

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＝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

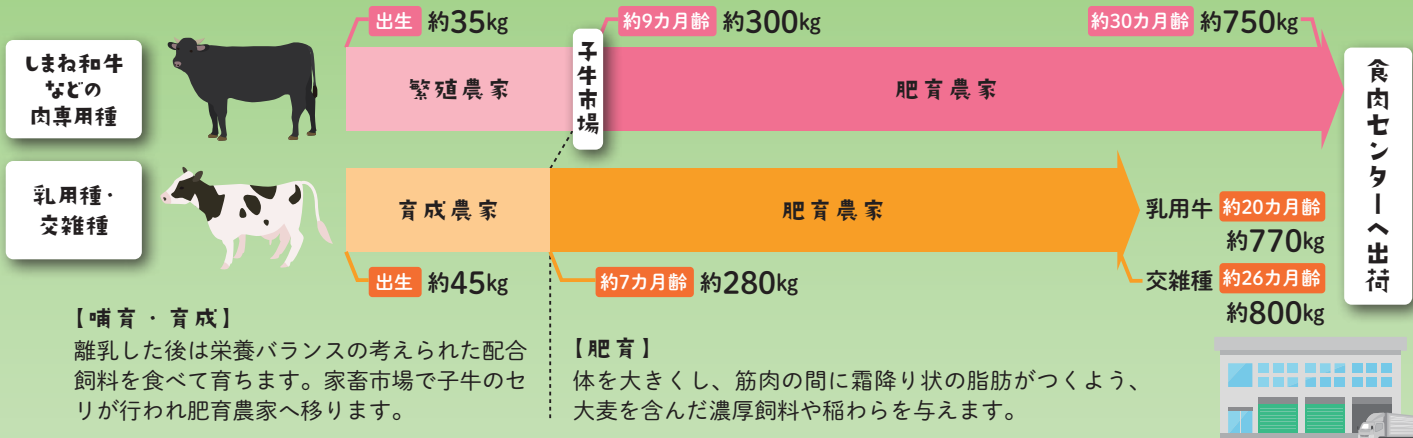
島根県 産地支援課 水田園芸G TEL: 0852-22-5626

おいしいお肉ができるまで

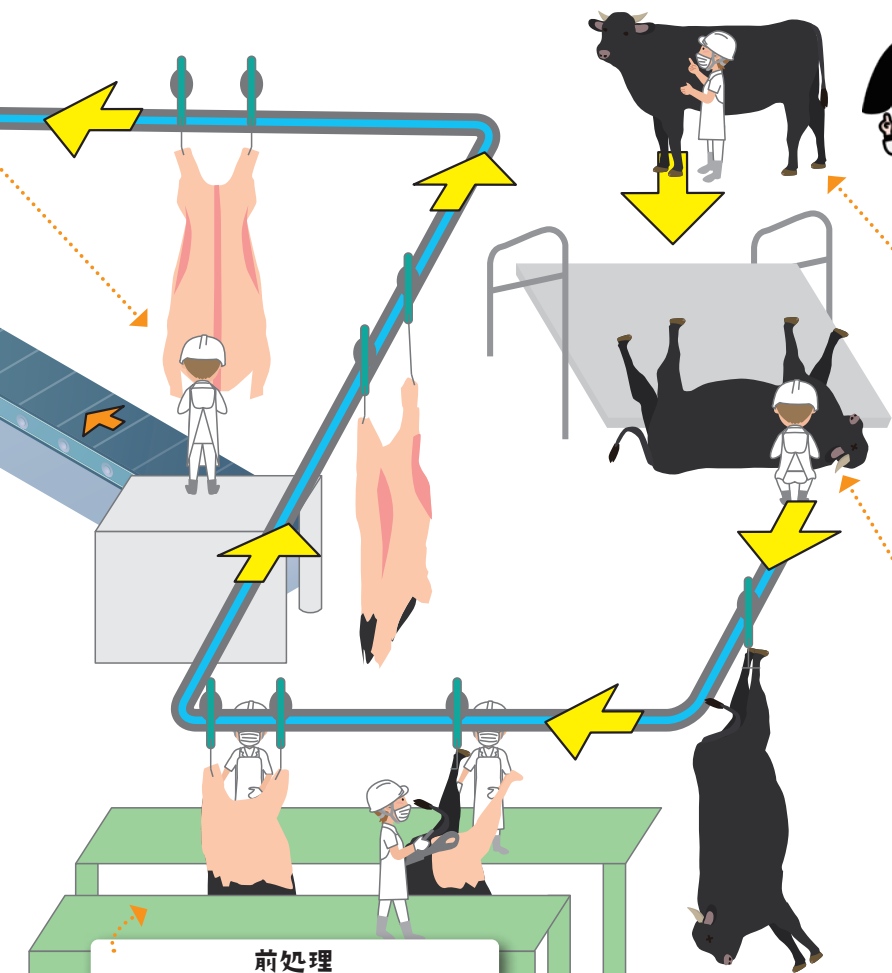


私たちが普段食べているお肉は、生きた牛や豚などの家畜です。それらがどうやってお肉になっていくのか？今回は大切に育てられた牛が、おいしいお肉になるまでをご紹介します。

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きますよう、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。

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」



大きいので
上から吊りして
作業します



農家や食肉センターでは安全なお肉を
J Aしまねでは、「株島根県食肉公社」



獣医師による「と畜検査」 ② 内臓、枝肉検査

内臓、枝肉に炎症や腫瘍等の異常がないか、BSE特定部位が除去されているかの検査を受け、合格したものが流通します。

内臓抽出

内臓を取り出します。

背割り

専用の機械を使って背骨のところで左右に切り枝肉となります。

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。

洗浄

枝肉表面の汚れを
水で洗い流します。



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。

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、マーマレー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。崎みかんを代表を務める、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、「臨時力フエ」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き、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、そのカフェのオーブンに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。



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

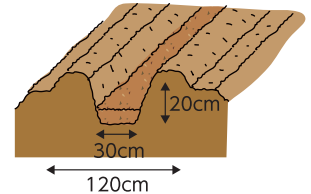


図2 植え付け

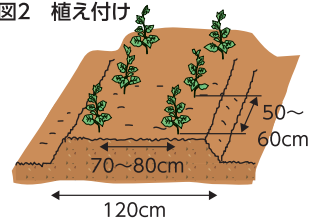
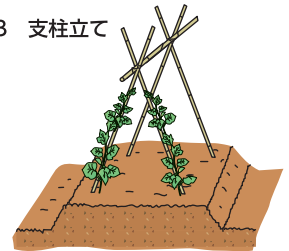


図3 支柱立て



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。

病虫害防除

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。

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J A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）

話題満載

JASユース

いわみ中央地区本部

更なる生産振興をめざして いわみ中央ぶどう部会誕生

1月28日、いわみ中央ぶどう部会設立総会を地区本部ふれあいホールにて、来賓に久保田浜田市長をはじめ島根県西部農林振興センター、江津市からも参加をいただき総勢30人で開催しました。

浜田ぶどう産地振興ビジョンで定めた、栽培面積7ha、1億円産地を目指す中、組織の強化、産地拡大が必要であり、2つの生産組織（浜田ぶどう生産組合と金城町ぶどう生産者協議会）を統合し、新規就農者の加入やリースハウス事業の活用で面積が拡大する中、更なる生産振興に努めていこうと新組織を立ち上げました。

設立総会では、部会規約、令和3年度計画、予算等すべての議案が承認され、次年度は、産地生産量50t、販売金額3,000万円を目標に生産者、行政、JAが一体となって組織を盛り上げていくことを確認しました。新組織の役員には、部会長に佐々木巖さん(85)、副部会長に塚本守さん(72)が選任され、佐々木巖部会長は「新規就農者も増えつつあり、栽培技術の習得や先進地視察など積極的に取り組み、皆さんに喜ばれるぶどうを作っていく」と意気込みを語りました。

中央ぶどう部会



塚本守副部会長 佐々木巖部会長

上府どしマのある営農組織づくり 農事組合法人立ち上げ

浜田市上府町は「上府農事組合法人」を設立し、1月17日に上府自治公民館で設立総会を開催しました。来賓に久保田浜田市長をはじめ、島根県西部農林振興センター小林正紀農政部長、島根県浜田県土整備事務所農林工務部 廣田賢治部長、いわみ中央地区本部佐々木豊地区本部長ら関係者40名が出席しました。



上府地域は、平成26年から上府工区圃場整備が行われ今年度には完成を予定しています。少子高齢化が進み担い手不足の同町「圃場整備後もこの農地を荒廃地にはならない」と準備委員会を設立しました。先進地への視察や現地講習会等に積極的に参加し、また県や市、いわみ中央地区本部の協力支援により、住みよい農村を次世代につないでいけるような営農組織となりました。総会で代表に三浦陸雄さんが選任され「ここからが正念場。皆さんの支援と協力を得て、上府らしい地域農業を盛り上げていきたい」と意気込みを語りました。
令和3年度は水稲約4・7ha、大豆約2ha、水田園芸約20aの約7haの耕作を予定しています。

消費者モニターが 椎茸栽培を視察

2月25日にいわみ中央きんさい市場消費者モニター10人が、管内のシイタケ栽培農家を視察しました。



はじめに、浜田市旭町丸原の岩地正男さんの原木椎茸の圃場で、ほだ木がたくさん並ぶ施設を見学しました。岩地さんは、原木椎茸栽培に携わって20年、県知事賞を8回受賞されています。消費者モニターも熱心に話を聞き、質問もされていました。最後に収穫体験もさせてもらいました。
続いてブロック栽培をされている岩倉純子さんのハウスに行きました。岩倉さんは、浜田市役所を2018年に退職され、補助事業を活用して菌床椎茸の施設を建設し、現在、椎茸2,245ブロックと併せて、アスパラガスも栽培されています。消費者モニターからは、初めて菌床椎茸が生育する様子を見て「原木と菌床栽培の違いもわかり、見事な椎茸に感動しました。生産者の方と話す機会も必要だと感じ、大変勉強になりました。」と感想を述べました。

話題満載

JASニュース

担い手育成 西条柿栽培講習会開催

昨年5月にスタートした西条柿栽培講座が、1月28日に浜田市三隅町東平原集会所で開催されました。この講習会は、担い手育成を目的として実施され浜田市が主催。最終回のこの日は、島根県西部農林振興センターの椋木普及員を講師に剪定の説明があり、剪定の目的や切り方、柿の木の性質等の話を聞き、その後、圃場へ行き実習をしました。

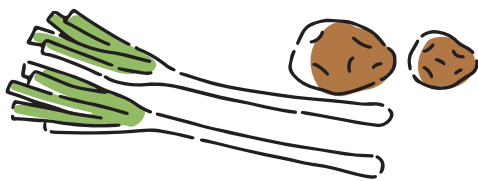
生産者の高齢化で10年後は産地崩壊になる状況の中、一人でも多くの生産者を増やし、生産振興に取り組んでいきたいとJASも協力しながら毎年この講座を開催しています。その成果があり、今年は1名の新規の生産者が誕生しました。



より良い品質を目指して 春作野菜栽培講習会

いわみ中央産直振興協議会（松本昭二会長）は、春作野菜栽培講習会を1月25日～29日までの5日間、いわみ中央管内と桜江町の7会場で開催しました。この講習会は、直売所の品質向上と会員の所得向上を目的に開催し、毎年多くの参加があります。

講習会は、1部では各店舗の売り上げ状況・協議会の活動状況や栽培履歴の記載等事務局から説明し、2部では株式会社山陰種苗 大畑整社長を講師に招き、ジャガイモ・ネギ・セロリ・枝豆等の品種の栽培ポイントなどを説明、それぞれの品種の栽培ポイントなどを説明、会員の皆さんも熱心に聞き入っていました。最後に肥料の使い方、品種の選び方など質問があり有意義な講習会となりました。



寒さも吹き飛ばす 活気あふれるプレー!

1月26日宇野町運動公園において年金友の会宇野支部グラウンドゴルフ大会を開催しました。コロナの影響などで開催を延期していましたが、宇野地区ではグラウンドゴルフが盛んで、この大会を毎年楽しみにおられ、寒い時期ではありますが多くの方が参加されました。

みなさん和気あいあいとプレイされ「動いているとだんだん暑くなってきた!」と寒さもコロナも吹き飛ばすような活気あふれる大会となりました。結果は次の通りです。

- 優勝 河野 一幸さん
- 準優勝 佐々木 文子さん
- 3位 佐々木 ツヤ子さん



サプライズ

まるでちりめんで作った人形のような♪
本物の「でこぼん」ですよ
浜田市久代町 A・Sさん



何に見えますか?
想像力を働かせてみてください!
浜田市金城町 勝田 馨さん



いわみ中央地区本部

令和3年ぶどう産地ツアー 大募集!

いわみ中央ぶどう部会では

「浜田市でぶどう経営したい!」

「ぶどうの作業をサポートしたい!」方を大募集!!

生産から収穫までの体験を通じて、ぶどう作りを
この産地ツアーで体験してみませんか?

- 1 開催時期：令和3年5月～10月（年3回～4回を予定）
- 2 主催：いわみ中央ぶどう部会
- 3 開催場所：金城町内のぶどう生産者圃場
- 4 内容：ぶどうの生産から収穫に至るまでの過程
（座学・体験・圃場見学など）
- 5 参加料：3,000円/1名（予定）
- 6 募集定員：30名（募集定員に達し次第終了）

※ご興味のある方はお問い合わせください。

詳細が決まりましたら、改めてご連絡をさせていただきます。



【お申込み・お問い合わせ】

J Aしまね いわみ中央地区本部
営農経済部 特産課
TEL：0855-22-8818

おたよりコーナー

「キムチづくり」に参加しました。
難しいかと思ってましたが、フードプロセッサーを使っておいしいキムチができて楽しかったです。

浜田市金城町 M・Sさん

「小学生作文コンクール」を読んで「食」を支える農業の現場を実際に体験し、農業の大変さ、感謝の気持ちや伝わる作文に感動しました。私自身も「食」を支えてくださる方々に感謝して過ごさなければと思いました。

浜田市長沢町 K・Nさん

コロナで外に出回ることが少なくなり「しまねびより」は読んでとても楽しいです。あちこちで頑張っている姿を見るのも元気がもらえます。「しまねびより」の中でも好きなのが「サブライズ野菜」見つけた人の驚く顔を想像するのも楽しいです。

浜田市三隅町 T・Mさん

「しまねうれしび」で取り上げられた『あすっこ』、使い勝手が良く汁物、煮物、和え物と何にでも合うので、店頭に並ぶのが楽しみです。

浜田市上府町 U・Kさん

あぐりノート 営農情報



いわみ中央地区本部

教えて野菜作り!

2021年3月号



三月は春のお彼岸の時期でもあります。春のお彼岸は「春分の日」を中日として前後3日間、計7日間が「お彼岸」の期間となります。今年の春分の日は3月20日（土・祝）ですから、3月17日（水）から3月23日（火）までの7日間という日程になります。

春分の日太陽は真東から昇って真西に沈むことから、西方浄土に最も近づく日と考えられ、その日に先祖の冥福を祈り、お墓参りをする日となりました。

この日に食べるぼた餅は、春の農繁期を前に甘味の強いぼた餅で体力をつけるという意味も込められているようです。しかし、現在では簡単に甘味料も手に入りますが、昔は大変高級な食べ物でした。思わぬ幸運に恵まれることを、「棚からぼた餅（牡丹餅）」と言いますが、ぼた餅がいかに貴重品だったかを上手に表現した言葉だと思いませんか？いよいよ春本番、皆さんもぼた餅を食べて、いざ畑づくりに勢を出しましょう。

今月は生育適温が15～20℃と、あまり高温を好まなくても出来るサラダ菜・ハウレンソウです。

○初夏取りサラダ菜「キク科」（露地栽培）

初夏に向かって収穫の出来るサラダ菜、緑あざやかなサラダ菜、紅がきれいなサニーレタス、焼肉などに活躍するチマサンチュなど、にぎやかな食卓にサラダ菜を添えましょう。

作型	月旬	3月			4月			5月			6月		
		上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下
露地	主な作業	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		播種			定植					収穫			

(施肥例 1㎡当り)

肥料	元肥	追肥
堆肥	2kg	
サンライム	200g	
野菜美人	80g	50g

育て方

3月上旬～3月下旬、苗箱に種をまきます。双葉がしっかりしたら早めにポットに植え替え、本葉3～4枚で定植をします。根づいたら追肥をし、大きくなるのを待って収穫します。色々な品種がありますからよく選ぶ事と、日々大きくなり食べきれなくなりますので注意し、種まきを少しずつにするか、植え付けをずらすようにします。

種まき	苗箱にJAの土を入れ3cm間隔に線を引き、その溝に種を1cm間隔に播いてかるく覆土をし、かるく押さえます。その上に新聞紙をかけ、しみ込みまで水をやります。日当たりのよい暖かい所に置き発芽（3～5日）してきたら新聞紙をとります。（防寒対策として夜は家に入れるなどします。）
鉢上げ	双葉がしっかりしたらポットへ植え替えます。苗の下に指を入れ土をゆるめて1本ずつ抜き取るようにして、ポット（9cm）へ3本ずつ植えます。（セルトレイ・プラグポットで種まきをし、25～30日で本葉2.5～3枚で定植しても良いでしょう。）
苗管理	霜などのおそれのある所では、日当たりの良い所と、家の中で管理をし1日1回水をやります。
畑の準備	定植前には畑に堆肥、サンライムを施しておきましょう。その後、元肥を施し、畝幅90cm程度とし2条植え、株間30cm条間30cmに定植し十分にかん水します。
管理	追肥は定植後10日～2週間後株間にかん水します。春は特に雑草防除と保温を兼ねて畝を黒マルチで被覆した方が良いでしょう。生育初期は、土壌水分がやや多いほうが良好なので、乾燥しないようにかん水します。

○春まきハウレンソウ「アカザ科」（露地栽培）

根の赤い部分に糖分が多く含まれていて、葉を含め植物全体が甘いのがハウレンソウ本来の品質です。健康を考える上でも年間を通じて作りたい野菜です。耐寒性には強く0℃でも生育し、-10℃にも耐えます。逆に高温には弱く、20℃以上では生育が悪くなるので、夏に収穫するには品種や資材を選び、水やりなどの努力が必要です。また、排水の悪い圃場では根ぐされを起しやすく酸性土壌にはきわめて弱いのが特徴です。

日が長くなる春～夏にかけてとう立ちします。とう立ちの程度は、品種によって違い、葉の切れ込みの深い日本種はとう立ちしやすいので秋まきをします。切れ込みの浅い丸葉の西洋種は、春から初夏にかけてと晩秋にまき翌春収穫する栽培に適します。

周年の栽培暦

作型	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
春まき			○	○	○							
夏まき						○	○	○				
秋冬まき	○	○									○	○

○播種 □収穫 ○○ハウスが望ましい

(施肥例 1㎡当り)

肥料	元肥	追肥
堆肥	2kg	
サンライム	200g	
高度化成S604	60g	30g

畑の準備	種をまく2週間前には必ず堆肥、サンライムなどをまいて酸度調整をし深く耕しておきます。その11週間後に高度化成S604を施し、畝幅100～120cm、高さ15cmの畝を作り、条間15～20cmのまき溝をつます。この時まき溝の底面を平らにしておきます。
種まき	たっぷりかん水したあと溝に1cm間隔にすじ播きし覆土をします。まき溝の底面にでこぼこがあったり、覆土の厚さにムラがあると発芽や生育が不ぞろいとなります。
温度管理	低温に強いといっても極端な低温下で、凍、霜害のおそれがある3月の時期ではべたがけ資材などの防寒対策が必要になります。
間引き・追肥	本葉1枚のころ3～4cm間隔に、草丈が7～8cmに伸びたころ5～6cm間隔にするように間引きます。間引き後、畝間に追肥をし、中耕します。（追肥は、秋まき、春まきで施し、夏は栽培期間が短いため追肥はしません。）
収穫	草丈が20～25cmぐらいになって収穫します。30cm以上になると、取り遅れです。

※ワンポイント

- ・ハウレンソウは1粒でも発芽しますが、1粒まきの場合、発芽するために多くのエネルギーを消費し、根を深く伸ばすことができません。したがって、すじまきにしましょう。
- ・元肥、追肥に完熟堆肥またはボカシ肥を十分鋤きこんで、中高のベッドでの栽培も有効です。



営農情報

あぐりノート

島根県西部農林振興センターからのお知らせ

安全確認と予防対策で事故を未然に防ごう！

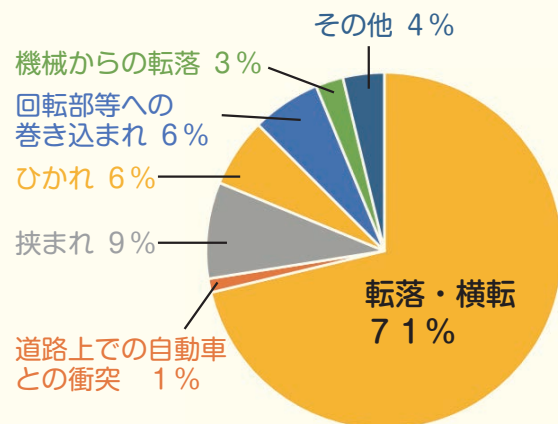
春が近づき農作業もこれから本格化しますが、日本全国で農作業事故により亡くなる方は、毎年約300人にも及びます。農作業事故の区分別では、農業機械作業による事故が約7割で、うち、乗用型トラクターの事故が最も多く約3割を占めています。

事故を未然に防ぐためにも、自分の農場で農作業を行う上で、どのような危険作業があるか把握し、リスク評価して対策を講じることも重要です。

事故発生原因（乗用型トラクター）

乗用型トラクターの死亡事故の原因の大半は、機械の転落・転倒によるものです。こうした事故を未然に防ぐためには、安全確認を十分に行うことや、公道でのルールを守るとともに事故の予防対策を講じることが大切です。

この春に是非、農業機械の点検と事故予防対策を見直してみましよう。



乗用型トラクターでの死亡事故原因
(出典：農林水産省)

☆事故防止の対策・準備は大丈夫？！

① 確実な運転操作

- ・取扱説明書等で安全な使用方法を確認しましょう。
- ・公的な資格の保有、講習修了が必要な作業があるか確認しましょう。(フォークリフト等)

② 危険作業の把握

- ・危険な場所や作業を把握し、対策をとりましょう。
- (例：農業機械乗用時のシートベルト・ヘルメットの着用徹底)

③ 機械の日常的な点検・整備

- ・定期的に必要なメンテナンスの実施、機械の更新を計画的にできるように機械整備記録台帳があると良いです。

☆事故発生時の対応

① 事故発生時の対応手順や緊急連絡先の確認

- ・仮に事故が起こったとしても、前もって対応手順を決めておくことで慌てずに対応できます。

島根県西部農林振興センター 浜田農業普及部 TEL：0855-29-5618

女性部通信

輝く女性部

いわみ中央地区本部



地域の方へ呼びかけ、女性部と交流を深めるこの企画をこれからも続けていきたいと思っています。

2月9日、いわみ中央地区本部ふれあいホールにて「きてみちゃんさい」を開催しました。女性部が研修会等を企画し地域の方々に広報誌で呼び掛け、新しい仲間作りの場を提供するために開催しています。今年度は1回のみ開催となりましたが、大好評の「味噌作り」を行いました。各地区の部長が講師となり、参加者に大豆、米麴、塩から作る基本的な作り方の指導を行いました。同じ材料、手順で作った味噌でも管理の仕方由来上がりが変わってきます。来年こそは、今回作った味噌を持ち寄って料理教室を開催したいと思います。

『きてみちゃんさい』開催

2月3日、いわみ中央女性部は女性部役員・支店生活文化担当意見交換会を開催しました。『組合員が支店をよりどころにするために出来る事』など、テーマに添ってグループ討議を行いました。女性部活動が活発に行われている一方で、支店職員との連携が十分に取れていない現状があり、今後、女性部と支店が一体となり地域を盛り上げていく必要があると考え、今回の意見交換会を開催することとなりました。

参加者からは「ほかの女性部で行っている活動の紹介や、普段利用しない支店での家の光記事活用展示などの情報が聞かれとても参考になった。」との感想がありました。

コロナ禍の状況だからこそ、今まで以上に繋がりを大切にし女性部と職員が一体感を持ち協力していくことの大切さを感じました。また、今後取り組むべき課題についての情報を共有することができ有意義な会となりました。



繋がりを大切に一体感を目指す！
女性部と職員の意見交換会

JA女子大学キャンパスレポート

2月の講義『味噌作り』

JA女子大学いわみ中央キャンパス6期生は、2月18日「味噌作り」に挑戦しました。

各自、家で柔らかくなるまで煮た大豆を持参し、麴と塩を混ぜ合わせミキサーで潰していきました。味噌団子を丸め、容器にしっかり詰めていき最後に塩をふって仕上げました。



何度か作ったことのある生徒は慣れた手つきで作業を進めていき、初めて作る生徒のお手本となっていました。

6期生だけでなく、女子大学OG会や女性部など、この時期味噌作りが盛んです。寒仕込みはゆっくり時間をかけて発酵し味に深みが出ておいしく仕上がります。また、地元の大豆や麴を使った「手前味噌」は何よりも安心です。今後も冬の手仕事のひとつとして楽しんでいきたいと思ひます。



の事業所

【営業時間 9時～16時】

いわみ中央地区本部

【営農経済事業】

- ・各種取次ぎ
- ・回覧の受付け
- ・肥料、農薬予約注文の受付け
- ・生活購買関係の事業所止め分の取次ぎ
- ・広報誌折込チラシやカタログ注文受付け
- ・種物、ゴミ袋等の販売
(美川、上府、波佐)

【信用事業】

- ・ATM操作補助
- ・各種取次ぎ
- ・旅行の取次ぎ
- ・相続手続きの取次ぎ

【共済事業】

- ・各種取次ぎ
- ・相続手続きの取次ぎ

【総務関係】

- ・女性部関係の取次ぎ
- ・各種組織関係の取次ぎ
- ・外勤対応
- ・組合員加入、脱退、異動等の取次ぎ
- ・相続手続きの取次ぎ

○長浜事業所（浜田西支店）



倉橋地域担当



近藤地域担当

3月1日より長浜事業所の取次業務を担当する倉橋です。

このたびの「事業所機能見直し」により、金融共済窓口は浜田西支店に集約され、長浜事業所は取次業務となります。

皆様には大変ご迷惑とご不便をお掛けしますが、引続き宜しくお願い致します。

○美川事業所（浜田西支店）



内田所長



中山地域担当

3月より事業所に配属になりました内田です。

取次業務が中心となり 大変ご不便をお掛けいたしますが、地域のみなさまに頼られる相談窓口として努めてまいりますので、前所長同様よろしくお願いたします。

これから

○上府事業所（浜田東支店）



和田地域担当



野口地域担当

上府事業所担当の和田正人です。取次業務が中心になりますが、ATMが設置されご不明な点等は、操作の説明をさせていただきます。お気軽にお声がけ下さい。宜しくお願致します。

○江東事業所（江津支店）



山藤地域担当



戸田地域担当

3月1日より江東事業所の取次業務を担当します山藤です。

事業所機能見直しで組合員の皆様には大変ご不便をおかけすることと思いますがATMの操作やご相談などお気軽にお声がけいただきたいと思ひます。

引き続きよろしくお願いたします。

○波佐事業所（金城支店）



河崎所長



前田地域担当

波佐事業所の河崎美智恵です。3月1日より引き続きお世話になります。よろしくお願いたします。

事業所機能見直しで取次業務が中心となり、組合員の皆様にはご不便をお



かけすることになります。皆様の声に耳を傾けて柔軟に対応していきたいと思ひます。お気軽にお声がけください。

人事異動のお知らせ

令和3年3月1日付

氏名	新部署	職位	備考	旧部署	職位
平谷 義弘	統括部長兼企画総務部	部長		企画総務部	次長
岡本 恭吉	営農経済部	部長		金城支店	支店長
山根 庄二	浜田支店	支店長		企画総務部 企画管理課	課長
永見 建	浜田西支店	支店長	(兼長浜事業所長)	三隅支店	支店長
原田 英男	江津支店	支店長	(兼江東事業所長)	旭支店	支店長
三浦 幸治	企画総務部	次長		企画総務部 総務課	課長
塚田 幸輝	企画総務部 企画管理課	課長		浜田支店	支店長
小田 和彦	企画総務部 総務課	課長		営農経済部 (兼営農企画課長)	次長
坂井 文幸	営農経済部	次長		営農経済部 農産課	課長
山本 泰介	営農経済部	次長	(兼営農企画課長)	本店営農対策部 営農指導企画課	課長
新田 孝男	いわみ中央統括支店	次長		浜田東支店	支店長
大屋 亮太	浜田東支店	支店長	(兼上府事業所長)	江津支店 江東事業所	事業所長
田中 貴之	三隅支店	支店長	(兼三隅営農経済センター長)	浜田西支店 長浜事業所	事業所長
石田 誠	金城支店	支店長		弥栄支店	支店長
藤本 智明	弥栄支店	支店長		雲城出張所	出張所長
岡本 裕次	旭支店	支店長		江津支店	業務課長
平藪 政昭	雲城出張所	出張所長		弥栄支店	業務課長
浅野 博照	営農経済部 農産課	課長		営農経済部 経済企画課	課長
柳光 孝紀	営農経済部 経済課	課長		営農経済部 資材注文センター	センター長
小川 喬志	いわみ中央統括支店 金融課	課長		統括支店 融資課	課長
長見 伸	いわみ中央統括支店 融資課	課長		浜田支店 業務課	課長
河上 辰士	浜田支店 業務課	課長	支店長代理	浜田支店 渉外課	課長
小川 聡	浜田支店 渉外課	課長		浜田西支店 美川事業所	事業所長
大野 耕志	浜田西支店 業務課	課長	支店長代理	浜田西支店 渉外課	課長
小笹 雅彦	浜田西支店 渉外課	課長		金城支店 渉外課	課長
河野 純治	江津支店 業務課	課長	支店長代理	江津支店 渉外課	課長
坂田 憲昭	江津支店 渉外課	課長		いわみ中央統括支店 金融課	課長
山口 晋哉	浜田東支店 業務課	課長	支店長代理	いわみ中央統括支店 金融課	課長補佐
三浦麻紀子	三隅支店 業務課	課長	支店長代理	浜田西支店 業務課	課長
岩地 達也	金城支店 業務課	課長	支店長代理	旭支店 業務課	課長
若本 貴志	弥栄支店 業務課	課長	支店長代理	三隅支店 業務課	課長
岡田佐恵子	旭支店 業務課	課長	支店長代理	金城支店 業務課	課長
内田 浩史	浜田西支店 美川事業所	事業所長		浜田東支店 上府事業所	事業所長
森岡 拓史	金城支店 渉外課	課長		企画総務部 企画管理課	課長補佐
宮田 高幸	浜田営農経済センター	センター長		金城営農経済センター	センター長
稲田 勝志	江津営農経済センター	センター長		弥栄営農経済センター	センター長
吉原 準二	金城営農経済センター	センター長		営農経済部営農企画課TAC	課長補佐
川本 領二	弥栄営農経済センター	センター長		企画総務部付 出向	
佐々木千秋	営農経済部 営農企画課	課長補佐		江津支店 江東事業所	所長補佐
吉田 篤行	浜田支店 業務課	課長補佐		浜田東支店	業務課長
森脇 宏道	江津支店	支店長補佐	地域担当	江津営農経済センター	センター長
三浦 勇	三隅支店	支店長補佐	地域担当	三隅営農経済センター	センター長
高木 大祐	企画総務部 企画管理課			浜田支店 渉外課	係長
大田 健一	企画総務部 総務課	係長		浜田支店 業務課	係長
大中 靖友	営農経済部営農企画課TAC			いわみ中央統括支店 共済課	係長
川神 昌之	営農経済部 経済課			営農経済部 経済企画課	
佐々木亮太	いわみ中央統括支店 金融課			浜田支店 渉外課	
平藪みどり	いわみ中央統括支店 金融課			金城支店 波佐事業所	係長
湊 秀明	いわみ中央統括支店 融資課			いわみ中央統括支店 金融課 F A	
畑岡 将平	いわみ中央統括支店 共済課			いわみ中央統括支店 金融課 F A	
菅田 美咲	浜田支店 業務課			江津支店 業務課	
中野 智子	浜田西支店 業務課			浜田支店 業務課	
佐々木佐芳	浜田西支店 業務課			浜田西支店 長浜事業所	
澁谷 光紀	浜田東支店 業務課			浜田東支店 上府事業所	
長谷 真菜	江津支店 業務課			江津西支店 業務課	
澤江 彩佳	弥栄支店 業務課			浜田西支店 美川事業所	
森下 将俊	浜田支店 渉外課			浜田西支店 渉外課	
森本 睦美	浜田西支店 渉外課			浜田西支店 美川事業所	
佐々木正典	浜田支店 渉外課			浜田西支店 渉外課	
柴田 錬	浜田西支店 渉外課			浜田支店 渉外課	

氏名	新部署	職位	備考	旧部署	職位
向井 和弘	浜田支店 渉外課			浜田西支店 業務課	
吉田 祐美	江津支店 渉外課			浜田西支店 業務課	
近藤 奈々	浜田西支店 支店長付		地域担当	浜田西支店 長浜事業所	
野口 晴海	浜田東支店 支店長付		地域担当	浜田東支店 上府事業所	
本田 千恵	企画総務部 総務課付			浜田西支店 長浜事業所	
山崎 有咲	企画総務部 総務課付			浜田西支店 業務課	
住田 雪	企画総務部 総務課付			江津支店 江東事業所	
稲岡久美子	営農経済部 経済課			営農経済部 経済企画課	
山下 秀男	営農経済部 経済課			営農経済部 資材注文センター	
高田 良幸	営農経済部 経済課			営農経済部 営農企画課	
遅越 香	営農経済部 経済課			営農経済部 資材注文センター	
山藤 遥	営農経済部 経済課			営農経済部 資材注文センター	
江川 裕子	いわみ中央統括支店 共済課			三隅支店 業務課	
花木 美幸	浜田支店 業務課			雲城出張所 業務課	
久谷 春菜	浜田西支店 業務課			浜田支店 業務課	
岩田さやか	浜田西支店 業務課			浜田西支店 美川事業所	
倉橋 英二	浜田西支店 長浜事業所			浜田西支店 支店長付	
橋本 敏江	浜田東支店 業務課			浜田東支店 上府事業所	
和田 正人	浜田東支店 上府事業所			企画総務部 総務課付	
山藤 瑞江	江津支店 業務課			江津支店 江東事業所	
山本 朋子	三隅支店 業務課			浜田東支店 業務課	
永澤 和恵	雲城出張所 業務課			浜田支店 業務課	
東 照美	金城支店 業務課			金城支店 波佐事業所	
宮崎 綾	旭支店 業務課			金城支店 業務課	
戸田美里子	江津支店 支店長付		地域担当	江津支店 江東事業所	
大江 由美	江津西支店 支店長付		地域担当	江津西支店 業務課	
前田 光子	金城支店 支店長付		地域担当	営農経済部 営農企画課	
河崎 貴義	弥栄支店 支店長付		地域担当	営農経済部 葬祭センター	センター長
杉本 由美	金城営農経済センター			旭営農経済センター	
幸田 透	弥栄営農経済センター			浜田支店 業務課	
石橋しおり	旭営農経済センター			金城営農経済センター	
平坂 千春	企画総務部 企画管理課			企画総務部付	
坂野亜耶子	営農経済部 営農企画課			浜田支店 業務課	
榎 ゆき恵	金城支店 業務課			金城支店 波佐事業所	
青笹 貴大	本店金融部 事務管理課			江津支店 渉外課	
若本加奈子	本店共済部 共済事務管理課			江津支店 業務課	

【出向】

氏名	新部署	旧部署	職位
大堂 和敏	(有)ふるさと支援センターめぐみ	営農経済部	部長
斎藤 英司	浜田市農林業支援センター	浜田営農経済センター	センター長

【退職者】

令和3年2月28日付

氏名	現部署	職位	備考
松原 啓二	統括部長兼企画総務部	部長	
佐々木清繁	営農経済部	次長	
中山 博幸	浜田西支店	支店長	
山藤真紀夫	江津支店	支店長	
岡本あけみ	三隅支店 支店長付 (地域担当)		
光永 茂	江津支店 支店長付 (地域担当)		
竹田 稔	企画総務部付 出向		
長谷川玲奈	浜田東支店 業務課		

【定年再雇用者】

令和3年3月1日付

氏名	新部署	職位	備考
佐々木清繁	営農経済部 特産課		
松原 啓二	営農経済部 葬祭センター	センター長	
中山 博幸	浜田西支店 支店長付		地域担当
山藤真紀夫	江津支店 江東事業所		

【新規採用者】

令和3年3月1日付

氏名	配属	備考
中村 隆	浜田営農経済センター	



令和3年 営農経済センター 農繁期休日営業カレンダー

日曜日・祝日 土曜日 営業日

JALまね いわみ中央地区本部

いわみ中央地区本部

4月 17日から、土・日・祝日営業 (8:30~17:00)

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

5月 土・日・祝日営業 (8:30~17:00)

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

6月 平日営業 (8:30~17:00)

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

7月 平日営業 (8:30~17:00)

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

8月 平日営業 (8:30~17:00)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

9月 土・日・祝日営業 (8:30~17:00)

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



- ◎浜田営農経済センター 0855-22-8827
- ◎江津営農経済センター 0855-52-2804
- ◎三隅営農経済センター 0855-32-0255

- ◎金城営農経済センター 0855-42-1409
- ◎弥栄営農経済センター 0855-48-3223
- ◎旭 営農経済センター 0855-45-8080

地域の話題



天気の良い日には日本海と大山まで見通せます。早朝の雲海、日本海に沈む夕日、満天の星空なども観祭できます。交通安全祈願に訪れてみてはいかがでしょうか？

金城オートバイ神社はオートバイはもちろん、自転車や馬に乗る人もライダーと呼び、すべてのライダーの安全祈願と交流の場として2014年に建立されました。

馬は古くから縁起の良い動物とされ「馬は人を踏まない」「突進しても決してぶつからない」とも言われています。鉄馬（アイアンホース）とも呼ばれるオートバイを、隣接する「かなぎウエスタンライディングパーク」の馬たちが出迎え、すべてのライダーの無事と安全を見守り幸運をもたらしてくれることを願い、日本で第一番となるオートバイ神社が作られました。



ライダーの聖地 第1番
「金城オートバイ神社」
浜田市金城町

福祉センターからのお知らせ

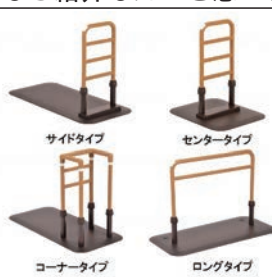
手すりについて part2 前回手すりについて一部ご紹介しましたが、まだまだ色々な手すりがあるので今回もう少しご紹介したいと思います。



布団からの離床動作や座布団などの低い所からの立ち上がりをサポートするようになっています。



何本か手すりを連結することで廊下や室内の空間の歩行動作もサポートできます。



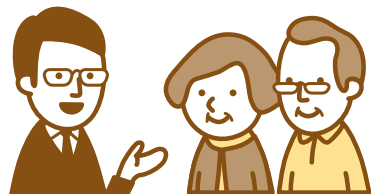
ベッドや布団での離床や立ち座り、立ち姿勢、ポータブルトイレなどへの移乗や短い距離の歩行などさまざまな生活動作をサポートできます。

手すりは住宅改修ではなく貸与（レンタル）で間に合う場合もありますのでご相談ください。
（介護保険レンタル：1割負担で月々約200円～2,000円 購入：定価約9,000円～400,000円）

福祉用具については福祉センター 其原にお問い合わせ下さい ☎0855-22-8918

年金相談会

4月9日(金) 浜田東支店
午後3時から午後7時まで



メガネ・補聴器巡回スケジュール

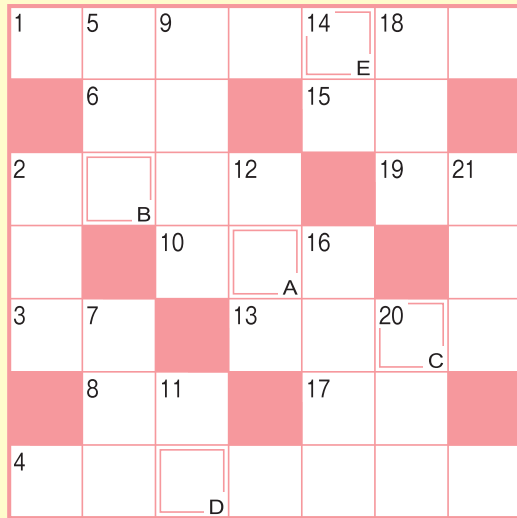
開催日	時間	会場
4月2日(金)	午前9時から午後3時まで	三隅支店前
4月12日(月)	午前9時から午後3時まで	Aコープやさか前
4月13日(火)	午前9時から午後3時まで	浜田営農経済センター前
4月14日(水)	午前9時から午後3時まで	Aコープあさひ前
4月15日(木)	午前9時から午後3時まで	江津西支店
4月16日(金)	午前9時から午後5時まで	金城支店前
4月17日(土)	午前9時から午後3時まで	金城支店前
4月26日(月)	午前9時から午後3時まで	江東事業所
4月27日(火)	午前9時から午後3時まで	美川事業所
4月28日(水)	午前9時から午後12時まで	旭 旧和田事業所前
4月30日(金)	午前9時から午後5時まで	三隅支店前

ご自身・ご家族のメガネ調整、補聴器点検等気軽にお立ち寄り下さい!!

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
- 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
- ⑳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

〒697-0024 浜田市黒川町3741番地

J Aしまね いわみ中央地区本部 ふれあい課 「クイズ」係

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

楢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
ボタン鍋いつも同じ具も顔も
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
大出雲町 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。



J A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、J Aしまねに帰属するものとします。

※受賞作品は地域名、氏名（または雅号）を掲載します。

あて先

〒690-0887 松江市殿町19-1

J Aしまね ふれあい福祉課

「俳句の広場係」または「川柳の広場係」

F A X : 0852-67-7708

Eメール: fureai.hon@ja-shimane.gr.jp



最優秀賞、優秀賞の4名様には「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なりたい ～一緒にJAで働きませんか～

JA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



JA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JA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
JA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。

JA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」で収穫されたお米も使用!

- 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】

春は気持ちり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）