

2019

1

January Vol.34

JAしまねびより

特集 島根のいいもの再発見!! 「津和野町 榎(さかき)」 西いわみ地区本部



大鷲谷稲成神社
の賑わい(津和野)

kaomichi

JALまね く に び き 地区本部版



謹賀新年

皆様のご健康と

ご多幸と

心よりお祈り

申し上げます

代表理事組合長 竹下 正幸

代表理事副組合長 山根 盛治

代表理事専務 高木 賢一

代表 監事 松浦 宗和

役職員一同

新年あけましておめでとうございませす。

組合員の皆様には、新しい年を穏やかに迎えることとお慶び申し上げます。

今年も無事に新年を迎えられましたのも、組合員の皆様をはじめ、地域の皆様のご理解とご協力の賜物と心から感謝を申し上げます。

昨年を振り返りますと、1月の大雪や4月の地震、7月の豪雨や9月から10月の台風被害など、県内でも多くの被害が発生いたしました。被災されました方々に心よりお見舞いを申し上げますとともに、今後も復興に向けたご支援をさせていただきますと思います。

事業運営につきましては、「第1次中期経営計画」と「農業戦略実践3カ年営農計画」の最終年度として、前年に引き続き「儲かる農業の実現」を念頭に、自己改革の3本柱である「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」を最重要課題として、取り組んで参りました。

営農関係では、新設した販売戦略室により、品目横断的に販路開拓に努め、新しい商品企画や輸出や都市圏での販売など、販売を起点としたものづくりを進めました。また、米については生産調整の

見直し初年度を迎えるなかで、事前契約比率の向上を重点的に進め、畜産では県央畜産総合センターや隠岐地区の二つの市場整備など、基盤強化の取り組みも着実に進めているほか、担い手育成や経営指導にも力を入れました。

地域の活性化では、地区本部を核として女性組織、青年組織等と連携を図りながら、食と農を基軸としたくらしの活動に取り組み、各地域でJA・支店まつりや組合員セミナー、農業体験、生活文化教室などを開催し、多くの組合員・地域の皆様に参加していただく機会づくりに努めました。

また一方で、「運営体制改革」「事業改革」についても最重要課題と位置付けて取り組み、昨年11月に開催した臨時総代会では、次の役員改選から理事数を現行の65人から40人とし、このうち常勤理事を33人から17人に、非常勤理事は32人から23人に、監事を9人から6人に削減する役員体制と、運営委員会の再構築と強化を含む新しい運営体制に関する議案をご承認いただきました。今後は車の両輪としての事業改革を早急に進め、一層の統合メリットの発揮、効率化を進め、組合員の皆様への還元に努めて参りたいと考えております。

さて、本年は現在策定を進めている「第2次中期経営計画」と「第2次農業戦略実践3カ年計画」の初年度となりますが、農業やJAを取り巻く環境は日欧EPA、TPP11の発効、米国とのTAGなど大変厳しい中での計画となります。そのうえ、5月には「農協改革集中推進期間」の期限が到来します。政府はJAの自己改革の実施状況等を調査し、その結果次第では信用・共済事業の分離や准組合員の事業利用規制を視野に、更なる農協改革圧力を強める懸念もあり、JAは重要な局面を迎えます。

このように大変厳しい経営環境の中ではありますが、今後も組合員の皆様との話し合いの機会を多く設け、いただいたご意見を事業に活かし、皆様から選ばれて、信頼され、ご利用いただけるJAに向けて、役員が一体となり取り組んで参りますので、引き続きご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

組合員、地域の皆様にとりまして、本年が幸多い一年でありますよう心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。

平成31年1月

代表理事組合長 竹下 正幸

島根には誇れる農産品がたーっくさん！
島根のいいものの再発見!!
 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！

【津和野町 榊(さかき)】

1月は、西いわみ地区本部。鹿足郡津和野町で、神事や神棚に使う榊の栽培に取り組む、商人(あきんど)榊生産組合長の田中幸一さんにお話しをお伺いしてきました。



雨の中、榊が育つ山の中で色々とお話をいただきました。

榊を栽培するきっかけを教えてください。

昭和48年、20歳の時、荒茶生産の専業農家として経営を引き継ぎました。旧日原町の商人(あきんど)集落は中国山地の山あいであり、ほとんどが森林で平坦な農用地は1パーセント未満と農業が不利な中山間地です。当時から高齢化が進み人口は減少、何とかしなければならぬと何度か集落で話し合いました。地区にたくさんあるものは、広大な里山と高齢者の労働力。掛け算の原理でこのたくさんあるもの同士を掛け合わせることであればより大きな核となる、すなわち新たな核となる特産品を創り出すことができます。里山を活用できるものには何があるのか。集落で出した答えは榊でした。榊なら広大な里山を農用地として見立てることができ、稲作のようにコンバインなど機械を乗り回す必要がない。ハサミとカゴのみで高齢者が無理なく作業できる。当時は山に自生する榊を切り取って販売する人はいましたが、計画的に植栽し栽培ものとして生産している人はいませんでした。それならば、一大産地化を目指し農家全員で取り組もうと平成元年に集落の全21世帯(2世帯は非農家)のうち、19戸で「商人榊生産組合」を設立。短期的にはタラの芽などの山菜、長期的には榊をと、平成生まれの特産品を作っていくと動きだしました。第1次に6.8ha、その後2、3次と造成し最終的には8ha弱の面積で約3万本を植栽し生産を開始しました。



商人地区、急峻な中国山地の谷間に里山の暮らしを見せてくれます。

榊の栽培や収穫はどのようにするのですか？

ハシゴを使って収穫する必要がないようになるべく樹高を低く仕立てます。樹齢5年辺りから収穫できるようになり、ハサミを持ち、カゴを背負って山で枝を収穫していきます。持ち戻った枝は葉の汚れなどを洗浄した後、虫食いや葉の形が悪いもの、欠けているものなどを見極め、綺麗な枝ぶりのものだけに振り分けします。大きさは枝ぶりなどで5種類くらいに分け神棚等に立てる

これまでの大変だったことや苦労してきたことなどありますか？

最初の数年は在来種の榊を里山に降ろそうとスコップな

前提で高さ30cm、底辺が25cmの2等辺三角形になるように数本を束ねた後、水揚げ・保水処理を行い出荷します。益田市と浜田市のほか、広島市の市場に出荷しています。



より良い商品にという想いが、市場に評価される高い品質を保つ秘訣につながっている。



タイムスリップしたかのような風景も、様々な努力と工夫が脈々と受け継がれてきた証なのかも。



作業しやすいよう整備された里山に榊が立ち並び。近いからこそ手入れが行き届き、その努力と時間が立派な畑に。

ど持って苗を探して山奥まで取りに行っていました。先端の細かい毛細根まできちんと取らなければならず、重労働かつ効率が悪く「これじゃだめだ」と痛感しました。そこで種苗会社4、5社から数種の苗木を取り寄せ、それぞれの世帯で東西南北や日照時間の違う条件で榊を植えて品種を比較、集落に合った榊を選び栽培をはじめました。先進地で勉強する機会がもてないため、栽培方法から病気や害虫の種類や対策まで試行錯誤を繰り返しながらこれまで行ってきました。幸い、榊はお茶と同じツバキ科の植物だったので親しみが有り、これまでの経験が生かせる時がありました。榊の生産は今年で30年目になりますが、生産者全員の頭の中にあつた知識を体系化した栽培マニュアルは、近年になってようやく新規生産者に渡せるようになりました。大変な作業の1つには、点在する榊の場所まで肥料を持って行き散布するのが労力を要します。

市場での評価はいかがですか？

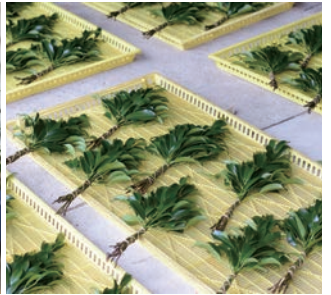
しっかりと肥培管理しているので葉の色ツヤがよく、加えて日持ちが良いと高く評価をいただいています。お客様の中には水に入れていたら発根したという人がいるほど、鮮度や品質にはこだわっています。近年は外国産の榊が多く出回っており、品質が極めて高い国産の榊を求めて花屋さんをはじめ、全国の市場から訪ねていらっしやいます。生産量に限りがあるため需要に対して供給が追いついていないのが現状です。

今後の抱負や展望を聞かせてください。

市場からの引き合いはたくさんあるので、生産量をまだまだ拡大しなければならぬと考えています。平成24年には津和野町全域、平成27年に

榊 (さかき) 一口メモ

「木」に「神」と書いて榊(さかき)。神道で古くから関わりがあるとされる常緑樹で、常に生い茂っている木のため「栄木(さかき)」、神と人との境界を示す意味もある「境木(さかいき)」というのが語源とされる。毎月1日と15日に神棚の榊を変える習慣のほか盆や正月、お彼岸等の特需など、1年を通して安定的な需要があることから、集落では年150万円前後の収入が見込める副職として榊の生産を積極的に勧めている。商人地区での榊栽培の最高齢者は88歳と91歳の夫婦がいるほか、近年に参入した20代の生産者が出荷量を増やすなど、個人の状況やライフスタイルに合わせて榊生産を有効に活用するデザインが注目を浴びている。



「凜とした」という表現が正しいかどうかは別として、こんな綺麗で立派な榊を見るのは正直初めてでした。「本物」という言葉がふさわしい。

は西いわみ地区管内へと、生産組合の規約を改正して門戸を広げ、栽培面積を増やしているところ。また研修生・インターンを積極的に受け入れており、現在の組合員31人のうち、5人はインターン者です。需要が1年を通して安定しており、何らかの農作物等の営



田中組合長(左)と研修生の中川峰さん(右) 中川さんをはじめとした若手が商人イズムの継承者として榊栽培に取り組みだしている。

農と合わせて副職として榊の栽培を勧めています。私自身は6年前に荒茶の生産を辞め、山菜と榊の生産に切り替えました。限界集落といわれた商人地区は昔からチャレンジ精神が旺盛な土地柄です。変わりゆく時代に柔軟に対応し、地域の農業が途絶えないよう努力を続けています。

チャレンジ「JA自己改革」



「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の3つを基本目標に、JA自らが進める改革のことをJA自己改革と言います。JAしまね農業戦略実践3カ年営農計画の取り組みはもとより、食農教育や社会貢献活動等を通じて、地域活性化と住みよい地域社会づくりをめざします。

JAは地域の活性化に取り組んでいます！

JAは農業だけではなく、JAならではの取り組みで「地域の活性化」に貢献しています。

〔食農教育〕▶▶▶▶

代表的なものに「食農教育」があります。子どもたちはもちろん大人にも、「食べる」という行為そのものだけでなく、その背景にある「いのち」や農業の果たす役割をお伝えすることに大きな特徴があります。農業体験学習などを通じて、土に触れる楽しさや収穫の喜びを味わうだけでなく、農家の苦勞を知り、自分の住む地域の魅力や地産地消の意味を学ぶ絶好の機会になっています。



ホームページで TVCM
「愛菜カレー」編を公開中！



◀◀◀◀〔JA女性部活動〕

女性部の活動も、食と農を通じて地域を元気にする取り組みにつながっています。各地域の伝統料理を学び伝える講座や、健康教室、趣味のサークルなど幅広く活動しています。また、一般教養や料理講座などを年間のカリキュラムで学ぶ「JA女子大学」も人気で、若い女性を中心に生き生きと活動しています。

元気な女性たちが、多方面の活動に加わることで地域に活力が生まれ、活性化につながっています。

理事会情報 (11月29日開催)



(紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)

- ① 平成30年度しまね農業生き生きプランの承認について
- ② 第2次農業戦略実践3カ年営農計画(2019~2021年)の策定について
- ③ 信用事業にかかる平成31年度からの事業運営モデルの選択について
- ④ 平成30年度末決算見込み(1次)について
- ⑤ JAしまね中間期ディスクロージャー誌2018の作成について
- ⑥ 次期中期経営計画(2019~2021年度)策定の進め方について
- ⑦ 役員選考について
- ⑧ 年間所定内労働時間の統一について

協議事項

地区本部トピックス

雲南

飯南町無人航空機運営協議会 ドローン免許新たに4人取得し体制強化

飯石郡飯南町にある同町無人航空機運営協議会は、無人ヘリコプターやドローンを使った水田防除に取り組んでいます。12月10日から14日に行われた免許講習会では、農業用マルチローター（ドローン）の技術認定証を新たに4人が取得し、来シーズンに向けて体制を強化しました。

今年7月に同協議会のメンバーでもある松江市の株式会社SWIFTが、県内初の農林水産航空協会認定の教習所、整備事業所として認定されたことを受け、分校開催として同町で講習会を開きました。

今年は町全体と雲南市の一部、約900㍍で散布。高齢化が進み防除面積が年々増加する中、作業者の負担を軽減するために拡充を図りました。

来年はヘリとドローンの免許取得者16人で作業を進めていく予定です。新たに免許を取得した同町の藤原翔太さん（20）は「地域の皆さんの力になれるよう頑張りたい」と意気込みます。



免許講習会でドローンを操作する藤原さん

くにびき

店舗のイメージや窓口の対応、 職員の身だしなみを競う 美粧化コンクール実施

くにびき地区本部は12月6日、支店・店を巡回し、店舗内外の明るい雰囲気や接遇、職員の身だしなみなどを審査する「店舗美粧化コンクール」を実施しました。

同コンクールは各支店・店の創意工夫で、親しみやすく安心感があり、来店したくなるような明るい店舗作りを目指し開催しています。

当日は、12名のJA職員と4名の女性部の部員が審査員となり、4班に分かれて巡回しました。

審査員は「店周・外観」、「ATMコーナー」、「店内」、「身だしなみ・接遇」について審査し、上位3支店・店を選出。1位にはキャンペーンなどを効果的にPRし、気持ちの良い挨拶をしていた川津支店が選ばれ、法吉支店、宍道支店と続きました。

審査員を勤めた女性部東出雲支部の森口順子支部長は「それぞれの支店・店で工夫がされていた。明るく挨拶をされる支店には、また来店したくなった」と評価しました。



川津支店の店内をチェックする審査員

隠岐

平成30年度果樹剪定講習会を開催

隠岐地区本部は12月13日（木）に、平成30年度果樹剪定講習会を開催しました。

果樹剪定講習会としては、昨年に引き続き2回目の開催となり、隠岐農産物生産者協議会の会員を中心とした島内の生産者32名が参加しました。

当日は島根県農業技術センターより2名の方に講師として来島いただき、栽培や剪定のポイントなどをわかりやすく説明していただきました。

あいにくの雨の中での開催となりましたが、参加者からは剪定についてはもちろん、普段の管理や実際に被害のあったみかんを例にした病害虫の防除についてなど多くの質問があり、とても有意義な講習会となりました。



やすぎ

新たな担い手誕生

やすぎ地区本部は11月21日、やすぎ担い手支援センターで新規就農者実践研修修了式を開催しました。イチゴが特産の安来市で、新たに2人の担い手が誕生しました。式には県や市、指導農業士ら約20人が出席し、研修生2人の修了証書授与と激励を行いました。

研修を修了したのは、大阪府出身の山下勇人さんと神奈川県出身の大森雄介さんで、2人は島根県で農業がしたいと1ターンを選びました。特産であるイチゴを研修品目として、平成28年から市の新規就農研修事業で、指導農業士の池田憲司さんと野島年光さんの下、それぞれ一からイチゴ栽培などを学びました。その後平成29年から今年8月まで、同センターで栽培全般と収穫などの実践研修を3,000時間弱行いました。

同センターは2012年の開設以降、今回の2人を含め11人の修了生を送り出しています。



大森さん（前列中央右）と山下さん（前列中央左）

斐川

組合員学びのひろば 「防災を学ぼう！」

斐川地区本部は12月3日、自然災害などの緊急時に対応できるよう「防災を学ぼう!」と題してセミナーを開催しました。始めにJA職員が、家の光記事からアウトドアコードを使用した「防災プレスレット」を紹介説明し、参加者が作りました。続いて、日本赤十字社島根県支部より2名の指導員を講師に招き、風呂敷で作る「リュックサック」、1枚のタオルケットや毛布を利用した「ガウン」、リラックス効果のある「ホットタオル」の作り方など、災害時に役立つアイデアを教わりました。また、貴重な水を有効利用したお米の非常炊き出し方法なども学び、参加者は質問等を交えながら真剣に取り組んでいました。企画した組織広報課の周藤課長が「日々の備えが大切、今回の研修を万が一のときに活か

かしていた
きたい」
と総括し、
防災意識の
高まったセ
ミナーとな
りました。



タオルケットを利用して作った「ガウン」

石見銀山

第4回JAしまね石見銀山地区本部 家の光大会

石見銀山地区本部は12月8日、大田市大田町の島根県立男女参画センター「あすてらす」で、第4回JAしまね石見銀山地区本部「家の光大会」を開催しました。

JAしまね石見銀山女性部、JA役職員、一般の家の光愛読者210人が参加し、公演や「みどりをまもる小学生作文コンクール」受賞作文の発表など数々の催しを楽しみました。

公演では、JAしまね出雲女性部塩冶支部「えんまん座」がユニークな寸劇やダンスを披露し、会場を大いに沸かせました。

その後は、JAしまね女性部が主催する「みどりをまもる小学生作文コンクール」で島根県知事賞を受賞した大田市立池田小学校6年の藤原大和さんによる作文の朗読や家の光記事活用体験発表、ふじの会の日本舞踊、川合支部のフォークダンスなどのアトラクションが行われました。



ダンスを披露する女性部川合支部

隠岐
どうぜん

来店感謝デー開催

師走の年金支給日12月14日（金）に毎年恒例になった来店感謝デーを実施しました。

当地区本部3支店の統一粗品として、JA海士町農産加工場で海士町産もち米を使用して製造した「紅白餅」を日頃の感謝を込めて来店者にプレゼントしました。また西ノ島支店では、この時期利用者のみなさまからのご要望と評判の高い「石焼き芋」を早朝から準備しました。グリーンストア（西ノ島）では歳末商品と直売野菜などの「割引歳末大売出し」を同日開催し、多くの方に来店いただきました。有難うございました。



出雲

タオル1人1枚運動 JAしまね出雲女性部

JAしまね出雲女性部が、「タオル1人1枚運動」で集めたタオル3,500枚を出雲市の高齢者福祉施設「みどりの郷」4施設へ寄贈しました。11月29日には贈呈式を行い、同女性部の高野智子部長と三原洋子河南地区長が「みどりの郷 湖陵」の吉井忠夫施設長にタオルを手渡しました。

部員から自宅で眠っている未使用のタオルを集めて福祉施設に寄贈する運動で、今年初めて企画したものです。発案した高野部長は「多くの部員が参加しやすく、皆さんの役に立てることはないかと考えた。部員の力が集まれば、1人1枚でもすごい枚数になる」と話しました。

JAしまね出雲地区本部の職員や、同地区本部の関連会社にも呼びかけ、7～9月の3ヶ月間で約4,500枚を収集。そのうち1,000枚は、7月の西日本豪雨で被災したJAしまね島根おち地区本部管内への支援として贈りました。



高野部長（右奥）と三原地区長（右手前）から吉井施設長へ贈呈

西いわみ

購買店舗をリニューアルしました。

西いわみ地区本部は11月30日、益田市美都町の購買店舗「ラーバン」をリニューアルし、「YショップJALしまねラーバン」としてオープンしました。

業務運営は、同町で温泉施設などを運営する(株)エイト(青木正美代表取締役社長)が担い、地域の皆さんの生活を支えます。全農と提携関係にある山崎製パン(株)の地域密着型店舗形態「Yショップ」を活用した事業展開と(株)エイトが掲げる地元経済の活性化と地域住民の生活を守る取り組みとが合致すると考え、「Yショップ」へ業態転換することを決めました。

ヤマザキオリジナル商品に加え、地元生鮮食品や農産物加工品、JAブランド品も従来通り取り揃えています。

オープニングセレモニーでは、青木社長が「新店舗は生活を守る大事な店。この店が末永く発展するようがんばりたい」と抱負を述べました。

田村清己本部長は、「食と農の安全を目指し地域に貢献できる店舗となるよう支援したい」とエールを送りました。



島根おおち

地元の味覚を全国へ「味の絆」

島根おおち地区本部では、毎年お歳暮時期に合わせて取扱う『味の絆』の発送が12月4日より始まりました。

この「味の絆」は、管内の農畜産物と加工品を贈答用品として取り扱うことで、管内農畜産物の質の向上を目指すとともに、地元の味覚を全国に味わってもらおうと行なっているもので、北は北海道から南は沖縄まで、全国各地に発送しています。取扱う商品は、人気の石見和牛肉のすき焼きセットや管内加工場で製造したきねつき餅の他、島根おおち地区本部で振興に取組む特別栽培米「石見高原ハーブ米こしひかり」、「石見高原ハーブ米きぬむすめ」、石見高原ハーブ米コシヒカリを原料とした純米酒「^{ゆうか}邑華」など15種の商品を取扱っています。今後もより多くの方にふるさとの旬の味をお届けできるよう、販売数増加を目指し取り組みを行ってまいります。

今年度の取扱いは、12月21日(金)の発送をもって終了となりました。



本店

女性大会、家の光大会 大盛況!

JAしまねとJAしまね女性部は12月5日、出雲市のラピタウェディングパレスで「第36回JAしまね女性大会ならびに第20回島根県家の光大会」を開催しました。

やすぎ、石見銀山、いわみ中央の3地区本部の愛読者が発表した家の光記事活用体験発表では、「ふみだせ2歩!」と題し発表した、やすぎ地区本部の梶村純子さんが最優秀賞を受賞しました。介護現場で働く梶村さんは、家の光記事を活用した介護予防に繋がる講座を企画。最初は1人だった参加者も徐々に増え、今では年間教室に発展した様子を発表しました。梶村さんは来年2月に神奈川県横浜市で開催される「第61回全国家の光大会」に県代表として出場します。

各女性部が練習を重ねて発表したグループ活動では、ス Copp 三味線やベリーダンス、ファッションショーなどを披露。最後には隠岐どうぜん女性部による「キンチャモニャ」を会場全員で踊り、盛況のうちに閉会しました。



最優秀賞を受賞した梶村さん

いわみ中央

産直の加工品を増やそう!

JAしまねいわみ中央地区本部産直振興協議会江津支部は11月21日と28日の両日、会員を対象に加工品に関する研修会を開催しました。この研修は、所得向上に向け季節の農産物に付加価値をつけることを目的に、基本的な加工技術を習得するもので、会員は地区本部管内の産直の加工品をもっと増やしていこうと真剣に研修に参加しました。

前半の研修は漬物・ジャム類の加工の基礎的研修で、講師の生田千枝子アドバイザーより、漬物に関しての保存方法や殺菌方法等の説明を聞きました。併せて浜田保健所職員を講師に、表示研修も行いました。後半は実習として、ピクルスやジャムを作り、ビン詰め殺菌方法などを学びました。

会員は、「漬物を出荷する場合、保健所の許可も必要になってきて、より安全安心を求められてきているが、今日は殺菌方法等具体的な指導を受け勉強になった。質の高い商品を出荷するためにも、このような研修の定期的な開催を望む」と話していました。



本年もよろしく お願い申し上げます

平成31年1月1日
JAしまねくにびき地区本部 役職員一同



新年明けましておめでとうございます。
謹んで新春のお慶びを申し上げます。

旧年中は、当JAの事業運営に格別のご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

昨年は、今まで経験したことがない豪雨や台風、各地で発生した地震、命に危険を及ぼすような猛暑など、天変地異とも言える状況が日本列島を襲った一年でしたが、これが普通の年とならないよう願うばかりです。

農業に関しては、「米国を除く環太平洋連携協定」が日本を含む六カ国で昨年十二月に発効し、「日本と欧州連合の経済連携協定」が今年二月に発効する見通しとなり、更には、一月中旬からの「日米物品貿易協定」交渉が控えており、今年は農畜産物の大幅な市場開放を迫られる年となります。また、「米の生産調整見直し」の二年目にあたり、適正生産量に基づく需要に応じた生産ができるか、正念場を迎える年でもあります。JAの経営面では、人口減少や高齢化は全ての事業に影響を及ぼし、加えてマイナス金利政策の影響により信用事業収益が大幅に減るなど、厳しさが増すことが予想されます。

こうした環境変化、構造変化のなかで、農業現場の状況や地域の声を踏まえ、農業者の所得増大、農業生産の拡大、地域の活性化を目指すJA自己改革に役職員一丸となって取り組んでまいります。

また、「運営体制改革」として、今年六月の役員改選に向けて役員定数の削減（理事六〇名から四〇名、監事九名から六名）が、昨年十一月開催の臨時総代会で決定いたしました。これに加え、くにびき地区本部では、経営基盤の強化に向け「信用・共済事業体制及び支店機能・ふれあい店の見直し」に取り組みことと致しております。いずれも座談会等でご説明申し上げますので、ご理解、ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

本年は、新天皇の御即位と改元の年となりますが、組合員・利用者の皆様にとりまして、よき年となりますよう心からご祈念申し上げます、年頭のご挨拶とさせていただきます。



本部長 栗原 令

明けましておめでとうございます。
旧年中は、JA運営に深いご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

農業者・JAに対して、外部から農協改革の名のもと、様々な声があつていますが、JAでは生産資材の低減等の自己改革に取り組んだ一年でありました。今年もさらに農業者やJA利用者様のご理解のもと、魅力あるものに推し進めていかなければなりません。

それには、実践的に事業改革と率先垂範して「農家所得の増大」と「豊かで暮らしやすい地域社会の実現」を目指して尽力しなければならぬとさらに気を引き締めています。

このことが日本の農業の未来を切り開き、更に発展するものと確信しています。これを肝に銘じて本年も事業運営に努力いたしますので、より一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます、ご挨拶いたします。



副本部長 田中 鈴夫

謹んで新春をお祝い申し上げます。

旧年中は組合員の皆様にはJAの事業運営について、ご理解ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

2019年は景気減速も懸念されるなか、ゼロ金利政策の長期化や少子高齢化による人口減少等、JAにとって事業環境の厳しい状況が一層深刻化することが想定されます。

そのなかで、総合事業を営むJAとして、その特徴を最大限に生かしつつ自己改革を進め、地域のインフラ機能の一翼を担い、豊かで暮らしやすい地域社会の実現に貢献することが組合員・利用者の方々に対する役割であり、その発揮に努めて参ります。

本年も、より一層のご理解ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



副本部長 川上 悟司

アンパンマンと 交通ルールを 学ぼう!

JA共済
アンパンマン
交通安全キャラバン



JA共済アンパンマン交通安全キャラバン

それいけ!
アンパンマン
©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV



笑顔でハイタッチ!

くにびき地区本部は12月9日、「JA共済アンパンマン交通安全キャラバン」を営農総合センターで、午前と午後の2回開催しました。親子207組(721人)が来場し、イベントを楽しみました。

このイベントは子育て世代の若い親子を支援するJA共済の「くにびきキッズコミュニティ会員」などを対象に、会員同士やJAとの絆を深めてもらうと毎年企画しています。

当日は、子どもたちがアンパンマンや仲間たちと一緒に、横断歩道の渡り方や信号の見方について、歌とダンスで楽しく学びました。子どもたちはアンパンマンたちが登場すると、大きな歓声をあげ、盛り上がりっていました。

また、握手会も行われ子どもたちは、大好きなアンパンマンたちと握手やハイタッチをする喜びの声を上げていました。来場した子どもたちは「一緒に歌ったり踊ったりできて楽しかった」などと笑顔で話しました。



じゃがいもを収穫する参加者

子育て応援イベント開催 家族で食農体験を実施!

くにびき地区本部は12月1日、親子で食農体験を楽しむ「子育て応援」イベントを開催し、参加した20世帯67人がじゃがいもの収穫やしめ縄の飾り付けなどを楽しみました。

「ジャガイモの収穫体験」では、JAの営農指導員から9月に地区本部前の花壇に植えたジャガイモの収穫の仕方について説明を受けた後、大きく育ったジャガイモを家族で協力して収穫していききました。

また、「しめ縄の飾り付け体験」は、営農総合センターで、観葉植物や雑貨を販売する大庭町の「デコレ」のスタッフが講師となり説明。参加者は思い思いに飾り付けをして、オリジナルのしめ縄を完成させました。

その後、教育文化センターSan・san館に移動し、乃白町のカフェ「ハウス」による、収穫したジャガイモを使用したカレーライスが振る舞われ、舌鼓を打ちました。

参加者は「かわいいしめ縄が出来た。正月が待ち遠しい」「家族で話しながら収穫や飾り付けができ、楽しかった。カレーにジャガイモがたくさん入っていて美味しかった」と笑顔で話しました。



家族でしめ縄作り!



くにびき青年連盟と育英北幼稚園が
新米「きめむすめ」を味わおう！

くにびき青年連盟（野津喜洋委員長）は12月19日、田植えや稲刈りなど米作りの指導にあたった育英北幼稚園を訪れ、園児たちが開催したおにぎりパーティーに参加し、収穫の喜びを味わいました。

当日は、つき組の園児が、今回体験した田植えや稲刈りなど、お米ができるまでをストーリーにした劇を発表。観劇した盟友と保護者は可愛らしく一生懸命演じる園児をみてほっこりしていました。

野津委員長は「生産者に感謝して食べるようになったという場面を見て、園児から活力をもらった。今後もおいしい農産物を作るので、たくさん食べて大きくなってほしい」と話しました。



みんなでおにぎり作り！



ハイタッチでお見送り

その後、新米が炊き上がると、立ちのぼる湯気と香りに、園児たちからは歓声が上がりました。つやつやと輝く炊きたてのご飯をみんなでおにぎりにして試食しました。

伊久美壮太郎くん（6）は「田植えも稲刈りも初めてだったけど楽しかった」と思い出を振り返り、中居創太くん（6）は「みんなで作ったお米は甘くておいしかった」と笑顔で話しました。

ボウリングで婚活！
しんじ湖ボウルでマッチング



ハイタッチして喜ぶ参加者

※個人情報の関係上、画像を一部加工しております。

くにびき地区本部は12月8日、ボウリングを楽しみながら婚活を行う「ボウリング婚活」をしんじ湖ボウルで開催しました。男女14名が参加し、ボウリングを楽しみながら交流を深め、カップル1組が成立しました。

JAの婚活イベントを通じて出会いの場を創出しつつ、JA事業への理解を促進することを目的に初めて開催したものです。

当日は、参加者が自己紹介をした後、ボウリングを開始。チーム対抗戦で1ゲームごとにチームを変更し、4ゲームを行いました。参加者は一投ずつ打球者を選び、ストライクやスペアを取るとチームでハイタッチをするなど喜び合っていました。

ボウリング後は、軽食をとりながら、互いの趣味や休日の過ごし方などについて語り合いました。

参加者は「JAでこのようなイベントをしていることを初めて知った。楽しい時間を過ごせたのでまた参加したい」「ボウリングをきっかけに自然と話が出来てよかった」と話していました。

楽しいお酒の話や音楽家の生演奏とともに、地元食材を活かした各店自慢の料理を楽しんでいただきます。お腹とともに心も満たされるひとときをあなたに。

各店自慢の料理を地域の伝統文化・歴史とともに

食まつり 晩餐会

平成31年 2/1金～28木

※上記期間中、各店で不定期に開催。松江市内の協賛店にて

「松江らしさ」を演出する料理を堪能

まつえ 食めぐり

各店が趣向をこらした期間限定メニューで皆様をお越します。

期間中毎日開催
玉造温泉各旅館・ホテル
松江しんじ湖温泉各旅館・ホテル
その他市内の各旅館・ホテル・料理店 他

※料金は各店で異なりますので、直接お問い合わせ下さい。

2019 縁結び

おいしい溢れる縁結びの地、松江。

まつえ 食まつり

10000円で11000円分使える
お得な「まつえ食まつりチケット」あります。
〈販売場所〉松江国際観光案内所・（社）松江観光協会 他
※参加店舗で期間限定期間中に使用できます。

平成31年 2/1金～28木

市内各地で山陰の味覚を集めたごちそうで楽しもう

食まつり 暖談ごちそう市場

第1回 平成31年 2/3日 10:30～14:30 JR松江駅前 松江テルサ会場

第2回 平成31年 2/10日 11:00～14:30 京店商店街・南蔵町商店会・カラコロ工房会場

第3回 平成31年 2/17日 11:00～14:30 天神町商店街・タテ町商店街会場

地域活性化に向けた地域貢献活動に取り組んで

祝・松江シティFC JFLに昇格決定!

～米俵と野菜の詰め合わせを贈呈～



米と野菜を贈呈 (左から田平主将、田中孝司監督、田中鈴夫副本部長、中村隆富農経部長)



参加したスポンサー企業の担当者は「松江市民としてとても嬉しい。どんな上のリーグが上がってほしい」「全国に通用するチームが松江にでき興奮している。今後も目が離せない」と喜びを口にしていました。

田平謙主将は「JAから毎月、野菜を提供してもらい感謝している。みんな働きながら頑張っているのだから、これからも応援をお願いしたい」と話しました。

※「ファンクラブ」や「地元全力応援会員」を募集中です。「地元全力応援会員」には、管内野菜の詰め合わせ「くにびきっこ」をお届けします。詳細は松江シティFCのホームページよりご確認ください。https://football.matsue-city.com/

松江シティFC 検索

くにびき地区本部は12月6日、JFL(日本フットボールリーグ)に昇格が決まった松江シティFC(鈴木恵朗代表取締役社長)の昇格祝賀会に参加し、米俵一俵と野菜の詰め合わせ2箱を贈呈しました。

▶感謝の気持ちを伝える田平主将



玉湯町産の柚子を使用! サン・エールたまゆで柚子湯



くにびき地区本部は12月21日、福祉施設サン・エールたまゆ(シヨートステイ、デイサービス)で株式会社玉造温泉ゆゆうの田中豊代表取締役から玉湯町産の柚子約100個の提供を受けました。

柚子の提供は、田中代表取締役が冬至に向け、玉湯町内の福祉施設の利用者に、柚子の香りを楽しみながら入浴してもらおうと企画したもの。当日は、田中代表取締役と木村邦之専務取締役がサン・エールたまゆを訪れ、目附徳夫所長に柚子を手渡しました。大量の柚子を受け取った目附所長は「香りがとてもいい。普段とは違うお風呂を楽しんでもらえる良い機会となり、とてもありがたい」と謝辞を述べました。田中代表取締役は「柚子湯には風邪を予防する効果があると言われている。のんびり浸かって、くつろいでほしい」と笑顔で話しました。

田中代表取締役(右から2人目)から柚子を受け取る目附所長(左から2人目)の効果があると言われている。のんびり浸かって、くつろいでほしい」と笑顔で話しました。



田中代表取締役(右から2人目)から柚子を受け取る目附所長(左から2人目)

サン・エールたまゆでは今後もシヨートステイ、デイサービスとともに季節のイベントを実施する予定です。

防犯訓練実施! 職員が防犯の意識高める

くにびき地区本部は12月7日、津田支店で、松江警察署の協力のもと防犯訓練を実施しました。

同訓練は犯罪が増える年末に向け、防犯マニュアルや役割分担などの再確認と意識の高揚を図り、犯罪の未然防止や早期解決につなげることを目的に実施するもの。

当日は、店内に強盗が入ったという想定で訓練を実施しました。強盗に扮した警察官が来店客役の職員を人質にとり、本物さながらに金を出すように脅迫。職員はマニュアルに従い、非常通報装置を押ししたり、人質の救護をしたりするなど、緊張しながらも適切な対応をとりました。また、聞き込み役の警官に、逃走した犯人の容姿や車両ナンバーなどの情報を伝え、早期解決に向けた情報を伝えました。

訓練終了後、同警察署の生活安全課岡田仁係長は「命が一番大事。無理な追跡はしないようにお願いしたい」と話し、今岡修支店長は「いつ何が起きるかわからない。自分たちの役割を再確認できる良い機会だった」と防犯に対する意識を高めていました。



訓練の様子



犯人の容姿などを警察に伝える職員



研修会の様子



講演を聞く会員

組織強化で地域農業を守る！ くにびき農業法人会が研修会開催



講演する久保代表取締役

研修会では、北九州を中心に急成長を遂げている美容室「B.A.G.Z.Y」の久保華図八代表取締役が「仕事で最も大切なこと、自己成長を指して」と題し、講演しました。

久保代表取締役は、CS（顧客満足度）だけでなくES（従業員満足度）にも力点を置いた経営方針やこれまでの自身の体験などを織り交ぜながら「楽しく仕事が出来る環境が人を育て、生産性を上げ、やがては業績を上げる。組織強化するためにはコミュニケーションが欠かせない」と語りました。

岸本会長は「職種は違うが、我々も組織の強化に努め、地域農業を守り、地域を発展させていきたい」と意気込みました。

くにびき農業法人会（岸本定朝会長）は12月18日、夕景湖畔すいてんかくで法人の組織強化・人材育成を目的に研修会を開催し、12法人から49名が出席しました。

良質米生産に向けて！ 平成31年産水稻「稲作ごよみ」 説明会開催



説明会の様子

くにびき地区本部は12月8日と10日、営農総合センターなどで、平成31年産水稻「稲作ごよみ」説明会を開催しました。

この説明会は良質米の生産ポイント・栽培暦や肥料・農薬などの案内を一冊にまとめた「稲作ごよみ」を活用し、良質米の生産に役立ててもらうことを目的に開催するもの。

10日の説明会には、水稻を栽培する管内の生産者と当地区本部から営農指導員など約25名が出席。冒頭、山根敏行米穀畜産課長が「稲作ごよみを良質米の生産に活用してほしい。また、当JAの取り組みにご理解いただき、コシヒカリからの品種転換が増加している。今後もご協力いただきたい」と挨拶。続いて、営農指導員が平成31年産水稻「稲作ごよみ」を活用した栽培管理方法や、平成31年産水稻品種転換に向けた取り組みについて説明しました。

参加者は「稲作ごよみは米作りのマニュアルだと思っている。今後も活用し、良質米を目指したい」と話しました。

12万袋目標

平成30年産米追加金が決定!!

一袋でも多く出荷いただきますようお願いいたします。

JAしまねでは、「農業者の所得増大」を目的に、買取手法を出荷時の「仮単価」と12月の「追加金」の二段階によるお支払いとしておりました。12月に決定しました「追加金」は、以下の通りとなりましたのでお知らせします。なお、精算可能財源が生じれば、2019年11月を目途に最終精算金をお支払いします。

★平成30年産米追加金

品 種	等 級	追加金	前年比
JAしまね米（コシヒカリ・きぬむすめ・つや姫）	1～3等	200円/30kg（税込）	±0円
JAしまね米（ハナエチゼン）	1～3等	250円/30kg（税込）	+50円
一般米（その他うるち米）	1～3等	50円/30kg（税込）	±0円
一般米（もち米）	1～3等	100円/30kg（税込）	±0円

【支払日】

カントリーエレベーター出荷者	12月26日
紙袋出荷者	12月27日
ライスターミナル米蔵出荷者	2019年2月（※2次払いに含めて支払い）

組合員のアクティブメンバーシップ確立に向けて取り組んでいます。

～くにびき地区本部の取り組み～

共済友の会親睦会開催！ ホテル玉泉で交流深める



くにびき共済友の会（中倉清幸会長）は、ホテル玉泉で橋北地区（11、12日）と橋南地区（12、13日）の2回に分けて、1泊2日の親睦会を開催し、合計141名が参加しました。

親睦会は、会員相互の親睦を深める目的で毎年開催。今年は、交通安全教室を同時に開催することで交通事故防止への意識を高めてもらうと企画しました。

初日は、松江警察署交通第一課の森昭夫巡査部長による腹話術と手品で交通安全教室を開催し、楽しく学び事故防止への意識を高めました。

その後、一宇川一行が山陰民謡とどじょうすくいシヨを披露。参加者は迫力ある歌声と三味線の音色に魅了され、どじょうすくいを一緒に体験するなど伝統芸能を楽しみました。

その後、松江市出身の演歌歌手小川たけるさんが女形で登場し、持ち歌や華麗な舞いを披露。宴の席を盛り上げました。

2日目は、しじみ汁や野焼きなど県内産の食材をふんだんに使った朝食を楽しんだ後、温泉や足湯、周辺施設での買い物を楽しむなど、日頃の疲れを癒しました。

参加者は「初めて参加したが、話したことがなかった方とも交流を深めることができた。次回もぜひ参加したい」「バラエティに富んだ催しがあり楽しめた」と笑顔で話しました。



事故防止への意識を高める参加者

サンサン女子大 手作りおせち料理に挑戦



くにびきサンサン女子大は12月22日、教育文化センター1Sa n・san館で「家の光おせち料理教室」を行い、「しまねうれしび」レシビ（裏表紙）提供の料理研究家・土井小百合先生から現代風にアレンジしたおせち料理を学びました。

当日は、第6期生と大学院生、あわせて37名が参加。家の光12月号に掲載されているレシビを参考に「松風焼き」「魚の甘酒漬け」「牛肉のゆずこししょう漬け」「タコの酢漬け」など8品に挑戦しました。土井先生から、おせち料理の起源や調理手順などの説明を聞いた後、7班に分かれて調理を開始。

学生たちは、互いに協力しながら終始和やかに、調理を進めおせち料理を完成させました。

学生は完成後、ほかの班と見比べたりスマホで撮影したりするなど、盛り上がり「班によって盛り付け方に個性があって面白かった」「裏技が聞けてよかった」と笑顔で話しました。



くにびきサンタがきた！ くにびきキッズコミュニティメンバー会員企画

くにびき地区本部は12月24日、くにびきキッズコミュニティメンバー会員の中心から抽選で50戸に、12名の職員がサンタクロースに扮し6班に分かれてプレゼントを届けました。

「くにびきキッズコミュニティ」は、JA共済の普及拡大と次世代層（子育て世代）とJAとの新たな仲間づくりを目的として、平成21年から開始。毎年会員限定のイベントを行っており、その一環として今回実施しました。

当日、当地区本部に「くにびきサンタ」が集合し、プレゼントの確認後各地区へ向けて出発。該当のお宅でチャイムを鳴らすと、子どもたちの喜ぶ声が聞こえ、玄関を開けると、満面の笑みの子供たちがサンタを出迎えました。サンタから「いい子にしていたかい。お父さんとお母さんの言うことを聞くんだよ」などと話しながらプレゼントを渡しました。



出発前のくにびきサンタたち



プレゼントを受け取る子どもたち



また、あるお宅では玄関にサンタへのメッセージが貼ってあり、それを見たサンタ役の共済課・廣江光俊係長は、「企画した甲斐があった。喜んでもらえてとても嬉しい」と話しました。

プレゼントを受け取った、国屋町の畑菜奈美ちゃん（8）と心菜ちゃん（6）は「サンタの格好をしてプレゼントがもらえるとは思わなくてびっくりしたし、うれしかった」と笑顔で話しました。

くにびき地区本部情報

くにびき女性部がお届けする 松江に伝わるふるさと料理

松江に伝わる郷土料理を次代へ伝承していくため各地区のメニューを季節ごとに紹介します。



ユズ味噌

ユズはその独特の爽やかな香りと色合いで、ユズそのものがメインになる事はありませんが、様々な料理の引き立て役として冬の料理には欠かせない重要な食材です。

今回は、ユズのやさしい風味とうまみたっぷりの「ユズ味噌」を紹介します。

また、残った実は絞って果汁・醤油・みりんを2：2：1で混ぜ、ダシを加えひと煮たちさせてユズポンにすれば、余すところなく使うことができます。湯豆腐や水餃子にかけるとおいしいですよ。



【材 料】(4人分)

- ・ユズ……………10個
- ・ニンジン(中)……1本
- ・だしの素……………10g
- ・白砂糖……………300g
- ・醤油……………大さじ1
- ・ゴボウ(中)……1本
- ・小口ネギ……………4~5本
- ・赤味噌……………500g
- ・みりん……………100ml

【作り方】

- ①ユズの皮を薄くむき、細切りにする。
- ②たっぷりの水を入れた鍋に、①を入れてひと煮たちさせてから湯を捨てる。これを2度繰り返す。
- ③ゴボウは四等分に切れ目を入れてから刻む。ニンジンはみじん切りにする。ネギは細かく刻む。
- ④フライパンにサラダ油をひいて強火で③を炒める。②を加えてさらに炒める。
- ⑤鍋に白砂糖、みりん、醤油を全量入れ、煮立たせ、赤味噌500gを加える。混ぜあわせたらさらに、④を加える。
- ⑥焦げがつかないように中火でいり混ぜ、水分が抜けたら出来上がり。



今月の料理人

川津支部

足立 裕子 さん(右)

片寄千都子 さん(左)



ユズの皮は、白い部分が残らないように丁寧にむくと、より一層おいしく出来上がりますよ。

「ガス川柳」入選作品発表!!

たくさんのご応募をいただき、ありがとうございました。

いつもJALまねのLPガスをご利用いただきありがとうございます。このたびご応募いただいた273作品の中からの最優秀作品を発表します！たくさんのご応募、ありがとうございました。

おめでとう
ございます!!

最優秀賞



※この他の入選作品は、賞品の発送をもって発表に代えさせていただきます。

■お問い合わせ

JALまね 自動車燃料課

☎0853-25-8904

ガス窯に
グルメの舌が
満足げ

出雲地区本部
朝日山 麻さん

この味は
ガス釜ですと
自慢され

斐川地区本部
ペンネーのガス太郎さん

青い火が
おでんに並ぶ

おおち地区本部
山形 ゆうきさん

テーマは「ガス」!

「JALまねびより」を毎月楽しみにしています。野菜の栽培方法を参考に、野菜づくりも始めました。(N・Kさん)

クロスワードパズルを毎号楽しんでいきます。ついでにこの間までずくに出てきた言葉が浮かばなくなり分かつから解いてつなぎ合わせようになり時間がかかるとの体操にとってもいいです。(Y・Sさん)

たくさんのご意見、ご要望をありがとうございます。いただいたおハガキの一部をご紹介します。いただきます。



お便りコーナー

JAの普通傷害共済

日常生活での不慮の事故で負傷されたときに共済金をお支払いします

特長1 治療中でも共済金をお支払いします!

特長2 0歳~99歳までご加入できます!

共済金お支払い方法

災害でケガをされ、入院または通院された場合、そのケガの部位と症状が確認できれば共済金をお支払いいたします。

●災害を受けた日から200日以内に入院したとき、または入院しなかった場合で、通院した日数が5日以上するとき

部位・症状別治療共済金額 × 支払倍率表の倍率
(部位・症状に応じて5倍~120倍)

＜お支払の一例＞ 部位・症状別治療共済金額3,000円の場合
転倒して腕を骨折し、5日以上通院したとき…

部位⇒『上肢』 症状⇒『骨折』
支払倍率表の倍率・・・「35倍」
お支払いする共済金は、

105,000円 となります。



●災害を受けた日から200日以内に入院しなかった場合で、通院した日数が5日未満で治療が完了したときは、部位・症状別共済金額の2倍のお支払となります。

JAしまね くにびき地区本部の各店舗にお申込みください!



1万人以上の方が一斉にご加入される、お得な「**集団扱い契約**」での共済掛金でご加入いただけます。

掛金例：1年分の共済掛金です。()内は個人扱いで加入する場合の共済掛金です。

平成31年2月5日契約 (保障期間：平成31年2月5日~平成32年2月5日)
集団扱い契約の普通傷害共済掛金(平成31年2月掛金適用)
【死亡共済金額300万円の場合】※81歳~99歳の方は死亡共済金額50万円です。

年齢	部位・症状別 治療共済金額	職業・職種区分	
		1級	2級
		農業、事務員、主婦、 販売員、バス運転手など	漁業、土木・建設作業員 など
0歳~69歳	3,000円	7,680円 (9,600円)	9,840円 (12,300円)
70歳~80歳	2,000円	6,060円 (7,570円)	7,820円 (9,780円)
81歳~99歳	2,000円	職業にかかわらず 8,850円 (11,065円)	

お引き受けできない方
○年齢が100歳以上の方 ○全盲、認知症等の現症を有する方
○職業によってはお引き受けできないこともあります

※この記事は、共済の概要を説明しています。ご契約の際には「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。【18320320205】

平成30年度「集落座談会」開催のご案内

恒例の「集落座談会」を1月25日から2月17日にかけて147会場で開催します。くにびき地区本部の事業概況や営農計画などについてご説明します。また、JA自己改革の取り組みとして、アンケート調査も行います。何かとご多忙の折とは存じますが、ご出席を賜りますようご案内します。

会場別の詳しい日時は最寄りの支店よりご案内いたします。



支店別の開催時期 (全147会場)

支店	川津	古江	法吉	津田	乃木	鹿島	島根	八束	美保関	東出雲	八雲	穴道	玉湯
会場数	31	34	14	9	9	4	5	1	10	7	5	14	4
開催時期	平成31年 1/25 2/7	1/25 2/12	1/25 2/13	1/26 2/8	1/25 2/17	1/31 2/1	1/31 2/4	2/1	1/25 2/1	1/30 2/8	1/27 2/3	1/26 2/8	1/29 2/2

2月くにびき地区本部 各種相談会カレンダー (税・ローン)

※各相談とも無料でお受けしています。

日	曜日	相談会内容	場所・時間
1	金	税務相談会	川津支店 (TEL: 23-2424) 10:00~12:00
4	月	税務相談会	法吉支店 (TEL: 21-3690) 10:00~12:00
5	火	税務相談会	津田支店 (TEL: 24-1818) 10:00~12:00
6	水	税務相談会	東出雲支店 (TEL: 52-2022) 10:00~12:00
7	木	税務相談会	八束支店 (TEL: 76-2525) 10:00~12:00

※税務相談会のご予約は、開催日2日前までをお願いします。予約先:開催会場となる支店・店

○くにびき地区本部金融共済部ローン営業センターでは、土曜日(10:00~15:00)に休日住宅ローン相談を実施しています。要予約。

※2月の土曜営業日は、2日と16日です。

◆お問い合わせは

☎0120-988-380

2月 ふれあい訪問日

2月13日(水)・14日(木)

タテのカギ



- ① 佐々木小次郎はとても長い物を使っていたとか
- ④ うわさが広がる際につくことも
- ⑦ 鉄道のレールの下に並べます
- ⑨ 人数を数えるときに使う言葉
- ⑩ パソコンのマウスのボタンをカチッと押すこと
- ⑪ 子羊の肉のこと
- ⑬ 3.14159……と続く円周一
- ⑮ 道端のこと。—— 駐車
- ⑰ 寝不足で目の下にできる人もいます
- ⑱ 小説家・尾崎紅葉の代表作「—— 一夜叉」
- ⑳ ショートケーキによく似合う赤い果実
- ㉑ マンションの—— 人さんにあいさつをして出掛けた

ヨコのカギ



- ① 雪を積み上げ、中を掘って作る雪室
- ② マージャンをするとき囲みます
- ③ 劇場の舞台や花道の地下にあります
- ⑤ 1日に1枚ずつ剥がすカレンダー
- ⑥ 起立！ ——！ 着席！
- ⑧ バレンタインデー、彼氏や夫へではなく知人や上司へ、感謝の気持ちを込めて贈ります
- ⑫ 足利尊氏が開いた—— 幕府
- ⑭ 片時もそばを離れません
- ⑯ 漢字で書くと浮塵子。稲の害虫です
- ⑰ 地面につちなどで打ち込みます
- ⑲ カクテルのベースに使う蒸留酒の一つ

二重マスの文字を A ~ D の順に並べてできる言葉は何でしょうか？

1	7	11		17	20
2		12	15		
3		10			
	8			18	
4			16		21
5	9	13		19	
6		14			

答え
A B C D

応募要項

- 応募方法 ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・ご感想を記入して、下記宛先にお送りください。
- 賞品 正解者の中から抽選で40名（JAしまね全体）の方に「JA商品券」をお贈りします。
- 当選者発表 賞品の発送をもってかえさせていただきます。
- 宛先・締切 〒690-0823 松江市西川津町1635-1
JAしまね くにびき地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
平成31年2月5日（火）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆ 「コママワシ」

フ	ク	ワ	ラ	イ	ス
ス	ウ	ジ	ケ	シ	キ
マ		ユ	キ	ヤ	マ
	サ	ツ	マ	イ	モ
コ	ト	ツ	ノ	マ	
コ	ウ	カ	シ	ナイ	
	イ	ニ	シ	ヤル	

・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。

けんこうさんぽ 健康散歩 JA島根厚生連

春の七草

年々、野草が生えているところは少なくなり、ホトケノザやゴギョウを見る機会も少なくなりました。しかし、スズナはカブ、スズシロは大根のことですから、これらはお馴染みの食材ですね。この時期はスーパーでも七草セットが売られています。無理に七草全部でなくても、身近なタイコン、カブなどでも良いです。自然に満ちた、体に優しい食材を毎日の食事に取り入れて、寒い日々を乗り越えましょう。

あけましておめでとうございます。本年もよろしく願いいたします。
お正月はいかがでしたか？おせちにお雑煮、色々食べたか？飲んだり胃腸もお疲れ気味なのではありませんか。今回はそんな胃腸のお助けマン「七草粥」についてお話しします。「春の七草」を「1月7日朝に七草粥を食べる」と知っていても、由来や効果などまでは知らない人が多いのではないのでしょうか。「七草」とは、セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケノザ・スズナ・スズシロを指します。これら七草が入ったお粥を食べると無病息災を願う、古くは平安時代から伝わる習慣です。清少納言の「枕草子」には、「七日の日の若菜を、六日、人の持て来……」という一文があります。正月6日から7日にかけての行事で6日の夜はヒイラギなどの刺のある木の枝や、蟹のはさみの様な尖ったものを戸口に挟んで邪霊を払い、七草叩きといって、唱えごとをしなから七草を包丁でたたき、粥を炊き込みます。7日の朝、歳神に供えてから家族で食べると万病を払うとされています。また、七草粥は日常の食生活に戻るひとつの区切りとなるほか、新年のちこそうで弱った胃をいたわり、野菜が乏しい冬にビタミン、ミネラルの豊富な七草で栄養のバランスを整えるという古人の知恵があります。

【七草の効用】
セリ：免疫力を高め風邪やインフルエンザを予防するビタミンA。疲労回復に効くビタミンB群。疲労回復を手助けするビタミンC。加えて鉄分も多く含まれているため、冷え性・貧血の症状を和らげます。
ナズナ（へんぺん草）：セリ同様ビタミンA、B群、C、カリウム、鉄が含まれている他、カルシウムや亜鉛なども含まれています。
ゴギョウ（ハハコグサ）：実は詳しい栄養成分が分かっていないキク科の植物。しかし、咳やのどの痛みを和らげる作用があると言われています。
ハコベラ：タンパク質が比較的多く含まれ、ミネラルをはじめとした栄養に富んでいます。また、利尿作用のあるサポニン、止血作用のあるクマリンが含まれています。
ホトケノザ：高血圧の予防・胃腸の働きを整えるとされていますが、栄養、効能はあまり知られていません。
スズナ（かぶ）：胃腸の消化を助けるアミラーゼ、免疫力を高めるビタミンC、むくみを解消するカリウムが含まれます。
スズシロ（大根）：スズナ同様、胃腸の調子を整えるアミラーゼ、ビタミンCが豊富で、肌を若々しく保つ効果も。また、食物繊維も豊富で便秘の解消に効果があります。

9

組合員の皆様へ

備えて安心。いつでも便利。クミアイ家庭薬です。

クミアイ 家庭薬 のしくみ

- 1 **まずは薬箱をご自宅に**
いつでもご利用可能な薬屋さんの完成です。
- 2 **定期的に配置員が訪問します**
知識豊富な配置員が丁寧に対応いたします。補充とご精算もこの時に。
- 3 **お薬は使った分だけ後払い**
お薬の代金はご使用分のみのご精算です。他に代金は発生しません。
- 4 **配置する内容は自由に選べます**
70種類以上の品揃えの中から、ライフスタイルに合ったものを。

— 担当の配置員が配置箱の設置と薬の補充に伺います。 —

シニア世代の
アクティブ生活を
おいしくサポート!

Kyoyaku 毎日おいしく
グルコサミン

500ml(約16日分) **1,800円(税抜)**



お好みで
うすめて
飲む



お問い合わせ先



協同薬品工業株式会社 島根営業所

〒699-0641 島根県出雲市斐川町美南1655
TEL 0853-73-7430



JALまねは、出産・育児を応援します!

JALまね 出産・育児コミュニティ

JALまね

こども 倶楽部



お申し込みは
こちらからから



入会金
年会費
無料

平成30年度 会員募集中。

対象 島根県在住でご妊娠中の方

会員期間 ご入会日からお子様の1歳の誕生日末日まで

募集期間 平成30年4月1日～平成31年3月31日

★下記、特典01から03については最寄りのJA支店よりご自宅までお届けします。
(郵送での対応は行っておりません。)

特典01



ご加入時に
**オリジナル
限定品プレゼント**

特典02



ご加入から
ご出産まで
**たまごクラブ
お届け**

特典03



ご出産時に
**記念品
プレゼント**

特典04



各種 **お役立ち
情報お届け**

特典05



お子様が
満1歳になるまで
ワクワクする
イベントご招待

※特典03の内容は、各地区本部により異なります。詳しくは、該当のJALまね地区本部窓口にお問い合わせください。

和風もちピザ



もちもちの食感のおもちをピザ生地代わりにします。佃煮の塩分とチーズの塩分で味付けはしなくてもおいしく食べられます。フライパンでもいいけど魚焼きグリルでもできます。佃煮は生姜、しじみなど好きな佃煮でどうぞ。

●材料（2人分）

もち	4個	ピザチーズ	適量
玉葱	1/4個	サラダ油	大さじ1/2
佃煮（生姜、しじみなど好みの物）		もみのり	適量
	大さじ2		

●作り方

- ①フライパンに油を入れ熱くなったら餅を並べ、弱火でフタをして焼く。
- ②ふっくらと膨れて焼けたら裏返し、両面を焼く。
- ③フライ返しで押し、もちを広げる。
- ④玉ねぎスライス、佃煮、ピザチーズを乗せフタをして3～5分蒸し焼きにする。
- ⑤もみのりを乗せる。

かまぼこチヂミ



お正月も終わり、お節の蒲鉾が残っていませんか。海鮮で作るのがおいしい、韓国料理のチヂミ。新鮮な魚から作られたかまぼこのチヂミおいしいですよ。

●材料

かまぼこ（お正月の残り）	適量	卵	1個
にら	1束	水	120cc
人参	1/3本	ごま油	大さじ1
小麦粉	100g	ポン酢	適量
片栗粉	40g		

●作り方

- ①かまぼこは5mmぐらいにスライスする。にらは、3cmの長さに切る。人参は千切りにする。
- ②ボールに卵、水、小麦粉、片栗粉を入れ混ぜ、ダマがなくなったら、かまぼこ、人参、にらを入れ混ぜる。
- ③フライパンを熱くして、ごま油を入れ②の生地を流し入れ焼く。両面を焼いたら、ポン酢をつけていただく（②の中にキムチを入れ焼いてもおいしい）。

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。

今月の表紙は津和野町の太鼓谷稲成神社です。日本五大稲荷のひとつに数えられているこの神社では、全国でも珍しく「いなり」を「稲成」と表記します。「成」には、津和野藩主亀井矩貞公の思いにより、願い事が叶うようにとの意味が込められていると言われています。多くの参拝者が訪れ、特に正月は毎年数十万人の参拝客で賑わいます。

編集後記

明けましておめでとうございます。編集一同まだまだ正月ボケが抜けきっていませんが、様々な情報をお届けする「JAしまねびより」を本年もよろしく願っています。今月の特集は、お正月らしく「榎」を取材していますので是非ご覧ください。（和）

【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。

