

JAしまねびより

2021

3

March
Vol.60

特集 島根の美味しいお肉が
できるまで



島根の
いいもの再発見!!

崎みかん

[海士町]

詳細は6ページへ

topics 1

VRによる事故を体験 農作業安全研修会開催

益田市農業再生協議会は、2月15日に益田市の市民学習センターで、16日にJAしまね西いわみ地区本部匹見支店で農作業安全研修会を開催し、2日間で18人が参加しました。

研修会では、JA共済連島根から講師を招き、参加者らは高齢者や機械操作による労災事故が増加している現状を聞いた後、仮想現実（バーチャルリアリティー＝VR）を使って事故を疑似体験しました。トラクターでの転倒事故や、スピードスプレイヤの挟まれ事故、刈払機による接触事故など、農作業による死亡事故防止に向け安全な農作業方法を確認しました。

参加者は「大変勉強になった。このような事故がないよう、対策を考えたい」と話しました。



バーチャルリアリティーを使用して、事故を疑似体験する参加者



topics 2

出前授業で豆腐づくり

JAしまね斐川女性部5人と、小学校で大豆の栽培を指導している中間敦司さんは2月5日、出雲市立出東小学校で食農教育出前授業を開き、同校の4年生に豆腐作りを指導しました。

児童らは、部員や中間さんの指導で、一晩水につけた大豆をミキサーにかけるなどの作業を行い、豆腐を完成させました。

出来上がった豆腐を試食した児童は「初めて作ったけど、おいしくできて良かった。また作ってみたい」と話しました。

児童らは、6月上旬の種まきから大豆栽培を体験。11月中旬に約20kg収穫した大豆の一部で、豆腐作りを行いました。今回の豆腐作りで余った大豆は、今後味噌作りに活用される予定です。

伊藤範子部員は、「最後の豆腐の姿を見るまでドキドキで、子どもたちと同じ気持ちになった。この活動は20年続けており、児童にはこれからも食と農の大切さを伝えていきたい」と話しました。



topics 3

楽しいフレミズ活動を紹介

JAしまね女性部フレッシュミズ部会は2月13日、活動の楽しさを多くの人に紹介しようと、くにびき地区本部教育文化センターSanSun館で、『家の光』の記事を活用した「アイスクリーム作り」に挑戦する様子を動画撮影しました。

同部会の今年度の活動は、新型コロナウイルス感染症の影響により自粛が続いていましたが、何かできる事はないかと考え、コロナ禍でも楽しんで見てもらおうと動画撮影を実施。当日は役員6名が終始会話を弾ませながら、子どもと一緒に家庭で簡単に作ることができるアイスクリームを県産食材を使って完成させました。

動画では2019年度から20年度の2年間で、楽しかった活動や印象に残った活動も紹介。同JAのHPにアップしています。

藤井泰余部会長は「いつも賑やかで楽しいフレミズ活動の様子が伝われば嬉しい」と話しました。



動画は、こちらからもご覧いただけます。



信用手数料変更のお知らせ

いつもJAしまねをご利用いただき、誠にありがとうございます。

令和3年4月1日(木)から、**手数料を変更**させていただきます。

当JAでは今後とも、組合員・地域利用者の皆さまにご満足いただき信頼される地域金融機関として、サービスの充実を図ってまいりますので、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

変更内容

◆為替手数料（1件あたり／消費税含む）

種類	お支払方法	振込金額	当JAあて		系統金融機関あて		他行あて	
			同一店舗内あて	他店舗あて	県内	県外		
振込手数料	JA・JFキャッシュカードによる振込	5万円未満	無料		110円		440円	
		5万円以上	無料		330円		660円	
		JA・JF以外のキャッシュカードによる振込	5万円未満	220円		330円		660円
		5万円以上	440円		550円		880円	
	現金	5万円未満	無料		220円		550円	
		5万円以上	無料		440円		770円	
窓口(電信・文書)	貯金口座からの振替	5万円未満	110円		330円		550円	
		5万円以上	330円		550円		770円	
	現金	5万円未満	330円		550円		770円	
		5万円以上	550円		770円		990円	

振込手数料のうち窓口における当JA同一店舗内あて振込手数料を変更いたします。

手数料については、店頭もしくは、JAしまねホームページ掲載の「**信用手数料一覧**」でもご確認いただけます。

水田園芸にチャレンジ!

(注意) ここで紹介する助成制度は、国・県等の令和3年度予算要求を基に作成したものであり、予算編成の過程で変更となることがあります。

島根県では、**キャベツ、タマネギ、ブロッコリー、白ネギ、アスパラガス、ミニトマト**の作付けを推進しています。新規作付・規模拡大に取り組まれる際の助成制度、県の支援を紹介します

① 産地交付金(県枠メニュー)

令和3年度支援単価(案)

水田園芸6品目について、露地品目は概ね20a以上、施設品目は概ね5a以上作付けする農業者を支援します

	県標準単価 (10aあたり)	留意事項
作付支援(基本)	5万円	
契約取引加算	3万円	作付前に農業者と販売先で取引価格を取り決めているものに限る
作付拡大加算	7万円	排水対策が必須

一部の地域農業再生協議会では、上記の支援単価と異なる場合がありますので、詳細は、お住まいの市町村の地域農業再生協議会にお問い合わせください。

② 水田園芸拠点づくり事業(抜粋)

小規模でも新たに水田園芸にチャレンジする人を支援

対象者	新たに県推進の水田園芸6品目に取り組む農業者等
要件	新たに露地品目で概ね10a以上施設品目で概ね2a以上作付同一地区のグループで露地品目概ね1ha以上、施設品目概ね20a以上作付
内容	栽培実証に係る、 排水対策(必須) 、種苗、肥料、農薬剤、資材、機械等のレンタルの経費を補助
補助率	1/2以内(補助上限:露地品目は15万円/10a、施設品目は25万円/10a)

③ 実証用無償レンタル機械

現地実証で使用できる農業機械(農業技術センター所有)

- ① 乗用半自動野菜移植機(キャベツ、ブロッコリー対応可)
 - ② 畝立て成形機(マルチ対応)
※トラクターは除く。クボタ取付ヒッチが必要
 - ③ サンソワ(畝立て同時施肥)
※トラクターは除く。施肥機マウントが必要
 - ④ パラソイラー(排水対策用機械)
※けん引用トラクターは除く
 - ⑤ サブソイラー(排水対策用機械)
※けん引用トラクターは除く
- (機械の使用にあたっては様々なきまりがありますので事前にお問い合わせの上、ご確認ください)

問い合わせ先

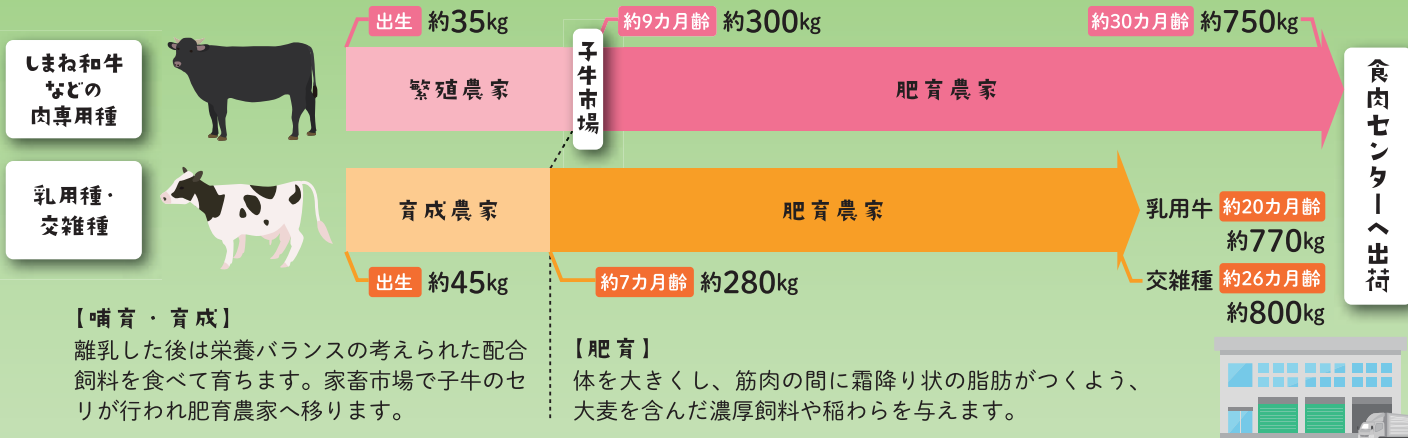
島根県 産地支援課 水田園芸G TEL: 0852-22-5626

おいしいお肉ができるまで

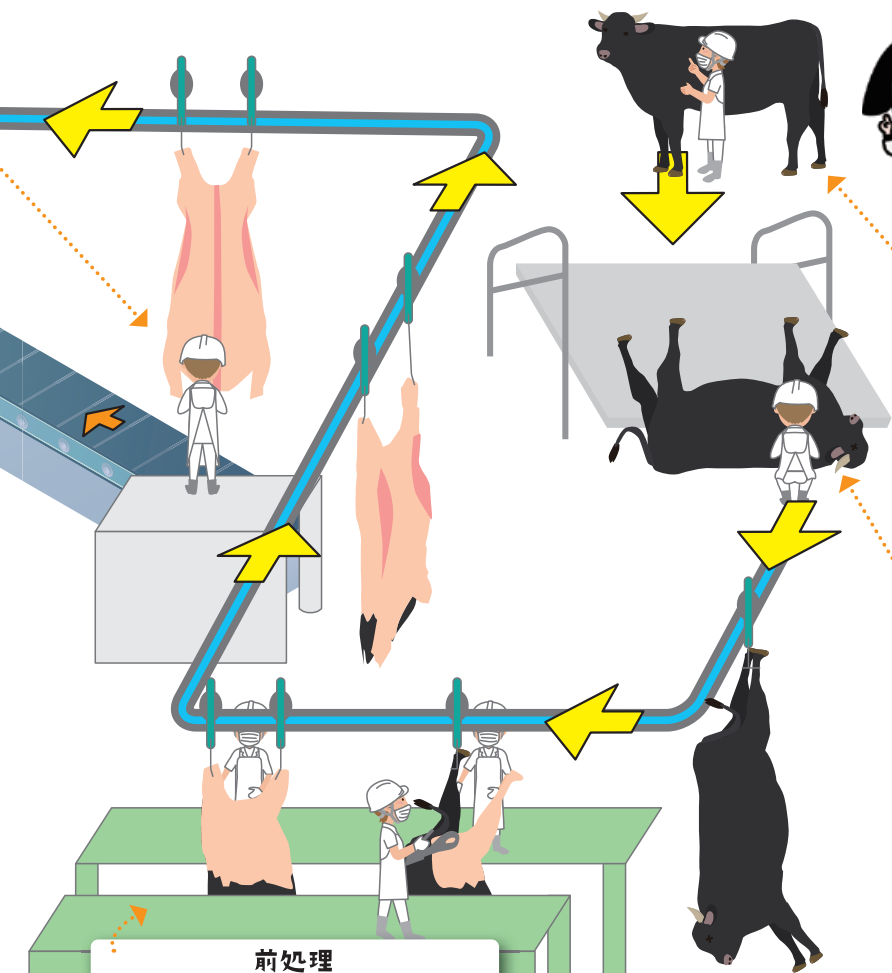


私たちが普段食べているお肉は、生きた牛や豚などの家畜です。それらがどうやってお肉になっていくのか？今回は大切に育てられた牛が、おいしいお肉になるまでをご紹介します。

しまね和牛などの肉専用種は繁殖農家で生まれた後、子牛市場等から肥育農家へ導入され、長い期間をかけ肥育されます。乳用種と交雑種は基本的に酪農家で生まれ、育成農家、肥育農家に移動した後、出荷されます。



つくるために、徹底した衛生管理や検査を行っています。
に「と畜」「部分肉加工」のプロセスを依頼し、店頭で見かけるお肉にします。



生産・肥育農家

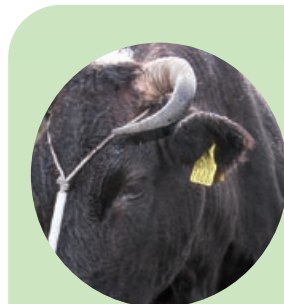
法律で定められた飼養管理基準に基づいた衛生管理・安全管理が行われることにより病気を予防し、健康な家畜が出荷されます。

獣医師による「と畜検査」 ① 生体検査

島根県食肉衛生検査所のと畜検査員が、生きた状態で家畜の健康状態を一頭一頭確認します。ここで異常や病気が見つかったら、と畜できない場合があります。

放血

牛の眉間に衝撃を与え気絶させてから、喉の血管を切って血を抜きます。ここできちんと血を抜かないと、肉が傷みやすく、味も悪くなってしまいます。



トレーサビリティ

牛の耳には、10ケタの個体識別番号が記載された札が付いています。牛一頭一頭の生産から流通・小売に至るまでを、この番号で管理する仕組みのことをトレーサビリティといいます。

足首にフックをかけて吊りし、一頭ごとに83℃以上の熱湯で殺菌したナイフや機械を使って、衛生的に皮を剥ぎます。皮は皮革業者で加工され、バッグや靴などの皮製品になります。

相当課より ひとこと

牛肉には体を作るたんぱく質と、それを構成するアミノ酸（9種の必須アミノ酸含む）や鉄分、亜鉛、ビタミン類等、体を健康に保つ栄養素が豊富に含まれています。
 しまね和牛は、「雑味少なく旨味が際立つ」「柔らかさを感じ、溢れ出る肉汁」「さらりとした脂はしつこさを感じない」という特徴を持っています。
 そして何といても、食べる時のワクワク感はたまりません。
 「しまね和牛」を食べないなんてもったいない。ぜひ美味しい「しまね和牛」をお召し上がりいただけますよう、お願いいたします。

畜産部 肉牛販売課 綿貫 真吾課長



大分割・小割・整形

搬入された枝肉は大きな部位に分割された後、余分な脂肪の除去・除骨をします。さらに細かな部位に切り分け、部分肉になります。真空包装された後、段ボール箱などに詰められます。

大きいので
上から吊るして
作業します



枝肉の格付け

牛肉の格付けの基準の一つにサシの量があり、しまね和牛はこのサシがしっかりと入っています。格付けは5等級を最高に4、3、2、1となりますが、しまね和牛はこの5、4等級の比率が高いことが特徴です。



A5ランクの
スタンプ!

巨大な
冷蔵庫には
枝肉がずらり



冷却

別室の冷蔵庫で冷却します。

精肉・販売

部分肉は精肉加工され、種類や部位、原産地、単価などを表示し、スーパーなどの店先で販売されます。

命に感謝して
「いただきます」



農家や食肉センターでは安全なお肉を
JAしまねでは、「株島根県食肉公社」



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]

海士町

崎みかん

今月は、隠岐どうぜん地区本部。海士町で崎みかんの加工品を手掛ける、大海(おおがい)切羽さん、白石美保さんにお話を伺いました。



お話を伺った
白石美保さん(左)、大海切羽さん(右)

「まるでみかんそのものを
感じるジャム

「みかんをまるごと瓶にぎゅっと詰めました」。そんなキャッチフレーズで売り出されているみかんジャムがあります。隠岐諸島の中ノ島(海士町)の最南端にある崎集落で穏やかな潮風を受けて栽培されている「崎みかん」を100%使用した「崎みかんジャム」。みかんジャムと聞くと、マーメイドをイメージされる方が多いかもしれませんが、このみかんジャムはその概念を覆すほど、まったく違った食感に仕上がっています。皮は使用せず、素材は極力シンプルに砂糖とレモンだけ。フレッシュさを残し、まるで、みかんそのものを食べているかのような味わいが特徴。

崎みかんの復活

崎地区では昭和30年代から温州ミカンの栽培が大々的に営まれ、島内外に出荷し好評を博していました。当時は、この地区を代表する産業として発展していましたが、栽培農家の高齢化や後継者不足な

どの理由から消滅寸前まで落ち込んでいました。そこで平成25年4月、海士町が産地復興の一つとして地域おこし協力隊を募集し「崎みかん再生プロジェクト」を立上げ、取り組みを開始しました。1ターンの島に移住した白石さんと丹後さんの二人の男性が応募され、元々

植えられていた木々に加え、新たに植樹した苗木たちを丁寧に育て、一昨年やっと実を収穫できるまでに成長しました。並々ならぬ努力の末、現在4ヘクタール、2,100本の規模で、10トンを収穫し、昔ながらの酸味と甘みバランスの妙、「崎みかん」として復活を遂げることができました。そして「崎みかん再生プロジェクト



崎集落に広がるみかん畑

ト」で加工部長を務めるのが、白石さんの奥さんでもある白石美保さんです。崎カフェで代表を務める、同じく1ターンの島に移住した大海切羽さんと共同で作ったのが「崎みかんジャム」です。

規格外がもったいない!

以前から、大海さんと白石さんを含む崎地区の女性たちで海士町産みかんの箱詰め作業を手伝っていたのですが、選別の際に規格外の傷ものが意外とたくさんあることに気がきました。それらはB級品として島内で販売することはあっても、それ以外は特に活用されていませんでした。「もったいない!どうにかならないものか」。

そんな思いから平成29年の冬、臨時カフェを開き、そこでみかんを使ったケーキなどを提供することになりました。その後、みかんを加工した製品も作ってみようという提案もあり、二人で試行錯誤を重ねながらジャムやジュースなどの加工品を完成させました。みかんの収穫が終わったら皮ごと真空パックに入れ冷凍保存



崎みかん本来の味を損なわないよう、すべて手作業





しておき、一年中いつでも作られるようにしておきます。材料も無添加にこだわり、崎みかんの味わいをまるごと感じられるよう工夫しています。それらは町内で販売するほか、ふるさと納税の返礼品など幅広く利用されています。「いくつもの課題を乗り越えながら商品を生み出す過程は大変ですが、新しい発見もあるので楽しさも感じています」と二人は語ります。

地域の人々の交流の場を

当初は、旧崎小学校で臨時カフェを月に何回か開いていましたが、

最近ではコロナの影響でそれもできなくなり、みかんの酵母を使ってパンを焼いて、移動販売を行っています。今後は再び、「崎みかん」



みかんの酵母を使って焼いたパン

をキーワードに定期的にカフェをオープンさせます。「この崎地区は、海士町の中でも交通が不便な位置にあります。簡単に来ることができないからこそ、色々な人に楽しんでもらえるようなカフェにしたい」と二人は考えます。また、そのカフェのオープンを併せて様々なワークショップも開催し、地域の人々の交流の場として盛り上げていくことも計画。以前は、高齢者施設の方々を招いてお茶を飲んでもらうイベントなどを行ったこともあり、島の人がいとも違う環境でお茶を楽しんだり、色々な人とふれあえる場所としても発展させたいと願っています。



旧 崎小学校をリフォーム



たくさんの方に崎みかんの加工品を知ってほしい

現在二人が作っているジャムやジュースを購入できる場所は、島のお土産屋さんその他、島外に数軒ほど。今後は販路を広げていき、ぜひ皆さんに崎みかんの美味しさを知ってもらいたいと意気込んでいます。島には、お土産も少ないため、海士町の特産品を増やすということを目的にさらに商品開発をしていく予定です。また観光客がみかん農園で

ミカン狩りなどを体験し、カフェでゆっくりお茶を飲み、最後はお土産としてジャムやジュースなどを買ってもらおうという流れを定着させたいと期待に胸を膨らませています。お二人は「崎みかん再生プロジェクトと手を携えながら、地域の方々と力を合わせ、海士町の素材を活かした新たな商品開発にチャレンジしたい」と目を輝かせました。



一口メモ

崎みかんは、甘みと酸味の絶妙なバランスが特徴。そんなみかんを使ったジャムは、

現在、プレーン、洋酒（ブランドー）、シナモンの3種類の味があり、トーストにもヨーグルトにも相性抜群。また、ジュースは搾らずジャムを作る工程のように作っています。希釈タイプなので、水やソーダ、お酒などで割って味わえます。



- 購入方法・お問い合わせ先 ●
- キンニヤモニヤセンター しゃん山
- 電話 08514-2-1006

sakicafe

Instagram : sakicafe_ama

Facebook : 崎カフェ で検索



いわみ中央女性部

いわみ中央女性部は『仲間を誘い活動の輪を広げよう!~部員一人が一人の仲間を増やそう!~』をテーマに活動をしています。

令和元年度から、仲間作りの場を提供しようと女性部が主催する研修会『きてみちゃんさい』を開催しています。

昨年度は、葬祭マナー研修会とレクリエーションで親睦を深め、味噌作りでは地元の料理について学び、地域の方と交流することができました。

今年度は、コロナの影響で味噌作りのみの開催となりましたが、感染拡大防止策を十分に取ったうえでの開催でした。

これからも、仲間意識を強く持ち、部員同士一丸となり地域で輝く女性部を目指して、様々な活動に取り組んでいきます。



一所懸命青年連盟



島根県農協青年組織協議会

JA YOUTH
会長

くさの
草野

ひろし
拓志さん



島根県農協青年組織協議会（以下、島根県青協）会長の草野拓志さん（32）は、益田市美都町で水稻、水仙、ヒヤシンスを栽培しています。

自然豊かな中山間地域では、山や獣の管理をしなければ農地は荒れ、獣害も発生します。そのため、草野さんは自然との調和を保ちながら農産物を生産し、中山間地域の維持に努めています。

また、生産者と消費者の繋がりを大切に、地域の雇用創出をしたいという強い思いから「株式会社くさひろ」を立ち上げました。

草野さんは「地域の農業を、もっと盛り上げていきたい」と今後の意気込みを語りました。



あなたもチャレンジ 家庭菜園

トマト

完熟でおいしさアップ

トマトのふるさとは日照量が多く、昼夜の気温差の大きい南米アンデス地方。生育適温は昼間25～30度、夜間10～20度です。トマトは低温に弱いので、遅霜の恐れがなくなってから植え付けます。



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。

病害虫防除

梅雨時の大敵は疫病で、Zボルドーなどで予防します。また、アブラムシには植え付け時の植え穴にオルトラン剤などの土壌施用剤を混ぜ込んでおくことで予防効果があり、発生したらサンクリスタル乳剤などで防除します。

収穫

開花から収穫までの日数は、気温で異なりますが、夏季で大玉は40日前後、ミニで30日前後です。



品 種

大玉トマトでは「ホーム桃太郎」（タキイ種苗）、「麗夏」（サカタのタネ）などがお薦めです。中玉では「フルティカ」（タキイ種苗）、ミニでは「TY千果」（タキイ種苗）、「アイコ」（サカタのタネ）などが良いでしょう。

畑の準備

予定の畑1平方m当たり苦土石灰100gをまいて土とよく混ぜておきます。次に、120cm幅のベッドの中央に幅30cm、深さ20cm程度の溝を掘り、ここに植え付けの1週間前に基肥として1m当たり化成肥料（NPK各成分10%）200g程度と堆肥2～3kgを施しておきます。ベッドには黒のポリフィルムでマルチをします（図1）。

植え付け

植え付けの間隔は2条植えでは条間70～80cm、株間50～60cmとします。植え付け適期は、1段花房の1～2花が咲くときで、この花が通路側に向くように植えます（図2）。開花前の「若苗」を植えると、生育が旺盛になり「木ぼけ」と呼ばれる過繁茂になりがちです。

図1 畑の準備

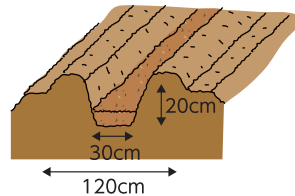


図2 植え付け

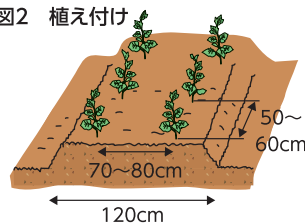
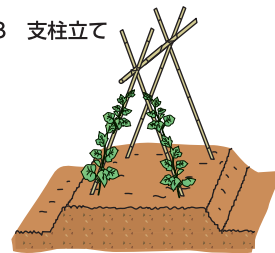


図3 支柱立て



支柱立て

2m以上の支柱を2条植えでは合掌式に組み立てます（図3）。

芽かきと摘果・摘心

脇芽は小さいうちに指で摘み取ります。1果房に果実が4～5個となるよう小さな実、変形した実を除きます。収穫果房数は4～5段として最上段の果房上の2葉を残し、摘み取ります。

追 肥

1回目は1番果がピンポン玉の頃にベッドの肩の辺りに浅い溝を切り、ここに化成肥料を片側1m当たり30g程度まき、土寄せします。ポリマルチをした場合はマルチの両側に肥料を散布し、土を掛けておきます。その後半月に1回を目安に2～3回追肥します。

理事会情報（1月27日開催）

【協議事項】

- ①令和3年3月1日付けおよび令和3年4月1日付け機構改革の実施について
- ②広域玉葱調製保管施設（仮称）の新設について
- ③令和2年度島根県新型コロナウイルス感染症対策 農林水産業収益向上緊急支援事業を活用した令和3年度固定資産取得について
- ④令和2年度補助事業の実施について
- ⑤石油事業における予防規程の一部改正について
- ⑥令和3年度事業計画（基本方針・事業方針）について
- ⑦要改善JA指定に伴う再発防止策（兼体制整備計画）の策定と報告徴求命令に基づく島根県への報告について
- ⑧組合と理事との取引（契約）の承認について
- ⑨第7回通常総代会の開催日時および場所の設定について
- ⑩斐川地区本部「障害者総合支援法に基づく居宅介護事業及び重度訪問介護事業」の廃止について
- ⑪重要な就業規則制裁条項の適用について
- ⑫令和2年度決算監事監査報告書 整備改善を要する事項（個別意見）への回答について
（紙幅の関係上、報告事項は省略いたします）

総代・連絡員合同会議

令和3年2月1日～5日

島根おち地区本部では各地区において令和2年度下期の総代・連絡員合同会議を開催しました。今年3月からの機構改革、水稲・園芸・畜産振興計画、振込手数料の変更等についての説明を行いました。

会議での主な質問・意見についてお知らせいたします。



Q 集落等、団体のキャッシュカードの発行は可能なのか？

A 団体代表者の同意書が必要となりますが、発行は可能です。

Q 振込手数料変更後は、ATMでの振込が増えキャッシュコーナーが混雑するのではないかと心配だ。また、高齢者にはATMの操作が不慣れなため利用には不安だ。

A 振込の手順や振込先の登録方法など、利用の際に迷われないよう努めてまいります。また、各支店窓口職員はATMを安心してご利用いただけるよう誘導しておりますのでお気軽にお声掛けください。

Q 新型コロナウイルスの影響で全国的にコメ余りが起きているという話を耳にするが、米価の下落が心配だ。この状況でもJA

A は1袋でも多く出荷をしたほうが良いのか？

A 島根県では高齢化等から、年々水稲作付面積が減少傾向にあり、地域再生協議会とも協議する中、例年並みの作付をお願いすることで進めています。JAでは令和3年産の集荷目標を10万袋に設定し、農家の皆様からの出荷をお願いしております。また、収穫前契約をすすめ、価格の維持に向けて取り組んでいます。

Q 機構図の中に発電所とあるが、事業内容を説明して欲しい。

A 大和地区に角谷発電所、都賀発電所の2基で合計450kWを出力する水力発電所を保有しており、売電しています。

Q リースハウス事業に取り組んでいるが進捗状況を教えて欲しい。

A 美郷町ではリースハウス事業を活用しミニトマトの栽培が増加しています。また、ぶどう振興として新品種の神紅について邑南町が県の産地指定を受けましたので、国・県および町の事業を活用してリースハウス事業に取り組んでいます。昨年度、試験ハウス3aを建設、今年度は70a、来年度は100aを建設予定です。最終270aを目標に取り組んでいます。

Q 融資課が新設されるということですが、何がどう変わるのか？

A 融資課を設置することでより堅実な事務処理と、専門職員配置による迅速な対応を行います。ご融資の内容によっては、これまで短い時間で手続きしていただいていたものが数日かかる場合があります。逆に現在の日数から短い時間でご融資できる場合もあります。

Q リースハウス事業に取り組んでいるが進捗状況を教えて欲しい。

組合員の皆様に安心してご利用いただけるよう努めてまいります。



サンマッシュユ品評会

栃木県栃木グランドホテルにおいて「第31回サンマッシュユ品評会」が開催されました。これは菌床しいたけの生産技術向上と品質の安定を図るため毎年開催されています。今年は新型コロナウイルス感染防止のため集合開催とはなりませんでしたが、全国から650点、島根おち管内からは25点が出品されました。審査の結果、島根おち管内からは、富永さん、日高靖宏さん、社会福祉法人邑智福祉振興会愛香園の皆さんが入賞され、富永さんは4年連続金賞を受賞されました。



サンマッシュユ品評会入賞者(敬称略)

金賞	富永 正 (邑南町)
銀賞	日高 靖宏 (邑南町)
銅賞	日高 靖宏 (邑南町)
奨励賞	日高 靖宏 (邑南町)

白ネギ種播き

J Aでは白ネギの種播きを瑞穂育苗センターで開始しました。育苗箱にチェーンポットという蜂の巣状の用器をセットしたものを播種機に通すと、決められた数の種がチェーンポットの穴一つ一つに落ち、土を被せて搬出されます。この全自動播種機により一日約千枚分の播種が可能で、4月からの定植までに1万枚分の播種を予定しています。



令和2年度下期役職員大会



島根おち地区本部は川本町悠邑ふるさと会館において下期役職員大会を開催しました。今回は日高本部長の挨拶に続き、1月に行われた「JAしまね営農指導員アンビション大会」で審査員特別賞を受賞した邑北営農生活ブロック永井強治職員が発表を行いました。永井職員は取り組みの成果を発表し、出席した役員は盛大な拍手で労いました。後半は人権研修として島根県西部人権啓発推進センターの尾村幸行先生を講師に「パワーハラスメントを生まない職場づくり」について講演いただきました。また、組合員・利用者に気持ちよくご利用いただけるための接遇マナーについて本店中央会越野淑絵次長の指導の下、研修を行いました。

島根おち地区本部では、今後もさまざまな研修を通じて役職員の啓発活動に努めてまいります。

ゆとり倶楽部第9回講座開催

ゆとり倶楽部第9回講座は、家の光地方講師の影山和美先生をお招きして、フランス伝統の「フレンチメゾンデコール」という手芸を習いました。厚紙に美しい布を貼り付けて色々な小物を作ることができ、今回の講座では「エレガントフォルダー」作りチャレンジしました。これは「ふくさ」として使用したり、通帳やお薬手帳のケースとして使える小物入れです。受講生は、スポンジを使って厚紙に木工用ボンドを塗り、のり代に切り込みを入れたりしながら丁寧に布を貼り、素敵なエレガントフォルダーを完成させました。出来上がった作品を見せ合いながら「裁縫道具を入れるケースが作りたい」「帯や着物を使って作ってみたい」などと感想が聞かれました。受講者の中には材料を追加で購入して帰られる方もおられ、今回の講座も好評に終了しました。

2月
17



支店
はぴり

大和支店

支店への職場訪問がありました

美郷町立大和中学校では、職業について学び、進路について考える機会として職場訪問が行われています。昨年度に続き、今年度も大和支店を訪問先として選定いただきました。

職場訪問はなごやかな雰囲気の中、JAの仕事内容や、やりがい、将来社会へ出るために中学生として身につけておくこと等について職員にインタビュー形式で行われました。

JAでは農業に係わる営農事業、貯金などの信用事業、人や車の保障に係わる共済事業、燃料・ガスなどのライフラインに係わる生活事業といった様々な業務を行っています。生徒の皆さんがJAの仕事に興味を持っていただければと思います。



支店
はぴり

邑智支店

3月になり、美郷町もすっかり春めいてきました。

そんな中、邑智支店では、3月2日に女性部邑智支部の皆さんと一緒に、支店前の花壇にパンジーの植え付けを行いました。このパンジーは昨年に支店職員でセルトレーに種を播き、その後女性部の皆さんとポットへ植え替えを行い、支店職員で育ててきた苗です。これから、暖かくなるにつれて支店の花壇をきれいに飾ってくれると思いますので、来店の際にご覧ください。



年代別2講座 受講生募集!

締切：4月19日(日)

JA女子大学 つくしんぼ

入学資格：JAしまね島根おおち地区本部管内に在住の方（20代～50代の女性）

定員：20名（定員になり次第、締切とさせていただきます。）

託児：無料で保育士がお預かりいたします。

日 時	講 座	内 容
5月15日（土）	入学式&プランターでスイカ作り	スイカの革命！タネも食べられる小玉スイカを作ります
7月17日（土）	ウインナー作り	手作りウインナーを作ります
9月15日（水）	ポーセラーツ（ゆとり倶楽部と合同）	白磁に好みの柄を焼きつけます
11月20日（土）	ガーデニング	色とりどりの草花で寄せ植え
1月15日（土）	味噌づくり	地元の食材を使って味噌を作ります
3月19日（土）	フラワーアレンジメント&卒業式	卒業の記念にプリザーブドフラワーを使った作品づくり

JAゆとり倶楽部

応募資格：JAしまね島根おおち地区本部管内に在住の方（50代～男女問わず）

定員：30名（定員になり次第、締切とさせていただきます。）

日 時	講 座	内 容
5月19日（水）	プランターでスイカ作り	スイカの革命！タネも食べられる小玉スイカを作ります
6月16日（水）	ガーデニング	初夏の草花で、寄せ植え
7月21日（水）	ハーバリウム	部屋を美しく彩るハーバリウムを作ります
8月18日（水）	ウインナー作り	手作りウインナーを作ります
9月15日（水）	ポーセラーツ（女子大と合同）	白磁に好みの柄を焼きつけます
10月20日（水）	セルフマッサージ	セルフマッサージでからだをメンテナンスしよう
11月17日（水）	フレンチメゾンデコール	フランス伝統のクラフトで小物作り
12月15日（水）	ハム作り	手作りハムを作ります
2月16日（水）	筋力アップ教室	自分のからだを知って、より健康に
3月16日（水）	大人の社会科見学	邑南町の酒蔵を巡ります

いずれの講座も概ね9：30～11：30を予定しております。

その他、講座ごとに材料費などが必要です。

お申し込み 島根おおち地区本部企画総務部 総務課 または、各支店窓口でお申し込みください。

【お問い合わせ】 TEL 0855-83-1801 FAX 0855-83-1373（総務課）



育苗管理 ~ 稚苗づくりの手順 ~

間もなく種まきの時期を迎えます。薄播きを心がけ、健苗育成を行いましょ！

○浸種・催芽

- ・種物の袋詰めはゆとりをもって7分目までとし、水分と酸素を十分に供給するために種物容量の倍以上の水に浸けてください。
- ・浸種は水温10～15℃で行います。水温10℃以下では発芽の勢いが低下する傾向があるので水温の下がりやすい屋外での浸種は極力避けてください。
- ・積算水温（浸種日数）は品種によって異なるので注意しましょう。（下表参照）

【品種別積算水温の目安】

品 種	積算水温	備 考
コシヒカリ・つや姫	100℃	【積算水温の計算】 水温 × 浸種日数 = 積算水温 例) 水温10℃の水に10日間浸種 = 積算水温100℃
ハナエチゼン	100～120℃	
きぬむすめ	80℃	
五百万石	120℃	

- ・催芽は30～32℃の温度で24時間を目安にし、芽の長さは1～2mm程度としてください。芽を伸ばし過ぎると播種作業が困難になります。

○播種・出芽

播 種	①イチバンで消毒をした育苗箱に床土を入れ、十分に灌水をする。 ②播種は催芽粉で150～175g/箱 ③覆土は1箱当たり1kg程度とし、覆土後は灌水を行わない。（水分過多は、発芽不良の原因となる） ④播種
出 芽	①育苗箱の箱裏から水が滴らなくなるまで水切りを行い育苗機に入れる。 ②出芽適温 30～32℃ ③2～3日間入れておき、芽の長さを1cmまで伸ばす。

※出芽の際に育苗箱を積み重ねることで「根上がり（タコ足）」を防ぐことができます。

○緑化・硬化

緑 化	①緑化初期は直射日光を避けるため、育苗シートや黒い寒冷しゃ等で遮光し、2～3日間弱光下で緑化させる。 ②温度管理 昼間20～25℃ 夜間15～18℃ ③草丈3～4cm程度で除覆する。除覆の時期が遅れると腰高になり、徒長苗の原因となる。
硬 化	①温度管理 昼間25℃以下 夜間10～15℃ ②灌水は、しおれない程度に日に1～2回とする。 ③本葉2枚目が始めたら徐々に外気温に慣らし、植え付け前は昼夜とも自然温度下で生育させる。

○健苗育成（立枯病、根の生育促進、移植後の活着促進、ムレ防止）

※ハーブ米、つや姫では使用できません。

農薬名	適用病害虫・使用目的	希釈倍数	使用基準	使用時期	使用方法
ナエファインフロアブル	苗立枯病（ピシウム菌、リゾープス菌、苗フザリウム菌） 根の生育促進、移植後の活着促進、ムレ苗防止	2,000倍	育苗箱（30×60×3cm、使用土壌約5ℓ）1箱当たり0.5～1ℓ	は種時	土壌灌注

○育苗処理剤の利用

以下の育苗処理剤を使用することで病虫害予防を省力的に行うことができます。

農薬名	適用病害虫	使用基準
ルーチンエキスパート箱粒剤 石見高原ハーブ米®、つや姫用 (JA育苗センター使用箱処理剤)	いもち病・紋枯病・イネミズゾウムシ イネドロオイムシ・ウンカ類・フタオビコヤガ	育苗箱1箱当たり50g 播種時（覆土前）～移植当日
デジタルコラトップアクタラ箱粒剤	いもち病・イネミズゾウムシ・イネドロオイムシ ウンカ類・イネクロカメムシ	育苗箱1箱当たり50g 移植3日前～移植当日
スクラム箱粒剤	いもち病、紋枯病、ウンカ類、ツマグロヨコバイ	育苗箱1箱当たり50g 播種時（覆土前）～移植当日
	イネミズゾウムシ、イネドロオイムシ、ニカメイチュウ	育苗箱1箱当たり50g 移植3日前～移植当日

※農薬を使用する際は、使用時期・使用量に注意してください。

和牛情報

令和3年2月子牛市場成績表



中央“反発”

本県2月の子牛市場は、中央で開設し245頭の取引があり、平均価格は、雌742,990円（前回比24千円高）、去勢836,041（前回比8千円高）で“反発”の取引となりました。

上場牛では、一部発育の悪い牛も見られましたが、雌、去勢共に手入れが行き届いており、全体的に発育が揃った牛が多く見られました。

枝肉相場においては、緊急事態宣言以降外食産業の需要の弱さに加えて、小売りも落ち着いてきており末端の引き合いが弱まっています。2月の閑散期ではありますが、厳しい販売状況は今後も続きそうです。

この状況から考えると、食肉販売・小売業者にとって販売不振により厳しい状況は変わりません。事態の早期収束を願います。

畜産農家・関係団体と一体となり、和牛肉消費に協力しこの難局を乗り切りましょう。

このような時こそ、繁殖農家での飼養頭数の維持・拡大及び後継者づくりに地域を挙げて取り組み、購買者が島根県内各子牛市場へ安心して購買に来て頂けるよう上場頭数の確保が必要です。

県外移出率

■雌 73.68% ■去勢 38.52% ■合計 54.62%

		頭数	最高価格	最低価格	平均価格
中央市場	メス	110	1,380,500	91,300	742,990
	又キ	135	1,103,300	139,700	836,041
	合計	245			794,263
島根おおち	メス	17	860,200	642,400	750,459
	又キ	15	872,300	610,500	767,433
	合計	32			758,416
瑞穂	メス	5	804,100	680,900	736,340
	又キ	1	830,500	830,500	830,500
	合計	6			752,033
羽須美	メス				
	又キ				
	合計	0	0	0	0
石見	メス	1	748,000	748,000	748,000
	又キ	5	826,100	610,500	717,860
	合計	6			722,883
川本	メス	4	805,200	739,200	757,350
	又キ	2	779,900	773,300	776,600
	合計	6			763,767
邑智	メス	5	860,200	722,700	781,440
	又キ	6	872,300	700,700	793,467
	合計	11			788,000
大和	メス				
	又キ				
	合計	0	0	0	0
桜江	メス	2	749,100	642,400	695,750
	又キ	1	777,700	777,700	777,700
	合計	3			723,067

令和3年産「米出荷予約申込書」の提出についてのごお願い

令和3年産「米出荷予約申込書」を2月の外勤日で配布させていただきました。JAでは令和3年産の集荷目標を100,000袋として管内で生産された良質米を消費者へお届けする計画としています。米生産者の皆様には1袋でも多くJAへ予約・出荷いただきますようお願い申し上げます。

「米出荷予約申込書」の提出期限を3月25日（木）としていますので各事業所までお持ちいただくか、連絡いただきましたら回収にお伺いさせていただきますので宜しくお願いいたします。

人事異動のお知らせ

異 動【令和3年3月1日付】

新任部署・職位	氏 名	旧任部署・職位	備 考
本 店			
営農対策部営農指導企画課	下 原 和 樹	美郷営農生活ブロック営農生活課	
共済部共済指導課共済事務インストラクター	坂 根 明 子	瑞穂支店金融共済課渉外係	
営農部			
営農部営農企画課課長兼TAC	横 宮 隆 幸	営農部営農企画課課長	
営農部営農企画課	益 田 佑 一	邑南営農生活ブロック営農生活課	
営農部生産資材課	大 野 剛	瑞穂支店金融共済課	
営農部農機拠点センター	西 川 裕 之	営農部農機拠点センター	正職員登用
営農部農機拠点センター	福 島 央 睦	営農部農機拠点センター	正職員登用
生活部			
生活部総合生活課課長	原 和 宏	川本・桜江営農生活ブロック営農生活課課長	
生活部総合生活課	森 脇 登志夫		臨時職員採用
生活部燃料課瑞穂燃料センター所長	森 田 秀 紀	邑南営農生活ブロック営農生活課 石見事業所所長	
生活部燃料課瑞穂燃料センター	三 次 純 子	美郷営農生活ブロック営農生活課大和事業所	
生活部燃料課瑞穂燃料センター	和 田 亜紀子	生活部燃料課石見燃料センター	
生活部燃料課石見燃料センター	森 脇 美也子	生活部燃料課瑞穂燃料センター	
統括支店			
統括支店金融課課長	日 高 孝 嗣	羽須美支店支店長兼邑南営農生活ブロック 羽須美事業所所長事務取扱	
統括支店金融課	原 本 優 子	石見支店金融共済課	
統括支店融資課課長	大 石 振一郎	石見支店金融共済課課長	
統括支店融資課課長補佐	細 川 満 博	瑞穂支店支店長	
統括支店融資課	道 畑 繁 樹	石見支店金融共済課渉外係	
統括支店共済課	松 嶋 和 弘		臨時職員採用
企画総務部			
企画総務部企画管理課課長	森 橋 浩	企画総務部企画管理課兼内部統制監理課課長	
企画総務部企画管理課	滝 野 陽 一	企画総務部企画管理課兼内部統制監理課	
企画総務部総務課課長	三 浦 勝 弘	企画総務部総務課兼組合員課課長	
企画総務部総務課	野 田 海 記	企画総務部総務課兼組合員課	
企画総務部総務課	古 川 慎 平	企画総務部総務課兼組合員課	
企画総務部総務課	岩 本 美 衣	企画総務部組合員課	
邑南営農生活ブロック			
邑南営農生活ブロック営農生活課石見事業所所長	中 村 真 吾	邑智支店金融共済課課長	
邑南営農生活ブロック営農生活課TAC係	石 川 敏 子	営農部営農企画課TAC係	
邑南営農生活ブロック営農生活課	渡 辺 正 吾	美郷営農生活ブロック営農生活課	
邑南営農生活ブロック営農生活課	中 村 教 次	川本・桜江営農生活ブロック営農生活課	
邑北営農生活ブロック			
邑北営農生活ブロックブロック長兼 川本事業所所長事務取扱	松 下 浩 之	川本・桜江営農生活ブロックブロック長兼 川本事業所所長事務取扱	
邑北営農生活ブロック営農生活課課長兼 邑智事業所所長事務取扱	下 手 政 幸	美郷営農生活ブロック営農生活課課長兼 邑智事業所所長事務取扱	
邑北営農生活ブロック営農生活課課長兼 桜江事業所所長事務取扱	三 浦 和 幸	営農部営農企画課	
邑北営農生活ブロック営農生活課TAC係	前 田 晃 弘	営農部営農企画課TAC係	
邑北営農生活ブロック営農生活課	永 井 強 治	川本・桜江営農生活ブロック営農生活課	

新任部署・職位	氏名	旧任部署・職位	備考
邑北営農生活ブロック営農生活課	寺本 一 浩	営農部生産資材課	
邑北営農生活ブロック営農生活課	上田 敏 睦	美郷営農生活ブロック営農生活課	
邑北営農生活ブロック営農生活課	渡辺 篤 夫	川本・桜江営農生活ブロック営農生活課	
邑北営農生活ブロック営農生活課	服部 亮	川本・桜江営農生活ブロック営農生活課	
邑北営農生活ブロック営農生活課	三上 敏 彦	美郷営農生活ブロック営農生活課	
邑北営農生活ブロック営農生活課	日高 佑 輔	邑南営農生活ブロック営農生活課	
邑北営農生活ブロック営農生活課	田平 秀 樹	美郷営農生活ブロック営農生活課	
邑北営農生活ブロック営農生活課邑智事業所	堀 幸 子	川本・桜江営農生活ブロック営農生活課 川本事業所	
邑北営農生活ブロック営農生活課大和事業所	高橋 啓 子	美郷営農生活ブロック営農生活課邑智事業所	
邑北営農生活ブロック営農生活課川本事業所	崎田 千 鶴	川本・桜江営農生活ブロック営農生活課 桜江事業所	
邑北営農生活ブロック営農生活課桜江事業所	湯浅 清 和	川本・桜江営農生活ブロック営農生活課 桜江事業所	
邑北営農生活ブロック営農生活課桜江事業所	溝渕 利 栄		臨時職員採用
瑞穂支店			
瑞穂支店支店長	佐貫 寿 範	生活部総合生活課課長	
瑞穂支店金融共済課	原 正 昭	邑智支店金融共済課	
瑞穂支店金融共済課	高橋 憂 妃	羽須美支店金融共済課	
瑞穂支店金融共済課	的場 真貴子	石見支店金融共済課	
瑞穂支店金融共済課渉外係	児玉 千奈美	統括支店金融課	
瑞穂支店金融共済課渉外係	片岡 明 徳	川本支店金融共済課渉外係	
瑞穂支店金融共済課渉外係	河野 豊 秋	邑智支店金融共済課渉外係	
羽須美支店			
羽須美支店支店長兼 邑南営農生活ブロック羽須美事業所所長事務取扱	日高 賢 一	羽須美支店金融共済課課長	
羽須美支店金融共済課課長	唐溪 由美子	共済部共済指導課共済事務インストラクター	
羽須美支店金融共済課	齊藤 剛 志	企画総務部企画管理課	正職員登用
石見支店			
石見支店支店長兼役場事務所所長事務取扱	黒川 正 嗣	美郷営農生活ブロック ブロック長	
石見支店金融共済課課長	日野出 智 城	JA共済連島根(出向)	
石見支店金融共済課	橋野 静 子	瑞穂支店金融共済課	
石見支店金融共済課渉外係	日高 憲 太	瑞穂支店金融共済課渉外係	
石見支店金融共済課渉外係	石本 愁	邑南営農生活ブロック営農生活課	
石見支店金融共済課渉外係	大畑 祐 人	統括支店共済課	
川本支店			
川本支店金融共済課渉外係	黒石 瞳	邑智支店金融共済課	
邑智支店			
邑智支店金融共済課課長	三藤 晃 生	生活部燃料課瑞穂燃料センター所長	
邑智支店金融共済課	三浦 誠 二	大和支店金融共済課	
邑智支店金融共済課	矢渡 樹 里	大和支店金融共済課	
邑智支店金融共済課渉外係	松本 裕 太	石見支店金融共済課渉外係	
邑智支店金融共済課渉外係	後藤 友 子	瑞穂支店金融共済課	
大和支店			
大和支店支店長兼 邑北営農生活ブロック大和事業所所長事務取扱	藤田 哲 也	大和支店支店長兼美郷営農生活ブロック 大和事業所所長事務取扱	
大和支店金融共済課	森岡 悠 也	瑞穂支店金融共済課渉外係	
大和支店金融共済課	井上 真由美	石見支店金融共済課	
桜江支店			
桜江支店支店長	天川 昌 幸	統括支店金融課課長	

令和3年2月28日付 退職者

氏名	部署	備考
森 脇 登志夫	石見支店支店長	定年退職
溝 渕 利 栄	桜江支店支店長	定年退職
松 嶋 和 弘	統括支店共済課課長補佐	定年退職
春 木 初 美	本店米穀園芸部園芸課課長補佐	選択定年
吉 川 和 成	邑南営農生活ブロック営農生活課	依願退職
吉 本 菜 由	石見支店金融共済課渉外係	依願退職
井 上 菊 子	邑南営農生活ブロック営農生活課	雇用期間満了

長い間農協運動にご尽力いただきありがとうございました。

お便り紹介



今月も皆さんからのおたよりがたくさん届いています。ありがとうございます。その他、JAに対するご意見・要望などもお寄せください。

◇「健康散歩」毎月楽しみに見ております。春の日差しを浴びながら20分ぐらい歩いていきます。気分もスッキリ体調も良く、これからの忙しい時期に準備しています。
瑞穂支店管内 Hさん 70代

●とても良い習慣ですね！朝の日差しを浴びながら散歩すると、リラクゼーション効果があり、ストレスの緩和になるそうです。春が近づき、農作業等お忙しくなられる事と思います、体に気をつけて頑張ってくださいね。

◇川本支店の欄で、サル被害にピーマンがあいにくい！とあり、我が家も毎年サルと戦っており、なるほどと参考になりました。人とサルの共存は難しいです…ネ。頑張るぞ！
桜江支店管内 Oさん 70代

●管内でも鳥獣害が多発し、被害が問題になっています。ピーマンは重量が軽く、収穫作業などの面からも、高齢の方や女性の方でも取り組みやすい野菜です。Oさんも「ピーマン大作戦」一緒に取り組んでみませんか^(o)

◇いつも「家庭菜園」の記事は切り取ってファイルに入れていきます。米の価格なども申告用の資料に使っています。
石見支店管内 Yさん 60代

●2月号の家庭菜園は「ミツバ」でした。ミツバは食欲増進や、消化を促す成分を含んでいるそうです。役立つ情報をお伝えできるよう努めてまいりますので、これからも引き続きよろしく願いいたします。

◇いつも本誌を楽しく読ませてもらっています。今回は「しまねうれしび」の「ブロッコリーのかに玉あんかけ」にチャレンジしました。(今年はブロッコリーの作付けがうまくいき、食べる程ではありませんが、よくできています)ベリーグッドな味わいで大満足しています。また身近なレシピよろしく！
邑智支店管内 Oさん 60代

●ブロッコリーに含まれるビタミンCはレモンより多いそうです。炊きたてのご飯にブロッコリーの花蕾とベーコンを細かく刻んだものを加えて蒸らし、混ぜるだけで「ブロッコリーの混ぜご飯」が出来ます(味付けは塩こしょう少々)栄養素を壊すことなく摂取できる簡単レシピです^(o)

農業用廃プラスチックの回収を行います

■回収実施期間

4月5日（月）～9日（金）

■回収できるもの

農業用塩化ビニール（ハウスビニール）
 農業用ポリフィルム（農ポリ・クリンテート等）
 肥料等のポリ袋・畦畔板（畦畔シート）
 育苗箱・農薬のポリ容器（注）等

■回収方法・分別

回収専用袋を各営農生活事業所で購入

- ・「農ビ専用」と「農ポリ専用」の2種類があり、1袋当たり約20kg程度の廃プラが入ります。

1袋 500円です。（消費税込）

その時、（委任状）をお渡しします。

- ・回収専用袋には、市町名、氏名を記入してください。
- ・土砂など余分なものは除去してください。
- ・水分を良く切ってください。
- ・汚れのひどいものは袋を分けてください。
- ・ハウスビニールなど専用袋に入らないものは、約20kg程度にして結束してください。

（注）普通物農薬の入ったポリ容器は、洗って半分に切った物は回収できません。



■持ち込み搬入



JA所定の場所へ持ち込みされる場合は、産業廃棄物運搬車の看板を表示し、委任状を持参してください。なお、看板は各営農生活事業所にありますので、御使用ください。

JAへ委任状提出



■回収処理経費

回収・処理経費は、回収専用袋の販売金額に含まれています。この分別回収にあたっては、島根県・管内各市町の支援をいただいています。

◎ご不明な点は各営農生活課事業所又は、地区本部生産資材課（☎0855-83-1762）にお問い合わせください。

JA正組合員のみなさまへ



**特別価格
期間**

令和3年 **4月1日～5月31日**

店頭・配達価格より 5円引き（軽油・混合油）
農業用燃料に限る

3月の外勤日で送付させて頂いた**割引チケット**をご持参の上、各給油所をご利用くださいますようご案内申し上げます。

お得な企画でお待ちしております！詳しくは、各給油所スタッフまで！

島根おおち地区本部 生活部 燃料課

フクフク シサン
ウンヨウ



3月は昔の呼び方で『弥生』と言います。
その意味は、『だんだんと草木が芽吹く』というもの。



まるで春の訪れとともに、コロナ禍という冬眠から目覚めるかのようです。



昨年から続くコロナウイルスですが、ワクチンの登場でついに出口が見えてきました!!



「資産運用を始めてみようかな」「ちょっと興味があるんだけど」そんな方は、ぜひJAの窓口へお話を聞きにきてくださいね!!

とはいえ金利や実体経済の回復は、まだまだ先が見通せない状況です。将来の生活や、お金に不安を持つ人が増えているのが実情です。



【資産運用に関するお問合せ先】
JAしまね 島根おおち統括支店
(0855) 83-1803
もしくはお近くのJA各支店へ…

ねんきんびより



質問です。

S35年4月2日生まれの女性の方からの相談です

厚生年金加入360月（内基金90月あり）、国民年金納付 120月あり
配偶者は現在67歳で、加給年金を含む老齢年金を受給中。

「私は30年間働いた会社を今年の3月末で退職することにしました。収入がなくなるので4月から年金を繰り上げて受給したいのだが…」

答えます。

この方は本来、62歳から特別支給の老齢厚生年金（報酬比例部分）を受給、65歳から老齢厚生年金、老齢基礎年金を受給です。これを61歳から受給したいとの相談です。

3月末退職です。退職後はまず雇用保険の失業給付（基本手当）の手続きをすること。この方の場合自己都合退職なので、2ヶ月の待機があり、150日分の給付が受けられます。（基本手当を受給すると厚生年金は停止になります。但し基礎年金は停止になりません）

又、年金を繰り上げ請求すると、ご主人の加給年金（390,900円）が停止になります。そのほか繰り上げによる注意点がいくつかあります。

《繰り上げの注意点》

- ①厚生年金を繰り上げすると、厚生年金基金も同時に繰り上げすることになります。
- ②繰り上げ請求後は、障害の基礎年金を請求することはできません。
- ③夫が亡くなり、遺族厚生年金が支給されますと、65歳までは繰り上げた老齢年金又は遺族厚生年金いづれかの選択になります
- ④繰り上げによる減額率は一生変わりません。等々

繰り上げ請求の際には充分理解したうえで手続きしましょう。

JAでは、ほぼ毎月管内の支店にて相談会を開催しております。また、金融の窓口にて相談の受付もしております。年金の事はもちろん退職後の雇用保険の失業給付や健康保険の手続等々御気軽にご相談ください。

私事ですが、3月1日付で異動になりましたので「ねんきんびより」の担当が替わります。作成にあたり自分なりに調べたり伝えるよう図にしたりいっぱい悩みましたが、勉強になりました。これからも年金に関わっていきたいと思っています。「ねんきんびより」は引き続き掲載予定です。今後ともよろしく願います。ありがとうございました。 児玉



4月年金相談会
瑞穂支店 4/17（土）
10：00～15：00

年金に関する疑問・質問は お気軽にご相談ください **JALしまね 島根おおち統括支店 金融課 TEL.0855-83-1803**

4月の行事紹介

4月9日 島根おおち女性部総会
場 所：地区本部 大会議室

4月の外勤日

15日(木)・16日(金)・17日(土)

組合員・利用者みなさまへ

臨時休業のお知らせ

誠に勝手ながら、棚卸業務のため下記のとおり窓口業務を臨時休業とさせていただきます。
ご不便をおかけしますが、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

臨時休業日

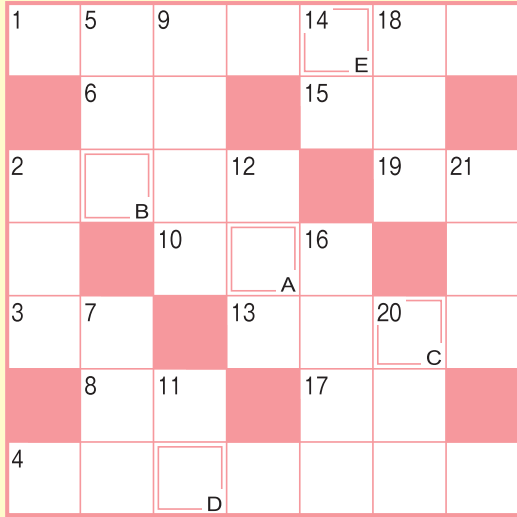
令和3年4月1日（木）

営農部・資材課・各営農生活事業所

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？

出題 ● ニコリ



答え

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

タテのカギ

- ②お稲荷さんのお使いです
- ⑤小さな子どもに読み聞かせることも
- ⑦—を聞いて—を知る
- ⑨ひいて木を切ります
- ⑪赤、白、八丁といえば
- ⑫授業が始まる前に鳴ります
- ⑭4月1日のエイプリルフールにはついてもいいとか
- ⑯金太郎は長じて坂田—となりました
- ⑰にっこりするとへこみます
- ⑱精製してガソリンを作ります
- ㉑日光市の景勝地の一つ、—の滝

ヨコのカギ

- ①東京の桜の名所。西郷隆盛像があります
- ②ランチュウやコメットはこの一種
- ③ドライバーで締めたり外したり
- ④威力があつて速い球のこと
- ⑥ムジュンのムが表す物
- ⑧矢をつがえます
- ⑩スマホの検索—を削除した
- ⑬うずら豆は、—豆の品種の一つです
- ⑮靴を数えるときに使う言葉
- ⑰1000kgは1—です
- ⑲漢字で書くと木瓜。美しい花が咲く植物です



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（J Aしまね全体）の方に「J A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

〒696-0222 邑智郡邑南町下田所277

J Aしまね 島根おち地区本部 組合員課 「クイズ」係

2021年4月2日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「シュンミン」



俳句の広場

選句者 「白魚火」編集長・副主任
安食彰彦先生

最優秀賞

眼鏡拭く春愁の息吹きかける

出雲市 竹田喜久子様

（評）心うきたつ春のひと時であるが、ふと感じる哀愁のような、そんな気分になる時、息をかけて眼鏡をゆつくり拭いてみる。

優秀賞

一本の雪の轍を犬連れて

出雲市 小豆澤典子様

楕円なる気泡閉じ込め氷柱伸び

松江市 稲田 忠徳様

起きて先づ妻の背中に懐炉貼る

出雲市 藤江 堯様

佳作

丸襟と明朝体が似合う春
ボタン鍋いとも同じ具も顔も
成りますと答える役の成木せめ
折れてなほ咲き続けたる野水仙
スコップに一杯の雪重かりし

大田市 前迫あかり様
出雲市 矢部 英子様
益田市 伊藤世以子様
出雲市 星野 和子様
大田市 大國千登世様

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

「家の光」4月号 定価922円（税込）
ご購入はお近くのJAへお問合せください。



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。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）

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

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「J A商品券1,000円分」をお贈りします。

・お預かりした個人情報は、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。

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4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4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 35名程度
- 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、受験票添付用写真1枚(タテ4cm×ヨコ3cm、6ヶ月以内撮影)
- 受付期間 令和3年4月1日(木)～5月7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3年6月実施予定)
- 応募方法 マイナビ2022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：三島、奥井
TEL：0852-67-7711
FAX：0852-67-7714
ホームページ
<http://ja-shimane.jp/>
E-mail
jijinji.hon@ja-shimane.gr.jp



マイナビ2022

マイナビでエントリー受付中



健康 散歩

けんこうさんぽ

減塩して病気を予防しましょう

日本人の多くは塩分を摂りすぎているといわれています。塩分の摂りすぎは、高血圧や心筋梗塞、脳卒中等の病気の原因になります。これらの病気を予防するために、日頃からの「減塩」が重要となります。

昨年、日本人の食塩摂取の目標値が改定されました。男性は1日7.5g未満、女性は6.5g未満となっています。実際には男性は1日11.0g、女性は9.3g摂取しており、目標値に遠く及ばないのが現状です。適正な塩分摂取量に近づけるため、減塩のポイントを紹介します。

まず薄味を心がけましょう。少しずつ味を薄くすることで、味の変化に慣れていきます。また酢や香辛料を適度に加えることで美味しく感じられるようになります。レモンやゆずなどの柑橘系の搾り汁を加えても酸味が増し、味のバリエーションが増えます。

加工食品にも気をつけましょう。加工食品には塩分が相当量使用されています。最近では加工食品の栄養成分表に食塩相当量が記載されている場合もありますので、参考にするとよいでしょう。

和食と洋食をバランスよく食べることも大切です。和食は低カロリーではありませんが、煮物や汁物には塩分が多く含まれていますので、注意が必要です。洋食は脂肪は多いですが、塩分が少ない面もありますので、同じ食材でも調理法を変えてみるのもひとつの方法です。

今回あげたもの以外でも減塩して美味しく食事をする方法はたくさんあります。食事を楽しみながら減塩をして健康に過ごしましょう。



JAL島根厚生連



島根うまれの食材レシピ

しまねうれしび

島根県立松江養護学校 乃木校舎「みのり亭」篇



今月の「しまねうれしび」は、平成30年に開催された「第3回食の縁結び甲子園全国大会」で、みごと優勝された島根県立松江養護学校乃木校舎のみなさんです。



「みのり亭」接客担当のみなさん

松江養護学校高等部（乃木校舎）の食堂運営作業学習の場でもある「みのり亭」は、毎月4～5日（不定期）オープンし、地域の方も利用されています。平成24年から続く「みのり亭」の評判は口コミで広がり、リピーターも増えてきました。

地元の食材を使用し、オリジナルの栄養バランス表である「まごたちは（わ）やさしいに」を基本として、今まで学んだ知識や経験をもとに、試作を行いながらメニューを考案します。

この日も生徒らは、朝早くから手際よく調理作業に取り掛かり、11時半のオープン時には、予約のお客様で満席となりました。

今回は、そんな「みのり亭」自慢のメニューをご紹介します。ぜひ皆さんも作ってみてください。

JAしまねは食を通じて、これからも「みのり亭」の活躍を応援します。



「島根県立松江農林高校」で収穫されたお米を使用!

本日のメニュー

- ・さつまいもご飯
- ・みそ汁
- ・サバロールキャベツ
- ・くにびきキャベツとごぼうの甘酢
- ・りんごケーキ

500円



調理、接客、会計と、すべて生徒が行う



本日のメニューの栄養バランスを紹介。

【は】は、発酵食品
【わ】は、ワカメなどの海藻類
【こ】は、お肉など

「みのり亭」へのお問合せは 島根県立松江養護学校 TEL0852-21-3673まで

くにびきキャベツをたっぷり使った サバロールキャベツ



揖屋干拓地でキャベツの栽培が盛んなことから、考案したレシピです。サバ缶さえあれば、いつでも作れます。



●材料（5人分）

- サバ水煮（缶詰の物）…… 10切れ
- キャベツ…………… 10枚
- 水…………… 200ml
- トマト缶…………… 1缶（400g）
- みそ…………… 大さじ1.5
- 固形コンソメ…………… 1個
- スライスチーズ…………… 5枚

- ★ トマト缶…………… 1缶（400g）
- みそ…………… 大さじ1.5
- 固形コンソメ…………… 1個
- カレー粉…………… 小さじ1/2
- しょうゆ…………… 小さじ1
- 砂糖…………… 小さじ1
- レタス…………… 適量
- しめじ…………… 1/3袋

●作り方

- ①キャベツを1枚ずつはがして大きめの皿にのせ、ふんわりラップをする。電子レンジで600ワットで5～6分加熱する。
- ②葉がしんなりしたら、電子レンジから取り出して冷ます。
- ③キャベツの葉を広げて、サバ水煮とスライスチーズを包む。包み終

- わりを下にして、鍋に敷きつめる。
- ④③の鍋に水、★の調味料を入れ煮る。
- ⑤グツグツして軽くあくを取ったら、蓋をして弱火で30分、しめじも加えて煮込む。
- ⑥深皿にレタスを敷き、ロールキャベツを盛って完成。

秋鹿ごぼうも使おう くにびきキャベツとごぼうの甘酢



酢は疲労回復に効果があります。さっぱりとした味なので、揚げ物と一緒にどうぞ。

●材料（5人分）

- キャベツ…………… 4枚
- きゅうり…………… 1本
- ごぼう…………… 40g

- ★ 酢…………… 大さじ3
- 砂糖…………… 大さじ2
- 塩…………… 少々

●作り方

- ①キャベツはよく洗って芯を切り、5cm角に切ってザルに入れておく。
- ②きゅうりは洗って、輪切りにする。
- ③ごぼうは洗って、薄切りにする。その後熱湯で30秒茹でる。
- ④ボウルに①のキャベツと②のきゅうりを入れて、塩をパラパラとふりかけ、手袋をして手で混ぜ合わせる。しんなりとなったら、その

- まま20分置く。
- ⑤④を絞って水分を捨てる。ボウルに入れて③のごぼうを加える。
- ⑥★の調味料を小さなフライパンに入れて火にかけ、よく混ぜる。煮立ったら火をとめる。
- ⑦⑥が熱いうちに⑤の中へ入れ、混ぜあわせ30分置いて冷ます。
- ⑧器に盛って完成。

【編集後記】

春は気持ちが浮立つと同時に別れと出会いの季節です。自分が歩いてきた道を振り返ってみると、常にかくさんの方に支えていただいたことを改めて痛感し、出会えたご縁は私の大切な財産となりました。さあ、新しいスタートです！期待と少しの不安を胸に、この春からの、すてきな出会いを楽しみにしています。（木村）