回の特集は、JAが自己改革に掲げる

「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の達成に
重要な役割を担う「販売戦略室」にスポットをあててご紹介します。



販売戦略室はいつからあるの？

平成30年3月に新設しました。当初は3人体制でスタートしましたが、現在は室長を含め4人体制で業務にあたっています。

統合前は県内の各JAが個別に取引先と農産物販売の交渉を行っていましたが、ひとつの地域で供給できる物量には限りがあるため、取引先からの需要に応えられないことがありました。そこで、地区本部・地域の垣根を無くして、「JAしまね」として交渉にあたるための窓口となるべく「販売戦略室」ができました。

どんなことをしているの？

県内で生産される農産物の、ビジネスチャンスや販売チャネル拡大の役割を担っています。

例えば契約栽培を始めとした直接取引では、業者からは「高品質」なモノを「均一」なレベルで「大量」に納品できるかを問われます。地域単位では応えることが難しいこうした要求も、島根県内の複数の産地で統一的な規格のモノの生産・出荷が可能となればクリアできます。販売戦略室は、「オールJAしまね」として島根産農産物を売り込むため、生産現場での営農指導と販売を結びつける役割を果たしています。農産物販売のコーディネーターとイメージしてもらえれば分かりやすいかもしれません。

具体的には、営業活動の中で取引先の需要をキャッチすると、要望に応えるモノ、つまり「売

れるモノ」を生産・販売するためのワーキングチーム（以下、WT）を設置します。WTには地区本部や本店の関連部署、またJA関連会社の生産・流通・販売の担当者を参集し、期限を区切って集中的に対応を検討・実践します。販売戦略室はこのWTの企画、立案、進捗管理を行っています。もちろん単発で販売して終了ではありません。販売後は消費者からの評価を生産現場へフィードバックし、以降の取引量増加に向けて課題の改善を図ります。取引先を開拓することは重要な業務ですが、私たちは販路を作るだけでなく、「売れるモノを継続して生産できる仕組み」まで作って初めて成功だと考えています。

今後の目標は？

2019年度に開拓した取引先を中心に販売額の増加を図り、2021年度末には2018年度を基準に3億5千万円の販売額増を目指します。

2019年度は30を超える新規取引先への販売を開始しましたが、これからは個々の取引先との取引量を増やすため、「売れるモノ」の地域をまたがった産地拡大を進めます。例えばカボチャです。兵庫県にある野菜の大手総合商社への販路を開拓し、2019年度は試験栽培として4地区本部管内2.2haで栽培しました。収量はやや少なかったものの、品質は全国トップレベルの評価だったことを受け、増産の要望をいただきました。2020年度は各地区で栽培面積の拡大を図るとともに、新たな地区での栽培も始め、5.4haの栽培を予定しています。将来的には県内全体



井戸敬洋職員



とに取組みました！

大手外食産業へ精米を供給

島根県内の大手回転ずしチェーン店やレストランチェーン店への精米供給を開始しました。

外食産業のほか中食産業も需要が伸びる見込みの産業であり、多収穫米の販売先として期待しています。

2020年度は11月からの鳥取エリアへの供給に向けて、現在商談を進めています。



古瀬仁美職員



島根の農産物を
売り込みます!

販売戦略室 室長
須山 一



J A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つの柱を戦略に盛り込み自己改革の実現に向けて取り組んでいます。販売戦略室は、地区本部単位の販売に広がりを持たせるため、県内産品のビジネスチャンスや販売チャネルの拡大の役割を担う目的で設けられました。

J Aしまねの野菜販売チャネルは、全体的には卸売市場への一元的な販売から、直接販売等を含めたより多角的な販売へと変化しつつあります。儲かる農業の実現に向けて、担い手経営体のニーズに応える個別対応を強化し、マーケットインに基づく生産・販売方式への転換を図り、付加価値の増大と新たな市場開拓へ挑戦していきます。

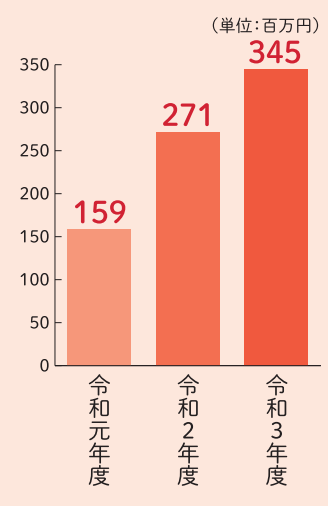
最後に、J Aとは、相互扶助の精神のもと農家の営農と生活を守り高め、よりよい社会を築くことを目的に組織された事業体です。販売戦略室の使命として、農家と消費者をつなぐ「食の架け橋」となり、未来の豊かな生き方、地域づくりに貢献し、農業者が営農活動から得る「よろこんでもらえるよろこび」を感じてもらえる、そんな島根の地域を目指します。

で20 haを目指しています。このカボチャは「売れるモノ」にするため、出荷時期を他産地と他産地の隙間となる7月の短期間で統一しています。これは、島根県内の一般的な慣行栽培と比べて1ヵ月程度早いので、生産者の皆さんにはこれまでにない手間や作業をお願いしていますが、県農業技術センターの協力を受けながら営農指導と一体となった「モノづくり」を進めます。

また新規取引先の開拓としては、北海道市場に注目しています。道内の取引先からは島根の特産品の一つである柿やワサビなど、北海道では生産されていない農産物への問い合わせがありますので、販路拡大の可能性が大いにあります。

今後取引先ニーズはもちろん、食の安全や国産志向など常に変化する消費者のニーズを見据え

3カ年計画に基づく販売計画



た生産を提案していきます。そして「企画↓生産↓評価↓改善↓生産↓…」のサイクルを回し、販売を起点とした「モノづくり」を実践します。



永瀬英昭職員



2019年度はこんなこ

島根産小豆の販売

大手コンビニチェーン向け

新しい地域特産品として、高収益作物である小豆の生産に着手し、大手穀物問屋との契約産地化に向けた商談を進めました。

今後は取引の継続と島根産小豆のブランド確立に向けて、栽培体系の早期確立とブランド振興策を、行政機関と連携して進めていきます。



年々人気が高まり、全国的にも増産傾向にあるシャインマスカット。島根産シャインマスカットは、他産地に先駆けて市場外流通のひとつとしてコンビニ業界に進出しました。

「しまねっこ」ラベルを貼付して島根ぶどうの品質の良さをPRしたところ、関東・関西など大消費地を中心に50,000パックを納品する大ヒット商品となりました。



島根には誇れる
農産品がた一つくさん!
**島根のいいもの
再発見!!**

[直撃・生産者インタビュー]

益田市

乳牛

4月は、西いわみ地区本部。益田市で乳牛の飼育に取り組む株式会社メイプル牧場・取締役役場長の渡邊智章さんにお話を伺ってききました。



お話を伺いました
渡邊智章さん。

異業種と手を組み合い、皆がプラスに

益田市に拠点を置く株式会社メイプル牧場は、地元で肉牛の肥育を行なっている株式会社松永牧場のグループ会社として平成17年に設立されました。メイプルとは、カナダでよく見られる楓のことで、赤ちゃんの手のひらという意味もあります。「子どもたちに飲んでもらいたい牛乳」を届けることをモットーに異業種の5名が集まって立ち上げた事業であり、その協調のシンボルとしてもこの名前が付けられました。中でも、動物診療所がグループ企業として連携していることは全国的にも非常に珍しく、病気の治療はもちろん牧場全体のコンサルタントを担い、エサの設計や経営にも携わっています。その他にも木材のチップを作る会社とも連携し、木の破砕くずを牛の敷物にするなど、様々な業種の企業が支え合いグループ全体がプラスになるような関係を築いています。

西日本屈指の大牧場へ発展

メイプル牧場設立当時は、全国的に牛乳が余り生産調整が行われていた時代。そんな中でも、将来を見据えて大規模な牧場を新設しました。その後、制限は解除され、どんどん生乳の出荷を増量していき、現在は年間

1万2千トンの出荷量を誇る西日本でも屈指の大牧場に発展しました。

牧場には、乳牛、F1（交雑種）、黒毛牛の3種類合わせて約2千頭の牛がいます。このうち、乳牛のメスは残し、種付けをして出産させ、ミルクを搾ります。ここでは酪農はもちろん、松永牧場に肉牛のF1、黒毛牛の子牛を供給することも目的としていて、繁殖・飼養にも力を入れています。子牛は西部家畜市場へ出荷され、その多くが松永牧場へと渡ります。グループ会社だからと言って直接取引するのではなく、一度市場を経由することによって、市場の活性化にもつながっています。

毎日徹底されている乳質管理

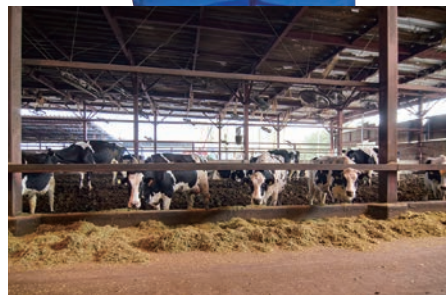
メイプル牧場では、乳牛に対し採食量の管理をきっちり行い、健康な牛を育てています。牧場が設立された当初、世界初の乳質管理改善システムを導入。朝、夕の搾乳時に一頭ずつの脂肪、体細胞、血液量を瞬時に計測確認できます。これらのデータからほぼ同レベルの数値の牛たちを20の部屋に分け、専属の獣医のもとカロリーや糖質などを細かく計算されたエサを与えています。それぞれの状態に合ったエサや添加剤をコントロールしていくことで、毎日厳しい乳質管理を行っています。実は、一年中同じ乳質を保つことは難しく、特に夏になる



「朝早くから従業員みんなが頑張っています」と語る渡邊さん。



新型のロボット式パーラー。ほぼ自動で搾乳が完了する。



ヒートストレスを軽減するために屋根が高く設計されている。天井に溜まったガスを大型の扇風機で同じ方向に流していく。



今後も「子どもたちに飲んでもらいたい牛乳」を届ける。



機器によって、自動的に搾乳される。



搾乳時に、画面で一頭一頭の状態を確認できる。

と脂肪分が低下していきます。また、牛が暑さに弱いことから、乳房炎という病気にかかりやすくなるため、それらの対策としてもエサの中身の割合が重要になってきます。今の時代は「治療するのではなく、予防することが大事」と言われています。病気になつてから治すのではなく、病気にならないようにどう注意するか。そのためにグループ企業が連携し、全力で牛の体調管理に気を配っています。

新型のロボット式パーラーの導入

2019年に新しく稼働を始めたグループ会社の「浜田メイプル牧場」では、国内で2番目となる新型のロボット式パーラーを2機使用し、約800頭の乳牛の搾乳を行っています。大きな円形の土台に牛が乗ると、自動的に搾乳機器が付けられ搾乳が始まります。下の土台がメリーゴーランドのように一周する間(約15分間)に決まった量を搾乳できていると、機器が外れ、出口から牛が出て行くという画期的なシステム。ほぼ人の手を借りず搾乳できるようになったため、女性一人でもオペレーションすることができるよう。このように、最新機器の導入で時間と労働力の削減が可能となりました。

年中無休で稼働する牧場

現在従業員はパートやベトナムからの実習生を含め38名。2交代制でシフトを組み、早朝から夜遅くまで搾乳をはじめ、牛の世話や牛舎清掃などの作業をこなしています。盆や正月などにまとまった休みを取ることは難しいですが、それでも従業員みんなが真摯に仕事に取り組んでいます。「子牛に対しては自分の子どもを見るように十分注意しながら面倒をみてほしい」と語る渡邊さん。それくらい、牛の病気や変化に細心の注意を払うように指導しています。その分、元気な子牛が産まれた時には今までの努力が報われるほど嬉しいそう。「みんなが本当に頑張ってくれています。どこでも通用するくらいの技術を身につけているのでとても頼もしいです」と笑顔を見せる渡邊さん。牛の命や安全に関わることは徹底的

に厳しく教育しつつも、従業員と築かれた深い信頼関係が伺えます。

地域の方々と共に成長していく

畜産という業態はにおいやカラス、汚水などの問題からすべての地域住民から理解を得られているとは言い難い現実があります。そこで、メイプル牧場では地域の人たちに受け入れてもらうためにも、様々な行事や祭りに積極的に参加し、アイスクリームの販売や牛乳の無料試飲などを行いながら少しずつ地域との距離を縮め、畜産業への理解を深めてもらえるよう取り組んでいます。また、地元の小学校の子どもたちを迎え、子牛にミルクをあげる体験や、写生大会などを実施。子どもたちにとっても牛とのふれあいを通して貴重な体験に役立っています。今後も、メイプル牧場は地域も企業も笑顔になれるようお互いに支え合いながら、最大の目的である美味しい牛乳を皆さんに届けるべく、日々前向きに努力し続けています。

一口メモ

年間1万2千トンの生乳を出荷するメイプル牧場の主な出荷先は、地元の加工会社や県外の大手飲料メーカーなど。地元でいちばん売れ行きが良く評判なのが「メイプル牧場牛乳」という商品。益田市に本社がある地元スーパーの「キヌヤ」が商品化し、販売しています。メイプル牧場で搾られた生乳を100%使用し、甘くて美味しい牛乳を家庭に届けています。また、グループ会社でもある「楓ジェラート」のアイスクリームはメイプル牧場産のミルクを使用。島根の素材をたっぷり使用し、こだわりの味を提供しています。





JAしまね女性部

平成29年に県内の女性部が一つとなり、JAしまね女性部が誕生しました。JAを拠り所として「食」と「農」を基軸に、くらしをまもる活動等を展開し、これまで以上に魅力ある活動の輪を広げています。

昨年度より「JA女性 地域で輝け50万パワー☆」をJAしまね女性部3カ年計画に掲げ、県内の部員が一丸となって地域で輝くための活動を実践しています。

その中でも、近年頻発する災害に対する備えを学習テーマとした「JAしまね女性部研修会」では、日用品で作る防災グッズ講習や、非常時に行う炊き出しを実践し、誰もが安心して暮らせる地域づくり活動につながりました。

また、介護予防運動や料理教室など、誰もが気軽に楽しく参加できる活動を通じて、仲間との交流をはかっています。



一所懸命青年連盟



JA YOUTH

JAしまね石見銀山青年連盟

小野 健さん
おの たけし



JAしまね石見銀山青年連盟（以下、農青連）に加入している小野健さん（35）は大田市鳥井町で約60aの面積でぶどう栽培を行っています。

祖父の代から続くぶどう農家出身の小野さんは就農して11年目になります。

「子供の頃からぶどう栽培を手伝う中で、漠然と将来はぶどう農家になると思っていた」という小野さん。

ぶどう栽培の魅力を聞くと「作物が育つ過程を見ることが一番の楽しみ。品質の良いぶどうができれば達成感が湧く」と熱い思いを語ってくれます。

小野さんは農青連に加入して2年目で、現在は役員も務めています。

「他の生産者との関わりができて、いい刺激をもらっている」というお話のとおり、農青連で食農体験活動やポン菓子加工など地域振興のため様々な活動に参加しています。

今後の農青連での抱負を聞くと「盟友のみんなが仲良く、無理なく、集まって楽しく活動することが大切」と話してくれました。



あなたもチャレンジ 家庭菜園

エダマメ

肥料は控えめに

大豆を未熟のうちに収穫するのがエダマメ。タンパク質、ビタミンA、Cを多く含み、ビールのおつまみとして夏の栄養補給に最適です。



園芸研究家 ● 成松次郎

元から切り取り、2本立ちにします。

気温が低い時期や鳥害を避けるためには育苗する方法もあります。この場合、直径7.5～9cmのポットに3～4粒まき、初生葉がそろそろ頃に間引いて2本残し、本葉2枚頃まで育苗します(図3)。

病害虫の防除

高温期にはカメムシ類が発生し、さやに付くと落下します。開花期にスミチオン乳剤、トレボン乳剤などの登録農薬で防除します。

収穫

さやが膨らんで、指で押さえるとはじけるようになれば収穫期で、開花後から30～35日です。株ごと引き抜いて収穫します。収穫適期は3～5日と短いため、同じ品種なら時期をずらして2～3回に分けて種まきすると、長く収穫を楽しめます。

※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。

品 種

一般には早生品種を使い、「おつな姫」(サカタのタネ)、「サッポロミドリ」(雪印種苗)などがあります。風味の良い茶豆では「湯あがり娘」(カネコ種苗)など、黒豆も人気で「濃姫」(タキイ種苗)などがあります。

畑の準備

種まき2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gを散布し、よく耕しておきます。1週間前に化成肥料(NPK各成分で10%)100gと堆肥1～2kgを施し、よく混ぜ込んでおきます。その後、畝幅70～80cm、高さ5cm程度の栽培床(ベッド)を作り、黒色のマルチを張ります(図1)。

図1 ベッド作り

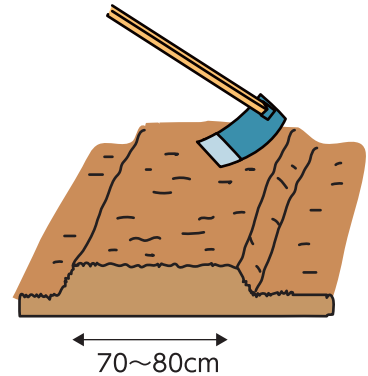


図2 種まき

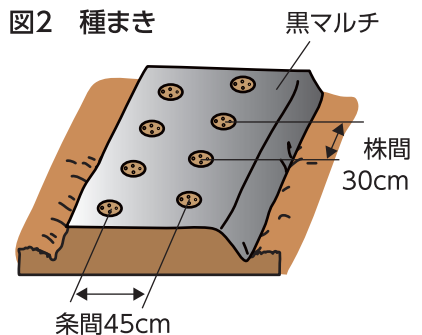
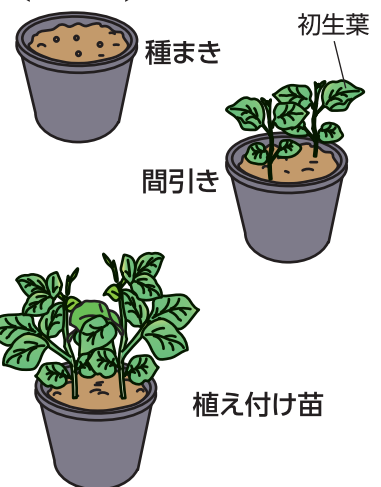


図3 ポット育苗

種まき7.5～9cm



令和元年度冬期座談会

ご意見・ご要望に お答えします

令和元年度の冬期座談会を、2月に管内138会場で開催しました。この座談会は組合員の皆様との意思疎通をはかり、意見や要望をJAの事業運営に反映させようと開催しているものです。

ご意見・ご要望としていただいた中から、一部につきまして正式回答いたします。

営農部門

Q 農地の貸し借りについてJAを介した契約ができませんと聞いたが、今後は農地の貸し借りはどうすればよいか。またどこへ相談すればよいか。

A 法律改正により、JAが仲介して契約する農地利用集積田滑化事業は取扱いできなくなりました。今後はしまね農業振興公社が仲介する中間管理事業での貸し借りとなります。なお、JAとしては中間管理事業の業務委託を受けておりますので、今後も引き続き各営農センターにて相談・事務手続きを実施します。

Q 美味しまね認証が変わって本当ですか。

A 令和2年2月段階で、美味しまね認証は、青ねぎ・しいたけ・アスパラガス・ブロッコリー・神在ねぎ・ぶどうの6生産部会で現在認証を受けています。

令和6年には上位認証である「美味しまね認証ゴールド」に完全移行されることが決まっており、各部会で上位認証取得への取り組みが始まっています。しいたけ部会については他部会に先駆け、令

和2年3月に団体認証を取得しました。

Q つや姫の生産面積基準を引き下げてもらえないか。

A つや姫は、山形県が育種した品種のため山形県と島根県が契約を結び、栽培の許可を頂いております。栽培要件については、「島根県産つや姫」の販売数量の確保と安定した出荷を進めるため、島根県が栽培面積を概ね30a以上と決めております。JAとしても島根県と一体となって取り組みを進めておりますので、ご理解とご協力をお願い致します。生産面積の引き下げについては、要望として島根県へお伝えいたします。現在「島根県つや姫」は、3年連続「特A」を獲得し市場評価も高く、実需者からの要望数量に応えきれない状況ですので、生産の拡大にご協力をお願い致します。

自動車燃料部門

Q サポカー補助金について教えて欲しい。

A 65歳以上の方が、緊急自動ブレーキとペダル踏み間違

い時加速抑制機能の両方を備えた車を購入する場合、新車登録車で10万円（軽自動車7万円）、中古車で4万円が補助されます。緊急自動ブレーキのみを搭載した車に対しては新車登録車が6万円（軽自動車3万円）、中古車は2万円が補助されます。（対象期間2021年1月31日まで）

生活部門

Q ラピタでの支払についてキャッシュレス払いはEdyとクレジットカードがあるが、キャッシュレス決済のアプリでも支払が出来るようにしてもらいたい。

A 令和2年3月下旬より、ラピタ全店食品レジ（本店セルフレジを除く）にてQRコード決済が可能となりました。

「PayPay（ペイペイ）」
「LINE Pay（ラインペイ）」
「d払い」「AliPay（アリペイ）」
「WeChat Pay（微信支付）」の5種類が対応可能で、更に傍線のQR決済は経産省の『キャッシュレス消費者還元事業』の対象となります。



Q 現在メモリアの会員であるが、自分が会員ということとを家族は知ることが出来るか。

A 会員の有無はJA内で把握しており『メモリア会員特典』を適用した対応をさせて頂いておりますのでご安心下さい。また、令和2年より新規および既存会員で葬儀を施行された方には家族内で会員加入の情報を共有できるように簡易な会員証（マジックシート）をお配りしておりますのでご利用下さい。

金融部門

Q マイナス金利の影響で貯金利息がほとんどつかない状況だが、他の金融機関のように投資信託や株式などの商品を取り扱っているのか。

A 低金利状態が続くなか、お客様の「資産運用」や「資産形成」の一助となるよう、一昨年から本格的に投資信託販売の取り組みを開始しました。出雲地区本部における投資信託の預かり残高は、令和2年1月末現在で177百万円となり、開始以来順調にお取引をいただいております。今後予想される情勢下で「資産を

どう育てるか」など、お客様の資産運用・形成のお役に立てるよう引き続き取り組んでまいりますので、最寄りの支店までお気軽にご相談ください。

共済部門

Q 自動車共済に加入しているが、万が一事故に遭った場合どこに連絡すればよいのか。

A 万が一事故に遭われた場合は、平日8時30分～17時は自動車安心サポート課（0853-21-6023）平日時間外と土・日・祝祭日はフリーダイヤル（0120-258-931）までご連絡お願いします。また、スマートフォンでのGPS機能等を利用して、電話発信とともに必要な情報をフリーダイヤル安心サービス窓口へ送信するスマホアプリ「JA共済くるまのミカタ」もご利用ください。

企画総務部門

Q 組合員が受けることのできる健康診断はどのようなものがあるのか。

A 通常の特定健診の内容に加えて、動脈硬化や腹部エコー等のオプション検査をセット出来る「組合員健診」、より詳しい検査を約1時間で行える「組合員人間ドック」、そして農業に従事されている方やJA女性部に入社していただける方には胸部CT検査等のあるお得な「農業者・女性部健診」があります。いずれもJAグループの助成により、お得に受診いただくことが出来ます。各地区で実施しておりますので、年に1回は必ず健康診断を受けましょう。お問い合わせはふれあい福祉課（0853-21-6013）までお願いします。

Q 今後支店統廃合の予定はあるのか。

A 令和元年度は自治単位が同じ地区につきまして、7月に①出雲・今市支店、令和2年2月に②荒茅・園支店、③塩冶・有原支店の店舗を再編しました。今後の店舗再編につきましては、信用共済収益が大幅に減少する厳しい状況等を踏まえながら、店舗機能の見直しや店舗統廃合を総合的に検討します。

私たち 複合渉外員に ご相談ください!



JALまね出雲地区本部では、より機能性・効率性を重視した渉外体制構築のため、令和2年3月1日よりブロック・基幹支店に推進課を新設いたしました。推進課長の管理のもと、専門知識を有する複合渉外員80名が、皆様のお役に立てるよう日々活動しておりますので、変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。

複合渉外員は業務内容で「L系」「F系」「複合」に区分しています。

L系 (旧LA:ライフアドバイザー)

共済業務を専門に担当し、JA共済についての専門知識を持った職員です。皆様の人生設計と一緒に考え、安心して暮らせる未来に向けてサポートさせていただきます。

F系 (旧FA:ファイナンシャルアドバイザー)

貯金や融資といった信用業務についての専門知識を持った職員です。貯金・ローン・年金など、何でもお気軽にご相談ください。

複合

L系、F系の複合渉外員の業務を総合的に行う職員です。

支店長



石飛 勝幸

出雲支店

出雲支店

F系



多久和 寛子

F系



松村 直記

F系



前田 駿

F系



福田 昌平

L系



笠谷 洋貴

L系



曾田 大介

中部ブロック 中部南推進課

大津支店

F系



岡 真彦

L系



澄田 亨

L系



馬庭 拓也

上津支店

複合



伊藤 恵美

課長



錦織 教子

塩治支店

F系



藤井 美穂子

F系



荒木 達哉

F系



三原 朱理

L系



福田 慶子

L系



田部 優作

L系



高橋 めぐみ

中部ブロック 中部北推進課

高浜支店

F系



山崎 邦裕

L系



田辺 美穂子

課長



長岡 繁

四絡支店

F系



伊藤 迪子

F系



吾郷 ルミ子

L系



有富 良介

L系



石田 雄平

L系



森山 孝介

川跡支店

複合



齋藤 淳子

複合



小梶 佳樹

複合



矢頭 翔

複合



森山 貴行

複合



槇原 里恵

東 部 ブ ロ ッ ク 推 進 課

平田中央支店

F系



三木 康裕

F系



久家 良子

L系



川上 理恵

L系



山口 実矢子

L系



常松 真希

課長



井上 学

国富支店

F系



原 正明

L系



柳浦 寿行

灘分支店

F系



常松 明希

L系



田中 理恵

L系



加納 康崇

平田東支店

F系



釜屋 寛子

L系



原 悟

L系



岡 万理恵

西田支店

F系



坂本 真理子

L系



駿馬 大哲

L系



花岡 裕樹

西 部 ブ ロ ッ ク 推 進 課

高松支店

F系



竹田原 大

F系



原 愛美

L系



山岡 将司

L系



周藤 康介

L系



黒田 真弘

課長



落合 由男

大社支店

F系



大野 晃裕

F系



三原 絵里子

L系



高橋 英克

L系



矢田 絵梨

長浜支店

複合



山根 滉大

複合



中村 将太

遙堪支店

複合



三谷 陽介

荒木支店

F系

L系

L系



板垣 加奈



川中 浩平



錦織 純子

河南ブロック 推進課

神戸川支店

F系

F系

L系

L系

L系



松本 達也



名原 鈴佳



米山 友章



小川 由希子



坂根 直子

課長



高橋 広人

多伎支店

F系

L系

L系



黒田 涼子



千葉 勝



野津 翔矢

神西支店

F系

L系

L系



花田 宏美



米原 大地



伊藤 千尋

湖陵支店

F系

F系

L系

L系

係長

課長



後藤 浩行



倉橋 光浩
※南部ブロック長兼
朝山支店長兼推進課長



後藤 久士



高橋 勇人



矢田 昭夫



岡 直子

南部ブロック 推進課

佐田支店

F系

L系

L系



飯塚 幹夫



勝部 秀一



土江 登

稗原支店

複合



北村 卓也

朝山支店

F系

L系



勝部 めぐみ



神田 智史

菌床しいたけ・いちじくのリース事業

担い手確保で産地拡大目指す

J.Aしまね出雲地区本部が、菌床しいたけハウスといちじく団地のリース事業を始めました。特産「神々の国 出雲しいたけ」を栽培する同J.A出雲しいたけ部会は、年々販売金額を伸ばし活気づいています。さらなる産地拡大につなげようと、J.Aがリース事業に乗り出しました。いちじく団地は、特産「多伎いちじく」の産地活性化と耕作放棄地対策の一環で地元が要望したものです。灌水・排水設備を備えた団地と、樹体をリースします。

菌床しいたけハウスは、総事業費1億490万円（国が建設費用の1/2を補助）で11棟（17アール）を建設し、新規就農者4人を含む8経営体が

入植しました。リース料の一部を県・J.Aで支援します。しいたけ栽培は力仕事が多く天候にも左右されにくいなどで新規生産者が増えています。ハウスの建設等、初期投資がかかります。空調・灌水設備の整ったハウスをリースし、負担を軽減しました。

出雲市神西新町のハウスに入植した森山智美さんは「設備が整っていて当初から順調に収穫できました。J.Aのパッキングセンターが隣で、すぐ出荷できるのも助かります」と話します。

いちじく団地は、総事業費934万円（国が整備費用の1/2を補助）で57アールを造成し、新規就農者2人が入植しました。いちじくは苗木が育ち収穫できるまで3年程度かかります。しいたけ同様にリース料の一部を支援するほか、国の事業を活用して未収益期間の育成費用を支援します。

いちじく団地造成をきっかけに就農した片地孝之さんは「灌水設備が整っていて水回りの心配がありません。収穫できるころまでリース料の支払いがなく、経済面も計算が立ちます」とメリットを話します。産地振興に意欲を見せ、「出雲のブランド『多伎いちじく』の維持・発展に貢献したい」と力強く語りました。

ハウス、団地ともに3月に入植者に引渡し、菌床しいたけはすでに収穫が始まっています。



菌床しいたけを収穫する森山さん



県の普及員から苗木の切り返し作業を教わる片地さん

同地区本部は、新たな担い手対策として平成25年度にリース事業を開始し、これまでにぶどう、アスパラガスハウスの建設、柿団地の造成を行いました。菌床しいたけ、いちじくは今回が初となります。



農事組合法人沖下営農組合 設立総会開催

農事組合法人沖下営農組合の設立総会が3月7日、神門町の沖下集会所で行われました。

法人の優遇措置の活用で経営基盤をより安定させるため、特定農業団体から法人化し、組合員数22人でスタートしました。

神門町沖下地区では土地改良事業をきっかけに農地集積が進み、転作団地でそば・二条大麦の二毛作栽培が定着しています。沖下営農組合はその取り組み主体として、作物の安定生産、コスト削減に努め、水田農業の維持・発展に貢献してきました。

総会では、法人設立により魅力ある経営、後継者の確保等を進め、これまでの取り組みをさらに拡充・強化するとともに、新たな作物へも挑戦していくことを申し合わせました。



設立総会を開催

交通安全の願いを込めて 中学校に反射材贈る

J Aしまね、J A共済連島根、県農協共済福祉事業団は、交通事故防止を願い、毎年県内の新中学1年生に「夜光反射材」を寄贈しています。出雲地区本部では今年度、管内の13校に合わせて反射タスキ936本、反射テープ1391個を贈りました。

3月12日には、市立第二中学校で贈呈式を行い、同地区本部の珍部誠副本部長が伊藤成二校長に趣意書と目録を手渡しました。伊藤校長は「生徒がつけている反射材は運転する側からとてもよく見える。毎年いただきたい、交通事故防止に役立っている」と感謝の意を表しました。



伊藤校長(左)に趣意書と目録を手渡す珍部副本部長

出雲きゅうり部会出荷協議会 面積増で6000万円目指す

J Aしまね出雲きゅうり部会は3月17日、同J A湖陵支店で今年産の出荷協議会を開きました。今年の春作の作付面積は、前年比10・8%増の129・6アール。秋作も合わせて販売金額6000万円を目標に掲げました。

協議会では、4月12日の共選・共販開始に向け出荷方法などを確認しました。また、早期の売り場確保につなげようと、今年は試験的に共選開始までの個選分も、共販で取り扱い、専用ダンボールで部会として出荷しました。同部会の石飛政樹部会長は「栽培面積が増えている。他の市場にも声をかけ、販売を強化したい」と意気込みを話しました。これまで地元市場への出荷がほとんどでしたが、今年は山陰の他市場への出荷も計画しています。



出荷方法を協議する部会員、JA職員ら

エゴマ栽培講習会開催 南部地区で面積拡大

機能性農産物の推進に取り組むJ Aしまね出雲地区本部南部営農センターは3月24日、J A所原店と同営農センターで、アシタバ、金時生姜、エゴマの栽培講習会を開きました。中山間地域で収益につながる作物を推進し、耕作放棄地を減らす目的です。

エゴマは昨年から集荷を始め、健康食品を取扱う株式会社いづも農縁に加工原料として販売しています。昨年は5人が栽培し200キロを出荷。今年は27人に増え、22ヘクタールでの栽培を予定しています。

同営農センターの原崇センター長は「エゴマはイノシシ等の被害に遭いにくく、他の野菜に比べれば手間も少ないと見えます。多くの皆さんに取り組んでもらい、農家所得向上、不作付け地の減少につながりたいと考えています」と話しました。



講習会では種まきの実演などを行った

いずもJ Aシニア女子大学 3月講座「書道」

J Aしまね出雲女性部は3月25日、J Aシニア女子大学の3月講座で書道を学びました。文化書道島根県連合会理事長・事務局長の錦織文子さん(同女性部副部長)が講師を務めました。

はじめに、楷書や行書などの書体の種類、書き順の大切さ、書道をはじめるときの基本の身につけ方などを説明。錦織さんは「教本によって書きやすい字、書きにくい字があると思います。自分に合ったものを使いましょう」と呼びかけました。

その後は全員で写経を体験しました。未経験者が大半でしたが、時間をかけて一字一字丁寧に写し書きました。参加した女子大学生は「すべてを忘れて集中できた」「心が落ち着いた」などと感想を話しました。



集中して写経をする女子大学生

稲作共励会入賞者決まる JAしまね出雲稲作研究会

JAしまね出雲稲作研究会が稲作共励会を開き、令和元年度の入賞者を決めました。会員相互の栽培技術の研鑽と高品質・良食味米の安定生産に資する目的で毎年開催しています。今年は新型コロナウィルスの感染拡大の影響で全体での表彰式は行いませんでしたが、3月に入賞者それぞれに表彰状を手渡し、会員に周知しました。

今年産は、5月の高温による根痛みの発生、6月中旬から7月下旬までの低温と日照不足による穂数の減少、梅雨明け後の高温による稲体の老化など、水稲栽培に厳しい気象条件となり、収量は平年を下回る結果

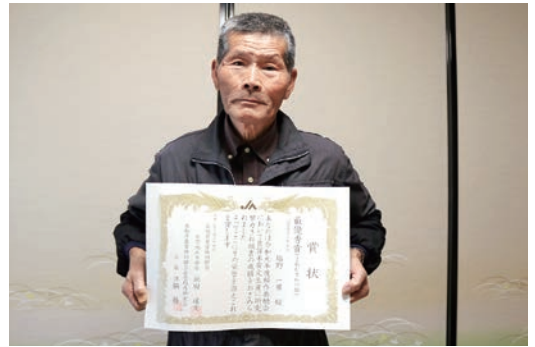


コシヒカリの部最優秀賞の兼折利隆さん

となりました。

稲作共励会は、10アール以上の出品田を対象に坪刈調査を行い、収量、検査等級、整粒歩合、食味値を得点化し、成績を出しました。コシヒカリの部に16点、きぬむすめの部に15点の参加があり、各部5人を入賞者として表彰。コシヒカリの部は伊野地区の兼折利隆さん、きぬむすめの部は稗原地区の塩野一男さんが最優秀賞に輝きました。

JAしまね出雲地区本部総合指導課は、コシヒカリの部について「登熟期前半の高温の影響で乳白粒の発生が多く、整粒歩合の低下した事例が見られた。高温登熟性に勝るつや姫、きぬむすめへの品種転換が必要と改めて感じた」と講評。きぬむすめの部については「食味値を高めていくことが課題」と講評しました。



きぬむすめの部最優秀賞の塩野一男さん

出雲の「恋ぶどう」 「縁結び」とイメージを紐付け

JAしまね出雲ぶどう部会の販売戦略部門が、「恋ぶどう」をキーワードとしたイメージ戦略を進めています。販売促進イベントやSNSを活用してPRするほか、今シーズンはより多くの人の目に触れるよう、ポスター300枚を作成しました。出雲の観光スポットやJAの各施設への掲示を予定しています。

販売戦略部門は、同部会が平成30年11月に作成した「産地活性化プラン」を実践するためのグループの一つです。若手生産者、県、市、JAの職員ら約20人で構成し、令和2年産のシーズンに向けて検討を重ねています。

「ぶどう」と「縁結び」を紐付ける「もっと恋しよ縁むすぶどうプロ



今年作成したポスター
「出雲は恋とぶどうの産地です。」
がキャッチフレーズ

Facebook

Instagram



ジャケット」は昨シーズンから始動。生産者で同部門リーダーの桑原陽子さんは「出雲といえば縁結びですが、『恋』と『ぶどう』の甘酸っぱいイメージを結びつけ、ブドウの産地としての認知度も高めていきたい」と構想を話します。出雲は特産「デラウェア」の早出し産地として全国有数の生産量を誇るなど、ぶどうの産地として知られていますが、より一層の知名度向上を目指します。

同部門では「フェイスブック」や「インスタグラム」を開設し、最新情報のほか、ブドウの生育の様子なども伝えていきます。また、島根県立出雲農林高校の生徒と連携し、ブドウをつかったスイーツも開発中です。

いずもJA
女子大通信

一月講座



第5期卒業生

「新たな旅立ちに

カンパイ！」

卒業式・卒業発表会」

J Aしまね出雲地区本部は3月11日、同地区本部で「第5期いずもJA女子大学」の卒業式を行いました。岡田達文学長（同地区本部長）が取得した単位に応じて卒業証書・修了証書を授与し、「自信に満ち溢れた晴れ姿が見られ、嬉しく思います。卒業後も地域、女性のリーダーとしてJA事業に参加・参画していただきたい」とエー



一人ひとりが全員の前で発表した

4月からは第6期の講座が
はじまります

ルを送りました。卒業式には10人が出席し、卒業生・修了生を代表して福岡佳奈さんが「女子大学で関わった方への感謝を忘れず、学んだことを日々の生活に活かします」とあいさつしました。式後は一人ひとり写真やパワーポイントを使いながら2年間の思い出を発表。心に残った講座や、他の女子大生とのエピソードなどをそれぞれの言葉で振り返り、ともに学んだ仲間たちと思いを共有しました。第5期は、20〜40代の女性組合員22人が入学し、2年間で、農身体験や調理実習、社会科学見学など多種多様な23講座を受講しました。



農業士

地域農業のリーダーとして
後継者育成を担う



農業士とは？

農業士制度は、技術経営に優れ、青年農業者の育成・指導に取り組む農業者を知事が認定するもので、昭和40年代に長野県、静岡県等で発足したのが始まりです。

島根県では昭和51年に発足しました。指導農業士と青年農業士の2区分が設けられ、新規就農者の研修受け入れなどを行うほか、農林行政への提言、地域農業の推進などの役割も担っています。

また、市内の農業士で出雲地方農業士会が組織され、研修会等を通して自己研鑽にも努めています。

○JAしまね出雲地区本部管内では、現在下記の14人の農業士の方が活動されています。

池田 一也さん	小村 太さん
伊藤 篤男さん	川上 哲也さん
今川 孝三さん	神田 真里さん
今若 暖生さん	手銭 栄二さん
岡 舗潔さん	西尾 彰さん
岡 康之さん	浜村 大介さん
奥 敏昭さん	藤江美由紀さん

(五十音順)



JAしまね出雲アスパラガス部会
販売部長 青年部長

今若 暖生さん (41)

アスパラガス

青年部長として若手を牽引
1億円産地目指して

栽培規模
アスパラガス
50アール
なまり
神在ねぎ
10アール
大根 10アール
など
就農年月
平成25年4月

出雲市浜町でアスパラガスなどを栽培する今若暖生さん。以前はスーパリーのバイヤーをしていましたが、農家の方と関わる中で農業に興味がわき、就農を決意しました。現在部会の販売部長と青年部長を務めています。

アスパラガスは生産に集中できる環境が魅力

野菜を栽培したいと考え、地元で増えているブドウの空き園を活用してできるものとしてアスパラガスを選んだ今若さん。JAのパッキングセンターで選別・包装作業を行っており、生産に集中できる環境が整っていたことも魅力だったそうです。冬場は作業が少ないため、裏で作る作物として、神在ねぎや大根の栽培も始めました。

リースハウスで規模を拡大

アスパラガスは当初30アールで、JAの平成29年度リースハウス事業を活用し、50アールに規模を拡大。余力があり、規模拡大を考えていたところをJAの事業が後押ししました。今若さんは「初期投資がなく、気持ちの面でも負担が小さい。1年間は収入がなく徐々に収量が増えていく作物なので、リース料の補助も助かります」と実感を話します。

青年部発足 若手のリーダーに

JAのリースハウス建設に加え、部会では人材育成にも力を入れており、就農しやすい環境が整ってきています。若手生産者も増え、平成29年には部会の青年部が発足。今若さんが当初から部長を務めています。昨年は「拡大志向を持つ仲間も多く、今後会社化などを考える上でも必要」と考え雇用に關する勉強会も企画しました。互いのハウスを見に行くな

ど情報交換も行い、技術向上に努めています。

1億円産地目指して

部会では、以前から販売金額1億円を目標に掲げています。近年少しずつ生産量が増え、令和元年度は7000万円の実績、今年度は8000万円を目指しています。

「市場からはもっと出荷してほしいと言われており、生産量が増えても売れる環境はあると見えています」と話す今若さん。「ご自身も、今後の改植に備えようとさらなる規模拡大を考えておられるそうです。」



出雲の旬レシピ



海鮮のうま味が強イカ明太ご飯が、アスパラガスでさっぱりと食べられます。お好みでマヨネーズを調節してみてください。

アスパラとイカの明太ご飯

〈材料〉[2人分]

- | | |
|------------------|---|
| ● 明太子……………1腹 | A |
| ● マヨネーズ……………大さじ1 | |
| ● 醤油……………小さじ1 | |
| ● 塩こしょう……………適量 | |
| ● 白いりごま……………適量 | |
| ● 温かいご飯……………300g | |
| ● グリーンアスパラガス…4本 | |
| ● ゆでイカ……………60g | |

〈作り方〉

- ①アスパラガスは根元の皮を剥いて食べやすい長さにゆで、イカも食べやすい大きさに切る。
- ②耐熱ボウルにアスパラガス、A、温かいご飯を加えて混ぜ、ラップをかけて電子レンジで4分程度加熱する。
- ③取り出したらイカといりごまを加えて、全体を混ぜて完成!



素材のおいしさそのままの、あっさり食べられるペンネサラダです。

アスパラとチキンのペンネサラダ

〈材料〉[2人分]

- グリーンアスパラガス…4本
- 鶏むね肉・1/2枚(約120g)
- ひよこ豆の水煮…80g
- ミントマト……………4個
- ペンネ……………30g

マスタードソース

- 玉ねぎのみじん切り・大さじ1
- オリーブオイル…大さじ2
- 粒マスタード…大さじ1
- 酢……………大さじ1
- 塩、こしょう……………少々

〈作り方〉

- 準備：鶏肉は一口大のそぎ切りにし、アスパラとミニトマトは食べやすい大きさに切る。
ボウルにマスタードソースの材料を混ぜ合わせる。
- ①鍋にたっぷりのお湯を沸かし、塩を適量加えたらアスパラを入れ、やわらかくなったら網じゃくしでボウルにあげる。
 - ②残ったお湯にペンネと鶏肉を入れ、ペンネは袋の表示どおり茹で、鶏肉とともにざるにあげる。
 - ③熱いうちにペンネと鶏肉、水気を切ったひよこ豆をマスタードソースに加えて和える。
 - ④粗熱がとれたらアスパラとミニトマトを加えて混ぜ、完成!

来月のいずも食材の日 5月の食材は

「きゅうり」です!

J A出雲地区本部は、毎月第3金・土・日曜日を「いずも食材の日」に設定し、生産者・販売者・消費者が一体となって「地産地消」をより一層推進する日としています。生まれ育った地元の食材を見直し、地域の農業を盛り上げましょう!

*生産の都合等で、誌面で取扱う品目が変わる場合があります。

グリーンアスパラガスの穂先には、アミノ酸の一種であるアスパラギン酸が含まれています。この栄養素は、体内の新陳代謝を促すとともに、タンパク質合成を高める働きをし、疲労回復や滋養強壮、美肌に効果を発揮します。また、穂先にはルチンという成分も含まれ、毛細血管を丈夫にし、高血圧や動脈硬化の予防に役立ちます。さらに、皮膚や粘膜を健康に保つ働きがあるβ-カロテン、赤血球を作るために必要な葉酸もたっぷりです。

出雲地区本部管内は県内一のアスパラガス産地で、42人の生産者が栽培しています。春芽(3~5月)と夏芽(6~10月)があり、今年は3月2日から出荷が始まりました。収穫は朝と夕方2回行いますが、春芽が終わるころにはいったん収穫をやめて株に養分を蓄えさせ、6月頃から夏芽の収穫に入ります。収穫したアスパラガスは、パッキングセンターで25センチにカットされ、100グラムずつ袋詰めされます。最大で1日10センチ以上も伸びるエネルギーをもったアスパラガス。栄養満点のアスパラガスをたくさん食べて元気に過ごしましょう!

今月の食材は

「アスパラガス」

グループ紹介

佐田支部

「吉野レディース」

代表 原佐津美さん



女性部佐田支部西須佐分会の吉野レディースでは、30〜70代の12人が活動しています。毎月1回、地元の公民館の清掃活動を行うほか、年に数回、手芸教室や料理教室も開催しています。3月20日には公民館でムスイ鍋の講習会を開き、HALムスイから講師を招いて

ニンジンのポタージュやちらし寿司など4品を作りました。このほか、漬物の講習会を開くなど、集まって料理をすることもあり、先輩方が若手の部員に作り方を継承する機会になっています。

「地域を元気にしたい」という思いで活動する吉野レディース。吉野自治会全体で実施するお花見会やバーベキュー大会も、案内を出したり、ちらし寿司や焼肉のたれを作って準備したりと、主役となって動いています。自治会が主催するほとんどさんでも、豚汁などのまかないを請け負います。そういった集まりの出席率は高く、平均30人は出席すること。人口がだんだん減っていく中、地域の皆さんが親睦を深める大事なイベントです。



活動紹介

手作りマスクを
福祉施設へ
力あわせ361枚

J Aしまね出雲女性部は3月23日、社会福祉法人J Aいずも福祉会に手製のマスク361枚を贈りました。新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、施設の職員用マスクが不足していると聞いて実施。「みどりの郷」4施設と障がい者就労支援施設「ぼとはうす」で活用します。贈呈式では、女性部



高野部長(左から3番目)らが岡田理事長(左から4番目)らに贈呈

の高野智子部長らが同法人の岡田達文理事長(出雲地区本部長)らにマスクを手渡しました。

贈呈したマスクは、家の光記事を参考に作成しました。3重構造の布マスクで、鼻の部分にワイヤーも入れています。ガーゼを当てて使用し、洗濯して再利用可。材料が不足する中、呉服屋やラピタなどで仕入れた「さらし」を裁断して使い、伸縮性の高い布を切ってゴムひもにするなど工夫しました。女性部の高野智子部長は「今はマスクが買いたくても買えない状況。元気で安心して暮らせるよう活用してもらいたい」と話しました。



感染リスクを考え少人数に分かれてマスク作りを実施



女性部 優良活動グループ表彰



優良グループ活動表彰は、JA女性部組織の活性化・教育文化活動の充実を目的に毎年開催しています。令和元年度は100グループから応募があり、1月下旬に審査会を行いました。「仲間づくり部門」「食と農をつなぐ活動部門」の2部門で審査し、合わせて最優秀賞2グループ、優秀賞6グループ、特別賞1グループを選出しました。（一社）家の光協会の審査講評と合わせて入賞グループをご紹介します。

また、「みどりのカーテン部門」の審査結果、「家の光愛読者拡大運動優績支店・支部」の対象支店も合わせてご紹介いたします。

仲間づくり部門

最優秀賞 | 朝山支部「朝山ふれあい市」

【講評】平成28年からスタートした活動は月2回。地域のイベントにも積極的に出店を重ね、チラシ配布や部員のおもてなしに創意工夫が見られました。お祭りでは実演販売の盛り上げ役に徹し、JA来店感謝デーでは、おもてなしに加え、清掃活動も実施して地域貢献に取り組んでいます。賑わいの中に仲間や地域に対する思いが伝わってきました。

優秀賞

中部地区 「JAしまね出雲女性部中部地区」

【講評】ふれあいの集い、家の光活用教室、運動会等で仲間づくりの輪と地域貢献を両立しています。清掃活動を女性部Tシャツで行い見える化していることや、新聞発行で情報発信している点は目を見張りました。

塩冶支部 「絵手紙サークル」

【講評】絵手紙の題材は多岐に渡り、独創性に優れて、記憶に残ると好評です。支店の女性部コーナーで作品を展示し、地域交流に役買っています。是非とも『家の光』絵手紙の輪に応募して、更なる活性化を目指してください。

高浜支部 「里山コスモス会」

【講評】23年間に渡って家の光を活用し、園芸、手芸、料理等の活動で仲間づくりをされてきたことに感心しました。次年度は新たに家の光読書会を催す予定です。仲間づくりに向けたいっそうの取り組みに注目しています。

特別賞 | 「メンズキッチン男しゃく」

平成25年7月に初めてJA組織として立ち上がった男性グループです。毎月の料理教室をはじめ、健康づくり、ボランティア活動、農業まつりへの出店女性部合同視察研修など、メンバー同士はもちろん、女性部との交流を図りながら活動を展開されています。よりいっそうの活躍を期待し「特別賞」として表彰します。



食と農をつなぐ活動部門

最優秀賞 | 西部地区「大社らっきょう部会」

【講評】あえて手間をかけ手作りの良さを伝えている点に食の大切さや地域農業に対する思いが伝わってきました。ぶどうの荒廃地を利用してのらっきょうづくりは手作業で大変だそうですが、感動をもたらすらっきょう商品を通じて、食と農をつなぐことや地域農業の振興、そして女性部活性化にも貢献しています。

優秀賞

国富支部 「ゆずり葉グループ」

【講評】産直市の先駆けとして昭和58年から始まる活動です。お客さんに作り方を教え、教えられ、地域密着が良く伝わってきます。ゆずり葉のように次代に受け継がれる取り組みとして、今後も地域にかかせない活動です。

桧山支部 「桧山読み語りの会」

【講評】毎週火曜朝に地元小学校全学年に家の光を活用し読み聞かせを行っている点に頭が下がります。食農教育にもつながっています。小学生のお礼の言葉から、地域の食と農に対する真摯な姿勢が伝わってきました。

神西支部 「笑によば会」

【講評】様々な料理づくりを通じて、食と農、地域を結ぶ活動に取り組んでいる点に注目しました。色とりどりの料理の数々は是非食べてみたいと思わせるものでした。これからも笑によば会の料理づくりは、地域交流に貢献していくことを確信しました。

みどりのカーテン部門

最優秀賞 | 河南ブロック

優秀賞 | 西部ブロック

優良賞 | 中部ブロック、東部ブロック、南部ブロック

家の光愛読者拡大運動優績支店・支部表彰

出雲支店、高浜支店、高松支店

令和3年3月末時点で満65歳以上の方を対象に

サポカー補助金が始まりました！

新車・中古車

「サポカー」

購入補助

		A + B を搭載	A のみを搭載
新車	登録車	10万円	6万円
	軽自動車	7万円	3万円
中古車		4万円	2万円

対歩行者の
衝突被害
軽減ブレーキ



ペダル
踏み間違い
急発進抑制装置



詳しくは JAしまね出雲地区本部自動車課 (TEL : 0853-28-2727)

までお問い合わせください

ふれあい号 祝日運休のお知らせ

令和2年4月1日より祝日は運休とさせていただきます。大変ご不便をお掛けいたしますがご理解の程よろしくお願い致します。

【 運 休 日 】

土・日・祝日

年末年始



JAしまね出雲地区本部 ふれあい福祉課 TEL : 0853-21-6013

「JAとのお取り
引きはこれから」
というお客様もお気
軽にご来店ください!

JALしまね 休日ローン 相談会

5/23(土)
9:00-12:00

ローンに関するご相談をいただいた方には「よりぞうトートバック」をプレゼントします
※品切れの場合は他の粗品に変えさせていただきます

休日ローン相談会 開催会場

事前にご予約いただきますと、待ち時間なくスムーズにご相談いただけます。

出雲支店	TEL 21-6031	神戸川支店	TEL 21-0681
四絡支店	TEL 22-1054	湖陵支店	TEL 43-2231
平田中央支店	TEL 63-3650	朝山支店	TEL 48-0206
長浜支店	TEL 28-0002		

図柄入り出雲ナンバー 申込方法

新車・中古車の購入時 販売店にご相談ください。

現在お乗りの自動車のナンバープレートを交換(図柄ナンバーから変更する場合)

手続の代行を依頼 販売店、自動車整備工場、行政書士にご相談ください。
※代行手続には、別途手数料がかかります。詳しくは依頼先にお問い合わせください。

ご自分で手続

WEBで申込み 図柄ナンバー申込サービスへアクセス
<http://www.graphic-number.jp>

窓口で申込み ●登録自動車…島根県自動車整備協会
島根県自動車整備協会
軽自動車…軽自動車予約センター

希望するナンバープレートの番号を申込み

抽選対象希望番号

一般希望番号

抽選(毎週月曜日実施)

※1,000円以上の寄付を
していただく、フルカ
ラーのナンバープレート
を選択できます。

当選された方のみ

寄付金と交付手数料の支払^{※1}
(WEB申込の場合は銀行振込)

入金確認後
約10日で
(土・日・祝日を除く)
交付可能

予約清証の受領^{※1}

交付可能となった
日から1か月以内
に交付手続

ナンバープレートの交付^{※1}

※1【登録自動車】島根県自動車整備協会(軽自動車) 島根県自動車整備協会 軽自動車予約センター 各窓口にて
※2【登録自動車】島根運輸支局(軽自動車) 軽自動車検査協会島根事務所 各窓口にて

登録自動車(自家用)	登録自動車(事業用)	軽自動車(自家用)
<p>島根599 い20-20</p> <p>フルカラー</p> <p>寄付あり 出雲599 い20-20</p> <p>寄付なし 出雲599 い20-20</p> <p>フルカラー</p> <p>モトーン</p>	<p>島根599 い20-20</p> <p>フルカラー</p> <p>寄付あり 出雲599 い20-20</p> <p>寄付なし 出雲599 い20-20</p> <p>フルカラー</p> <p>モトーン</p>	<p>島根599 い20-20</p> <p>フルカラー</p> <p>寄付あり 出雲599 い20-20</p> <p>寄付なし 出雲599 い20-20</p> <p>フルカラー</p> <p>モトーン</p>

【登録自動車】
島根運輸支局 TEL 050-5540-2071(県庁7037) 松江市高瀬町43-3(交付時間) 8:45-12:00、13:00-16:00(土日祝日除く)
島根県自動車整備協会 TEL 0852-37-0041 松江市高瀬町43-4(交付時間) 9:00-12:00、13:00-16:30(土日祝日除く)

【軽自動車】
軽自動車検査協会島根事務所 TEL 050-3816-1830 松江市高瀬町95-1(交付時間) 9:45-11:45、13:00-16:00(土日祝日除く)
島根県自動車整備協会 軽自動車予約センター TEL 0852-37-0041 松江市高瀬町95-1(交付時間) 9:00-12:00、13:00-16:30(土日祝日除く)

対象地域 出雲市・奥出雲町・飯南町

図柄入り 出雲ナンバー

申込4月13日~



2020年5月11日(日)交付開始!!

車の購入時だけでなく、使用中の車もいつでも交換可能です!

	通常版	図柄入り(カラー版)	図柄入り(モトーン版)
普通自動車	出雲599 い20-20	出雲599 い20-20 手数料/8,620円 寄付/1,000円以上	出雲599 い20-20 手数料/8,620円
軽自動車	出雲599 い20-20	出雲599 い20-20 手数料/14,220円 寄付/1,000円以上	出雲599 い20-20 手数料/14,220円
軽自動車(自家用)	出雲599 い20-20	出雲599 い20-20 手数料/9,340円 寄付/1,000円以上	出雲599 い20-20 手数料/9,340円

※図柄入り出雲ナンバーはすべて高瀬ナンバーとなります。※寄付金は、出雲ナンバー(島根地域の交通改善、観光振興等に活用されます)。
ご自分でWEBまたは窓口で申込みいただくか、販売店・整備工場・行政書士にご相談ください。
申込方法
WEB申込: 図柄ナンバー申込サービス [検索] <http://www.graphic-number.jp>
窓口申込: 登録自動車/島根県自動車整備協会 松江市高瀬町43-4 TEL 0852-37-0041
軽自動車/島根県自動車整備協会 軽自動車予約センター 松江市高瀬町95-10 TEL 0852-37-0041

出雲ナンバー推進協議会事務局(出雲市緑結び定住課) TEL (0853) 21-6771

輝け!

いずもスマイル

出雲市矢尾町

いつか もえな
飯塚 萌奈さん (21歳)

いつも笑顔をたいせつに

市内の保育園に勤務する飯塚萌奈さんは、昨年4月に就職し、現在1歳児を担当しています。春は進級の時期。ひとつ上のクラスに上がると、園児たちもできること、やるべきことが増えてきます。「『自分でやりたい』という気持ちを大切にしたい」と話す萌奈さん。できないことは手助けをしながら、園児たちの成長をサポートしています。



保育士になるのは、萌奈さんが小学生のころからの夢でした。目標としていたのは、自分が園児だったころ一番親しくしていた先生。当時のことは、今でも胸に残っているそうです。その先生のように「思い出に残る先生になれたら嬉しいです」と思いを語ってくださいました。

いつも笑顔でいることを心がけ、友達やほかの先生からも「笑顔がいいね」とよく言ってもらえるそうです。素敵な笑顔で子どもたちに寄り添い、保護者の皆さんからも親近感を持ってもらえる、そんな先生を目指しています。

健康ライフかわら版

『日常的に感染症対策を行いましょ』

私たちの周りには多くのウイルスや細菌が存在しています。そのため、社員の方は、インフルエンザ等様々な感染症に罹患します。社員の方が感染すると、同じ職場内で集団感染の恐れが生じます。時には取引先に影響を与える可能性もあり、事業継続に与える影響ははかりしれません。

日常的に感染対策を行い、職場のみなさんやその家族、お客様を守りましょう。

感染対策その1 『手洗いの徹底』

感染症に罹患する原因の多くは、手に付着したウイルスや細菌が物品を介して別の方の手に付着し、目や鼻や口などから体内に入ることです。感染対策でもっとも重要な【石けんと流水を使って手を洗い、手に付着したウイルスや細菌を洗い流す習慣】を身につけることが大切です。

感染対策その2 『咳エチケット』

咳やくしゃみのしぶきの中には、ウイルスや細菌が入っています。他の人に感染させないために、咳エチケットを徹底しましょう。特に、学校、職場、電車などの人が多く集まる場所では気をつけましょう。

<咳エチケット>

- 咳症状がある方は、
- ① マスクをつける
 - ② ティッシュやハンカチで口を覆う
 - ③ 上着の袖や内側で口を覆う

感染対策その3 『ワクチン接種』

日本には、ワクチン接種で予防できる感染症が数多くあります。ワクチン接種をすることで、重症化予防または発症を防ぐことができます。

集団発生が起こったときに慌てないよう、事前に対応を整備しておくことは企業の運営において大切な取り組みです。

感染対策
の
ポイント

- 1 予防対策
(予防接種、手指衛生などの感染者を極力減らす対策)
- 2 危機管理体制の整備
(集団発生時の対応、業務への影響を最小限とする対策)

お問い合わせ先 出雲保健所 衛生指導課 TEL 21-1185

おたより広場

読者のみなさんからの投稿コーナーです。最近あった「楽しかったこと」「最近思うこと」「感動したこと」…ぜひお聞かせください。写真や絵手紙・イラストも大募集!!

〒693-8585
出雲市今市町106番地1
JAしまね出雲地区本部内
「広報誌JAしまねびより」編集係 宛
✉メールでの投稿も大歓迎!
izumokouhou.izm@ja-shimane.gr.jp

●新年度がはじまりました。「JAしまねびより」もリニューアルされるとのこと、楽しみにしています。私は毎月、農産物の生産に取り組んでおられる方の記事を、消費者の立場から感謝しながら読んでいます。その他、健康散歩、食材のレシピ、俳句等が好好きです。野々村先生の野球監督としての活躍にも期待しています。

(大社町 H・Fさん)

JA:日頃ご愛読いただきありがとうございます。今月号から、表紙をはじめ、誌面を大幅にリニューアルいたしました。いかがでしたでしょうか。引き続きよりよい誌面づくりを目指しておりますので、ご感想等お待ちしております。表紙にはこれまで多くの反響があり、野々村先生には感謝申し上げます。

●牛乳は子どもから大人までカルシウムを補うためなくてはならない存在ですね!!生産者の方の心がけや努力に感謝しています。おいしいレシピもブルーベリーチーズケーキがおいしそうで子ども喜びそうです!また作ってみたいと思います。

(東福町 I・Mさん)

JA:3月号では牛乳を特集させていただきました。ブルーベリーチーズケーキは濃厚で満足感がありおススメです。ぜひ作ってみてくださいませ。

●JAISSへの自家発電機設置の記事を読みました。災害時の備えとして、とても心強く思いました。普段は要らないし、使うときがあるかどうかも分からないものを用意する決断をされたこと、すばらしいと思います。使うことのないことを祈ります。

(矢野町 K・Aさん)

JA:使う機会があつてはいけません。万一の時のため、災害時に地域の燃料供給の拠点となるガソリンスタンドとして、ご承知おきいただければと思います。

●3月2日から私の大好きなアスパ

ラガスの出荷が始まったとか。店頭と並ぶのが楽しみと思っていいたら、ありました!!さっそく買って帰りましたよ。今日はベーコン巻きにしようかな。

(乙立町 S・Yさん)

JA:地元産のアスパラガスを見かけると春を感じますね!ベーコン巻きおいしそうです。アスパラガスは見た目も楽しく、食卓にあると華やかな気持ちになります。

●新型コロナウイルスの感染拡大が世界中で続いています。JAでも八ム作りや豆腐作りが中止になり残念です。オリンピックもどうなりますことやら、心配は続きます。

(高松町 Y・Sさん)

●新型コロナウイルス感染拡大により、外出を避けて家の中にとストレスが溜まります。「ストレスと睡眠」がとても参考になりました。元気に暮らしたいです。

(松寄下町 T・Kさん)

JA:自分や家族はもちろん、日本中、世界中のことを考えて行動しなければと思う今日この頃です。先月号の健康散歩では「ストレスと睡眠」についてご紹介いたしました。不安や閉塞感でストレスも溜まりやすい

情勢ですが、睡眠のとり方などでも緩和していただければと思います。

●厳しい審査で「東京2020オリンピック聖火リレーランナー」に選ばれましたが、オリンピック延期とともに聖火リレーも延期となりました。5月16日に江津市を走る予定でした。当日は、出雲市民の代表の一人として最高のパフォーマンスを発揮できるように、体調管理に努めていましたが、幻の聖火リレーランナーとなってしまいました。

現状を理解・納得できますが、やっぱり悔しいです。残念でなりません。来年オリンピックが無事開催されることを祈っております。

(渡橋町 I・Tさん)

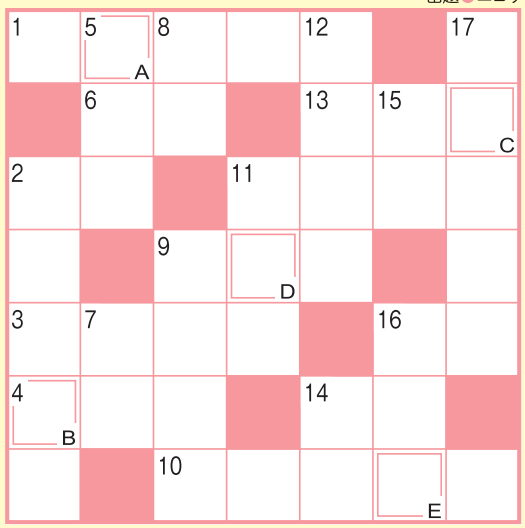
JA:残念な思いをされたこととありますが、選ばれ、代表としての意識を持って臨んでこられたことにはぜひスポットを当てたいと思います。ご紹介させていただきました。

日々深刻なニュースが流れていますが、一日も早く終息し、安心して暮らせる日常が戻ってくることを願っています。



CrossWord
クロスワード
パズル
Puzzle

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
---	---	---	---	---

・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。

タテのカギ

- ②知事選の期日前——に行ってきた
- ⑤耳は聴覚、鼻は嗅覚、目は
- ⑦ゾウやライオンを数えるときに
使う言葉
- ⑧大きな口を持つ爬虫(はちゅう)
類
- ⑨往年のヒット曲『——のハワイ
航路』
- ⑪武者人形はかぶっていることが
多い
- ⑫茶畑で行う収穫作業
- ⑭数え年70歳のお祝いです
- ⑮アシカやオットセイより大きな
海獣
- ⑯飛行機で物を運ぶこと
- ⑰田畑を耕す農耕機械

ヨコのカギ

- ①端午の節句に食べる和菓子
- ②損の反対語
- ③あの人、いい人なんだけど、
——多いんだよなあ
- ④邦画ではありません
- ⑥シオマネキやガザミはこの仲間
- ⑨馬具の一つ。足を掛けます
- ⑩春の大型——をゴールデンウ
イークといいます
- ⑪クラブ——、救援——、——写
真
- ⑬与党と対立することが多い
- ⑭たくと良い香りがします
- ⑰アスバラガスは主にこの部分を
食べます

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
〒693-8585 出雲市今市町106-1
JAしまね 出雲地区本部 情報システム課 「クイズ」係
2020年5月7日（木）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆



JAしまねびより
「俳句の広場」「川柳の広場」
がスタートします！

JAしまねびよりは、皆様からの俳句・川柳を募集します。
優秀句（最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句）は5月号
より誌面でご紹介！たくさんのご応募お待ちしております。

奇数月は【俳句の広場】 選者は安食 彰彦先生
4月、6月、8月、10月、12月、2月の各15日を締切として、
翌月のJAしまねびよりにて入賞作品を発表します。

偶数月は【川柳の広場】 選者は竹治ちかし先生
5月、7月、9月、11月、1月、3月の各15日を締切として、
翌月のJAしまねびよりにて入賞作品を発表します。

最優秀賞、優秀賞の4名様には
「JA商品券1,000円分」をお贈りします。

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。
※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、JA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
JA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」
FAX：0852-35-9045
Eメール：fureai.hon@ja-shimane.gr.jp

作業機を装着したトラクタで公道走行が可能となりました！

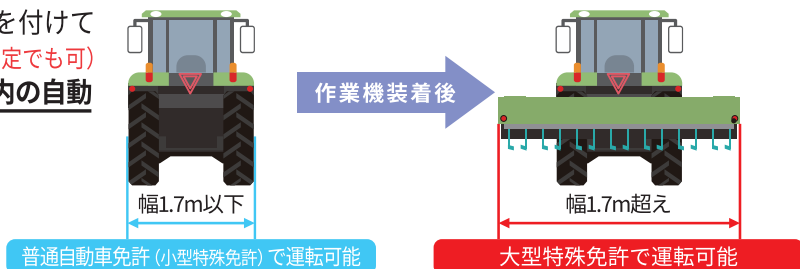
道路運送車両法の基準緩和によって、**一定条件を満たした状態に限り**トラクタに作業機（ロータリー・ハロー等、けん引式でないもの）を付けたままで公道を走行することが可能となりました。

適切な運転免許証をもっていますか？

作業機の幅によって必要な運転免許が変わります

作業機本体の幅が**1.7mを超える**作業機を付けて公道を走行する場合、**大型特殊免許**（農耕限定でも可）が必要となります。**大型特殊免許は、県内の自動車教習所等で取得することができます。**

普通自動車免許（小型特殊免許）で運転可能なトラクタでも、**作業機の幅が1.7mを超えると大型特殊免許が必要**となるので注意！



※耕うん幅ではなく**作業機全体の幅**です。
 ※普通自動車免許を取得していれば、小型特殊免許取得の必要はありません。

作業機を装着したトラクタの公道走行については、免許の確認（取得）の他各種灯火類の確認や車両幅の確認、安全性の確認が必要です。トラクタ・作業機を保有するご自身で諸条件を十分ご確認いただき、法令を守って走行して下さい。また、ご不明な点がございましたら、お近くのJA 営農担当部署、農機担当部署までお問い合わせください。

島根をもっと元気にしたい ～一緒にJAで働きませんか～

JALしまねは「農業振興」「地域振興」「地域貢献」を積極的に展開し、組合員はもとより県民そして次世代を担う若者・子どもたちとともに、大地の恵みと食文化の尊さを継承していきます。

「人と自然が共生する、光り輝く未来の創造」

- 地域の資源を生かし、希望と活力に満ちた農業を実現します
- 地域の文化を守り、心豊かに安心して暮らせる地域社会を創造します
- 水と緑を育み、豊かな大地と食を次世代に引き継ぎます

「信頼、満足、熱意、みんな一番」

- 【し】……組合員・利用者からの信頼、一番をめざします
- 【ま】……組合員・利用者の満足、一番をめざします
- 【ね】……仕事への熱意、一番をめざします



JALしまね 令和3年4月 採用職員募集のご案内

- 募集職種** 正職員（総合職）
- 募集区分** 本店採用（転居を伴う配置の可能性があります）、地区本部採用（原則転居を伴う配置はありません）
- 応募資格** ①令和3年3月大学院・大学・短大・高専・専修学校卒業見込の方
②大学院・大学・短大・高専・専修学校を卒業して3年以内の方
- 採用予定** 若干名
- 提出書類** 履歴書（JA指定）、卒業見込証明書または卒業証明書、学業成績証明書、受験票添付写真1枚（タテ4cm×ヨコ3cm、6ヶ月以内撮影）
- 受付期間** 令和2年4月1日（水）～5月8日（金）期間内必着
- 選考方法** 筆記試験、面接試験、小論文試験（一次選考・令和2年6月実施予定）
- 応募方法** マイナビ2021よりエントリーのうえ、提出書類を受付期間内に下記まで郵送または持参にてご提出ください。

※採用条件など詳しくはJALしまねHPまたは下記までお問い合わせください。

お問い合わせ先（書類提出先）

〒690-0887 島根県松江市殿町19-1
 JALしまね 総務部 人事課
 担当：太田、上原
 TEL：0852-35-9016
 FAX：0852-35-9024
 ホームページ
<http://ja-shimane.jp/>
 E-mail
jijin.hon@ja-shimane.gr.jp



マイナビ2021

マイナビでエントリー受付中



JALしまね 島根県農業協同組合

ラピタ本店生活課より

シロアリ警報!5月は羽アリが多発!!



無料



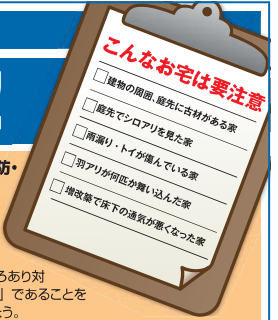
シロアリの予防・駆除は確かな実績と安心のJAへご相談下さい。

シロアリ防除は「(公社) 日本しろあり対策協会登録企業」であることを必ず確認しましょう。

JAのシロアリ予防・駆除は安心です。毎年莫大な量の木材が、シロアリや木材腐朽菌によって失われております。JAとして、組合員の皆様の住まいの耐用年数を延ばし、住まいを守る天災対策として、シロアリおよび腐朽被害対策を行っております。

環境に適合した薬を使用
(公社) 日本しろあり対策協会で効力・安全性の審査に合格した認定薬剤を使用しています。

資格者(プロ)による施工
(公社) 日本しろあり対策協会の施工仕様にのっとり「しろあり防除施工士」が施工しています。



取扱業者

株式会社 **コタマサイエンス**

(公社) 日本しろあり対策協会正会員
会員番号 鳥根県 002
会員番号 鳥取県 002

(本社) 〒690-0048 鳥根県松江市西島2丁目8-23

JA全農基本契約業者「株式会社 珠児玉商会」特約施工店

■松江営業所 TEL0852-26-6757

■各営業所/江津・益田・隠岐・鳥取・倉吉・米子・広島

<http://www.kodama-s.co.jp/>

床下の無料調査(シロアリ駆除・防除等)に伺います。

床下の無料調査をご希望の方には、JAしまね取扱業者(株)コタマサイエンスの地区担当者が訪問しますので、よろしくお願致します。



内田 英治 児玉 光 古川 秀信 峯山 和之 桑原 強 平田 一樹

お問い合わせ先 **JAしまね** 出雲地区本部 ラピタ本店生活課 出雲市今市町 87 TEL:21-6083



当店は「キャッシュレス・消費者還元事業」対象店舗です!

キャッシュレスでお支払のお客様に

5%還元

消費者還元期間 2020年6月30日まで

受取方法は?



Edyでお支払いした日から、30日後の受取になります

各店の赤い専用チャージ機で受取ります

※詳しくは係員までおたずねください。



楽天Edyのお支払いで

毎日のお買物が

ポイント2倍

※Edyポイントはご利用月の翌月末にまとめて付与いたします。

QRコード決済
はじめました!

ラピタ全店でご利用いただけます

※詳しくは係員におたずねください

利用できるキャッシュレス決済



当店は「キャッシュレス・消費者還元事業」対象店舗です!

Happy Mother's Day

ラピタの母の日ギフト

2020
5.10



母の日限定コラボギフト

シャボンフラワー&スパークリングワインギフト

1 レッド系 2 オレンジ系

H50×W19×D10 120サイズ

本体価格 各 **4,000円**

〈税込価格各4,400円〉

限定
各色
20個

限定
各色
20個

3 シャボンフラワー&今治ハンドタオルギフト
オレンジ系
H17×W17×D12
ハンドタオル(34×35)
80サイズ

本体価格 **2,800円**

〈税込価格3,080円〉

限定
各色
20個

4 シャボンフラワー&エコバッグギフト
ピンク系
H50×W20×D14 80サイズ

本体価格 **3,300円**

〈税込価格3,630円〉

限定
各色
20個

5 シャボンフラワー&クッキーギフト
レッド系 6 ブルー系

H13×W25×D13 80サイズ

本体価格 各 **2,800円**

〈税込価格各3,080円〉

PÂTISSERIE
FLEURのクッキー
です!

※レジかご対応保冷温バッグ

限定
各色
20個

7 プリザーブドフラワー
ピンク系 8 イエロー系

本体 φ10×H14 80サイズ

本体価格 各 **2,800円**

〈税込価格各3,080円〉

限定
各色
20個

9 ハーバリウム
H7.5×W19×D10

本体 φ4.2×H15.9
60サイズ

本体価格 **2,000円**

〈税込価格2,200円〉

限定
各色
20個

10 アレンジメント
ピンク系

11 イエロー系
H30×W25×D20

本体価格 各 **2,300円**

〈税込価格各2,530円〉

限定
各色
20個

12 ユリ花束
H85×W50×D50

本体価格 **4,500円**

〈税込価格4,950円〉

発送不可

限定
各色
20個

13 カーネーション
ラウンドブーケ

14 ピンク&レッド系
15 イエロー&オレンジ系

H50×W40×D40

本体価格 各 **3,000円**

〈税込価格各3,300円〉

発送不可

限定
30個

16 カーネーション鉢
ピンク系

H56×W25×D25
120サイズ

本体価格 **2,000円**

〈税込価格2,200円〉

限定
30個

16 寄せ鉢
(ポット苗三種)

H30×W30×D30
100サイズ

本体価格 **2,000円**

〈税込価格2,200円〉

限定
50個

17 アジサイ万華鏡
鉢 120サイズ

本体価格 **3,000円**

〈税込価格3,300円〉

限定
50個

18 アジサイ銀河
鉢 120サイズ

本体価格 **3,000円**

〈税込価格3,300円〉

※写真は全てイメージです。 ※花卉・花卉の開花状態及び花色、リボン・ラッピング(包装)等は写真と多少異なる場合がございます。

ご予約は、各店
サービスカウンターにて

ご予約締切日
4/30木まで承ります

お引渡し日
5/8金・9土・10日

フラワーギフトは地方発送承ります。
詳しくはお問合せください。

※お申し込みは、ご予約用紙にて各店サービスカウンターまたは担当者までお申し込みください。



- 本 店 Tel. 21-6068
- はまやま店 Tel. 30-7770
- みなみ店 Tel. 22-3733
- ひらた店 Tel. 63-7300

- 佐田店 Tel. 84-0262
- 多伎店 Tel. 86-2444
- 湖陵店 Tel. 43-3535
- 大 社 店 Tel. 53-2800



しまねうれしび



今月号から島根県家の光講師、飯塚生美子先生に季節のレシピをご紹介します！

新玉ねぎでライスサラダ



- ・新玉ねぎならではの甘さを生かした一品！
- ・野菜たっぷり、砂糖不使用。血糖値が気になる方におすすめです。
- ・レタスに包んでサラダ手巻き寿司風にもなります。

●材料（4人分）

ご飯……………400g	オリーブ油…大さじ2	カニかまぼこ……4本
新たまねぎ……1玉	酢……………大さじ4	青じそ……………2枚
パプリカ（赤）1/4個	コンソメ(顆粒)小さじ2	レタス……………適量
A パプリカ（黄）1/4個	カレー粉……小さじ1	
きゅうり…………1本	塩こしょう……少々	
プロセスチーズ…3個		

●作り方

- ①Aの材料を全部5ミリ角に切る。
- ②大き目のボウルにBを入れてよく混ぜ合わせドレッシングを作り、その中に①の材料を全部加えてひと混ぜする。
- ③②のボウルにご飯を加え、しゃもじで切るようにして混ぜ合わせる。
- ④器にレタスを敷いてその上に③を中高く盛り、ほぐしたカニかまぼことせん切りにした青じそを飾る。

アレンジ

- ・チーズの苦手な方は、ハム、焼き豚、ツナ缶等に変えてもおいしいです。
- ・カレー粉無しでもおいしくできます。
- ・市販のお好みのドレッシングを使ってもおいしくできます。
- ・盛り付ける具材はゆで卵や海鮮、アスパラ、スナックエンドウもおすすすめです。

新じゃがのガレット



- ・じゃが芋のでんぷん質で焼き固めるので、切ってから水にさらすと固まりにくくなります。
- ・なるべく細く切るとまとまりやすいです。
- ・おやつやおつまみにどうぞ！

●材料（直径20cmサイズ1枚分）

じゃが芋 2個(250g)	オリーブ油……大さじ1
A 片栗粉…………大さじ1	ケチャップ……お好みで
ピザ用チーズ…40g	
塩こしょう……少々	

●作り方

- ①じゃが芋は皮付きのまま洗いなるべく細いせん切りにする。
- ②ボウルにAの材料を入れて混ぜ合わせる。
- ③フライパンにオリーブ油をひいて中火で熱し、②を全部入れ、均等な厚さになるよう広げ、フライ返しでしっかり押し固めて焼く。
- ④5分くらい焼いたら裏返し（いったん皿に出してからひっくり返すと出しやすいです）、さらに3分押し焼きして両面に焼き色を付ける。
- ⑤器に盛り、食べ易い大きさに切り分ける。
- ⑥好みでケチャップをつけて食べる。

アレンジ

- ・カレー粉を加えて焼いてもOK!
- ・ブラックペッパーを振ると大人味に。

健康散歩

けんこうさんぽ



玄米を活用してみませんか？

気候がすっかり春らしくなり、新しいスタートを切る人が多いかと思えます。気持ちも新たに体力もしっかりとつけていきたいところです。

私たちにとって炭水化物は主食として健康を支えてきた大切なエネルギー源ですので、きちんと摂取したいものです。そこで、今回はお米の中でも栄養価の高い、玄米についてご紹介します。

玄米とは、白米を精米する前のものです。玄米には血糖の上昇を抑える食物繊維や、糖質をエネルギーに変える働きのあるビタミンB1などが豊富に含まれており、白米と比べても、食物繊維は約6倍、ビタミンB1は5倍、鉄分は約2.5倍、カルシウムは約2倍の栄養価となっています。ところが、そのままの玄米は胃に負担がかかったり、食感や味覚があまり好まれなかったり、玄米を摂取する家庭が少なくなりました。「玄米を摂取したいけど、ちょっと…」という方には、玄米と白米を混ぜて摂取されてもいいかもしれません。玄米と白米を1：1で混ぜたものや、5分づき米などでも玄米の良さを取り入れることができますし、食べやすくなります。特に、食事時間が21時以降になると、血糖が上昇しやすくなってしまいますので、そんな方にもおすすめです。しっかり、よく噛んで食べるようにしましょう。最近では、白米が主流になったことから、消化が良くなり、食べやすくなったのでよく噛まずに食べてしまい、ついつい食べ過ぎてしまうということもなっています。肥満の原因にもなりかねません。

最近では、玄米を美味しく炊ける電化製品も増えてきているので、体調が気になる方には玄米をお勧めします。今では、ご飯だけでなく玄米を使ったパンやお菓子、麺なども出てきました。いつも買うパンやお菓子ではなく、時には玄米を使用したものを選ぶなど、栄養価の高いものを選んでみてはいかがでしょうか。

