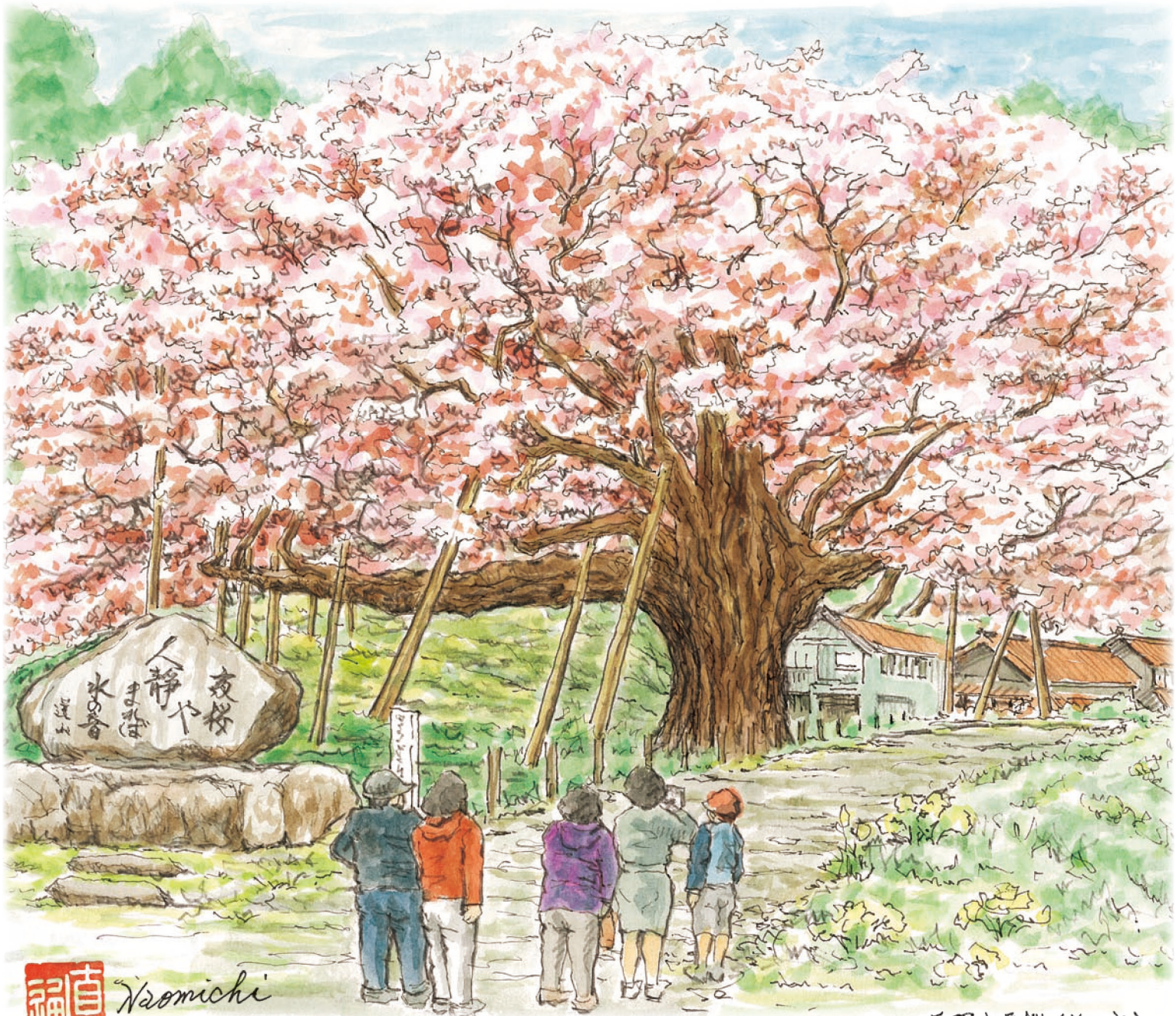


# JAしまねびより

2017  
4  
April Vol.13

特集 島根のいいもの再発見!! 「金城わさび」 いわみ中央地区本部



直福 Naomichi

三隅大平桜 (浜田市)

島根には誇れる農産品がたーっくさん！  
**島根のいいもの再発見!!**  
 直撃・生産者インタビュー



東西に長く広がり、海も山もある自然環境豊かな島根県。島根には、胸を張って誇れる農産品が実は多種多様にあるんです。毎月、その農産品を紹介、生産者の生の声を聞いていきます！

## 【金城わさび】

4月はいわみ中央地区本部。金城わさびについて、昭和48年に京都から移住して以来40年以上わさびの栽培を続けている、わさび生産組合の阿妻博之理事長にお話を伺いました。



### わさびの栽培方法と特徴を教えてください。

金城わさびの栽培は、涼しくて湿気が多い畑地で育てる「畑わさび」と、溪流式と呼ばれる「水わさび」の2つの栽培法で生産しています。

溪流式とは谷川の水を利用してわさび田をつくる方法で、より自然に近い形で栽培することが可能です。収穫や植替えを水で行うので寒い時期は辛いです。虫がつきにくいのが栽培上の利点と言えます。

香り高く上品な風味が特徴で、根茎の部分を擦り下ろして薬味などとして使われます。

畑わさびはスリップスと呼ばれる害虫がつくので多少の消毒が必要ですが、水わさびに比べると手間は少なく比較

的楽に栽培できます。こちらは主に加工用で、茎の部分はチューブ入りのわさびに、葉の部分はわさび漬けなどに加工されています。

金城わさびの圃場は中国山脈の県境に近い位置にあり、標高は500m以上で夏でも冷涼な場所です。もともとこの辺りは稲作が中心で、この農家でも夏は水田、冬はわさびづくりと炭焼きをしていました。現在水わさびを栽培している谷川も、田んぼだったところを10年がかりで圃場にしたもので、両側に石垣を作り川底には砂を運び入れ、その上に石を敷きつめるという大変な作業でした。わさびを育てる水は大佐山連峰の伏流水で、流れる水で泥がたまらない



### どのような環境下で作られているのですか？

金城わさびの圃場は中国山脈の県境に近い位置にあり、標高は500m以上で夏でも冷涼な場所です。もともとこの辺りは稲作が中心で、この農家でも夏は水田、冬はわさびづくりと炭焼きをしていました。現在水わさびを栽培している谷川も、田んぼだったところを10年がかりで圃場にしたもので、両側に石垣を作り川底には砂を運び入れ、その上に石を敷きつめるという大変な作業でした。わさびを育てる水は大佐山連峰の伏流水で、流れる水で泥がたまらない



よう、圃場は傾斜をつけてあります。冬は1m以上の積雪がありますが、雪を被ることのでわさびに甘みが増します。

水わさび畑わさび、どちらも2年ほど育てて収穫します。年中収穫できますが、12〜3月の寒い季節に採るものが一番おいしいと言われます。2年毎に植え替えますが、水わさびは沢が3本あるので収穫が絶えないよう時期をずらして栽培しています。

### 水わさびと畑わさびは同じ品種ですか？

栽培しているのは島根の在来種と、品種改良された島根

3号と呼ばれるものです。3号の方が病気に強く、重さも在来の2倍ほどあるため、水わさびは95%、畑わさびは100%の割合で3号を育てています。在来種の方が栽培は難しいですが、粘りと風味があつて以前は関西方面などに需要がありました。茎の部分が島根3号は青く、在来種は赤いのが特徴です。

### わさび農家の現状と、今後の抱負をお聞かせください。

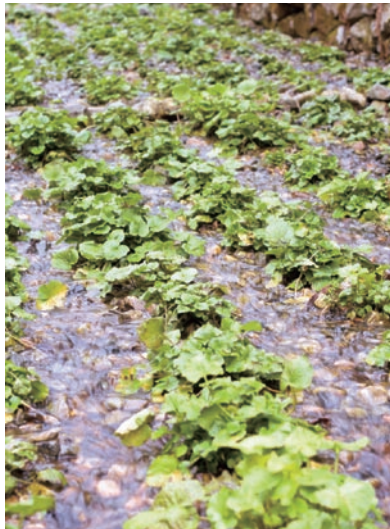
わさび生産組合の会員は現在14名、平均年齢69・5歳です。私がわさび作りを始めた昭和50年代のわさび農家の数は約30戸。バブル期には水わさびが一つ二千万円で取引され、隆盛期の出荷量は年間約4トン、金額にして一千万ほどありました。しかし現在では出



荷量は800キロに減り、出荷金額も十分の一になっています。主な原因は1983年の相次ぐ水害による圃場の崩壊です。特に水わさびは水害の影響をまともに受けるので、被害を受けてやめる人がたくさんいました。そして農家の高齢化と後継者不足によって生産量が激減し、現在は葉・花わさびを中心に地元市場への出荷にとどまっています。

### 金城わさび 一口メモ

かつては「東の静岡、西の島根」といわれるほど、国内でも有数のわさび産地として知られていた石見地方。今でも県西部の随所で栽培されているが、いずれも同じような事情で生産量は激減している。栽培方法は同じ溪流式と畑作が主流だが、日原の方では静岡県の伊豆で開発された「置石式」と呼ばれる栽培法も取り入れられている。島根産のわさびは他の産地のものにくらべ粘りや風味が強いと定評があるが、水わさびは場所や栽培量が限られるため、浜田市（金城町）では思うように増えないのが現状。近年の食の本物志向ブームで水わさびの需要が高まる中、浜田市の特産品として知名度を上げるため、産地ツアーを増やすなど様々な取り組みを計画している。



しかし平成29年度には新規就農者が3人、市場からは漬物など加工品を求める声もあるので悲観ばかりもしていません。最近ではJAの産直きんさい市場で料理の実演やわさび漬（醤油漬・粕漬・味噌）などの加工品試食販売をしており、評判も上々です。また去年は地元を対象にわさびの産地ツアーを行い、実際

に圃場を見てもらうなどの試みをしました。こういった取り組みを続け、少しでもわさびに興味を持ってもらい、消費拡大に繋がってほしいです。いま金城町で水わさびを栽培するのは2戸だけですが、最近では高級わさびとして再び注目を集めているので、この滋味深いわさびをぜひ次世代に残していきたいと願っています。

雲南

## 見事に開花！ 小梅の枝の挿し芽接ぎ

雲南市三刀屋町にある雲南市農業振興センター施設長の田中隆行さんが梅の挿し芽接ぎに成功し、綺麗な花を咲かせました。

三刀屋の梅は元々多くの組合員さんによって数10haの栽培がされてきましたが、年々梅の栽培面積と生産量の減少が続いているため、その対策として同センターが挿し芽接ぎを試験的に実施しました。

田中さんは「三刀屋の梅を守るために受粉率を上げる新しい試みの技術で補っていく必要がある」と語りました。

そこで、価格が高い「南高」や「鶯宿」に風媒花として小梅の枝を挿し芽接ぎし、開花させることでミツバチが活動しにくい気温の地域でも受粉率の向上を目指しました。

昨年9月20日に挿し芽接ぎを行い、この度検証が確実になったことから本年より本格的に挿し芽接ぎを行い、安定した生産量の確保、生産者の所得向上に繋げたい考えです。



挿し芽接ぎが成功したことを喜ぶ施設長田中さん

くにびき

## みんなで安心して暮らせる地域づくりをめざして 第7回地域ケア連携推進フォーラム開催

JALしまねや松江市社会福祉協議会、松江保健生協、生協しまねなどで構成する「あったか地域づくり協議会（高橋玲子代表）」は3月5日、くにびき地区本部の営農総合センターで「第7回地域ケア連携推進フォーラム」を開催しました。

同協議会は、「安心して暮らせる地域づくり」の実現に向け連携して助け合い活動を実践。今回は実践報告と今後の展開をテーマとしました。

当日は、関係団体等から約240人が参加。構成団体代表5人による「我が事・丸ごとの地域づくりを目指した多主体連携のあり方」をテーマにしたトップ討論を実施。同地区本部の田中鈴夫副本部長は「地域密着型のJA事業を通じ集落の維持・若者の定住化等をすすめたい」と語りました。

また、子どもの貧困問題について、NPO法人フードバンク山梨の米山けい子理事長が「見えない子どもの貧困～私たちにできることは～」をテーマに特別講演。「一人ひとりが一歩を踏み出し、島根で広がっていくことを願う」と語り、食品を企業などから寄贈してもらい、必要としている施設や団体・困窮世帯に無償で提供する活動を紹介しました。また、利用者から届けられたお礼の声も紹介され、地域で支え合う体制づくりの必要性を伝えました。



隠岐

## 交通安全夜光反射材を寄贈

隠岐地区本部は3月22日、隠岐の島町立西郷中学校へ夜光反射材を寄贈しました。この反射材は、新1年生が交通ラッシュ時や部活動等で夕暮れ時に下校する際、大きな危険と隣り合わせとなる可能性があることから、JAグループの交通安全の取り組みとして毎年寄贈しています。

金阪知保副本部長が「生徒の登下校時の交通事故防止に役立ててください」と趣意書と目録を手渡しました。同中学校の常角敏校長は「毎年寄贈いただきありがとうございます。是非役立たせていただきます」と話しました。



常角校長（左）に趣意書と目録を渡す金阪副本部長

やすぎ

## いちご祭り2017開催

やすぎ苺部会と安来農林振興協議会は3月4日、5日の両日、「やすぎのいちご祭り2017」を安来市中海町にある道の駅あらエッサで開催し、訪れた多くの人に安来のイチゴをPRしました。

同部会が生産するイチゴは完熟まで待って収穫するため、糖度が高いのが特徴。イベントではそのおいしさを生産者自ら消費者に伝えるため、採れたての『紅ほっぺ』『章姫』『かおり野』の試食販売を行ない、来場者にそれぞれの品種の特性や、おいしいイチゴの見分け方などを説明しました。

他にも、イチゴの果実やペーストを使用した40種類以上の和洋菓子の試食販売や、イチゴがプレゼントされるジャンケン大会などでイベントを盛り上げました。

やすぎ苺部会の遠藤孝部会長は「新規就農者も増えてきたので、今後さらに産地を盛り上げていきたい」と意気込みを話しました。



## 園児たちが 花の苗植えに挑戦

3月17日、JA斐川青年連盟と女性部の部員が荘原保育園と出東保育園を訪問し、園児と一緒に花苗植えを行いました。

この活動は、園児が土と植物にふれあうことを目的に毎年行っており、色とりどりのビオラとパンジーなど計160本をプランターに植えました。

当日はとても暖かく、青空の下での作業となりました。最初に、青年連盟の小松原洋一営農部長による苗植えの説明を受け、はじめは戸惑っていた園児たちも次第に慣れて、最後にはみんな手際よく植えていました。苗は保育園に寄贈されたもので、今後の管理は園児たちが行うことになります。

青年連盟の錦織健治委員長が「みんなで水やりをしっかりと、きれいな花が咲くように大事に育ててくださいね」と話すと、園児たちは「ハイ」と元気な返事をしていました。



園児に指導する様子

## 隠岐島家畜市場開催

3月7日～9日にかけて隠岐島家畜市場が開催され、隠岐どうぜん地区本部管内の3市場では、子牛251頭、成牛18頭が上場されました。

昨年11月の市場に比べ入場頭数は少なかったものの、取引価格については、3市場の平均では前回は上回る結果となりました。昨年末の高値相場が続いていることから、新規就農者の参入や、生産者の増頭意欲の高揚など、生産者基盤の拡大につながっています。

### H29年3月隠岐島前家畜市場子牛市況

(単位:頭、円、kg)

|      | 入場頭数 | 取引頭数 | 1頭当価格   |         |         | 平均体重 | 1kg当単価 | 平均日令 | 前回比    | 前回      |
|------|------|------|---------|---------|---------|------|--------|------|--------|---------|
|      |      |      | 最高      | 最低      | 平均      |      |        |      |        |         |
| 知夫市場 | 78   | 78   | 936,360 | 198,720 | 656,737 | 188  | 3,500  | 220  | -4,300 | 661,037 |
| 海士市場 | 58   | 58   | 853,200 | 230,040 | 652,748 | 203  | 3,217  | 217  | 31,370 | 621,378 |
| 浦郷市場 | 115  | 111  | 872,640 | 392,040 | 703,761 | 207  | 3,396  | 220  | 44,200 | 659,591 |
| 平均   |      |      | 887,400 | 273,600 | 671,082 | 199  | 3,371  | 219  | 23,757 | 647,335 |



浦郷家畜市場

## JA女子大学、 菜根館卒業式

JA女子大学石見銀山キャンパス6期生とシニア講座「菜根館」3期生がそれぞれ3月8日、3月10日に「卒業式」を開きました。

受講生はこれまでの講座を振り返り「大田市に住んでも知らないこと、素敵なことがたくさんあると分かった」「野草を使った料理を作ったり、ヨズクハデを見たりと貴重な体験だった」「毎回の出会いが楽しみで、1年間あっという間だった。また参加したい」など感想を話しました。

卒業式の前には、JAしまね石見銀山女性部農産加工所旬彩工房「きれんげ」から講師を迎え、大田市の伝統料理「箱寿司」と「うどん豆腐」の作り方を学びました。



JA女子大学6期生



菜根館3期生

## 平田柿集出荷貯蔵施設竣工 スーパークーリングシステムを導入

出雲地区本部は3月3日、出雲市上岡田町で平田柿集出荷貯蔵施設の竣工式を行いました。式には関係者ら20人が出席し、施設の完成を祝うとともに、柿産地の一層の発展に向けて気持ちを新たにしました。

この施設は、国の産地パワーアップ事業補助金から二分の一、JAしまね農業振興支援事業「しまね農業生き生きプラン」から二分の一の支援を受け新築したものです。

柿の鮮度を長期間保つことができるスーパークーリングシステムの導入により、西条柿を需要のあるあんぼ柿にする加工期間を延ばすことができます。出雲市多久谷町地内で柿団地が造成されたこととあわせ、あんぼ柿の増産と安定的な生産体制の確立、計画的な出荷による生産者所得の向上を図ります。

JAしまね出雲平田柿部会の奥秀男部会長は祝辞の中で「生柿の長期保存を検討する中で、スーパークーリングシステムに行き着きました。皆様の協力で実現できたことに感謝申し上げます」と話しました。



竣工式が行われた平田柿集出荷貯蔵施設

## 西いわみ

### 益田市特産ゆずを使用した 新商品発表会

西いわみ地区本部は3月16日、益田市役所で益田市産のゆずを使用した新商品「JALまねゆずゼリー」の発表会を行いました。

発表会には、益田市の山本浩章市長、美都町柚子生産組合の山根哲朗組合長、西いわみ地区本部の田村清己本部長が出席しました。

益田市産の100%ストレートのゆず果汁を使用した一口タイプのゼリーで、搾汁時にソフトな搾り方をしている為、苦みが少なく香りがしっかりしています。酸味が強すぎないので風味が良いところも特徴です。

ゆずゼリーを試食した山本市長は「とてもおいしいですね」と感想を話しました。

4月24日に夏季限定商品として全国に販売されます。



## 島根おおち

### 女性部向け農業機械 安全運転講習会を開催

島根おおち地区本部農機課は3月14日、邑南町中野地区にある「ふれあい農園」圃場で農業機械の安全運転講習会を島根おおち女性部向けに開催しました。

この講習会は、今年1月に開催した女性部とJA役職員との対話集会の中で、女性部員が農業機械を使うことが多くなり、農業機械の安全運転・整備についての講習を受けたいとの要望があったことから、農繁期を前にケガのない農作業を目指して、トラクター・管理機・草刈機を対象に行ないました。

講習会には女性部員14人が参加。トラクター、管理機、草刈機の3班に別れ、作業を行うのに適した服装から機械の説明、点検の仕方、事故を起こさないための安全な使い方、注意点などの説明を受け、その後実際に農機具を動かして体験しました。

女性部の尾原恵美子副部長は「要望した農機具の講習会が開催されてうれしい。今後、女性が農機を使うことが多くなっていく。今回の講習会を受け、安全な農作業を目指していきたい」と話しました。



## 本店

### 平成28年産島根米求評懇談会・ トップセールスを開催

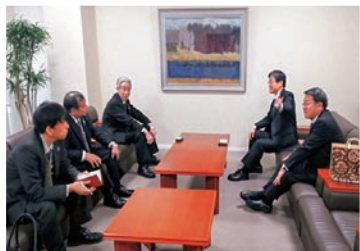
JALまねは「平成28年産島根米求評懇談会」を3月2日に広島県、3日に大阪府で開催し、両会場併せて島根米の取引先25社



にご出席いただき、意見交換を行いました。28年産島根米については品質面・食味ともに好評価の意見が多く、特に「きぬむすめ」「つや姫」については業務用向けの評価も高く、29年産米以降も作付拡大を通じて安定生産・安定供給を求める要望を多数いただきました。

取引先とJALまねは、今後も末端販売先を含め取引先と産地の「顔の見える販売」「結びつき米」を前提とした信頼関係・安定取引の拡大に取り組むことを確認しました。

また3月3日、トップセールスとして、島根米重点取引先の津



田物産株式会社へ竹下組合長と山根副組合長が表敬訪問し、今後の取引について双方信頼関係を深め一緒に発展的な取り組みをしていくことを確認しました。

## いわみ中央

### ベビービクスとママの 3B体操でコミュニケーション

いわみ中央地区本部は3月8日、浜田市野原町の島根県立体育館で第20回こども倶楽部セミナーを開き、16組の親子が参加しました。

セミナーの対象はゼロ歳児とその母親で、現在84組が会員となっています。今回は、ベビービクスインストラクターの中寺美保子先生の指導の下、ママが赤ちゃんの手や身体、足の指までやさしくマッサージするベビービクスを体験しました。大好きなママにマッサージされた赤ちゃんは、とても気持ちよさそうな顔で嬉しそうにしていました。次にママたちは、3B体操講師の松村美由紀先生の掛け声に合わせて肩甲骨周りの体操や、音楽に合わせての運動を行い、参加者は終始笑顔で楽しい時間を過ごしました。

次回のセミナーは、骨盤を中心とした3B体操とベビービクスを予定しています。





# 定期積金

## スプリングキャンペーン

### 2017

2017年4月3日月 5月31日水

期間中、定期積金をご契約で、いずれかプレゼント!

#### 定期積金

おさいふカード  
ポイント  
**250ポイント**



or

マイクロファイバークロス  
**5枚セット**



品切れの場合は他の粗品に代えさせていただきます。

#### JAプレミアム定期積金 やめて貯まるか

おさいふカード  
ポイント  
**500ポイント**



or

BOX  
ティッシュ  
**5個パック**



品切れの場合は他の粗品に代えさせていただきます。

- 商品種類 / 定期積金(定額式・目標式)  
JAプレミアム定期積金 やめて貯まるか(定額式・目標式)
- ご利用できる方 / 個人の方
- ご契約期間 / 3年以上
- ご契約金額 / 50万円以上
- 掛込方法 / 口座振替に限ります。

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JA窓口までお問い合わせください。



JALまね 検索

いちじく生産組合定期総会開催

JAしまねいわみ中央地区本部の浜田市いちじく生産組合は、2月14日JAしまねいわみ中央地区本部長浜事業所にて、定期総会を開催されました。平成29年度は総出荷量6tを目標に掲げ生産振興に取組んでいくことを確認しました。今年新たに3名の組合加入があり組合活動も活気が出ております。今秋には美味しいイチジクをぜひ召し上がって下さい。



岡本強組合長あいさつ

いちじく生産組合視察研修会実施 岡山県

2月22日浜田市いちじく生産組合は、岡山県笠岡市へイチジク栽培技術向上のため、視察へ出かけました。JA倉敷かさやの生産者より、イチジクの剪定方法などの研修を行いました。特に樹形は、脚立を使わずに管理、収穫できる高さに保つことを心掛けておられるようで、実際に圃場を視察して剪定・管理の様子を見学させて頂きました。



笠岡市内のイチジク圃場の様子

今後は、5月に栽培講習会を行う予定です。イチジク栽培（蓬菜柿）に興味のある方は、JA担当部署までご連絡下さい。

【担当部署 特産課 肥後まで】

TEL 0855-22-8818

原木乾椎茸総会



いわみ中央原木乾椎茸生産組合は、3月14日（火）、かくれの里ゆかり（浜田市旭町）にて平成28年度通常総会を開催しました。奥本一徳組合長ら生産者22名が参加し、来賓として高根県西部農林振興センター林業部部長 長尾様、浜田市産業経済部部長 中村様ほか多数の来賓にお越し頂きました。

JA担当者からは28年度の事業及び決算等の報告があり次年度の生産・販売に向けた課題・目標などを協議しました。

いわみ中央原木乾椎茸生産組合は、生産者の高齢化が進み組合員数も減少傾向ですが新規加入者もあり現状を維持している状況です。

また、28年度は「きのこの里づくり事業」を活用し乾燥機3台、運搬車1台、人工ほだ場を2棟導入し、生産労力軽減、品質向上に取り組んできました。29年度も「7月7日乾しいたけの日」にあわせて販促活動をおこない乾椎茸のPRをおこなっていく予定です。

奥本組合長は「近年、生産者の高齢化が進み生産量が年々減少しているが組合員がひとつとなつて生産意欲向上に努め、また、販促イベント等を積極的におこない乾椎茸をより多くの消費者に届けてもらうように組合として取り組んでいきたい。」と意気込みを話されました。

平成26年産米の最終精算について

2月広報誌でお伝え致しました平成26年産米最終精算金額ですが、「売り急ぎ防止支援事業」の取組を行う段階で、最終精算が遅れる事が予想されておりました。それにより追加精算を行っております。追加精算金部分（250円）が抜けておりましたので改めて記載させていただきます。

| 区分  | 品種       | 等級    | 概算金   | 追加精算 | 精算単価 | 最終金額  | ※最終金額 (H25) |
|-----|----------|-------|-------|------|------|-------|-------------|
| JA米 | ハナエチゼン   | 1     | 4,000 | 250  | 435  | 4,685 | 5,759       |
|     |          | 2     | 3,700 | 250  | 460  | 4,410 | 5,431       |
|     |          | 3     | 3,200 | 250  | 411  | 3,861 | 5,035       |
|     | コシヒカリ    | 1 (通) | 4,400 | 250  | 427  | 5,077 | 6,200       |
|     |          | 2     | 4,200 | 250  | 402  | 4,852 | 6,020       |
|     |          | 3     | 3,700 | 250  | 379  | 4,329 | 5,546       |
|     | きぬむすめ    | 1     | 4,200 | 250  | 424  | 4,874 | 5,929       |
|     |          | 2     | 3,900 | 250  | 424  | 4,574 | 5,654       |
|     |          | 3     | 3,400 | 250  | 427  | 4,077 | 5,255       |
|     | 特別栽培米つや姫 | 1     | 4,400 | 250  | 421  | 5,071 | 6,190       |
| 契約  | ヒメノモチ    | 2     | 5,700 | 250  | 372  | 6,322 | 6,264       |
|     |          | 3     | 5,200 | 250  | 343  | 5,793 | 5,640       |



産直トピックス

3月の営農塾

第13回の営農塾は、「ソラマメ今後の管理」として島本指導員による座学が行われました。12月7日に苗の定植をし、冬を越したソラマメもようやく成長が見られるようになり、ソラマメの特徴に合った今後のポイントなどについて説明がありました。



その後、今後栽培していく野菜について話し合いを行ない、トマトやトウモロコシなど夏野菜をはじめ、これから学びたい野菜を班毎で相談し、塾生で協力して栽培していくことなどを決めていただきました。

次回は、実際に決められた野菜の種まきや準備について学んでいただく予定です。



いわみ中央産直振興協議会浜田支部  
包装資材の種類と役割と春野菜のおすすめ品種を学ぶ



いわみ中央産直振興協議会浜田支部（支部長 松本昭二、産直会員231名）参加者27名は、3月1日「包装資材の種類と役割」と「春野菜のおすすめ品種」の2部構成でJAしまねいわみ中央地区本部ふれあいホールで講習会を行いました。

第1部では、包装資材の種類と役割と題して、各種包装資材の取扱いを行っている（株）タカハシ包装センターの木村 竜営業担当より加工品出荷に対しての包装資材の説明を受け、その後参加者と一緒に真空包装機、ラップ機の実演を行いました。真空包装機使用にあたっては、袋の形、厚さ、強度など包装資材の重要性も学びました。

第2部では、春野菜のおすすめ品種と題して、（株）山陰種苗大畑整社長よりキュリをはじめ、カボチャ、ニンジン、ダイコンなどの説明を受け、参加者からはたくさんの質問がでて有意義な講習会でした。

全体を通して参加者からは、この講習会は「今後の産直出品へ大変勉強になった」とうれしいお言葉を聞きました。



いわみ中央産直振興協議会

産直加工品研修会で加工品づくりの基礎知識と食品表示の基礎知識を学ぶ！

いわみ中央産直振興協議会（会長 三浦寿紀、産直会員958名）は、3月23日JAしまねいわみ中央地区本部ふれあいホールで産直加工品研修会を行政、関係機関を含む90名が参加しました。

研修会は、2部構成で行い、1部では、講師に島根県6次産業化アドバイザーの柚木マスミ氏（福岡県糸島市）をお招きし、加工品づくりの基礎知識研修として、「動けば変わる！」と題して講演をしていただきました。

講演の中で、「動かないことには物事は何も変わりません。」商品を開発して販売に至るためには、①もの、②人、③お金、④戦略、⑤ストーリー性、⑥情報発信の6つが重要だと語られました。会員からは、「お話を聞いて今後の商品づくりに参考になった」と感想を述べられました。

2部では、講師に浜田保健所環境指導課主任原彩香氏に食品表示の基礎知識研修として、「食品表示法に基づいた食品表示講習会」の演題で研修を受けました。

研修の中では、新しい表示法を学び、特にラベルの表示については、表示一字一字に注意が必要と感じました。研修会終了後、参加者は熱心に原彩香主任に加工品などの表示について、質問されており有意義な研修会となりました。

全体を通して、参加者からはこの研修会は「加工品出品へ大変勉強になった」とうれしいお言葉をいただきました。

# 教えて野菜作り！

## 夏の香味野菜、ミョウガを育てませんか！



小さい頃から「ミョウガを食べると物忘れする」と聞いていました。暑い頃になると大人が食べていたミョウガを「こんな不思議な味がするものをなんで食べるのだろう」と思い、「自分は絶対食べることはないから、物忘れはしない」と思ったものでした。しかし、今では好んで食べるようになっていくことが不思議なことと、最近、ほんの少しのことを思い出すのに時間がかかることが増えたのはきっと「ミョウガ好きになったせい・・・」なのだと思います。

### ○ミョウガの種類と旬の違い

ショウガ科 ハナショウガ属 原産地 日本を含む東アジア

ミョウガなのに、ショウガ科なんです。一度植えると3～4年はあまり手をかけなくても収穫できる便利な香味野菜で、そうめんなどの薬味やお味噌汁の具材としても色々使えるすばらしい野菜です。

#### ①【夏ミョウガ】(早生種)

- ・7月中旬～8月下旬の夏に花を付ける（やや小型）のものが多い。花芽は吸い物、薬味などで、若い新芽はミョウガタケとして収穫できます。

①



#### ②【秋ミョウガ】(晩生種)

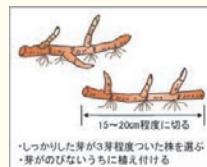
- ・8月下旬～9月下旬の秋に花を付ける（やや大型）のものが多い。早生種よりも収量は多い種類となります。春には若芽をミョウガタケとして、秋には花穂を吸い物や薬味にも利用できます。

②



### ○栽培スケジュール

|      |   |   |     |   |   |   |   |   |   |     |    |    |
|------|---|---|-----|---|---|---|---|---|---|-----|----|----|
| 月    | 1 | 2 | 3   | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10  | 11 | 12 |
| 植え付け |   |   | ●   | ● |   |   |   |   |   | ●   | ●  |    |
|      |   |   | 春植え |   |   |   |   |   |   | 秋植え |    |    |



(ミョウガタケ)

#### 1) 圃場選び (日陰のできる場所を好む)

通常の野菜と違い土が乾燥しすぎる直射日光の当たる場所は向いていません。水分をたっぷり与えることが重要です。ですから、日陰になるスペースも必要です。

#### 2) 土作り

植える場所に石灰を入れ20～30cmほど掘り起こすようによく耕します。その1週間後に完熟堆肥と元肥を入れ耕し土を作っておきます。

(施肥例 1㎡当り)

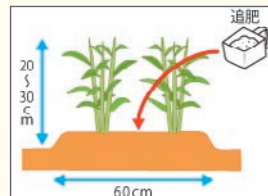
| 肥料名      | 元肥   | 追肥     | 備考    |
|----------|------|--------|-------|
| 苦土石灰     | 150g |        | サンライム |
| 完熟堆肥     | 2kg  |        | でも可   |
| 有機配合A801 | 80g  | 50g×2回 | 8-8-8 |

※水はけの悪い畑では堆肥と腐葉土を補うと土とよくなじみます。

#### 3) 植え付け

まず、根株になっているものを買ってくるか、近くにミョウガがあれば、前年に葉が茂っていた範囲をスコップで掘り、2～3ヶ芽がつくように根を切り分けます。ミョウガは種では売ってません。

※3～4月に根株(地下茎)の状態でお回ります。



#### 4) 栽培のポイント

うね幅60cm、芽のついた切り分けた根を10cmほどの深さ、株間20cm程度で、芽を上に向けて2列、ちどりに植え付けてたっぷりと水を与えて植え付けは完了です。

追肥は、芽の伸び始めと草丈が20～30cmに伸びた頃に与えます。

#### 5) 害虫

害虫に関しては、ヨトウなど春先などに現れることがありますが、強い植物なので心配はいりません。農薬などは不要ですが、園芸バサミや割り箸などで取り除けばよいでしょう。

#### 6) 生育範囲

毎年少しずつ場所を広げて生育する植物です。広がってほしくない場所に生えてきたら、芽か茎を折るか、切ることを繰り返せば進行は止まります。また、地下茎をスコップで切ってもよいでしょう。

全体にミョウガは数年経つと株が込み合い生育が弱くなり、収穫量が減ってきます。そのため、今回のように掘り上げて根の整理をするか、別の場所に広げながら植え替えると良品が収穫できます。年数の目安は、4～5年です。





西部農林振興センターからのお知らせ

## 農薬はラベルを確認して安全に使いましょう

ここ数年、小売店や産直市の店舗に陳列されている農産物の中から登録外の農薬や基準値を超える残留農薬が検出され、自主回収をしている事案が全国的に多く見られます。

その原因には、

- ・ 農薬の登録内容を確認せずに使ってしまった
- ・ 隣の作物にかかってしまった
- ・ 器具の洗浄不足で、前回使った農薬が混じってしまった

場合が多く挙げられています。

農薬は、病害虫の防除だけでなく除草作業等の労働力軽減のために欠かせないものとなっており、正しく使えばとても便利なものですが、使い方を誤ると重大な事故につながります。

農薬散布の際には、「登録内容の確認」と「飛散(ドリフト)の防止」に十分に気を付けて安全に使用しましょう。

### 使う前にきちんとラベル内容の確認をしましょう！

農薬のラベルには、使って良い作物名、病害虫名、希釈倍率、使用時期（収穫前〇日まで）、使用回数などが記載されています。書かれている以外の使い方は絶対に止めましょう。

また、農薬にも使用期限があります。必ず期限内のものを使いましょう。

### 使用時には飛散（ドリフト）させないように使いましょう！

ドリフトとは、農薬を散布する際に対象作物以外に農薬が飛散する現象です。

ドリフトが原因で様々な問題が起こる可能性があります！

- ・ 他作物への付着による農薬の残留
- ・ 近隣住民や公共施設等への危害 など。

#### 【ドリフト防止のポイント】

- 風が強い時の散布は行わない。
- できるだけ作物に近い位置で散布する。
- 散布圧力を上げ過ぎない。
- 散布が終わったら、器具の洗浄をしっかりと行う。

## 業績還元事業 「吉本新喜劇&バラエティショーいわみ」を開催

いわみ中央地区本部では、平成29年3月22日（水）の午後2時と午後6時の2回、石央文化ホールにて「吉本新喜劇&バラエティショーいわみ」を開催し、約2,000人の皆様に楽しんでいただきました。

この取組みは、JAしまねの平成27年度の業績還元事業の一つとして、管内JA組合員の方々の日頃のご利用に感謝し、「笑い」の時間をご提供することで明日への活力とストレス発散に役立てていただくために開催しました。

バラエティショーには【Wヤング】【女と男】、吉本新喜劇には



座長の内場勝則さんをはじめ池乃めだかさん・未知やすえさんが出演され、磨かれた「笑い」をコミカルに、またアドリブを交えて演じていただき、会場は大きな「笑いの渦」に包まれました。JAでは「地域活性化への貢献」を目指しており、引き続き各種の『くらしの活動』を展開してまいります。

## 「いわみ中央共済友の会」 総会開催



3月2日（木）浜田市ジョイプラザにて、「平成28年度いわみ中央共済友の会総会」が会員62名の参加により開催されました。

開会の挨拶で森下武登会長は、「この会は会員同士の親睦を図れる貴重な場であり、この会の存続に感謝している。備えあれば憂いなしの言葉があるように保障は必要である。安心して暮らせるのはJA共済があるから」と話されました。

総会では平成27、28年度の事業報告ならびに支部役員改選を行い、新たな役員が選出され今後の会の運営、活動にお世話いただくこととなりました。

その後の懇親会では、江津市出身在任の歌手山下時子さんが「共済友の会専属歌手の山下時子です。」と自己紹介すると、会場からは割れんばかりの拍手と笑い声が溢れ、その後も会場内一体となった歌謡ショーにより、参加者からは笑顔が溢れとても楽しいひと時となりました。



## 新中学生の交通安全 を願って!



いわみ中央地区本部は、今年度も管内の中学校12校に「夜光反射タスキ」570本と「自転車用夜光反射テープ（サイクルヒット）」

130個を贈りました。これはJA共済とJAしまねが、新中学生の登下校時の交通安全を願って毎年続けている活動で、県下全体では「反射タスキ」3,800本と「反射テープ」6,200個を中学校に贈っています。

3月22日には浜田市立浜田東中学校（奥田靖校長）を訪れ、井上本部長より75本の「夜光反射タスキ」を手渡しました。

奥田校長からは「学校の周りには細い道がたくさんあり、特に自転車での危険が多いのでしっかり活用させてもらいます、毎年貴重な贈りものをありがとうございます。」とお礼のお言葉をいただきました。

# 平成28年度 J A 座談会 質問及び回答

2月2日から2月23日まで管内34会場でJA座談会が開催されました。  
組合員利用者の皆様からいただいた主なご質問と回答についてご紹介します。

## 30年以降の米政策について

30年産からは今までのように国は、生産数量目標の配分は行いませんが、全国ベースの受給見通しの策定や産地別の需要・販売進捗・在庫状況の提供を行います。農業再生協議会は存続し、主食用米等の生産目安を示します。これに基づき生産・販売の在り方を決めることとなります。JAでは、「島根米生産販売方針」に示したとおり、事前契約取引の拡大や事前契約に基づく栽培品種別の作付方針を策定し、「売れる米づくり」と「安定生産・販売の強化」に取り組むこととしています。

## つや姫の栽培拡大について

つや姫は、島根県が導入した時に「特別栽培米」での栽培が条件となっています。作付要件は、概ね30a以上となっています。

いわみ中央地区本部の30年産目標は、コシヒカリ763ha（対27年：△207.9ha）、きぬむすめ300ha（対27年：+76.5ha）、つや姫114ha（対27年：+95.4ha）としており、特につや姫を面積拡大して参ります。

## ふるい目について

平成28年度にふるい目を交換された農家は、199件でした。出荷された米の割合からするとライスセンター出荷を含めて約66%程度が1.9mm目での出荷になっています。1等米比率は、28年度が81%となり、27年産より2ポイント向上しました。天候の影響もありますが、良質米出荷に寄与したと分析しています。

引き続き平成29年度もふるい目更新助成事業の取り組みを行います。水稻生産部会員の未更新者に対して更新及び事業をご案内します。

また、買取価格は販売面も考慮しふるい目による価格差をつけることも検討しています。

## 米の販売について

平成28年度は、学校給食（87t）や白いるか舞（27t）・地元施設等（164t）の販売を行いました。引き続き外食業者への直接精米販売、産地限定販売など年間を通じた販売を行っています。今後もこのような結びつき米等に力を入れ、有利な販売に心がけていきます。

## 肥料・農薬の価格引き下げについて

平成28年度（平成29年産水稻肥料農薬）については、県下共通品目（肥料：13品目、農薬：14品目）を設定し、価格低減に努めました。また、価格引き下げに向けたプロジェクトを設置し、平成30年産水稻肥料・農薬については、さらに絞り込み、肥料2品目（水稻一発）、農薬10品目に集約を行い「量」を確保することによる製造コスト・仕入価格の低減を目指します。更に、一般高度化成やジェネリック農薬等を積極的に取り入れ、園芸を含めた農業生産コストの低減に努め、平成28年対比2割削減を実現いたします。

## 「地域貢献活動」のボトルキャップ回収について

汚れたキャップは洗って持って来て下さい。また、ジュース等のキャップ以外（醤油・酢・洗剤）が混入していますが回収できませんので注意して下さい。

平成28年度のキャップ回収は約462千個でワクチンにして538本分でした。

## 総合ポイントカードについて

買物券の発行及びポイントの照会は、お近くの支店・出張所・事業所・営農経済センターの窓口で取扱いできます。また、きんさい市場黒川店、周布店、Aコープ各店に設置のK I O S K 端末（総合ポイントカード専用機）でもポイント照会、商品券の発行が簡単にできます。

ポイントの有効期限は取引日（付与日）の翌々年の12月31日です。ポイントは、古いポイントから利用する仕組みとなっていますが、この有効期限を越えたポイントは自動的に失効しますのでお早めにご利用下さい。

以上

## JA女性部役員研修会―視察― 和菓子作り体験と交流



JAしまねいわみ中央女性部役員6名が、飯石郡飯南町にある「木立神」という、和菓子体験工房に出かけました。県

の職員を退職され、実家を改造して和菓子の体験工房を始められた石井洋子さんの指導のもと、初体験の事もあって少々緊張の面持ちで作業開始。白あんに食紅を加えて色付けし、模様を付けていく作業に手まどいながらも綺麗な桜の花が完成しました。松や菊など次々と作っていき、和菓子職人なみの出来栄えに感動されていました。女性が自分の生きがいに体験工房を作り、日々楽しんで暮らしておられる姿は、とても生き生きとしておられる。ここでは、昼食も作っていて、お赤飯にお煮しめや和え物などもいただきました。食後には、抹茶を各自がたて、作った和菓子と一緒にいただき、一緒に食事を作っておられる地元の方との交流もできました。



## 長見支部 「婦人会食堂」オープン



2月19日、年に一度の「婦人会食堂」開店。今回はJA女性部の徳田部長に、とても美味しいほうれん草をお世話して頂き、5種類の料理に使用しました。皆さん分かりましたでしょうか？また、みはしまちづくりネットワークの福祉部会から「見学したい。」との話があり、20人来店！13種類のバイキングでもてなし、味はもちろん、目でも楽しんで頂きました。大仕掛けの食堂と婦人会の結束に感動され、「自分達の地域に生かしたい。」と力強い言葉が聞け、実のある交流会になったと思います。全員で73人の来店でした。午後は修養講座改め「文化塾ながみ」。自分たちの事は自分達で！の気持ちの現れを、名称を改める事によって地区民の気持ちを一つにする事を誓いました。浜田市から認知症予防の講座を受け、DVDで島津巫矢の歌謡ショーそして、最後は思いっきり笑いたい。と、「あれから40年…」のきままる様で締めくくりました。皆さんが解散した後は達成感と寂寥感！で胸が一杯になりました。

(支部長 森川 眞由)



## JAしまね健康フォーラムに参加



JAしまねいわみ中央女性部(徳田 マスエ部長)は、3月7日、JA島根厚生連主催で行われた「JA健康フォーラム」に女性部役員8名が参加しました。午前の部では、各地区本部より健康活動の取り組みの発表があり、本地区本部女性部から、胸部CT検診の取り組みについて、徳田マスエ部長が発表されました。本地区本部女性部は、昨年度より水稲生産部会と共催で胸部CT検診を受診しており、肺がんの早期発

## 三保支部 手芸教室



JAしまねいわみ中央女性部三保支部は3月17日三保公民館にて、手芸教室を行いました。手芸キットのさくらほりきりの中からタペストリーとスタンド調のライトで好みの柄を選び参加者10名がグループに分かれ製作しました。型に合わせて切り取ったり、貼り付けたりと細かな作業が多くグループで協力しながら、仕上げていきました。作業に集中し、次第にみなさん無口になり黙々と進めていきました。

「完成するまではつまたく出来るか不安だったけど、出来上がり飾ると色合いもきれいだし春を感じるね。」との感想をいただきました。今年度最後の活動でしたので、慰労も兼ね昼食をとりながら来年度の活動について話し合いました。



見につながる検診として多くの皆様に受診していただいています。また、乳がんを経験し、今もなお後遺症との戦いの中で、頑張っておられる柳家孝子さんの講演が有りました。午後の部では、内容別に4つのブースが設定され、乳がんのモデルを使用した自己診断を実施したり、ストレッチポール体験や健康診断の結果を元に検査内容やメタボリックシンドロームについてお話しが有りました。



## ● 3月講義「お付き合いマナー」



J A女子大学4期生3月の講義は「お付き合いマナー ～こんな時どうする?～」を行いました。講師には和装文化研究家 現代礼法研究家 園山 明生子先生を招き「素敵に生きる」をテーマに講義をいただきました。まずは、コミュニケーションを円滑にする秘話で「第一印象は笑顔で決まる」から始まり、聞き上手・正しい握手の方法など相手にストレスを与えず安心感を得てもらえるコツなどお話しいただきました。

続いて「こんな時どうする?」と普段ふと疑問に思う様な、職場での書類などの渡し方、室内や車での上座・下座の座席、贈答品の受渡し方など実技を交えながらの講義となりました。特に機会の多い金封紙の受渡し、袱紗の扱いについては質問も飛び交い熱心に聴講していました。

少しの気配りで好感をもたれる所作・立居振舞などを学び心の持ち方次第で女子アップとなることを改めて実感できました。



## \* J A 女子大学 O G 会 \*

### クローバー

J A女子大学3期生OG会クローバーは、3月2日いわみ中央地区本部調理室にて味噌作りを行いました。参加者11名のほとんどが味噌作りが初めてで、大量の大豆を水に浸し煮る工程から何度も確認しながら作業を行いました。

麹・塩と煮た大豆と混ぜ潰し、味噌玉を作った後の詰め込む作業に悪戦苦闘! 空気を入れれない様に隙間なく詰めるのに苦労しました。

「味噌にはこんなに塩が入ってるんだね!? 味噌料理を作る時、分量を考えて調理しないと…」と、初めて味噌作りを経験し食について考える良い機会となりました。

3グループあるOG会すべてが手づくり味噌を作りました。半年後に迎える食べ頃が楽しみです。



### オリーブ

J A女子大学2期生OG会オリーブは、3月23日いわみ中央地区本部にてプランターで野菜作りを行いました。営農経済部 島本職員が講師となり、「地元の農産物についてもっと知ろう」と題した講義で、島根県のオリジナル野菜である「あすっこ」や島根県の美味しまね認証を受けた「キャベツ」について学びました。肥料についての話もあり、家庭菜園をしているメンバーもいて熱心に聞き入っていました。

その後、プランターへの土の入れ方や間引きなどの指導を受けながら、リーフ野菜4種類の種を蒔きました。2~3日で発芽し約1ヶ月で収穫です。グリーンサラダが食卓に並ぶ日が待ち遠しいです。



### なでしこの会

J A女子大学1期生OG会なでしこの会は3月16日茶話会を開きました。今年度の活動報告、決算報告を会長(宮本幸子)が行い、続いて来年度の活動計画について話し合いました。昨年グリーンフェスタはまだへ「おさつスティック」を出店したところ、天候にも恵まれ大盛況でした。来年度もグリーンフェスタ出店は活動計画に取り入れ、さつまいも作りから挑戦することを目標としました。自分たちで育て収穫したさつまいもを加工し、販売出来るかと思うと今から楽しみです。

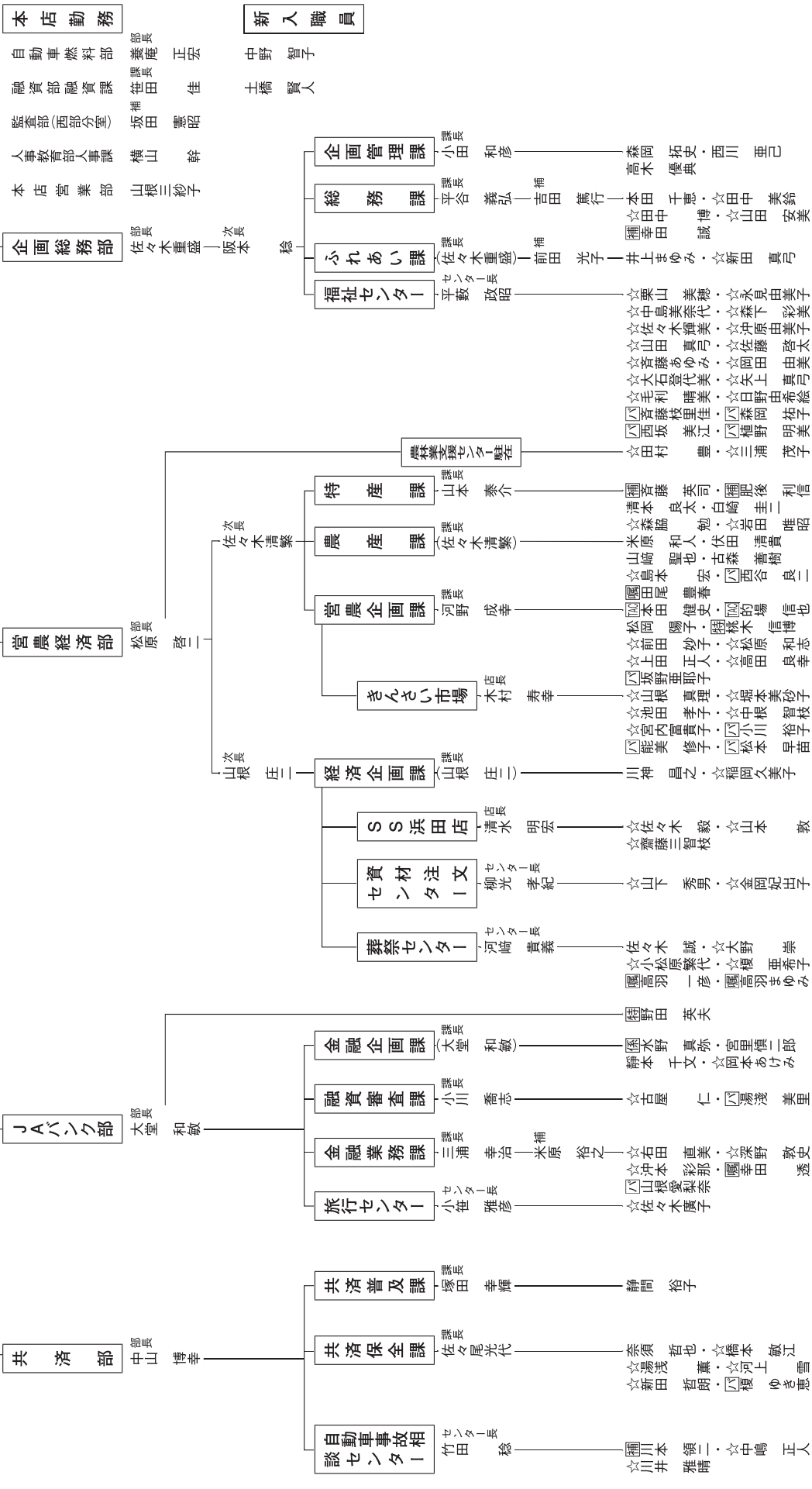
来年度6年目を迎えるなでしこの会は、会員全員が参加しやすい活動や日程を考えながら、新しいことにも挑戦していきます。

機 構 図

平成29年4月1日現在

地区本部配置図

地区本部長 井上 宗治  
地区副本部長 佐々木 豊



圃 課長補佐  
 係長  
 特別職員  
 ☆ 准定期職  
 ☆ パート  
 嘱託職員  
 信用渉外  
 共済渉外



平成29年4月1日現在

支店配置図



予告版

小学生卒業旅行

# 東京夢紀行

定期積金

小学校4・5・6年生を対象として募集します。

旅行出発日 平成30年 **3月下旬** (予定)

概算旅行代金

JAしまねいわみ中央地区本部  
発着起点

**82,800円**

- 添乗員/同行します。
- 食事条件/朝食2回、昼食1回、夕食2回
- 利用予定ホテル/ホテルモントレ半蔵門又は同等クラス
- 利用予定航空会社/全日空(ANA)
- 利用バス会社/現地貸切バス 東京ヤサカ観光バス又は同等クラス  
送迎バス 中国JRバス又は同等クラス

| 日 | コース   |
|---|---|
| 1 | JAしまね いわみ中央地区本部管内各地 = 乗 = 秋・石見空港 → 羽田空港 = 乗 =<br>8:30 12:00~13:15 14:35~15:05<br>フジテレビの番組の世界を体験<br>= 乗 = 観望台(フジテレビ球体展望室) = 乗 = ホテルモントレ半蔵門(泊)<br>17:20 |
| 2 | 1dayバスポート&自由昼食<br>ホテル = 乗 = 東京ディズニーランド = 乗 = ホテルモントレ半蔵門(泊)<br>8:00 17:45  |
| 3 | 東京を代表するスポット<br>ホテル = 乗 = 東京スカイツリー = 乗 = 東京駅 → 広島駅 = 乗 =<br>8:00 11:15~12:10 16:08~16:30<br>= 乗 = JAしまね いわみ中央地区本部管内各地                                  |

※交通機関等の都合により一部日程が変更になる場合があります。※写真はすべてイメージです。  
 ※弊社「貸切バス事業者リスト」(当社ウェブページhttp://ntour.jp/pdf/buslist.pdf)を  
 ご覧頂くか弊社支店へご請求下さい。

記号の説明 見学 食事 温泉 国内貸切バス フェリー 飛行機 電車 徒歩 後日、改めて集合・解散地(および時刻)をお知らせ致します。

旅行の申込み

当旅行につきましては「予告版」として(株)農協観光よりご案内させていただきますが、平成29年11月下旬頃に改めて正式な募集広告を積金加入者宛送付させていただきます。

ご旅行に参加される方は、この正式書面を確認後、(株)農協観光と募集型企画旅行契約を締結することとなります。

旅行に関するお問い合わせは

旅行企画・実施



観光庁長官登録旅行業 第939号  
株式会社農協観光 浜田支店

総合旅行業取扱管理者/小宮保樹  
浜田市田町1674 第2オアシスパビル2F

TEL 0855-22-1536

旅行業公正取引協議会  
ポイント保証会員  
一般社団法人日本旅行業協会 正会員

積立方式

| 学年  | ご契約例            |         |                 |         |                 |         |             |
|-----|-----------------|---------|-----------------|---------|-----------------|---------|-------------|
|     | 平成29年4月<br>積立開始 |         | 平成29年5月<br>積立開始 |         | 平成29年6月<br>積立開始 |         |             |
| 6年生 | 毎月掛金            | 8,000   | 毎月掛金            | 9,000   | 毎月掛金            | 10,000  | 平成30年<br>3月 |
|     | 掛込回数            | 12      | 掛込回数            | 11      | 掛込回数            | 10      |             |
|     | 積立額             | 96,000  | 積立額             | 99,000  | 積立額             | 100,000 |             |
|     | 代金支払後<br>残額     | 13,200  | 代金支払後<br>残額     | 16,200  | 代金支払後<br>残額     | 17,200  |             |
| 5年生 | 毎月掛金            | 4,000   | 毎月掛金            | 5,000   | 毎月掛金            | 6,000   | 平成31年<br>3月 |
|     | 掛込回数            | 24      | 掛込回数            | 23      | 掛込回数            | 22      |             |
|     | 積立額             | 96,000  | 積立額             | 115,000 | 積立額             | 132,000 |             |
|     | 代金支払後<br>残額     | 13,200  | 代金支払後<br>残額     | 32,200  | 代金支払後<br>残額     | 49,200  |             |
| 4年生 | 毎月掛金            | 3,000   | 毎月掛金            | 4,000   | 毎月掛金            | 5,000   | 平成32年<br>3月 |
|     | 掛込回数            | 36      | 掛込回数            | 35      | 掛込回数            | 34      |             |
|     | 積立額             | 108,000 | 積立額             | 140,000 | 積立額             | 170,000 |             |
|     | 代金支払後<br>残額     | 25,200  | 代金支払後<br>残額     | 57,200  | 代金支払後<br>残額     | 87,200  |             |

★卒業記念に  
東京ディズニーランドと  
東京スカイツリーの旅を  
満喫するチャンス!!

★積立方式は各種ございます。  
詳しくはお問い合わせ下さい。

★小学校4年生以上対象

- 積金表は、給付補てん金を含んでおりません。
- 積金の満期日は、旅行実施月に満期になるよう設定させて頂きます。
- 満期後、お客様のご要望により、(株)農協観光が旅行企画・実施する「東京夢紀行」の旅行代金に充当することが出来ます。尚、お客様のご都合により、当該旅行に参加の場合は、満期金全額をお客様がお受取りいただけます。

当定期積金のお問い合わせは

JAしまね いわみ中央地区本部  
各支店・出張所・事業所  
及び金融企画課 TEL 0855-22-8853

今月からはじまる

# キラリ いー顔!

江津市嘉久志町 「嘉久志神楽子供会」

初回は石見地方を代表する「神楽」が大好きな子供たちをご紹介します。



昭和47年に江津市嘉久志町に「嘉久志公民館神楽子ども会」として発足し、現在は「嘉久志神楽子ども会」と名前を変え、今年で45周年を迎えます。年中さんから中学生までの神楽が大好きな13人が毎週金曜日の夜練習に集まっています。練習には、子ども会のOBたちもたくさん集まり、指導をまじえながら世代を超えたつながりを大切に活動を行っています。4月2日の45周年記念神楽発表会に備えて練習にも熱が入っていて、神楽を舞う真剣なまなざしと舞い終えた後の笑顔がとても素敵な子ども達でした。(3月24日取材)年間13回位、地域のイベントなどにも参加しています。代表者の吉本香代子さんは、「先代の意思を引き継ぎ、今後も石見の伝統芸能を次世代へとつないでいき、神楽大好きな子供たちを守っていきたい。」と話されました。



代表：吉本 香代子(2代目) 先代は、山田 巖氏(父親)  
 OB：50代～10代  
 4月2日に「45周年記念神楽発表会」を嘉久志地域コミュニティ交流センターにて開催



## 募集!!

今月号からこのコーナーのいー散歩に変わり、「キラリ いー顔」で皆様に地域の素敵な笑顔を紹介しします。そこで、地域のいー顔募集しています!  
 大人の方、子供さん問わず地域で輝いて活躍している団体をご紹介ください。  
 お問い合わせ：いわみ中央地区本部ふれあい課 広報担当 (Tel.0855-22-0202)

## 福祉センター通信

～福祉用具貸与からのお知らせ～

今回はエレガントな花柄で、上品さあふれるシルバーカー。スリムにたためて持ち運びも便利なので、電車やバスにも安心して乗れます「ヘルシーワンライト・カラフル」を紹介します。



### ○特徴

おしゃれな花柄やベーシックな色柄で、電車やバスにも安心して乗れるサポートタイプカー。

- 体をすっぴり** 体をすっぴり支え、楽な姿勢で歩行をサポート。
- ハンドル4段階** 体に合わせて、ハンドルの高さを4段階調節。
- 2wayハンドル** ハンドルと車輪は左右運動回転で方向転換もスムーズ。(直進、左右30度)
- 駐車用ストッパー** ハンドルには駐車用ストッパー付き。ボタンを押すとストッパーがかかります。
- 折りたたみ** ワンタッチでコンパクトに折りたためます。

- ブレーキ調整** 手元ブレーキがききにくくなったら、ネジを回して簡単調節。
- さびにくい** さびにくい軽量アルミ仕上げ。
- つえ 傘立て** うれしい気流切り、杖・傘立て付き。
- 安心の反射板** 暗い夜道も安心の反射板付き。

△ご注意  
 ※この製品は、主として高齢者の方の外出用の製品で、自立歩行の出来ない方の使用には適しません。  
 ※自立歩行に支障のある方は、同伴者の付添いの上、ご使用ください。

**退職者**  
 小林 摩耶 (江津支店) 平成29年3月31日付

**採用者**  
 湯日毛 利晴 (定期職員) 平成29年4月1日付  
 浅野 希美 (定期職員) (定期職員)  
 美由里 (パート職員) (パート職員)

**新入職員**  
 土中野 賢智 平成29年4月1日付

**人事異動**

4月26日(水) 江津西支店  
 午後3時～7時まで

4月27日(木) 美川事業所  
 午後3時～7時まで

## 年金相談会

※サービス内容について※  
 ・月額レンタル価格 (課税) ￥3,240  
 利用者負担額 1割 (課税) ￥324

※サービス内容について※  
 ・在宅で介護認定を受けている方が利用できます。販売もしていますので詳細は福祉センター平敷、佐藤にお問い合わせください。  
 ☎22-8918



# ナスは 栄養診断による管理で 収量が倍増

板木技術士事務所 ● 板木利隆

漬けてよし煮てよし、焼いたり揚げ物、生食にと、ナスは大変使い向きの広い野菜。干しナス、焼きナスにすれば長く保存ができることも分かり、いっそう魅力を高めてきました。

高温好みなので、強い日差しを受けると紫黒で形の良い果実が連続して収穫でき、大いに食卓をにぎわせますが、次第に株の勢いが弱まり、実止まり悪く、取れなくなり、品質も低下してきます。

これはいわゆる「なり疲れ」で生育が不調になってきたからです。

私たちが、お互いに人の顔色やしぐさを見れば健康状態を推測できるように、ナスの健康状態も、葉色や草姿、花などをよく観察すれば容易に栄養状態を診断することができるのです。

その一番のバロメーターは、図のように花の付く位置と花の形、葉や花の大きさと色具合です。特に花の中を見て、雌しべが雄しべより短い「短花柱花」は、ほとんど落ちてしまい実止まりしません。健全な場合は、花の開いた先に4~5枚の葉が開いていますが、栄養不良株では1~2枚しかない状態になります。畑全面を見渡して花がよく見える状態は、栄養不良と



いってもよいのです。

対策としては、まず果実を若取りして株の果実負担を軽くしてやることです。そして追肥で栄養を補給し堅くなった通路付近の、根が伸びる先の方にくわを入れ、軽く耕し通気を図り、乾いていたら灌水(かんすい)や敷きわらをして、吸肥をしやすくしてやることです。

こうすると数日を経ずして草勢に回復の兆しが表れ、健全な「長花柱花」が多く咲くようになり、茎葉もしっかりして、上方の葉の枚数も増え、よく実止まり、果実の太りも早まり、色つやの良い果実がたくさん取れるようになってきます。

「なり疲れ」は、ナスの一生の中に3~5回現れることが分かっているので、常に観察を怠らず、早めに発見、対処して軽減するようにしてください。収量の倍増、品質の向上は必ず達成できます。

もう一つ、生育盛りに入り茎葉が込み過ぎると、日射不足のため果実の色づきが悪くなり、病害虫も発生しやすくなります。その対策として、果実に木漏れ日が当たるぐらいに、余分な葉を摘み取ったり、枝を整理することも大切な手立てとなります。

## タテのカギ



- ② 起立、礼、――
- ⑤ 手紙のこと。お――をありがとう
- ⑦ 花などで作られたハワイの首飾り
- ⑧ 漢字などに付ける振り仮名
- ⑨ 食材を切るときに置きます
- ⑪ ――に決めず、慎重に考えたい
- ⑫ 「おやつは冷蔵庫の中」「洗濯物入れておいて」のようなメモ
- ⑭ とげのある美しい花
- ⑯ 雄鹿には枝分かれした物が生えます
- ⑰ バジルやタイム、ミントなど
- ⑱ 酔っぱらってあちらへフラフラ、こちらへヨロヨロ

## ヨコのカギ



- ① 青く光るイカ。富山湾の名物です
- ② 積もれば山となります
- ③ 鮮やかな赤のこと
- ④ 徳川家康は――大將軍に任ぜられました
- ⑥ スペアともいいます
- ⑨ 長年掛けた保険が――を迎えた
- ⑩ 七福神が乗っています
- ⑪ 焼きそばやたこ焼きに掛けます
- ⑬ 美空ひばりのヒット曲『東京――』
- ⑭ カウンターのある洋風酒場
- ⑯ 川を渡るために架けます

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？

|   |   |    |    |    |    |    |
|---|---|----|----|----|----|----|
| 1 | 5 | 8  |    | 12 |    | 17 |
|   |   |    | E  |    |    |    |
|   | 6 |    |    | 13 | 15 |    |
| 2 |   |    | 11 |    |    | C  |
|   |   | 9  |    |    |    |    |
|   |   |    | B  |    |    |    |
| 3 | 7 |    |    |    | 16 |    |
| 4 |   |    |    | 14 |    |    |
|   |   | 10 |    |    | A  |    |

答え 

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

## 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地区本部毎に5名の方に「JA商品券」をお贈りします。
- 当選者発表 賞品の発送をもってかえさせていただきます。
- 宛先・締切 〒697-0024 浜田市黒川町3741番地  
JAしまね いわみ中央地区本部 ふれあい課 「クイズ」係  
平成29年5月5日（金）（当日消印有効）

## ◆先月号の答え◆ 「クロツカス」

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| シ | ロ | ザ | ケ | コ | ゴ |
| バ | ケ | ツ | オ | ク | バ |
| イ | コ | シ | ラ | ン |   |
|   | カ | ク | カ | ジ | ク |
| ソ | ラ | ク | ウ | ア |   |
| ウ | ス | ビ | ス | ケ | イ |
| ジ | ミ | ス | イ | ツ | チ |

・お預かりした個人情報、プレゼントの抽選・発送以外の目的で利用することはございません。

## 健康散步 JA島根厚生連

## 適度な飲酒

- ★ **入浴前、運動前に飲酒しない**  
飲酒をしてから入浴や、運動をすると「不整脈」や血圧変動が起きやすくなります。
  - ★ **空腹の状態、飲酒するとアルコールの血中濃度が早く上昇し、悪酔いしやすくなります。** まずは、何か食べべから飲酒しましょう。
  - ★ **すきつ腹で飲酒しない**  
また、低カロリー・高タンパク質な枝豆・冷やっこなどの大豆製品もおすすです。
  - ★ **つまみのポイント**  
お酒とともに濃い味付けのおつまみや高カロリーな食事になりがちです。  
シーザーサラダ・塩分1.9g ↓ 豆腐サラダ・塩分1.3g  
鳥のからあげ・塩分2.7g ↓ 串の盛り合わせ・塩分2.3g  
などに変更するだけで、エネルギー量も塩分量も抑えられます。
  - ★ **休肝日を作る**  
普段から週に2日は休肝日を作って肝臓を休めるようにしましょう。飲み過ぎた日以降は、食事摂取エネルギーや飲酒量も抑える努力をしましょう。
- お酒は、昔から「酒は百薬の長」といわれるように、適切な量を守れば、血行を促進し緊張感を和らげ体に良い働きをもたらすことができます。  
厚生労働省では「節度ある適切な飲酒量」を一日平均純アルコール量で20g程度としています。お酒の種類によっても含まれるアルコール量は異なるので一概にはいえませんが、だいたいビール中瓶（5%）1本、日本酒（15%）1合、赤ワイン（12%）グラス2杯、焼酎（25%）半合くらいです。  
アルコールの摂り過ぎは、肝臓に負担をかけ肝臓病を引き起こすことになり、また長期間の多量飲酒は高血圧になりやすく「脳卒中」のリスクが高まるので要注意です。これから歓迎会・送迎会・お花見とお酒を飲む機会が増える季節です。飲み方やおつまみについて、次の工夫や注意をして「楽しいお酒」を飲みましょう。

理事会情報 (3月6日開催)

協議事項

- ①平成29年2月9～12日の寒波による農業被害状況報告と対策(案)について
- ②平成28年度JAしまね農業振興支援事業 第5回(2月)申請について
- ③酪農ヘルパー事業の進め方について
- ④県央地区畜産総合センターの収支計画の変更と地区本部損益配賦について
- ⑤簡易ガス事業の保安業務規程の設定について
- ⑥葬祭関係規程の一部改正について
- ⑦大口貸出金の承認について
- ⑧貸出金償却及び利息損害金減免について
- ⑨組合と理事との取引(契約)の承認について
- ⑩JA全国監査機構による期中改善指示事項(期中監査)に対する回答について
- ⑪島根県常例検査書の回答について
- ⑫職制規程の一部改正について
- ⑬西いわみ地区本部関連会社と外部出資先の合併について
- ⑭島根中酪の会社化に伴う農林中金の出資金の譲受について
- ⑮第3回通常総代会の実施および功労者表彰について
- ⑯総代選挙の実施について
- ⑰JAしまね運営にかかる調査・研究・検討について
- ⑱係長職の統一運用と新人事制度におけるスタッフ管理職の呼称について
- ⑲新退職金制度の導入延期について
- ⑳平成29年度内部監査計画について
- ㉑その他

報告事項

- ①農業災害復興対策支援事業の実施(県の発動がない災害の場合)について
- ②県域担い手サポート事業に係る取り組み状況について
- ③島根県農業士会連絡協議会との意見交換会について
- ④春の農作業安全確認運動について
- ⑤島根米の機能面からの普及拡大対策の実施について
- ⑥園芸重点5品目の進捗状況について
- ⑦米穀園芸情勢について
- ⑧平成29年度各種共進会・共励会の開催について
- ⑨畜産情勢について
- ⑩JA全農自己改革(案)に係る報道について
- ⑪平成28年度雪害対策資金の対応について
- ⑫貸出金償却及び利息損害金減免について
- ⑬組合と理事との取引(契約)の報告について
- ⑭平成29年1月末月次決算報告について
- ⑮株式会社島根ワイナリーの新社の発行について
- ⑯共済事務センター設置にかかる経費について
- ⑰JAグリーンおおだ店舗システム更新にかかる開発計画について
- ⑱監査(第3四半期)報告書について
- ⑲その他

# 知って納得JA

—協同組合の力—

## Q 「JAの自己改革」って何をやるの？

**A** 組合員の力を結集して、日本の豊かな食と農、地域を次世代へつなげるための取り組みを加速します。

JAは、「食と農を基軸として地域に根ざした協同組合」として、地域農業の発展と地域住民のより良い暮らしを実現するため、さまざまな事業や活動を行ってきました。「JAの自己改革」は従来の事業や活動を、農業者や地域住民の夢や願いに沿ってつなぎ合わせた上で組み立て直し、農業のさらなる成長と地域の活性化を盛り上げていくものです。

改革の実現に向け、JAは組合員や地域住民と徹底的に話し合っていきます。議論を通じて互いを高め合い、行動することで、日本の豊かな食と農、地域を次世代へつなぐ取り組みを、より進めていきましょう。

(監修=広島大学 助教 小林元)

JAグループウェブサイトでは、JAグループの自己改革の取り組みを紹介しています。

JAグループの自己改革の取り組み

検索



耕そう、大地と地域の暮らし。

JALしまねで

# 格安スマホ

家計の  
大幅節約!!

さらに今なら  
**5/31(水)**  
までに

JALしまねホームページより  
OCN契約番号を教えて  
いただいた方全員に  
おさいふカードポイント

**3,000ポイント**  
プレゼント!!



インターネットで、「JALしまね スマホ」を検索してください



お申し込みはJALしまねのホームページから

<http://ja-shimane.jp/smartphone/>

ご質問  
お問合せ

生活事業部 店舗生活課  
☎0853-25-8907

くまびき地区本部  
生活福祉部 生活総合課  
☎0852-55-3040

やすぎ地区本部 生活燃料課  
☎0854-28-7200

隠岐どうぜん地区本部 経済部  
☎08514-7-8005

斐川地区本部 生活部 生活課  
☎0853-73-9622

島根おち地区本部  
生活部 総合生活課  
☎0855-95-3601

西いわみ地区本部  
営農経済部 経済課  
☎0856-23-0933

隠岐地区本部 経済部  
☎08512-2-1133

出雲地区本部  
生活部生活用品課  
☎0853-21-6058

石見銀山地区本部 生活典礼課  
☎0854-84-9071

いわみ中央地区本部  
営農経済部 経済企画課  
☎0855-22-8823

有限会社 サンコープ雲南  
生活課  
☎0854-45-3336



県内各地のJA特産品と交換できる

総合ポイントカード  
「おさいふカード」

交換商品カタログが  
新しくなりました!

家の光図書との  
交換もできます!

家の光図書

1,000ポイント

園芸や料理、趣味、  
健康など暮らしに  
役立つ発見が  
いっぱいです。

- 家庭でできるおいしい  
イチゴづくり12か月
- 朝漬けて、夜すぐ食べられる  
手間なし漬けおきレシピ
- こんなときどうする?暮らし上手のお手本帖 等



1,500ポイント

- 季節の保存食
- 散歩でよく見る花図鑑
- はじめてでもおいしく  
作れる和食永久保存レシピ 等



(掲載書籍は一例です)

「おさいふカード」のポイントには**有効期限**がございます。

平成27年中に付与された「おさいふカードポイント」の**有効期限**が  
**平成29年12月31日**となっております。対象となるポイントは、  
店頭端末、支店等でご確認いただけます。

お早めにご利用ください。



JA店舗などで使える、お買物券と  
交換いただけます



ラピタなどでのお買い物代金  
としてご利用いただけます

おさいふカード  
会員募集中!

●お問合せ先

JALしまね

総合ポイントカード  
全般のお問い合わせ

0120-031-207

おさいふオーナー

# 島根産まれの食材レシピ 《しまねうれしぴ》

料理研究家 土井小百合

## 春野菜、たけのこのことツナのちらし寿司

たけのこの美味しい時期ですね。たけのこのジャキジャキした食感とツナのまろやかさが混ぜた子供たちも大好きな味のお寿司です。

春野菜とツナのちらし寿司  
しまねの春ぞちらし寿司



### ●材料（4人分）

|        |        |      |               |
|--------|--------|------|---------------|
| 米      | 2合     | だし汁  | 1/4カップ (50cc) |
| 米酢     | 大さじ2   | 砂糖   | 大さじ1          |
| 砂糖     | 小さじ2   | みりん  | 大さじ1          |
| 塩      | 小さじ1/3 | しょうゆ | 大さじ1/2        |
| ゆでたけのこ | 1本     | 卵    | 1個            |
| ツナ缶 小  | 1/2缶   | 砂糖   | 少々            |
|        |        | 塩    | 少々            |
|        |        | あすっこ | 1/5束          |

### ●作り方

- ①Aの寿司酢を鍋に入れざっと火にかける
- ②たけのこは穂先をくし形切り、残りはあらみじん切りにする
- ③鍋にBとたけのこの穂先を入れ2分煮て取り出し、あらみじん切りにしたたけのこを入れ火にかけ沸騰したら油を軽く切ったツナ缶を入れ煮汁がなくなるまで煮詰める
- ④Cを混ぜ合わせ、いり卵を作る
- ⑤あすっこはサツとゆでて2cmに切る
- ⑥炊き上がったごはん①の寿司酢を混ぜ、③、④、⑤を混ぜる
- ⑦桜の塩漬けを好みにより飾る

☆具はこの他、鮭、きゅうり、人参、パプリカ、鶏そぼろ、アスパラ、ブロッコリーなど入れられます

### PROFILE プロフィール

企業へのレシピ提案、商品開発、飲食店コンサル、新店舗プロデュース、セミナー企画。

### CONCEPT コンセプト

食べたもので体は出来ています。「食」を楽しみ、「キレイ」をかなえる。そんなレシピを、料理研究家・管理栄養士という専門的な視点からお届けしていきます。また、管理栄養士として正しいダイエット方法や、生活習慣病（メタボリック、糖尿病、高血圧など）乳児栄養、介護食も栄養指導し心と体に美味しいレシピを提案します。「食育」が楽しいイベントだけにならないように、食や生活を通じて、子どもの世代から高齢まで元気でいられる食習慣を大切にしながら皆様の健康に貢献できる会社でありたいと思っています。神話の国からいろいろなご縁を結びながらお手伝いさせていただきます。

松江栄養調理専門学校非常勤講師  
NHKきょうの健康出演  
タニタ食堂コラボレシピ提供  
NHK今日の料理2年連続お弁当部門入選

保有資格/管理栄養士・食育実践指導士・特定検診指導・フードコーディネーター  
きき酒師・日本酒アドバイザー・野菜ソムリエアワード受賞ソムリエ  
介護食士1級・さかな丸ごと食育養成講師



料理研究家  
フードプロデューサー  
土井 小百合  
Sayuri Doi

食結企画 代表  
しょくむすび



## JAバンクをご利用のお客さまへ

### ATMなどのサービスを一時休止させていただきます。

いつもJAバンクをご利用いただきありがとうございます。  
このたびJAバンクの全国統一電算システムの更改にともない、誠に勝手ながらATM・JAネットバンク等のサービスを一時休止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。

5月 4日(木祝) / 20日(土)

### 現金のお引き出しはお早めに

休止期間中は現金のお引き出しができませんので、あらかじめ現金をお引き出しいただく等のご準備をお願い申し上げます。

※JA・店舗・ATM・提携金融機関によっては、ご利用可能日、ご利用可能時間およびご利用可能サービスが異なるため、上記スケジュール以外にもサービスをご利用いただけない場合がございます。詳しくは、JA窓口・ホームページ等でご確認ください。

JAバンク  
ホームページ

<http://www.jabank.org/>

### 表紙紹介

表紙のイラストは野々村 直通 (ののむらなおみち) 先生に描いていただいています。

今月の表紙は、浜田市三隅町にある「三隅大桜(みすみおおびらざくら)」です。昭和10年に国の天然記念物に指定されており、樹齢はおよそ660年と伝えられています。樹高17m、東西枝張24m、南北枝張27mという島根県でもトップクラスの巨木で、春には県内外から多くの人が花見に訪れます。

### 編集後記

今月号から新たな企画を2つ始めました。1つ目は「知って納得JA」と題して、改めてJAについて知っていただくための内容としています。2つ目は、松江市在住の料理研究家である土井小百合先生による、地元農産品を使った旬の料理レシピです。引き続き「JAしまねびより」をよろしく願いいたします。(藤)

### 【今月の表紙の原画】

レイアウトの都合により表紙のイラストは原画の一部表示となっています。原画の全体は次のとおりです。

