

2023  
7  
July  
Vol.88

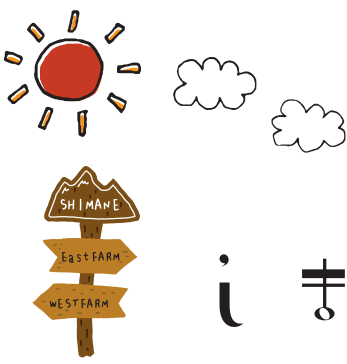
SNSで旬な情報を  
投稿しています



# JAしまねびより

特集  
直売所にてかけよう





# みつけた しまねのファーマーズ

Shimane farmers



常時10種類近くの野菜が栽培されている農園ととんがり屋根の鶏舎

## ムラーズファーム

ムラー フランク  
**Müller Frank**さん(49歳)

今月は隠岐どうぜん地区本部。海士町で農業と化学肥料を使わずに野菜作りに取り組む「ムラーズファーム」のムラー・フランクさんにお話を伺いました。

**多品種野菜にニワトリとヤギ！  
多様性あふれるにぎやかな農園！**

約600万年前の火山活動でできた島、隠岐島前の海士町（中ノ島）。その北東部に位置する宇受<sup>うづか</sup>地区に、ムラーズファームがあります。

農業や化学肥料を使わず、年間40〜50種類もの野菜を作っているのはドイツ人のムラー・フランクさん。移住してから約15年、もとは雑木林だった土地をコツコツと開墾し、生産力の高い農園を作り上げてきました。JAをはじめ、島内の各商店に出荷する野菜は「おいしくて長持ちする！」と評判です。

農園にはズッキーニやネギ、ダイコン、カブ、キャベツの他、バターナツカポチャなどの珍しい品種も含め、常時10種類近くの野菜が栽培されています。

畑の脇には、ムラーさんが自分で建てたとんがり屋根の鶏舎があり、平飼いのニワトリが約90羽、元氣よく走り回っています。鶏舎の逆側の奥には、山の斜面を切り拓いて作った階段状の畑にサツマイモの長い畝がずらり。その向こうにも農地を拡大予定で、開墾中のエリアには40頭のヤギが放たれ、のんびり草を食む姿が見えます。雑木林を農地へ変えるプロセスでは、草を食べてくれるヤギの存在が重要なのだとか。

「子どもの頃から食べものを自分で作ることに興味があった。でも、両親の勧めで大工になり、ドイツの他、イギリスやスイスで働きながら『いつかは農業をやりたい』と夢見ていた」と話すムラーさん



取材時にはダイコンなどが収穫を迎えていました

その後、縁あって海士町に移住。豊かな自然とともに生きる島の暮らしに魅了され、この環境なら自分ができる！と、有機農業への挑戦を始めました。

**おいしい野菜の秘密は、  
精魂込めてつくってきた「土」**

島の飲食店や宿の料理人から絶賛されているムラーさんの野菜は、島で唯一のホテル「Entôt<sup>エントット</sup>」でも使われています。その味に感動した観光客が、本土へ帰るフェリーに乗る前にわざわざ畑に立ち寄り、野菜をお土産に買って帰ることも。

なぜ野菜がおいしいの？と聞くと、「土のおかげだよ！」と胸を張るムラーさん。表面約7センチの浅い層だけトラクターで耕して、あとは畑の中に空気を入れるようにフォークを入れ、丁寧に手で耕していきます。この耕し方をする事で土の中の微生物が増えるのだそう。ムラーさんは「うちの野菜が長持ちするのは土が豊かだから。農業や化学肥料を使わないことだけが大事なじゃなくて、どれだけの土の面倒を見ているかが野菜の味や日持ち



タマゴを産み、土づくりも助けてくれるニワトリはムラーズファームにとって欠かせない存在です



目でも楽しませてくれる多種多様なムラーズファームの野菜

を左右すると思う」と話します。

飼っているニワトリは、タマゴを販売する他、鶏ふんを有機肥料として使っています。島内で生産される牛ふん堆肥も購入し、土づくりに活かしています。ただ、農業を使わない栽培法は手間がかかるのも確かです。ムラーさんは「例えば今年の春は天候のせいか初めてナメクジが発生したので、専用の手袋をして丁寧に取り除いた。毎年色んなことが起きるけど、すべてが経験。とにかく日々勉強だね」と話します。

## ファーマーにもビジネスマインドは必須。 販路開拓やファン作りも積極的

ムラーさんは販路開拓や販売促進にも熱心です。島内ではJAや主な商店、宿、飲食店などに出荷。サンプルを送るなどしてこまめに営業し、隠岐の島町のスーパーや松江市のスーパーなど島外の販路も確保しました。また、インターネットでは、産直野菜の通販サイト「食べチョク」での販売に力を入れています。ムラーさんは「多品種の野菜を作っているのは、食べチョクで売る際に箱に詰めて見栄えが良いように。珍しい野菜も入れるとサプライズがあって良いですよ」と話します。今は毎週、定期的に買ってくれるお客様も増えてきており、応援してくれるファンが増えていると実感していると言います。

今が旬のズッキーニ。実は海士町で最初に栽培したのはムラーさんでした。移住当初、まだ島ではズッキーニを売っておらず、食べたくて自分で作ったのが始まり。するとだんだん知名度が広がり、他の生産者も栽培するようになって、今では人気野菜の一つに。野菜を上手にPRして野菜好きが増えれば、島の食が豊かになると同時にムラーズファームのファンも

増える。そんな好循環を

目指して、イベントやSNSを利用して情報発信に今後力を入れていく予定で、通販サイトも制作準備中とのこと。

## 隠岐の有機野菜のパイオニアでありたい。 原動力はパッション

他の生産者と助け合う「おたがいさま」は島の文化。ムラーさんも地域との繋がりを大切にしています。「農園の土地やスタッフ用のシェアハウスも地元で借りている。地域の人が農作業を手伝ってくれているのはとてもありがたい。本当にたくさん助けてもらっているから、できることで恩返しをしています」とムラーさんは話します。

仕事の充実ぶりがうかがえる一方で、とても忙しいそうなるムラーさん。リラックスの時間もすべて農園にあると言いつつ、スタッフとのお喋りやBBQが良い息抜きになっています。

「自分にとって農業は人生そのもの。夢見ること、食べることを考えること…生きることすべてがここに詰まっている。だから忙しくても頑張れる。原動力は、パッション(情熱!)」と笑顔を見せました。



農園のスタッフたちとお喋りするムラーさん



ズッキーニを収穫し笑顔のムラーさん

目標は、隠岐4島で初の有機JAS認証を取得すること。認証のために使用する資材にも条件があり、コストも手間もか

かりますが、これからも有機にこだわると決めています。ムラーさんは「有機栽培は大変だけど、認証されて島でブランド化していけたら希望はある！野菜以外にも、例えばヤギのミルクやチーズ、ソーセージ作りなどやりたいことはいっぱい。理想の農園までまだ途中だけど、仲間を増やして、少しずつ実現していきたい」と語りました。



理想の農園を目指すため、今後もムラーさんの挑戦は続きます

## 旬野菜・ズッキーニの美味しい食べ方

ズッキーニはカボチャの仲間で、油との相性も抜群。パベキューで焼くだけでもおいしいですが、衣をつけて揚げるのもイチオシ！フライにはヨーグルトソースをかけるのがムラーズファーム流。ヨーグルトに塩と蜂蜜、おろしニンニク、刻みハーブ、レモン汁を混ぜたソースで、ギリシャ料理風のご馳走になります♪ニンニクと一緒にオリーブオイルで軽く炒めてから生野菜にトッピングするのもオススメです😊花もフライにして食べられますよ！ぜひお試しください♡



ズッキーニのフライ・ヨーグルトソースがけ(手前)と、炒めズッキーニのサラダ



楽しみがいっぱい!

# 直売所にてかけよう



皆さんは地元の直売所へよくおでかけしますか？新鮮な農畜産物、地元の旬を感じられる、珍しい野菜と出会う…などなど魅力がいっぱいですよね😊今回は、直売所を楽しむポイントとともに県内の直売所を紹介していきます！

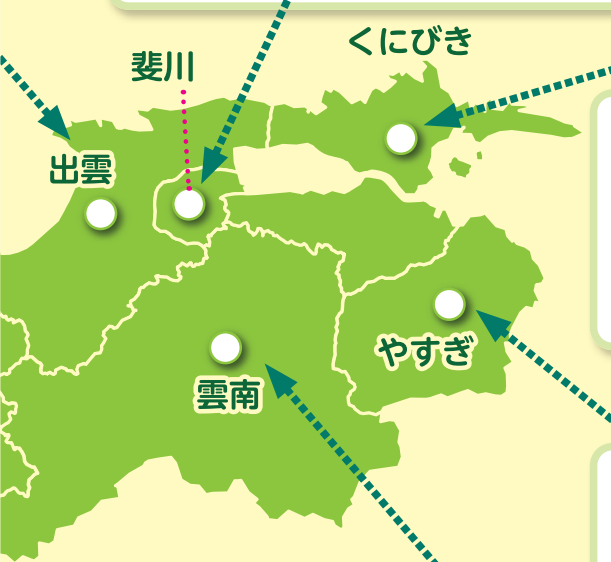
## 「花と野菜の産直市場」JAしまね斐川グリーンセンター

出雲市斐川町にある斐川グリーンセンターは、季節ごとの新鮮な野菜や花が豊富でお客さんに喜んでいただいている地域密着型のお店です。これからの時期は、出西生姜や枝豆、タマネギなど地域の特色ある農産物や、定番のトマト、キュウリなどの夏野菜が早朝からぞくぞくと持ち込まれます。お盆に向けて菊やストックなど切り花も充実していきます！



地元産の新鮮な野菜や花を豊富に取り揃えているお店ですので、たくさんのご来店をお待ちしています！

朝一で持ち込まれた旬の野菜詰め合わせ「くにびきっ」の発送も承っています😊



## JAグリーンつだ

「JAグリーンつだ」は、新鮮な野菜はもちろん切り花の品揃えも充実のJA直売所。その場で精米する「今ずり」のお米も販売しており、毎週日曜日は5キロ以上を購入するとたまごをプレゼントする人気の企画も…！これからの季節は夏野菜の出荷が本番を迎え、8月にはお盆に向け売り場を広げて花の即売が行われます😊



## 道の駅あらエッサ「なかうみ菜彩館」

安来市の道の駅あらエッサ内の「なかうみ菜彩館」は、県外や市外からの来店客が「安来」と「四季」を感じることができるJA直売所。出荷される農産物はもちろん、店内の装飾や季節の行事に合わせたイベントなどで来る人を楽しませています。これからの季節は、トウモロコシを始めとした夏野菜やブドウ、メロン、二十世紀梨が棚に並びます😊



安来を感じられる直売所にぜひ足を運んでいただき、四季をご堪能ください！

## Aコープ直売コーナー

JAしまね島根おおち地区本部管内のAコープ3店舗（いわみ店・おおち店・かわもと店）に設置している直売コーナー。シャインマスカットや夏野菜、白ナスなどの西洋野菜まで旬の農産物が勢ぞろい。出荷される野菜のファンで遠方の家族に送るために訪れる方もいる人気のコーナーです。生産者オススメの調理法も紹介されているので要チェックですよ◎



手頃な価格で新鮮でおいしい野菜を常に提供しています。ぜひお越しください！

## たんびにきて家

道の駅「さくらの里きすき」併設の「たんびにきて家」は、雲南地域（1市2町）から農畜産物や加工品が集まります。同地域は平たん地から高冷地まで有するため出荷物の種類がとにかく豊富。名物の焼き鯖寿司や、夏場にはプラムや桃、ブドウなどが出荷され、新鮮な果物を求めて来店されるお客さんと賑わいます！



多くの方が出荷されているので、たくさんのお農産物や珍しいものと出会う直売所です😊

## 地元の直売所を利用＝「国消国産」「地産地消」につながる！

「国消国産」とは、JAグループが提唱している「**国**民が必要とし「**消**費する食料はできるだけその「**国**」で生「**産**」するという考え方のこと。これを身近なところで考えると「地産地消」になります。できるだけ国産、地元産のものを手に取り、食べることが生産者の皆さんや日本の農業を応援することにつながります！



©よい食P

# 直売所を楽しむ! 4つのポイント

## JAグリーンおおだ

JAグリーンおおだ「産直市」は、288人の会員が四季折々の野菜や加工品、生花、苗物などを出荷しています。毎週月・水曜日には地元女性グループによる特産品「箱寿司」やお惣菜、地元蒲鉾店とJAがコラボした地元産アスパラガスを使ったカレー風味の天ぷらも販売しています。これからはキュウリ・トマトなどの夏野菜で棚が埋まります!



笑顔いっぱい皆さまの来店を心よりお待ちしております! ぜひお立ち寄りください!

### 1 地元の採れたて 新鮮な農産物が手に入る

「採れたてのおいしさを届けたい」そんな農家さんの気持ちが詰まっています。季節によって出荷される商品が変わるので、旬の味が楽しめます!

### 2 農家さんの顔が見える農産物

商品に農家さんの名前が付いているのは、商品の安全に自信をもっている証。お店で農家さんと出会ったら、商品の選び方や食べ方などを聞いてみるチャンス!

### 3 量販店では味わえない「選ぶ楽しさ」

直売所には同じ野菜でも形や色、味が違う多くの種類が並びます。これは農家さんが、少しでも他の人と違った作物を作り、消費者の皆さんのニーズに合うように工夫しているから。

### 4 直売所ではしか買えない「加工品」も大きな魅力

農家さん手作りのジャムや漬物、みそ、お餅など素材の味を生かした商品はどれもおいしさ満点です!

## ラピタ農産物直売コーナー

JAしまね出雲地区本部が運営する生活購買店舗「ラピタ」8店舗の農産物直売コーナーでは、「安全・安心・新鮮」をモットーに地元農産物や加工品を販売しています。売り場に残ったものは翌日引き取るなど保管ルールを徹底しており、売り場には常に新鮮な農産物が並びます。夏場はナス、キュウリ、トマトなどの夏野菜が売れ筋商品です!



安全・安心を基本に消費者ニーズに応えていきます!

## 隠岐地区本部

JAしまね隠岐地区本部では、リースハウス事業でハウスを増設した島内生産者が栽培したキュウリやトマトを拠点となる同地区本部に集荷し、隠岐どうぜん地区本部管内のグリーンストアや直売所などへ納品しています。また、隠岐農産物生産者協議会野菜部会員が栽培したキャベツやジャガイモ、ネギ、ハウレンソウ、タマネギなど主要野菜を学校給食用の食材として給食センターへ納め、子どもたちに地場産野菜を食べてもらうなどの地産地消に積極的に取り組んでいます。



JAで集荷すると出荷担当が検品した後、「隠岐育ちシール」を貼って出荷します。このシールがJAで検品した隠岐産の証!

## グリーンストア

JAしまね隠岐どうぜん地区本部管内には直売所が併設されたグリーンストアが3店舗(西ノ島町・知夫村・海士町)あります。季節の旬の農産物はもちろん、シーズンには海産物やお寿司なども並びます。これからの季節は、毎年お客さんから好評をいただいている各種ブドウや桃、梨などが並ぶ予定です!



地元農家の皆さんが作った野菜や果物が並びますので楽しみにしてください!

## 愛菜果市「旬」

益田市内のAコープ2店舗にある愛菜果市「旬」は、葉物野菜や根菜類、果物、さらには加工品も多種多様で、時期にあった旬のものを提供することを基本としています。小菊を中心に四季折々の切り花がたくさん並ぶのも強み。梅雨が明けるとナス、トマトなどの夏野菜が所狭しと売り場に並び、柏餅や梅漬け、らっきょう漬けも出荷されます!



安全安心な新鮮野菜の提供を基本に、誠実で適正な価格表示を心がけて出荷いただいています。お客さまにも好評です!

## 西いわみ

## きんさい市場 黒川店

季節の山の幸などは産直ならではのですね! 収穫したての新鮮な野菜や果物が並びます。近年は切り花も豊富でお花を楽しむ方も増えています。夏の時期は枝豆やミョウガ、スイートコーン、スイカ、トマトが、果物ではブドウや梨、柑橘類が人気です。きんさい市場では、とにかく元気なスタッフが皆様をお待ちしています!



おっ!この時期かあって感じたりして、季節のものをその時期に食べてほしいです。時々行うぶちイベントにもぜひお越しください!

## お知らせ: 次回8月号は総代会特集!

6月25日(日)に開催した第9回通常総代会の様子は、8月号の特集面にてご紹介いたします。

本来であれば7月号にて皆さまにお繋ぎするべきところですが、作成スケジュールの都合上、8月号への掲載とさせていただきます。

なお、総代会情報は、先行して当JAのホームページへ掲載していますので、ぜひご覧ください。





現場の声を  
聞きたい

# 組合長が行く！



今月の  
訪問先

## J Aしまねやすぎ地区本部管内

- 田口好美さん・一成さん ● 安来地域バイオマスリサイクルセンター
- 農事組合法人ファーム宇賀荘 ● 石橋農園
- 砂流牧場 ● しふおんがた

今回は、田口好美さん・一成さん、安来地域バイオマスリサイクルセンター、農事組合法人ファーム宇賀荘、石橋農園、砂流牧場、しふおんがた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。

田口好美さんと一成さんは、水稲や和牛繁殖を家族3人で経営。昨年は全共鹿児島大会に県代表牛を出品するなど県内の和牛生産を牽引しています。牛舎を新設し増頭していることや自給飼料についてなど意見を交わし、一成さんは「市場へ出荷する際に、複数頭につき1人で対応できるように出荷体制を作ってほしい」と要望されました。有限会社サンコープ雲南が運営する安来地域バイオマスリサイクルセンターは、家畜ふん尿と下水汚泥を堆肥化する処理施設。酪農家10戸と島根県東部浄化センターが利用し、年間で家畜ふん尿を約3,500トン、下水汚泥を約3,000トン処理しています。堆肥は管内の営農組合や個人農家へ販売されており、資源循環型農業の一翼を担っています。

農事組合法人ファーム宇賀荘は、水稲とエコ大豆を栽培し、環境にやさしい農業に取り組みられています。中でも、どじょうを放流した水田で化学肥料・農薬を使わず育てたブランド米「どじょう米」の取り組みでは、昨年3月に有機JAS認証に対応した乾燥調製施設を竣工し、同年8月には有機JAS認証を取得。同法人の岡田一夫代表理事組合長らは「玄米の保

管が難しいため、有機JAS認証に対応した保管倉庫ができるかと助かる」など要望されました。石橋農園の石橋賢一郎代表は、ハウス7棟で「紅ほっぺ」を中心に4品種を栽培し、うち1棟のハウスでは新たに高設栽培にも挑戦されています。就農した経緯や自分に合った苗を作るため育苗を行っていることなどを伺いました。石橋さんは「苗の特性や温度管理、定植時期をずらして常にイチゴがとれる状態を目指している」と目標を話しました。砂流牧場は、約100頭の乳牛を飼育。地域の田んぼや河川敷を整備し牧草を栽培する他、教育の一環で子どもたちを受け入れるなど幅広く活動されています。同牧場の砂流啓二さんと裕美子さんは、依然として続く畜産業界の厳しい状況や燃料費・電気代の値上がりの影響、高齢化による獣医師不足など今後の酪農業界について活発に意見を交わしました。



バイオマスリサイクルセンターの発酵棟を視察する石川組合長ら



牛舎を案内する好美さん(左)と一成さん(左から2番目)



乾燥調製施設について説明を受ける石川組合長ら



石橋代表(左から3番目)と石川組合長(左から2番目)ら



裕美子さん(前列左から2番目)と啓二さん(前列左から3番目)と活発な意見交換を行いました



永田さん夫婦にサンプルの米粉について説明する石川組合長(右)

しふおんがたは、永田瞳さんと健志さん夫婦が経営。米粉のパンとシフォンケーキを製造・販売しています。管内の米農家とやすぎ地区本部との三者契約で米粉を納入し、健志さん自らも米粉の原料の「きぬむすめ」を生産しています。J Aしまねが米粉事業に取り組んでいることを伝えた石川組合長は米粉のサンプルを手渡し「使った感想をぜひ教えてほしい」と話しました。

## 組合長から一言



今回は、和牛繁殖農家の田口好美さん・一成さん、有機JAS認証に対応して米の乾燥調製施設を導入された農事組合法人ファーム宇賀荘、イチゴ栽培農家の石橋賢一郎さん、家族で酪農経営をされている砂流牧場、地元産の米を使って米粉パンを製造されているしふおんがたと意見交換をさせていただきました。その他、安来地域バイオマスリサイクルセンターを訪問し、家畜ふん尿や下水汚泥を原料とする堆肥の製造施設を見学させていただきました。今後、ペレット堆肥の製造についても本格的に取り組むとのことであり、有機農業を進める上で大いに期待したい。



巡回の様子を収めた動画はコチラ

組合長より一言  
育児放棄  
されし子牛や  
今年竹



### topics 1

## 島根ぶどう主力品種「デラウェア」を福岡県でPR



JAしまねと島根県は6月10日、主要な販売先の一つである福岡県で島根ぶどうの主力品種「デラウェア」の出荷ピークに併せ、トップセールスを行いました。同JAの石川寿樹組合長や丸山達也知事ら関係者約20人が同市内の青果市場と量販店を訪れ、「デラウェア」を始めとした県産品をPRしました。

福岡市中央卸売市場青果市場では、石川組合長が市場関係者に日頃からの取引に感謝を伝えながら「農産物の生産は厳しい状況にあるが、若手生産者も頑張っているため今後も県産『デラウェア』の販売をお願いしたい」と販売促進への協力を求めました。また、セリ前には「デラウェア」と「アムスメロン」の試食も行い、市場関係者らに旬の味覚を味わってもらいました。

量販店のサンリブ木の葉モール橋本では、「デラウェア」をメインに、タマネギやシイタケ、アスパラガス、ブロッコリーなどを販売。「デラウェア」の試食をすすめながら来店者へ魅力を伝えました。試食した来店者は「甘くて食べやすい」と感想を話しました。



サンリブ木の葉モール橋本で旬の「デラウェア」をPRする石川組合長（右）と丸山知事（左）

### topics 2

## 積極的なJA運営参画へ JAしまね女性総代研修会を開催



JAしまねは5月31日、出雲市のラピタウェディングパレスで女性総代を対象とした研修会を4年ぶりに開きました。9地区本部から女性総代54人と役員ら参加し、JA運営参画への意識を高めました。

研修会では、同JAの日高光弘専務がJA運営への女性参画について情勢報告をした後、中国四国農政局経営支援課の堀越英樹課長が「女性参画が求められる背景と今後の展望」と題して講演。全員が参加できる・生きやすい社会に向け、新しいルール作りが求められていることなどを伝えました。また、同農政局島根県拠点の新田勇総括農政推進官が「しまね農業女子」の取り組みについて紹介しました。

後半は、11グループに分かれグループ討議や意見交換を実施。テーマごとに話し合い「JA運営に女性参画を進めるにも、今回のような研修会へ積極的に参加し情報を得ることが重要」「会議などに女性が参加しても大した意見が出ないのではないかと感じられることがある」など意識改革が課題となる意見が出ました。

同JAの石川寿樹組合長は「女性の声によりJAに届きやすい環境づくりを進め、JAの事業運営に女性参画が当たり前となる組織とするために現状や課題を考え、今後の事業運営に活かしていく」と話しました。



講演を真剣に聞く参加者ら

### topics 3

## 「世界牛乳の日」に県内酪農・乳業代表者らが知事を訪問



島根県内の酪農関係団体でつくる島根県牛乳消費拡大運動実行委員会は6月1日、「世界牛乳の日」に合わせて丸山達也知事を訪れ、県産牛乳・乳製品の消費拡大や生産コストの高止まりなどで厳しい酪農業界への支援を求める要望書を提出しました。

同委員会メンバーで島根県酪農協議会の西谷悟郎会長は「酪農の実態を伝え、酪農の生産基盤維持と後継者が就農できるような環境を国として作ってもらえるよう要請をお願いしたい」と訴えました。丸山知事は「県としてもできる限りの対策を講じていきたい」と応えました。

この日は消費拡大のPRとして、丸山知事に試飲してもらおうと県産牛乳を用意。丸山知事は牛乳を一気に飲み干すと、県産牛乳・乳製品の消費拡大を県民に呼びかけました。



丸山知事（中央）らとともに消費拡大をPRしました

### topics 4

## 島根たまねぎ出荷始まる!



JAしまねは5月24日、出雲市斐川町のJAしまね広域玉葱調製保管施設で「島根たまねぎ」の出荷を始めました。初日は約10トンの「七宝早生7号」を選果。今年産の同施設の出荷量は2,095トン計画し、9月中旬頃まで1日約20トンの出荷が続く予定です。

タマネギの県産地化を目指す同JAは、主産地の斐川町に県内全域のタマネギ調製保管拠点として施設を建設し、昨年度から稼働を始めました。根と茎を処理するタッピングマシンや1日35トンの処理が可能な選別機、乾燥と低温貯蔵ができる保管庫を備え、生産者の作業負担の軽減にもつなげていきます。

今年産は、十分な日照時間と適度な降水量で仕上がりが上々で、収量にも期待がかかります。同JAの担当者は「高品質な『島根たまねぎ』を消費者に届けたい」と話しました。



島根たまねぎの選果を行う選果スタッフら



想いをひとつに✿ しまねの女性部!

# JAしまね女性部フレッシュミズ部会

JA女性組織3ヵ年計画  
「JA女性 想いをひとつに かなえよう」  
の実践2年目です。

つなごうみ まもろうみ かかわろうみ

の3つの具体的目標を掲げ活動します。



住田奈々部会長  
(石見銀山)



及川聡美副部会長  
(やすぎ)



中島久美子副部会長  
(雲南)



池田琴恵委員  
(くにびき)



永瀬美和委員  
(出雲)

私たちJAしまね女性部フレッシュミズ部会は、概ね50歳までの女性部員で組織されており、「仲間を輪を広げ、活動内容の更なるステップアップを目指そう!」をキーワードに、楽しく活動しています。

令和4年度は新型コロナウイルスの影響で思うように活動ができませんでしたが、令和5年度は役員改選を行い、新メンバーで楽しいイベントをたくさん企画し、部会員同士の交流を深めることから始めていきます。

7月末には、『ちやぐりん』を活用した親子参加型イベントを開催し、食への関心を高めるきっかけ作りをお手伝いします。

今年度、一段とパワーアップしたフレッシュミズ部会は、新役員を筆頭に仲良く・元気に活動していきます。



一所懸命青年連盟

# JAしまね石見銀山青年連盟

JA YOUTH

はやし だいすけ  
林 大輔さん



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しまね石見銀山青年連盟(以下、農青連)に加入している林大輔さん(38)は、大田市長久町で約600アールの耕作面積で、水稲と飼料用稲(WCS)、大豆の栽培を兼業で行っています。

非農家の生まれで農作業の経験はこれまでありませんでしたが、高齢化などに伴い離農する農家が増える中、農業をビジネスチャンスととらえて就農しました。

1年目は同町の生産者のもとで指導を受け、2年目からは同生産者の農地などを継承し今年で3年目になります。

「目標は20ヘクタールまで面積を拡大し、雇用の創造をすること」と話す林さん。そのためにもまずは10ヘクタールを一人で作業できるようにしなければと日々奮闘中です。

農業の魅力について「一生懸命作ったものを美味しいと喜んでもらえることが何よりも嬉しい」と語りました。

他にも地元保育園を対象に田植え体験や収穫体験、きたお米を提供するなど食農教育活動にも積極的に取り組んでいます。最後に「農業のイメージを変えたい」とその想いを語ってくれました。



令和6年版

# J Aしまねカレンダー用 絵手紙募集!

イメージ



J Aしまね令和6年版カレンダーに使用する絵手紙(テーマは「農業・農畜産物・花卉」)を募集します。  
作品採用者には農協全国商品券5,000円を贈呈

詳細はJ AしまねのHPをご覧ください。



- 応募資格/島根県内在住者
- 募集期間/令和5年9月13日(水)必着
- 応募方法

## 9/13(水)必着

### 絵手紙作品テーマ

島根県内で生産されている農畜産物や農業に関わる絵手紙であれば、種類を問いません。

- ① 農業(稲刈り、芋掘り、田園風景…など)
- ② 農畜産物・花卉(しまね和牛、デラウェア、トルコギキョウ…など)

- ・応募サイズは、郵便ハガキ(100×148mm)
- ・1人5点、コピー不可
- ・応募作品の返却はいたしません
- ・応募の際は、自作絵手紙の表面に ①住所 ②氏名(ふりがな) ③電話番号をご記載の上、応募先までお送りください。

### ■応募・お問合せ先

〒690-0887 松江市殿町19-1 J Aしまね ふれあい福祉課 令和6年カレンダー係  
電話: 0852-67-7704 FAX: 0852-67-7708

### ＜注意事項＞

#### 【応募に関する事項】

- 費用の扱い  
デザイン画の作成及び応募にかかる費用はすべて応募者の負担とし、応募作品は返却しません。
- 失格となる場合  
提出書類に虚偽の記載をした場合・募集要領の条件を満たしていない場合
- 個人情報の取り扱い  
応募者の個人情報、応募作品の選考、採用通知、採用作品の発表、賞品の授与のために使用します。採用された作品の作者氏名、住所の市町村名などについて公表します。
- その他  
応募作品の不達等、送付中の事故については、一切の責任を負いかねます。

#### 【著作権等の帰属に関する事項】

- 応募作品は、第三者が著作権等を利用していないものに限りします。
- 応募作品は、応募者が商標登録出願又は意匠登録出願を行っていないものに限りします。また、応募者は、応募後においても、応募作品についての商標登録出願又は意匠登録出願を行わないものとします。
- 採用作品に関する意匠登録を受ける権利及び著作権(著作権法第27条及び第28条に規定される権利を含む)は、全てJ Aしまねに帰属します。また、採用作品に関する上記権利の譲渡対価は賞金をもって充てるとします。
- 採用作品の著作権者人格権は行使できないものとします。
- 採用作品は、J Aしまねがデザインの一部を修正・変更する場合があります。
- 採用作品は、採用決定以後、J AしまねのカレンダーやHP、SNS等において自由に使用できるものとします。
- 応募作品について第三者から権利侵害等の警告又は訴えがあった場合、その作品を応募した応募者は、その解決に全面的に協力するものとします。

## 組合員からの情報提供窓口について

当組合の監事は、経営の健全な発展に資するため、農協法(法第35条の5)および農協法施行規則(第81条)に基づき、理事の職務の適正な遂行を阻害する行為に関する情報(組合経営に関する事象に限る)の提供を受付けています。

当組合理事の組合経営に関する気になる行為について、封書またはEメールにて下記宛に連絡くださいますようお願いいたします。

島根県農業協同組合 監事会

連絡先: 住 所 〒690-0887 松江市殿町19番地1  
Eメールアドレス kanji.hon@ja-shimane.gr.jp  
部 署 名 監査部  
受 付 監 事 常勤監事

※当組合の業務に関する一般的な苦情については、担当部署または支店で受付けていますのでご利用ください。  
※ご厚意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する内容のものは受付いたしかねますので、予めご了承ください。

## 理事会情報 (5月30日開催)

### 【協議事項】

- ①露地野菜の県央育苗拠点の整備について
- ②令和5年度補助事業の実施について
- ③令和4年産島根米買取価格の設定について
- ④出雲地区本部葬祭利用料金変更に伴う葬祭会館及び葬祭具利用管理規定の改定について
- ⑤信用事業方法書(為替取引)の一部改正について
- ⑥令和5年7月18日付け隠岐どうぜん地区本部の機構改革の実施について
- ⑦令和5年度業績還元の取扱いについて
- ⑧令和4年度決算の承認について
- ⑨第9回通常総代会への附議議案について
- ⑩本店子会社等への役員の派遣及び推薦について
- ⑪大口貸出について
- ⑫定款及び定款附属書総代選挙規定の一部変更について
- ⑬通常総代会にかかる「総代会参考書類」および「議決権行使書」の取り扱いについて
- ⑭第9回通常総代会における功労者表彰について
- ⑮「西ノ島町特定地域づくり事業協同組合」への加入について
- ⑯自己改革工程表の策定について
- ⑰食料安全保障の強化に向けた食料・農業・農村基本政策の確立に関する特別決議について
- ⑱「従たる事務所」の変更登記について
- ⑲常勤理事の他の団体理事等への就任について
- ⑳役員報酬総額等の設定について
- ㉑島根県常例検査書(斐川地区本部)の回答について

## 島根県青年大会

島根県JA青年大会が島根県農協青年組織協議会主催により出雲市のJAしまね出雲地区本部で開催されました。県内に10組織ある青年連盟の盟友が集い、「JA青年の主張の部」、「組織活動実績発表の部」で農業に関する思いを伝え、日頃の組織活動についての発表がありました。

島根おうち青年連盟からは、瑞穂支部の上田湧也さんが「JA青年の主張の部」で発表されました。「将来を担う農家に」と題して、「白ねぎの栽培面積の拡大を目指し、地元の農業を担う農家になりたい!」という強い思いをもって主張され、審査委員からは、「発表態度が良く、自信を持って自分の主張を発表されており、審査員の間でも非常に評価が高かった」と講評をいただきました。

この大会に参加した盟友は「明日からの作業も頑張れる。とても刺激をもらった」と熱く語っていました。島根おうち青年連盟は、これからも管内の農業を盛り上げられるように、活動を行ってまいります。



青年の主張発表者 瑞穂支部 上田湧也さん



県内発表者

6月  
28



美郷町



江津市



邑南町



川本町

JAしまね島根おうち地区本部は、管内4市町に対し、「JA共済地域・農業活性化施策助成金」の活用およびマルキ会山陰地区会石見エリア会のご協力により、ガスエンジン発電機を寄贈しました。近年、全国的にも大規模自然災害が多発する中、管内各市町においてもこれに対する備えが重要となっています。梅雨後半に向け、JAも管内における防災装備の充実の一端を担うべく、今回の寄贈となりました。

このガスエンジン発電機は、家庭用のカセットボンベのガスを使用するため取り扱いが比較的簡単であり、緊急時においても安易に使用が可能となっています。

※マルキ会山陰地区会…島根県及び鳥取県内でマルキガスを販売する事業者で構成される組織

## ガスエンジン発電機 贈呈式

5月  
23  
～  
6月  
29



## 快晴の瀬戸内を満喫しました!!

6月  
20

4年ぶりの実施となった「年金受給者日帰り旅行」。多くの方に申し込みをいただき管内各支店から総勢128名、バス4台で「瀬戸内しまたびライン」に行つて来ました。

梅雨時期でもあり、天候を心配していましたが、日頃の行いの成果(?)、好天に恵まれ気持ち良い一日となりました。

クルーズのSEA-SPICAは、5月のG7において各国の要人を宮島へ案内する際に使用された船で、参加された皆さんはG7メンバーと同じ座席で海の旅を楽しみました。

大三島では大山祇神社で能因法師雨乞いの楠(日本最古樹齢3,000年)や神門などを見学し、昼食は今治国際ホテルで海の幸たっぷりの会席を堪能しました。JAでは今後も組合員・利用者に楽しんでいただけるイベントを企画してまいります。



## 令和5年度産 タマネギの収穫

5月  
16  
~  
6月  
末

令和5年度産のタマネギの収穫・出荷を行いました。今年度からJAで機械レンタルを開始し収穫に臨みました。今作が2年目の取り組みとなり、栽培技術の向上により生育は順調に進みました。

島根おちタマネギ生産協議会の小松隆司会長からは「2年目の栽培となり、栽培に自信がついてきた。次作も面積を増やして取り組んでいく」と力強く話されました。

今作については、梅雨時期の掘り取り、拾い上げとなり天候を気にしながらの作業となりました。収穫されたタマネギは斐川町にあるJAしまね広域玉葱調製保管施設へ運ばれ、乾燥、保管、調製作業の後、県内、広島、米子、福岡の市場を中心に販売を行います。今後も引き続き水害対策の取り組みとして作付け拡大を図ってまいります。



広域玉葱調製保管施設へ出荷される専用コンテナ



機械による掘り取り作業風景

## 令和4年産島根米品評会にて入賞

6月  
9

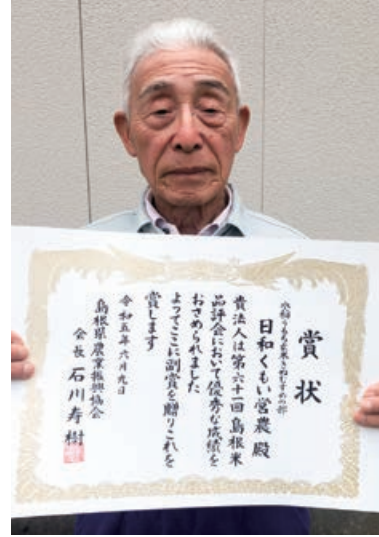
第61回島根米品評会表彰式が開催され、邑南町日和の日和くもい営農集団組合が「水稻うるち玄米きぬむすめの部」において「島根県農業振興協会会長賞」、美郷町小松地の農事組合法人小松地営農倶楽部が「水稻うるち玄米つや姫の部」において「島根県農業振興協会会長賞」、邑南町上亀谷の洲浜昭文さんが「水稻うるち玄米コシヒカリの部」において「島根県農業協同組合会長賞」を受賞されました。島根県内から106点のうるち米が出品され、管内からは12点を出品しました。選考基準は形質、整粒歩合、水分、着色粒、異種穀粒、異物、品種特性、食味値を基に選抜し、最終審査が選ばれました。



邑南町上亀谷  
洲浜昭文さん



農事組合法人小松地営農倶楽部  
組合長 樋ヶ勝義さん



日和くもい営農集団組合  
代表 溝口定信さん

## ふれあい農園芋苗植え交流会

5月  
30

令和5年度さつまいもの苗植え交流会を邑南町中野地区「ふれあい農園」において開催しました。この交流会は毎年、食農教育の一環として管内の保育園児を招いて実施していますが、今年度はあいにくの雨により保育園児の参加は見送られました。

しかし、島根おうち青年連盟と島根おうち女性部、島根おうち地区本部が協力し手際良く作業を進め、1時間で約10aの圃場に1,200本の「紅はるか」の苗を無事植え付けました。

秋には園児の皆さんとにぎやかに「芋掘り交流会」を開催できる事を願っています。



## 令和5年度島根県乾椎茸品評会開催

6月7

J Aしまね営農経済本店にて令和5年度島根県乾椎茸品評会が6月7日に開催され、16日に授与式が行われました。この品評会は県内で生産される原木栽培乾椎茸の品質向上、規格の統一ならびに生産意欲の向上などを目的に開催されており、今年度は県内から「どんこ系」、「こうこ」、「うしん」など77点の出品がありました。

島根おちち地区本部管内からも9点の出品があり、審査の結果、川本町の松田美知子さんの「どんこ」が優秀賞【全農麦類農産部長賞】に選ばれ表彰されました。

松田さんの「どんこ」は今後開催される全国乾椎茸品評会に出品される予定です。同品評会での更なる受賞を期待します。



県内の受賞者

令和5年度島根県乾椎茸品評会受賞者（敬称略）  
優秀賞【全農麦類農産部長賞】  
どんこ 松田美知子（川本町）

優良賞【島根県椎茸生産者組合協議会長賞】  
どんこ 吉賀春雄（邑南町）  
吉良賞【島根県椎茸生産者組合協議会長賞】  
こうこ 吉賀友江（邑南町）

こうこ 北村豊弘（邑南町）  
茶花どんこ 松田直美（川本町）



優秀賞 川本町 松田美知子さん

## 邑智農政会議研修を実施

6月8

島根おちち農政会議協議会邑智農政会議（築橋良治会長）は、農政研修の一環として美郷町議会6月定例会議一般質問を傍聴しました。邑智農政会議では議会傍聴を毎年しており、今回は「今後の農業振興」についての一般質問があり、美郷町の農業振興対策の考え方を拝聴することができました。傍聴を終えて築橋会長は「今後の美郷町の農政について、町長を始め町執行部と議員双方の考えが展開され、真剣な討議を拝聴して大変勉強になった。邑智農政会議としても美郷町の今後の農業振興に必要なことを会員諸氏と協議し、美郷町に要望していきたい」と話されました。秋には更に農政に係る視察研修会が計画されています。



## けん引免許（農耕車限定）取得準備講習会の開催

6月11

大型特殊免許取得者を対象に、けん引免許（農耕車限定）取得試験の準備講習会を実施し、8名の方が受講されました。準備講習会では、島根おちち地区本部職員が講師を務め、けん引規定とそのチェックポイント、トラクター乗降時、発進時、走行時の安全確認、危険回避などの講習を受け、トレーラーを装着した実機確認及び走行の実技指導のあと、地区本部駐車場に設けられた模擬コースで一日をかけて走行練習を行いました。地区本部では今後も組合員の皆様の農耕車免許（大型特殊免許、けん引免許）取得支援を行ってまいります。



支店  
だより

JA役職員・  
女性部員統一行動

## おもてなしプロジェクト



「笑顔で話しかけてくださるとにわくわくします」と笑顔でお話しいただきました。



石見支店（森橋浩支店長）と女性部石見支部（寺内洋子部長）は、支店出入り口に置く花の寄せ植えと、グリーンカーテン用の朝顔、ササゲ豆の他にケイトウの苗を植えました。寺内部長は「毎年楽しみに活動しており、今年はどうしようかと考えることにわくわくします」と笑顔でお話しいただきました。

6月  
14

### 石見支店 & 女性部石見支部



邑智支店（森山七重支店長）と女性部フレミズ部会（村上ユリ会長）は、支店前の花壇に朝顔の種をまきました。村上会長は「立派なグリーンカーテンに育ってもらい、ご来店の皆様へ癒しをもたらしてほしい」と話しました。

6月  
12

### 邑智支店 & 女性部フレミズ部会



桜江支店（大石振一郎支店長）と女性部桜江支部（安原八千子部長）は、桜江支部員の手芸作品やハンドメイド作品を順次展示します。安原部長は「4地区が2ヶ月間ずつ展示します。各回とも乞うご期待ください」と力強く話されました。現在、谷住郷地区の作品を展示しておりますので窓口ご来店の際は是非ご鑑賞ください。

6月  
14

令和6年  
2月  
16  
予定

### 桜江支店 & 女性部桜江支部

今後の展示予定

- ① 谷住郷地区 6月14日～8月8日
- ② 川越地区 8月9日～10月12日
- ③ 市山地区 10月13日～12月11日
- ④ 川戸地区 12月12日～令和6年2月16日

## 人事異動のお知らせ

### 1. 退職【令和5年6月30日付】

退職事由	氏名	現部署・役職	職員区分
依願退職	石橋 真悠	企画総務部	有期雇用

### 2. 採用【令和5年7月1日付】本採用

新任部署・職位	氏名	旧任部署・職位	備考
企画総務部	牛嶋 一貴	企画総務部 (事務見習い)	正職員

### 3. 異動【令和5年7月1日付】地区本部内異動

新任部署・職位	氏名	旧任部署・職位
邑北営農生活ブロック	服部 亮	邑南営農生活ブロック

## ゆとり倶楽部第2回講座開催

6月  
21

ゆとり倶楽部第2回講座は「健康寿命100歳プロジェクト」の柱のひとつである「健康・介護・医療」に基づき「筋力アップ教室」を開催しました。当日はJA島根厚生連から3名の技師、保健師を迎え、骨密度検査の他、身長、体重、血圧、握力測定、10m全力歩行の計測などの体力チェックをしました。森恵美保健師から測定結果の見方や、ロコモティブシンドローム（骨、関節、筋力などの運動器が衰え、移動能力が低下して要介護になる危険が高い状態）予備軍チェックとロコモ三大要因である骨粗しょう症の予防三原則について学びました。続く筋トレでは運動器を整え身体をリフレッシュさせる「鎖骨・肩甲骨コンディショニング」を学び、実際に筋肉の弾力を取り戻し骨の配列を整える動き。動作を改善し筋肉を再教育する動きをそれぞれ体感しました。受講生は「動きが緩やかで負担なくできそう」「続けて身体の歪みをリセットしたい」などと話していました。



## 肥料の価格改定について(お知らせ)

輸入原料価格の引き下げに伴い価格改定を下記期日で行いました。

**単肥・化成肥料は一部の銘柄を除き、全般的に値下げとなりました。**但し、土壌改良資材等、原料が国産の銘柄並びに国内製造諸経費の影響の大きい銘柄については値上げとなりました。

また、今回の価格改定にあわせ**県下肥料価格が統一**になる他、店舗価格が新設され、**各事業所(店舗)での持ち帰りの場合には、予約価格で購入**いただけます。

- ・ 価格改定日：令和5年7月5日(水)購入分より
- ・ 店舗価格：予約価格と同額です  
(ただし持ち帰りに限ります)
- ・ 当用配達価格：予約配達以外での都度注文による配達購入価格(戸配送)

主要品目以外の商品について、店舗購入時には在庫状況をお問い合わせください。

**【購入例】ホウ素入り野菜美人20kg(7/5以降の統一価格)**

予約価格 **3,261円**…予約注文による配達料金込み価格です

店舗価格 **3,261円**…持ち帰りに限ります

当用配達価格 **3,414円**…都度注文による配達料金込み価格です

## 令和5年度 ライスセンター 利用料

令和5年度におけるライスセンターの利用料を下記により定めることとします。

### ライスセンター利用料

単位：円

もみ含有水分	16.0% 以下	16.1% ~ 17.0%	17.1% ~ 18.0%	18.1% ~ 19.0%	19.1% ~ 20.0%	20.1% ~ 21.0%	21.1% ~ 22.0%	22.1% ~ 23.0%	23.1% ~ 24.0%	24.1% ~ 25.0%	25.1% ~ 26.0%	26.1% ~ 27.0%	27.1% 以上
玄米 1kg当り (税込)	20.0	23.3	26.6	29.9	33.2	36.5	39.8	43.1	46.4	49.7	53.0	56.3	59.6

### 色彩選別機利用料 (運賃 別途)

玄米 1袋 (30kg・税込) 500円

保有米運送 税込 143円/袋  
生もみ運送 税込 11円/kg

### 【ライスセンターからのお知らせ】

すでにお知らせしていますように、ライスセンターでは令和5年より休業日を導入して業務を行ってまいります。各ライスセンターの休業日は、今月(7月)配布の水稲栽培履歴に同封しております「ライスセンター休業日の導入について」をご確認いただくか、事業所ライスセンターの店頭にも休業日を掲示しておりますのでご確認の上、ご利用いただけますようお願いいたします。

# 「どうする！鳥獣対策」 第三回（最終回）イノシシの被害対策


島根県西部農林水産振興センター県央事務所・鳥獣専門指導員の岩下です。  
 シリーズでお届けしている鳥獣被害対策情報。第3回目、最後のテーマは“イノシシ”です。  
 “獣害”と聞いて最初に思い浮かぶ動物と言えばイノシシではないでしょうか？イノシシによる被害対策の情報は多く、既に対策を実践されている方も多いはずです。  
 今回はイノシシについて、よくいただく質問や被害対策の失敗談についても紹介していこうと思います。

**イノシシは夜行性？普段どこにいるの？**  
 ⇒本来は昼行性ですが、里にいるイノシシは人間との接触避け、夜の行動が中心になります。

⇒イノシシの行動範囲は広くて4km<sup>2</sup>(2キロ四方)程度。被害を発生させている圃場に隣接する茂みに寝屋(休憩場所)がある事も良くあります。  
 イノシシが安心して過ごせる茂みを作らない事は重要な対策の一つです。

**青色が嫌って聞いたけど…**  
 ⇒イノシシは赤や黄緑の識別が苦手ですが青は識別が可能です。ただし、見えるだけであって嫌って避ける事はありません。

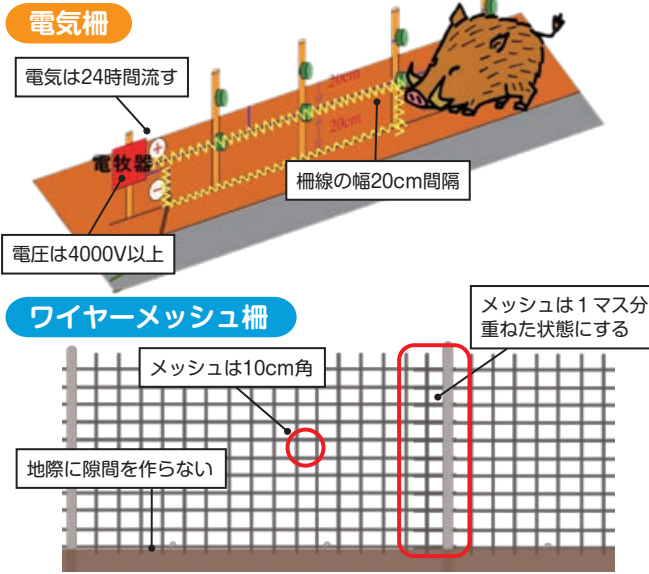
**オオカミの尿が効果があるって本当？**  
 ⇒臆病なイノシシは“環境の変化”を嫌います。最初は警戒をするかもしれませんが、慣れてしまえば気にはなりません。



**イノシシが柵を跳び越えたのを見た！**  
 ⇒能力としては高さ1m程度の柵を跳び越える事は可能です。しかし、ケガをするリスクがある為、柵を跳ぶ行動は最終手段です。

## 被害対策（防護柵について）

イノシシ対策で防護柵の設置は必須です。既に設置されている方も、これからの方も基本を守って設置を行いましょう。



- 「防護柵をしているのに入られた！」あるある談**
- 電気柵**
    - ✓電池が切れていた。
    - ✓柵線の幅が広すぎた。
    - ✓電牧器を“夜間設定”にしていたため、朝方に入られた。
    - ✓設置場所がアスファルト(絶縁)の為イノシシに通電しなかった。
  - ワイヤーメッシュ柵**
    - ✓草で隠れて、地面に隙間ができていたのに気がつかなかった。
  - 全ての柵**
    - ✓道路側は囲わなかった。
    - ⇒道路の他、川、土手からも侵入します。

適切でない設置方法でも始めの内は被害が発生しない事もありますが、柵の中に美味しい物があると知ってしまった鳥獣は何とかして中に入ろうと試行錯誤して圃場に入ります。細かい所まで気を配る必要がありますが大変かと思いますが、柵の効果を十分に発揮する為にも正しい方法で設置を行ってください。

大切な作物を守り抜き、笑顔で収穫を迎えることを願っています。被害対策について相談がありましたら、JA・各市町・地方事務所の鳥獣担当へお問い合わせください。

WANTED



白ぶちの耳

白いヒゲ

縞々のしっぽ

近年、アライグマによる農作物被害・捕獲が増加しています。情報提供のご協力をお願いします。  
 ※アライグマの捕獲は市町の許可が必要です。



# 水稲現地指導会



**Q** 昨年茶米が多かった。

**A** 畦畔の枯草等、稲下位葉の枯死等から菌が繁殖、稲の開花期に飛散し病原菌が籾の中へ侵入(風などによる穂ずれも影響)、登熟とともに繁殖し玄米が着色又は刈り遅れによる着色粒発生が助長されます。

**Q** 珪酸加里施用の費用対効果は？

**A** 根張りが良くなり、より多くの養分・水分を吸収でき高温条件でも乳白粒の発生が軽減され、病害への抵抗力や倒伏を軽減する効果や、光合成能を高めデンプンが多く生成され登熟が向上し食味の改善が期待できます。

**Q** 過リン酸石灰施用効果は？

**A** 速効性のあるリン酸肥料です。作物の根張りが良くなり、茎葉がしっかり育ち病害虫、冷害、倒伏等に対する抵抗力が増します。

**Q** 除草剤ゼータプラス効果が悪い？

**A** ゼータプラスの成分であるフェンキノトリオンは根・茎葉部から吸収し枯殺するので多少時間がかかることもあります。

**Q** ハーブ米で土壌改良材のカキテツは使用できないか？

**A** ハーブ米でカキテツは使用可能です。詳しくは稲作暦をご確認お願いいたします。

**Q** つや姫の元肥、プラスチック被膜が目立つ。改善の必要があるのでは？

**A** 現在JAしまねではプラスチック被膜をしていない肥料の試験を行っています。

## ケイトウ「7月の管理」

### 草取り

マルチの穴から発生した草は小さいうちに抜き、大きい草はハサミなどで切りましょう。

### ネット上げ

草丈が伸長するに従い、倒れやすくなるため適宜ネットを上げましょう。台風接近が予想される場合は、ネットを必ず草丈の2/3の位置まで上げることと、補強の支柱を増やして対応しましょう。草丈が高い部分、低い部分でネットの高さを調整しましょう。

### 早期発見早期防除(生育期間中最低2回防除)

特に害虫予防を徹底しましょう。葉っぱも商品です。雨が続いた時などには葉っぱに黒い斑点ができる可能性があるので予防が必要です。



輪紋病



アザミウマ



アブラムシ

#### ◎輪紋病防除

対策農薬	希釈倍率	希釈方法	使用回数
トップジンM水和剤	1,500倍～2,000倍	100～300リットル/10a	5回以内

#### ◎アブラムシ防除(アリがいたら防除必要)

対策農薬	希釈倍率	希釈方法	使用回数
アルバリン顆粒水溶剤	2,000～3,000倍	100～300リットル/10a	5回以内
ベストガード水溶剤	1,000～2,000倍	100～300リットル/10a	4回以内

#### ◎アザミウマ防除

対策農薬	希釈倍率	希釈方法	使用回数
オルトラン水和剤	1,000～1,500倍	100～300リットル/10a	5回以内
ダントツ水溶剤	2,000～4,000倍	100～300リットル/10a	4回以内



# 水 稲

## 【水管理について…7月～8月】

### (1) 幼穂形成期～穂揃期…根の活力を保つ！！

稲の一生で最も水の必要な時期になります。根ぐされや下葉の枯れ上りを防ぐため、こまめな間断灌水を行いましょう。

### (2) 穂揃期～登熟期…水田の夜間温度を下げる努力を！！

出穂後20日間は米の肥大が旺盛な時期なので、**土壌水分が不足しないよう間断灌水を行い、根の活力を保つために常時の灌水は避けてください。**また、夜間に高温が続く場合は心白粒対策のため、夜間の用水のかけ流しを行ってください。

### (3) 落水…早期落水をしなない！！

早期落水は玄米の充実不足や、未熟粒、死米を増加させます。また、胴割れ粒や過乾燥の原因となり品質を低下させるため、**落水は穂揃後25日頃（熟れ色の着き始め）を目安**にしてください。

## 【病害虫防除…穂いもち、紋枯病、カメムシ、ウンカ】

### ○穂いもち防除

	薬剤名	10a当り薬剤量	使用上の注意
粉剤	ブラシン粉剤DL	3～4kg	穂ばらみ期～穂揃期 収穫7日前まで
液剤	ブラシフロアブル	1,000倍（薬剤150cc／水150ℓ）	穂ばらみ期～穂揃期 収穫7日前まで

### ○紋枯病防除

	薬剤名	10a当り薬剤量	使用上の注意
粉剤	バリダシン粉剤DL	3～4kg	穂ばらみ期～出穂期 収穫14日前まで
粒剤	モンガリット粒剤	3～4kg	出穂2～3週間前に湛水状態で使用 収穫45日前まで
液剤	バリダシン液剤5	1,000倍（薬剤150cc／水150ℓ）	穂ばらみ期～出穂期 収穫14日前まで

### ○稲こうじ防除

	薬剤名	10a当り薬剤量	使用上の注意
粉剤	ズボルドー粉剤DL	3～4kg	出穂20～10日前に散布 出穂10日前まで
粉剤	モンガリット粒剤	3～4kg	出穂2～3週間前に灌水状態で使用 収穫45日前まで
液剤	ドイツボルドーA	2,000倍（薬剤75cc／水150ℓ）	出穂20～10日前に散布 出穂10日前まで

### ○カメムシ防除（基本防除）

		薬剤名	10a当り薬剤量	使用上の注意
粉剤	1回目	ビームトレボン粉剤5DL （穂首いもち同時防除）	4kg	穂揃期を中心 収穫7日前まで
	2回目	スタークル粉剤DL （エクシード粉剤DL）	3kg	1回目散布後10日後 収穫7日前まで

### ○カメムシ防除（液剤防除）

		薬剤名	通常散布	無人航空機による散布	使用上の注意
液剤	1回目	ビームエイトトレボンゾル （穂首いもち同時防除）	650倍（薬剤230cc／水150ℓ）	5倍（800ml）	穂揃期を中心 収穫14日前まで
	2回目	スタークル液剤10	1,000倍（薬剤150cc／水150ℓ）	8倍（800ml）	1回目散布後10日後
		エクシードフロアブル	2,000倍（薬剤75cc／水150ℓ）	16倍（800ml）	収穫7日前まで

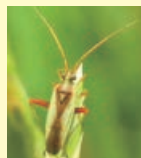
### ○フタオビコヤガ（イネアオムシ）・ウンカ・ツマグロヨコバイ防除

	薬剤名	10a当り薬剤量	使用上の注意
粉剤	スタークル粉剤DL	3kg	発生時随時防除 収穫7日前まで

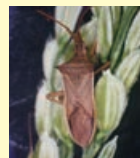
※ハーブ米及びつや姫生産者の方は使用できる薬剤が限られますので、防除にあたっては稲作ごよみ又は、各事業所へご確認ください。

## ○斑点米の原因となるカメムシ類と葉を食害するフタオビコヤガ

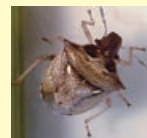
カメムシ類は、水田周辺の雑草で増殖し、稲穂が出ると穂に集まり実を吸汁し、斑点米を発生させます。フタオビコヤガは幼虫が葉を食害し、葉にカスリ状の食痕が見られ、多発すると葉が食いつくされて中央の葉脈だけが残ります。



アカシジカスミカメ



ホソハリカメムシ



トゲシラホシカメムシ



フタオビコヤガ  
（イネアオムシ）



# 重点品目野菜の8月の管理

防除は10～30% aを基本とし作物の大きさに応じて希釈液を増やしてください！  
防除は葉の裏表ともにしっかりと散布してください。

**1. 白ねぎ** **ポイント** お盆時期から「さび病」と「ボトリチス葉枯症」の予防を開始しましょう。  
夏休み後の土寄せは気温が下がってから実施を！排水対策を行い台風に備えましょう！

対象病害虫	農薬名	希釈倍率	使用時期	回数
アザミウマ・シロイチモジヨトウ・ネギコガ・ネギハモグリバエ	ディアナ SC	2,500～5,000倍	収穫前日まで	2回以内
黒斑病・葉枯病・べと病・さび病	テーク水和剤	600倍	収穫14日前まで	3回以内
ボトリチス葉枯症・小菌核腐敗病・黒斑病	ロブラール水和剤	1,000～1,500倍	収穫14日前まで	3回以内
小菌核腐敗病 ※株元灌注		500倍		
白絹病 ※株元灌注		500～1,000倍		

**2. なす** **ポイント** ダニの発生に注意しましょう。(雨が多くても予防を忘れずに)  
雨や強風の後「褐色腐敗病」が多発するので必ず予防してください。(収穫時には気がつきません)  
8月上旬予防 「褐色腐敗病」の対策 樹の負担軽減を目的に適期収穫を心がけてください。

対象病害虫	農薬名	希釈倍率	使用時期	回数
ハダニ類	スターマイトフロアブル	2,000倍	収穫前日	1回以内
チャノホコリダニ	ダブルフェースフロアブル			
褐色腐敗病	ランマンフロアブル	2,000倍	収穫前日	4回以内

8月中下旬予防

対象病害虫	農薬名	希釈倍率	使用時期	回数
ハスモンヨトウ・オオタバコガ	フェニックス顆粒水和剤	2,000～4,000倍	収穫前日	3回以内
アズキノメイガ		4,000倍		
褐色腐敗病	プロポーズ顆粒水和剤	1,000倍	収穫前日	4回以内

**3. ミニトマト** **ポイント** ハウス内の温度が40℃を超える日が続いたら「寒冷紗」をかけましょう！  
※9月になったら天候を見て早めに寒冷紗を外しましょう！  
単価が上がる9月出荷に向けて7月のトマトトン処理は丁寧にやりましょう！  
病害虫の徹底予防と定期的に灌水を行ってください

対象病害虫	農薬名	希釈倍率	使用時期	回数
オオタバコガ・トマトサビダニ・ハスモンヨトウ・ハモグリバエ類	アニキ乳剤	2,000倍	収穫前日まで	3回以内
コナジラミ類・ミカンキイロアザミウマ		1,000～2,000倍		
灰色かび病 斑点病・輪紋病	ロブラール水和剤	1,000～1,500倍 1,000倍	収穫前日まで	3回以内
うどんこ病・すすかび病 葉かび病	トリフミン水和剤	3,000倍 3,000～5,000倍	収穫前日まで	5回以内
すすかび病・葉かび病・菌核病・斑点病・灰色かび病	ファンタジスタ顆粒水和剤	2,000～3,000倍	収穫前日まで	3回以内

**4. ピーマン** **ポイント** 雨が降った後の出荷ではヘタ痛みに注意しましょう！  
尻腐れ病(カルシウム欠乏症) 予防のため「カキパック」を定期的に散布しましょう(2週間置き)

対象病害虫	農薬名	希釈倍率	使用時期	回数
オオタバコガ・チャノホコリダニ・ハスモンヨトウ	アニキ乳剤	2,000倍	収穫前日まで	3回以内
コナジラミ類		1,000～2,000倍		
うどんこ病・斑点細菌病・斑点病	カスミンボルドー	1,000倍	収穫前日まで	5回以内

農薬散布する前に「防除日誌」を確認し「希釈倍数」「使用回数」をよく確認してください！  
ルールを守って「安心・安全な農産物」を消費者に届けましょう！



「幸せのたねたんぽぼ」  
みそ玉作り

6月  
3

島根おおち女性部フレミズ部会「幸せのたねたんぽぼ」(村上ユリ会長)は、中野農業団地センターに於いて「みそ玉作り」を行いました。メンバーが栽培した「赤大豆」で醸造した自家製みそに、干し椎茸、ワカメ、とろろ昆布、あられ、ゴマ、麩などの具材を組み合わせて団子状に丸めて7種類のみそ玉を作りました。最後にお椀にみそ玉を入れ、お湯を注いで試食しました。メンバーは思わず「美味し〜い」と声を上げ「お湯を入れるだけで便利だね」などと感想を述べ合いました。みそ玉作りは久しぶりのフレミズ部会の活動となり近況を語り合う楽しいひと時となりました。



養護老人ホームで  
ボランティア活動

6月  
10

島根おおち女性部石見支部(寺内洋子部長)は養護老人ホーム「香梅苑」を訪れ、草取りのボランティア活動をしました。午前8時、施設に集合した部員は、蒸し暑い天候に汗だくになりながら、植えられた花などを傷めないよう施設正面の花壇と中庭を中心に作業を行いました。暑くて大変な作業でしたが、お互いの話し声や笑い声に疲れも半減したようです。寺内部長は「入所の方に少しでも気持ち良く感じていただけたら嬉しい」と話されました。



グラウンドゴルフで  
親睦を!!

6月  
12

島根おおち女性部瑞穂支部(住金末子部長)は、グラウンドゴルフで部員同士の親睦を図りました。当日は心配された雨も止み絶好のゴルフ日和となりました。集まった部員は3チームに分かれ愛用の道具で試合に挑みました。ホールではホールポストを目指し順番にショットし、ホールポストの周辺では「やったー!」とか「あーダメ!!」などと大きな声が上がりました。住金部長は「皆さんに楽しんでいただけたようで嬉しい。今後も続けたい」と力強く話されました。



優勝 城月 華江さん (前列左から2番目)  
2位 荒田 妙子さん (前列左から3番目)  
3位 日高 幸江さん (前列左側)  
住金 末子部長 (前列右側)



# 和牛情報

令和5年6月子牛市場成績表



令和5年6月子牛市場成績表

		頭数	最高価格	最低価格	平均価格
中央市場	メス	115	992,200	85,800	438,594
	又キ	171	831,600	85,800	602,716
	合計	286			536,723
島根おおち	メス	20	795,300	283,800	457,215
	又キ	14	773,300	470,800	622,285
	合計	34			525,185
瑞穂	メス	2	443,300	437,800	440,550
	又キ	1	691,900	691,900	691,900
	合計	3			524,333
羽須美	メス				
	又キ				
	合計	0	0	0	0
石見	メス	4	511,500	393,800	436,425
	又キ	8	746,900	470,800	594,962
	合計	12			542,116
川本	メス	4	666,600	283,800	476,300
	又キ	1	678,700	678,700	678,700
	合計	5			516,780
邑智	メス	10	795,300	325,600	461,230
	又キ	4	773,300	534,600	645,425
	合計	14			513,857
大和	メス				
	又キ				
	合計	0	0	0	0
桜江	メス				
	又キ				
	合計	0	0	0	0

## 中央“続落”

本県6月の子牛市場は、中央で開設し286頭の取引があり、平均価格は雌438,594円(前回比50千円安)、去勢602,716円(前回比14千円安)、計536,723円(前回比25千円安)で、“続落”の取引となりました。

出荷牛については、去勢は発育が良く全体に揃っていましたが、雌の極端な発育不良の牛が目立ち、平均価格を大きく下げた要因となりました。

加えて、管理不足(糞のこびりつき)の牛が目立ちました。また、出荷前には濃厚飼料を切る指導がありますが、これを守られていないためか、当日係留牛舎において下痢をしている牛が多く見受けられます。大切な商品と認識していただき、購入者に喜ばれる飼育管理を行ってください。

牛の下見は、購買者にとって購買の有無を決める大切な作業ですが、一部の生産者の方は牛の周辺での雑談、購買者の方の下見が始まっているにもかかわらず、牛の手入れなど購買者の方の下見の妨げになっている場面を見かけます。ルールとマナーを守っていただきたいと思っています。

価格は下がったものの、6月は購買者の来場も多く100頭のセリ時のカード挿入枚数が56枚(例月45枚程度)となり今後も購買者誘致を積極的に行っていきます。

枝肉相場においては、諸物価の高騰による先行き不安からぜいたく品の買い控え傾向による末端の売れ行きが上向かないことから、引き合いは限定的で相場は弱い状況です。7月に入れば少しずつ中元ギフト需要が高まっていくために、少しずつ相場も上向いていくと予想されます。

子牛出荷者である生産者の皆様はこの厳しい枝肉相場をご寛いいただくことも必要ではないでしょうか。和牛肉消費に協力しこの難局を乗り越えましょう。

このような時こそ、繁殖農家での飼養頭数の維持・拡大及び後継者づくり地域を挙げて取り組み、購買者が島根県内各子牛市場へ安心して購買に来ていただけるよう上場頭数の確保につとめましょう。

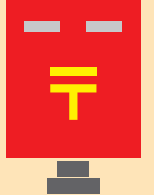
(補記)

我々人間が生きていくためには家畜の存在は必要不可欠です。人間は「家畜のいのちをいただいて」います。畜産に携わる人、食する全ての人が、家畜への感謝の気持ちを忘れないことが大切ではないでしょうか。

## 県外移出率

雌▶58.78% 去勢▶48.07% 合計▶52.56%

## 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。

◇「どうする！鳥獣対策」番外編「ノートリア」を読んで、ノートリアが我が家の田んぼにも出没し、自由(？)歩き回っていて、先日電柵をしました。空からは鳥(カラス、サギなど)山からはサル、イノシシと野菜が実る喜びよりも動物に対するストレスの方が圧倒的に多いのですが、なんとかならないかと毎年思います。

●田畑の作業が始まる頃から至る所で鳥獣被害のお話を聞きます。動物もしたたかなもので、抜け道を見つけては丹精込めた米や野菜、果物が美味しく実った頃に奪いにきますね。「どうする！鳥獣対策」が少しでもお役に立ちますように!!

◇草花が最も生育が良く伸びる時期。草取り、草刈りをやっても、やってもすぐ伸びてきます。昨年からは電動・充電草刈機を購入して初心者草刈りを頑張っています。何とか操作ができるようになって、今は「おもしろいなあ」と思うようになりました。

●草刈りが楽しいなんてすばらしいです！日々伸びる草との戦いですね。これから暑くなります。体調に気を付けて一休みしながら草刈りしてくださいね😊

◇たまたま見て家族で読みクロスワードを楽しみました。後ろのページを見て作ってみようと思います。今年も我が家で作っている石見高原ハーブ米で大きくなります。

●クロスワードパズルお楽しみいただきありがとうございます。6月号しまねうレシピの「生姜たっぷりそばろご飯」美味しいと好評でした。ぜひ石見高原ハーブ米で作ってみてください😊

◇先日は暑く、私にとって水分なしではと思い、一日中お茶、青汁(大麦若葉)色々試して飲んで、熱中症にならないように気を付けています。昨年もしんどくなってひどい目に遭ったので、今年こそは年齢も年齢だし、自分の身体を管理しなければと心に決めて頑張っています。

●JA島根厚生連「健康散歩」では、私たちの体の60〜65%が水分で作られ、体内で重要な働きをしています。まずは「目覚めの1杯」「寝る前の1杯」プラス2杯の水を摂る習慣をとりました。水ばかりだと摂りにくい時もあります。Oさんのように工夫して摂り入れるのも良いですね😊

瑞穂支店管内 Oさん 70代



精米機能付き

# 保冷米びつ

玄米専用 1年保証  
精米機能付



食べる直前に精米すれば  
夏でも毎日お米がおいしい!

保冷 約15°Cで定温保管

本格派 冷えた玄米も割れにくい 対流式 精米

電気代目安  
1ヶ月 約690円  
27円/ kWhで計算

スピード 精米 玄米5合の精米  
わずか約5分!



- 玄米1~5合 一度に精米可能
- 米とぎコース 無洗米コース
- 分づき米OK 1合・2合計量
- ボタンを押すだけ かんたん操作



タイプ	送料込・税金込
10kg 用	<b>88,980 円</b>
20kg 用	<b>94,980 円</b>
30kg 用	<b>99,980 円</b>

かかしさんオリジナル

簡単操作

結露対応

残量が見える窓付  
ここにすま隙が  
蒸えたら残り約2kg

洗える計量皿  
6合まで計量可

引出し式計量  
1合 (1・2合)

取っ手の  
改良

両方引き出すと2合

後部と前面  
の両方から

商品のご注文は ☎0120-86-1188

## 農作業・猛暑対策に最適

# 空調風神服

1

ウェア

+

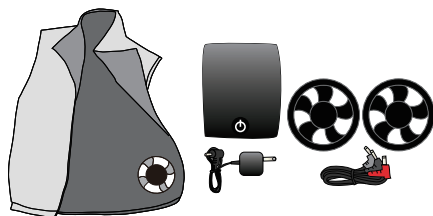
2

・ファン  
・バッテリー

+

3

オプション



ご相談・ご注文はJAしまね各事業所で承ります。

- 瑞穂事業所：83-1134
- 邑智事業所：75-1861
- 桜江事業所：92-8025

- 羽須美事業所：88-0121
- 大和事業所：82-2557
- 総合生活課：95-3601

- 石見事業所：95-1224
- 川本事業所：72-0330

# 今の電気代 困ってませんか？

最近の世界情勢により、電気代がすごく高くなっていませんか？

冷暖房の設定温度も節約されていますが、限界もあります。

これからの電気は太陽光発電で蓄電し、必要な分は自分で消費し余れば売るのも節約のポイントです。

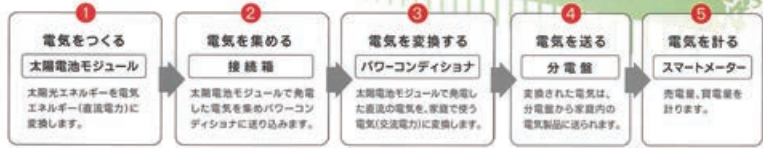
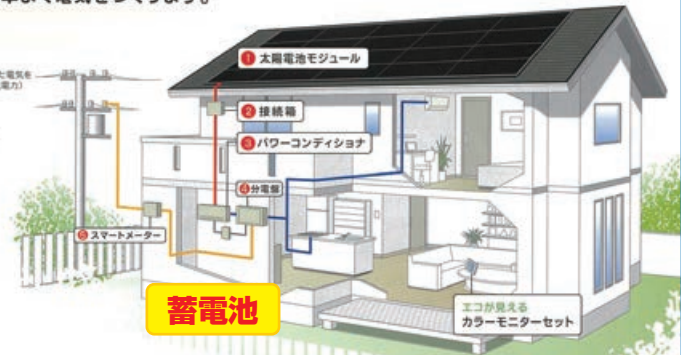
## 電気は **自産自消** の時代です！

例えば 月2万円の電気料をお支払いの場合、およそ2万円相当が発電されるソーラーパネルと蓄電池を設置し、余れば売電し、足らなければ（特に冬場）電気会社から電気を購入！（売電料は以前と比べ安くなっています。設置にあたっては、これまでの電気代にあわせた規模が、より有利です。）

太陽の光で効率よく電気をつくります。

### ※システム構成

太陽電池モジュールで発電した電気エネルギー（直流電力）  
 パワーコンディショナで変換し家庭内へ（交流電力）  
 売電・買電（交流電力）



**まずは、シミュレーション  
してみませんか！**

### お問い合わせ先電話番号

瑞穂事業所：0855-83-1132 羽須美事業所：0855-88-0121  
 石見事業所：0855-95-1224 川本事業所：0855-72-0330  
 邑智事業所：0855-75-1861 大和事業所：0855-82-2557  
 桜江事業所：0855-92-8025

JA正組合員  
のみなさまへ

## 農業用：灯油・軽油・混合油 応援価格のご案内

期間 令和5年 **8月1日**～**10月31日**

店頭・配達価格より**5円引き**



3月の外勤日でお配りしました  
割引チケットを持参ください。

島根おおち地区本部 生活部 燃料課

瑞穂給油所：0855-83-0151  
 市木給油所：0855-85-1001  
 日和給油所：0855-97-0126  
 宮内給油所

井原給油所：0855-95-0406  
 阿須那給油所：0855-88-0130  
 日貫給油所：0855-97-0401

ワクワク

7月

シサン  
ウンヨウ

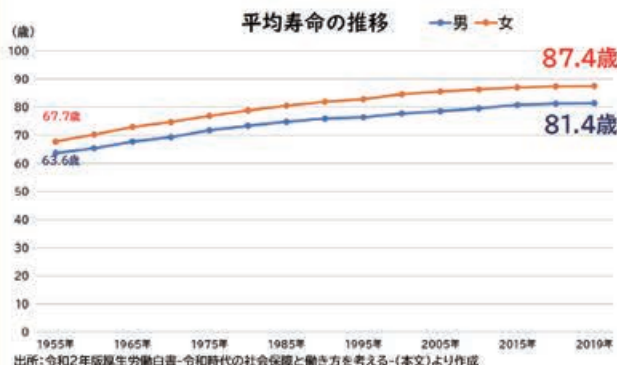


お金の寿命を  
延ばしましょう

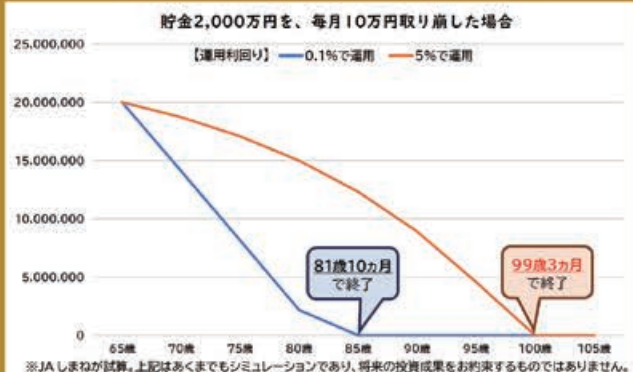


医療の進歩や健康志向により、日本人の寿命は昔と比較して伸びています。  
人生100年時代というように、100歳まで人生が続くことが当たり前になりつつあります。  
そうすると当然、お金の問題がでてきます。

長く続く老後の途中でお金が尽きないように、お金の寿命を延ばすことも考えてみましょう。



医療技術の進歩や健康志向の高まりで、この65年で日本人の平均寿命は約20年伸びています。



老後2,000万円問題を基準に、100歳まで資金を残すには、5%の利回りであれば月10万円の取り崩しが可能です。



老後生活を続けるなかで、生活費がなくなることはできるだけ避けなければいけません。  
すこしでもご自身の生活を守るために**資産の寿命を延ばす**ことは、とても**重要な**取り組みです。  
資産の延ばし方についてはJAでご相談できますので、一度ご来店してみてください!!

JALしまね

【お問い合わせ先】 JALしまね 瑞穂支店 (0855) 83-1131  
もしくはお近くのJA各支店へ



# 年金びより



## 年金相談会とは?

- お一人様約30分枠での個別相談です!  
(令和5年度の相談会は、ほとんどの支店で土曜日の9~12時開催になりますが、日にちをご連絡いただければ、随時、個別相談も承っております。)

## 相談内容

- 年金の受給時期・繰上げ・繰下げについて
  - ご夫婦の加入状況が分かれば、加給年金・振替加算について
  - 退職時期に悩んでおられる方は、社会保険(雇用保険・健康保険)について
  - まだまだお仕事を続けられる方は、年金との兼ね合いについて
  - 年金請求時に必要な添付書類および手続きについて
- などなど…

ご本人様のご加入状況によってお話の内容は変わってきます。  
委任状をいただいて年金事務所でお調べし、後日の回答にさせていただきます。

## お持ちいただく物

・ 認印



・ 年金手帳



・ ねんきん定期便



ハガキ



封書(59歳の時)

・ 緑の封筒



受給権が発生する方

8月号は、加給年金についてです。



**8月年金相談会** 瑞穂支店 8月19日(土) 9:00~12:00

### 担当者より一言

6月20日「年金受給者日帰り旅行」に添乗し、年金受給者の皆様と四国の今治まで行ってきました。当日は梅雨の晴れ間となり暑いぐらいでしたが「いつも楽しみにしていた。また来年も行きたい。」というお声もあり皆様に楽しんでいただけて良かったです。今後も皆様に喜んでいただける企画を開催できるよう頑張ります!!

年金に関する疑問・質問は  
お気軽にご相談ください

**JALしまね 島根おおち統括支店 金融課 TEL.0855-83-1803**

## 8月の行事予定

8月16日(水) ゆとり倶楽部第4回講座「自然を学ぶ」

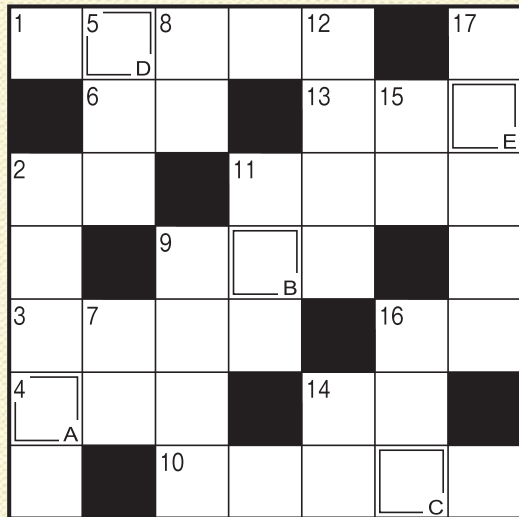


8月の外勤日 17日(木)・18日(金)・19日(土)



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 ● ニコロ



答え

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

タテのカギ

- ②パラシュートともいいます
- ⑤法やルールなどに背くこと
- ⑦イタリアの1つ前の通貨単位
- ⑧「あかつき」や「白鳳」などの品種があります
- ⑨日暮れ頃にザーッと降ります
- ⑪読売ジャイアンツの本拠地は東京——です
- ⑫植物に水やりをするときに使う道具
- ⑭陰（いん）の反対語
- ⑮毎度、バカバカしいお笑いを——
- ⑯紙幣や貨幣を入れます
- ⑰カレンダーに「FRI」と書かれていることも

ヨコのカギ

- ①京都の五山送り火で、最もよく知られた形の送り火
- ②エビネもカトレアもこの花の間
- ③肥料の3要素の1つ。元素記号はK
- ④どのドレッシングで食べようかな
- ⑥骨切りをする細長い魚
- ⑨イタリアの現在の通貨単位
- ⑩山の頂上と麓の間
- ⑪一緒に暮らしています
- ⑬突破して決勝に進みます
- ⑭夕空に輝く——の明星
- ⑰歌謡曲で一番盛り上がる部分のこと

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

〒696-0222 邑智郡邑南町下田所277

J Aしまね 島根おおち地区本部 総務課 「クイズ」係

2023年8月4日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「ヒヤケドメ」



俳句の広場

最優秀賞

母の日やもんぺ姿の記憶のみ

邑南町 山塚 豊子様

優秀賞

小康の夫と草引く雨上がり

出雲市 小豆澤典子様

ふだん着も明るい色に更衣

出雲市 北村 功様

夕闇にとけこむやうに河鹿笛

兵庫県 小田 慶喜様

佳作

平凡な一日終へて豆ごはん  
母の日を祝ってあげる母がいる  
老鶯の競演しきり峽住まひ  
仁王門くぐれば寺領栗の花  
春愁や部分入歯のもどかしく

浜田市 三沢 孝子様  
益田市 竹田 数子様  
津和野町 田中とよし様  
出雲市 森脇 英徳様  
安来市 斎藤美重子様

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

「家の光」8月号 定価629円  
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、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）8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、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、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。



JALしまね 総合ポイントカード「おさいふカード」会員様へ

# 優待割引のお知らせ



JALしまね ×



PARIS MIKI

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

＝PARIS MIKI＝  
Collection

フレームもレンズも  
フィッティングも全て込み込み。  
選べる高品質レンズ付(超薄型/遠近)

**¥13,200～** (税込)

- 程よくトレンドを取り入れた多彩なデザインの**高品質フレーム**
- 有名メーカーと共同企画したパリミキオリジナルの**選べるレンズ**
- 上級視力測定技術者が在籍するパリミキだからできる**フィッティング**

ご利用の際には、提携店舗にておさいふカードをご提示ください。

提携店舗 島根県内パリミキ全店

※他の割引が併用できない商品・サービスが一部ございます。詳しくは係員にお尋ねください。

お問合せ



JALしまね 本店経済部経済課 [TEL] **0853-25-8912**

## ラストイヤー トロッコ列車「奥出雲おるち号」に乗る

奥出雲「豆腐作り体験」  
玉峰山荘での昼食 **日帰り**



旅行代金

(大人お一人様・JR松江駅又はJR出雲市駅発着・税込)

**13,500円**

※小人代金(小学生以下):お一人様1,000円引きとなります  
※小人のお食事は「お子様メニュー」となります。

募集人員

各班20名様  
(最少催行人員各班16名様)

添乗員

同行いたします

食事条件

昼食1回

利用バス会社

仁多観光又は一畑バス  
(バスガイドは同行いたしません)

旅行出発日 令和5年

JR松江駅発着 **8/25(金)・8/26(土)・9/22(金)**

JR出雲市駅発着 出雲市駅からの延長運転日 **9/23(土)・9/24(日)**

行 程		◎入場観光、○下車観光、△車窓観光	食事
JR松江駅発着	JR松江駅南口(9:00)	＝大東(9:30)＝	朝 × 昼 ○ 夕 ×
JR出雲市駅発着	JR出雲市駅北口(8:45)	＝ 宍道駅経由 出雲市駅よりトロッコ列車乗車 「ラストイヤー」人気の列車に乗車! ＝木次駅＝トロッコ列車「奥出雲おるち号」＝三井野原駅＝	
		＝ ○舞茸奥出雲・延命水【お買物】 ＝ 玉峰山荘【昼食】 ＝ お一人様200グラム×3つ作ります! ＝◎奥出雲とうふ・いしだ(豆腐作り体験)＝○奥出雲漬菜 松葉屋【お買物】＝	
JR松江駅発着	＝大東(17:00)＝JR松江駅南口(17:30)		
JR出雲市駅発着	＝JR出雲市駅北口(17:30)		



玉峰山荘 昼食 イメージ

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います。お気軽に下記販売店へご請求ください。



株式会社 農協観光

詳しくは  
コチラから



山陰支店 TEL 0852-26-2600



本誌は地球環境に優しい植物性オイルを使用しております。



JAしまね  
公式ホームページ  
JAしまね

検索



## 冷しゃぶトマト和え



### コメント

- ・夏の太陽をいっぱい浴びた元気なトマト！変形したり割れたりしても小さく刻めば美味しさは同じ！
- ・豚肉は、沸騰した湯より低い温度の湯にくぐらすと固くならず、ふっくらと火を通すことができます。

### 材料（4人分）

- 豚ロース(しゃぶしゃぶ用)・・・200g  
 トマト(大)・・・2個(500g)
- A  
 きゅうり・・・・・・・・・・1本  
 オクラ・・・・・・・・・・2本  
 青しそ・・・・・・・・・・5枚
- B  
 大根(すりおろし)・・・250g  
 オリーブ油・・・・・・・・大さじ1  
 しょうゆ・・・・・・・・小さじ1  
 塩・・・・・・・・小さじ1  
 粗挽き黒胡椒・・・・・・・・適量

### 作り方

- ①トマトの1個は1cmの角切りにし、もう1個は粗みじん切りにする。
- ②きゅうりは薄く輪切りにする。
- ③オクラは塩で板ずりしてから、サッと茹でて水に取り、食べやすい大きさに切る。
- ④青しそは千切りに、大根はすりおろす。
- ⑤豚肉は半分に切り、沸騰したら水を約100cc加え、弱火にして80度位の温度のお湯にくぐらせて火を通し、取り出してそのまま冷やす。
- ⑥ボウルにみじん切りにしたトマトとBを入れて混ぜる。
- ⑦⑥にトマトの角切りと豚肉、Aを入れて混ぜ合わせる。

### アレンジ

- ・色とりどりの夏野菜をサッと茹でたり、炒めたりして一緒に混ぜれば、目にも鮮やかな一品に！
- ・肉のゆで汁に春雨、人参のせん切り、オクラ、溶き卵などの具材を入れたら簡単スープに早変わり。

### 材料（4人分）

- 鶏むね肉・・・・・・・・・・2枚
- A  
 小麦粉・・・・・・・・・・大さじ2  
 塩・・・・・・・・小さじ1/2  
 カレー粉・・・・・・・・小さじ1  
 サラダ油・・・・・・・・大さじ1  
 玉ねぎ・・・・・・・・1玉  
 しめじ・・・・・・・・1袋  
 トマト・・・・・・・・1個
- B  
 塩・・・・・・・・小さじ1/2  
 胡椒・・・・・・・・少々  
 レタス・・・・・・・・5～6枚

### 作り方

- ①鶏肉は皮を取り、1cmの厚さのそぎ切りにする。
- ②玉ねぎは薄切りに、しめじは石づきを除いて小房に分けておく。
- ③トマトは1cm角に切る。
- ④ビニール袋にAと①の鶏肉を入れて振り、油を熱したフライパンで両面焼いて中まで火を通し、取り出しておく。
- ⑤④のフライパンに玉ねぎ、しめじを入れて炒め、玉ねぎが透き通ってきたら、トマトとBを加えて味つけする。
- ⑥皿にレタスを敷いて鶏肉を並べて盛り、⑤の炒めた野菜を上のにせる。

## 鶏肉のカレーソテー野菜炒め添え



### アレンジ

- ・鶏むね肉を豚ヒレ肉や白身魚、水切り豆腐、厚揚げに替えても美味しくできます。
- ・ナス、ピーマン、ズッキーニ、小松菜、ゴーヤ、カボチャなどいろいろな野菜と組み合わせると楽しめます。

### コメント

- ・たくさんのスパイスが詰まったカレー粉は、食欲増進、疲労回復などの効果が期待でき、夏にぴったり！
- ・鶏むね肉は脂肪分が少なく、良質なたんぱく質を豊富に含んでおり、筋肉疲労の改善に期待が持てます。

## 健康散歩

JA島根厚生連

## 食中毒

食中毒の原因には細菌やウイルスがありますが、梅雨時から9月頃までは高温多湿な状態が続き、細菌による食中毒が多く発生します。食中毒を招く細菌が増殖しても、食べ物の見た目や味は変わらず臭いもしません。そのため食事の準備をするときは「細菌をつけない」「細菌を増やさない」「加熱などでやっつける」ことを心がけ、食中毒を防ぎましょう。



### 食中毒予防の3原則

- ①つけない（菌を他の食品に付着させない）  
 食材を取り扱う前と後に、手指をしっかりと洗いましょう。手のひら、手の甲、指、爪、手首までせっけんを泡立てて洗い、流水で十分に洗い流すことが大切です。また肉や魚はポリ袋やラップでしっかり包んで冷蔵庫に保存しましょう。

- ②増やさない（菌が増殖する環境に置かない）  
 冷蔵品や冷凍食品はすぐに冷蔵庫、冷凍庫に入れましょう。また、食品を詰め込みすぎると温度が高くなってしまいます。冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫はマイナス15℃以下に保ちましょう。ただし、冷蔵庫に入れておいても細菌が死滅するわけではありません。長期間にわたる保存は避け、早めに使い切るようにしましょう。

- ③やっつける（殺菌、消毒して死滅させる）  
 多くの細菌は、75℃以上で1分以上加熱することで死滅します。十分に加熱処理すれば、ほとんどの食中毒は防ぐことができます。食材の中心部までしっかり火を通すようにしましょう。また、使用後の調理器具の殺菌には塩素系漂白剤に含まれる次亜塩素酸ナトリウムが有効です。ただし、食品カスが残っていると消毒力は失われますので、調理器具を洗剤でよく洗った後に使いましょう。



【編集後記】 今月号は直売所について特集しました。直売所にはスーパーなどには出回っていない珍しい野菜や果物があつたりするので、買い物や遠出する時についつい寄ってしまいますね。直売所で買い物をする＝地産地消にもつながります。ぜひこの機会に地域の魅力がたっぷり詰まった直売所へおでかけしてみたいかがでしょうか…♡(古)