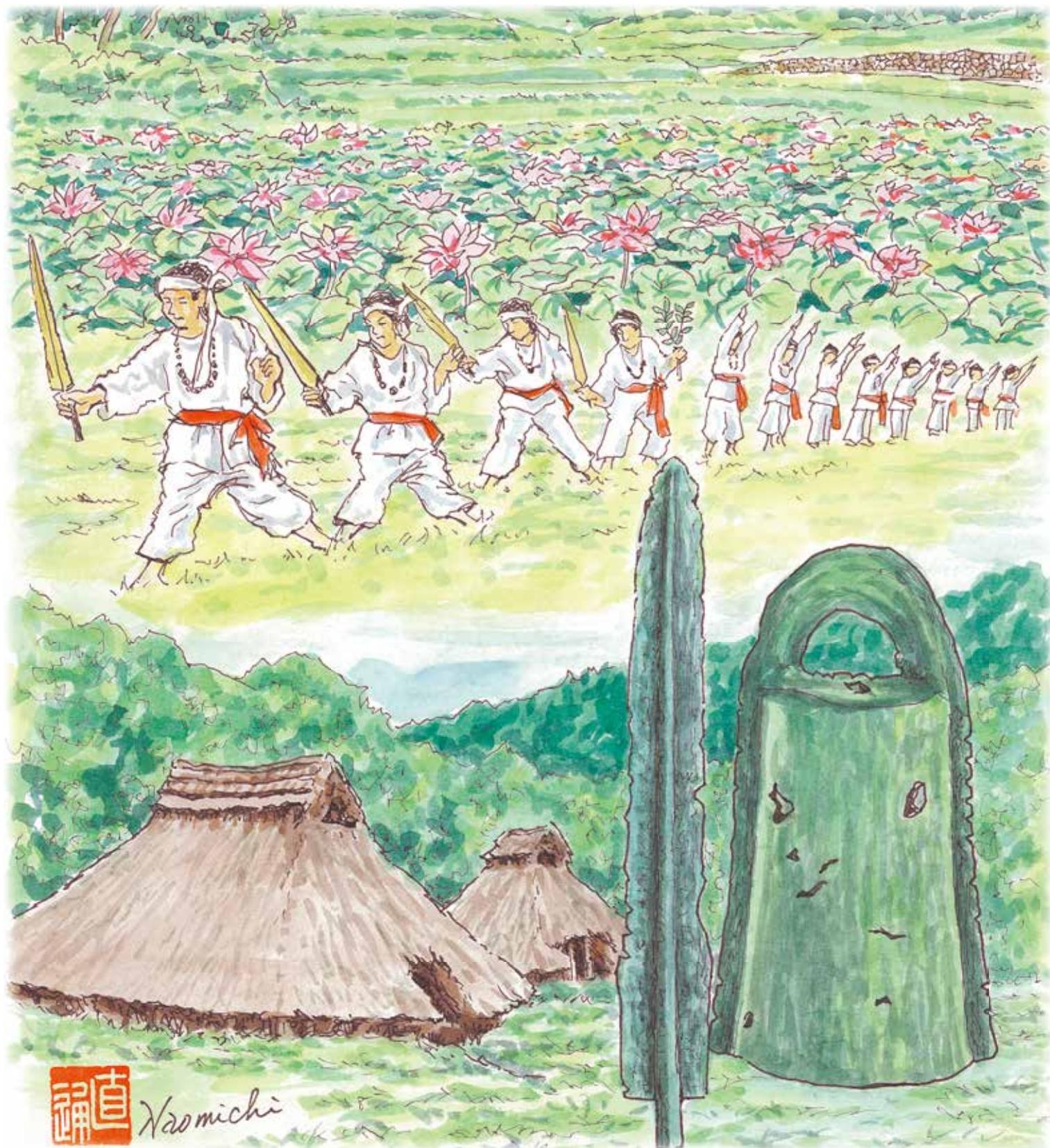


2017

JAしまねびより 10

October Vol.19

特集 島根のいいもの再発見!! 「ハトムギ」 斐川地区本部



島根には誇れる農産品がたーっくさん！
島根のいいものの再発見!!
 直撃・生産者インタビュー



東西に長く広がり、海も山もある自然環境豊かな島根県。島根には、胸を張って誇れる農産品が実は多種多様にあるんです。毎月、その農産品を紹介、生産者の生の声を聞いていきます！

【ハトムギ】

10月は、斐川地区本部。出雲縁結び空港にほど近い、斐川町沖洲で、ハトムギを生産している農事組合法人おきすの、組合長 森脇康博さんにお話をお伺いしてきました。



いつからハトムギを生産されていますか？

一番最初は昭和50年代の土地改良が開始された頃、客土地帯に何か良いものはないかと模索して、ハトムギを2年間栽培したことがあります。ただ、当時の品種は2m30cm位の背丈になり、風が吹くと倒伏や脱粒しやすく、またパインダーの刈り取りによる脱粒も多かった上、台風などの災害も重なり、思うように収穫量がなく、断念した経緯があります。その後、消費者の健康志向が高まる時代背景の中、ハトムギは国内の産地が少なく輸入に依存していることや、斐川町では麦・大豆を生産していたので、既存の機械で栽培できること、ハトムギ



の品種改良も進んだことなどから、平成18年に試験栽培を改めて開始し、JA斐川町ハトムギ部会(当時)を立ち上げ、現在に至ります。私の組合では現在、21ヘクタールで年間40トン余り生産しています。

ハトムギはどのようなようにして栽培するのですか？

ハトムギは麦と名前が付いていますが、正確にはイネ科の作物です。種を播(ま)き120日前後で収穫時期を迎えます。5月下旬から6月中旬頃に種を播き、9月下旬から10月中旬頃に収穫のピークを迎えます。種を播いて1ヶ月位、本葉が5枚出るまでは畑地状態で管理、それ以降は水分が不足しないよう管理が





水管理は実の付きに直結するので、水分が不足しないよう、気をつかって管理していただきます。麦や大豆等に比べ湿害の心配はないのですが、白葉枯病や茎が甘いため、蛾などの害虫も付く可能性があります。

栽培する上で、大変な点とや注意している点などありますか？

必要です。現在は大型の汎用コンバインを導入しているのですが、非常に効率よく収穫できるようになっています。斐川町では単作している地域もありますが、当組合では水稲、大麦、ハトムギの2年間で3作ローテーションを行っています。



また、ハトムギには、麦や大豆に比べ使用できる農薬が限られているので、雑草や病害虫対策が課題です。また、病気や雑草の発生リスクが増し、収量も減ることから連作には向かず、毎年ほ場を変えする必要があります。現在の品種の背丈は、以前の品種よりも低くなりましたが、収穫期の台風等には倒伏や脱粒の危険性があり、細心の注意と管理を要します。

ハトムギは作物として、魅力的ですか？

国内の産地は少なく、自給率は5パーセント程度です。斐川町（島根）は、富山、栃木、岩手に続いて全国4位と、生産量では国内トップクラスにまでなりました。消費者の健康志向が高まっている近年、ハトムギは、東洋医学の漢方



での薬効が期待できる作物です。精白したハトムギはヨクイニンと呼ばれ、食用はじめ、漢方や化粧品等に広く利用されています。ニキビや肌荒れの改善効果が期待できることから「イボ取り名人」と言われるほどです。ハトムギは全量JAで乾燥調整し、加工メーカー等に出荷されるほか、JAオリジナル商品として販



売されています。ハトムギは無味無臭で加工しやすく、精白ハトムギや発芽ハトムギ茶、ハトムギチョコレートやハトムギ入りコーヒーなどたくさんの商品があります。

今後の抱負や展望を聞かせてください。

現在の面積で収量を増やし

年間60トン収穫するのが当面の目標です。ハトムギは取引先からの需要に供給が追いついておらず、価格は安定しています。組合の専従者は1名ですが、将来的には農地拡大と効率を高めるため、増やしたいです。ハトムギは将来性の高い作物なので、半分を単作でハトムギを生産し収量を3〜4割増加し、儲かる農業経営を確立していきたいです。



**ハトムギ
一口メモ**

島根県の農業の雄、斐川町。農地集積率75パーセント、耕地利用率119パーセントで、水田耕作では全体の75パーセントが認定農業者の担い手という、全国でも先進的なモデル地域となっている。大麦や大豆と同じ機械を使って作業できるメリットや価格の安定性などから、栽培農家が増え、現在では年間130〜140tの生産量を誇る。斐川地区本部でもこれらを使った加工品の企画／販売を実施し、普及啓発に努めている。需要に対して生産量が不足しているのが現状で、生産拡大とともに農家所得の向上を、

ハトムギ栽培で積極的に取り組まれている。



雲南

地元高校生の思いが詰まった パプリカジャムが商品化

飯南町の県立飯南高等学校の生徒4人が考案したパプリカのジャムが地元の道の駅で商品化されました。地元産のパプリカの匂いが感じられるすっきりとした甘さが好評を得ています。

きっかけは町の課題を研究する同校の生命地域学の授業の中で、町の振興作物を使った加工品が少ないことに目を付け、アイスクリームにかける食べ方も出来るようなジャムを提案。その珍しさから「MaRe稀(まれ)」と名付け、商品化を目指してアイスクリームなどを製造、販売している町内の「道の駅とんぼら」で営業する「森のカフェ・ラムネMILK堂」に同校が依頼しました。

高校生のレシピを基に、パプリカの味をいかにすためレモンとグラニュー糖のみを使用。「赤」はパプリカの癖が少なく甘味があり、「黄」はパプリカ本来の匂いが感じられます。

8月14日には試食販売を行い今春卒業した生徒2人も参加。「商品化が実現してうれしい。このジャムをきっかけに飯南町のパプリカが有名になって欲しい」と笑顔を見せました。



思いが詰まったジャムを手にする
飯南高校の卒業生

隠岐

新嘗祭献穀田の 御抜穂式が開催

その年の豊作などを感謝し、皇居に新米を献上する「新嘗祭」に向けて、献穀田御抜穂式が9月23日に隠岐の島町都万地区の斎藤茂さん、律子さん夫妻のほ場で行われました。

当日は天候にも恵まれ、式典では神職により祝詞が捧げられ、御抜穂の儀では斎藤さん夫婦が5月の御田植式で植え大切に育てた稲を刈り取り、ハデに掛けた後、稲穂を祭壇に捧げ、収穫を祝いました。

神事後、松浦芳彦農林水産部長、大庭孝久隠岐の島町副町長、JALしまね山根盛治副組合長からそれぞれ祝辞を頂きました。また、新嘗祭献穀実行委員会委員長である佐々木賢治隠岐地区本部長、斎藤さん夫妻からも関係者へのお礼の言葉などがあり、とどこおりなく終了しました。

今回刈り取りされた献穀米は10月26日に関係者と共に皇居へ献納する予定です。



くにびき

安達隆行盟友が最優秀賞！ くにびき地区本部で結果報告

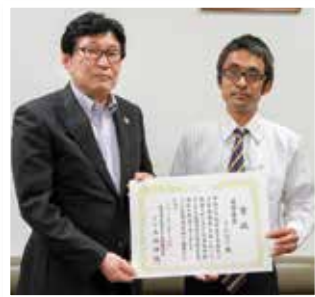
島根県JA青年大会の「青年の主張」で最優秀賞に選ばれた、くにびき青年連盟の安達隆行さんが9月6日、くにびき地区本部を訪れ、結果報告と11月の中四国大会への意気込みについて語りました。

県JA青年大会は8月24日に、大田市の石見銀山地区本部でありました。「青年の主張」は、自身の経験や生活を題材に、農家としての想いや決意を主張する企画。

安達さんは「出会い」と題して、自身が兼業農家に転身した経緯を説明。水稻を始めたものの、米がうまく育たず、挫折しかけたところに、知人からの誘いを受けて青年連盟に加入。若手農家と交流を深めていき、「農業の知識だけでなく、助け合いの精神を学んだ」と呼び掛けました。

審査員からは「青年らしい内容だった」と評価され、最優秀賞に選出。11月の愛媛県で開かれる中四国大会への出場が決まりました。

安達さんは「緊張したが、職員の皆さんの支えもあって最優秀賞に選ばれた。中四国大会も頑張る」と述べ、栗原本部長は「若手農家の一人としてこれからも頑張ってもらいたい」と激励しました。



やすぎ

二十世紀梨品評会開催

やすぎ梨生産部会は9月1日、安来市下坂田町のJALしまね安来生産センターで梨「二十世紀」の品評会を開催しました。二十世紀梨の品質向上をはかり、市場における安来産二十世紀梨の評価を高めることを目的に同部会が開催。管内の梨生産者が出品した21点の中から、最優秀賞の安来市長賞に永田幹夫さんの梨が選ばれました。

品評会は果形や玉ぞろい、病虫害や傷害の有無などの外観を比較する一次審査と、大きさや硬度、糖度などを測り付点する二次審査で構成され、県や市の関係者らが審査に臨みました。

今年は全体的に糖度が高く、きれいでずっしりとした大玉に仕上がりに、受賞された永田さんは「皆様にやすぎの梨を食べていただき、もの作りの楽しさを伝えたい」と話しました。審査結果は次の通りです。

最優秀賞	永田 幹夫
優秀賞	島田 毅
//	金山 浩美
//	岩崎 幸男
優良賞	板持 京子



永田幹夫さんと受賞した梨

斐川

「つや姫への思い」 オリジナルソングで披露

農事組合法人アグリード羽根（組合長：黒田幸司）の圃場で8月31日、稲刈りが行われました。島根県産「つや姫」を沖縄へ販売する（株）食創の岩井和大所長を招き、JA職員や関係者ら約30人が参加しました。

島根県産「つや姫」は3年前から本格的に沖縄での販売を強化しています。昨年も同県イオン那覇店などで販売促進活動を5回行い、人気銘柄として売れ行きも好調です。

稲刈り後に新米つや姫の試食をした岩井所長は「粘り、歯応えが素晴らしい出来。日本一美味しい米だと思っているので、自信を持って販売したい」と意気込みを語りました。

また、岩井所長自ら作詞・作曲した「つや姫応援歌2017」などオリジナルソングをギターの弾き語りでも披露し、今年産の販売へ弾みをつけました。



圃場ステージで歌う岩井所長

隠岐
どうぜん

3町村にカーブミラーを贈呈

隠岐どうぜん地区本部では、「交通事故ゼロ」を目標に交通事故防止運動の一環として、毎年管内3町村にカーブミラーを贈呈しています。

近年、道路事情が大幅に改善され、急カーブや見通しの悪い交差点などは減少してきていますが、同地区本部の「公共放牧場を活用した和牛繁殖事業」は、繁殖素牛の増頭が続いており、安全性の観点からカーブミラー設置の重要性はますます高まっています。

贈呈式は、9月22日に知夫村役場、23日に海士町役場、10月4日に西ノ島町役場で行いました。新谷徳昭地区本部長、清水雅美副本部長がそれぞれ趣意書と目録を手渡し、交通安全を祈念しました。

JA共済では、「ひと・いえ・くるま」の総合保障で幅広い万全なサポートを実施し、病気やけが、交通事故などの対応に日々尽力していますが、事故などを未然に防ぐ取り組みも継続的に行うことで、組合員・利用者・地域の一助として長く貢献できればと願っています。



平木伴佳知夫村村長（右）に趣意書を手渡す清水副本部長

石見銀山

シャインマスカット 3,000人分の給食に

大田市ぶどう生産組合の作るブドウ「シャインマスカット」が9月6日、市内小中学校、幼稚園26校の学校給食に登場しました。

同組合では毎年「デラウェア」「巨峰」を学校給食へ提供しており、「シャインマスカット」は今回が初めて。「JAバンク協調型事業教育活動助成事業」を活用し、95⁺の「シャインマスカット」を学校給食へ提供することができました。来年も継続して提供する予定です。

大田産の「シャインマスカット」を味わった児童は「皮ごと食べられて、大粒で甘くておいしかった」と話し、好評でした。

当日は、ブドウ生産者の坂根拓倫さん、原田武敏さん、小野健さん、県普及部、市学校給食センター、JAが地元の大田市立鳥井小学校を訪れ、3・4年生と一緒に給食を食べました。



生産者といっしょに給食を食べる児童

出雲

多伎いちじく品評会 3年ぶりの開催

JAしまね多伎いちじく生産部会は9月1日、出雲市の多伎いちじく館で平成29年産多伎いちじくの品評会を開きました。審査員は行政、市場、JA関係者、同生産部会の部会長ら6人が務め、色付きや玉揃い、糖度などを審査しました。21人が4パックずつ出品し、最優秀賞の出雲市長賞には同町の安井節雄さんを選出。このほか優秀賞6点と優良賞3点を選びました。表彰式は12月開催予定の「多伎いちじく振興大会」で行われます。

品評会は、栽培技術の高位平準化と生産意欲の向上、品質向上を目的として例年開かれています。昨年、一昨年は天候不順により中止されたため、3年ぶりの開催となりました。審査委員長のJAしまね本店米穀園芸部の林隆明営農技監は「色付き、口の開き具合もきれいな秀逸ないちじくが出品された。この高い技術力で多伎いちじくのブランドを守っていただきたい」と話しました。



糖度を計る審査員

西いわみ

特産栗の出荷始まる

島根県内最大の栗産地である鹿足郡津和野町で9月5日、平成29年産栗の出荷が始まりました。津和野町、吉賀町の生産者8人が、収穫した栗約160キロを同町森村のJA津和野集荷場に持ち込みました。

当日は、丹沢を中心とした早生品種を規格別に選果し、500グラムずつネット詰めした後、10キロ箱に入れて市場に出荷しました。

出荷期間は10月下旬までで、出荷数量13トン、販売金額1,000万円を目指し、京都市場を中心に松江市や出雲市などの市場に出荷します。

今年度は梅雨入り以降の雨が少なく玉太りが心配されましたが、8月以降の雨で玉太りは上々の出来となり順調に生育しました。

JA栗生産協議会の斎藤尚介会長は「栗は地域を代表する作物。ぜひ味わっていただきたい」と呼びかけました。



選果を行なうスタッフ

本店

飼料用米対策強化など 18項目を県に要請

JASまね、JA島根中央会、島根県農政会議は9月6日、松江市の島根県庁で、溝口善兵衛県知事と大屋俊弘県議会議長に、2018年度の県農業政策・予算編成について要請しました。米の直接支払交付金の廃止を受け、財源を多様な担い手の経営対策拡充などに充てる施策を国に対し要請することや、飼料用米の生産体制維持に向けた対策強化など18項目を求めました。

竹下正幸組合長は「2018年産米から国は米の生産数量目標を配分せず、直接支払交付金の廃止で生産調整に参加する農家の意識が薄れ、需給調整による価格の安定が崩れ農家所得の減少が危惧される」と訴えました。

溝口県知事は「農業経営の安定のために、経営多角化や営農指導などの施策をJAと連携して進めていきたい」と語りました。

このほか、美味しまね認証取得の仕組みの強化や6次産業化の取り組み支援、しまね和牛のブランド強化なども要請しました。



溝口知事（左）に要請書を手渡す竹下組合長

島根おおち

島根おおち オリジナルカレンダー作成

島根おおち地区本部では毎年、農業の未来を担う児童たちに、食料自給や緑豊かな農山村づくりに貢献する日本の農業の大切さを学んでもらおうとオリジナルカレンダーを作成しています。このカレンダーに使う絵の選定を管内中学校の美術教員吉川文子氏を招き行ないました。

作品は、夏休み期間中の小学生を対象に行うJAバンク主催の「みどりを守る児童画コンクール」、JA共済「交通安全ポスターコンクール」、JA全農「クミアイプロバン絵のコンクール」の応募作品と、保育園児を対象にJA、青年連盟、女性部が連携し取り組む「愛菜カレーの日」、「芋掘り交流会」をテーマとした作品から選びました。

集まった全57作品の中から吉川氏のアドバイスを受け、9作品を選びました。残りの3作品については、10月に管内保育所から集まった絵画から選ぶ予定です。



いわみ中央

きんさい市場営農塾第2期が開講 野菜栽培に15人が挑戦!

いわみ中央地区本部は9月4日、浜田市の地区本部ふれあいホールで、第2期のきんさい市場営農塾を開講し、塾生15人を迎えました。

開講式には、今後の講義で農業の適正使用法等の指導を行う島根県西部農林振興センター浜田農業普及部から秦智秋部長を来賓に招きました。塾長の井上宗治地区本部長は、「1年間ハードなスケジュールとなりますが、しっかり農業について学んでいただき、農業者の仲間になってほしい」と話しました。

1年間、座学をはじめ、実際の研修圃場で農業の基礎を学び、畑づくりから種蒔き・収穫・農業の適正使用・農機具の使用に関する事など、塾生で共同作業をしながら学びます。塾生は、「不安もありますが、楽しみもあります。自分で野菜作りができるようになりたいです」と話すなど、それぞれ色々な思いを胸に、当日を迎えました。仲間と共に1年間、切磋琢磨しながら学び、収穫時にはみんなで喜びを分かち合う事を約束しました。



第11回 全国和牛能力共進会 結果報告



9月7日～11日に宮城県で「第11回全国和牛能力共進会」が開催されました。この共進会は、各都府県の予選を勝ち抜いた代表牛が一斉に集う5年に一度の和牛オリンピックと呼ばれています。

今回の共進会は、様々な想いが込められた共進会でもありました。会場となった「夢メッセみやぎ」は2011年の東日本大震災と津波の被害を、上位入賞をした九州勢は昨年熊本地震など、数々の苦難を乗り越えての出品でした。

島根県からは雄牛1頭、種牛17頭、肥育8頭の計26頭が出品されました。成績については、下記のとおりです。

島根県代表として出品されました皆様のご尽力に対し厚く敬意を表します。色々なドラマを生む全共。次回は5年後「鹿児島県」が舞台となります。

第11回全共 島根県出品牛 審査結果

◆第1区 (若雄)

出品No	地区	氏名	名号	成績
7	県	島根県畜産技術センター 育種改良部	茂華松	1等賞5席

◆第2区 (若雌の1)

出品No	地区	氏名	名号	成績
51	隠岐地区	平井信利	ひらめぐみ	1等賞10席

◆第3区 (若雌の2)

出品No	地区	氏名	名号	成績
61	奥出雲町	長谷川隆寿	ゆりかつ	優等賞14席

◆第4区 (系統雌牛群)

出品No	地区	氏名	名号	成績
112	安来地区	足立年禧	ひみせんひめ	優等賞6席
113	安来地区	倉井公子	ひみやよい	
114	安来地区	清山高康	ひみはくちょうげ	
115	安来地区	祖田育夫	ひみいくせん	

◆第5区 (繁殖雌牛群)

出品No	地区	氏名	名号	成績
184	奥出雲町	金倉弘美	ふくひら1	優等賞6席
185	奥出雲町	井上昭	ゆりひめ	
186	奥出雲町	福本成美	ゆりざつき	
187	奥出雲町	佐藤安則	はなゆり	

◆第6区 (高等登録群)

出品No	地区	氏名	名号	成績
240	大田市	森徳行	しもやすしげ	1等賞6席
241	大田市	厚朴邦広	しもしげはな	
242	大田市	厚朴邦広	しもしげかつ	

◆第7区 (総合評価群：種牛群)

出品No	地区	氏名	名号	成績
303	奥出雲町	金倉弘美	かつしげひめ2	総合1等賞4席 種牛12席
304	奥出雲町	(一社)奥出雲町農業公社	ふくめぐみ5	
305	奥出雲町	遠藤秀夫	ひので	
306	奥出雲町	(一社)奥出雲町農業公社	ひめざつき	

(総合評価群：肉牛群)

出品No	地区	氏名	名号	成績
7	雲南市	J A仁多肥育センター	福福	総合1等賞4席 肉牛12席
8	隠岐地区	(株)隠岐牛企画	恵美戸離	
9	奥出雲町	(農)中国牧場	恵福	

◆第8区 (若雄後代検定牛群)

出品No	地区	氏名	名号	成績
82	出雲地域	伊藤誠司	高永照勝	優等賞8席
83	出雲地域	伊藤誠司	勝芳	
84	出雲地域	(有)藤増	勝雷	

◆第9区 (去勢肥育牛)

出品No	地区	氏名	名号	成績
118	出雲地域	(有)かつべ種畜牧場	糸百合福	1等賞
119	出雲地域	(有)藤増	福久	1等賞

島根県内の稲作農家のみなさまへ

平成30年産米から 農業再生協議会が

『米の生産数量の目安』をお示しします。

「米の生産数量の目安」を参考に、売り先の求める品種や作り方などを取り入れて、計画的な米づくりを進めましょう!

米の生産数量
の
目安って?

平成30年からは国による「米の生産数量目標」の配分がなくなります。需要に応じた米を作るために、全国の需要見通しを踏まえ、各地域に参考としてお示しするのが「米の生産数量の目安」です。

島根県農業再生協議会



ふれあい ニュース

雲南管内の
旬な情報をお届け!

UNNAN
FUREAI
NEWS

UNNAN
FUREAI
NEWS

01 米作りの授業を通して 地域の未来を考える

雲南市立佐世世小学校の5年生は毎年、米作り体験や市役所などの担当者から米について色々なことを学んでいます。視野を広げて地域の課題に気づき、自分なりの解決策を模索することで地域の未来を考えるきっかけにしています。松本真理校長は「自分たちに出発することを考え、生活に活かして欲しい」と話しました。



▲佐藤センター長(右)の話を熱心に聞きメモを取る児童

授業を受けた中林佑月さんは「お米を食べる人が減っているなんて知らなかった。これからはもっと調べていきたい」と意欲を見せました。

雲南地区本部は9月2日、食と農を学ぶ「あぐりキッズスクール」を開催し、キッズ生18人が参加しました。

初めに雲南市大東町の田舎暮らし体験施設・佐世だんだん工房の錦織謙さんに指導を受け約100個のジャガイモを植え付けました。このジャガイモは11月に収穫し、採れたてを味わう予定です。

また稲刈り体験は、同スクール

UNNAN
FUREAI
NEWS

03 農に触れ体験学習 感謝の気持ち育む

が5月に田植え体験をした同市三刀屋町の圃場で行い、管理している藤原陽さんと息子の正博さんが講師を務めました。今と昔の米作りの違いやライスセンターの説明を受けました。昔ながらの鎌を使った稲刈り体験でキッズ生は「お米作りの大変さがわかった」「いただきます、ごちそうさまをちゃんと说着てから食べた」と話しました。

体験学習の後は、雲南女性部



▲慣れない鎌で稲刈りを体験するキッズ生

三刀屋支部が作った米粉の豆乳クレープや藤原さんが収穫した新米のコシヒカリのおにぎりを食べ感謝の気持ちを育みました。

UNNAN
FUREAI
NEWS

02

自然に触れるきっかけに きのこ狩り体験開催

雲南市三刀屋町給下の峯寺森林公園で開かれる「きのこ狩りときのこ料理の集い」が好評です。地元有志らと協力し公園を守っている宿泊施設、峯寺遊山荘が主催。季節に合わせた自然体験を企画し様々な世代の人を楽しませています。

大坂雅春支配人は「自然に恵まれたこの場所をより多くの人に知ってもらいたい」とねらいを

話しました。

9月24日には同集いに県内外から約30人が参加。夏を思わせるような爽やかな日差しが降り注ぐ公園で山の幸を満喫しました。きのこアドバイザーの資格を持つ県中山間地域研究センターの宮崎恵子研究員が、見た目や匂いなどから約20種類のキノコを解説。散策後は、採取したキノコを使ったイノシ

シ汁やマコモタケの天ぷらなどを味わいながら交流を深めました。友人の紹介で広島から訪れた参加者は「きのこだけでなく多くの自然を満喫できて良かった」と笑顔で話しました。



▲宮崎研究員(中)の説明を聞く参加者

04

見て、触って
和牛の審査体験

奥出雲町立阿井小学校の児童は1993年以降、毎年、子牛品評会で和牛審査体験学習を行っています。

9月28日に同町の阿井家畜集合所で秋季肉用子牛品評会が行われ、同校の4年生11人が特別審査員として参加。島根県東部農林振興センター雲南事務所の坂本萌農業普及員による、和牛に関する知識や審査のポイントについての学習会が行われ、その

後実際に審査しました。

児童は出品牛12頭の顔付きや、審査のポイントを思い出しながら牛たちに声を掛け、毛の密度や柔らかさなどを実際に触って確認しました。審査が終わると優秀な子牛3頭の生産者に、手づくりの優勝旗やトロフィーなどを贈りました。児童は「毛がすごくやわらかかった」「和牛のことが良くなった」と話しました。奥出雲町和牛改良組合阿井支



▲子牛に触れ実際に審査する阿井小学校の児童

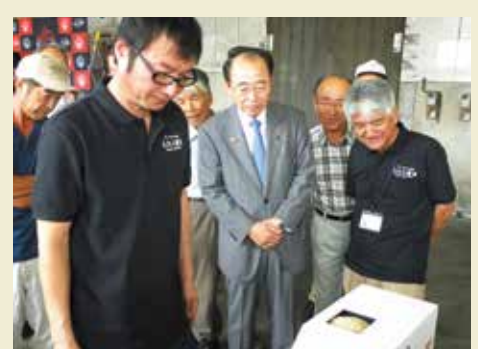
部の金倉弘美支部長は「子ども達との交流は励みになる。農家の減少が進む中、地域農業に興味を持って欲しい」と期待しました。

06

ブランドたたら焰米
認定検査始まる

雲南市のブランド米、プレミアムつや姫「たたら焰米」の検査が、同市大東町の雲南地区本部大東米倉庫で始まりました。初検査の9月10日はセレモニィが行われ、市やJA、生産者ら約40人が出席しました。

夏場の暑さや水不足の影響で作物や品質が心配されるなか、関係者はブランド米の定着や地域農業活性化に向け一丸となることを確認しました。



▲初検査で、食味計に注目する関係者ら

05

農産物加工所で
カフェがオープン

飯石郡飯南町都加賀で農産物加工を行っている「高原の郷」が工房内に9月20日、期間限定の「カフェつか」がオープンしました。

同工房は、地元の農産物を活かした豆腐や餅、惣菜などを手作りしており、現在は豆腐を作る過程でできたおからや玄米を使った健康志向の製品づくりを進めています。カフェで提供され

るおからシフォンケーキもその一つで、大人気の手づくり豆腐とシロップを混ぜた豆腐クリームやお好みであんこ、またはカスタードクリームが選べます。シフォンケーキのふわふわとした食感と大豆の風味が楽しめる一品です。

景山百合子代表(63)は「長年の夢だったカフェがオープンできてうれしい。農作業の合間や近くを通った時にふらっと立ち寄りられ



▲豆腐クリームとあんこが添えられたおから入りシフォンケーキ

るような、和気あいあいとしたカフェにしたい」と話します。同カフェは4月から11月末まで期間限定のオープンを予定しており、水々土曜日の10時〜12時の営業です。

07

雲南市に
カーブミラー贈る

雲南地区本部の竹下克美副本部長は9月20日、雲南市役所を訪れ、カーブミラー28基を寄贈しました。秋の交通安全運動に合わせた取り組みで、速水雄一市長は「しっかりと役立て、事故を起こさない環境作りに取り組みたい」と感謝の言葉を述べました。

同地区本部は9月22日、27日に奥出雲町と飯南町を訪れ、雲南管内全体で61基を寄贈しました。



▲速水市長(右)に目録を手渡す竹下副本部長



オリンピック開催!

「全国和牛能力共進会(全共)」が9月7日から11日の5日間、宮城県仙台市で開かれました。生産・改良の優秀性を競う全国大会です。今回は全国和牛能力共進会について特集します。



5年に1度の一大イベント 全共とは?

全国和牛能力共進会とは公益社団法人全国和牛登録協会が主催している和牛の品評会です。5年に1度全国持ち回りで華やかに開催されるため「和牛の祭典」や「和牛のオリンピック」と呼ばれることもあります。

11回目を迎える今大会は「高めよう生産力 伝えよう和牛力 明日へつなぐ和牛生産」を開催テーマとしており、繁殖能力の改善や地域の特色が残る系統の維持、消費者が望むおいしい和牛肉を追求し、和牛の魅力を広く発信していきたいとの思いが込められています。



全国に誇るしまね和牛

しまね和牛は平成14年に本大会の肉牛部門で「農林水産大臣賞」を獲得したほか、過去には内閣総理大臣賞を2度受賞しており、全国的にも期待されています。



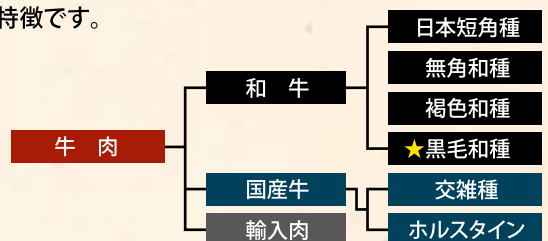
国産牛=和牛じゃないの?

私たちが普段食べている牛肉は大まかに「和牛」「国産牛」「輸入牛」の3種類に分けられます。「輸入牛」は国外で食肉用に加工してから輸入した牛肉。また「国産牛」は国内で生まれ育った牛肉や最長の飼養地が国内であれば表示できます。

それに対し「和牛」は品種を意味し、国内で生まれ育った「黒毛和種」「あかけ褐毛和種」「むかく無角和種」「にほんたんかく日本短角種」の4品種等が「和牛」として表示できます。

黒毛和種は和牛全体で最も飼育されている頭数が多く、広く知られています。しまね和牛もその一つで、うまみ成分や香りが多く含まれ、舌の上でとろけるような柔らかさをもつのはこの品種の特徴です。

牛肉区分



島根県の出産牛審査結果については7ページをご覧ください。



こんなことを
して来たよ!

奥出雲和牛に密着!

当日の様子をご紹介します!

奥出雲和牛
の魅力を
紹介します



Good job!

1 愛牛たちを入念にシャンプーし、リンスで毛並みを仕上げます 2 出場する牛を見送る目には力が入ります 3 緊張した面持ちで会場へと向かいます 4 入場の様子 5 会場では正しい姿勢に調教し、審査を待ちます 6 審査員は場内をぐるりと回り、出品牛を審査していきます 7 第5区で優等賞6席を獲得した皆さん



全国のブランド和牛が
宮城に集結!
5年に1度の
日本一を決める

ハイッ!
集合〜!!

和牛の力

「第11回全国和牛能力共進会」
全国の優秀な和牛が一堂に集まり、和牛生

人間みたい?!

和牛おもひる豆知識

和牛の見方

(和牛審査)

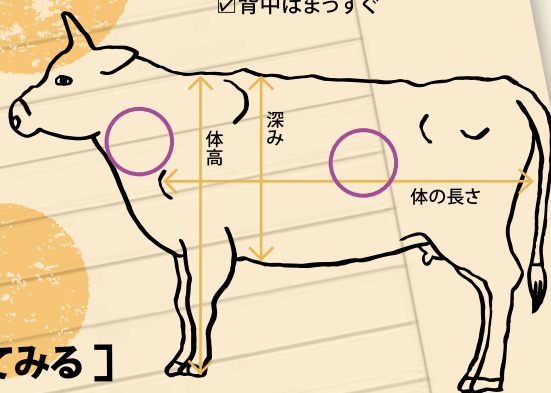
ちょこっと
ご紹介

【横から見る】

チェックポイント!

牛の体高の2倍ぐらいの距離から

- ☑体の長さが十分ある
- ☑小顔である
- ☑体の深みが十分ある
- ☑姿勢が良い
- ☑背中がまっすぐ



【顔】

角の形は、上に向かって「い」の字が良い
横断面は丸いもの良い
口、鼻の大きいもの良い

「良い顔」



チェックポイント!

- ☑長さの幅の釣合いが良い
- ☑はちじまりが良い
- ☑大きな口、鼻鏡、鼻孔

「あまり良くない顔」



チェックポイント!

- ☑幅がなく細長い顔
- ☑はちじまりが悪い
- ☑小さな口、鼻鏡、鼻孔

【さわってみる】

しっかり見たら、次は○で囲ったところを
さわったりつまんだりしてみよう!

チェックポイント!

- ☑毛は細くやわらかく、密生しているもの良い
- ☑ひふにゆとりがあり、柔らかく、弾力があるもの良い
- ☑やせすぎてないか、太り過ぎてないかを確認する

※注意事項
・牛に近づく時や牛にさわるときは声を掛けながら
・大声を出したりして牛を驚かさない



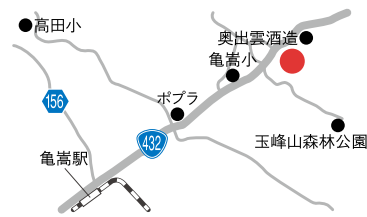
玉峰山荘 特産市



1. 玉峰山荘特産市の建物の外観
2. 木造の建物内で、ゆったりと買い物を楽しめます
3. 観光客が多いことから、加工品が沢山並んでいるのが特徴です
4. 専用小さく小分けされた木炭や竹炭。玄関や下駄箱、室内の消臭用に人気です
5. 全国的にも有名な仁多米。農家が出荷した自慢のお米が並びます

加工品やお土産が大人気 観光客も多く訪れる 直売所

玉峰山荘特産市は、奥出雲町の亀嵩温泉玉峰山荘に隣接しています。知名度の高い「仁多米」をはじめ、新鮮で美味しい野菜を食べてもらおうと、旬の野菜や山の幸がたくさん並びます。宿泊施設の観光客が多く訪れるため、加工品やお土産が多いのが特徴。地元から観光客まで愛される直売所です。



玉峰山荘特産市

TEL 0854-57-0103
 ④ 仁多郡奥出雲町亀嵩3609-1
 ⑤ 8:30~17:00
 ⑥ 冬期期間(1月~3月末)

Tamamesanso Tokusanichi



電話やFAXで受付けています。
お気軽にお問い合わせ下さい。

各直売所に出品されている生産者の方に
スポットを当ててご紹介します!

農アグリ

農ライフ

No-Agri No-Life (第7回)

仁多郡奥出雲町

重栖 保久さん(70)

おも す やす ひさ



1. 綺麗に並べられた食材すべてがこだわりの一品。全国発送は味付けされた切前の食材が真空パックで届けられます。
2. ワラビやゼンマイ、タケノコは収穫してから真空パックで保存。ニンジンには暗くなりがちな煮しめの花になります。
3. 「食彩の里玉峰」のご連絡先は TEL・FAX / 0854-57-0348

真心込めた煮しめが大人気 ふるさとの味を全国発送

重栖さんは奥出雲町亀嵩にある「食彩の里玉峰」の代表を務めています。設立してから15年目を迎える大人気店で、仁多米を使った杵つき餅や山菜おこわなど、ふるさとの味を届けています。

こだわりの煮しめは、道の駅や地元の小売店で販売されるほか、真空パックにして全国発送もしています。購入したお客様のロコミで広まり、年末には一日に約120皿発送します。

「料理は見た目から」と話す重栖さん。彩りや配置にはよりいっそうこだわりのあります。

また、食材ごとに分けて味付けをするため、味のバラつきがなく、やさしくて懐かしい「ふるさとの味」が楽しめます。

重栖さんは「見た目も、味も自信がある。こだわりの持ちつつ、流行に乗った商品開発もしていきたい」と話してくれました。



JAしまね雲南女性部の活動を中心に、 「女子力」あふれる楽しい話題をお届けします。

JA女性部は、昭和28年に、農村女性特有の課題を解決するために設立されたものです。
JA女性部の活動に賛同される方は、どなたでも(農業を営んでいなくても)加入できます!!
あなたも地域の仲間と一緒に活動してみませんか。

女性部 掲示板

待望のシニア向け講座

JA女性大学院「華凜」開校!!

とき/10月4日(水) ところ/雲南地区本部

雲南地区本部では、10月4日JA女性大学院「華凜」を開校しました。入学式には、入学生20名が参加しました。式では、加藤博樹学長より「地域が活性化するには女性の力は不可欠。この華凜でますます素敵な元気のある女性になってほしい」と挨拶。また、高橋美佐子副学長も「シニア向けの大学開校は、長年の夢。この華凜を通じて、沢山の出会いや、元気を見つけ、凜とした女性を目指しましょう!」と激励しました。

入学式後は、第1回目の講座「見直しメイク」をテーマに、大田市よりメイクアップアーティストの奥浦鍾子さんを迎え行いました。参加者は「普段自分のために時間をかけることが少ないので、もっと自分を大切にしたいと思った」と話しました。

講座後のランチ会では「私って、こう見えて…なんです」というお題で自己紹介をし、お互いをより知ることができました。第2回目は12月8日に「おもてなし料理教室」を行う予定です。



第1期入学生の皆さんご入学おめでとうございます!



肌に優しいスキンケアやもっと素敵になれるメイク講座を受けました

JA女子大掲示板 9月の女子大日誌

【ボランティア実践講座】

誰かのために 私のために 今日からできる ちいさないいいこと

とき/9月13日(水) ところ/雲南地区本部

◎講師/社会福祉法人 雲南市社会福祉協議会 地域福祉部
福祉のまちづくり促進センター 主査 力石 純子 氏
コープおたがいさま雲南 代表 田中 節子 氏
社会福祉法人 仁寿会 法人本部 医務室 室長 石橋 淳子 氏

ボランティアの概要や具体的な例、障害者施設での活動など3人の講師の方からそれぞれの立場でお話いただきました。その話を聞いて、気付いたことや自分に協力できることなどグループ別に発表しました。ボランティアとは「身近なこと」だと再認識する講座となりました。

JA女子大学雲南校とは? 多分野にわたる講座を受講することで、やりたいことを見つけ、新しい仲間を作っていく場所です。

● アンケートより

今までボランティアに関心はあったけど、詳しく知る機会がなくてそのままになっていました。今回、ボランティアについて知ることができ、地元なら



ではのボランティアを知れたことが一番よかったです。今は小さい子どもがいるので積極的な参加はやりにくい状況ではありますが、様子を見て何か活動できたらなと思いました。

(学籍番号 U7-021:杉原彩乃)

平成29年産米 上位等級比率ならびに集荷数量

【上位等級比率】		9月29日現在					
種類	仁多	横田	大東	加茂	木次	三刀屋	
コシヒカリ	87.9%	94.4%	46.1%	10.7%	28.3%	35.8%	
きぬむすめ	0.0%	0.0%	87.0%	80.0%	71.8%	87.4%	
つや姫	0.0%	0.0%	55.2%	18.6%	73.7%	55.9%	
うるち米	87.5%	94.5%	55.1%	22.9%	33.5%	44.7%	
酒米	73.7%	80.5%	90.4%			30.1%	
もち米	82.7%	69.0%	65.9%	16.0%	0.0%	0.0%	
産米全体	82.8%	87.4%	58.3%	22.9%	33.2%	43.8%	
種類	吉田	掛合	頓原	赤来	合計		
コシヒカリ	84.1%	74.3%	98.8%	97.9%	65.4%		
きぬむすめ	100.0%	0.0%		0.0%	84.3%		
つや姫	100.0%	0.0%	100.0%	0.0%	41.3%		
うるち米	85.6%	76.2%	98.8%	97.9%	64.6%		
酒米	35.6%	49.2%	100.0%	98.0%	79.7%		
もち米	0.0%	59.1%	95.7%	95.2%	82.7%		
産米全体	70.5%	69.9%	98.1%	97.2%	68.8%		

【集荷数量】		単位: 30kg/袋					
種類	仁多	横田	大東	加茂	木次	三刀屋	
コシヒカリ	7,188	9,386	10,550	8,078	4,765	6,690	
きぬむすめ	0	0	2,461	2,000	156	1,010	
つや姫	0	0	2,698	3,659	430	1,228	
うるち米	11,122	11,088	17,743	13,746	5,400	9,574	
酒米	3,770	1,638	1,532			598	
もち米	3,587	2,982	511	25	48	0	
産米全体	14,709	14,070	18,254	13,771	5,448	9,574	
種類	吉田	掛合	頓原	赤来	合計		
コシヒカリ	1,807	3,358	7,109	8,794	67,725		
きぬむすめ	40	0	0	0	5,667		
つや姫	70	0	165	0	8,250		
うるち米	2,367	4,556	8,031	12,301	95,928		
酒米	368	930	757	3,507	13,100		
もち米	249	328	2,555	4,037	14,322		
合計	2,616	4,884	10,586	16,338	110,250		

※カントリーエレベーターの実績を含んでおりません。



アンパンマン交通安全
キャラバン開催

アンパンマンと
歌って、踊って
交通ルールを
学ぼう!

- ◎と き／11月18日(土)《1回目》10時30分～《2回目》14時
- ◎と ころ／チエリヴァアホール
- ◎観覧無料(チケット制・先着順)
- ※観覧ご希望の方は、JA各支店より受付けております。所定の応募用紙でお申し込みください。チケットがなくなり次第、応募を締め切らせていただきます。
- ◎締切り／11月2日(木)
- ◎お問い合わせ／JAしまね雲南地区本部 共済部共済課 ☎0854-429030

- ◎講 師／林家木久蔵さん
- ◎と き／11月11日(土)14時～15時30分
- ◎と ころ／チエリヴァアホール(雲南市木次町里方)

雲南法人会の文化講演会

- ◎お求めはお近くのグリーンセンターまで



3,869円 [500g]
871円 [100g]

- ◎適用病害: べと病、白色疫病、灰色かび病
- ◎散布方法: 1000倍に希釈して散布(100ml/m²)

疫病べと病の防除と治療効果
プロボ-ズ顆粒水和剤



1,572円 [3kg]

- ◎適用害虫: ①コガネムシ類幼虫、②ケラ、コオロギ、タマネギバエ
- ◎散布方法: 播種時または定植時/全面土壌混和(作物生育中の場合は作業処理して軽く覆土)
- ◎散布量: ①の害虫4~6g/m²、②の害虫3~5g/m²

畑の常備薬
ダイアジノン(殺虫剤)



1,509円 [5kg]
939円 [2kg]

- ◎施用量(目安): 1株あたり5g程度
- ◎特徴: タマネギの生育に合うように肥料の効き方を調整した肥料
保存に便利なチャック付

タマネギならこれで一発
JAの肥料

これからのタマネギ栽培に...

グリーンセンターだより

- ◎依頼退職(9月30日付) ▼熱田純子(雲南すずらん福祉C福祉事業2課)
- ◎人事異動(10月1日付) ▼共済部共済事務C 自動車共済課(赤来支店) 小山恭平 ▼赤来支店係長(共済部共済事務C自動車共済課係長) 廣澤剛 ※(一)内は旧部署、Cはセンターの略

- ◎勤務場所/雲南すずらん福祉センター
- ◎ご相談お問い合わせは: 雲南すずらん福祉センター ☎0854-429120

- ◎資格/初任者研修以上、介護福祉士(研修制度あります)
- ◆訪問介護員(ヘルパー)の募集◆

- ◎内容/連絡会
- ◎と き/11月8日(水)9時～13時
- ◎と ころ/すずらん福祉センター会議室

雲南すずらん福祉センターだより



- ◎整理券/雲南市奥出雲町飯南町の各商工会「本所・支所・支援センター」JA、チエリヴァアホール
- ◎整理券が必要ですよ
- ◎入場料/無料(先着450名)

- ◎お問い合わせ先/(公社)雲南法人会 ☎0854-450212
- ◎お問い合わせ先/(公社)雲南法人会 ☎0854-450212



11月30日は年金の日

この機会に、 ご自身の年金加入記録を 確認してみませんか？

どうして年金記録の確認が 必要なの？

もし年金記録に漏れがあると、本来もらえるはずの年金額がもらえません。かつて問題になった年金記録問題は現在も継続していて、持ち主不明の記録が約1,951万件残っています(平成29年3月時点)。この中から自分の記録が見つかり、年金記録が一本化

できれば、年金額が増える可能性もあります。これを機に、記録に漏れがないか確認しておきましょう。



年金についてのご相談はJAで! 年金相談会のご案内

無料

●横田支店

11月 7日(火) 15:00～19:00

●頓原支店

11月 9日(木) 15:00～19:00

●加茂支店

11月21日(火) 10:00～15:00

●大東支店

11月22日(水) 10:00～15:00

◎お一人おひとりの相談会です。できるだけご予約下さい。

◎お問い合わせは、各支店窓口までお気軽にどうぞ。

第24回

「女性のつどい並びに家の光」大会

JAしまね雲南女性部部員の結集・相互交流を目的に、女性部活動の発表の場として毎年実施している第24回「女性のつどい並びに家の光」大会を下記日程で開催します。皆様にご参加いただきたくご案内申し上げます。

と き 12月2日(土)10時～15時30分

と ころ 加茂文化ホールラメール(雲南市加茂町宇治303)

講 演 「あっぱれ人生～人生を振り返りながら、
ますます頑張ってる生きていこう」

講 師 [歌手] 出雲 光一 氏

●プロフィール
島根県出雲市出身。昭和53年自衛隊に入隊、11年間の自衛隊生活後、昭和60年旧仁多町民体育館にて公開録音されたNHKのど自慢大会に出場し、NHKのど自慢チャンピオン大会で「グランドチャンピオン」となる。3年後、プロ歌手デビュー。現在全国的に活動中。



参加費 600円(昼食代、諸経費込)

内 容 ●女性部、めぐりキッズ、JA女子大学活動発表等
●家の光記事活用作品展、加工品販売、お楽しみ抽選会ほか

◎お問い合わせ・お申し込みは…

最寄りの支店または、ふれあい課 電話0854・42・9053まで

◎お便りご紹介はお休みさせていただきます◎

あて先 本誌17頁「クロスワードパズル」コーナーの応募要項をご覧ください。このコーナーは皆さまからのお便りでつくるコーナーです。本誌17頁のクイズの答えにお便りを添えてドシドシ応募ください!◎おたより…JAに対するご意見・ご感想、よかった記事など教えてください。◎写真・絵手紙・イラスト…テーマは問いません。なお、作品は返却しませんので、ご了承ください。

たくさんのお便り
お待ちしております!!



11月の外勤日 15(水) 16(木) 17(金)

※支店によっては変更する場合があります。詳しくはお近くのJA窓口までお問合せ下さい。

ローン金利

商品	金利	
住宅ローン(保証料込・当初15年固定)	0.85%	
10月10日現在		
※JAではお子様の人数に応じて金利引下げを実施しております。その他、条件を満たした方はギフトカードが貰えるキャンペーンがあります。		
商品	初回の金利	
マイカーローン	固定型	1.45%
	変動型	1.40%
カードローン	変動型	7.10%
住宅ローン利用者向けカードローン	変動型	4.50%
10月1日現在		

※上記の金利は、他の引下げ項目も含め最大引下時の金利です。その他、様々な内容があります。詳しくはお近くのJA窓口まで。

●子牛市場成績表 西部`軟調`、中央`上昇`の相場展開

地区名	種別	取引頭数	最高価格	最低価格	平均金額	平均体重	キロ単価
雲南地区 本部	雌	41	841,320	223,560	651,187	275	2,371
	去	50	1,018,440	578,880	855,101	303	2,823
中央市場	雌	107	851,040	223,560	668,015	272	2,455
	雄	1	1,045,440	1,045,440	1,045,440	250	4,182
	去	119	1,203,120	383,400	828,895	300	2,767

平成29年9月の全国主要子牛市場平均価格は、雌702,925円(前月比101.10%)、去勢826,099円(前月比101%)、計773,110円(前月比101%)で、保合の取引となっております。

畜産市況

9月





タマネギ苗 の 上手な植え付け

板木技術士事務所 ● 板木利隆

9月に種まきしたタマネギ苗は、10月下旬から11月が植え付けの適期です。5～6mm径に太り、葉がしっかりし、根がたくさん付いた苗を選びましょう。最近は3号ポリポットにじかまきし、十数本立てにしたポット苗も出回り始めました。鉢土を外し、根がしっかり付いた状態で植え付けられるので、お買い得です。

タマネギは、真冬に入るまでに十分地中に根を張らせ、春には勢い良く育つようにすることが大切です。そのためには元肥を適切に施し、特にリン酸成分（溶成リン肥や過リン酸石灰）を欠かさず。火山灰土壌では多めに与えておくことが大切です。

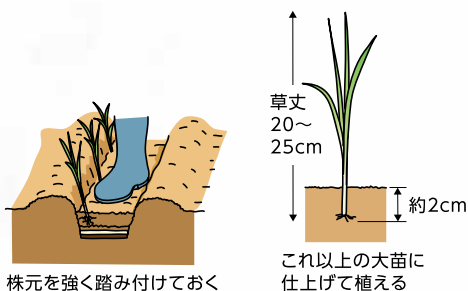
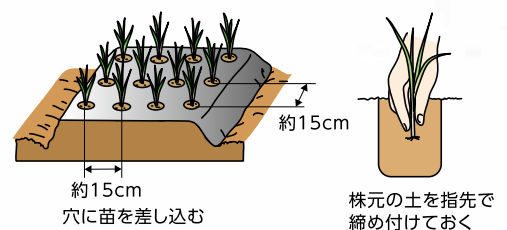
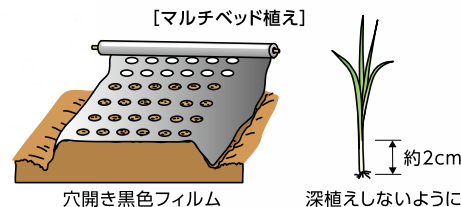
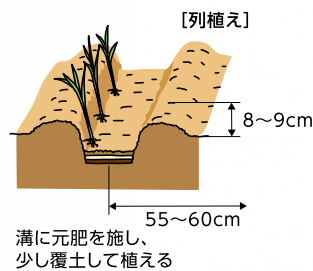
根の性質が野菜の中では特異的で、通気性の良さを好まず、乾燥を嫌うので、元肥に堆肥は与えず、植え付けた後は根元を強く鎮圧しておくことが大切です。油かすや魚かすなどにはタネバエが卵を産み付け、幼虫が根元に食い込む被害が出るので、与えないください。

植え付け方法には、8～9cmほどの深さの植え溝を55～60cm間隔で作り、化成肥料と過リン酸石灰などを施して土を掛け、並べて植える列植え方式と、肥料を畑全面に20cmほど耕し込み、幅90cmほどのベッドを作り、植え穴の間隔が15×15cmぐらいの黒色ポリフィルムを敷き、その穴に苗を押し植えるマルチベッド植えがあります。

列植えは一定の深さに溝を付け、苗を同じ深さにそ

ろえて植えるので、植え付け作業が速く苗の姿勢が良く、株元の踏み付け鎮圧がしやすいです。また生育後期に、列間に後作（インゲンマメ、ラッカセイ、ショウガなど）を作付けすることにより、畑の高度利用ができます。

一方のマルチベッド植えは、地温を高め、乾燥を防ぎ、雑草を抑止し、肥料の減亡を少なくする効果があります。ただし植え付け、株元の鎮圧には手間がかかります。



植え付け作業のポイントは、苗床から苗を抜き取る時、乾いていたら灌水（かんすい）し、苗の大きさをそろえ、できるだけ根を付けて抜き取り、植えるときは根を下方に向けて深く入るよう植えることです。ベッド植えでは木製の穴開け道具を作り、きちんと植え穴を作り、根を下方に向け深さをそろえて植え、株元を指先で押さえ締め付けておきます。植え付けの深さは根の上に土が2cmほど掛かる程度に。緑葉の部分まで土が掛かるのは深過ぎで、後の育ちが良くありません。

※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。

タテのカギ

- ①きのこの軸の一番下の部分
- ④数え年70歳の祝い
- ⑥三人寄れば文殊（もんじゅ）の——
- ⑦雄ライオンの顔の周りに生えます
- ⑨東の空が白んできます
- ⑪怒ったときは立て、覚悟したときはくります
- ⑫自宅へと帰る道のこと
- ⑭たたいたりもんだりしてほぐすことも
- ⑯五輪では3位までに入るともらえます
- ⑰美術館の中を——に従って進んだ
- ⑱坂本龍馬の出身藩
- ⑳古びたぎに生じることも
- ㉑あることに熟練した人のこと

ヨコのカギ

- ①ギンナンなる木
- ②分け合うこと。ルーム——
- ③東を向いたときに左手にある方向
- ④平均より体格がコンパクト
- ⑤目玉焼きの目玉になります
- ⑧——に簡単な問題を解いた
- ⑩自転車を使って行う公営競技
- ⑬生まれ育った土地のこと
- ⑭運命の赤い糸が結ばれているかも
- ⑯後醍醐天皇は鎌倉幕府の——をもくろみました
- ⑰海外旅行で睡眠不足になる一因
- ⑱漢数字の大字だと、1は「壹」、3は「参」、——は「陸」

二重マスの文字を A ~ F の順に並べてできる言葉は何でしょうか？

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

答え

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

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 〒699-1395 雲南市木次町里方1088-6
JAしまね 雲南地区本部 ふれあい課「クイズ」係
平成29年11月5日（日）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆ 「アキマツリ」

マ	ツ	ム	シ	キ	ネ
キ	リ	コ	サ	ン	マ
ゲ	カ	カ	カ	イ	キ
	ワ	タ	リ	ド	リ
シ	ゼ	ン	タ	コ	
キ	ウ	イ	カ	イ	バ
イ	マ	ツ	ブ	ア	

・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

酵素ってなに？

「酵素」という言葉を最近よく耳にしますが、一体どういったものであるかご存知ですか？ 酵素には、食べ物の消化・吸収に必要な「消化酵素」と、免疫力を上げて病気を予防したり、ダイエットやシワ・シミ、抜け毛などの新陳代謝に関わる「代謝酵素」の2種類があります。これらは、もともと人体にあるものですが、年齢と共に低下してきます。そうすると、太りやすい身体になったり、肩こり、腰痛、肌の老化に拍車がかかってしまいます。酵素の働きを維持するためにも、食物から酵素を摂取する必要があります。これが「食物酵素」です。

酵素は、野菜やフルーツ、発酵食品に多く含まれており、特にニンジン、レタス、キャベツ、トマト、きゅうり、大根、キウイ、バナナ、リンゴなどに多く含まれているといわれています。ここで、注意してほしいことは、「酵素は熱に弱い」ということです。48度以上に加熱すると、働きが失われてしまいますので生で食べることをお勧めします。また、最近「すりおろすことで酵素が活性化され、その働きが数倍にもなる」ということも分かってきました。リンゴや大根などを食べる際は、すりおろすと通常噛んで食べるよりも食べやすく、酵素の働きもアップするということです。

では、1日どのくらい酵素を摂取すればよいのでしょうか。厚生労働省は1日に必要な野菜の量は350g、フルーツは200gと発表しています。サラダボウル1杯とリンゴ1個分の量となります。しかし、ただリンゴをひたすら食べればよいというわけではありません。酵素は約3,000種類もあり、一つの食品ばかり食べると酵素も偏ってしまいます。そのため、出来るだけたくさんの種類を食べるようにするとよいでしょう。

最近風邪をひきやすくなった、肌にはりがなくなってきた、太りやすくなったなど身体の変化が気になるときは、酵素の働きの低下が原因かもしれません。普段から意識して、食物酵素をとるようにしましょう。

理事会情報 (8月23日開催)

協議事項

- ① 平成29年産共同計算対象米穀の概算金支出枠について
- ② 平成29年産飼料用米の概算金単価の設定について
- ③ 平成29年産備蓄米の概算金単価の設定について
- ④ 平成29年産島根米の諸区分ならびに諸格差単価の設定について
- ⑤ 平成29年産島根米の買取単価について
- ⑥ JAしまね自己改革の取り組みについて
- ⑦ 平成29年度JAしまね農業振興支援事業第2回(8月)申請について
- ⑧ 農業所得増大・地域活性化応援プログラムへの取り組みについて
- ⑨ 大口貸出金の承認について
- ⑩ 組合と理事との取引(契約)の承認について
- ⑪ 平成28年度期末決算監事監査報告書整備改善を要する事項(個別意見書)への回答書について
- ⑫ 子法人等への職員の派遣について
- ⑬ 平成29年9月1日付け地区本部機構改革の実施について
- ⑭ 機構改革に伴う職制規程の一部改正について

報告事項

- ① 「平成29年7月島根県西部豪雨災害」に伴う農業被害復興対策支援要領の一部改正について
- ② 平成29年産米の直近情勢ならびに買取価格設定に関する今後の協議計画について
- ③ 平成29年産加工用米の生産者概算金単価について
- ④ 米穀園芸情勢について
- ⑤ 畜産情勢について
- ⑥ 内部管理態勢にかかる指導要綱およびJAバンク基本方針に基づく平成29年度体制整備モニタリングの報告について
- ⑦ 事務ミス報告について
- ⑧ 平成29年7月末月次決算報告について
- ⑨ 島根中酪株式会社に関する各種報告について
- ⑩ 固定資産の取得について
- ⑪ 契約電力会社の変更について
- ⑫ 中央家畜市場太陽光発電設備設置工事業者の決定について
- ⑬ 平成29年度賦課金徴収について
- ⑭ 平成29年9月1日付定期人事異動について
- ⑮ 監査(第1四半期)報告書について

知って納得JA

—協同組合の力—

Q JAがさまざまな事業を行うのはなぜ?

A 農家が安心して農業に専念できるよう、暮らしの基盤を支えるためです。

日本の農業の大部分は、家族経営で支えられています。農家は、所有する土地や農機具、家族の労働力などを使って農作物を作り、販売して現金収入を得ます。これらの収入の一部を家計に回して生活必需品を購入するほか、貯蓄したり共済に加入したりしています。

JAは、組合員である農家が安心して農業に専念し、農業所得を上げて豊かな暮らしを実現できるよう、さまざまな事業を通じて応援しています。これらの事業は組合員以外も利用ができ、地域住民の暮らしを支えています。

このように、JAは組合員や地域住民を総合的に支えることから「総合農協」とも呼ばれます。家族経営を大切にする日本らしい組織といえます。

(監修=広島大学 助教 小林元)



耕そう、大地と地域の暮らし。

おさいふカードのポイント有効期限について

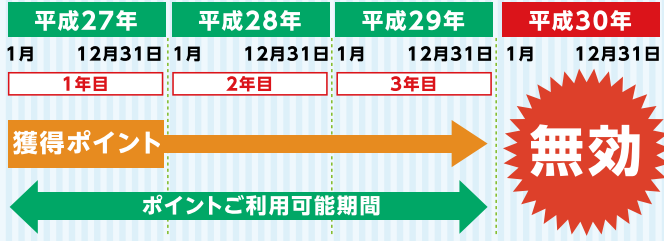
おさいふカードの**ポイント**は
有効期限を過ぎると
無効になります。



有効期限が切れるポイントをご確認の上、
お早めのご利用をお願いします。

ポイントの有効期限について

- ポイント有効期限…最大3年
- ポイント積算単位…1月1日～12月31日の1年間
- 1年目に貯まったポイントは3年目(翌々年)の12月31日までに
ご利用ください。



有効期限が切れるポイントのご確認方法について

本年12月31日に有効期限が切れるポイントは、「**JALしまね各支店窓口**」
または、店舗にある「**店頭端末**」にてご確認いただけます。



おさいふカードポイントのご利用方法について

- ★**お買物券との交換**
JA店舗やAコープでご利用いただけるお買物券と交換いただけます。
 - ★**特選品カタログ商品との交換**
 - ★**お買物の代金支払い**(やすぎ・出雲・石見銀山地区本部の一部店舗)
貯まったポイントは「1ポイント=1円」として、1ポイントからお支払いに
ご利用いただけます。
- ポイントをご利用いただく場合は、古い積算ポイントから先に使用させていただきます。
●詳細につきましては各事業所までお問い合わせください。

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**

お申し込みはJALしまねのホームページから!!

<http://ja-shimane.jp/smartphone/>

インターネットで、

「**JALしまね スマホ**」を検索してください



JALしまねのおすすめする**格安スマホ(OCNモバイルONE)**は
各社シェアパックよりお得です!

【例】1家族4人でシェアパックを利用した場合の比較
大手キャリアの場合

10GBシェアパック	9,500円
5分かけ放題プラン	1,700円×4台=6,800円
シェアオプション	500円×3台=1,500円
インターネット接続 サービス料	300円×4台=1,200円
合計	19,000円

- 1台あたりの月額料金：4,750円
- 1人あたりの通信容量：2.5GB
- 通話無料時間：5分

格安スマホOCNモバイルONEの場合

3GB	1,800円×4台=7,200円
OCNでんわ 10分かけ放題	850円×4台=3,400円
合計	10,600円

- 1台あたりの月額料金：2,650円
- 1人あたりの通信容量：3GB
- 通話無料時間：10分

電話料金が
毎月
8,400円
も節約できます

しかも**通信容量・無料通話時間**ともにOCNモバイルONEがお得です!!

ご質問 お問合せ	●生活事業部 店舗生活課 ☎0853-25-8907	●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
	●くにびき地区本部 生活福祉部 生活総合課 ☎0852-55-3040	●隠岐地区本部 経済部 ☎08512-2-1133	●出雲地区本部 ラピタ本店ベスト電器 ☎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

島根産の食材レシピ 《しまねうれしぴ》

料理研究家 土井小百合

ハロウィンかぼちゃグラタン



坊ちゃんかぼちゃが可愛らしく登場です。かぼちゃが器になるので、中の種を取り出すとき下や横に穴をあけないように作業しましょう。具はベーコン、鶏肉、シーフード、南瓜、じゃがいも、ピーマンなどいろいろ変更できます。

●材料

坊ちゃんかぼちゃ……………	1個	小麦粉……………	大さじ2
玉ねぎ……………	1/2玉	塩・こしょう……………	少々
ウインナー……………	4本	牛乳……………	150cc
		ピザチーズ……………	適量

●作り方

- ①坊ちゃんかぼちゃにラップをして4～5分電子レンジにかけ、上1/4のところを切りスプーンで中の種やわたを取り除く。
- ②フライパンに油を熱しスライス玉ねぎ、輪切りウインナーを炒める。小麦粉を入れ、炒め塩、こしょうをしてから牛乳を少しずつ入れ煮込む。
- ③①のかぼちゃの中に②を詰め、ピザチーズをのせオーブントースターで5分間焼く。(オープンレンジの場合は200℃15分)

ごぼうと鶏肉の炊き込みご飯



美味しい新米とごぼうの食感があうごはんです。具が最初に炒めてあるのでコクがあります。何杯でも食べられてお代わり沢山しそうです。

●材料 (4人分)

米……………	3合	しょうゆ……………	大さじ2
水……………	3合のメモリ	砂糖……………	大さじ1
鶏肉……………	1/2枚(200gくらい)	酒……………	大さじ2
ごぼう……………	1本	サラダ油……………	大さじ1/2

●作り方

- ①米を洗い30分浸水する。
- ②鶏肉は一口大に切る。ごぼうは大き目のさがきにする。
- ③フライパンに油を熱し鶏肉、ごぼうを炒める。
- ④ごぼうがしんなりしたら調味料を入れ煮汁がなくなるまでからめる。
- ⑤炊飯器に米を入れ、水をメモリにあわせて入れる。④の具を上に乗せ(混ぜない)炊く。

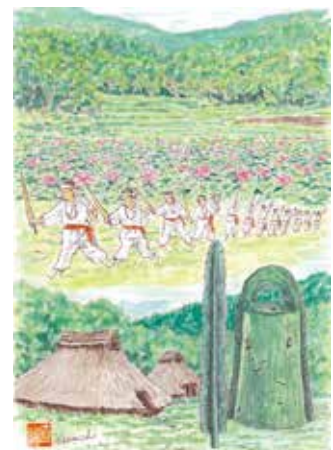
表紙紹介

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、出雲市斐川町の荒神谷遺跡と古代ハス、「弥生の舞」の様子です。この遺跡は、昭和58年に広域農道の建設にともなう遺跡分布調査で発見され、翌年からの発掘調査で銅剣358本、銅鐸6個、銅矛16本という大量の青銅器が出土しました。それまでの銅剣の全国での出土総数を一ヶ所で上回った荒神谷遺跡は、当時の日本古代史学・考古学界を大きく揺るがす大発見でした。

編集後記

今月の表紙で描かれている「弥生の舞」は、荒神谷資料館の特別展のオープニングセレモニーで毎年行われているそうです。平成元年の初披露から続いている伝統ある舞で、地元の出雲市立荘原小学校5・6年生の有志により受け継がれています。(藤)



【今月の表紙の原画】
原画の全体は次のとおりです。