

2017

4

April Vol.13

JAしまねびより



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



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が、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。

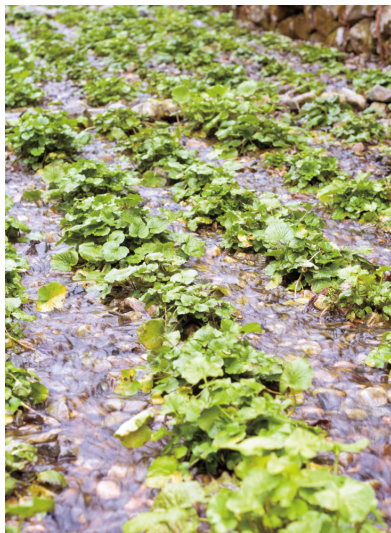
わさび生産組合の会員は現在14名、平均年齢69・5歳です。私がわさび作りを始めた昭和50年代のわさび農家の数は約30戸。バブル期には水わさびが一つ二千万円で取引され、隆盛期の出荷量は年間約4トン、金額にして一千万ほどありました。しかし現在では出



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の産直さんさい市場で料理の実演やわさび漬け（醤油漬け・粕漬け・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

に圃場を見てもらった試みをしました。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。



斐川

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 どうぜん

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

石見銀山

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

出雲

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。



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。

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。



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

島根おおち集落営農活性化研修会



島根おおち集落営農活性化研修会が、邑南町田所公民館において開催され、集落営農組織や関係者ら約130人の参加がありました。

最初に情報提供として「放牧支援の取り組み」について島根県中山間地域研究センター研究員 坂本真実氏よりお話があり、その後「平成29年度集落放牧事業について」と題し、島根県農林水産部畜産課主任技師 山根尚氏に講演いただきました。

また、(株)中国スカイテック取締役 中村達也氏に「無人ヘリ防除について」と題し、発表していただきました。最後に、「暮らしの視点から見た地方再生」として、一般社団法人トクノスクール 農村研究所代表理事 徳野貞雄氏より基調講演をしていただきました。今回の研修会を機会に集落営農が新たな取り組みと地域の活性化に繋がればと考えています。

3月
18

平成28年度島根おおち白ネギ部会総会



平成28年度島根おおち白ネギ部会総会が、部会員関係者を含め約80名の参加のもと邑南町矢上交流センターで開催されました。

総会では、10aあたり収量が優秀な生産者の表彰や28年度活動報告及び決算書の承認、29年度の計画の承認などが行なわれました。

また研修会では、主要3市場と仲卸の担当者から情報報告と消費者動向として、太いねぎが求められていること、規格に沿った揃いの良いねぎの出荷と、長雨曇天など気象条件の変動に負けず安定した出荷量が欲しいとの要望がありました。

島根おおち白ネギ部会では平成15年の20haが現在半減している状況から白ねぎ産地再生プロジェクトを立ち上げ、部会と行政、JAが一体となり活動を展開していきます。

3月
22

地域農政研修会

島根おおち農政会議、集落営農組織連絡協、青年連盟、女性部主催による「平成28年度地域農政研修会」が、矢上交流センターにおいて関係者を含め150名参加のもと開催されました。今回は近隣の石見銀山、いわみ中央、西いわみ地区本部より、農政会議役員と地区本部役員にもご参加いただきました。

研修会では、参議院議員 藤木真也氏(元JAかみましき組合長)により「国政報告」として農業情勢に関わる問題点などについて詳しく説明がありました。また、講演では藤木真也夫人の陽子氏より「人生は楽しく、愉快に：農家として母として」と題し、議員の夫人として、畜産+水稲の農家に嫁がれて苦労されたことなどについてユーモア溢れるお話をして頂き、とても興味深く有意義な研修となりました。

3月
24



第68回邑智駅伝競走大会



島根おちち地区本部は、邑南町で開催された第68回邑智郡駅伝競走大会の職場の部に出場しました。

田所公民館をスタートし、6区間・19・6キロを6名のランナーが走りきり、島根おちち地区本部は7チーム中7位の成績でした。練習不足での参加となりましたが、地域の皆様には沿道から多くの声援をいただきました。応援、ありがとうございました。

3月
26

花束づくり



島根おちち花き部会しきの会は、美郷町都賀保育所で、卒業式に両親にプレゼントするための花束づくりを園児たちと一緒にを行いました。

当日は、部会の会員で生産者の難波豊典さんとフラワーデザイナー協会の田村五十鈴さんを講師に招き行なわれ、花束は、難波さんが育てられたストックを主にマーガレット・カーネーション・スターチス・スイートピーの5種類で作り、園児らは葉を取り、茎を揃えるなど指導を受けながら花束を作りました。

花束は、卒業式当日にポストカードに日頃の感謝を込めたメッセージを添えて、サプライズで保護者に贈られました。

しきの会は、地元で栽培した花を提供して花束作りを通じ、花育活動に取り組みむことで、より一層の消費拡大を目指しています。

3月
24



ゆとり倶楽部第10回講座開催

ゆとり倶楽部は、今年度最後の講座として修学旅行に出掛けました。当日は19名の参加があり、「きんた農園ベリーネ」でイチゴ狩りをした後、「きんたの里」でお別れ会を兼ねて昼食をとりました。昼食までの時間、おのおの入浴をしたり、休憩室でくつろいだりと自由な時間を過ごしました。昼食には一年間の講座で楽しかった事、大変だった事などを話し合いました。中には「また来年度も参加するよ」との声もあり楽しい時間を過ごして帰途につき無事に一年間を終了する事が出来ました。

3月
22



女子大学6期生第6回講座「イチゴ狩り」

「女子大学つくしんぼ」は、第6回講座として浜田市「きんた農園ベリーネ」へイチゴ狩りに行きました。当日は天候も良く絶好の遠足びよりととなり、遠足と言う事で学生たちのお子さんたちの参加もたくさんあり、総勢22名がバスに乗ってわいわいとにぎやかに出かけました。農園ではイチゴ狩りの注意事項を聞いた後、みんなでハウスに入り、品種ごとに植えてあるイチゴを味比べをしたり、ミツバチが受粉をしている様子が見れたり短い時間でしたが春の陽気を感じながら楽しい思い出が出来ました。

3月
18

【おわびと訂正】

広報誌「JAしまねびより」3月号6ページ「地区本部トピックス」菌床しいたけレシピコンテストの主催と共催について誤りがあります。

誤：共催：菌床しいたけ生産者組合・邑南町・島根おおち地区本部

正：主催：島根おおち菌床しいたけ生産組合

共催：邑智郡農林業振興協議会生産流通部会菌床しいたけ分科会

(島根県農業協同組合島根おおち地区本部、島根県西部農林振興センター県央事務所
邑智郡森林組合、川本町、美郷町、邑南町)

おわびして訂正いたします。

人事異動のお知らせ

平成29年3月31日付退職

| 氏名 | | |
|--------|-----------------------------|------|
| 玉川 清志 | 金融共済部 旅行センター 臨時職員 | 依願退職 |
| 田澤 美恵子 | 金融共済部 企画推進課 臨時職員 | 依願退職 |
| 浜田 敏喜 | 生活部 自動車燃料課 石見自動車燃料センター 臨時職員 | 依願退職 |



29年度金融共済事業進発式

金融共済部は、田所公民館において29年度の金融共済事業の進発式を行いました。

はじめに事業方針と重点実施事項の説明を行ない、金融課・共済課・企画推進課がそれぞれ具体的な取り組み、目標数値の確認を行いました。また、支店ごとの自主目標やボランティア活動への参加・明るいあいさつ・支店美化といった支店が目指すビジョンを発表しました。

29年度も組合員・利用者の皆様に「豊かで暮らしやすい地域社会の実現」に貢献できるよう、事業に取り組んでいきます。

4月1



管内中学校へ交通安全用反射材を寄贈

J A 共済と島根おおち地区本部は、中学校へ入学する新入生を対象に通学時の交通安全・事故防止のために交通安全資材として夜行反射タスキと自転車用夜行反射テープを寄贈しました。大和中学校において寄贈式が行なわれ、小西圭二副本部長が「新入生が安心・安全に通学できるよう交通事故防止のために反射材を役立ててほしい」と話し、趣意書・目録が大和中学校藤井新治校長に手渡されました。

管内の7つの中学校には、各支店を通じて225本の反射材を寄贈しました。

3月28

和牛情報

平成29年3月子牛市場成績表



隠岐・西部“もちあい” 中央“弱含み”

本県3月の子牛市場は、平均価格は、中央市場は850,542円で“弱含み”の取引となりました。

中央市場の上場牛においては、発育・体積に富むものが多くみられたものの、全体的にはやや発育状況にバラツキがみられました。

県外移出率

■雌 45.51% ■去勢 27.47% ■合計 35.28%

| | | 頭数 | 最高価格 | 最低価格 | 平均価格 |
|-------|----|-----|-----------|---------|---------|
| 中央市場 | メス | 102 | 1,167,480 | 591,840 | 795,875 |
| | 又キ | 141 | 1,048,680 | 548,640 | 890,089 |
| | 合計 | 243 | 1,167,480 | 548,640 | 850,542 |
| 島根おおち | メス | 11 | 937,440 | 722,520 | 822,764 |
| | 又キ | 15 | 1,022,760 | 702,000 | 899,640 |
| | 合計 | 26 | 1,022,760 | 702,000 | 867,115 |
| 瑞穂 | メス | 4 | 937,440 | 773,280 | 854,010 |
| | 又キ | 4 | 1,022,760 | 805,680 | 886,410 |
| | 合計 | 8 | 1,022,760 | 773,280 | 874,800 |
| 羽須美 | メス | 1 | 911,520 | 911,520 | 911,520 |
| | 又キ | | | | |
| | 合計 | 1 | 911,520 | 911,520 | 911,520 |
| 石見 | メス | 1 | 748,440 | 748,440 | 748,440 |
| | 又キ | | | | |
| | 合計 | 1 | 748,440 | 748,440 | 748,440 |
| 川本 | メス | 4 | 874,800 | 767,880 | 812,970 |
| | 又キ | 1 | 878,040 | 878,040 | 878,040 |
| | 合計 | 5 | 878,040 | 767,880 | 825,984 |
| 邑智 | メス | 1 | 722,520 | 722,520 | 722,520 |
| | 又キ | 10 | 966,600 | 702,000 | 907,092 |
| | 合計 | 11 | 966,600 | 702,000 | 890,313 |
| 大和 | メス | | | | |
| | 又キ | | | | |
| | 合計 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 桜江 | メス | | | | |
| | 又キ | | | | |
| | 合計 | 0 | 0 | 0 | 0 |



水稲の管理について

●育苗管理

| 育苗段階 | 管理温度 | 管理のポイント |
|---------------|----------------------------|---|
| 緑化期 | 昼間 20 ~ 25℃ 夜間 15 ~ 18℃ | ・緑化初期は直射日光を避けるため、育苗シートや黒い寒冷しゃ等で遮光し、2～3日間弱光下で緑化させます。 ・草丈3～4cm程度で除覆します。除覆の時期が遅れると腰高になり徒長苗の原因となります。 |
| 硬化期 (初～中期) | 昼間 20 ~ 25℃ 夜間 10 ~ 15℃ | ・緑化終了後、約10～14日間管理します。 ・高温が予想される時はトンネルを剥いだり、ハウスのサイドを開けるなどの対処をして下さい。また、低温が予想される場合は、保温に努めるとともに、やや乾燥気味に管理し水分過多にならないようにして下さい。 |
| 硬化期 (後期) | 自然温度下で生育 | ・本葉2枚目が始めたら徐々に外気温に慣らし、植え付け前は昼夜ともハウスを開け放ち自然温度下で生育させる。(降霜には注意しましょう) |

●田植え

苗箱処理剤の使用について

| 田植時処理剤 | 使用時期 | 使用量 | ポイント |
|------------------|------------|-------|-------------------|
| ルーチンエキスパート箱粒剤 | 播種時～移植当日 | 50g/箱 | 害虫・いもち病・紋枯れ病に登録あり |
| デジタルコラトップアクタラ箱粒剤 | 移植3日前～移植当日 | 50g/箱 | 害虫・いもち病に登録あり |

- ※ JA 育苗センターの苗については、「ルーチンエキスパート箱粒剤」が使用されておりますのでそのまま植えて下さい。
- ※「ルーチンエキスパート箱粒剤」は粒形が小さいので使用の際には薬剤の量に充分注意して下さい。
- ※ハーブ米およびつや姫は「ルーチンエキスパート箱粒剤」のみ使用可能。

田植え時の注意点

- ◎低温時の田植えは避ける！ →活着が悪く生育が遅れます。また、水温が低いと除草剤の効きが悪くなります。
- ◎植え付け本数を適正に！ →1株当たりの植付け本数は3～4本を基本とします。
- ◎植え付けの深さを2～3cmに！ →深植えは活着が遅れ、分けつに影響します。
また、極端な浅植えは除草剤による葉害や、倒伏にも弱くなります。

●水管理

- ・田植え後は、活着するまでの概ね1週間は水深3～5cmの水管理を行い、低温から苗を保護しましょう。
- ・気温、水温が高い場合は、徒長する恐れがあるため水深2cm程度の水管理を行って下さい。
- ・活着後は、水深2cm程度の水管理を行い「分けつ」を促します。また、田の水の入れ替えは気温と水温の温度差がなくなる早朝か夕方に行ってください。(日中は保温のため水の出入りを止める)

●除草剤

【注意！】 除草剤散布後は環境に配慮し7日間は落水・かけ流しは行わないで下さい。

使用時期・使用量を守り、雑草発生前からの防除を心がけましょう。

| 農薬名 | 使用時期 | 特徴 |
|--------------|---|--|
| ピラクロンフロアブル | 植代後～移植7日前または、 移植直後～ノビエ1.5葉期 ただし移植後30日まで | 【注意!】 代掻き時も使用可能ですが、 使用後は7日間田植えが出来ません！ |
| バッチリ1キロ粒剤 | 移植時～ノビエ2.5葉期 ただし移植後30日まで | 田植え同時で使用可能。幅広い雑草に効果があり、温度による効果の変動が少ない。 |
| カチボシ1キロ粒剤51 | 移植時～ノビエ2.5葉期 ただし移植後30日まで | 田植え同時で使用可能。ノビエに対して長期残効性を有し、抵抗性ホタルイ・コナギや多年生雑草にも効果がある。 |
| キマリテ1キロ粒剤 | 移植時～ノビエ3.葉期 ただし移植後30日まで | 移植直後から使用可能。ノビエに対して長期残効性を有し、抵抗性ホタルイ・コナギや多年生雑草にも効果がある。 |
| シリウスエグザ1キロ粒剤 | 移植時～ノビエ2.5葉期 ただし移植後30日まで | 田植え同時で使用可能。散布時は粒が小さいので撒き過ぎに注意！ |
| イネキングジャンボ | 移植後1日～ノビエ2.5葉期 ただし移植後30日まで | 使用の際は、「移植後1日～」に注意！ 幅広い雑草に効果がある。 |

※ハーブ米およびつや姫は「キマリテ」の粒剤・フロアブル・ジャンボのみ使用可能。

白ねぎの管理について (計画的な予防と栽培管理の徹底)

白ねぎの定植も最盛期を迎えましたが、今後、定植される方は準備を早めに行いましょう。

圃場準備

●堆肥・ミネラルG・重焼燐を施用し、「ひっぱりくん」で定植しやすいよう、細かく砕土して畦幅 110～150cm で深さ 5～10 cm 程度の植溝を作り、過リン酸石灰を施します。コガネムシ類幼虫の防除としてダイアジノン粒剤 5 を 400g～600g / a 忘れずに散布しておきましょう。元肥のスーパーIBS222 や野菜美人も植溝に施しておきましょう。

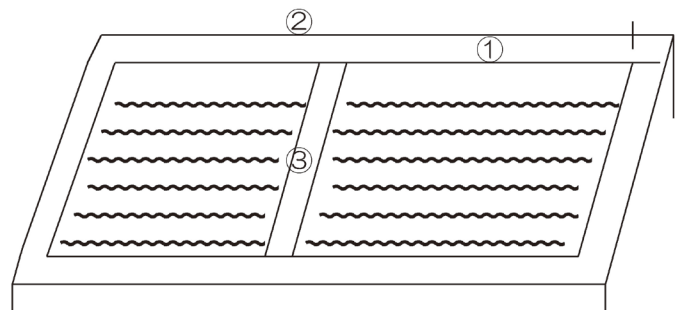
定植

●定植前日にトリフミン水和剤 (萎凋病予防) 200 倍液 1 リットルを苗箱に散布しておき、「ひっぱりくん」で定植しましょう。定植活着後、ゴーゴーサン乳剤を散布し初期雑草を抑えるようにしましょう。

排水対策

●ねぎは特に停滞水に弱いので、排水不良の圃場では、必ず排水溝を掘り、排水対策を徹底して下さい。

- ①圃場の周辺に植え溝より深く、排水溝を掘る。
(額縁排水)
- ②畦を切り排水溝にたまった水が外に逃げるようにする。
- ③列が長く水が抜けない場合は、途中に排水溝を掘る。



※露地果菜類(ナス、ピーマン等)定植の準備をお早めをお願いします。

土づくりは苗定植の1ヶ月前までに、元肥施用は苗定植の2週間前までに済ませ、土壌に水分がある(土を握ってバラバラに崩れない)状態でマルチ掛けをして下さい。早いマルチ掛けは地温を高め、苗の活着、初期の生育を促進します。また、定植後の風害(茎折れ等が発生し収穫時期が遅れます)から苗を守るため、肥料袋等での「あんどん」の設置をおすすめします。



ナス：風害による茎折れ



「あんどん」設置状況



※「あんどん」設置することで、風害から苗が守られ、初期生育が促進されます。比較的単価が高い6～7月の出荷量が増える効果が確認されております。

あんどん設置の注意点

- 設置期間が長くなると苗が徒長ぎみになるため、設置期間は定植後約 30 日間までとする。
- 被服をしているため、苗の状況が見えにくいので、ネキリムシ被害の注意と対策が必要。
対策：定植時：ダイアジノン粒剤 5 400～600g / a 作条土壌混和

島根おおち地区本部

女性部



が行く

問い合わせ先 ☎83-1802



JALしまね島根おおち女性部邑智支部
第38回通常総会



JALしまね島根おおち女性部石見支部
第44回通常総会

各支部で総会開催!

島根おおち女性部の総会が各支部で開催されました。

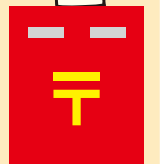
2月
28
、
4月
1

28年度の活動報告や収支決算の報告、29年度の活動計画が報告されました。29年度の活動では、食と農・地産地消運動の促進、くらしの助けあい活動の促進、農産物の消費拡大運動などが計画され、各支部において、管内の園児と行なう「ふれあい農園」や地元でできた野菜で園児たちとつくる「愛菜カレーの日」、「ケイトウ栽培」など28年度の事業の継続を柱とした活動が計画されました。

また、総会に合わせて行なわれた研修会では、石見支部は、年金の研修、邑智支部は、総合指導課の横宮職員による「営農指導とLPGガスの安全講習会」、桜江支部は、「家の光」の活用術についてなど、支部ごとに考えた研修会が行なわれました。

来年度へ向けて更に結束力を高め、どの支部も盛会のうちに総会を閉じられました。

お便り紹介



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

◇島根のいいもの再発見!! 私はいちごが大、大、大好きです。食べるのはあつという間ですが、いちご農家の方は大変なご苦労があるんですね。今度からいただく時は感謝しながら食しますね。がんばって下さい。

桜江支店管内 Nさん 90代

●いちごは果肉が柔らかくて、ほうばるといちごの香りと果汁が口いっぱいに広がって本当においしいですね! 「真っ赤ないちご」見るだけでも元気が湧いてきます。

◇桜の便りが届くようになり、辺りの田畑で機械の音が山々にこだまする。日々忙しくなり腰痛と戦いながら頑張っています。誰か……!

私宅の田んぼ作ってよー! と言いたいが、むしろ近所の田をまかされて大きなため息をついています。皆様方の所はいかがですか?

石見支店管内 Nさん 70代

●忙しい季節の始まりですね。隣近所で農機具の音がすると「我家もやらかなくっちゃ!」と焦っちゃいますね。なかなかの重労働。頑張り過ぎず腰をいたわりながら作業して下さい。

◇今はまさに「桜咲く」の時、もうすぐ山々の色がピンク色に、小鳥さん達のさえずりにもぎやかに楽しい春がやってきました。嬉しい事です。

邑智支店管内 Kさん 70代

●江の川沿いの山々には山桜がたくさん咲きますね。春のドライブには最高です。時々、車から降りては川沿いをゆっくと散策するのも、まったくとして良いですよ。

◇ズッキーニ昨年作りましたが大きくなりすぎて…また大量にとれて最後は飽きてしまいました。今年は小さいうちに早めにとりたいです。又、料理のレパートリーもふやしたい。

羽須美支店管内 Fさん 60代

●ズッキーニはキュウリに似ていますが、カボチャの仲間なんです。生食かなと思ったら、過熱料理に使うんですね。癖がなく色々な物と組み合わせが出来るそうなので、和風、洋風、工夫次第でレパートリーも広がるのでは? 今年もたくさん作って下さいね。

平成29年4月より

むてきプラス

新登場



**建物更生共済がより安心な保障に
生まれ変わりました!**

①ご加入の保障金額にかかわらず損害の額を保障します!

※特約での保障となります。
また地震による損害を除きます。
※所定の条件があります。

②リーズナブルな共済掛金で充実した保障内容を設定できます。

③カーポート・塀などを自動保障!

くわしくは、各支店窓口までご相談ください。

[17320320075]

5月の行事紹介

5月10日(水) **年金受給者 日帰り旅行**

場 所: 錦帯橋・吉香公園
柳井菓子乃季工場

5月17日(水) **ゆとり倶楽部開講**

内 容: 筋力アップ教室
場 所: 田所公民館

5月20日(土) **女子大つくしんぼ入学式**

内 容: 入学式・ヨガ教室
場 所: 地区本部2階会議室

5月28日(日) **休日ローン・年金相談会**

場 所: 石見・桜江

5月の外勤日

18日(木)・19日(金)・20日(土)

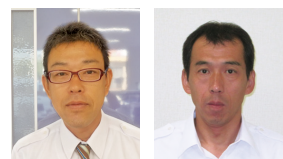
シロアリ警報!5月は羽アリが多発!!



取扱業者 **株式会社 コタマサイエンス**
(公社) 日本しろあり対策協会正会員
 会員番号 島根県 002
 会員番号 島根県 002
 (本社) 〒690-0048 島根県松江市西嫁島2丁目8-23
 フリーコール **0120-085266** FAX (0852) 43-0866

**床下の無料調査
(シロアリ駆除・防除等)に伺います。**

床下の無料調査をご希望の方には、JALしまね取扱業者(株)コタマサイエンスの地区担当者が訪問しますので、よろしく願い致します。



佐々木 謙二 佐々木 政明

お問い合わせ先

JALしまね 島根おち地区本部 生活部総合生活課
 邑智郡邑南町中野1013-13 TEL:0855-95-3601



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。

※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。

クロスワードパズル

出題●ニコリ

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 | C |
| 2 | | | 11 | | | |
| | | 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 〒696-0222 邑智郡邑南町下田所277
JAしまね 島根おおち地区本部 組合員課 「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 | パ |
| イ | ク | シ | ラ | ン | |
| | カ | ク | カ | ジ | ク |
| ソ | ラ | ク | ウ | ア | |
| ウ | ス | ビ | ス | ク | 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するといいですね。
- 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

くにおき地区本部
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い
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

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) |
| ① 米酢…………… | 大さじ2 | 砂糖…………… | 大さじ1 |
| ② 砂糖…………… | 小さじ2 | みりん…………… | 大さじ1 |
| ③ 塩…………… | 小さじ1/3 | しょうゆ…………… | 大さじ1/2 |
| ゆでたけのこ…………… | 1本 | ④ 卵…………… | 1個 |
| ツナ缶 小…………… | 1/2缶 | ⑤ 砂糖…………… | 少々 |
| | | ⑥ 塩…………… | 少々 |
| | | あすっこ…………… | 1/5束 |

●作り方

- ①①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②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
- ④④を混ぜ合わせ、いり卵を作る
- ⑤あすっこはサッとゆでて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「三隅大平桜(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。

