

JAしまねびより

2019

1

January Vol.34

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



大藪谷福成神社
の賑わい(津和野)
kamichi

 JAしまね 雲南地区本部版



謹賀新年

皆様の健康と
ご多幸と
心よりお祈り
申し上げます

代表理事組合長 竹下 正幸

代表理事副組合長 山根 盛治

代表理事専務 高木 賢一

代表 監事 松浦 宗和

役員一同

新年あけましておめでとうございませす。

組合員の皆様には、新しい年を穏やかに迎えることとお慶び申し上げます。

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

平成31年1月

代表理事組合長 竹下 正幸

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



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

【津和野町 榊(さかき)】

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



雨の中、榊が育つ山の中で色々とお話をいただきました。

榊を栽培するきっかけを教えてください。

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



商人地区、急峻な中国山地の谷間に里山の暮らしを見せてくれます。

榊の栽培や収穫はどのようにするのですか？

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

これまでの大変だったことや苦労してきただことありませんか？

最初の数年は在来種の榊を里山に降ろそうとスコップな

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



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



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



様々な努力と工夫が脈々と受け継がれてきた証なのかも。



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

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

市場での評価はいかがですか？

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

今後の抱負や展望を聞かせてください。

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

榊 (さかき) 一口メモ

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



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



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

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

チャレンジ / 「JA自己改革」



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

JAは地域の活性化に取り組んでいます！

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

〔食農教育〕▶▶▶▶

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



ホームページで TVCM
「愛菜カレー」編を公開中！



◀◀◀◀ [JA女性部活動]

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

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

理事会情報 (11月29日開催)



(紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)

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

協議事項

地区本部トピックス

雲南

飯南町無人航空機運営協議会 ドローン免許新たに4人取得し体制強化

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

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

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

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



免許講習会でドローンを操作する藤原さん

くにびき

店舗のイメージや窓口の対応、 職員の身だしなみを競う 美粧化コンクール実施

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

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

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

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

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



店内をチェックする審査員

隠岐

平成30年度果樹剪定講習会を開催

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

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

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

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



やすぎ

新たな担い手誕生

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

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

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



大森さん（前列中央右）と山下さん（前列中央左）

斐川

組合員学びのひろば 「防災を学ぼう！」

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



タオルケットを利用して作った「ガウン」

石見銀山

第4回JAしまね石見銀山地区本部 家の光大会

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

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

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

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



ダンスを披露する女性部川合支部

隠岐
どうぜん

来店感謝デー開催

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

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



出雲

タオル1人1枚運動 JAしまね出雲女性部

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

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

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



高野部長（右奥）と三原地区長（右手前）から吉井施設長へ贈呈

西いわみ

購買店舗をリニューアルしました。

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

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

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

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

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



島根おおち

地元の味覚を全国へ「味の絆」

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

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

今年度の取扱いは、12月21日(金)の発送をもって終了となりました。



本店

女性大会、家の光大会 大盛況!

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

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

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



最優秀賞を受賞した梶村さん

いわみ中央

産直の加工品を増やそう!

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

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

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



新年の「しあいのこ」

謹賀 新年

J Aしまね雲南地区本部

常務理事本部長

加藤博樹



謹んで 初春のお慶びを申し上げます。

昨年は、突然の大雪に始まり、地震、大雨、猛暑、大型台風の相次ぐ襲来等、日本を災害が襲いました。本年が安泰の一年になることを念じます。

さて、今、日本農業として農協をめぐる情勢は、混沌としていると言わざるを得ません。TPPの発効に続き、EPA（日・EU）もこれに続き、アメリカとの二国間協議が開始されようとしており、農業分野は、大きな荒波に立ち向かうこととなります。またJA改革に関しては、規制改革推進会議は、その手を緩めようとはしておらず、JA自己改革の状況を注視しており、本年5月の改革集中期間でその評価がされ、2021年3月の改革実施状況を

調査の期限をもって、事業分離や准組合員の利用規制問題が再燃する可能性を秘めています。

こうしたことを踏まえて、JAでは、全組合員の意向調査を実施し、今後の地域農業、農協のあり方を検討することとしています。JAの運営環境も長引くマインナス金利政策等の影響もあり、一層厳しくなります。今後はさらに、事業改革のスピードをあげ、JAグループが目指す「食と農を基軸として地域に根ざした協同組合」として、食糧自給率の向上と安全確保、ひいては農業生産、農業所得の向上を図り、地域の維持活性化に取り組み、地域になくしてはならない組織を目指します。

一方で、全国的な生産労働人口の急速な減少は、農業分野を

含めた地方で人手不足が顕著となつていますが、反面、田舎での子育て志向等若者の「田園回帰」の意向が強くなっており、これを好機に、地方行政、関係機関が一体となり、田舎の良さをアピールし、「夢の持てる農業・地域」を目指さなければなりません。

今、世界で、国連の場で、協同組合理念が、さらに小農・家族農業が見直され、脚光を浴びています。雲南地区本部は、組合員の皆様と共に総合農協機能を発揮し、雲南地域の農業振興、地域の維持・発展等、協同組合運動に邁進して参ります。皆様のご支援、ご協力をお願い致します。

本年が、組合員の皆様にとりまして、良き年となりますようご祈念申し上げます。新春のご挨拶と致します。

事業状況報告について

雲南地区本部は12月4日に「第3回運営委員会」、5日に「総代代表者会」、9日に「第2回総代説明会」を開きました。各会において、運営委員、代表総代、総代が出席される中、平成30年度上期事業報告ならびに下期事業計画について報告しました。主な質疑応答は次の通りです。

Q 生産資材の品目調整や集約、農薬のとりまとめなどの現状を具体的に説明して欲しい。

A JAしまねでは、肥料農薬の低減プロジェクトを重ねながら、品目統一について検討を進



ませさせてもらっているが、定期配送を行っても当用と同じ価格で提供しているため、ご理解いただきたい。

Q 決算のところで、利用事業の昨年実績、計画実績についてお聞きしたい。

A カントリーエレベーターでは、悪天候によりもみの搬入が10月にずれ込んだことにより収益は計画を下回っているが、費用については計画を上回った。育苗センターについては、利用数

の増加によって、事業総利益については計画を上回っている。みどり工房については、ハウレン草が減産になっている。あるいは、7月8月猛暑の影響で生産量が減少し、計画を下回った。

Q TACの活動内容については、情報提供から農業経営までは、情報提供から農業経営まで非常に幅広く、期待されている。当初は情報から農業経営に至るまでバランスが取れていたと感じたが、統合後、情報提供の割合が増えてきており、農業経営の方へ目が行き届かなくなっているのではないかと懸念しているがどうか。

A 予約価格と当用扱いの価格については4%程度、価格を上

めている。これまで、県下11地区本部それぞれで多様な農薬等を使っていたが、全農とも連携し、肥料、農薬をそれぞれ集約したところである。今後は中国9県で、束ねて発注することにより1円でも価格を下げる仕組みを作ろうとしており、銘柄集約と価格低減に向けて取り組みを行っていくので、今後ともよろしく願いたい。

Q グリーンセンターに関して、予約と店頭販売の価格はどれぐらい違いがあるのか。

A 予約価格と当用扱いの価格については4%程度、価格を上

A TACにおいては、皆さま方の収益性の向上あるいは、生産拡大に向けた経営判断の材料となる情報提供は欠かさないようにと指導している。そういった面で、提供する情報量が多くなり、農業経営支援まで入り込むとなると職員の負担が増え、厳しい状況になる。こうした点についても、JA役員と担い手の皆さんとの意見交換を行う機会を設けているので、また情報も寄せていただき、それぞれ検討していきたい。

また、経営支援に関して、経営分析ツールの開発などを行う、TACの業務量の低減を図



り、担い手の皆さんとの対話の時間を増やしていきます。

Q TPP11など貿易交渉により今後、輸入品が増え日本の農業に危機感を持っている。JAより強く活動を展開してほしい。また、農協潰しとならないよう全国規模で取り組みを行ってほしい。

A 農政活動の重要性は増しており、中央会や行政なども含めた中で連携し、必要な運動を進めていきたい。営農指導事業についても、JAグループをあげて教育や営農指導の在り方を再検討する時期にあり、皆さまからいただいた要望等も含めた中で対応していきたい。

中





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

認定率過去最高 たたら焰米躍進

雲南市水田農業担い手協議会は12月18日、雲南市三刀屋町の三刀屋交流センターで平成30年度雲南市ブランド米振興大会を開きました。プレミアムつや姫「たたら焰米」の栽培が3年目を迎える中、平成30年産の一等米比率は93.7%（前年46.7%）、認定率30.0%（前年5.6%）と過去最高を記録しました。関係者らは取り組みの成果を確認し、来年産の一層の飛躍を胸に決意を新たにしました。

大会では、平成30年産優良生産者表彰も行われ、田中政明さん（大東町）、石原公夫さん（三刀屋町）、農事組合法人神宝（加茂町）が受賞し、石原さんが雲南市長杯を、（農）神宝がJAしまね雲南地区本部長杯を受



▲左から雲南地区本部竹下克美副本部長、（農）神宝の岸本さん、錦織満協議会長、石原さん、田中さん

賞しました。同法人代表の岸本邦夫さんは「毎年試行錯誤したことが功を奏した。さすがプレミアムと言われるような米を作っていききたい」と抱負を語りました。

UNNAN
FUREAI
NEWS
02

着て 見て 楽しんで デイサービスで着付け行

自宅で着付け教室を開いたり、出稽古を行っている松江市の舟木敏子さん（66）が雲南地区本部のすずらん福祉センターデイサービスセンターを訪れ、ボランティアで着物着付けショーを開きました。希望した利用者は実際に着物を着付けてもらい、その姿を見た利用者も顔をほころばせて日本文化を楽しみました。

舟木さんは3歳の頃から日本

舞踊を学んでおり、着付け歴は15年。前職でもボランティアでデイサービスを訪れている舟木さんは「喜んでもらうことが一番。笑顔が励みになる」と話します。

希望者は着付けが終わると参加者に披露し、記念撮影もしました。出雲阿国をモチーフとした着物を身に付けた深田光代さん（95）は「11年ぶりに着付けてもらい嬉しかった。一生忘れません」と感謝の言葉を述べました。



▲久しぶりに着物を身に付け笑みをこぼす深田さん

UNNAN
FUREAI
NEWS
03

餅つきで交流 あぐりキッズスクール

雲南地区本部は12月15日、あぐりキッズスクールの修了式とクリスマスリース作りや女性部員らとの餅つきを行い、参加者全員が交流を深めました。

修了式では雲南地区本部長の加藤博樹校長が「これからも食と農への関心を持って、過ごししてほしい」とキッズ生15人に祝いの言葉を送り、修了証書を手渡しました。

キッズ生は保護者と一緒に思い思いのリースを作ったり餅つきに挑戦しました。完成した餅は、きな粉やみたらし餡を付けて食べ比べました。

キッズ生らは、つきたての餅を食べ「餅の甘みが感じられ美味い」と話し、女性部員や理事、JA職員らと交流を深め、一年間の全日程を終えました。



▲みんなで餅つきを楽しみました

04 JAバレー大会開催 はつらつプレーに歓声

JAしまね雲南カップ雲南地区小学生バレーボール大会が12月23日、24日に雲南市立加茂小学校で行われました。

両日とも白熱した試合が展開され、観客席からは大きな声援と拍手が送られました。6年生以下の部は三刀屋ピュアマインズが、5年生以下の部は安来市から友情参加した伯太クラブリュニアが優勝を飾りました。

入賞チームは以下の通りです。

- ▼6年生以下の部
 - 【優勝】三刀屋ピュアマインズ【準優勝】えんやプラスビバーチェ
 - 【3位】赤来フレンズ・大東加茂ンベイビークレジット
- ▼5年生以下の部
 - 【優勝】伯太クラブジュニア【準優勝】三刀屋ピュアマインズ【3位】えんやプラスビバーチェ・大田ミニバレーボールクラブ



▲6年生以下の部で優勝した三刀屋ピュアマインズのメンバー

05 良質なブドウ目指し せん定講習会で技術磨く

雲南市加茂町の三代地区ぶどう生産組合は12月12日、県農業技術センターや県東部農林振興センター普及員によるブドウのせん定講習会を開きました。短梢せん定による省力化や、自然形整枝長梢による樹勢のコントロールについて学び、高品質なブドウの収量増加を目指します。

講習会では農業技術センター技術普及部の岩谷洋美普及員が省力化の1つとして、シャイン

マスカットの短梢せん定を説明し「片側20から25センチ間隔で芽座が残るようにし、適正な間隔で新梢が誘引されていれば、すべての結果母枝を1芽でせん定すればいいことになる」と解説しました。

同組合の青木聡代表は「生育期間が長いため、冬のせん定は予断を許さない。良質なブドウを作るよう徹底して行いたい」と気を引き締めます。



▲短梢せん定について解説する岩谷普及員(左)

「JAしまね総合ポイントカード」おさいふカード

「おさいふカード」は、JAしまねの事業の利用、活動に参加された組合員・利用者の方へ、利用・参加状況に応じてポイントが貯まるカードです。また、JAしまねの関連会社(Aコープ等)の利用に応じても

ポイントが貯まります。貯まったポイントは、JAで使えるお買物券・JA特産品等に交換することもできます。また、ラピタではお買物代金として支払ができるカードです。

①JAを利用する
組合員・利用者

↓ JAを利用する

この「ステッカー」、
「のぼり」が目印です

②ポイントが貯まる

総合ポイントカード

↑ ポイントが貯まる

グリーンセンター・JAグリーン JA-SS
葬祭会館 カントリーエレベーター
金融/共済 農機/生産資材

③ポイントを使う

お買物券

ラピタで!

お買物の代金支払い

特産品カタログ

お問い合わせは…最寄のJA支店まで(企画総務部総務課 ☎0854-42-9000)

うんなん
女子力

掲示板

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

「第25回 JAしまね雲南女性のつどい
並びに家の光大会」特集

と き/12月1日(土) ところ/加茂文化ホールラメール

JAしまね雲南女性部と、地区本部は12月1日「第25回JAしまね雲南女性のつどい並びに家の光大会」を加茂文化ホールラメールで開き、女性部員や家の光愛読者約480人が参加しました。大会の様子を写真で振り返ります。



- 1 みどりをまもる小学生作文コンクールで入賞した作品を、奥出雲町立高尾小学校5年の藤原朔也さんが朗読しました。
- 2 謎の男女が「林檎殺人事件」の踊りを披露し、いつもとは違う雰囲気ですスタートしました。
- 3 4 女性部委員による「JA自己改革」の寸劇では、少しお堅い内容にもかかわらず、演技手と語り手の実力によって会場は笑いに包まれていました。
- 5 雲南市掛合町在住のミュージシャン白築純さんによる特別ステージも開幕!
- 6 7 白築さんが司会を務めながら、「JA女子大生による「プレディダンス」やJA役員による歌と踊り「手のひらを太陽に」が披露されました。
- 8 野球解説者の大野豊さんによる記念講演では、野球が好きな方やそうでない方も話に引き込まれました。
- 9 最後はいわみ中央地区本部管内でリコーダー演奏を行っている「リコメンズ」の皆さんの演奏で「ふるさと」を歌いました。

JA女子大掲示板 12月の女子大日誌

【ライフプラン講座】

- ・ 知ろう 年金のしくみ
- ・ わたしノートを書いてみよう

と き/12月6日(木) ところ/雲南地区本部

◎講 師/一般社団法人家の光協会普及文化局 永倉 希美 氏
雲南地区本部 金融共済部 金融推進課 景山 成美 職員

今回は、年金とエンディングノートについて、学びました。

初めにJAの年金相談会でも相談に応じている景山職員から年金についての話を聞きました。受講生はとても熱心に耳を傾けました。漠然とした疑問を持っていた人たちも、年金や将来のことを考えるきっかけになる良い講座となりました。

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。

また、エンディングノートについては家の光協会の永倉さんから話を聞きました。もしものときに、自分の思いを伝えるためのノートですが、自分



将来の自分と真剣に向き合う時間になりました

自身の思いやこれから成し遂げたいことに気付くなど、生きる目標を見つけることにも繋がると学び、実践しました。

● アンケートより

年金について疑問がたくさんありますが、今日のお話を聞いてもっと真剣に今後のことを考えないといけないと思いました。
(学籍番号 U8-008: 森山江利佳)

地元の星にエール!



謹

奥出雲和牛を2人のプロ野球選手に贈呈

賀

雲南地区本部は地元出身の選手を応援しています。今年度は、雲南市大東町出身のプロ野球選手、東北楽天ゴールデンイーグルス投手の福山博之選手と阪神タイガース内野手の糸原健斗選手に、今シーズンの慰労と来シーズンに向けた激励の意を込めて、奥出雲和牛3キロを贈呈しました。

なお、昨年度は雲南市産つや姫120キロを贈呈しました。



2019年シーズンのキャプテンに就任される糸原選手からコメントをいただきました!



●キャプテン就任について地元ファンの方へ

今シーズンはキャプテンということでプレッシャーはありますが、常に前向きに元気を出してチーム全体を盛り上げていきたいです。今、プロの世界でプレーできているのは、皆さんのおかげですので、いつも感謝の気持ちでプレーしています。これからも応援してもらえるように頑張りますので、よろしくお願いします。

●奥出雲和牛へのイメージ

幼いころから食べており、島根に帰った時は必ず食べています。1年間戦える強い体作りを意識しており、奥出雲和牛を食べて更にパワーアップし、昨年以上の成績を残したいと思います。ありがとうございました。

雲南限定

応援キャンペーン

福山選手の写真だけを使ったファンにはたまらない壁掛けカレンダー(A3)と若き虎戦士の糸原選手直筆サイン入りバットをそれぞれ1名の方にプレゼント!
(応募方法は下記の要項をご覧ください)



新

年

応募要項

- 応募締切/2019年2月5日(火)まで ※当日消印有効
- 応募方法/ハガキに①住所(番地、建物名など詳細にご記入ください)②氏名③電話番号④「福山選手・糸原選手への応援コメント」をご記入の上、下記宛先にお送りください。
※クロスワードにも応募される方は、上記に合わせて答えを記入していただければ受け付けとなります。
- 応募宛先/〒699-1395 島根県雲南市木次町里方 1088-6 JAしまね雲南地区本部ふれあい課「クイズ」係
- 応募資格/雲南市・奥出雲町・飯南町にお住まいの方の中から、抽選で1名の方にいずれかの賞品をお贈りいたします。
- 賞品発送/当選者への賞品の発送は2019年2月下旬を予定しております。また、当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。
- その他/お預かりした個人情報、賞品の抽選・発送にのみ使用いたします。また、お客様の同意なしに第三者に開示・提供することはございません。
- お問い合わせ先/JAしまね雲南地区本部ふれあい課 ☎0854-42-9053(担当:古河)

JALしあね 雲南地区本部・JALしあね やすぎ地区本部 日帰り旅行合同企画

満喫日帰りの旅
山陰海岸ジオパーク海と大地の自然館と
冬の味覚 ズワイかに足と甘えび 60分間食べ放題

お品書き
◆ズワイかに食べ放題(60分間)
◆甘えび食べ放題(60分間)
◆海鮮ツミし鍋【一人鍋】◆かに飯
◆そば ◆小鉢 ◆らっきょう

旅行実施日
平成31年2月16日(土)

旅行代金
(大人一人様税込)
9,980円

申込金 3,000円(旅行代金に充当します)
添乗員 同行いたします。
バスガイド 乗車いたしません。
食事条件 朝食0回、昼食1回、夕食0回
募集人員 120名(最少催行人員35名)
申込締切日 平成31年1月25日(金)
※申し込みになり次第締め切ります。

お品書き
ちよっぴりプレゼント付き(6個)
①因幡の白鬼1個 ②かにせんべい1枚
③梨ゴーフレット1枚 ④焼あご1個
⑤二十世紀梨スイートサンド ⑥かに茶漬け1個

旅行のお問い合わせ・お申込みは
株式会社農協観光代理業 JALしあね雲南旅行センター
TEL.0854-42-9118

テーマはガス!!
たくさんのご応募をいただき、ありがとうございました

JALしあね「ガス川柳」
入選作品発表!!

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

＼おめでとうございます!!／

最優秀賞

ガス窯に
グルメの舌が満足げ

出雲地区本部 朝日山 穂さん

最優秀賞

この味は
ガス釜ですと自慢され

斐川地区本部 ガス太郎さん

最優秀賞

青い火が
きれいに並ぶおでん鍋

おおち地区本部 山形 ゆうきさん

※この他の入選作品は、賞品の発送をもって発表に代えさせていただきます。

お問い合わせ
JALしあね 自動車燃料課 ☎0853-25-8904

春まき野菜栽培講習会の開催について

【講習会内容】

- ◎春まき野菜栽培管理講習(60分)
- ◎生産者必見!!マル秘?出荷術(30分)
- ◎農薬の正しい使い方について(20分)
- ※生産履歴簿の記載確認を行いますので、ご持参ください。
- (栽培履歴簿は、JAにて配布した産直用履歴簿に限らず、日記など栽培内容が分かるもので結構です)
- ※小型シール発行機をお持ちの方はメンテナンス(掃除、登録変更等)を行いますので、ご持参ください。
- (保守契約が無い方は有料となります)
- ※シール機業者の直接対応となります。
- ◎小型シール発行機は、長期使用による老朽化や砂埃等による故障が続出しておりますので、定期的なメンテナンスと発行機業者との保守契約をお勧めいたします。
- ◎小型シール発行機 barilabeKEは販売終了から10年が経過し、部品を使った保守対応が不可能となっておりますので、今回からメンテナンスができませんので、ご了承ください。
- ◎シール機への追加登録や表示内容の修正が必要な方は、少し早めに会場へお越しください。

春まき野菜栽培講習会日程表

月日	時間	地区	場所	お問い合わせ先
平成31年1月24日(木)	9:30~11:30	横田	JA横田支店 会議室	奥出雲営農経済センター ☎52-1217
	13:30~15:30	仁多	JA仁多支店 会議室	仁多生産センター ☎54-1355
1月25日(金)	9:30~11:30	赤来	JA赤来支店 会議室	飯南営農経済センター ☎76-2967
	13:30~15:30	頓原	ふれあいホールみせん	頓原グリーンセンター ☎72-1031
1月28日(月)	9:30~11:30	掛合	JA掛合支店 会議室	中央営農経済センター掛合駐在 ☎62-0085
	13:30~15:30	吉田	JA雲南吉田支店 会議室	吉田グリーンセンター ☎74-0133
1月29日(火)	9:30~11:30	大東	JA大東支店 会議室	大東グリーンセンター ☎43-2003
	13:30~15:30	加茂	かもてらす 研修室	中央営農経済センター ☎42-9055
1月30日(水)	9:30~11:30	木次	JA雲南地区本部 会議室	米穀園芸課 ☎42-9115
	13:30~15:30	三刀屋	三刀屋農村改善センター	中央営農経済センター ☎42-9055

●依頼退職(12月31日付)
▼長谷川幸代(経済部農業機械課)
●人事異動(12月28日付)▼企画総務部・共済部
共済事務C共済事務管理課 田邊千恵
※()内は旧部署、Cはセンターの略



年金についてのご相談はJAで! 年金相談会のご案内

無料

- 仁多支店
2月 6日(水) 10:00~15:00
- 掛合支店
2月 7日(木) 10:00~15:00
- 赤来支店
2月19日(火) 10:00~15:00
- 加茂支店
2月21日(木) 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。

平成30年産 追加確定金単価について

品種・銘柄	等級	単価	備考
コシヒカリ	1~3等	200	JA米
きぬむすめ	1~3等	200	JA米
特裁つや姫	1~3等	200	JA米
ハナエチゼン	1~3等	250	JA米
もち米	1~3等	100	
五百万石	特上~3等	100	
神の舞	特上~3等	150	
佐香錦	特上~3等	300	
改良雄町	特上~3等	50	
改良八反流	特上~3等	50	
山田錦	特上~3等	300	

※一部該当しない場合または、上記単価に当てはまらないものもありますのでご承知ください。

平成30年産米 上位等級比率ならびに集荷数量

〔上位等級比率〕

12月14日現在

種類	仁多	横田	大東	加茂	木次	三刀屋
コシヒカリ	96.5%	96.7%	30.3%	14.6%	20.7%	40.7%
きぬむすめ	85.5%	100.0%	87.2%	87.8%	64.8%	84.2%
つや姫			92.9%	91.1%	86.3%	71.6%
うるち米計	96.4%	96.7%	57.8%	55.0%	38.1%	56.5%
酒米	55.6%	75.3%	40.0%			17.8%
もち米	74.5%	80.2%	14.2%	47.1%	0.0%	82.6%
産米全体	88.1%	94.7%	55.3%	54.9%	37.7%	54.4%

種類	吉田	掛合	頓原	赤来	合計
コシヒカリ	93.1%	68.8%	98.2%	98.2%	79.5%
きぬむすめ	95.7%	71.3%		100.0%	85.0%
つや姫	96.1%	100.0%	100.0%	100.0%	90.8%
うるち米計	94.1%	72.5%	89.3%	98.3%	80.3%
酒米	67.0%	36.7%	100.0%	93.5%	64.4%
もち米	37.0%	49.5%	96.7%	97.0%	83.5%
産米全体	90.1%	67.6%	90.6%	97.3%	79.1%

〔集荷数量〕

単位: 30kg/袋

品種	仁多	横田	大東	加茂	木次	三刀屋
コシヒカリ	10,356	21,676	11,494	8,371	5,092	6,710
きぬむすめ	281	81	7,353	5,473	2,339	2,389
つや姫			2,631	3,309	418	985
うるち米計	10,795	21,939	22,191	18,502	7,889	10,678
酒米	6,599	1,858	4,467			618
もち米	3,872	3,880	457	121	82	23
合計	21,266	27,677	27,115	18,623	7,971	11,319

品種	吉田	掛合	頓原	赤来	合計
コシヒカリ	3,111	6,279	8,594	13,537	95,220
きぬむすめ	956	707		357	19,936
つや姫	887	597	16	0	8,843
うるち米計	5,022	8,037	10,921	13,894	129,868
酒米	412	1,105	1,402	5,323	21,784
もち米	262	279	2,394	5,959	17,329
合計	5,696	9,421	14,717	25,176	168,981

カントリーエレベーターの実績を含んでおりません。

雲南すずらん 福祉センターだより

◆ヘルパー定例会◆

◎と き / 2月13日(水)

◎と き / 9時~13時

◎と き / すずらん福祉センター

会議室

◎内容 / 事例検討会他

◆訪問介護員(ヘルパー)の募集◆

◎資格 / 初任者研修以上、介護福祉士(研修制度あります)

◎勤務場所 / 雲南すずらん福祉センター

※その他施設介護職員の募集も行っております。

●ご相談お問い合わせは: 雲南すずらん福祉センター ☎0854429120

2月の外勤日 13(水) 14(木) 15(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%

1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%

1月4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

中央「堅調」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	55	999,000	433,080	683,424	272	2,508
	去	54	929,880	587,520	797,580	297	2,688
中央市場	雌	126	1,136,160	433,080	701,666	275	2,552
	雄	2	1,004,400	648,000	826,200	194	4,270
	去	155	976,320	438,480	768,605	295	2,608

平成30年12月の全国主要子牛市場平均価格は雌765,862円(前月比106%)、去勢859,586円(前月比102%)、計818,922円(前月比104%)で全国平均では「堅調」の取引となっております。

畜産市況 12月



タテのカギ



- ①佐々木小次郎はとても長い物を使っていたとか
- ④うわさが広がる際につくことも
- ⑦鉄道のレールの下に並べます
- ⑨人数を数えるときに使う言葉
- ⑩パソコンのマウスのボタンをカチッと押すこと
- ⑪子羊の肉のこと
- ⑬3.14159……と続く円周一
- ⑮道端のこと。——駐車
- ⑰寝不足で目の下にできる人もいます
- ⑱小説家・尾崎紅葉の代表作『——夜叉』
- ⑲ショートケーキによく似合う赤い果実
- ⑳マンションの——人さんにあいさつをして出掛けた

ヨコのカギ



- ①雪を積み上げ、中を掘って作る雪室
- ②マージャンをするとき囲みます
- ③劇場の舞台や花道の地下にあります
- ⑤1日に1枚ずつ剥がすカレンダー
- ⑥起立！ ——！ 着席！
- ⑧バレンタインデー、彼氏や夫へではなく知人や上司へ、感謝の気持ちを込めて贈ります
- ⑫足利尊氏が開いた——幕府
- ⑭片時もそばを離れません
- ⑯漢字で書くと浮塵子。稲の害虫です
- ⑰地面につちなどで打ち込みます
- ⑲カクテルのベースに使う蒸留酒の一つ

二重マスの文字を A ~ D の順に並べてできる言葉は何でしょうか？

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

答え

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

応募要項

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

◆先月号の答え◆
「ゴママワシ」

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

・お預かりした個人情報、プレゼントの抽選・発送以外の目的で利用することはございません。

けんこうさんば
健康散歩
JA島根厚生連

春の七草

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

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

【七草の効用】
セリ：免疫力を高め風邪やインフルエンザを予防するビタミンA。疲労回復に効くビタミンB群。疲労回復を手助けするビタミンC。加えて鉄分も多く含まれているため、冷え性・貧血の症状を和らげます。
ナズナ（へんぺん草）：セリ同様ビタミンA、B群、C、カリウム、鉄が含まれている他、カルシウムや亜鉛なども含まれています。
ゴギョウ（ハハコグサ）：実は詳しい栄養成分が分かっていないキク科の植物。しかし、咳やのどの痛みを和らげる作用があると言われています。

ハコベラ：タンパク質が比較的多く含まれ、ミネラルをはじめとした栄養に富んでいます。また、利尿作用のあるサポニン、止血作用のあるクマリンが含まれています。
ホトケノザ：高血圧の予防・胃腸の働きを整えるとされています。栄養、効能はあまり知られていません。

スズナ（かぶ）：胃腸の消化を助けるアミラーゼ、免疫力を高めるビタミンC、むくみを解消するカリウムが含まれます。
スズシロ（大根）：スズナ同様、胃腸の調子を整えるアミラーゼ、ビタミンCが豊富で、肌を若々しく保つ効果も。また、食物繊維も豊富で便秘の解消に効果があります。

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

組合員の皆様へ

備えて安心。いつでも便利。クミアイ家庭薬です。

クミアイ 家庭薬 のしくみ

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

— 担当の配置員が配置箱の設置と薬の補充に伺います。 —

シニア世代の
アクティブ生活を
おいしくサポート!

Kyoyaku 毎日おいしく
グルコサミン

500ml(約16日分) **1,800円(税抜)**



お好みで
うすめて
飲む



お問い合わせ先



協同薬品工業株式会社 島根営業所

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



JALまねは、出産・育児を応援します!

JALまね 出産・育児コミュニティ

JALまね

こども 倶楽部



お申し込みは
こちらからから



入会金
年会費
無料

平成30年度 会員募集中。

対象 島根県在住でご妊娠中の方

会員期間 ご入会日からお子様の1歳の誕生日末日まで

募集期間 平成30年4月1日～平成31年3月31日

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

特典01
ご加入時に
**オリジナル
限定品プレゼント**

特典02
ご加入から
ご出産まで
**たまごクラブ
お届け**

特典03
ご出産時に
**記念品
プレゼント**

特典04
各種 **お役立ち
情報お届け**

- 会員専用アプリによる情報提供
- 子育て・地域に関する、お得で楽しい情報を「こども倶楽部通信」でお届けします。

特典05
お子様が
満1歳になるまで
ワクワクする
イベントご招待

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

和風もちピザ



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

●材料 (2人分)

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

●作り方

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

かまぼこチヂミ



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

●材料

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

●作り方

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

表紙紹介

表紙のイラストは野々村 直通 (ののむらなおみち) 先生に描いていただいています。

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

編集後記

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

【今月の表紙の原画】

レイアウトの都合により表紙のイラストは原画の一部表示となっています。原画の全体は次のとおりです。

