

JAしまねびより

2020
October
Vol.55

特集
島根のお米を知ろう!



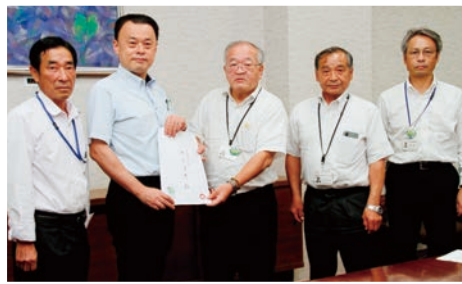
島根の
いいもの再発見!!
菌床栽培なめこ

[浜田市金城町]

詳細は6ページへ

topics 1

更なる島根の農業振興を！ 県へ要望書提出



JAしまねとJA島根中央会、島根県農政会議は9月2日、県庁で「令和3年度島根県農業政策および予算に関する要望書」を丸山達也知事に手渡し、県農業産出額730億円達成に向けた園芸品目の産地化支援や、ウイルス感染症・気象災害等の緊急事態時の対応方法について要望しました。

当日は、石川寿樹組合長や同農政会議の石倉茂美会長らが訪問。特別要望では園芸品目の産地化支援を強調し、重要6品目の産地交付金や配分案などについて県の方針を早期に示し、更なる農業振興に向けて取り組み易くなるよう配慮を求めました。

石川組合長は「県とは農業産出額100億円増の早期達成に向けた共同宣言を締結している。目標の達成に向け一緒に頑張っていきたい」と話し、要望への協力を求めました。

丸山知事は「生産の省力化、生産性の向上のところでお手伝いをさせていただきたい」と応えました。

topics 2

「届け！みんなの応援プロジェクト コロナに勝って必ず笑おう！」

JAしまね公式ホームページでは、8月より新型コロナウイルス感染症拡大により農畜産物の価格低下および、不安を抱える農業生産者へ向けた消費者からの応援メッセージを紹介しています。

8月には4,000件を超える応援メッセージが全国各地から届けられました。毎週数件を抜粋し掲載しています。

「コロナ禍の毎日でも、こうして安全安心な食材を届けてくれてありがとう」「今自分にできることは、国産の食材をたくさん食べて応援することだ」など感謝の言葉や、農業生産者を支えるエールなど、心のこもったメッセージがたくさん寄せられており、中には7月の豪雨災害や、この夏の猛暑や台風の被害を心配するメッセージもありました。

この励ましに伝えようと、島根県内の農業生産者を代表してJAしまね女性部の部員や島根県農協青年組織協議会の盟友からのお礼のメッセージをホームページに掲載。JAしまね女性部フレッシュミズ部会の住田奈々副部会長は「全国からたくさんの方の応援メッセージに励まされる。みんなの手を取り合ってこの危機を乗り越え、必ず笑いたい」と話しました。



JAしまね
公式ホームページ

<https://ja-shimane.jp/>

JAしまね 検索



topics 3

島根ぶどうフォトコン2020

JAしまね本店米穀園芸部園芸課が、「島根ぶどうフォトコン2020」と題し、インターネット交流サイトのインスタグラムを活用したフォトコンテストを開催しました。

「デラウェア」部門と「シャインマスカット」部門を設け、島根ぶどうを楽しく食べている写真やインスタ映えする写真の投稿を募集したところ、多数の応募があり、優秀写真の投稿者には県産のシャインマスカットとアールスメロンのセットが送られました。

同課はコロナ感染症拡大の影響により、島根ぶどうを店頭でPRできない状況が続いているため、インスタグラムを活用した様々な企画を実施。今回は島根ぶどうを食べておうち時間を楽しんでもらい、これをきっかけに産地にも興味をもってもらうと企画しました。当初1,000人だったフォロワー数も9月上旬には7,600人を超えました。そのほとんどが「インスタグラムで島根ぶどうを初めて知った」と書かれており、PR効果が着実に出ています。



https://www.instagram.com/shimane_grape.official/

JAしまねぶどう本部公式Instagram 検索



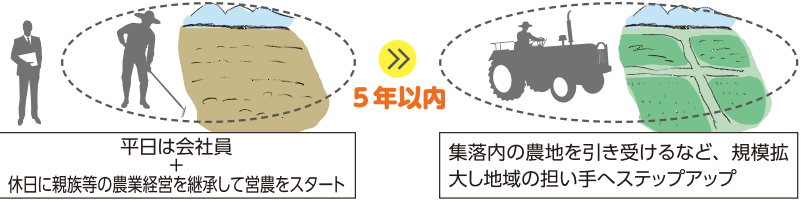


退職等を機に地域農業の担い手として 新たに農業をはじめませんか

島根県では、中山間地域の「担い手不在集落」(*)で、新たに農業経営を引継ぎ、5年以内に専業農家として地域農業の担い手となる人を応援します。

*「担い手不在集落」：将来、集落の農業・農地を中心となって支える集落営農組織や認定農業者等の担い手が確保されていない集落

中山間地域の担い手不在集落



活用例 58歳で営農開始(兼業可)の場合 58~60歳までの2年間 最大144万円交付

担い手不在地域継承支援事業

対象者	県内に1年以上在住する者
対象年齢	65歳未満
交付額・交付期間	6万円/月 申請時から最大2年間
主な要件	<ul style="list-style-type: none"> 中山間地域の担い手不在集落で親族等の農業経営を継承し、新たに農業経営を開始すること(当方は兼業でも可) 経営開始後、5年以内に農業専業経営(所得目標280万円以上)へ転換すること

※要件の詳細は、島根県農林水産部総務課までお問い合わせください。

本事業の対象となる「担い手不在集落」は各市町村農業担い手支援センターまたは集落営農担当課へご確認ください。

問い合わせ先：

島根県農林水産部農林水産総務課 0852-22-5396
 JAしまね営農対策部担い手対策課 0853-25-8142

野菜価格安定対策事業を利用している生産者の皆様へ

野菜価格安定対策事業と収入保険の同時利用が条件付きで可能となります。

〔収入保険への加入を検討される際の注意点について〕

- POINT 1** ○令和3年1月から当分の間、初めて収入保険に加入される方は、1年間に限り、収入保険と野菜価格安定対策事業(注)を同時利用することができます。ただし、過去に収入保険に加入したことがある場合や同時利用をした翌年以降は同時利用はできません。
- POINT 2** ○収入保険と野菜価格安定対策事業を同時利用される方は、収入保険の保険料等と野菜価格安定対策事業の生産者の負担金の双方を支払います。
- POINT 3** ○また、収入保険の保険期間中に、野菜価格安定対策事業の補給金を受け取った場合、収入保険の補てん金の計算上、その金額を控除します。
- POINT 4** ○収入保険のみに加入される方は、お手数ですが、必ず野菜価格安定対策事業を利用しない意思及び期間をJA又は登録出荷団体に書面で申告するとともに、収入保険の加入申請時に、NOSAIに写しを提出してください。連絡がなく、同時利用となれば、収入保険で保険金等を受け取れない場合もあります。
- POINT 5** ○ご自身がどの野菜価格安定対策事業に加入しているか、ご不明な場合には、JA又は登録出荷団体にご確認ください。

(注) 指定野菜価格安定対策事業、特定野菜等供給産地育成価格差補給事業、契約指定野菜安定供給事業・契約特定野菜等安定供給促進事業(価格低落タイプ)

収入保険と野菜価格安定制度の同時利用の関係の整理

○令和3年1月以降、初めて収入保険に加入する農業者は、当分の間の特例として野菜価格安定制度との同時利用を可能とする。

	令和元年	令和2年	令和3年	同時利用	
① 収入保険 野菜制度		新規加入 交付予約数量 対象出荷期間	対象出荷期間	○	
② 収入保険 野菜制度		新規加入 交付予約数量 対象出荷期間	対象出荷期間	○	
③ 収入保険 野菜制度		新規加入 交付予約数量 対象出荷期間	対象出荷期間	○	
④ 収入保険 野菜制度	交付予約数量 対象出荷期間	新規加入 交付予約数量 対象出荷期間	対象出荷期間	○	
⑤ 収入保険 野菜制度		新規加入 交付予約数量 対象出荷期間	対象出荷期間	○	令和4年から同時利用
⑥ 収入保険 野菜制度	新規加入	加入 交付予約数量 対象出荷期間	加入 交付予約数量 対象出荷期間	×	過去に収入保険加入済
⑦ 収入保険 野菜制度	新規加入	加入 交付予約数量 対象出荷期間	加入 交付予約数量 対象出荷期間	×	過去に収入保険加入済

農林水産省園芸作物課資料より抜粋

問い合わせ先：

JAしまね営農対策部担い手対策課 0853-25-8142
 JAしまね米穀園芸部園芸課 0853-25-8694



島根のお米を知ろう!

実りの秋、今年も新米の季節となりました。
ほんのり甘い豊かな風味、ふっくらモチモチの食感は「日本人に生まれてよかった!」と改めて感じさせてくれます。

主食のご飯が美味しいと幸せな気持ちになりませんか。そんな島根のお米を今回はご紹介します。
※今回特集したお米以外にも、島根にはおいしいお米がたくさんあります。(その一部を抜粋して掲載しています)



まい かがやき舞 (コシヒカリ・つや姫)

松江管内の自然豊かな環境で愛情こめて育てたお米をカントリーエレベーター稲蔵(いなぞう)でゆっくりと送風乾燥した中から、より良い食味で高品質なお米を厳選した今摺米です。
今摺米とは、稲刈りした籾をカントリーエレベーター稲蔵で貯蓄し、出荷する直前に籾摺り・精米した新鮮味あふれるおいしいお米です。

お問合せ先: くにびき地区本部 営農経済部 指導販売課 TEL 0852-55-3038



まい 金芽米 (きぬむすめ・にこまる)

金芽米とは、B G 精米製法で玄米の栄養成分とうま味成分を残した健康志向の無洗米です。

B G 精米製法はヌカの粘着質でヌカをはがす安心の無添加製法で、とぎ洗いで損なわれがちなお米表面のうま味層を残しながら、ヌカだけを取り除く精米法です。



まい えんむすび米 (きぬむすめ)

斐川町産の特別栽培きぬむすめを「しまねえんむすび」のネーミングで長崎県の生活協同組合ララコープ限定で販売しています。島根の安全・安心なお米として人気商品となっています。



お問合せ先: 斐川地区本部 営農部 営農第一課 TEL 0853-73-9616

やまごとまい 山里米 (コシヒカリ)

山里米は出雲市の南部地区で栽培されているエコ栽培コシヒカリです。主に有機肥料を使用して化学肥料と農薬の使用量を半以下にし、島根県エコロジー農産物として推奨を受けています。
昨年は島根大学生とコラボしパッケージをリニューアルしました。



お問合せ先: 出雲地区本部 南部営農センター TEL 0853-84-0213

に 仁多米 (コシヒカリ)

古文書「出雲國風土記」に良質米の産地として記され、西の横綱と称される仁多米は、いにしえからのブランド米でふっくらとして、つややかで、もっちりとしたコシヒカリです。



お問合せ先: 株式会社 J A アグリ島根 パールライス部 精米営業課 TEL 0853-72-4183

いいなんまい 飯南米 (コシヒカリ)

山々から流れる雪解け水が一年中地域を潤し、良質なお米を育てます。そんな気候風土に恵まれた「飯南町」で栽培された、ふっくらとして、粘りの良いコシヒカリです。



ほむらまい たたら焔米 (プレミアムつや姫)

島根県産つや姫は、全国食味ランキングにおいて特Aランクを受賞しており、そのことから栽培方法、粒の大きさ、お米の成分など雲南市独自の条件で厳選されたお米です。



まずは、主な島根県産米

食3品種を 食べくらべ



きぬむすめ

良食味品種である「キヌヒカリ」「祭り晴」をかけ合わせて、九州沖縄農業研究センターで育成されたお米です。美味しさの秘密は炊飯米のツヤと白さが特徴で、粘りが強く柔らかく冷めてもモチモチしており、お弁当やおにぎりにも最適です。



つや姫

「コシヒカリを超える米」を目指して山形県で開発されたお米です。味も旨味アミノ酸がコシヒカリより多いことが確認されています。粒が大きく口の中に広がる甘みは高い評価を受けています。



コシヒカリ

コシヒカリは生産量、人気ともに日本一!まさに名実ともにナンバー1のお米です。味の特徴はお米の成分であるアミノロースやアミノペクチン、タンパク質のバランスが良く、粘りと弾力がありツヤと香りも優れています。



担当課よりひとこと

J Aしまねでは、令和元年産で皆様から出荷いただきました島根米約4万トンを取り扱わせていただいております。その内主食うちは約3万4千トンで、主食うち以外では、酒造好適米・もち米・加工用米・飼料用米などを扱っています。銘柄別では、コシヒカリ約1万4千トン、きぬむすめ約1万4千トン、つや姫約4千トンの順となっています。

これらのお米は、約30社の卸を通じて全国の食卓にお届けしています。お客様からは「きぬむすめ」「つや姫」の要望が非常に強くなってきています。

米穀課では『生産者の皆様の営農継続性と生産意欲の向上』を常に思い、皆様から出荷いただきました大切なお米を1円でも高く販売していきますので、多くのお米をJ Aに出荷していただきますようお願いいたします。



米穀園芸部 米穀課 伊藤圭課長

もしおまい 島の香り隠岐藻塩米 (コシヒカリ・きぬむすめ)

隠岐のこだわり米として平成15年より「藻塩」を使って栽培した「島の香り 隠岐藻塩米」は、藻塩を溶かした水溶液を稲に散布することで、根と葉の両方からマグネシウムなどのミネラル分を吸収し、しっかりした食感と甘みのあるお米となります。隠岐の水・土・海・人・志がぎゅっと詰まったお米です。



お問合せ先：隠岐地区本部 TEL 08512-2-1133

島根県産隠岐の国海士町のコシヒカリ (コシヒカリ)

海士町で育ち、海士町で販売消費されている地産地消のお米です。海士町地域のみなさんに向けて出荷販売し、ふるさとの味として親しまれています。自然豊かな土地で育ったお米は誰もが美味しいと頷く自慢のお米です。



お問合せ先：隠岐どうぜん地区本部 海士支店 TEL 08514-2-0751

てんりょうまい 石見銀山天領米 (エコロジー米コシヒカリ)

大田市で産地を限定したエコロジー米コシヒカリを、マイナス温度の保管庫（氷感庫）で熟成保存させた『おおだブランド』認証商品のお米です。保管庫で一定期間保存することで玄米が熟成され、「甘味」「粘り」「弾力性」が増し一段とおいしいお米になります。



お問合せ先：石見銀山地区本部 営農経済部 生産販売課 TEL 0854-84-9058

げんきまい ヘルシー元氣米 (コシヒカリ)

ヘルシー元氣米は清流高津川の豊富な水を利用して、津和野町で飼育された牛からとれる堆肥の投入による良質な土づくりと、農薬や化学肥料の使用を通常の半分に抑えて生産したコシヒカリを「津和野ヘルシー米」として売り出しました。平成13年には生産者全員がエコファーマーの認定を受け、平成15年には本格的に西いわみ全域の中山間地域での栽培をはじめ「西いわみヘルシー元氣米」として販売がはじまりました。



お問合せ先：西いわみ地区本部 営農経済部 米穀課 TEL 0856-23-1911

まい 石見白いるかの舞 (コシヒカリ・きぬむすめ)

ユニークな名称と目を引くパッケージは、お子さまに大人気です。島根海洋館アクアスのシロイルカの「幸せのバブルリング」に因み、お米を食べた方が幸せになりますようにという思いを込めて名付けられました。



お問合せ先：いわみ中央地区本部 営農経済部 経済企画課 TEL 0855-22-8823

まい 石見高原ハーブ米 (コシヒカリ・きぬむすめ)

石見高原ハーブ米は、農薬や化学肥料の使用量を抑えた人と環境にやさしい農業として生産が始まりました。ハーブ（クローバー）を肥料として利用し、栽培期間中に99%有機質窒素肥料のみ使用するなど、栽培方法にこだわりを持ったお米です。

また「石見高原ハーブ米きぬむすめ」については平成30年度より島根県版GAP「美味しまね認証」の団体認証を県内で初めて取得しています。



お問合せ先：島根おち地区本部 営農部 米穀農産課 TEL 0855-83-1623

さらに

美味しくご飯を炊こう (株)HALMスイ商品の紹介

無水鍋®



無水鍋®の原点は羽釜。無水鍋®は鋳物製法で造られたアルミニウム製の厚手鋳物鍋です。蓄熱性・保温性に優れ、ムラなく均一にかまどのように火が通り、ふっくらつややかにお米を炊き上げます。

お米じまんV (ハンディ精米機)

お米じまんVは、お米本来のおいしさと家族の健康を考えた簡単な家庭用ハンディ精米器です。玄米と白米の中間の「分つき米」の調整も簡単。胚芽コースは栄養価の高い胚芽部分を残すことによって、ビタミンB1・Eを豊富に摂取できます。



お問合せ先：お近くのJ Aしまねの支店へお問合せください。

ご飯を炊く水にこだわってみよう!

ごはんを炊く時はミネラルウォーターのように、無味無臭の美味しい水が適しています。ご家庭でご飯を炊く場合はできるだけカルキ臭を抜いた水を使うと、より美味しく炊けます。

水道水のカルキ臭を取り除くには「3～5分程度沸騰させる」「半日～1日程度汲み置きしておく」「浄水器などを使う」等の方法があります。沸騰・汲み置きをする場合は蓋をしなくて行うことがポイントです。

水の温度は5℃（冬場）で120分、20℃（夏場）で30～60分浸水させるのが理想です。ただし、最近は米の吸水を自動で行なう炊飯器もあります。その場合は浸水時間を設けずに、直ぐにスイッチを入れても美味しく炊き上がります。



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]

浜田市金城町

菌床栽培なめこ

10月は、いわみ中央地区本部。浜田市金城町でなめこ・平茸などの菌床栽培に取り組む河崎 忠さん(76)にお話を伺いました。



お話を伺いました
河崎忠さん



原木栽培から菌床栽培へ

広島県に隣接する浜田市の山間地、金城町波佐地区で農業を営む河崎さん。

約15年前に地元にあった電子工場でのお勤めを終えられ、それまでも趣味の範囲でしてきた農業を本格的にスタートしました。「当時は原木椎茸や葉物野菜、花など様々な作物を栽培した」と、その当時を思い出しながら楽しそうにお話しされました。今では主に、菌床なめこ、菌床平茸、ピオーネ、シャインマスカットを栽培。15年の歳月の中で試行錯誤を繰り返



し、今のスタイルに辿り着きました。工場勤務の頃から、ものづくりや様々なことにチャレンジすることが好きだった河崎さんが最初に始めたのは、原木でのキノコ栽培でした。ただ、歳を重ねるとともに、原木栽培にかかる労力がだんだん負担となってきました。特に山に入り、抜き切りという原木栽培に適した木を伐採し、原木を運ぶ作業が大きな負担で、これがなんとかならないものかと…。そこでいろいろ調べたりJAで話を聞いたりしていると、菌床栽培という方法があることを知り、約10年前に菌床栽培に切り替えました。それまでの山に入るという煩わしさから解放され、スムーズに栽培ができるよう



「これが当時の参考書」と頼りにしていた一冊の本を見せていただきました



ずらりと並んだ菌床ブロックはおよそ500個



になりました。菌床に切り替えたことを機に椎茸は止め、なめこ・平茸に専念。特に自分のスタイル、性格にあっているというなめこに重きを置き、栽培を行っています。

菌床栽培の取り組み易さが○

なめこ、椎茸、平茸の菌床栽培は原木栽培に比べ、いろいろな意味で「取り組み易い」。原木栽培は原木の切り出しから植菌、井桁積みなど、収穫まで時

間と労力がとてもかかりますが、菌床栽培は前段の手間が比較的少なく取り組めます。一つのブロックも軽量で、高齢者でもそう負担になりません。年間の作業も重労働ということは殆どなく、春から夏にかけて培養し、秋口から発生し、収穫のシーズンが始まります。発生・収穫の時期になると、朝晩の水やり(含水)や加湿器を使った湿度管理、温度管理などを毎日行いますが、管理はとてもし易いです。発生が始まると1ブロックで2〜3発生を目処に3月頃まで収穫・出荷が続きます。

河崎さんが所属する「菌床平茸生産組合」には11名が所属しており、生産規模は様々。大規模に取り組んでいる所もありますが、中・小規模で他の作物との兼業が大半です。他地域同様、組合員の高齢化が進んでいます。そうした高齢者にも取り組み易いのが菌床栽培とのことです。河崎さんの場合は、隣の邑智森林組合で作られる菌床ブロックをJA経由で購入。自宅横に菌床栽培用の小屋を設けて栽培しています。作業面でも時間の面でもとてもいい環境です。「あえて苦労というか辛い点をあげるとすれば、思わず大量に発生した時、収穫が忙しくなってしまうことかな」と笑顔で話します。収穫を効率的にできるよう計画し、湿度や



10月の下旬からなめこが発生する

温度管理を行いながらやってはいるものの、突然：ということもあります。収穫に手が回らず、成長させ過ぎて通常の出荷ができないことも。ただ、そんな時も日頃からお世話になっている産直市場などに並べさせてもらい、大きなままを販売することもあるそうです。「びっくりするほど大きな平茸やなめこが産直市場に並んでいる時は、私の育てた平茸かもしれません。品質や味に問題はありませぬので、大きさにびっくりしながら味わってみてください」

暮らしの中の楽しいを充実させるために

同じく農業を営む息子さんご夫婦、お孫さんと7人で同居をされているという河崎さん。息子さんご夫婦はトマトを中心に栽培。毎日一つ屋根の下で一緒に生活し、お互いの農業について干渉はしないものの、ときには相談したり、手を貸しあう毎日。「年寄りにとってはこの上ない暮らし。今後の目標は現状維持」と笑顔で話します。

菌床栽培、ピオーネ、シャインマスカット、いずれもこれまで蓄積したノウハウを活かし、「無理をせず」「楽しみながら」が長く続けていくことの秘訣。初夏のぶどうから始まり秋から早春までの菌床栽培、と年中JAや産直市場との関わりを途切れさせないことも、河崎さんが大事にしている事のひとつです。一定程度



河崎家のみなさん

息子さんご夫婦も農業を営む

の収入を確保し、時間を有効に使い、身の丈にあった取り組み方で自分のスタイルを貫くのが河崎流とのこと。趣味で飼育されている鯉や金魚、メダカは、「決して高いものや高級品ではないが、自分が気に入ったものにはとことん手間暇をかけ、長く付き合う。妻との付き合いより長いかも」と笑う河崎さんでした。



趣味で飼育している鯉、金魚、メダカ

一口メモ

河崎さんがつくる菌床なめこは、様々な食べ方が楽しめるというのが自慢だとか。なめこは、1日約50パック(100g)を主に浜田市近隣の産直市場で販売し毎日ほぼ完売。河崎さん一番のおすすめはなめこの佃煮。「保存も効く上、ご飯にまぶして食べるのが一番美味しい」と。浜田市近隣の産直市場に並ぶなめこは、ほぼ河崎さんが栽培されたものだとか。ぜひみつけて一度お試しください。



● 購入方法・お問い合わせ先 ●

JAしまねいわみ中央地区本部 営農経済部 特産課
電話 0855-22-8818



出雲女性部

出雲女性部は、部員数約4,600人と県内で最も大きな女性組織で、仲間づくり、地域貢献、環境保全など、毎年様々な活動に取り組んでいます。中でも毎年冬に行う「JAしまね出雲女性部運動会」は1,200人を超える女性部員、JA役職員、JA女子大学生が出雲ドームに集結し熱戦を繰り広げます。チームごとに揃いのウインドブレーカーを着て、競技にも応援にも熱が入り、寒さも吹き飛ばすほどのです。

また今年の2月には、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により施設等でマスクが不足しているという声を聞き、「今私たちにできることをしよう!」とすぐに女性部員が結集しました。短期間で360枚余りのマスクを作り、福祉施設に寄贈することができました。

まだまだ元通りの活動はできない状況ですが、みんなで知恵を出し合い、工夫しながら活動につなげていきたいと思えます。



JAいずも福祉会へマスクを寄贈



出雲女性部運動会は毎年大いに盛り上がります



一所懸命青年連盟



JA YOUTH

JAしまね島根おおち青年連盟

てらもと 寺本
あきほ 秋穂さん



JAしまね島根おおち青年連盟(以下、農青連)の寺本秋穂さん(25)は、地元の邑南町で就農して今年で6年目になります。子供の頃から家の農作業を手伝い、父親の農業をする姿を見て自分も農業をやりたいと思ったそうです。

地元の高校を卒業後、大田市の農林大学校に進学。以前から果樹に興味があったことや講師の勧めもあり、卒業後はシャインマスカットの栽培で就農することにしました。今では、4年前に就農した弟さんと助け合いながら約25aで栽培し、9月から10月にかけて出荷しています。

農青連には、父親から「いろいろな農家さんとつながりができ、為になるから入ってみないか?」と勧められ加盟。農業祭での出店やイベントに盟友の仲間と積極的に参加しています。

寺本さんは「今後の目標は、シャインマスカット栽培の規模拡大や法人化を目指したい」と笑顔で話しました。



あなたもチャレンジ 家庭菜園

野菜の保存・貯蔵

温度・湿度に配慮して

家庭菜園で取れた野菜を上手に保存しましょう。土地の気候に合った方法で貯蔵すれば、野菜を長く利用することができます。温度や湿度に気を付けて、野菜ごとに手間かけた保存をしましょう。



園芸研究家 ● 成松次郎

※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。

良い所に深さ60cm程度の穴を掘ります。サトイモでは芋を崩さないように逆さにいけます。サツマイモは成り首を付けたまま埋め、30cmくらいに盛り土して、上にビニールシートで雨よけします(図4)。ショウガの貯蔵温度は13~15度と他の野菜より高いので土中深くにいけます。

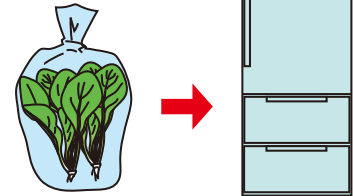
屋内での保存

温度変化の少ない納屋や冷暗所で、乾燥を防ぐことがポイントです。キャベツ、ハクサイは水分の蒸発を防ぐため新聞紙に包み、段ボール箱に入れておきます。ダイコン、ニンジンも穴開きポリ袋に、長ネギは土付きのままポリ袋などに入れて立て掛けておきます。

芋類は陰干しして乾かしてから、発泡スチロールのとり箱に入れておきます。

冷蔵庫で保存する場合は、ホウレンソウなどの葉物はポリ袋に入れ、立て掛けておくのが原則です。保存温度は、葉物など低温で育った野菜は0~5度で保存するのが良いでしょう(図1)。

図1 冷蔵庫での保存

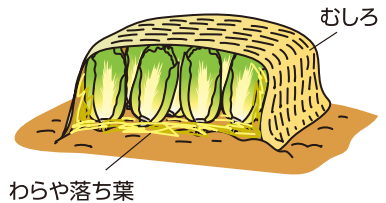


畑や庭での保存

キャベツ、ハクサイは、株をぴったり並べ、わらや落ち葉で覆い、その上にむしろを掛けておきます。雪の多い地方では、ビニールなどで屋根掛けします(図2)。

サトイモは、温暖地では畑から掘り上げなくても、土を厚く掛けておけば、十分に冬越しができます。

図2 畑や庭での保存



土中貯蔵

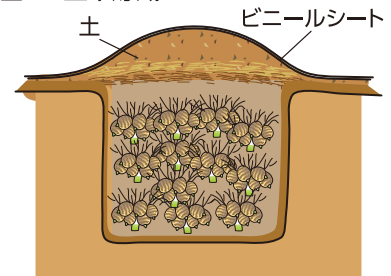
ダイコン、ニンジンも土を付けたまま葉を切り落とし、深さ20~30cmの穴に斜めに寝かせておき、土を掛けます(図3)。

サトイモ、サツマイモは、排水の

図3 土中貯蔵1



図4 土中貯蔵2



理事会情報 (8月24日開催)

【協議事項】

- ①令和2年度補助事業の実施について
- ②令和3年度島根県農業政策および予算に関する要望(最終案)について
- ③「個別委託方式」による系統外出荷組合員からの集荷拡大対策の試験実施について
- ④フレコン規格の変更ならびに大規模生産者等からのフレコン集荷対策の試行的実施について
- ⑤令和2年産米穀に係る仮単価等の支出対応について
- ⑥令和2年産島根米の仮単価の設定について
- ⑦令和2年産飼料用米の概算金単価の設定について
- ⑧職制規程の一部改正について
- ⑨運営体制検討委員会および本店施設整備委員会の設置について

(紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)

組合員の皆様の ご意見・ご質問にお答えします

例年ですと7月から8月にかけて地区本部管内約30会場において組合員大会を開催し、事業概況報告等を行うとともに皆様からのご意見・ご質問を伺っていますが、今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止を第一に考え開催を見合わせました。そこで、各支店でアンケート形式等によりご意見・ご質問を募ったところ多数のご意見等をいただきました。お寄せいただいたご意見・ご質問のうち、特に複数意見をいただいた内容についてご紹介します。

営農部門

Q 新型コロナウイルスの猛威が終息する気配がない。この状態が長く続けば農業にも深刻な影響を与えると思われるが、JAとしての対策はあるのか。

A コロナ禍の影響により、外食需要等の減退が続いており、今後も農畜産物の販売に影響を及ぼすものと想定しています。出雲地区本部の独自対策として、出雲市より助成を受け5～6月には農畜産物の通信販売を実施しました。また、国・県等の行政が実施する農業者向け各種コロナ対策事業（補助金）の申請窓口をJAが担うことで、影響を受けられた農業者の皆様へ随時支援を行っています。

Q 高齢化や担い手不足が深刻化する中、農業経営の高度化・効率化等を目的とした「スマート農業」の取り組みが今後重要になると感じているが、今後の展開について教えてほしい。

A 省力化・効率化が期待できるスマート農業は、農業経営を行うなかで不足する部分を補うという意味でも有効になり

ます。特に、大規模な水田作や施設園芸において効果を発揮すると考えられます。現在、様々な技術の開発が進められるとともに、新技術を導入するための各種補助事業の整備もなされつつありますので、個別の経営体制・状況に応じて支援していく考えです。



Q 新規就農者への支援について、定年後就農する人を対象にした60歳以上でも活用できる助成金はないか？

A 50歳以上65歳未満の方を対象に、農業人材投資事業（県事業）があります。就農前の研修中は1年間に限り年額72万円（Uターンの場合は年額144万円）、就農後は年額72万円（最長2年間）の助成を受けることができます。相談は農業支援センター（出雲市役所内）にて随時受け付けておりますので、要件等詳細な内容はお

問い合わせください。

Q 定年を機に野菜作りをしてみたいのですがどうしたらよいでしょうか？

A J Aの各営農センターでは、野菜作り講習会を定期的に開催しています。春から秋へと季節に応じたやさしい野菜作り講習会を入門編として開催しています。どなたでも参加できます。研修ですのでは是非ご参加ください。そして、ステップアップされたら家庭菜園で栽培された野菜を販売することもできます。ラピタ直売会に会員登録していただければ、市内各所のラピタ店頭で自慢のお野菜を販売することができます。野菜作りの楽しみも増えるかと思しますので是非ともご利用ください。

自動車燃料部門

Q セルフ給油所利用の際、操作に迷うことがあるので教えてください。

A セルフSS店頭でお困りの際は、いつでもご利用手順の説明をさせていただきますので、お気軽にインターホンでお呼びい

ただくか、お近くのSSスタッフにお声掛け下さい。

なお、セルフSSは最小限の人数で運営しており、作業中等お待たせすることがありますのでご了承ください。



生活部門

Q ラピタでおさいふカードをたまたま忘れてカードを持たずに買い物をする時、カードがある場合と比べて商品価格で100円程度違うことがある。カードが無くても電話番号等で照合し、会員価格で買い物ができるようにしてもらいたい。

A おさいふカードを忘れたお客様に会員価格をご提供する事はできません。これは、職員がレジの操作で自由に値引き処理を行うことができないようレジシステム上で制限をかけているためです。ご理解いただきますようお願いいたします。

Q 花の値段が斐川のグリーンセンターに比べると結

構高い。同じJAなのになぜか。

A ラピタは産直とフラワーショップの取扱いがあり、それぞれの特色を踏まえての価格設定になっております。産直売り場は普段使いでご利用頂ける価格帯となっております。フラワーショップラピタに関しては産直売り場と差別化をはかる為、また業務の大半が葬儀の供花を取り扱っている為、サイズも以上の国産秀品のみ取り扱っており特に記念日のプレゼントや節目の法要などにご利用頂いております。そのためどうしても価格は高くなっております。ご了承ください。

企画総務部門

Q 店舗統廃合の予定はあるのか。可能な限り店舗を維持していただきたい。

A 信用共済事業収益が大幅に減少する中、JAに限らず全国の金融機関で店舗統廃合が実施されています。当JAも非常に厳しい状況ですが、まずは組合員・利用者の皆様に直接的な影響を与える店舗統廃合よりも前に、事務の集約・効率化

や人員の再配置によるコスト削減、ATMの有効活用等により、可能な限り店舗存続を目指して取り組んで参ります。しかしながら、収益の減少のみならず、施設老朽化に伴う維持費用の増加、業務の高度化や人員不足による事務量や事務リスク増大等、抱える課題も山積しており、抜本的な店舗機能の見直しや店舗再編の検討が必要な時期が到来しているのも事実です。組合員・利用者の皆様にもご意見を頂きながら取り組んで参りますので、ご理解ご協力をお願いいたします。

Q 今年度の業績還元はどのように行う予定か。

A 昨年度に引き続き、今年度もグリーンセンターでの生産資材特別セールやラピタでのポイント5倍デーを計画しております。また今年度は新たに、自動車燃料部（ガス・給油所・自動車）での値引きキャンペーン、新型コロナウイルスの影響により中止となった農業祭りの代替として行う応募キャンペーン等、合計約35,000千円の業績還元を予定しています。

「ひらたの柿」高品質を確認

JＡしまね出雲平田柿部会

JＡしまね出雲平田柿部会は9月30日、JＡ平田柿選果場で「ひらたの柿」査定会を開催しました。出荷開始を前に、無作為に抽出した渋柿の「西条」と甘柿の「伊豆」の糖度、硬度、果重などを測定し、品質を確認しました。今年は特に果皮の汚れが少なく、きれいな柿に仕上がっています。高品質を売りに、柿全体で販売金額3億円を目指します。

8月の高温で、着色遅れが心配されていましたが、部会では、着色促進、汚れ果の減少などに効果的な光反射シートの購入を助成し、設置を促進。同部会の川瀬利治部会長は「品質を向上し、秀品率を上げて生産者の所得向上につなげたい」と意気込みを話しました。



糖度を測定する査定員

10月5日にはJＡしまねが同選果場で「こづち（西条）」出発式を開き、生産者や関係者ら約30人が出席。3トンを市場へ送り出しました。



出発式であいさつをする岡田達文本部長

秋の味覚を全国へ

西浜いもゆうパック出発式

出雲地区本部管内で、特産のサツマイモ「西浜いも」が出荷時期を迎えました。湖陵町かんしょ生産組合は10月1日、出雲市湖陵町のJＡ河南営農センターでゆうパック出発式を開催。生産者、郵便局員、出雲農林高校、市、JＡ関係者らが出発を祝い、「紅あずま」の3キロ箱137箱、5キロ箱96箱を送り出しました。

ゆうパックは今年で31年目。リピーターが中心で、中国地方をメインに、近畿・四国・九州方面にも発送しています。昨年は郵便局と連携し新規顧客開拓にも取り組み、前年比8%増の1152箱を取り扱いました。

同生産組合は生産者24名、93ヘクタールで、ほくほくとした食感で甘味が強い「紅あずま」と、しっとりとした



テープカットで出発を祝う関係者ら



「アイノテ」が「西浜いものうた」を披露

た食感と肉質のきめ細かさが特徴の「べにはるか」を栽培しています。出雲農林高校との連携で、選抜した優良苗を使って育成したバイオ苗（ウイリスフリー苗）も使用。通常の種芋苗より収量・秀品率ともに優れ、普及が進んでいます。

今年度の出荷量は前年並みの40トンを見込み、販売額2000万円（前年比6%増）を目指します。

式では、出雲市出身のアコースティックデュオ「アイノテ」が、この度作成した「西浜いものうた」を披露しました。今後「西浜いも」のテーマソングとしてPR活動に活用していきます。地元のハマナス保育園によるハマナス太鼓の演奏も出発式に華を添えました。

「ひらたの柿」直売所 オープン!

今年も10月10日に平田集荷所内で直売所がオープンしました! 西条柿、伊豆柿、柿アイス、干し柿(10月下旬~)、富有柿(11月上旬~)、加工品など多数取り揃えています。おいしい「ひらたの柿」をぜひご賞味くださいませ。

営業期間 12月中旬まで

営業時間 10:00 ~ 16:00

10月20日(火)まで、来場特典として店頭で1000円以上お買い上げの方に米卵プレゼント!

お問い合わせは ひらたの柿直売所
TEL・FAX 0853-62-2960 まで

知事にシイタケ手渡しPR JAしまね出雲しいたけ部会

JAしまね出雲しいたけ部会は9月9日、県庁を訪れ、丸山達也知事に菌床生シイタケを贈りました。同部会の三島茂部会長らが、県版GAPの上位認証「美味しまねゴールド」の団体認証取得などを報告し、秋冬の需要期を前に特産「神々の国 出雲しいたけ」をPRしました。

同部会の部会員は64人で、近年右肩上がりでの販売金額を増やしています。昨年度はJAがリースハウス11棟を建設し、新規就農者4人を含む8経営体が入植しました。

生産量の拡大を見込み、今年から新たな販路として香港への輸出も開始。消費拡大もねらい、レシピ本も作成しました。今年度は出荷量450トン、販売金額4億2000万円を目指しています。



丸山知事(中央)にしいたけを手渡し三島部会長(右から2人目)

献穀田で御抜穂式 出雲市荒茅町で

宮中行事の新嘗祭に献上する米を収穫する御抜穂式が9月13日、荒茅町で開かれました。奉耕者の川上幸博さん(農事組合法人荒茅東宮農組合組合長)ら関係者が4アールの献穀田に横列に並び、5月に植えた「コシヒカリ」の稲穂を丁寧に抜き取りました。

式には県・市・JA・地元関係者ら約50人が出席し、丸山達也知事、長岡秀人市長、JAしまねの石川寿樹組合長が祝辞を述べました。「御抜穂の儀」には地元ポークイスクアウトも参加しました。

川上さんは「皆様のおかげで今日を迎えられました。献穀田に選ばれたことを次世代に伝え、農業振興につなげていきたい」と話しました。

収穫した米は10月下旬に献納する予定としています。



丁寧に穂を抜き取る川上さん(右)と妻の敦子さん(左)

献血運動で感謝状 長年の活動を評価

JAしまね出雲地区本部は9月3日、献血運動に協力する団体として厚生労働大臣感謝状を受けました。島根県出雲保健所環境衛生部の松田裕朋部長が同地区本部を訪れ、岡田達文本部長に感謝状を手渡しました。

同地区本部では年2回程度、献血バスを受け入れて会場を提供し、役員にも積極的に協力を呼びかけています。昭和48年から長きにわたり、献血の推進に協力した功績が評価されました。

国では、献血運動の推進に協力し、他の模範となる実績を示した団体、個人に対し表彰状及び感謝状の贈呈を行っています。今年度は県内で2団体が表彰状、6団体が感謝状を授与されました。



(写真左から)珍部副本部長、岡田本部長、松田部長

いずもJA女子大学 9月講座「マネープラン」

JAしまね出雲地区本部は9月9日、同地区本部でいずもJA女子大学の9月講座「これからのお金の話 マネープラン講座」を開きました。JA職員が講師を務め、これからの日本がどうなっていくかを踏まえた収支の見直しについて話しました。

講座では、少子高齢化や晩婚化、長寿化の推移を、統計を用いながら説明。老後に備えることの重要性について話し、お金を貯めるための収支の見直しのポイント、改善方法などを紹介しました。

参加した女子大学生は「ニュースで見聞きした情報でも、数字と資料を見るとよく分かる」「難しそうだと思っていたが、一番身近で生活に密着したもので、さっそく見直しをしていきたい」などと感想を話しました。



JA職員がマネープランについて説明

親子で稲刈り体験 多伎小食育推進実行委員会

多伎小学校食農教育推進実行委員会は9月6日、多伎町で、親子を対象とした稲刈り、はで干し体験を行いました。同小学校の児童と保護者、地元農家、JAしまね多伎支店の職員ら合わせて20人が参加しました。

同委員会は、児童に故郷への愛着と農業への理解を深めてもらおうと、昨年4月に設立。米作りを中心に活動しています。昨年収穫した米は、今年1月に学校給食に使用。イチジクや海産物など、多伎町の食材を多く使った「ふるさと給食」として同小学校の児童に提供し、地元の良さを伝えました。

同委員会代表の持田守夫さんは「今年はコロナ禍の影響で田植えはできませんでしたが、収穫し、食べる過程を通して農業を理解してもらいたい」と話しました。



鎌で稲を刈る児童

福祉施設周辺で清掃活動 JAしまね出雲やすらぎ会

JAしまね出雲やすらぎ会の大社管内の5支部が9月16日、みどりの郷大社周辺で、ボランティア活動を行いました。会員、支部事務局、合わせて17人が参加し、施設周辺の草抜きなどを行いました。

今年は7月と9月、2回のボランティア活動を予定していたところ、大雨の影響で7月は実施できませんでした。毎年続けている活動で、施設の皆さんからも大変喜ばれています。

遙城支部幹事の浦部えつ子さんは「会員の高齢化に加えてコロナのこともあり、今年もミニサービスなども開けていませんでした。久しぶりのボランティア活動で喜んでいただくことができ、良かったです」と話しました。



早朝から清掃活動に取り組んだ

カーブミラー・ ポールコーンを市に贈呈 安全・安心なまちづくりを

JAしまね出雲地区本部、JA共済連しまね、(一財)鳥根県農協共済福祉事業団は、地域貢献活動の一環として、毎年秋の交通安全運動に合わせ、出雲市にカーブミラー、ポールコーンを贈呈しています。

今年9月23日にJA斐川地区本部とともに出雲市役所を訪問し、出雲地区本部としてカーブミラー63基、ポールコーン25本を贈呈。珍部誠副本部長が長岡秀人出雲市長に目録などを手渡しました。

珍部副本部長は「カーブミラー等の贈呈を通し、地域の安全・安心に寄与していきたい」と述べ、長岡市長は「危険箇所への設置や古くなったものの付け替えなど、しっかり活用させていただくことでお応えしたい」と応じました。



長岡市長(右)にカーブミラーを手渡す珍部副本部長

出雲しいたけ部会 最盛期を前に目合わせ

JAしまね出雲しいたけ部会は9月16日、秋冬栽培の出荷本格化を前に、管内3会場で菌床生しいたけの目合わせ会を開きました。JA職員が各会場を巡回して規格、出荷方法を周知し、合わせて45人の生産者が参加しました。

JAのリースハウス建設などで、管内の栽培規模は拡大しており、9月末時点での出荷量は前年を大きく上回っています。コロナ禍の影響が心配されましたが、価格も大きく落ち込むことはなく、順調に販売金額を伸ばしています。

需要が高まる秋冬に向けて9月下旬から出荷量を増やし、10月中下旬に最盛期を迎える見込み。出荷量が多い状態は2月末ごろまで続きます。

JA担当者は「今年はコロナ禍で家におられることが多いと思う。家族で鍋をして、たくさんしいたけを食べてもらいたい」と話しました。



出荷規格を確認する生産者ら



JAしまね
出雲地区本部

地域のみなさまへ 日頃の感謝を込めて

業績還元

ぐるっとキャンペーン!!

商品券や宿泊券、特産品など抽選で

3,050名様に 豪華プレゼント!

地域のみなさまもなたでも、
何回でも参加いただけます。

応募方法

ラピタ・グリーンセンター・
給油所のレシート2枚以上かつ
合計3,000円分を専用の応募用紙
(JA支店・ラピタ・グリーンセンター・
給油所にございます)に貼って
ご応募ください。



添付するレシートの有効期間:10/17(土)~11/25(水)



特等
10本
玉造 玉泉一泊ペアチケット



応募期間 令和2年10月17日(土)~11月25日(水)

応募場所 JALしまね出雲地区本部 各支店・ラピタ全店

抽選日 令和2年12月1日(火)

抽選結果の発表 当選通知を送付します。景品のお渡し方法は当選通知をご確認ください。

お問合せ先

JALしまね 出雲地区本部 企画総務部 ふれあい福祉課 TEL.0853-21-6013

※対象店舗につきましては裏面の案内MAPをご覧ください。



湖陵町かんしょ生産組合

坂本博司さん (66)

—西浜いも—

Jターンで西浜いも栽培 試行錯誤する面白さ

栽培規模

サツマイモ

(紅あずま

べにはるか)

70アール



湖陵町で、「紅あずま」「べにはるか」を合わせて70アール栽培する坂本博司さん。大田市出身で、松江市で造園の仕事をしていましたが、6年前に出雲市にJターン。当初は趣味でスイカやさつまいもを栽培していましたが、農業の面白さにのめり込み、本格的に「西浜いも」の栽培を始めました。

栽培は、2〜3月ごろ、種芋を植え付けて苗を作るところから始まります。出雲農林高校との連携事業により育成された「パイオ苗」も使用しています。4月になると肥料を施し、畝を立てて準備をし、5月に苗を植え付けます。灌水、除草などの管理を行い、9月に収穫期を迎えます。

毎年の経験を活かし理想のイモを

昨年はしっかり水をやって育てたところ、太ったイモが多かったという坂本さん。理想とするスツとした紡錘形のイモを目指し、今年は「無駄に甘やかさない」方針で育てたそうです。最初はしっかりと灌水しますが、後は自ら水を求めてまっすぐ根を張るよう、自立に任せました。昨年の結果から改善点を見つけ、試行錯誤の結果が実益にもつながっていくことに面白さを感じているそうです。

今年もおいしいイモができました！

坂本さんは「8月の猛暑、干ばつで心配はありましたが、掘ってみると影響は少なく、形のよい、おいしいイモに仕上がりました」と品質に自信を見せます。消費者の皆さまに



つるを切って掘り起こし半日ほど畑で乾かす



収穫前のサツマイモ畑

向け「まずは掘ってすぐからおいしい『紅あずま』、11〜12月ごろからは熟成型の『べにはるか』を味わっていただきたいと思えます」とPRしました。

出雲の旬レシピ



さつまいもの甘さがよいアクセントとなり、飽きの来ない炊き込みご飯です。

さつまいもの炊き込みご飯

〈材料〉[4人分]

- | | | |
|--------------------|---|----------------|
| ●米……………2合 | A | ●しょうゆ……………大さじ2 |
| ●さつまいも…中1本(250g程度) | | ●酒……………大さじ2 |
| ●鶏もも肉……………100g | | ●みりん……………大さじ2 |
| ●舞茸……………60g | | ●塩……………少々 |
| ●油揚げ……………1枚 | | ●黒いりごま……………適量 |
| ●和風だし(顆粒)……6g | | |

〈作り方〉

準備：米は洗い、30分以上浸水させ、水気を切っておく。
さつまいもは洗っておく。

- ①さつまいもは皮付きのまま1cm角に切り、水に5分程度浸けて、ザルにあげる。
- ②鶏もも肉は一口大、舞茸は食べやすい大きさ、油揚げは短冊切りにする。
- ③炊飯器に米、A、水を2合の目盛りまで入れて混ぜ、切った材料を加えて炊飯する。
- ④炊きあがったら軽く混ぜ合わせて茶碗によそい、黒ごまをかけて完成♪



さつまいもの甘みが活きたチーズコロケです。

さつまいものチーズコロケ

〈材料〉[4人分]

- | | |
|-----------------|--------------|
| ●さつまいも……………中2本 | ●とろけるチーズまたは |
| ●玉ねぎ……………1/2個 | さけるチーズ…お好みの量 |
| ●合い挽き肉……………100g | ●薄力粉……………適量 |
| ●塩こしょう……………少々 | ●溶き卵……………1個分 |
| ●オリーブオイル…大さじ1/2 | ●パン粉……………適量 |
| ●バター……………5g | ●揚げ油……………適量 |
| ●牛乳……………大さじ2 | |

〈作り方〉

準備：さつまいもは洗って、皮を剥く。

- ①さつまいもを一口大に切り、水に5分程度浸けて、ザルにあげる。耐熱容器に移し、600Wのレンジで7分加熱し、熱いうちに潰しバターと牛乳を加えて混ぜる。
- ②玉ねぎはみじん切りにする。
- ③中火で熱したフライパンにオリーブオイルを敷き、玉ねぎ、塩こしょうを入れてしんなりするまで炒めたら、ひき肉を加え、全体に火が通るまで炒め冷ましておく。
- ④③を①に加えて混ぜ、チーズを包んで丸め、薄力粉、溶き卵、パン粉の順でつける。
- ⑤180度に温めた揚げ油で、全体がきつね色になるまで揚げる。
- ⑥油を切って、お皿に盛ってお好みでソースをつけたら完成♪

今月の食材は

「西浜いも」

湖陵地区で栽培される「西浜いも」には、「ホクホク」した食感の「紅あずま」と「しっとり」した食感の「べにはるか」の2品種があります。「べにはるか」は熟成型のイモで、一か月以上置いてから食べるとしっとりとした甘さが楽しめます。さつまいもの保存は15℃前後の常温が適しており、あまり低温の場所で保管すると傷みややすくなりますので注意が必要です。

さつまいもの主成分は炭水化物で、糖類を多く含み、エネルギーを算出します。ビタミンCの含有量も多く、免疫を強化し風邪の予防にも効果が期待できます。熱に弱いといわれるビタミンCですが、さつまいものビタミンCは過熱しても壊れにくいといわれています。また、さつまいもは食物繊維を多く含むとともに、ヤラピンという栄養成分を含み、腸の働きを整えるのに役立ちます。

いずも食材の日

11月の食材は「プロッコリー」です！

※取り扱う食材は誌面の都合で変更になる場合があります。



グループ紹介

「乙女の直売所
のぞみちゃん」

代表 坂根真治さん

「乙女の直売所 のぞみちゃん」は、毎週火曜日と金曜日にJA乙立店横で農産物直売所を開いています。地元の方はもちろん、出雲市街から足を運ぶ方もおられ、朝7時の開店時にはレジに行列ができるほどの盛りぶりです。

女性部員が中心となって運営し、「乙」立の「女」性で「乙女の直売所」。会員は現在16人で、地元で栽培した新鮮野菜や加工品を出品するほか、業者から仕入れた乾物や鮮魚なども



乙立店横の直売所



早朝から多くの方が訪れる



会員が当番でレジを受け持つ

販売しています。また、地域のイベントにも積極的に参加し、今年はコロナ禍で中止になりましたが、例年、農業まつりや立久恵ウォッシュング、畜産まつりなどに出品しています。

発足は平成7年12月。新鮮な野菜等を購入できる場所として地域に貢献するとともに、人口・世帯数が減少傾向にある乙立地区で、少しでも農業衰退の歯止めとなるよう活動を続けています。

いずも JA シニア女子大学 ～みずき～

「軽体操」

9月講座



リンパの流し方を教わった

JAしまね出雲女性部は9月23日、同JA出雲地区本部で、いずもJAシニア女子大学の9月講座「軽体操」を開催しました。女子大学生30人が参加。JA島根厚生連の鐘築健人さんを講師に招き、リンパコンディショニングとチェアエクササイズを学びました。

リンパコンディショニングは、筋肉の改善に重点をおいた元気な人向けの手法です。身体の老廃物を排出するリンパ系の仕組みについて学んだ後、リンパ節をさすったり、圧力をかけたりしてリンパを流すテクニクを実践しました。チェアエクササイズはその名の通りイスを使ったエクササイズで、安全、低コストで楽しく効果的な運動ができます。覚えやすくて楽しい、4つの動きを教わり、テンポの良い音楽に合わせて女子大学生みんなが実践。手足を同時に動かす適度にハードな運動で、気持ちの良い汗をかきました。



イスに座った状態でエクササイズ

家の光三誌活用研修会を開催！

出雲女性部は9月11日、同JA出雲地区本部で、出雲女性部学習企画「家の光三誌活用研修会」を開催しました。新型コロナウイルス感染防止の観点から、三密を避けるため午前、午後の2回に分けて実施し、約40人ずつが参加しました。

一般社団法人家の光協会の前田希



地区で2班に分かれて実施

美さんがオンラインで参加し、「家の光」9月号を使って記事活用の研修を行いました。記事で紹介されていた生活に役立つ知識をクイズ形式で楽しみながら確認したほか、過去の記事に掲載されていたストレッチで体をほぐすなど、家の光の活用方法を学びました。

また、「ちゃぐりん」9月号掲載の「マスクケース」を大人サイズにアレンジし、手芸にも取り組みました。素敵な「マスクケース」が完成し、自分が作った作品を手に全員で記念撮影♪

マスクを着用し、衝立で仕切るなど対策を取りながらの研修会でしたが、皆さん生き生きと研修会や手芸に取り組んでいました。



和気あいあいとマスクケースを作成

防火・防災の普及活動で表彰 出雲女性部四絡支部防火クラブ

出雲女性部四絡支部防火クラブが、令和2年度島根県消防表彰を受けました。9月3日に出雲市消防本部で伝達式が開かれ、出雲市の平井孝弥消防長が同クラブ会長の和泉初枝さんに表彰状を手渡しました。

器の設置が義務化された際には、普及活動にも取り組みました。和泉さんは「救命処置のやり方や、防災の考え方も昔と変わってきています。しっかりと勉強し、地域への啓発活動が続けていきたい」と今後に向けて意気込みを語りました。

同クラブは昭和63年に設立。同支部の女性部員全員が会員です。救命講習の受講や被災地への視察などを積極的に行い資質向上に努めるほか、毎年地区の文化祭では、消防署と協力して水消火器を使った消火訓練を行うなど、地域住民への啓発にも力を入れています。また、平成18年に住宅用火災警報

表彰状授与による表彰は、消防、防災に関し顕著な功績があった個人、団体が対象で、長年にわたり防火・防災の普及活動を継続していることが高く評価されたものです。9月18日には和泉さんが同JA出雲地区本部を訪れ、岡田達文本部長に報告しました。



平井消防長から表彰状を受け取る和泉さん



9/18には出雲地区本部で岡田本部長(左)に報告

情報いずも・佐田有線

利用者の皆様へ

「有線放送事業」廃止のお知らせ

日頃より、JA事業をご利用いただき誠にありがとうございます。

この度、長年にわたりご利用いただいております「有線放送事業」につきまして、社会情勢・ニーズの変化による加入者様の減少、設備機器の老朽化による修繕等費用の増大などにより、誠に遺憾ながら、令和3年3月31日をもって、廃止することと致しました。また、それに伴いインターネット接続サービス事業も終了致します。

当地区本部の「有線放送事業」は、平成6年に「情報いずも」として旧出雲市内を対象に、平成7年に「佐田有線」として佐田町内を対象に、放送および電話・FAXサービスの提供からスタートしました。平成20年3月には設備の老朽化に伴う交換機の更新に多額の費用を要することから、放送機能だけに絞り、現在まで事業を継続して参りました。また、平成14年からはインターネット接続サービスも開始し、皆様にご利用いただきました。

廃止により、皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解賜りますよう、お願い申し上げます。

また、事業運営開始当初より、大変長い間ご愛顧いただきましたことに、心より感謝とお礼を申し上げます。

有線放送事業およびインターネット接続サービス事業の廃止日

令和3年3月31日

お問い合わせ先 JAしまね出雲地区本部情報システム課 Tel.0853-21-6016

今年の

「島根県中古農業機械大展示会」 は中止になりました

例年、JAしまね斐川事務所駐車場で開催しています「島根県中古農業機械大展示会」は、新型コロナウイルス感染拡大をうけて、来場者の皆様の健康を第一に考え、当初予定していました11月上旬の開催を中止することにいたしました。

開催を心待ちにしている方も多数いらっしゃると思いますが、ご理解の程よろしくお願いたします。なお、中古農機をお探しの方は、お近くの農機具、営業所、農機センターまでお気軽にお問合せください。

島根県農業機械商業協同組合、ヤンマーアグリジャパン(株)、(株)キセキ中四国、JAグループ島根

いずも食材の日

ブロッコリーを使った料理教室

参加者募集のお知らせ

メニュー

- ブロッコリーのペペロンチーノ
- スペイン風オムレツ
- ブロッコリーのナムル
- 野菜スープ



※新型コロナウイルス感染予防のため、当日の朝は各自検温をお願いします。
状況によって、変更・中止となる場合がございますのでご了承ください。

日時 令和2年11月17日(火)
10:00~

会場 ラピタ2階
ふれあいの家出雲 縁

参加費 500円 (衛生管理費含む)

定員 12名
(定員になり次第締め切ります)

持ち物 エプロン・マスク

お申し込み先 JALしまね出雲地区本部 ふれあい福祉課 TEL21-6013

JALしまね出雲青年連盟企画

親子で神門梨収穫体験 参加者募集について!



JALしまね出雲地区本部管内の農業青年で組織する「JALしまね出雲青年連盟」では農業の大切さ、収穫への感謝のこころを実体験して頂くため、「神門梨収穫体験」を企画しました。楽しく、にぎやかに「農」を体感して頂けるイベントとなっておりますので、お子さまを中心にご家族お揃いでお出かけ下さいますよう、ご案内致します。

開催日時 令和2年11月21日(土)
午前8時30分~11時まで
(収穫は30分程度)
※お好きな時間にお越し下さい。

開催場所 出雲市下古志町(神門梨圃場)
※場所等は後日、案内を送付致します。

募集人数 先着20家族
(中学生以下の子どもがいる家族に限らせて頂きます)

参加費 2,500円/家族
※梨12.5kg相当(品種は「新雪」で、雪のようなきめ細やかな果肉でさっくりとした食感です)
※出雲青年連盟から参加費助成をしており、通常価格より割安で、お得に楽しめます。

お申込み 11月4日(水)までに、
下の申込書にご記入の上、
電話またはFAXでお申込み下さい。



JALしまね出雲青年連盟 親子で神門梨収穫体験 参加申込書

フリガナ ご氏名	参加人数【神門梨収穫体験(12.5kg相当)】
住所 〒()	大人 人
電話番号	小人(中学生以下) 人

お申し込み先 JALしまね出雲地区本部 営農企画課 青年連盟事務局 TEL 21-6041 FAX 21-6075

JALしまね 平田SSの屋根付き!
最新鋭 ドライブスルー洗車機導入
洗車ふき上げコーナー新設記念

JA SS セルフ

イベント開催日
11/6・7・8
金 FRI 土 SAT 日 SUN

第2弾
洗車オール半額!!

最強ガラス系コート
ティアラコート
 Tiara Coat PREMIUM
 プレミアム

洗車ふき上げコーナー新設記念
 プリカ通常価格 1,600円
 現金通常価格 2,200円
半額!! 800円
1,100円

JALしまね平田SS限定
 イベント期間中
ティアラコート
プレミアム洗車
 をしていただくと
ガソリン 5円/L引き券
プレゼント!

【店頭表示価格より】

JALしまね 出雲地区本部SS
 JA SS

冬のタイヤ祭

お近くのJA.SSに
 今すぐお電話下さい

期間 11月14日(土曜日) ~ 12月20日(日曜日)

期間中お買い上げ
おさいふカードポイント 5倍

JAしまね出雲地区本部 自動車燃料部石油課
 TEL:0853-28-1280
 FAX:0853-28-9023

2020
秋

お得な価格で
ご奉仕!

業績還元 ガス器具 大展示会



来場
プレゼント
あり!!

JAガスご利用のお客様へ感謝の気持ちを込めて!

ガスで暮らしを快適に!!



ラピタ佐田店
店頭特設会場
10/18日
9:30~16:00

ラピタ本店
3階特設会場
10/**24**・**25**日
9:30~16:00

JA平田中央支店
大会議室特設会場
11/1日
9:30~16:00



ご来場いただいた方に
ガラポンにて **記念粗品プレゼント!**

※ご来場の際には **JAガスご利用明細(検針伝票又は検針ハガキ)**を

必ずご持参ください。それが引換券となります。

※JAガスご利用のお客様に限り、ご了承ください。※一家族につき、一組とさせていただきます
※期間中一回限りとなります



乾燥機
「乾太くん」



空気清浄機



ハズし
なし

ご成約 **さつぱ!** いただいた方に **成約記念品** を進呈いたします!

展示会
購入特典

おさいふカード
ポイント

10倍

コンロ
給湯器
限定

器具取替工事費
※別途費用が発生する場合も
ございます。(ご相談ください)

無料

新型コロナウイルス感染防止対策については万全を期しておりますが、皆様にもご協力をいただき、安全・安心の運営をしてまいります。

お問い合わせは



JAしまね

出雲ガスセンター TEL 28-1234
平田ガスセンター TEL 63-2111
佐田ガスセンター TEL 84-1011

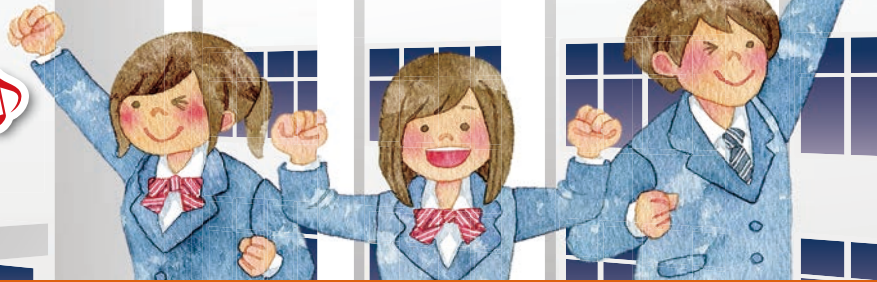


夢への一步を強力サポート!



JA教育ローン

JAしまねが
あなたを応援♪



選べる2つのプランをご用意しました!

プラン1 カード型

卒業時に返済スタート!
フレキシブルに対応する教育ローンです!

みらい

変動
金利

年1.85%

借入期間/最長15年以内。ただし、借入期間は貸付対象ご子弟の就学期間(最長7年)および分割返済期間(最長9年・据置期間を含む)の範囲内。借入金額/ご契約極度額50万円以上500万円以内、10万円単位とします。保証料/●就学期間:毎月、ご利用いただいた金額・期間に応じた保証料(年率0.5%~1.0%)をお支払いいただきます。●分割返済期間:お切替時に一括で金額・期間に応じた保証料(年率0.5%~1.0%)をお支払いいただきます。

プラン2 証書貸付型

返済プランがたてやすい!
計画的にご利用いただける教育ローンです!

大すき!島根

固定
金利

年2.00%

変動
金利

年1.85%

借入期間/6か月以上15年以内(据置期間含む)。据置期間は、貸付対象ご子弟の卒業予定年月の末日までの範囲内。据置後、返済期間は最長9年。お借換の場合は現在ご利用中の教育資金の残存期間内。借入金額/5万円以上1,000万円以内。1万円単位とし、所要資金の範囲内とします。保証料/ご融資時に一括で金額・期間に応じた保証料(年率0.5%)をお支払いいただきます。

※金利は令和2年10月1日現在のものです。金利は金融情勢の変化により、見直しさせていただく場合もあります。※変動金利型のお借入れ後の利率は、基準金利の変動(年2回)によって返済額も変更になりますのであらかじめご了承ください。※カード型「みらい」については、変動金利型のみのお取り扱いとなります。

就職後もサポートします!

さらに

返済期間内にご融資対象のお子さまが就職後、島根県内にお住まいの場合

年0.2%引き下げ!

「申込書」をご提出いただいた以降、直近の返済日の翌日から引き下げとなります。

※店頭にて返済額の試算を承っております。

※お申込みに際しては、当JAおよび当JAが指定する保証機関において所定の審査をさせていただきます。審査の結果によっては、ご希望に沿い兼ねる場合もありますので、あらかじめご了承ください。

インターネットで
仮審査申込が可能です。

※JA教育ローンのご利用に際しては、組合員加入のための出資が必要となります。
<https://www.web-moushikomisys.jp/jaweb/ui/>



こちらも
ご利用
頂けます

JAネットローン
教育ローン

お申込みからご契約までネット・郵送手続き!詳しくはホームページ
でご確認ください。 <https://ja-netloan.jp/>



詳しくは

JAしまね教育ローン

令和2年10月1日現在

JAバンクはどなたでもご利用いただけます。くわしくはお近くの店舗窓口までお気軽にお問い合わせください。



特定重度疾病共済「身近なリスクにそなエール」

資料請求キャンペーン

第3期

身近なリスクに
そなエール
特定重度疾病共済

資料請求で
もれなく
プレゼント!



浜辺美波
有村架純
オリジナル
A5ノート

資料請求は
こちら



応募期間: 2020年10月1日(木)~2020年12月10日(木)

さらに!

身近なリスクに
そなエール
特定重度疾病共済

働くわたしの
ささエール
生活障害共済

で Wチャンス!

特定重度疾病共済「身近なリスクにそなエール」&生活障害共済「働くわたしのささエール」
セットで資料請求いただいた方の中から

抽選で**10名様に**
当たる!!

Yogibo Midi (ヨギボーマディ)

ライムグリーン

完全に体にフィットする不思議なビーズソファ。一人用のチェア
や二人掛けのソファにもなる、カップルや一人暮らしの方にも
おすすめのサイズです。使わないときは立てておけば、場所も
取りません。
※色は選べません。



※2020年10月1日(木)~2020年12月10日(木)の期間中、当キャンペーン応募権利は1家族1回のみとなりますのでご了承ください。
※抽選賞品への応募は、特定重度疾病共済「身近なリスクにそなエール」と生活障害共済「働くわたしのささエール」を同時に資料請求いただいた方に限ります。

JA共済・カスミナミの
最新情報をお届け!



JA共済特設サイトも要チェック!

最新話
テレビCM
好評公開中!

Web限定ムービー
カスミナミ
好評公開中!

ここから
チェック!

身近な生活習慣病のリスクに。**そなエール**
特定重度疾病共済

20481050303



出雲市園町

はしもと あずま
橋本 東くん (13歳)

「水泳に全力! 専門は背泳ぎ」

今年向陽中学校に入学した、園町の橋本東くん。水泳に打ち込み、幼稚園の年少のころから平田スイミングスクールに通っています。



練習は週6日で、多いときは1日6キロも泳ぎます。毎日のように練習していても、水泳が楽しくて仕方ないという東くん。特に背泳ぎでは、県大会優勝など数々の優秀な成績を収めています。

一番の思い出は、スイミングスクールの仲間たちと出場した県大会のメドレーリレー。県学童の新記録で優勝しました。仲間たちと一緒に結果が出せたことがとても嬉しかったそうです。

また、背泳ぎでジュニアオリンピックの標準記録を突破し、今年3月の春季大会に出場する予定となっていました。新型コロナウイルス感染拡大の影響で残念ながら中止となりましたが、通信大会というかたちで夏季大会には出場することができました。

今一番の目標は、全国中学校水泳競技大会への出場。大会に向けて練習する凛々しい姿を見せてくれた東くんです。

健康ライフかわら版

「受けて安心がん検診」

自覚症状がないから「自分は大丈夫」と思っていませんか？

2人に1人はがんになる時代と言われており、島根県では、新たにがんになる人が約6,000人、がんで死亡する人が約2,400人（全死亡者の4人に1人）という状況です。

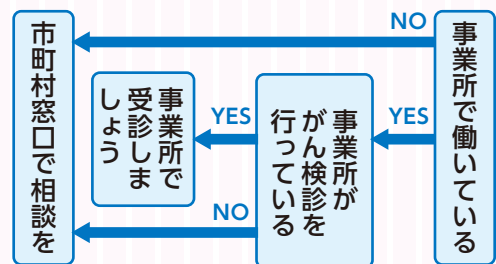
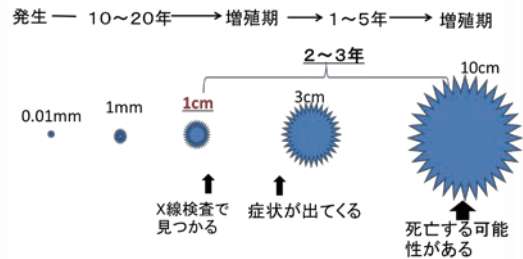
がんになる年齢は40歳代から、徐々に増加していきます。

がんは進行していない早期の段階で発見し、適切な治療を行うことで、高い確率で治癒します。

がんが検診で見つかる大きさの1cmになるまでは長い年月がかかりますが、1cmになってから死亡する可能性がある10cmの大きさには、2～3年という短い期間でなります。がんを早期の段階で見つけられる期間は短いため、1～2年ごとの「がん検診」はとても重要と言えます。

働き盛り世代では、仕事や子育てなどの忙しさから検診受診が後回しになり、自覚症状が出てからの病院受診になりやすいと言われています。

早期のがんを見つけることが検診の役割です。
定期的のがん検診を受けましょう。



お問い合わせ先 出雲保健所健康増進課 TEL 21-8785

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

●「おもてなしプロジェクト」すごくステキなプロジェクトですね!!各支店の皆さんがグリーンカーテンやプランターにいろいろな花を植えておられて、行ってみたいと思う支店ばかりでした。成長がすごく、いろいろ手入れされているのが分かります。
(稲岡町 N・Yさん)

●各支店でゴーヤ等のグリーンカーテンを設置されている記事、とても素晴らしいことですね。塩冶支店でも職員さん達が毎朝水をやり、見事に素晴らしいグリーンカーテンが出来あがっていました。良かったです。
(塩冶有原町 Y・Nさん)

JA:ありがとうございます!こういった取り組みもきっかけにしたいいただき、ぜひ支店にご来店くださいませ!

●「神門梨」の記事を読み、天候に左右され、栽培に苦労されていることを知りました。地元の梨をもっともっと食べ、来年はオーナー制を利用し、採りたての梨を味わいたいと思います。
(渡橋町 I・Tさん)

JA:赤梨を中心に、多くの品種がある「神門梨」。今年まだシーズンが続きますし、地元の特産ということで、来年に向けて「梨オーナー」の募集などもぜひチェックしていただきたいところですね。本誌でもしっかり情報提供して参りたいと思いますので、ぜひ毎月ご覧くださいませ。

●防災について特集がありました、家が斐伊川に近いので、大雨の時はとても心配になります。防災について家族地域の人と話し合うのは大切なことですね。非常持出品も、記事を参考にまとめておこうと思います。早速やります。
(大津町 N・Eさん)

JA:台風などが発生するたび、進路を確認しながら、日常が危険と隣り合わせであることを実感しています。あつてはならないことですが、いざという時にどうすべきか、事前に確認し、備えることが安全・安心につながると思います。

●10月はピンクリボン月間ですね。検診を受けることが大事なものは分かっているけれど、なかなか行けないのが現状です。自分の事なので、受診したいと思いました。
(湖陵町 H・Tさん)

●最近友人が乳がんで亡くなりました。違和感があったようですが、家庭と仕事が忙しく、受診が遅れたようです。彼女から「検診には定期的に行つて」と、あたりまえだけど深い言葉に無念さを感じました。残された私たちがきちんと検診を受けないと、報われないですね。
(大津町 A・Nさん)

JA:「早く見つかって運がよかった」という話を耳にすることもあり、定期的な検診や、病院に行く意識があつてのことだと思えます。今月も、「健康ライフかわら版」でがん検診について取り扱っていますので、検診を受けるきっかけになれば幸いです。



西浜いも 観光いもほり農園

開催中!

- 開催期間 11月3日(火)まで
- 入園料 一区画 3,000円(税込) ※詳しくはご予約時にご確認ください
- 一区画 10キログラム以上収穫できます
- 持参品 持ち帰り用の袋(道具は準備いたします)
※平日来園時は必ずご予約ください(土日祝は予約なしの来園可)

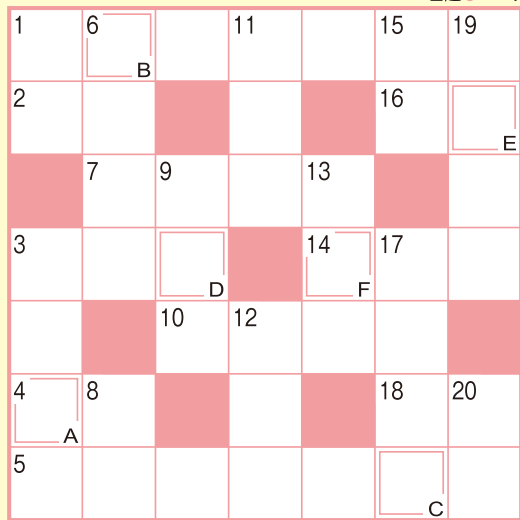
アクセス



ご予約・お問い合わせは 河南宮農センター ☎(0853) 43-7007 まで

CrossWord
クロスワード
パズル
Puzzle

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？



答え

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

・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

- ①さらさらと落ち続ける時計もあります
- ③新婚家庭には満ちあふれている。——太りしちゃう人もいるかな
- ⑥朱肉がセットされたケースに入れることも
- ⑧「Rの付かない月（5～8月）に食べるな」と言われる貝
- ⑨京都の町家は——が狭いうなぎの寝床
- ⑪グラウンドをならす道具です
- ⑫文系とよく対比されます
- ⑬この商品は——パフォーマンスがいいね
- ⑮鍛えて日本刀などを作ります
- ⑰髪を刈り込むときに使います
- ⑲旅行のこと。——シューズ
- ⑳こたつで丸くなりたいたいニヤ

ヨコのカギ

- ①サツマイモで作る洋風の焼き菓子
- ②東がトン、北がベイなら南は
- ③布団や枕などのこと
- ④『万葉集』にはたくさん収められています
- ⑤漢字で書くと「背黄青鸚哥」。ペットとしてよく飼われている小鳥です
- ⑦板を用いることが多い練り製品
- ⑩箒（ほうき）と一緒に働きます
- ⑭おうし座のプレアデス星団の名。『枕草子』にも出てきます
- ⑯いかつい——構えをした刑事
- ⑱天下の回り物です

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・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11月6日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「ヒメリンゴ」



川柳の広場

最優秀賞

古希をすぎ自分の色を染めあげる

江津市 湯浅志津子様

（評）古希を過ぎられた作者、終活としての自分を完成させると言う。染めあげるのを特別な色ではなく「自分の色」と詠んだところが上手い。

優秀賞

コロナ禍のGOTO日本どこへ行く

吉賀町 村田 綾美様

痛む腰なだめなだめて野良仕事

出雲市 櫛井 伸幸様

世界中マスクに笑顔失われ

津和野町 田中とよし様

佳作

海開き神事そこそこ飛びこむ子

出雲市 永見 卓様

水うまく自然いづばい過疎豊

松江市 福岡 芳枝様

慕参り杖を欲しがる腰と足

出雲市 佐藤 勝枝様

情けいづばい生きて未来へつなぐ汗

出雲市 小白金房子様

今日は今日精一杯の蝉しぐれ

出雲市 大福 利彦様



JAしまねびよりは、皆様からの俳句・川柳を募集しています。優秀句（最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句）

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：0852-67-7708
Eメール：fureai.hon@ja-shimane.gr.jp



最優秀賞、優秀賞の4名様には「JA商品券1,000円分」をお贈りします。

令和2年10月1日から令和2年12月31日まで!

秋冬カタログ交換祭

期間内にカタログ交換商品をお申込み頂いた会員様より、抽選で15名様にJA特産品をプレゼントします。



甘くて美味しい西条柿のあんぽ柿ところ柿の詰め合わせです。

商品番号 01-007 **3,300ポイント**

西条柿のほしがき詰め合わせ
あんぽ柿:50g×6個、干し柿:40g×6個
期間:12月
限定数:100箱

商品番号 06-010 **3,800ポイント**

スイートパーシモン
12~15個入
期間:11月20日~12月20日

商品番号 10-005 **3,400ポイント**

柿くろきゃく(あんぽ柿)
45g×10個入 期間:10月20日~11月30日

まる柿

商品番号 11-012 **3,300ポイント**

Lサイズ 10個入
期間:11月15日~12月10日
限定数:100箱

島根の西条柿を食べよう!送ろう!



西条柿は中国地方を中心に栽培される地方色豊かな果実

商品番号	JA地区本部	質量(箱)	お取り扱い期間	ポイント
01-006	くにびき	5kg	10月中旬~11月上旬	2,500
08-012	石見銀山	進物用5kg	10月中旬~11月上旬	4,300
10-004	いわみ中央	秀品5kg	10月15日~11月5日	4,500
11-007	西いわみ	2.5kg	10月20日~11月5日	2,500
11-008	西いわみ	贈答5kg	10月20日~11月5日	3,800



JALしまね 公式サイト
カタログ商品閲覧はこちら



※掲載の商品は全て送料込みのポイント価格です。

今しかない!!

Go To トラベル キャンペーン割引

35%割引!!

蟹目 やっぱり 玉泉 得々プラン

2020 10/1(木)~11/30(月)

除外日:土曜日、休前日

さらに割引!

ホテル玉泉利用割引

割引対象 | JALしまね共済加入者・組合員およびその家族

宿泊 **3,000円割引!** 休憩 **1,500円割引!**

※1人当たりの利用金額が3,500円以上の場合適用致しません。
※割引が適用できない場合がございます。詳しくは、お問い合わせください。

さらに!! Go To トラベル 地域共通クーポン付

旅行代金の**15%相当額配布!!**

※詳細は観光庁ホームページをご確認下さい

Go To トラベルキャンペーン割引について

「スタッフはGo To トラベルキャンペーン」割引申請を行います。

- ご予約時に「Go To トラベルキャンペーンの割引を利用したい」と必ずお申し出て下さい。
- お申し出が無い場合、対象外となります。
- プレミアム宿泊券とGo To トラベルキャンペーンは併用できません。
- プレミアム宿泊券ご利用の場合は通常価格となります。

新型コロナウイルス感染拡大予防対策

当館では「衛生管理」「三密回避」を軸に考え、お客様とスタッフが安心かつ安全に過ごすことができるよう対策しているつびー。

ホテル玉泉公式キャラクター
かがりっぴー



1泊2食付・1室3名様以上

通常価格 **15,400円** (サービス料・消費税込)

Go To トラベル 割引後価格 **10,010円** (サービス料・消費税込)

1泊2食付・1室2名様

通常価格 **17,600円** (サービス料・消費税込)

Go To トラベル 割引後価格 **11,440円** (サービス料・消費税込)

全8品

スワイ蟹1.3杯相当使用

※別途入湯税150円を頂戴いたします。 ※写真はイメージです

得々プランを
お申込みの方限定

別注料理 特別価格 **1,500円** (税込)

※事前のお申込み専用別注料理でございます。前日迄お受けいたします。ご予約時にお申し付け下さい。当日の場合は通常価格のご案内となります。 ※全て税込価格となります。

あわび陶板焼 通常3,300円 | スワイ蟹一杯 通常4,400円 | しまね和牛ステーキ 通常3,300円



出雲・玉造温泉 政府登録国際観光旅館(登録第880号)

島根県松江市玉湯町玉造53-2
https://www.hotel-gyokusen.co.jp

TEL.0852-62-0021(代) 受付 平日 9:00~19:00 土日祝 10:00~19:00

お問合せ

旅行センター本部 (0853) 25-8907 雲南旅行センター (0854) 42-9118
 農協観光島根支店 (0852) 26-2600 斐川旅行センター (0853) 73-9625
 農協観光浜田支店 (0855) 22-1536 石見銀山旅行センター (0854) 82-3501
 農協観光出雲営業支店 (0853) 21-3305 島根おち旅行センター (0855) 83-0008
 やすぎ旅行センター (0854) 28-6699 西いわみ旅行センター (0856) 22-8587

JAL共済の宿泊保養施設

曲水の庭 **ホテル玉泉**



Christmas

LAPITA Christmas collection 2020
クリスマスケーキご予約承り中

クリスマスケーキ
早期ご予約特典

100

ポイント
プレゼント

11月6日までに税込2,000円以上のケーキをご予約いただいた
お客様にはケーキ1個につき、100ポイントプレゼントします。

クリスマスケーキご予約特典

シャンメリー + 歳末抽選券
プレゼント

ケーキ1個につき、シャンメリー1本と
歳末抽選券1枚プレゼントします。
※特典は税込2,000円以上のクリスマスケーキが対象です。

通常
お渡し

メリークリスマス
12/20日 ▶ 25日

★ご予約締切日
12/15日

お早め
お渡し

お早めのクリスマスパーティーに!
11/28日・29日・12/5日・6日・12日・13日

お早めお渡しのご予約は、6日前までお願いいたします。にもお渡しできます。

年末
お渡し

1年の終わりにご家族で!
12/30日・31日

にもお渡し
できます。

年末お渡しのご予約は、
12/15日までにお願いいたします。

※年末お渡し商品に関しては、一部飾り付けが異なる場合がございます。
※地元ケーキ限定 ※年末は抽選会が終了しているため、年末お渡しケーキには抽選券は付きません。

ラピタ御法要会席

ラピタブライダル課では、季節の味覚を盛り込んだお料理で、故人の在りし日をお偲びいただけるよう、各種おもてなしのご用意をさせていただきます。

和室
法要



洋室
法要



禮
REI



縁
EN



写真はイメージです。

- ◆ ご法事膳の他に、ハム、かまぼこ、お茶、和洋菓子、パン、ギフトなどのご用命も承ります。
- ◆ 飲食に対しまして、サービス料10%申し受けします。
- ◆ お土産等に対しましては、サービス料は頂けません。

・膳料理・
5,500円(税込)から承ります。

先付け 蒸し物 ご飯物
お造り 焼き物 吸い物
酢の物 お浸ぎ デザート

その他ご予算に応じて承ります。

10名様以上の
ご予約で
マイクロバス送迎
承ります



ご利用代金お支払いの際には、おさいふカードにポイント加算させていただきます。



7,700円(税込) | 先付け 揚げ物 焼酎物 蒸し物 鍋物 焼き物
お造り 焼酎物 吸い物 デザート

宅配仕出し弁当承ります。

お料理、お土産などご自宅での法要も承ります
詳しくは [0853-21-6063] へお問合せ下さい

マイナポイントは楽天Edyカードで!

マイナンバーカードを取得して、楽天Edyを選んでお得



2020年9月1日から2021年3月31日までの
Edyへのチャージで
上限5,000円相当の
ポイントを付与! ※マイナポイントはEdyで付与となります

付与率
25%

例) 10,000円Edyチャージすると25%分のEdy2,500円分を付与

マイナポイントの付与までの流れ マイナポイント(Edy)は当月の累計チャージ金額の25%分を翌月10日に付与します

たとえば 2020年9月1日～2020年9月30日の間で2回に分けてチャージした場合、累計チャージ金額に対する25%分のEdyを2020年10月10日に付与します。



付与されたEdyは通常のEdyと同じく電子マネーとしてご利用いただけます。受け取り後の有効期限はございません。

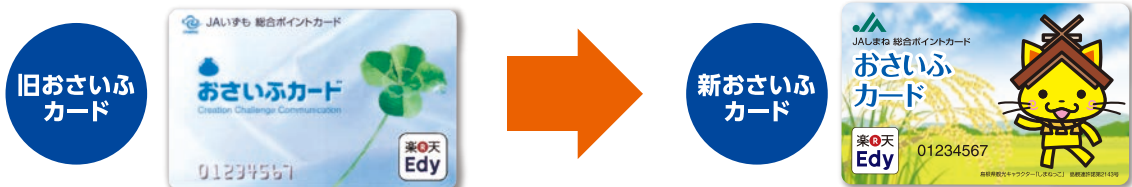
① 付与されたEdyは2021年8月31日までに受け取りが必要です

Edyの受け取り方法



旧おさいふカードをご利用の方へ

旧おさいふカードには、マイナポイントの申請に必要なEdyコードがついていないため、新しいおさいふカードに切り替える必要があります。



切り替えには、**身分証明書**と**再発行手数料200円**が必要となります。
切替場所はラピタ各店サービスカウンターもしくは最寄りのJA各支店となります。
※マイナポイントの申し込みは、市役所窓口もしくは、インターネットで登録ができます。



島根産まれの食材レシピ

しまねうれしび



島根県家の光講師 飯塚生美子先生

鮭のちゃんちゃん焼き包み



・鮭ときのこでたっぷり秋を満喫!
・ホイル焼きもオーブントースターを使えばお手軽調理できます。

アレンジ

- ・キャベツは玉ねぎ、もやし、茄子、長ねぎ、じゃが芋等に変えてもOK!
- ・包みを開いてバターをさらに加えると、コクが増えてより美味しくなります。
- ・包まずにフライパンやホットプレートでもお試しください。いろいろな野菜を入れてどうぞ!

●材料（4人分）

- 秋鮭切り身……………4切れ
- 塩こしょう……………少々
- キャベツ……………1/4玉
- しめじ……………1袋
- 舞茸……………1袋

- A 味噌……………大さじ4
- みりん……………大さじ4
- 砂糖……………小さじ2
- バター……………40g
- 万能ねぎ……………2本

●作り方

- ①鮭は表面の水気をふき、塩こしょうを軽く振って下味をつける。
- ②キャベツはざく切りにする。
- ③しめじと舞茸は石づきを取り、小房に分ける。
- ④クッキングシート（又はアルミホイル）を30cm長さに切り、2枚重ねにして中央に切ったキャベツを1/4ずつ広げ、その上に鮭をのせる。

- ⑤鮭の上にしめじと舞茸を乗せ、混ぜ合わせたAを上からかけて、バターをのせたら、クッキングシートを閉じる。
- ⑥オーブントースターにに入れて、20～25分焼く。
- ⑦焼き上がった包みを皿に乗せ、クッキングシートを開き、小口切りにした万能ねぎを散らして完成。

いが蒸し



・蒸し器を使わず、簡単に調理できます。
・フライパンで蒸す時は、時々水の量を確認して、焦げそうな場合は水を足してください。

アレンジ

- ・もち米をとうもろこしに変えたと菊花蒸しになります。
- ・もち米を食紅で染めて紅白のいが蒸しに。

●材料（4人分）

- 豚ひき肉……………350g
- 玉ねぎ……………1/2個（100g）
- 生姜……………ひとかけ
- A 卵……………1個
- 片栗粉……………大さじ3
- 薄口しょうゆ……………大さじ2弱
- 塩こしょう……………少々

- もち米……………1合（30分水に浸け、水気をきる）
- ポン酢……………小さじ2×4名分
- 練り辛子……………適量（お好みで）
- ラー油……………適量（お好みで）

●作り方

- ①玉ねぎ・生姜はみじん切りにする。
- ②豚ひき肉とAをよく混ぜ合わせ、肉団子を作る。（直径2～3cm）
- ③もち米を団子にまぶしつける。
- ④フライパンにクッキングシートを広げ、間をあけて肉団子を並べ入れる。
- ⑤クッキングシートとフライパンの間に200ccのお湯を入れて蓋をして中

- 火で15～20分蒸す。
※または、蒸し器にお湯を沸騰させ、クッキングシートを広げた上に肉団子を並べ入れ、強火で15～20分間蒸す。
- ⑥皿に蒸しあがった肉団子を盛り完成。好みでポン酢・練り辛子・ラー油をつけて食べる。



気づきそうで、気づかない病気

健康 散歩

けんこうさんぽ



JA島根厚生連

10月10日は「目の愛護デー」です。皆さんは目の検査を受ける機会がありますか？目の病気の中には知らない間に病気が進行して視力を失ってしまう病気があります。それが「緑内障」です。

緑内障と一緒によく耳にする言葉に「眼圧」という言葉があります。眼圧は眼球を球形に保つために眼球の内側からかかっている圧力です。緑内障は何らかの原因で眼圧が上がってしまうことで網膜にある視神経（※1）が障害されることによって視野が欠け、あるいは目の見えなくなります。

（※1 私たちは普段眼球に入った光が網膜に到達し、その光の情報が視神経を通じて脳に伝えられることで物を見ることができています。）

近年、眼圧が正常でも緑内障の症状が出る人もいれば、眼圧が高いのに症状が出ない人もあり、一概に眼圧が高くなるために「緑内障」が起こるともいえなくなってきました。

最近「眼圧の高低に関わらず、視神経が眼球から脳に向けて出ている所（視神経乳頭）に特徴的な障害があらわれる病気」を「緑内障」と言うようになってきました。また、緑内障の中でも早期に自覚しにくいいうえに、原因が特定できていない「正常眼圧緑内障」が多いことも分かってきました。

こういった背景もあり、気づきそうで気づきにくい「緑内障」には注意が必要です。健康診断の時に受けることができる眼底検査でも緑内障をチェックすることができます。緑内障の可能性が指摘されても自覚症状がないから放っておくのではなく「自覚症状がないうち」にチェックする機会を作りましょう。「目の愛護デー」は、まさにうってつけの機会になるのではないのでしょうか。



【編集後記】

10月より林修先生が出演するJAしまねのテレビCMを放送しています。新型コロナウイルス感染症拡大により消費が低迷している国産農畜産物を、食べて飾って（花き等）応援することを広く消費者に呼びかけた内容です。
お家時間が増えて自炊する人が増えた今、改めて良質の農畜産物について考える時なのかもしれません。（木村）