



2021

# JAしまねびより 11

November  
Vol.68



みつけた。  
しまねのファーマーズ  
柴 功一さん  
[隠岐地区本部]

特集

## JALしまね 公式SNS開設

／SNSで旬な情報を投稿しています／



JALしまね 西いわみ地区本部版



## 島では珍しい施設野菜

日本海に浮かぶ隠岐諸島のひとつ、隠岐の島町。実はスーパーに並ぶほとんどの野菜が、島外から送られてきたものだと思います。その現状を何とかしたいと、野菜のハウス栽培を始めた柴さん。柴さんは隠岐の島町で生まれ育ち、高校卒業後は大田市にある県立農林大学校

に入学。農業について一から学びました。その後、広島県の農業法人に就職し、野菜苗を作る仕事を行い、3年後隠岐の島町にUターン。当初は島のホームセンターに出荷するための野菜苗を生産していましたが、その際、余った苗を自分で育て、採れ

## 柴功一さん(36歳)

今月は、隠岐地区本部。隠岐郡隠岐の島町原田地区できゅうりやトマトなどの施設野菜・野菜苗の生産に取り組む柴功一さんにお話を伺いました。



た野菜を産直市に出していましたが、想像以上に売れ行きが良く、需要を感じたそうです。ちょうどその時「リースハウス事業制度」が始まったこともあり、ハウス建設にかかる資金の補助を受け、本格的にきゅうりやトマトの生産をスタートさせました。



## みずみずしくて真っ赤なトマトを店頭に

隠岐の島町で農業といえば、主に水稲や畜産が挙げられます。家庭菜園をしている方は多く見られますが、本格的に野菜を生産する人はほとんどいません。そのため、島内で売られている野菜は本土から送られてきたものが中心。トマトなどは、本土で熟

す前に収穫され、輸送中や店頭で追熟されるよう計算されています。その場合、完全のものに比べると、味はもちろん、鮮度や香りなどがどうしても落ちてしまいます。家庭菜園をしている方は収穫期に採れたての野菜を食べることはできませんが、それ以外の季節に関しては島外のものに頼るしかないのが現状です。柴さんは「島の人にもっと新鮮で適熟した野菜を食べてもらいたい」という思いを胸に、日々生産に取り組んでいます。



真っ赤なトマトが育っています



トマトのできを確認する柴さん

## 島の流通を把握することが課題

野菜生産を始めてからまだ2年目。どのくらい売れて、どのくらい足らなかったかという全体の数字を把握しきれないため、作付け量も手探り状態だと言います。今は生産、出荷を繰り返しながら量の調整を図っている段階で、「自分でデータを取って、今後の収量を決めていかないといけない」と語る柴さん。昨年のデータだと、量がまだ足りず、今年には作付け量を少しずつ増やしています。そして「市場のニーズとそれに伴う供給量など、島全体の流通を把握していく必要がある」とマーケティングも常に欠かしません。今後は「島で育て、島で売る」ということをテーマに、JAをはじめ、島全体で課題に取り組んでいきたいと真摯な姿勢を見せています。

「島で育て、島で売る」との熱い思いで取り組んでいます



## いちごの栽培にもチャレンジ!

柴さんは、今年からいちごの栽培も始めました。隠岐では近年いちごを出荷する人はおらず、県の普及員に指導を受けながら、栽培を学んでいます。いちごもきゅうりやトマトと同じく、鮮度が重要な作物。島の人に真っ赤ないちごを届けることを目標に、柴さんは新たなことにも積極的にチャレンジしています。

## 休日はないけれど

今までの野菜苗の生産に加え、野菜の生産・出荷と、毎日忙しく動き回る柴さん。プライベートでは、現在5歳と3歳の2人のお子さんを育てるお父さんでもあります。「休みはほとんどありませんが、手が空いたときに空港や海などに連れていきます」と子どもたちの喜ぶ顔を見るのが嬉しいそうです。また、現在は自分の趣味に費やす時間はありませんが、幼い頃は柔道少年だった柴さん。違う学校にいた同年の「隠岐の海関」とは、柔道で何度も対戦したことがあり、一度も勝てなかったそうで「やっぱり彼は当時から強かったです」と苦笑いと共に、思い出のエピソードも



今年からイチゴの栽培も開始。「よつぼし」を育てていて、冬に初収穫を予定しています

## 島のものは島で作ることが目標

最近では近くの小学校からの依頼を受け、子どもたちに農業の話をすることもあります。島の子どもたちが農業を身近に感じる機会もできました。「今後はい



お子さんの時間も大切にしている柴さん

最近では近くの小学校からの依頼を受け、子どもたちに農業の話をすることもあります。島の子どもたちが農業を身近に感じる機会もできました。「今後はい

### プチっと情報!

## 柴さんが育てる野菜

柴さんが栽培する「キュウリ」と「トマト」。夏の野菜のイメージですが、端境期を狙って春と秋に収穫できるよう工夫され、隠岐の皆さんに新鮮で適熟した野菜を届けています。

そんな「キュウリ」と「トマト」は現在、秋の収穫真っ只中!!

柴さんのおススメの食べ方は「やっぱり生で食べるのが一番!」とのことでした😊



ご狩りの体験もできたら」と柴さん。隠岐で今までできなかった新たな活動にも一役かっています。

現在ハウスを7棟所有していますが、近くに2棟増やし、安定的に供給できるように対応していく予定です。また、現在は両親と3人で作業していますが「今後のことを見据えて、労働力を確保し事業を拡大していきたい」と雇用についても意欲的です。「将来的には、島のものは島で作るとい流れに持っていきたい」と語る柴さん。柴さんが立ち上がり、動くことで、島の農業に変化が起きていることは間違いありません。

# 公式SNS開設



この度、JAしまねでは公式SNSを開設しました！JAの情報や農畜産物の魅力をたくさん発信していきます☆

また、今回は開設を記念し、Instagramのフォロワー、LINEのお友だち限定のプレゼントキャンペーンを実施します!!この機会にぜひフォローや友だち登録、いいね👍をお願いします😊

## 開設した公式SNSはこちら!!!

### Instagram



アカウント名  
JAしまね  
(ja\_shimane)



ポイント

写真や動画といったビジュアルに特化しており、リアルタイムな写真がアップされるため、イメージが膨らみやすいのが特徴です。また、検索ツールとしても活用でき、商品購入などInstagramを利用する人も多くいます。

### LINE



アカウント名  
JAしまね  
ID⇒@406yrqyr



ポイント

LINEユーザー同士では、無料で通話とトークと呼ばれるチャットが使えます。トークでは、文章だけでなく、写真や絵文字などのほか、「スタンプ」と呼ばれるキャラクターの画像と一緒に送れるのが特徴です。

### Facebook



アカウント名  
JAしまね



ポイント

ユーザーは実名で登録するため公共性が高く、情報の信用性も高いのが特徴。年齢問わず幅広い年代の方が利用し、全世界に多くのユーザーをもつ名実ともにNo.1のSNSです。

### YouTube



チャンネル名  
島根県  
農業協同組合  
(JAしまね)



ポイント

世界最大の動画共有サービス。世界中の人が公開した動画を無料で見ることができます。近年ユーチューバーと呼ばれる動画クリエイターが、続々と登場しており登録者数や再生回数も増えています。

担当課より  
ひとこと



JAしまねは、この度4つの公式SNS（Facebook・Instagram・LINE・YouTube）をはじめました。それぞれの特徴を活かして、各地の農業現場や直売所、JAの取り組みなど様々な情報を発信していきます。JAをより身近に感じてもらえるよう、あまり堅苦しくならず、ほっこりした内容に努めたいと思いますので、皆さんどうぞ温かく見守ってください。ぜひこの機会に「フォロー」「いいね」「お友だち登録」をお願いいたします！

総務部ふれあい福祉課 田部泰典課長

お待ち  
しました!!!

# JAしまね

島根県内の農畜産物の魅力やJAしまねのことについてももっともっと多くの方へ広めたい…！そのためには、より多くの方に友だち登録、フォローしていただきたい…！との思いから、JAしまね公式Instagramアカウントのフォローと、JAしまね公式LINEアカウントのお友だち限定のプレゼントキャンペーンを実施します!! 応募条件を満たした方の中から、Instagramは5名様にしまね和牛を、LINEは10名様にシクラメンをプレゼント😊 たくさんのご応募お待ちしております💎

## ♡ 友だち登録! フォローの方限定プレゼントキャンペーン ♡

### プレゼント内容

#### Instagram

- ①雑味が少なく、旨味が際立つ味わい
  - ②やわらかさを感じれば、ほどなくあふれる肉汁
  - ③さらりとした脂はしつこさを感じさせない
- …など、おいしさを秘めた牛肉です



※写真はイメージです。

しまね和牛ステーキ用  
2枚セット  
5名様

#### LINE

シクラメンは、島根県の鉢物の主力品目！  
冬に長期にわたり花を咲かせてくれる球根植物で、丈夫で育てやすく、開花時期も長い冬の花の代表です



※写真はイメージです。

島根県産シクラメン  
10名様

### キャンペーン概要

1. 応募期間 2021年11月15日（月）～2021年12月5日（日）18時まで

#### Instagram

#### LINE

2. プレゼント内容	しまね和牛ステーキ2枚セット	シクラメン1鉢
3. 当選人数	5名様	10名様
4. 応募方法	①JAしまね公式Instagram(@ja_shimane)をフォロー ②プレゼントキャンペーンの投稿に「いいね!」をして応募完了	①JAしまねLINE公式アカウントを友だちに追加 ②トークルーム下部の「LINEお友だち登録キャンペーン」をタップして応募完了
5. 当選者発表	12月上旬、ご当選者様へのみ、応募時に利用されたInstagram上のDMへご連絡	12月上旬、ご当選者様へのみ、応募時に利用されたLINEアカウントへご連絡

6. プレゼント発送時期 12月中旬  
※都合により、当選メッセージのご連絡が多少前後する場合もございますので、予めご了承ください。  
※賞品の仕入状況により、発送が遅れる可能性があります。

### 申し込み方法

#### Instagram 申し込み方法

##### STEP ①

「JAしまね公式 Instagram」  
@ja\_shimaneを  
フォロー



##### STEP ②

プレゼントキャンペーンの  
投稿にいいね!をして応募  
完了!



#### LINE 申し込み方法

##### STEP ①

JAしまねLINE公式  
アカウントを  
友だちに追加する。



##### STEP ②

トークルーム下部の「LINE  
お友だち登録キャンペーン」  
をタップ!⇒応募完了!



必ず応募規約をご確認ください。

応募規約こちらから





現場の声を  
もっと聞きたい

# 組合長が行く！



今月の  
訪問先

J A しまねいわみ中央地区本部管内

- 周布地営農組合
- 香の宮 F & A (ファームアンドアグリカルチャー)
- 株式会社 MOG-MOG (モグモグ)

J A しまねの石川寿樹組合長ら本店常勤理事は、J A 自己改革の一環として、地域の担い手・大型農業法人・集落営農組織等を訪問し、今後の J A 運営に反映させるため各所で組合員の皆さまの貴重なご意見・ご要望を伺っています。



「香の宮 F & A」は「野菜をつくる人・食べる人の安全性が高く、美味しく栄養価の高い野菜を提供する」を経営理念に、小松菜や水菜、ほうれん草やチンゲンサイなど有機野菜を生産。また、仲間と販売会社(株)ぐりくんはくとを設立し、全国に向け安全安心な野菜を販売しています。大畑安夫代表は、繁忙期の人材確保や雇用の定着、物流コストなどの課題や J A のリース事業、今後の有機農業について意見を述べ



意見を交わす周布地営農組合の川本組合長(左)と石川組合長

今回は、「周布地営農組合」「香の宮 F & A (ファームアンドアグリカルチャー)」「株式会社 MOG-MOG (モグモグ)」の 3 組織を石川寿樹組合長ら本店常勤理事が訪問し、現場の「生の声」を伺いました。

「周布地営農組合」は、コシヒカリやきぬむすめなど水稲を栽培。田植えや水稲防除、稲刈りなど農作業の委託も受けています。様々な集落と連携し、お互い助け合いながら、地域の農地を守り、地域の活性化のため取り組んでおられます。川本繁美組合長らは、高齢化や耕作放棄地、獣害被害や農地の草刈り作業、国の補助事業などについて活発に意見を交わしました。川本組合長は「農業はやっばり楽しい。様々なことに対して自分が先頭に立って取り組んでいくことが大切」と力強く話されました。

「株式会社 MOG-MOG」は、水稲やあすつこ、また環境制御型ハウスでイチゴを栽培。施設園芸で安定的な農業を営みつつ、水田農業を組み合わせた農業の維持につなげる経営に取り組んでおられます。藤井拓次郎代表取締役は、これまでの取り組みや、江津市や拠点を置く都治地域の農業の現状、担い手の育成や後継者について意見を述べられました。また新設した環境制御型ハウスについても触れ「この地域の若手の人たちは、最新の施設を見る機会がなかなかない。設備を実際に肌で感じ、直接見てもらいながら農業を身近に感じてもらうことが大切」と力強く話されました。

「株式会社 MOG-MOG」は、水稲やあすつこ、また環境制御型ハウスでイチゴを栽培。施設園芸で安定的な農業を営みつつ、水田農業を組み合わせた農業の維持につなげる経営に取り組んでおられます。藤井拓次郎代表取締役は、これまでの取り組みや、江津市や拠点を置く都治地域の農業の現状、担い手の育成や後継者について意見を述べられました。また新設した環境制御型ハウスについても触れ「この地域の若手の人たちは、最新の施設を見る機会がなかなかない。設備を実際に肌で感じ、直接見てもらいながら農業を身近に感じてもらうことが大切」と力強く話されました。



香の宮 F & A の大畑代表(左)の説明を聞く石川組合長



株式会社 MOG-MOG の藤井代表取締役(右から 3 人目)と石川組合長(右から 2 人目)ら

## ★組合長から一言★



今回は 3 組織を訪問させていただきました。いずれの先も、それぞれに特徴があり、大いに参考になりました。

取り分け「香の宮 F & A」におかれましては、これから農水省がすすめています有機農業にいち早く取り組まれ、大きな成果を挙げていらっしゃいました。

J A といたしましても、今後、有機農業を勉強させていただき、共に取り組みたいと思います。

組合長より一言

夜盗虫  
一夜さかけて  
漬すとや

次回 12 月号では、雲南地区本部を訪問した様子を掲載します。

topics  
1

## 県青協が県と意見交換会 農業者の声届ける



島根県農協青年組織協議会は10月12日、松江市の県庁で島根県との意見交換会を開きました。昨年に引き続き、新型コロナウイルスの影響により、人数を制限しての開催となりましたが、同協議会から草野拓志会長や副会長、JAしまね地区本部青年組織の委員長ら5人が参加。県農林水産部の西村秀樹部長と活発に意見を交わしました。



日頃の思いを伝える県青協役員ら(左側)

草野会長は「現場の声が届いていないと感じていた。この機会に農業者の声を届けたい」とあいさつ。会の中では、農業生産や畜産の振興、担い手対策、補助事業、GAP取得の取り組みについて、現場の生の声を届けました。

担い手対策では、県内外の就農希望者に対し、就農前の支援策の強化とPRについて言及。高齢化などにより担い手不足や集落営農組織の減少が危惧される中で、新しい担い手の確保は重要であると強調し、農業だけでなく、住居など生活環境や農作業場の情報など、安心して就農できるような情報の発信を訴えました。



県農林水産部の西村部長(手前)と意見を交わす草野会長(左)ら

topics  
2

## 県産品で秋の味覚を味わって 秋のスイーツフェア開催



JAしまねと松江エクセルホテル東急は、松江市の同ホテルで県産品をふんだんに使用した「秋のスイーツフェア」を10月16、23日の2日間限定で開催しました。知名度の向上・生果の購入促進や新たな購買層の獲得を目指し、スイーツフェアを通じて秋の味覚をPRしました。

同JAはこれまでに同ホテルと「シャインマスカット」や「島根ぶどう」を使用したスイーツバイキングを実施し、好評を得てきました。

今回のスイーツフェアでJAは、アールスメロンと栗、西条柿、さつまいも、いちじく、シイタケ、キャベツの7品目を提供。会場には「いちじくのタルト」「西条柿コンフィチュールのマカロン」「モンブラン」「キャベツたっぷりペペロンチーノ」など色鮮やかなオリジナルスイーツと料理が並びました。



西条柿コンフィチュールのマカロン

それぞれのスイーツについては、通常通りに作ると色味や素材そのものの味が消えてしまうため、しっかりと感じられるよう試行錯誤を繰り返したそうです。

野菜や果物など多品目でのコラボレーションは今回が初めてで、新型コロナウイルス感染症の対策をしながら、2日間で240人の方に楽しんでいただきました。



スイーツフェアに登場した秋の味覚をふんだんに使用したスイーツたち

topics  
3

## 斐川に広域玉葱調製保管施設を建設 起工式を開催



JAしまねは10月20日、出雲市斐川町で広域玉葱調製保管施設新設工事の起工式を開きました。JA役職員や関係者ら約30人が参加し、2022年3月に完成を予定する同施設の工事の安全を祈願しました。

建設には国と県、同市の補助事業を活用。既存の玉葱調製施設と隣接する敷地に拡充し、選別保管能力を向上させます。建設面積は約3,343平方メートル、冷蔵保管施設5室、専用スチールコンテナ4,000基、タッピングマシン、玉葱調製システムが新たに整備されます。

同JAにおいて園芸重点推進5品目のひとつであるタマネギは、主産地の斐川地区本部を筆頭に県内各地域で栽培が進んでいます。既存の調製施設は1995年に建設され調製を行ってききましたが、夏場の高温による黒かび病や腐敗病の発生、乾燥・保管をハウスで行っているために産地で管理できる期間が短期に限られていたこと、調製機械の老朽化、また同町以外の産地では収穫後の体制が整っていないなど、「島根たまねぎ」として産地化を図るには課題がありました。

今回新たに施設整備を行うことで、収穫後の除湿乾燥や低温保管、調制作業や出荷から販売までの体制が整い、生産者は栽培に集中することができます。また、冷蔵貯蔵が可能となることで貯蔵中の品質低下を防ぎ、長期にわたり安定した出荷が可能となる等、生産者の生産意欲向上に繋がり、面積拡大への期待がかかります。

石川寿樹組合長は「タマネギは県と共に取り組んでいる水田園芸重点推進作物の一つ。建設をきっかけにタマネギ生産の更なる振興を目指す」と話しました。



工事の安全を祈願して鉄入れをする石川組合長

# 輝く50万パワー☆ しまねの女性部！

## 出雲女性部

地域のみなさんや、  
女性部員が元気になる  
楽しい活動を行っています

未だコロナウイルス収束の兆しが見えない中ですが、出雲女性部4,336名の仲間たちは「SDGs」の活動を軸に、前向きにできる事から少しずつ活動を再開しています。今年2月の「女性部まつり・家の光大会」では、コロナ対策を徹底した中、家の光三誌愛読者拡大運動・おもてなしプロジェクトの優績表彰や講演会などを行い約200名の部員が集いました。また、8月には家の光記事活用研修会を開催し、参加者みんなで賑やかにエコバッグ作りに挑戦しました。そして、11月には(株)農協観光と協力し「【島根ワイナリー】での島根和牛すき焼き御膳と出雲大社&島根県産米おにぎり教室」日帰りプランを計画しています。地産地消・食農教育を掲げる出雲女性部ならではのおにぎり教室を開催し、参加されるみなさんへ地元のお米の美味しさ・大切さを伝えていきます。



## 一所懸命青年連盟

## JAしまねくにびき青年連盟

地産地消に取り組み、  
農業を通じて、  
地域に貢献していきたい

JA YOUTH

ささきのりあき  
佐々木 紀祥さん



JAしまねくにびき青年連盟(以下、農青連)の佐々木紀祥さん(48)は、平成11年から就農し、松江市の揖屋干拓地でエゴマ、ウコン、スイートコーン、ネギ、タマネギ、ジャガイモなどを栽培しています。

就農当時、農業の経験がなかったため、ノウハウもなく、苦勞していたときに、JA職員から農青連の話を聞き加入。「盟友といろいろな情報交換もでき、自分の農業にも役立っている」と、農青連での活動が農業に活かされていると話します。

特に加工品の販売に力を入れる佐々木さんは、エゴマ油やウコン粉末をJAの産直店舗やインターネットなどを通じて販売。また、松江市ふるさと納税の返礼品に採用され、全国に送られています。「エゴマは夏場に摘心や除草など、暑い中での作業は苦勞するが、より良いものを消費者の皆

さんに届けたいと思い、がんばって作業している」と話す佐々木さん。

「今後も、安全・安心な農産物生産に努め、消費者の方に喜んで買っていただけるような商品や農産物を販売していきたい」と意気込みを語りました。





あなたもチャレンジ!

# 家庭菜園



## 畑仕事に便利な農具 快適で楽しい 作業をするために

農具はかつての「村の鍛冶屋さん」が、農作業の用途や土質に適した形に作り上げた道具です。そのため地域によって形状がさまざま。そろえておきたい代表的な農具を紹介します。

### 土起こし作業 (図1)

荒れた畑は土が固く締まり、草の根がはびこっています。このような畑を起すには、備中鍬(ぐわ)か唐鍬(ぐわ)を使います。備中鍬は3、4本の爪に分かれ、粘土質の畑でも土離れの良い刃型で、芋の掘り起こしにも重宝します。唐鍬は1枚の細身で肉厚の刃で、頑丈なので荒起こしに向きます。

スコップは土を運ぶ、穴を掘る、堆肥・肥料を土と混ぜるなどに使い、先のとがった剣先スコップは穴掘り作業に、先が平らな角スコップは運ぶ、混ぜる作業に適しています。

### 畝立て作業 (図2)

平鍬(くわ)は1枚の刃が付き、耕す、整地をする、溝を掘る、畝を立てる、土寄せするなどほとんどの作業がこれ1本でできます。平鍬の背側や側面を使って、整地作業もできます。長さや重さが体や体力などに合った物を選びましょう。農具を一つ選ぶとすれば、万能の平鍬です。また、効率良く整地作業をするには、熊手のようなレーキを使います。土中の雑草の根なども除去できます。最後に、畝をきれいに仕上げるには、板切れ(端材)を使い、表面をならします。

### 除草、土寄せ作業 (図3)

草刈りには、片手鍬(ぐわ)、ホーとも呼ばれる半月形や三角形の軽量の鍬があります。柄が長く立ち姿勢で作業ができる三角鍬(ぐわ)は、土寄せ、溝切りにも使えます。草刈りには平鎌を使います。伸びてきた草を片手でつかみ、鎌先を地際から手前に引いて切断します。のこぎり鎌は、堅い草を刈るのに向いています。

図1 土起こし作業

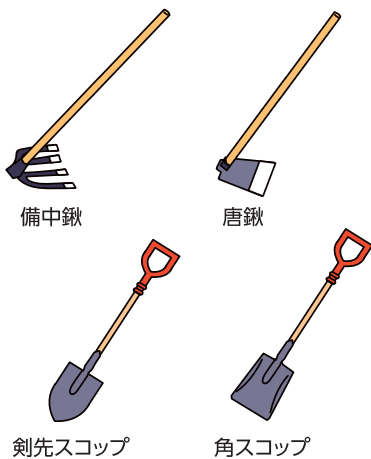


図2 畝立て作業

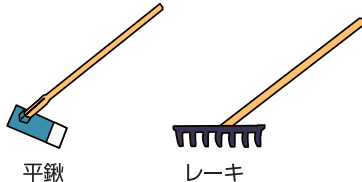
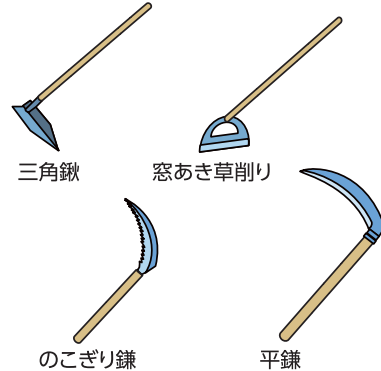


図3 除草、土寄せ作業



園芸研究家 成松 次郎

## 理事会情報 (9月29日開催)

### 【協議事項】

- ①令和3年産島根米の仮単価の設定(追認)について
- ②ソリューション【C】地区本部米穀直売の本店集約に向けた取り組みについて
- ③【西条柿】石見広域選果場集約について

- ④営業店システム導入にかかる次期端末等のベンダ選定について
- ⑤信用事業方法書(為替取引)の一部改正について
- ⑥組合と理事との取引(契約)の承認について(紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)

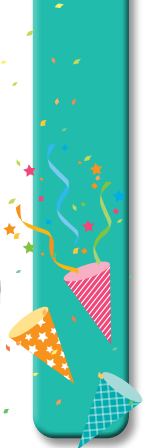


## 秋作アールスメロン初出荷日を迎える

10月6日、JAしまね益田メロン部会（部会長大場尚俊）は、アンテナが特徴の秋作アールスメロンを初出荷しました。当日は部会員3人によりアールスメロンが出荷され今年も1.5kgから1.9kgを中心に、「玉太り・ネットの張り・糖度」三拍子揃った出来ばえとなっています。

7月に定植し、8月上旬までは好天が続いたものの、中旬の台風や豪雨で冠水被害を受けたハウスマも多くありましたが影響はあまりなく、病害虫被害も少なく順調に生育しました。

秋作アールスメロンは益田市場・山陰市場の他、広島・京阪神・中部地方にも届けられます。



## 栗を初出荷しました

9月14日、津和野経済センターの集荷場で栗の初出荷が行われました。

当日は津和野町・吉賀町で収穫された丹沢などの品種250kgが松江市をはじめとする県内市場へ出荷されました。4月の霜や鳥獣の被害がありましたが無事に出荷の日を迎えることができました。

集荷場では一つひとつ、選果スタッフにより虫害や裂果がないか作業が行われていました。





## 女性部研修会を開催

10月6日、JAしまね西いわみ女性部（部長元岡タツ子）は女性部研修会を開催し、家の光9月号に掲載された「新聞紙でエコバッグ作り」を行いました。

元岡部長は「皆さんで同じものを作る事が出来てとても楽しかった。また、集まる事が難しい中で集まって作業することが貴重なことだった」と感想を述べました。

実際に作成をしてみても身近なもので作ることができるうえに、生活のなかでいろいろなことに役立ちます。読者の皆さまもぜひ、実践してみてください。



完成した新聞紙のエコバッグ

## 味噌づくりに奮闘



写真①樽にあった漬す前の状態。24kgある。



写真②のものをつぶす。



袋詰め作業。800g入れる。



9月28日、JAしまね西いわみ女性部津和野ブロック（ブロック長中川美恵子）は、津和野支店の加工場で「つわの味噌」をつくりました。

津和野ブロックでは、昨年の11月下旬に加工した味噌が出来上がりの時期を迎え、商品として販売するため、専用の機械でさらに潰し、容器へ入れる作業を行いました。

この味噌は「道の駅津和野温泉なごみの里」「グリーンセンターしろやま」で購入が可能です。

## 寄贈をしました

10月上旬、JAしまね西いわみ女性部美都ブロック（ブロック長渡邊久）は美都町内の小中学校・保育所の5か所に雑巾を寄贈しました。地元企業から女性部美都ブロックにタオル100枚の提供があり、そのタオルを部員が分担し雑巾を縫い届けました。

寄贈先から「作っていただいた雑巾を早速使います。寄贈をしていただきとても助かります」と喜ばれました。

渡邊ブロック長は「これからも部員の皆様と協力をして、少しでも地元の役に立ちたいと思います」と感想を述べました。





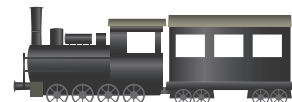
## 津和野支店「田んぼアート」の稲刈りを実施

9月24日、JAしまね津和野支店（支店長芝田剛）は、津和野中学校の生徒5人と共に「田んぼアート」の稲刈りを行いました。

「田んぼアート」は、今年5月下旬に西いわみ地区本部の青木和憲理事が所有する水田15坪に「きぬむすめ」を移植し、津和野町に乗り入れるディーゼル機関車（DL）を描いたものです。

生徒は「鎌を引く瞬間の歯切れが気持ちよく、とても楽しく稲刈りが出来た」と話しました。青木理事は「こういう経験を通して、作った方々へ感謝の気持ちを持ち、食事をするときに忘れず食べてほしい」と話しました。

収穫した米は町営英語塾「HAN-KOH」へ無償提供、DLの乗客へ振舞う他、今回の稲刈りに参加した津和野中学校の生徒にも提供を行う予定にしています。



## 太鼓谷稲成神社主催の稲刈り



9月23日、津和野太鼓谷稲成神社主催の神田禮祭が津和野町名賀の（農）なよし（代表理事石本英雄）が管理する田んぼで行われました。

地元の人達、津和野町やJA関係者ら30人が出席し、早乙女に扮した地元高校生らと一緒に、春に田植えをした「イセヒカリ」という品種の米を一列になつて刈っていききました。今年は8月からの日照不足により、生育が遅れていたため、全体の2割ほどの稲刈りとなりました。

高校生の中には稲刈りが初めてという子も多く、指を切らないよう、慎重に稲を刈っていききました。刈った米ははぜ干しにし、神社に奉納する予定です。



# まちむらネットワーク

## ぶどうの収穫体験

9月24日、益田市立吉田小学校3年生が大場ぶどうファームを見学しました。益田地区の国営農地開発地で多くの人々が農業をしていることから、その地にある農業に必要な水や土、栽培されている益田産のぶどうについて深く関連していることを学ぶことが目的です。

大場ぶどうファームでは、約90人の児童が3班に分かれ収穫体験を行いました。わからないことや疑問に思ったことは質問し、しっかりとメモを取っていました。



## 東陽中学校が職場見学



9月22日、益田市立東陽中学校の生徒1年生8名がJ Aしまね益田中央支店、Aコープラポ店、虹のホールマですだ、飯田選果場を見学しました。

見学は、皆で協力し活動しながら集団行動のマナーを身につけ益田の魅力について調べ、地元への愛着を深める目的として実施されました。

生徒たちは「どのくらいの業務がありますか」「銀行とどんな所がちがいますか」などの質問を投げかけていました。



## 選果場を見学

10月15日、島根県立益田翔陽高等学校・生物環境工学科1年生28名が飯田選果場を訪れました。農業施設等の見学を通して、地元の農業の理解を深めることが目的です。

日頃、見ることが出来ない設備を目の前に全員が目を見張らせて見せていました。メモを取るだけでなく、現場の方々に話を聞き、掲示されていた資料にも興味を持っていました。

生徒は「選果場にある設備の仕組みがとてもおもしろかった。農作物が出荷される様子を実際に見て、その農作物を食べるとき感謝をしたい。」と見学の感想を述べました。





## 交通安全運動に 協力しました

J Aしまね西いわみ地区本部（本部長田村清己）は、秋の交通安全運動（9月21日～30日）にあわせて益田市と津和野町、吉賀町に3市町合計カーブミラー16基、車を安全に誘導する車線分離標ポールコーンガイド50本を寄贈しました。

この活動は、J A共済事業の地域貢献活動の一環として、昭和47年から毎年実施しています。

9月22日には、田村本部長が益田市山本浩章市長を訪ね、趣意書と目録を手渡した後、「誰もが事故により被害者・加害者にならないようカーブミラーを提供し、市民や町民の皆様が安心して過ごせるまちづくりに協力していきたい」と挨拶しま



左：山本市長

した。また、山本市長は感謝の気持ちを述べられました。



## 大盛況！ グリーンセンター展示会！！



9月17日、18日、益田グリーンセンターで秋の感謝セールを開催しました。両日共に台風14号の影響が心配されていましたが、多くの方にお越しいただき、賑やかに開催をすることができました。

各メーカーの協力のもと、農作業に役立つ資材の展示販売や簡易土壌診断を実施しました。また、シャインマスカット・栗・トマトの販売やトマトを使った加工品、野菜苗、除草剤等の特売も行いました。

## 第9回組合員親睦 ゴルフコンペを開催

J Aしまね西いわみ地区本部は組合員親睦ゴルフコンペを山口県萩・石見カントリ倶楽部で開催しました。管内の組合員・利用者相互の親睦を深める機会として平成25年度から開催しています。

開催日の10月9日は秋晴れの下、益田市・津和野町・吉賀町から39組、153人に参加いただき、珍プレーや好プレーもあり互いに声を掛け合いながら、終始和やかな雰囲気の中で進み親睦を深めました。



# 西いわみ地区本部 自己改革の取り組み

## 人権・同和問題研修会

10月6日、JAしまね西いわみ女性部とJA職員は人権・同和問題研修会に参加をしました。今年のテーマは「コロナ禍における偏見と差別をなくそう」です。

人とコミュニケーションを取ることが難しくなった世の中で、人を傷つけない接し方を改めて学ぶことが出来た研修会だったと思います。また、身近なことから改善することで新型コロナウイルスと正しく向き合えることに気づくことができました。

JAではこれからも自己改革実現のため、研修会等を通して職員の意識改革に努めて行きます。

とても  
わかりやすい  
資料です



## 12月の無料年金相談会～お気軽にご相談を～

年金定期便、年金手帳、印鑑、裁定請求書、年金証書等をご持参いただきますと、より具体的な相談ができます。はじめての方や、現在受けている年金に疑問をお持ちの方もお気軽に相談でき、秘密は固く守られます。どうぞ、お近くの会場にお越しください。

西いわみ地区本部益田中央支店金融課  
年金相談センター (0856-22-8680) は、  
平日 (8:45～17:00) いつでも  
ご相談いただけます。

### 12月の年金相談会

# 12月16日(木) 西益田支店

14:00～18:00 波田社会保険労務士

\*日程・社会保険労務士は変更になる場合があります。

# 読者の川柳

# にしいわみひろば

## お題「七五三」

1月のお題は「初日の出」です  
ご応募お待ちしております

- 七五三 晴着いちばん うちの孫 (益田市 佐々木いさ子さん)
- 七五三 可愛いドレスで ハイポーズ (益田市 初山 敏子さん)
- 宮まいり 孫の笑顔と 七五三 (益田市 大谷 恭子さん)
- 宮参り かわいいかしわ手 七五三 (益田市 両見かすみさん)
- 七五三 元気に育って ありがとう (益田市 稲岡三紀子さん)
- 七五三 晴れ着に嬉しい 千歳飴 (益田市 田中千代子さん)
- 七五三 早いもんだね 中学生 (益田市 小笠原かよみさん)
- 貸衣装 親バカ嬉し 七五三 (益田市 和崎富久代さん)
- 身に余る のぞみを着せて 七五三 (益田市 村上登美子さん)
- 娘も孫も 同じ振袖 七五三 (益田市 喜村 信江さん)
- 七五三 破魔矢持つ子の 愛らしさ (津和野町 高谷喜里栄さん)
- 七五三 終えて楽しい 餅まきだ (津和野町 吉崎 里美さん)
- 七五三 はおりはかまど 宮参り (津和野町 豊田 往野さん)
- 七五三 ヨダレ掛けさようなら 三才児 (津和野町 大羽ミヤ子さん)
- 千歳飴 輝く未来 七五三 (津和野町 大井 守さん)
- 七五三 はるか 昔を思い出す (津和野町 廣田美代子さん)
- 我が子らの 昔の思い出 七五三 (吉賀町 安富 亮子さん)

川柳「七五三」の投稿数 津和野町9通、吉賀町1通、益田市11通

### 川柳 応募方法

●葉書に 川柳、住所、氏名、電話番号をご記入ください。●締切 令和3年12月10日 (当日消印有効)  
●あて先 〒698-0024 益田市駅前町15-1 JAしまね 西いわみ地区本部 企画総務部 ふれあい課



A1-27



家計簿記帳で

# SDGs!

12月号第1別冊付録

ひと工夫 明日のしあわせ  
家族の笑顔 😊



未来を楽しく

# HAPPY♪

12月号第2別冊付録



- 定価(税込)
- 普通月号 629円
  - 付録月号(1・4・5・7・9月号) 922円
  - 家計簿付き12月号 1,027円

12月号・1月号  
購読申込受付中

2106

✂ 切り取り線

JA 御中

購読申込書 月払い 年 月 日

家の光・地上・ちゃぐりんを  
12月号・1月号から購読します。

ふりがな

希望する購読誌名・開始月号・支払方法を○で囲み、  
その他必要事項を記入してください。

お名前

支払方法	<input type="checkbox"/> JA口座より振替
	<input type="checkbox"/> 現金

〒

ご住所

電話番号 ( )

●単月号のみのお申し込みも可能です。

●ご記入いただいた個人情報、注文以外の用途には使用いたしません。

JA・JA女性組織・JA中央会・家の光協会





西いわみ地区本部からのおしらせ

JA  
自己改革  
実践中

2021

# あったかキャンペーン

今年も当たるよ!

## しまね和牛

※写真はイメージです。



◎よりぞう

2021年 キャンペーン期間

期間中、定期貯金を

前半 11.1月▶12.3金 後半 12.6月▶12.30木

期間中毎週抽選!!

① 30万円以上新規または、増額でご契約いただいた方

計261名様  
抽選で毎週 **29** 名様に

**5,000**円相当の  
しまね和牛(すき焼き用)を  
プレゼント!!

Wチャンス!!

② 100万円以上新規または、増額でご契約いただいた方

計58名様  
抽選で **29** 名様× **2** 回に

**10,000**円相当の  
しまね和牛(ステーキ用)を  
プレゼント!!

さらに

トリプルチャンス!!

③ JAネットバンクを契約の方、抽選で **29** 名様に  
**5,000**円相当のしまね和牛(しゃぶしゃぶ用)  
をプレゼント!!

期間中、対象取引を  
ご契約いただいた方へ  
**エコマグカップ**を



先着3,500名様にプレゼント!!

※バンブーファイバー配合素材。木よりも成長が早い竹は、潤沢な資源供給を可能にし、環境保護に貢献できる素材です。軽量で割れにくいのも魅力的な特徴です。  
※写真はイメージです。※品切れの場合は他の粗品に代えてさせていただきます。

### 懸賞概要

対象商品	毎週抽選 Wチャンス トリプルチャンス 定期貯金(期間1年以上) ※上乗せ金利の適用があるものを除きます。※窓口でお預け入れいただいたものに限ります。※トリプルチャンスはJAネットバンクのご契約が必要です。
応募対象者	毎週抽選 期間中、対象商品を新規(または増額)で30万円以上契約された個人の方。 Wチャンス 期間中、対象商品を新規(または増額)で100万円以上契約された個人の方。 トリプルチャンス 期間中、対象商品を新規(または増額)で30万円以上契約された個人の方でJAネットバンクを既に契約済みの方。または新規に利用申込みいただいた方。
賞品内容	毎週抽選 毎週抽選で29名様に <b>5,000円</b> 相当の「しまね和牛(すき焼き用)」をプレゼント(全9回抽選)。 Wチャンス 抽選で58名様に、 <b>10,000円</b> 相当の「しまね和牛(ステーキ用)」をプレゼント トリプルチャンス 抽選で29名様に、 <b>5,000円</b> 相当の「しまね和牛(しゃぶしゃぶ用)」をプレゼント

抽選権について	毎週抽選 トリプルチャンス 対象商品ご契約30万円につき抽選権を1口お付けします。 Wチャンス 対象商品ご契約100万円につき抽選権を1口お付けします。
抽選について	毎週抽選 抽選権は翌週に持ち越されません。複数ご応募された場合、期間中の当選は1回限りとなります。 Wチャンス キャンペーン前後半終了後、各1回抽選いたします。前半にご契約された方は後半にも抽選権があります。 トリプルチャンス キャンペーン終了後、1回抽選いたします。
抽選権の失効	抽選日の前日までに対象商品が中途解約されていた場合、懸賞抽選権は無効となります。トリプルチャンスは抽選日にJAネットバンクの契約が確認できなかった場合、抽選権は無効となります。
抽選・当選発表	毎週抽選 Wチャンス 月曜日に抽選を行います。ご当選された方に対し、当選通知をお送りします。賞品は随時発送させていただきます。 トリプルチャンス キャンペーン終了後抽選を行います。※月曜日が祝日の場合、火曜日に抽選いたします。
個人情報取扱	取得したお客様の個人情報は賞品の抽選・発送のためにのみ使用します。

くわしくはお近くのJA窓口までお問合せください。

JAしまね

検索

JALしまね

グリーンセンター各店で

# 簡易土壌診断

## はじめました

**無料**  
です



「野菜の生育が悪い」「肥料をどれだけやればいいのか」  
などの家庭菜園でのお困りはありませんか？

JAでは、店舗改革の一環として組合員皆さまの営農に役立てるため、グリーンセンター店舗で簡易土壌診断を始めました。

どなたでも、いつでもご利用いただけますので、この機会にあなたの畑の土も診断してみませんか？

### 1. 実施店舗：以下の4店舗です

- 益田グリーンセンター ●グリーンセンターひまわり（日原）
- グリーンセンターしろやま（津和野） ●六日市グリーンセンター

### 2. 測定内容

- pH（ペーハー）→土の酸度が分かります
- 硝酸態窒素→土の肥料分の濃度が分かります

### 3. 診断の流れ

- ①土を採取      ②実施店舗に持ち込む
  - ③その場で測定      ④担当者が施肥をアドバイス
- ※店舗の状況によりお待ちいただく場合もあります

### 4. 土壌の採取

- 表土1cmを除いて、移植ごと1杯分（約100g）程度採取（施肥する前の畑の作土）
- ※同じ圃場であれば数か所採土して混ぜ合わせることをおすすめします

## 無料で簡易的な土壌診断を実施します

- ①お客様の圃場の土（握りコブシ分）を取る。
- ②当日ビニール袋もしくは、紙袋に入れて持って来る。準備はこれでOK!

pH・ECを診断！作物にあった土になるよう  
その場で処方箋をお出しします！  
注：必ず土を持参してください。



西いわみ地区本部からのおしらせ



# 移動スーパー とくし丸 販売パートナー (オーナー)募集!

あなたも、始めませんか?  
「ありがとう」と言われる  
仕事です。

未経験者歓迎!  
ドライバー(パート)  
同時募集!

詳しくはお問合せ  
下さい。



とくし丸=実業丸  
実業=志のあつこと。  
特に、社会事業や公共の福祉  
などに熱心に協力すること。  
また、その心や、そのさま。

少しでも興味がある方、詳しくご説明しますのでお気軽にお問い合わせください。

株式会社Aコープ西日本 TEL082-276-0700

733-0832 広島県広島市西区草津港2丁目6-50 (担当 木村・藤井) <http://nishinihon.acoop.jp/>

起点店舗: Aコープますだ中央店  
Aコープラポ店

電話:0856-31-1896  
電話:0856-27-1388

J A 連絡先 J A しまね西いわみ地区本部企画総務部経営管理課 電話 0856-22-1584

# 令和3年産米集荷速報

令和3年10月9日現在(令和2年産実績は令和2年10月3日現在)

営農経済部米穀課 (単位:30kg/袋)

地区名	出荷予約数量	集荷数量	集荷率		1等米比率(全品種)		コシヒカリ1等米比率		ハナエチゼン1等米比率		きぬむすめ1等米比率		つや姫1等米比率						
			R3年度	R2年度 最終	R3年度	R2年度 最終	R3年度	R2年度 最終	R3年度	R2年度 最終	R3年度	R2年度 最終	R3年度	R2年度 最終	R3年度	R2年度 最終			
益田市	益田	R3	27,611	20,946	75.9%	82.9%	69.4%	67.7%	49.7%	56.0%	84.1%	67.3%	99.7%	76.9%	86.7%	79.4%	77.1%	69.5%	
		R2	28,092	18,832	67.0%		67.2%		57.8%		66.0%		79.8%		83.5%		71.8%		
	奥都	R3	4,607	3,890	84.4%	67.2%	94.9%	81.1%	90.7%	72.2%	92.7%	86.6%	100.0%	100.0%	94.9%	71.3%	96.9%	89.2%	
		R2	5,167	3,147	60.9%		81.7%		74.7%		88.2%		100.0%		66.8%		87.8%		
	匠見	R3	8,762	6,673	76.2%	82.2%	83.0%	83.7%	83.6%	78.8%	39.8%	85.5%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	72.6%	82.9%	
		R2	8,716	4,886	56.1%		77.2%		81.4%		79.1%		100.0%		100.0%		83.8%		
津和野町	津和野	R3	28,192	22,595	80.1%	78.9%	83.9%	80.7%	86.3%	73.6%	69.1%	89.6%	0.0%	0.0%	96.1%	76.5%	82.6%	89.1%	
		R2	28,552	18,226	63.8%		80.3%		75.3%		89.1%		0.0%		76.5%		83.9%		
	日原	R3	3,056	1,079	35.3%	83.0%	73.8%	59.6%	58.4%	77.8%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	82.9%	59.0%	100.0%	23.9%	
		R2	2,933	1,323	45.1%		32.0%		27.5%		0.0%		0.0%		57.1%		68.2%		
	吉賀町	神木	R3	4,330	2,412	55.7%	56.1%	75.5%	70.3%	57.4%	66.3%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	91.9%	50.1%	96.7%	83.9%
			R2	4,381	1,170	26.7%		53.3%		51.9%		0.0%		0.0%		100.0%		55.7%	
六日市		R3	14,145	4,743	33.5%	64.6%	75.8%	85.7%	79.4%	92.8%	0.0%	100.0%	0.0%	0.0%	98.8%	78.7%	100.0%	77.9%	
		R2	16,135	4,882	30.3%		83.2%		87.9%		100.0%		0.0%		100.0%		100.0%		
J A 計	R3	90,703	62,338	68.7%	78.4%	78.5%	76.5%	72.0%	71.7%	69.3%	86.2%	99.8%	78.0%	91.8%	79.4%	82.6%	80.2%		
	R2	93,976	52,466	55.8%		74.6%		69.7%		85.1%		85.2%		80.3%		79.3%			

※集荷数量・集荷率・各品種一等米比率の下限は、前年最終実績(本年、前年ともカントリー含まず)

【農産物検査員コメント】 ●ハナエチゼンは良好。コシヒカリでは心白粒が多く見られた。 ●9月上旬までは天候不順の為刈取りが遅れている。  
●コシヒカリはカメムシによる格下げは少ない。 ●胴割れ粒が散見される。 ●つや姫では青未熟粒が多く見られた。  
●水分過多が散見される。 ●きぬむすめはカメムシによる格下げが見られる。

# 水稲



## 益田東支店 移転リニューアルのお知らせ

令和4年  
**1/11(火)**  
オープン  
予定

この度現在の場所からAコープラポ店(旧喫茶室)への移転に向けて準備中です。引き続き組合員、利用者の皆様の期待に応えることができるよう精進いたしますので、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

### 益田税務署からののお知らせ

**e-Tax** 自宅からネットが便利  
申告・納税

e-Taxとは、申告などの国税に関する各種の手続きについて、インターネットを利用して電子的に手続きが行えるシステムです。

**スマホから確定申告**

**1 スマホ専用画面**

給与所得以外に雑所得や一時所得がある方など、多くの方が  
**スマホ専用画面**  
をご利用いただけます。

申告書の作成はこちらから！

**2 e-Tax送信**

「マイナンバーカード」と「マイナンバーカード対応のスマートフォン」をお持ちの方は、e-Taxで送信できます。

\*マイナンバーカード対応のスマートフォン等をお持ちでない方も、「ID・パスワード方式の届出完了通知」に記載されたID・パスワードがあれば、e-Taxで送信できます。

**キャッシュレス納付**

**1 ダイレクト納付**

届出をした預貯金口座からの振替により即時又は指定した期日に納付することができます。

**2 振替納税**

届出をした預貯金口座から指定された期日に自動で引き落とすことにより納付できます。  
\*個人の申告所得税・消費税に限りです。

**3 インターネットバンキング**

インターネットバンキングにより国税を電子納税できます。

**4 クレジットカード納付**

専用サイトへアクセスし、クレジットカードを利用して納付できます。  
\*納付額に応じた決済手数料がかかります。

**問い合わせ先/益田税務署 TEL(0856)22-0444(代表)**



西いわみ地区本部からのお知らせ

JALしまね × メガネの三城 **メガネ・補聴器 巡回サービス**

**5% OFF!!** 補聴器  
**10% OFF!!** メガネ一式

お問合せ、訪問のご相談は  
**090-6955-1612**まで  
 (月～金 9時～17時頃)

**「移動型店舗クーリエ号」**

メガネの三城 浜田店から  
 三城のサービスをお届けします!!  
 全国チェーンだからいつでも安心価格。  
 店に無い商品もお取り寄せ出来るかも?  
 お問い合わせだけでもどうぞ。詳しくは  
**【パリミキ オンライン】** 検索

JOA 日本眼鏡技術者協会  
**SS級 認定眼鏡士**  
 ATA テクノイド協会  
**認定補聴器技能者**  
 クーリエ店長 狩野 昭弘

**【補聴器なんでも相談会】**  
 補聴器って何が違うの?役に立つの?  
 ご相談のみでも大歓迎!!お気軽にどうぞ。

**お求め安くて高性能!!**  
 最新オリジナル補聴器  
**らくみみ MKシリーズ**  
 音までよみも  
 聴き取りも  
 音質がクリア  
 聴き取りやすい

**【メガネの点検サービス】**  
 スリ、痛い、見えにくい、疲れるなど 気になることは  
 ございませんか?他店様でお求めでもお任せ下さいませ。

**令和3年12月の巡回日程**

**お手軽 メガネ一式**  
 UVカット薄型単焦点レンズ付き  
 (運転用、お手許用に) 税込 **¥9,900~**

Made In Japan  
**鯖江製 メガネ一式**  
 UVカット超薄型、運転用、室内用、  
 遠近両用レンズを選んで 税込 **¥19,800~**

☆お気に入りのメガネが眠っていませんか?  
**レンズ交換承ります**  
 UVカット超薄型・運転用、パソコン用  
 遠近両用レンズを選んで 税込 **¥8,800~**

日	月	火	水	木	金	土
			1 新口	2 先勝	3 辰引	4 大安
5 庚午	6 先勝 西益田支店 9時~12時 益田中央支店 13時~16時	7 辰引 美都温泉 9時~14時	8 先勝 日原経済C 9時~14時	9 仏滅 津和野経済 9時~13時	10 大安 六日市経済 10時~14時	11 庚午
12 先勝	13 辰引	14 先勝	15 仏滅 匹見支店 10時~14時	16 大安	17 庚午	18 先勝
19 辰引	20 先勝 日原経済C 9時~14時	21 仏滅 美都支店 9時~12時	22 大安 匹見支店 10時~15時	23 庚午 柿木経済 9時~13時	24 先勝 益田グリーンセンター 9時~12時 益田中央支店 13時~16時	25 辰引
26 先勝	27 仏滅	28 大安	29 庚午	30 先勝	31 辰引	

**【遮光眼鏡】** 暗く感じにくいのにまぶしさはしっかりカット  
 特殊な染料で作られたカラーフィルターレンズ  
 Viewnal Viewnal PLUS Viewnal kids

調査・お見積 **無料**

**断熱リフォーム**  
**足元快適**

家族みんなが  
 安心・快適ね!!

発泡ウレタン施工  
**床下断熱**

お問合せ・お申込みは...  
**西いわみ地区本部 経済課** ☎ **0856-23-0914**  
 益田市中吉田町1001-1

JA全農基本契約業者「株児玉商会」特約施工店  
**取扱業者** 株式会社 **コタマサイエンス** 益田営業所 ☎ **0856-22-5390**  
 (本社)〒690-0048 松江市西塚島2-8-23 (営業所)松江・江津・隠岐・鳥取・倉吉・米子・広島 **コタマサイエンス** 検索 [www.kodama-s.co.jp](http://www.kodama-s.co.jp)



# CrossWord Puzzle クロスワード パズル

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

1	6		11	14	18	22
2		8		15		
		9	12		19	
	7			16		
3			13			23
4		10		17	20	
5					21	

答え

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

## タテのカギ

- ①石川県を代表する色絵磁器といえは——焼
- ③出生届を出すまでに決めます
- ⑥花などで作るハワイの首飾り
- ⑦ホップ・ステップ・——
- ⑧炭を入れて使う暖房器具
- ⑩kg, kmのk
- ⑫はがきを買ってきて——状を書いた
- ⑭弓に矢をつがえて狙うもの
- ⑯ソーセージの一種。薄切りにしたものがピザのトッピングにも使われます
- ⑰サンタクロースのそりを引きます
- ⑳木枯らしも風（おろし）もこれ
- ㉑原価に利益や経費を盛り込んで付けます
- ㉒まきをくべて使う暖房器具。ペチカはロシア風のこれです

## ヨコのカギ

- ①一年の終わり。年の——
- ②広葉樹の落ち葉を発酵させて作ることも
- ③農機具などをしまっておく建物
- ④定期貯金が——を迎えた
- ⑤家事をする際に着ける前掛け
- ⑦家を建てるときに神主さんを招いてする儀式
- ⑨スプリングとも呼ばれる部品
- ⑩酒よりお菓子の方が好きです
- ⑬無地のものには付いていません
- ⑮お——の家に回覧板を回した
- ⑰食べ過ぎると手が黄色くなるかも？
- ⑲大みそかの空に響く除夜の——
- ㉒プラスでもマイナスでもないことを示す数字

## 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（J Aしまね全体）の方に「農協全国商品券」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  
〒698-0024 益田市駅前町15-1  
J Aしまね 西いわみ地区本部 ふれあい課 「クイズ」係  
2021年12月3日（金）（当日消印有効）  
・先月号は、西いわみ地区本部管内で64人の方からご応募いただきました。

### ◆先月号の答え◆

「カンツバキ」

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
サ	ツ	マ	イ	モ	ク	ツ	バ	キ	ク
カ	リ	ン	リ	ホ	ン	ク	ツ	バ	キ
ナ	ネ	ソ	ウ	カ	ク	ツ	バ	キ	ク
ワ	イ	サ	チ	サ	ク	ツ	バ	キ	ク
カ	フ	ク	ヨ	ア	ケ	ツ	バ	キ	ク
メ	サ	ト	ウ	キ	ク	ツ	バ	キ	ク

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

「家の光」12月号は特別付録（家計簿・わたしノート）付き 定価107円

ご購入は、お近くのJAへお問合せください。

**佳作**

この朝を見納め芙蓉の忍び咲き  
身に沁むやだんだん進む物忘れ  
三匹の猫ゆつたりと盆の昼  
新蕎麦の香や先ずは深呼吸  
甘き香や暗き葉陰に葛の花

出雲市 大本 栄様  
安来市 斎藤美重子様  
松江市 岩成 薫様  
兵庫県 小田 和子様  
浜田市 沖田 邦子様

**優秀賞**

先陣の真雁は七羽斐伊河口  
出雲市 小豆澤典子様

**優秀賞**

ポストまで行きも帰りも虫時雨  
益田市 伊藤世以子様

**優秀賞**

損得は言はず思はず稲を刈り  
津和野町 田中とよし様

**最優秀賞**

金婚の旅に授かる秋日和  
出雲市 藤江 堯様

（評）今年にはコロナで大変な時でしたけど、金婚の旅をなさったんですね。秋日和を天がさすけてくれたんですよ。よかったですね。

J Aしまねよりは、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）12月号は川柳を募集します。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。

※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「農協全国商品券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。

# あったかキャンペーン 2021

今年も当たるよ！ しまね和牛

2021年 キャンペーン期間

前半 11.1月▶12.3金 後半 12.6月▶12.30木

※写真はイメージです。

### 懸賞概要

**対象商品** / 毎週抽選 Wチャンス トリプルチャンス  
定期貯金(期間1年以上) ※上乗せ金利の適用があるものを除きます。※窓口でお預け入れいただいたものに限ります。※トリプルチャンスはJAネットバンクのご契約が必要です。

**応募対象者** / 毎週抽選  
期間中、対象商品を新規(または増額)で30万円以上契約された個人の方。  
Wチャンス  
期間中、対象商品を新規(または増額)で100万円以上契約された個人の方。  
トリプルチャンス  
期間中、対象商品を新規(または増額)で30万円以上契約された個人の方でJAネットバンクを既に契約済みの方。または新規に利用申込みいただいた方。

**抽選権について** / 毎週抽選 トリプルチャンス  
対象商品ご契約30万円につき抽選権を1口お付けします。  
Wチャンス  
対象商品ご契約100万円につき抽選権を1口お付けします。

**抽選について** / 毎週抽選  
抽選日は翌週に持ち越されません。複数ご応募された場合、期間中の当選は1回限りとなります。  
Wチャンス  
キャンペーン前後半終了後、各1回抽選いたします。前半にご契約された方は後半にも抽選権があります。  
トリプルチャンス  
キャンペーン終了後、1回抽選いたします。

**抽選権の失効** / 抽選日の前日までに対象商品が中途解約されていた場合、懸賞抽選権は無効となります。トリプルチャンスは抽選日にJAネットバンクの契約が確認できなかった場合、抽選権は無効となります。

**抽選・当選発表** / 毎週抽選 Wチャンス トリプルチャンス  
月曜日に抽選を行います。ご当選された方に対し、当選通知をお送りします。賞品は随時発送させていただきます。  
トリプルチャンス  
キャンペーン終了後抽選を行います。※月曜日が祝日の場合、火曜日に抽選いたします。

**個人情報の取扱** / 取得したお客様の個人情報は賞品の抽選・発送のためにのみ使用します。

くわしくはお近くのJA窓口までお問合せください。

利用者の皆様へ

## 通帳デザインの変更について

いつもJAしまねをご利用いただき、ありがとうございます。

令和4年1月以降随時、通帳の新規発行・繰り越し・再発行の際は通帳デザインが「よりぞう」に変更になります。

なお、現在お持ちの通帳につきましては引き続きご利用いただけます。

ご理解の程よろしくお願いたします。



©よりぞう

JALしまね 検索 JALしまね

# 新型コロナウイルスワクチン2回接種済 またはPCR検査陰性の方参加者限定ツアー

①または②のいずれかを満たす方がツアー参加条件となります。①新型コロナウイルスワクチンを2回接種し、2回目の接種から出発前日までに14日以上(アストラゼネカは15日以上)経過していることが必要です。②出発日の3日前以降に採取した検体によるPCR検査または抗原検査の結果が、陰性であることが必要です。※弊社でもPCR検査キット及び抗原検査キットの販売(別途送料)をおこなっておりますので、お問い合わせください。※出発当日に①又は②を確認できるものをご持参下さい。(コピー又は写真など)

## 地元空港発着 JAL又はANA利用 羽田空港で合流!

宿泊は2泊とも2名様より1部屋ご用意

### 新紙幣の顔 渋沢栄一ゆかりの地に行く

### 世界遺産 富岡製糸場&日光東照宮と 草津・鬼怒川温泉 3日間

旅行出発日 令和3年

1班 12月12日  
2班 12月20日

旅行代金 大人お1人様・2名様1室利用

出雲縁結び空港起料金(税込) **79,800円**

萩・石見空港起料金(税込) **89,800円**

世界遺産 日光東照宮

申込金 20,000円(旅行代金に充当します。)

食事条件 朝食2回・昼食3回・夕食2回

添乗員 羽田空港より同行し旅程管理業務を行います。

利用航空会社 JAL(日本航空)又はANA(全日空)

利用バス会社 東京ヤサカ観光バス又は同等クラス

申込締切日 各出発日の21日前

掲載ツアーは、この広告でのお申し込みを受け付けておりません。 ※詳しい旅行については、専用パンフレットをご用意しております。お気軽に下記販売店へご請求ください。

JALしまね旅行センター本部 ☎0853-25-8907 農協観光山陰統括支店 ☎0852-26-2600

コース表	◎入場観光、○下車観光、△車窓観光	食事
1	出雲縁結び空港(9:30) → JAL278便 → 羽田空港(10:45)……(合流)…… 萩・石見空港(10:30) → ANA726便 → 羽田空港(11:55)…… ……空港内レストラン【昼食】=◎世界遺産 日光東照宮= =◎華厳の滝・中禅寺湖=鬼怒川温泉(泊)(18:00) ★夕食はバイキングとなります。(新型コロナウイルス感染症予防対策をとった上で行っております)	☑ 昼 夕
2	ホテル(8:30)=○川越の街並み【散策】=川越市内【昼食】= =◎渋沢栄一 青天を衝け 深谷大河ドラマ館【見学】= =◎富岡製糸場【見学】=草津温泉(泊)(17:50) ★夕食は和洋中約50種類のメニューが楽しめるバイキングとなります。 (新型コロナウイルス感染症予防対策をとった上で行ってっております)	朝 昼 夕
3	ホテル(8:30)=○浅間湖観光センター=◎世界遺産 富岡製糸場= …… 羽田空港(16:50) → JAL285便 → 出雲縁結び空港(18:20) =富岡市内【昼食】=(羽田空港発着) ANA727便 → …… 羽田空港(16:00) → ANA727便 → 萩・石見空港(17:45)	朝 昼

※当コースは山陰各空港より羽田空港で合流し、ツアーを実施いたします。羽田空港で待ち合わせいただく時間がありますので、予めご了承ください。  
※交通機関の都合により行程スケジュールが変更になる場合があります。  
※ご集合場所・出発時間は出発10日前にお届けする最終旅行のおしりでご案内いたします。

1日目 鬼怒川温泉 鬼怒川観光ホテル	2日目 草津温泉 草津サウナリゾートホテル
客室 イメージ	客室 イメージ
露天風呂 イメージ	露天風呂 イメージ
外観 イメージ	外観 イメージ

(上記ホテルは、同等クラスまたは同等クラス以上に変更になる場合があります。最終おしりにてご案内いたします。)

一般社団法人日本旅行業協会 正会員 観光庁登録旅行業第939号  
株式会社 農協観光

材料 (4人分)

- そば粉…………… 80 g
- A 小麦粉…………… 20 g
- 塩…小さじ1/4 (1.5 g)
- B 卵…………… 1 個
- 水…………… 300cc
- サラダ油…………… 小さじ1
- 《具材》
- ほうれん草…………… 1/2 束
- 長ねぎ…………… 1 本
- しめじ…………… 1 袋
- サーモン…………… 2 切れ
- 塩こしょう…………… 少々
- バター…………… 20 g
- C 小麦粉…………… 大さじ3
- 牛乳…………… 300cc
- 塩こしょう…………… 少々
- パセリ…………… 少々

作り方

- ①ボウルにAを入れ、泡立て器でよく混ぜ、中央にくぼみを作る。
- ②Bを混ぜ合わせて卵液を作り、くぼみに注ぎ入れて泡立て器で滑らかになるまでかき混ぜ、具材が出来るまでそのまま置く。
- ③ほうれん草はサツとゆでて2cmの長さに切る。長ねぎは厚めの斜め小口切りにする。しめじは根元を切り落とし、ほぐしておく。サーモンは一口大に切り、軽く塩こしょうを振る。
- ④鍋にバターを溶かし、サーモンと長ねぎとしめじを焼き、サーモンは皿に取り出して、火を止める。
- ⑤④の鍋にCの小麦粉と塩こしょうを加え、粉っぽさがなくなるまで混ぜたら牛乳を加えてひと混ぜし、再び火をつけ、トロミがつくまで混ぜながら火を通す。
- ⑥トロミがついたらサーモンとほうれん草を加えてからめる。

サーモンと野菜ときのこのそば粉ガレット



- ⑦フライパンを熱し、サラダ油を薄く引き、弱火で②の1/4量(約100cc)を流し入れ、薄く広げ生地にする。生地の周りに焼き色が付いたら、⑥の具材の1/4量を中央にのせ、生地の4辺を折って正方形にする。
- ⑧残りも同様に付けて3枚焼き、皿に盛り付け、パセリを飾ったら完成。

\*コメント\*

- ・そば粉に小麦粉を混ぜることで生地を寝かせる必要なく直ぐに焼けます。
- ・焼き過ぎるとたたむ時、折れやすくなります。弱火で軟らかく焼いてください。

\*アレンジ\*

- ・サーモンを鶏肉や海老、貝類に変えたり、野菜をブロッコリーや小松菜、玉ねぎ等に変えても美味しいです。
- ・生地を焼く時、チーズやハム、卵をのせて蓋をし、一緒に焼いて、半分に折りたたむだけでもOK!
- ・香ばしく焼きあがった生地に果物やヨーグルト、ジャムなどをのせて、甘いおやつとしても楽しめます。

きのこわかめの簡単あえ



材料 (4人分)

- えのきたけ…………… 1 袋
- しいたけ…………… 2 枚
- 乾燥わかめ…………… 4 g
- A マヨネーズ…………… 大さじ2
- 醤油…………… 小さじ1
- 鶏がら粉末だし…………… 小さじ1
- ごま油…………… 小さじ1
- カニかまぼこ…………… 70 g
- 炒りごま (白)…………… 小さじ1
- レタス…………… お好み

作り方

- ①えのきたけは石つきを切り落とし、粗くほぐす。しいたけは軸を切り落とし、薄くスライスする。
- ②耐熱皿に乾燥わかめを入れ、その上に①をのせ、軽くラップをして、レンジ(600w)で4分温める。
- ③ボウルにAを混ぜ合わせ、②とカニかまぼこを加えて和える。
- ④器にお好みでレタスを敷き、その上に盛りつけ、炒りごまを振りかけたら完成。

\*コメント\*

- ・あともう一品欲しい時にすぐ出来る簡単おかず。食物繊維も豊富に含まれ体も喜ぶ一品です。
- ・レンジを使いたくない場合はきのこを酒炒りにして、水気が出たらそこに乾燥わかめを加え、水気で戻します。

\*アレンジ\*

- ・きのこなら何でもOK!
- ・具材の中に人参やきゅうり、ねぎをせん切りにして加えても美味しいです。
- ・ゆず風味を加えると季節を楽しめます。



健康散歩 冬も運動しましょう!

JA島根厚生連

徐々に気温が下がり、長袖が必要な気候になってきました。寒いからといって体を動かすことが減ってきていませんか?冬を迎えると、運動することが少なくなり、気が付いたら体重が増えていたという経験をした人も少なくないはず。寒くても積極的に体を動かすことが大切です。

しかし、寒い季節ならではの運動時の注意点があります。まず、寒さに慣れてから運動を開始することが重要です。暖かいところから急に寒いところに出ると、温度の変化によって血管が収縮し、血圧が急上昇します。すると、心臓や脳に負担がかかり、心筋梗塞や脳血管疾患などの重大な病気におちいることがあります。暖房していない部屋で、少しずつ体を寒さに慣らしてから外に出るようにしましょう。

そして、服装にもポイントがあります。厚い服を1枚着るよりも、薄めの服を重ね着することで、運動して熱くなった時に調節することができます。最近は防寒・保温性があり、汗を吸収する速乾性機能を持つものもあるので、それらを活用するのもよいですね。また体の末端である手足は血流が悪くなりやすい上に、風をうけてさらに冷えやすいので、手袋やレッグウォーマーなどで保温しましょう。

冬には寒さや運動不足などで体が硬くなっているの、急に運動をすると筋肉や腱を痛めることも多くあります。せっかく運動しようと思っても怪我をしては続けられなくなります。時間に余裕をもって、準備運動を十分にを行い、体を温めて運動をしましょう。



【編集後記】「西条柿」の季節がやってきました。私はあんぼ柿が大好きで、毎年販売されるのを楽しみにして待つは購入しています!そのままでも十分美味しいあんぼ柿ですが、先日衝撃的においしい食べ方に出会ったのです。クラッカーの上に、あんぼ柿×クリームチーズ×ブラックペッパーをON。生ハムメロンのような食べ方なのではないでしょうか?これがと〜っても相性抜群でおいしいのです。皆さんにもぜひ試していただき、秋の味覚を楽しんでいただきたいです◎(安)

