

JAしまねびより

2020

6

June
Vol.51

特集 島根のスマート農業に期待

島根の
いいもの再発見!!
アスパラガス
[大田市]

詳細は6ページへ





topics 1

「あったか元気便」の緊急支援



JAしまねや、生活協同組合しまね・松江保健生活協同組合などと構成する「フードバンクしまね」は5月16日、新型コロナウイルスの影響で学校の休校が長期にわたり、支援が必要な家庭へ食品を配送する「あったか元気便」の緊急支援を松江市内の111世帯に行いました。当日は、松江市の生協しまね本部にフードバンクしまねのメンバーとボランティア約20名が集まりました。

JAしまねは、この緊急支援に向けて5月14日、JAしまね本店において石川寿樹組合長よりフードバンクしまね竹谷強代表に島根米250kgを贈呈しました。

作業当日は、その島根米と他団体から提供されたお菓子やレトルト食品を丁寧に箱詰めし、合わせてJAしまねくにびき女性部が手作りしたマスクもメッセージを添えて入れました。

石川組合長は、「充分なことではできないが、少しでも助け合いの一助になれば嬉しい」と話しました。

topics 2

バケツ苗栽培でお米作り体験



浜田市立周布小学校5年生50人が5月11日、総合学習の一環でバケツ苗栽培の体験を行いました。

例年は、主催の周布公民館近くの10aの田んぼで農業体験を実施していますが、今年度は新型コロナウイルスの影響で中止となったため、バケツ苗栽培を体験し、学習することになりました。当日は、同公民館の関係者やいわみ中央地区本部佐々木清繁営農経済部次長が児童たちに、分かり易く笑いを交えながらお米について話しをしました。その後、児童たちはバケツに苗を植える作業に取り掛かりました。

「難しいかなと思っただけど、意外と簡単だった」「楽しかった。おいしいお米がたくさんとれるといいな」と笑顔で話しました。

今後の管理も、同地区本部営農経済部と周布公民館が児童たちと協力しながら行う予定で、収穫の時期を楽しみにしています。

topics 3

「サマーキャンペーン2020 しまね和牛プレゼント」で生産者を応援!

JAしまねは6月1日から、定期貯金を対象とした「サマーキャンペーン2020」を実施しています。

契約特典として、新型コロナウイルス感染拡大の影響により消費が減少している「しまね和牛」の焼肉用やステーキ肉を抽選でプレゼントし、県産品の消費拡大につなげます。

JAしまね本店 金融部 金融企画課の曾田周嗣課長は「新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、島根県の農畜産物の消費量減少が心配されるなか、このキャンペーンが少しでも消費拡大の一助になれば嬉しいです」と期待を寄せています。

キャンペーン期間は
6月1日(月)～7月31日(金)まで。
詳しくはJAしまね本店金融部金融企画課、
またはお近くのJAまでお問合せください。
電話 0852 (67) 7741



SDGsとは、国連が決めた「持続可能な開発目標 (Sustainable Development Goals)」から、一文字ずつ取った略称です。17の目標をマークで示しています。



持続化給付金とは？

新型コロナウイルス感染拡大の影響を受ける事業者に対する経営の下支えを目的とした事業であり、**農業分野の事業者も活用**できます。

申請期間

令和2年 **5/1** FRI 金 ▶ 令和3年 **1/15** FRI 金 まで
※申請は1回しかできません。上限額（個人100万円、法人200万円）以下の申請の場合は、申請のタイミングについて再度検討をしてください。

給付額は？

法人は **200万円**、個人事業者は **100万円** まで
※ただし、前年1年間の売上からの「減少分」が上限

■給付額の計算方法 前年の総売上(事業収入) - 前年同月比 ▲50%月の売上×12ヶ月

※尚、取引先の休店、需要の減少による価格の低下など、新型コロナウイルス感染症拡大の影響によると認められるものに限りま。

新型コロナウイルス感染症の影響拡大を踏まえた農業資金支援について

JAグループでは組合員・利用者の皆様を中心とした地域金融機関として、以下のとおり新型コロナウイルス感染症の影響拡大に対応する農業資金をご用意しております。

名称	農林漁業セーフティネット資金 (日本政策金融公庫資金)	令和2年度新型コロナウイルス対策資金 (県制度資金)
ご利用いただける方	認定農業者、認定新規就農者、 主業農林漁業者、集落営農組織	新型コロナウイルス感染症の影響により 経営維持安定が困難となる農業者
ご利用いただける要件	運転資金（年間販売売り上げの減少額または減少見込額）	
ご融資条件	融資限度額	1,200万円
	利率	0.10% (貸付当初5年間はJAしまね支援により実質無利子)
	ご返済期間	10年以内（うち据置3年以内）

新型コロナウイルス感染症に関するJA共済の取扱いについて

このたびの新型コロナウイルスにより影響を受けられたみなさまに、心よりお見舞い申し上げます。

新型コロナウイルス感染症^{※1}の被患により、入院された場合、「疾病による入院」として、入院共済金のお支払対象となります。^{※2}（医療機関等の事情により、宿泊施設や自宅等での療養を余儀なくされた場合も、所定の証明書をご提出いただくことで入院共済金のお支払対象としてお取り扱いします。^{※2}）

また、同感染症の被患により、万一の場合^{※3}、災害給付特約、災害死亡割増特約等による「災害死亡共済金」「災害後遺障害共済金」等のお支払対象といたします。^{※2}

なお、新型コロナウイルスにより影響を受けられたご契約者様に対して、共済掛金の払込猶予期間の延長等、特別な取扱いを実施しております。

※1、新型コロナウイルス感染症を指定感染症として定める等の政令（令和2年政令第11号）第1条に定める新型コロナウイルス感染症をいいます。以下、同じ。

※2、ご契約ごとに定められている所定の条件を満たす必要があります。

※3、「万一の場合」とは、死亡・所定の第1級後遺障害の状態に該当する場合のことです。

島根のスマート農業に期待

ロボットやICTなど最先端技術を活用した「スマート農業」は、作業の省力化や新たな担い手へのベテラン農家技術の継承、労働力不足の解消などに繋がる技術として期待されています。中山間地域が大半を占め、高齢化と人口減少が進む島根県においてスマート農業技術がどのような役割を果たすのか、今回の特集で一部ご紹介します。



令和元年9月2日JA全農協力 ナイルワークスドローンの実演会（雲南市吉田町）

スマート農業とは？

ロボット技術や情報通信技術（ICT）を活用して、省力化、精密化や高品質生産を実現する新たな農業のことです。

ICTとは？

情報通信技術。情報処理や通信に関する技術・産業・サービスなどの総称のことです。

営農管理システム活用について整理しました！

現在、スマートフォンやタブレットを使って「農作業の見える化」を図るシステムは数多く出回っています。その中でも県内で利用されている3つのシステムについて活用の方向性を整理しましたので参考にしてみてください。

営農管理システムは、例えば集落営農組織において構成員同士が作業の進み具合の確認ができることや、農薬使用等の栽培履歴の管理、親世代の記憶に残している技術を記録に残すことで、子世代に繋げるようなお手伝いができます。

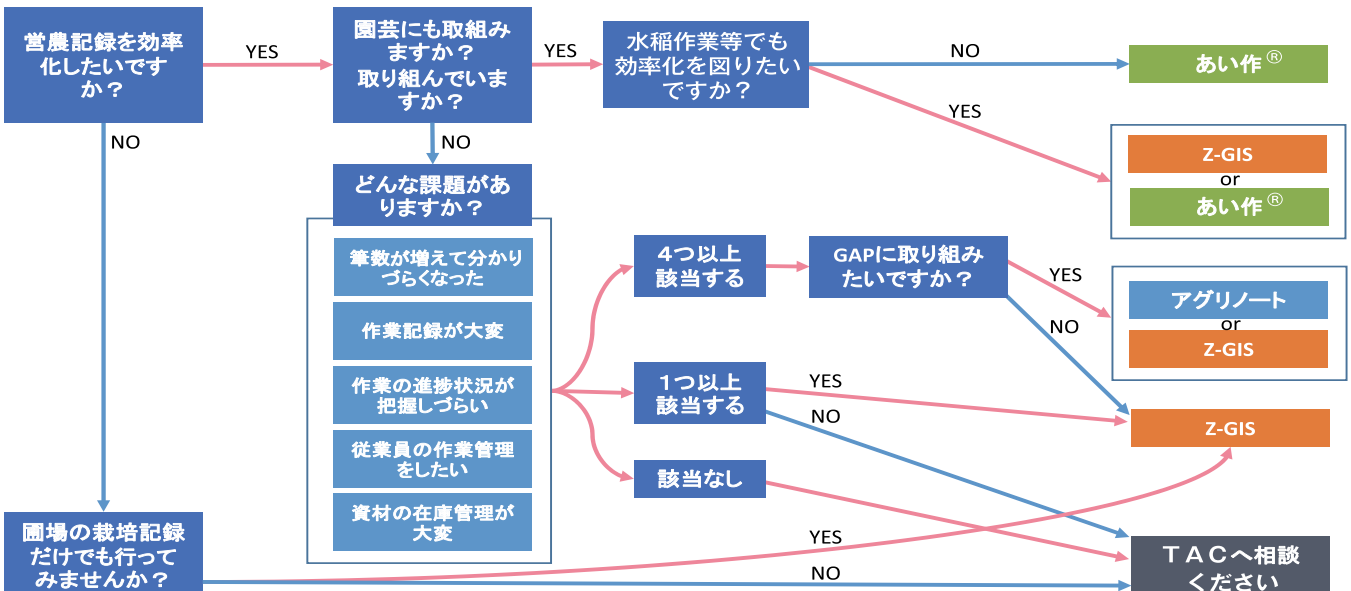
農作業の見える化（営農管理システム活用の方向性の整理）

3つのシステムは様々な機能を持ち合わせています。

活用例	アグリノート	Z-GIS	あい作®
その場で記帳・閲覧（スマホ・タブレットなど）	○	○	○
記録の共有	○	○	○
記録の簡素化・スマート化（次世代に繋ぐお手伝い）	○	○	○
GAP取得補助	◎	○	○
地図上での圃場管理	○	○	—
栽培履歴管理	○	○	◎
導入から活用の難易度（JAのフォローも含む）	○	◎	◎



水田農業の見える化、営農管理システムを入れて何がしたいですか？



※詳しくは、お近くの営農指導員・TACまでお問合せください。

提供元：「あい作®」株式会社NTTデータ、「Z-GIS」JA全農、「アグリノート」ウォーターセル株式会社

2020年県内でこんなことに取り組みます!

【スマート農業技術導入により水田園芸を組み入れた農地の高度利用への取り組み】

農林水産省「スマート農業技術の開発・実証プロジェクト」(斐川地区本部)

出雲市斐川町水田フル活用体系確立実証コンソーシアム代表研究機関「JAしまね斐川地区本部」では水稲・麦・ハトムギにおける労働時間をスマート農業により削減し、削減した労働力を活用し、新たに玉ねぎ・キャベツを導入して所得の向上を目指す取り組みを行っています。

その他、水田センサー、自動給水システムを活用した労力軽減実証、営農・栽培管理システム「アグリノート」による、作業時間の可視化、作業記録入力の労力削減実証を行っています。

主な実証内容



直進機能トラクターによる畝たて成形同時施肥作業



ドローンによる薬剤散布・病害診断



玉ねぎハーベスタによる収穫作業

水田センサーとは?

水田に設置し、水稲栽培に必要な水位・水温などを自動で計測するシステムです。

自動給水システムとは?

スマートフォンから開閉操作して水田に給水・止水するシステムです。

【特産のぶどうの栽培・販売にスマート農業を取り入れる取り組み】

農林水産省「スマート農業技術の開発・実証プロジェクト」(出雲地区本部)

実証するシステムでは、環境モニタリング機器により、ハウス内の温度、湿度、土壌水分量等のデータ化を行います。それをもとに、温度・湿度と連動してハウスの側窓を自動で開閉して換気を行ったり、設定した養水分を正確に投与したりするなど、ハウス内の環境を自動制御します。また、モニタリングした「栽培データ」とJAが保有する「販売管理データ」などを集約し、作型と単収、品質との関係をAIが分析。販売戦略に活用していきます。

このほか、ぶどう栽培の技術を次世代に継承するためのVR学習システムの開発も行い、取り組んでいる「ゆる房」作りや棚の剪定技術など、熟練農業者が蓄積した技術をVRで体験できる学習システムを構築し、技術習得のスピードアップを目指します。



VR学習イメージ

【次世代担い手育成ハウスでの環境モニタリングの取り組み】

(島根県立農林大学校)

島根県立農林大学校では学生がハウス内の温湿度、土壌水分など測定値をスマートフォン等にてリアルタイムで確認できます。データを活用して学習できるよう環境モニタリング機器を整備し、実際の農業現場で必要なものかどうかを見極め、これらを検証し、普及現場でも指導に活かせる方法を考えています。



経験や勘ではなく数値を見ることにより作業や管理方法を決定できる。例えばミニトマト炭酸ガス局所施用技術(光合成促進による収量向上技術)は、光合成に必要なCO₂の濃度が低い場合、気温を見て換気するか炭酸ガス発生機器を作動するか判断が可能となる。(大倉准教授、花田技師)



農業ICTを導入する場合、最初は必要最低限とした方がよい。経営拡大を目指す際に機器の増設や新たな機器の導入を発展的に行うのがよい。(石井教授、小早川講師と学生さん)

次世代担い手育成ハウスは、島根県農業の次世代を担う学生と研修生が、自営就農を目指すための栽培技術の向上と、島根県園芸作物の実証を目的として昨年、JAグループ地域営農支援・就農支援事業を活用し、島根県立農林大学校に設置されました。ハウスでの環境モニタリングに興味がある農家組合員の見学も可能です。(JA営農指導員、TACにお問い合わせください。)

しまねの身の丈にあったスマート農業技術を研究し普及いたします。

あなたの経営に必要な「スマート農業」は何か?と問われた時に最初に思い浮かぶ技術は何でしょうか。無人で動くトラクター、農薬散布用ドローン。

必要な機械・機器を有効利用できるよう、これまで以上に農家組合員同士の情報交換やJA営農指導員、TACの知識向上と情報発信力の強化が重要になると考えています。

生産現場では「スマート農業」の期待が高まっている一方で、それは一体何なのかという不安も付きまっています。JAしまねは、JA全農、JA島根電算センターの協力を得ながら情報発信力と知識力を高め、機械・機器を安心して使ってもらえる技術を普及していきます。

本年度のアグリミーティング2020、第10回農機総合展示会、島根大産直市の開催は中止とさせていただきます。

島根には誇れる
農産品がた一つくさん!

島根のいいもの 再発見!!

[直撃・生産者インタビュー]

大田市

6月は、石見銀山地区本部。大田市でアスパラガスの栽培に取り組む岩崎勝男さんにお話を伺ってきました。

アスパラガス

お話を伺いました
岩崎勝男さん



初夏の彩りアスパラガス

春から初夏にかけて旬を迎えるアスパラガス。「石見銀山アスパラガス生産組合」では、生産量の拡大や品質の向上を目指し、日々活動を行っています。組合長である岩崎さんは、平成15年に勤めていた会社を退職してから、アスパラガスの栽培を始めました。元々、大田市の振興作物とされてきましたが、当時は生産組合も無く、岩崎さんが栽培を始めた約1年後に生産拡大に向け、JAでアスパラガスの生産組合を立ち上げるようになりました。結成当時は20名ほど所属していた組合員でしたが、大半の農家が露地栽培だったので、風や雨などで擦れた部分から菌が入ってくる、いわゆる「茎枯病」が出てしまい、なかなかその病気に対処することが難しく、栽培を辞めてしまった方がたくさんいました。一時は6名にまで減ってしまい、その状況をなんとかしようという取り組みが始まったのです。

高畝栽培の導入

再度、大田市でアスパラガスの生産を復活させよ

うという思いから、生産組合でも県外への視察、研修などを積極的に行い、担い手の確保にも力を入れていきました。

3年前にはアスパラガス栽培の先進地である香川県の実験場へ視察に行き、「高畝(うね)栽培」について勉強しました。通常、アスパラガスは平床で栽培し収穫も屈んで行うのが一般的な方法ですが、視察先で学んだ「高畝栽培」は、畝を約60cmほどに持ち上げて作り、そこに苗を定植させるという方法でした。さっそく組合でもこの栽培方法を取り入れました。最初の畝を高く作る作業はとても重労働ではありますが、その後の作業負担はかなり軽減されます。ハウス内に作る畝と畝の間の通路を広く取れるため、光が入りやすく、光合成がしやすくなり、株の成長が促されます。風通しが良くなることで、病気の発生も抑えることができます。また、通路が広いということも、作業用の機械が入りやすいので、堆肥の投入作業もやりやすく効率が良くなり





採れたてのアスパラガス

す。そうして、手
間隙かけて育てて
いき、やっと収穫
の時期を迎えたア
スパラガスの春芽
は、十分に栄養と
甘みを蓄え、美味
しく育っています。
腰を屈めて行
う収穫作業は体に
負担がかかります
が、アスパラガス

ます。このような利点から、この方法を取り入れた
ことで栽培を始める農家も増え、大田市全体の生産
量も拡大し、組合員数が今では、11名にまで戻りま
した。また、3年前より、リースハウス事業等を活
用し、ハウスの建設も広がっています。

根を育てるために重要な土づくり

岩崎さんは、現在2・4アールのハウスを所有し、
当初から行っている平床栽培で今もアスパラガスを
育てています。年間を通して一番大変なのは、立茎
(りっけい)作業とその後の茎の管理。春芽の収穫
が終わった後、茎を残して立てていきます。その茎
が成長するにあたって光合成を増し、養分を根にた
め込んでいき、次の収穫につながります。立茎した
茎は収穫後の11月ごろに枯れていくので、それを刈
り込んで処分していく作業や、その後、消毒のため
に畝をバーナーで焼く作業、元肥や堆肥マルチング
など、萌芽までの土づくりがとても重要であり、か
つ、重労働だと言います。その後もハウスを締め切
り、温めることで土を養生させ、茎の成長を促しま

自体は重量もないので、大麥さはほぼ感じないそう
です。「それよりも、収量が目標に達した時の喜び
の方が大きい」と岩崎さんは語ります。

大田市の特産品農産物No.1を目指して

昨年度は石見銀山アスパラガス生産組合の産地ビ
ジョンを掲げ、様々な方面からサポートを受けつ
つ、生産量の拡大に取り組みました。このビジョ
ンは「儲ける経営の実践(反収向上)」「規模拡大
に向けた仲間づくり(栽培面積拡大)」「安心・安
全なアスパラづくり(販路開拓・ブランド化)」の
3本の柱から構成されています。品質を第一とし、
安心安全なアスパラガス作りを目指し、生産組合
に所属する全員が「美味しまね認証」(島根県版G
AP)を取得しています(新規加入組合員は今年
度中に取得予定)。また、今
年度は残念ながら開催でき
ませんでした。例年は地
元スーパーで試食宣伝をし、

一口メモ

アスパラガス
は3月から5月
いっぱい頃までの春芽と、7月から10
月頃までの夏芽の2季に渡った収穫がで
きます。春芽の場合、前の年の夏から養
分をため込み、他の野菜と同じように冬
場は糖分を出して凍るのを防いでいるた
め、その糖分がたくさん詰まっています。
石見銀山アスパラガスは、大
田市内で生産される良質な
堆肥を利用し、土づくりに
こだわって栽培されています。
柔らかく、甘みがあり、
栄養豊富なアスパラガス。
ぜひ一度ご賞味ください。



たくさんのお客さ
んにアスパラガス
を口にしてもらう
機会を設け、用意
していたアスパラ
ガスがすべて売り
切れになるほどの
大盛況となりま
す。アスパラガス
を使った料理とい
えば、焼肉と一緒
に焼いたり肉巻き
などが定番です
が、「もっと多く
の人に美味しいア
スパラガスを食べ
てもらいたい」と
岩崎さんも自ら、
気軽に調理できる
レシピの開発など
にも力を入れてい
ます。今後も、組
合として生産量を
現在の約3倍まで
に増やすことを
第一ステップと
し、さらに全国へ
の販路拡大に向け
た本格的な取り組
みを、関係機関と
共に行っていくま
す。



岩崎さんは平床栽培を行っている



若手の生産者も増えている



やすぎ女性部

昨年度やすぎ女性部では、JAしまねと女性部との統一行動「おもてなしプロジェクト」として、介護予防講座を各支店で開催しました。簡単なゲームや体操を通して、身体も頭も元気になると大好評!女性部員に限らず広く参加を呼び掛けたことで、地域住民同士のコミュニケーションをはかる機会にもなりました。

また、現在第4期となる女性部主催の女性大学「えによば」では、新たに女性部に加入される方も多く、新たな仲間とともに、様々な分野の講座を楽しく学んでいます。

そして、昨年度は「フレッシュミズ部会かぐやひめ」を立ち上げ、多肉植物の寄せ植え、月山登山、そば打ち、食をテーマにした防災学習などを行いました。

若い力も加わり、今後より一層活発に活動していきます☆



介護予防講座



女性大学「えによば」



フレッシュミズ部会かぐやひめ

一所懸命青年連盟



JA YOUTH

JAしまね雲南青年連盟

ふくま ともひで
福間 友英さん



飯石郡飯南町の福間友英さん(36)は、脱サラをして2016年4月に新規就農しました。現在サツマイモ30アール、米80アールの他にトマト、なす、ピーマン、きゅうり、長ネギの栽培を行っています。

個人事業主としての農業、地元企業の従業員としての農業、農産物や加工品のインターネット販売を行うなど、販売員としての農業と、多種多様な農業を展開しています。非常に勉強熱心で農業に対して理屈を考え、その土地の環境にあった農薬や化学肥料を使わない新しい農業を確立してモデルを作りたいと意気込んでいます。

「農産物は作るより売るほうが難しい。青年連盟という横のつながりの中でお互いに販路を拡大しあえたら最高ですね。盟友同士切磋琢磨して農業を盛り上げていきたい。」と決意を述べていました。



あなたもチャレンジ 家庭菜園

レタス

サラダ野菜の王様

レタスの生育適温は、15～20度と冷涼な気候が良く、日が長くなる季節（春夏）にとう立ちします。一般地では栽培しやすい作型は、8月中下旬まき、11～12月取りです。栄養成分には、カロテン、ビタミンC、葉酸、カリウムなどを含む低カロリー食品として、サラダの主役です。



園芸研究家 ● 成松次郎

※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。

病虫害防除

植え付け後に地際で茎が切られていたら、ネキリムシを疑ってよいでしょう。株元を浅く掘って虫を探します。ヨトウムシには、BT剤（トアロー水和剤CTなど）で防除します。

収穫

葉が巻き、球を押してみるとやや弾力がある頃がおいしい。切り口から白い乳液が出るので、布などで拭き取ります。



品 種

早生系では「ラプトル」（横浜植木）、「ユーレイクス」（みかど協和）、中生系では「シスコ」（タキイ種苗）などがあります。

育 苗

小型ポットでは5～6粒の種をまき、本葉2～3枚までに1本に間引き、本葉4～5枚まで育てます（図1）。発芽までは灌水（かんすい）は十分行い、まき床に新聞紙で覆うなど、土の乾燥を防ぎます。育苗中は、日よけのトンネルやよしずを掛けて強い日差しを避けます。

畑の準備

植え付け2週間前までに、1平方m当たり苦土石灰100gを散布して、よく耕しておきます。次に、植え付け1週間前までに化成肥料（チッソ、リン酸、カリウム各成分10%）150g、堆肥2kgを施し、幅90cmの栽培床を作り、平らにならしておきます（図2）。

植え付け

栽培床を平らにし、黒のポリマルチを張り（図3）、本葉4～5枚の苗を、条間30cmの3条、株間30cmに植え付けます（図4）。

追 肥

追肥は、結球し始めた頃に、株間のマルチに指で穴を開け、1平方m当たり化成肥料50gをまき、薄く土を掛けておきます。

図1 苗作り

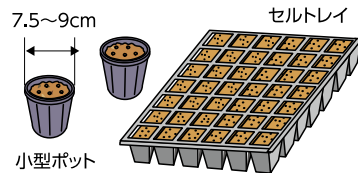


図2 施肥・耕うん

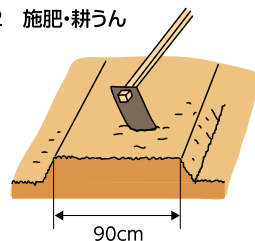


図3 マルチ張り

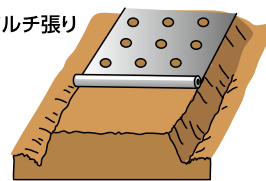
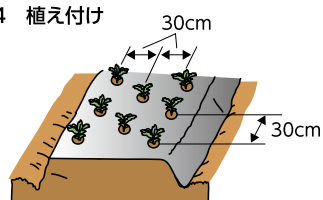


図4 植え付け



理事会情報（4月30日開催）

【協議事項】

- ①令和2年6月1日および令和2年7月1日付け機構改革の実施について
- ②令和2年産島根米の生産・集荷・販売方針について
- ③令和元年度島根米需要拡大の事業取組み実績ならびに令和2年度の取組み計画について
- ④雲南畜産総合センターの令和2年度以降の事業展開について
- ⑤信用事業規程の一部変更について
- ⑥令和2年度事業計画について
- ⑦目的積立金の取崩について
- ⑧令和元年度決算について
- ⑨令和元年度決算にかかる剰余金処分案について
- ⑩不祥事再発防止策の策定ならびに島根県への報告について

- ⑪組合と理事との取引（契約）の承認について
- ⑫関連団体等への常勤役員の就任について
- ⑬定款及び定款附属書総代選挙規程の一部変更について
- ⑭規約の一部変更について
- ⑮農地利用集積円滑化事業規程（くにびき地区本部・出雲地区本部・石見銀山地区本部）の廃止について
- ⑯新型コロナウイルスの対応を踏まえた第6回通常総代会および地区本部総代説明会の開催について
- ⑰テレビ会議システムによる理事会の実施について
- ⑱重要な就業規則制裁条項の適用について
- ⑲島根県常例検査書（西いわみ地区本部）の回答について
- ⑳島根県常例検査書（島根おおち地区本部）の回答について
（紙幅の関係上、報告事項は省略いたします）

毎月シリーズでお届けします。

農業

Lovers

雲南の若き力

Vol.3



一頭一頭大切に育てています



♡ PROFILE

仁多郡奥出雲町亀嵩

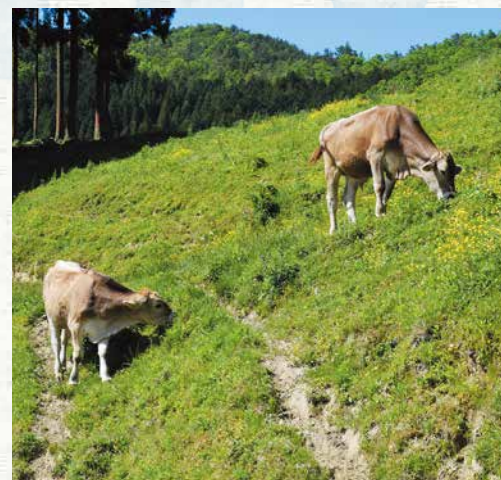
大石巨太さん(35)

加奈さん(35)

夫婦で「ダムに見える牧場」を経営。24.5ヘクタールの豊かな自然の中で放牧酪農を行い、ホルスタイン41頭、ブラウンスイス5頭を飼育。生乳の出荷量は1日約700～800キロ。今後は6次産業化も視野に入れ、自分の目指す放牧酪農経営を確立するため日々邁進しています。

今月は… Uターンで就農。 ダムに見える牧場を営む 大石巨太さん・加奈さんご夫婦を ご紹介します。

酪農を始めたきっかけ



放牧中のブラウンスイス牛のどかな風景に癒やされます

巨太さんは松江市出身で、高校卒業後は広島大学の大学へ進学。子どもの頃から抱いていた「動物に関わる仕事がしたい」という思いから生物学部に入學しました。在学中に訪れた隠岐諸島で見た放牧の景色に魅了され「放牧酪農」に興味を持った巨太さんは、自らモンゴルや北海道などへ農業体験に行き、熱心に学びました。卒業後は酪農志望であったものの山口県の畜産振興協会へ就職し結婚。就職して2年が経過した2010年に現在のダムの見える牧場の経営者公募が始まったことを耳にし、応募することを決意。応募者の中から選ばれ2012年にUターンしました。当時から放牧による山地酪農を実践していた農事組合法人日登牧場(雲南市木次町)で2年間研修生として学びながら牧場の整備を進め、2014年に「ダムに見える牧場」を開き就農しました。

6月のあなたの運勢【牡牛座 4/20～5/20】

【全体運】楽しい話題が多く心弾みそう。買い物は急入りな下調で満足度が大幅アップ。お得情報は身近なところに

【健康運】エクササイズは本やネット動画を参考に【幸運の食べ物】シントウ

6月のあなたの運勢【牡羊座 3/21～4/19】

【全体運】コミュニケーションが活発化する中、行き違いも増えそう。約束は時間や待ち合わせ場所などきちんと決めて

【健康運】フットケアを重点的に。つぼ押しも◎【幸運の食べ物】梅

地区版

放牧の難しさ



豊かな自然の中で自由に過ごします

牧場を始めて6年。「ようやく自分の放牧酪農のスタイルが確立しつつあります」と話す巨太さん。牧場を始める際に購入したのは、牛舎で飼育されていた乳牛25頭。きちんと管理されていた牛は、放牧によって栄養面や生活環境が変わったことでストレスを感じていることに気付きました。豊かな自然の中でのびのびと育てる放牧酪農は良いものではないかと思っていました。放牧特有の寄生虫による感染症やケガ、栄養面の偏りによる乳成分の低下など、管理が曖昧になってしまつて招く弊害に戸惑いました。「放牧酪農については相談できるところが少なく苦労しました」と当時を振り返ります。その後は寄生虫対策に力を入れ、牛がいつでも戻れるように

牛舎を開放し、栄養面も工夫するなど、少しずつ新しい環境に慣れさせていくことで牛の体調は安定し、乳質も改善されました。

酪農の喜び



牛舎でくつろぐホルスタイン牛

「ダムに見える牧場」は酪農教育ファームとして幼稚園や小学校などの課外活動に協力しており、一般の見学者と合わせて年間約1000人が訪れます。酪農を通して子どもたちに命の大切さを伝えるとともに、放牧地の散歩や子牛のミルクやり体験なども実施しています。「子どもたちが喜んでくれることが嬉しい」と話す巨太さん。「隠岐で観た景色で自分の価値観が変わつたように、この牧場を訪れた人にとって意味のある景色になるといいですね」と思いを抱きます。

今後の目標

「今後は6次産業化も考えていきたい」と話す巨太さん。妻の加奈さんは、製菓衛生士の資格を取得しました。牧場の牛乳を使った手作りのパンやお菓子を提供していきたいと考えています。また、未開拓地を開拓して有機資源を活用した循環型農園を作る夢も抱きます。「豊かな自然を活かし、訪れる人が様々な体験を通して楽しめる自然公園のような場所にしていきたいですね」と意気込みます。

取材を終えて...

取材者からひとこと



豊かな自然の中、ゆったりとした時間が流れる「ダムに見える牧場」。牧場からは尾原ダムを眺めることができます。のんびり過ごす牛たちと緑の山々。心癒やされるひと時を過ごしてみたいかでしょうか(*^_^*)

ダムに見える牧場

DAMU NO MIERU BOKUJO



- 住所: 仁多郡奥出雲町佐白529-1
- お問い合わせ先: 090-2006-5238



今年度から「もりとはたけとうしのがっこう」と題して、牛の餌やりやバター作り体験などを予定しているそうです。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため開催は未定ですので、直接お問い合わせください。



6月のあなたの運勢 [蟹座 6/22~7/22]

【全体運】ほっと一息つける穏やかな運氣。趣味やティータイムを楽しんで。感性も豊かに。美術や音楽鑑賞にも最適
【健康運】体調不良は改善へ。シェイプアップも吉 【幸運の食べ物】オクラ



6月のあなたの運勢 [双子座 5/21~6/21]

【全体運】主役運が巡ってきています。身だしなみはおしゃれを意識して流行のアイテムをプラス。うれしい出来事あり
【健康運】食べ過ぎに注意。食事はバランス良く 【幸運の食べ物】大葉(シソ)

ふれあいニュース

雲南管内の
旬な情報をお届け！



01

食と農楽しく学ぶ 地域とともに食農教育

雲南市三刀屋町の一宮地区住民らで組織する「みやや米くらぶ」は、地元の雲南市立三刀屋小学校5年生を対象に米作り体験を通して食と農の大切さを伝えています。

平成18年から行っているこの取り組みは、今年で15年目を迎えます。

5月20日には、会員9名と同校の児童66名が約5アールの田んぼにもち米「ミコトモチ」の手植えを行いました。

児童のはつらつとした笑顔があふれる中、会員と教員も一緒になって和気あいあいと作業を進めました。

この米作り体験では、学校と地域が一体となって世代間交流しながら種まきから田植え、より縄作り、稲刈り、脱穀、収穫祭まで一連の作業を

体験します。

今年には新型コロナウイルスの影響で種まきはできなかつたものの、同日には感染防止に配慮しつつ会員が育てた苗を大切に植え付けました。

阿川光美会長は、「みなさんとのふれあいを大切に農作業の大変さや収穫の喜びを体験し、感謝の気持ちを育んでほしい」と期待を込めます。



▲田植えをする児童

仁多郡奥出雲町立八川小学校と(福)仁多福祉会八川幼児園では5月26日に田植え体験を行いました。

小学5、6年生の児童17名と園児19名の計36名で、約5アールの田んぼに「コシヒカリ」の手植えを行いました。

地域交流と総合学習の一環として行うこの田植え体験は、地元農家の高橋和義さんの田んぼを借りて毎年行っており、秋には収穫作業も予定

慣れない泥の感覚に歓声と笑い声が響き、ほっぺに泥をつけた園児や、尻餅をつく児童。泥だらけになりながら賑やかに作業を進めました。

児童は植え付けが終わっていかない場所を探すなど積極的な姿が見られ、「泥にはまって難しかったけど、友達を手伝ったりしてみんなで協力してできてよかった」と話しました。

同小学校の三島啓介校長は



▲田植えをする児童と園児

「最近では機械で行うことが多い農作業を自分の身体を使って体験することによって食べ物の大切さを感じてほしい」と思いを語りました。

6月のあなたの運勢【乙女座 8/23~9/22】
【全体運】問題多発の気配。周囲の言葉に耳を傾け、改善策を講じましょう。粘り強さを発揮すれば結果は付いてきます
【健康運】無理は禁物。疲れを残さない日程で【幸運の食べ物】サクランボ



▲ドローンで作業する担当者

02

スマート農業で負担軽減 ドローン活用し除草剤散布

一般社団法人ファームアシスト飯南は、5月上旬から農業用ドローン(小型無人飛行機)による令和2年産米の除草剤散布作業を開始しました。

同法人は飯石郡飯南町で今年3月に設立。農業用ドローン等を利用した防除体制の強化に合わせ農作業受託や農業資材の共同購入等をけん引する組織として期待されています。

農業用ドローンは同町の支援で導入。小回りが利くため圃場整備がされていない田畑が多い中山間地域において幅広く活用でき、更なる農家の作業負担軽減と農作業の効率化に期待が高まっています。

1ヘクタール当たり約15分で農薬散布が可能。今後は水稻や大豆の防除に利用し、適期防除を目指します。

6月のあなたの運勢【獅子座 7/23~8/22】
【全体運】予定通りに進まなくても慌てないで。スケジュールを調整すれば何とかなります。笑顔が幸運を招く鍵
【健康運】散歩など、手軽に始められる運動を【幸運の食べ物】イワシ



一番茶の加工大詰め

雲南市大東町にある雲南地区本部の大東製茶加工所では、5月15日から一番茶の受け入れが始まりました。春先の霜害や低温により例年より1週間ほどの遅れが出たものの順調に加工作業が進んでいます。

大東町茶生産者組合や管内の農家が生産する「やぶきた」や在種の生葉が持ち込ま



▲加工作業が最盛期を迎えた大東製茶加工所

れ、昨年並みの総量約17トンの加工を見込んでいます。同加工所で加工されたお茶は「奥出雲大東茶」と呼ばれ、

香り高く渋味の後にほどこい甘みが残るのが特徴。県の品評会において数多くの賞を受賞し、高い評価を得ています。大東町茶生産者



▲茶摘作業の様子

組合の狩野久芳さんは「霜害や低温によって収量に多少影響はあるものの、良質なお茶ができています。今年もみなさんに美味しいお茶をお届けできると思う」と期待を込めます。

「おもてなしプロジェクト」いよいよ始動!!

JASしまねでは、支店ふれあい活動の1つとして『おもてなし』をテーマに女性部と協力して支店の美化活動などを行う「おもてなしプロジェクト」を実施しています。

5月14日には、JASしまね雲南女性部雲南吉田支部の部員と雲南吉田支店職員で支店前の植え込み花壇や周辺の清掃を行いました。窓辺の花壇に



▲作業する女性部員と支店職員

はゴーヤとアサガオを植え付け、夏場の暑い日差しを遮るみどりのカーテンができるのを楽しみにしています。

5月27日には、ゴーヤとアサガオが大きく育つように大きなネットを張りました。「今年もどれくらい大きくなるのか楽しみです」と支部長の松島澄子さんは話しました。

飯塚支店長は、「支店の美化はもちろんだが、女性部員の方との交流が図れる良い機会。ありがたい」と感謝を述べました。

感染予防に役立てて手作りマスク寄贈

JASしまね雲南女性部大東支部は5月12日、雲南地区本部の雲南すずらん福祉センターに手作りの布マスク100枚を寄贈しました。

マスクの作製は同女性部の三島紀子さんが中心となっており、「紙製品とは違う柔らかい使い心地の布マスクを利用者の方に役立ててほしい」と同センターを訪れ、源之美所長に手渡しました。

新型コロナウイルス感染拡大に伴う緊急事態宣言が発令される前の4月中旬には、マスク需要が高まり品薄の状況が続いていたことを受け、同女性部家の光グループ有志で



▲布マスク作り講習会の様子



▲マスクを手渡す三島紀子さん(左)と源之美所長(右)

布マスク作りの講習会を開催。講師を務めた三島さんはその後も農作業の合間にマスク作りを続け今回の寄贈に至りました。

三島さんは「得意な手芸が人のお役にたてれば嬉しい。緊急事態宣言で不安な毎日を過ごす中で、このマスクで少しでも心を癒してもらえれば」と話しました。

受け取った源所長は「施設利用者がコロナ対策で不安を抱いている中、心のこもった手作りマスクの提供は非常にありがたい。この厚意をみなさんにお伝えし活用します」とお礼を述べました。

うんなん 女子カ

掲 示 板



JAL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。

JAL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。JAL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。



私

たち雲南女性部は、JAに活動の拠点
をおき、食や農の大切さをさま
ざまな活動を通し地域の方に伝えて
います。また、自分磨きや交流も大切
な活動の一つです。昨年度も雲南管内の
10支部が各地域でたくさんの活動を行いました。今年
は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、活動の
自粛をせざるをえないのがとても残念ですが、「今だ
からできること」をみんなで
一緒に考えながら楽しく
活動していきたい
と思います。

ぜひ一緒に
活動しませんか?

どなたでもご加入いただけます。
お問い合わせは、お近くのJA支店 または
雲南地区本部ふれあい課 ☎0854-42-9053 へ
お問い合わせください。

JALまね雲南女性部
部長 高橋 美佐子



6月のあなたの運勢 [山羊座 12/22~1/19]

【全体運】運勢は次第に荒れ模様。情報はまず出どころを確かめて。迷ったとき
にはパートナーに判断を任せるのが良さそう
【健康運】人気のストレッチメニューを試して 【幸運の食べ物】エダマメ

6月のあなたの運勢 [射手座 11/23~12/21]

【全体運】運勢は吉凶混合。丸ごとうまくはいかないので良い方は伸ばし、攻めら
れたら防戦を。めりはりが大事
【健康運】帽子や日傘で紫外線対策をして安心 【幸運の食べ物】トマト

新登場

三大疾病をはじめとした
重い生活習慣病に
備える共済

身近なリスクに

そなエール
特定重度疾病共済

日頃の生活習慣

あなたは心配ないですか？
あなたは心配ないですか？
様々な生活習慣が原因となり、
発症や進行に關与する病気を
生活習慣病といいます。



雲南さくら支店 藤原洋介 [LA]



加茂支店 酒向未菜 [LA]

新商品のポイントをご紹介します

ポイント
①

三大疾病(がん・急性心筋梗塞・脳卒中)に加えて、三大疾病以外の「心・血管疾患」や「脳血管疾患」、さらには「その他の生活習慣病」まで、幅広く保障します。

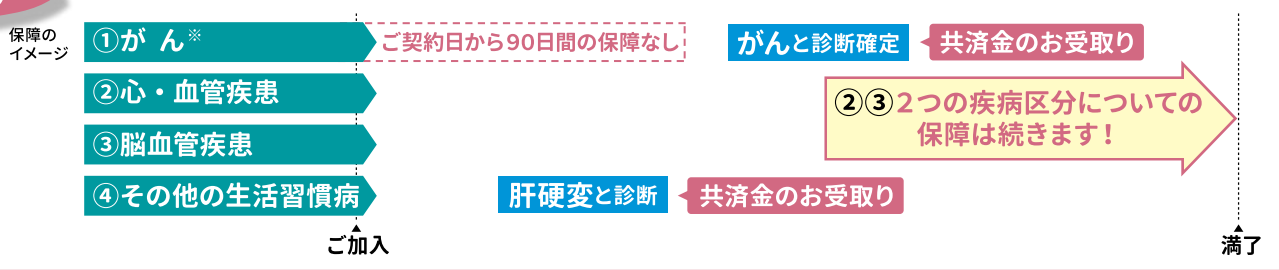
①がん	②心・血管疾患	③脳血管疾患	④その他の生活習慣病
<ul style="list-style-type: none"> 悪性新生物 上皮内新生物 脳腫瘍 	<ul style="list-style-type: none"> 急性心筋梗塞 (急性心筋梗塞、再発性心筋梗塞) 急性心筋梗塞以外の心・血管疾患 (狭心症、不整脈、高血圧性心疾患※、大動脈瘤および解離など) 	<ul style="list-style-type: none"> 脳卒中 (くも膜下出血、脳内出血、脳梗塞) 脳卒中以外の脳血管疾患 (脳動脈瘤、もやもや病、高血圧性脳症など) 	<ul style="list-style-type: none"> 糖尿病 肝硬変 慢性じん不全 慢性すい炎

※特定重度疾病共済の支払対象である「心・血管疾患」には「高血圧性心疾患」「高血圧性心じん疾患」といった高血圧に起因する心・血管疾患が含まれますが、単なる「高血圧症」は支払対象とはなりません。

大東支店 小山凌 [LA]

ポイント
②

①がん、②心・血管疾患、③脳血管疾患、④その他の生活習慣病の4つの区分ごとに、共済期間を通じてそれぞれ1回、最大で4回共済金がお受取りになれます。



※がんに関する責任(保障)の開始は、ご契約日からその日を含めて91日目からとなります。これより前に被共済者ががんと診断確定された場合には、がんにかかる共済金はお支払いいたしません。なお、がん以外にかかる疾病区分および共済掛金の払込免除についてはご契約日から保障します。

ポイント
③

まとまった一時金で受け取れるため、治療費や収入減少など
継続的な治療による様々な経済的負担に備えることができます。

初期費用	退院後にかかる費用	その他の費用
<ul style="list-style-type: none"> 入院費用、手術費用 入院、手術以外の一時的な出費 (テレビカード代、着替えのクリーニング代等) など 	<ul style="list-style-type: none"> 通院費用 投薬費用 など リハビリ費用 	<ul style="list-style-type: none"> 収入減少への補てん 家族等によるお見舞いや付添いにかかる費用 快気祝い など



大東支店 疋野光太 [LA]



2032 0320 134

加茂支店 小山香織 [LA]

保障設計のプロがあなたにピッタリの保障をご提案します。
お近くの支店までお気軽にご相談ください。

この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。



6月のあなたの運勢【魚座 2/19~3/20】
【全体運】あれもこれもやらなければと気負い過ぎてリズムを乱してしまえそう。できそうにないことは早めにお断りを
【健康運】旬の食材を取り入れた食事が元気の源【幸運の食べ物】ドジョウ



6月のあなたの運勢【水瓶座 1/20~2/18】
【全体運】パフフルに動き回れる好運。優先順位を考えて効率良く動きましょ。見晴らしの良い開けた場所にツキ
【健康運】外出後はうがい、手洗いを忘れずに【幸運の食べ物】ピワ

Green Center News
グリーンセンターだより

中後期除草剤のご購入はお済みでしょうか?
この時期を逃すと雑草防除が難しくなります。



水田病害虫雑草防除の季節が やって参りました!

フォローアップ
1キロ粒剤 水稲用中・後期除草剤



● 初期剤、一発剤との体系で使用
する中後期除草剤
● 幅広い雑草に効果があり!
● ノビエは5葉期まで使用可

[1kg] **3,581**円(税込)

[10kg] **33,074**円(税込)

**ビームエイト
スタークルソル**
殺虫殺菌剤



● いもち病とカメムシ類・ウンカ類
に高い防除効果を有する混合剤。
● 2つの有効成分とも速やかに稲
体内へ浸透移行し、長い残効性と
耐雨性を示します。
● 空中散布にも対応し
● 収穫7日前まで
使用可。

[500ml] **4,110**円(税込)

除草剤のお求めはお近くのグリーンセンターまで!

臨時休業のお知らせ

棚卸のため下記の通り、グリーンセン
ターを休業いたします。

6月30日(火) ◎大東グリーンセンター

7月1日(水) ◎奥出雲営農経済センター
◎仁多グリーンセンター
◎飯南営農経済センター
◎頓原グリーンセンター
◎中央グリーンセンター

大変ご迷惑をお掛けいたしますがご理解
いただきますようお願いいたします。

地区版

JALまねは、出産・育児を応援します!

出産・育児コミュニティ
JALまね

こども
倶楽部

2020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 2020年4月1日~2021年3月31日

ご興味のある方は最寄りのJA支店窓口まで
お問い合わせください。

妊婦のママさんを応援

JALまねでは島根県在住の妊婦の
方を対象に、出産や育児に関する情報
誌、暮らしに役立つ情報冊子を毎月無料
で配布しています。詳しくは最寄りの
JA支店窓口までお問い合わせください。

させていただきます。

秋まき野菜栽培講習会 (産直)の中止について

例年6月に開催しております秋まき
野菜の栽培講習会ですが、新型コロナウイルス
感染拡大防止のため今回は中止
いたします。

つきましては、秋まき野菜の栽培資料
および秋まき野菜用種子・資材注文書
を7月1日(水)より7月8日(水)まで備え
置きますので最寄りの各営農経済セン
ター、各グリーンセンターにお越しくださ
い。なお、注文書の締切は7月10日(金)と
させていただきます。

各種検診日の変更について

JALまね広報誌4月号に掲載し
ておりました6月実施の検診は、新型
コロナウイルス感染拡大防止のため、左
記の日程に変更となりました。

日程	場所	実施検診	申込締め切り
9月 4日(金)	雲南 地区本部	農業者・女性部健診	7月10日(金)
9月10日(木)		巡回人間ドック	
9月11日(金)		巡回人間ドック・胸部CT検診 マンモグラフィ乳がん検診	

※新型コロナウイルス感染症の状況により再延期または実施できない場合があります。

●お申込み方法

各支店窓口にある申込書に記入しご
提出いただくか、FAXでふれあい課
まで送ってください。

●お問い合わせ先 ふれあい課

TEL / 085414219053
FAX / 085414219100



年金についてのご相談はJAで！
年金相談会のご案内

無料

●大東支店
7月29日(土) 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。
- ◎新型コロナウイルス感染拡大防止のため、変更・中止となる場合があります。

JAバンクからのお知らせ

ただいま「JAバンクしまね」では

- ①子育て世代の方
- ②当JAにて給与・年金のお振込みの方
- ③当JAにて年金お振込みの予約の方

を対象に、住宅・マイカー・教育の各ローンお申し込み時に金利引き下げのご案内を行っております。

詳しくは各支店の窓口までお問い合わせ下さい。

令和2年度米水分計の点検について(ご案内)

米水分計の点検を下記の通り実施いたします。共同施設及び各農家に保有されております米水分計について、是非、この機会に点検を受けていただき、良質米の生産(過乾燥・水分過多防止)にお役立て頂きますようご案内いたします。

- 受付期限 令和2年 7月3日(金)(期日厳守にてお願いします)
- 受付場所 JAしまね雲南地区本部経済部農業機械課
(雲南市三刀屋町三刀屋111番地3)
フリーダイヤル 0120-19-1739
最寄の営農経済センター・グリーンセンター・各支店へお持ち出してください。
- 対象銘柄 (株)ケット科学研究所/ライスタm、ライスタfなど
静岡製機(株)/コメットCD-5など
※点検対象の銘柄につきましては、株式会社ケット科学研究所および静岡製機株式会社とさせていただきます。ご理解・ご協力のほどよろしくお願い致します。
- 点検内容 基準米による水分測定(±0.2%範囲内、3回程度測定)、
圧力調整、キートップ・電池接点の不具合修理、電池液漏れ確認、清掃
- 点検料金(消費税込)

項目		受付期限内	受付期限経過後
点検料	ケット：ライスタf型等	2,200円/台	4,400円/台
	静岡製機水分計 CD-5 等	2,200円/台	4,400円/台
調整料		2,200円/台	3,300円/台
修理料		実費	実費
部品代		実費	実費

※ケット科学研究所のPM、PB型は別途料金となります。詳しくはご相談下さい。

●点検をご依頼される場合は、所有者の氏名、地区名、電話番号を明記した札を必ずつけていただきますようによりしくお願い致します。必ず試料皿を添付して下さい。水分計に付属している試料皿がないと点検ができません。

☆米麦水分計の取扱いについて☆

今回の点検は、水分値の適正表示を確認するものであり、点検結果を保証するものではありません。点検実施後であっても、経年劣化など何らかの要因により、実際の使用時に異常数値を表示する場合があります。また、乾電池は毎年新しいものを使用して下さい。乾電池の容量が少ないと正しい測定が出来なくなります。



農家応援 奥出雲和牛4種
食べ比べセット販売のご案内

JAしまね雲南地区本部が運営する楽天市場ショップ「奥出雲うんなんいただきます」にて「奥出雲和牛4種食べ比べセット」の販売を開始しました。ホテル、レストラン等に販売している「奥出雲和牛」の希少部位を詰合せにし、家庭で贅沢な味を楽しむことができます。

●ご注文方法/ショップ名「奥出雲うんなんいただきます」で検索

URL: <https://www.rakuten.ne.jp/gold/okuizumoitadakimasu/> ※ご注文受付は楽天市場のみとなります。ご了承ください。

●受付期間/6月30日まで ●お問い合わせ先/JAしまね雲南地区本部 営農部 営農企画課 電話番号:0854-42-9115

奥出雲和牛4種
食べ比べ

Aセット

6,500円
(税込)

◎セット内容:
奥出雲和牛4種(サーロインサイコロ・三角バラ(カルビ)・カミノミ・イチボ)各150g

奥出雲和牛4種
食べ比べ

Bセット

5,500円
(税込)

◎セット内容:
奥出雲和牛4種(ヒウチ・フランク(ササバラ)・カミノミ・イチボ)各150g

※冷蔵便 ※送料は配送先によって異なります。

7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窓口までお問い合わせ下さい。

●子牛市場成績表

中央“統落”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	前月価格比
雲南地区本部	雌	45	997,700	358,600	570,924	283	2,015	-46,543
	去	52	785,400	435,600	662,031	310	2,135	-28,382
中央市場	雌	111	997,700	77,000	543,182	284	1,911	-33,888
	去	140	858,000	11,000	633,938	307	2,064	-17,149

令和2年5月の全国主要子牛市場平均価格は、雌568,535円(前月比95%)、去勢640,850円(前月比95%)、計610,273円(前月比95%)で、統落の取引となっています。

市況 畜産

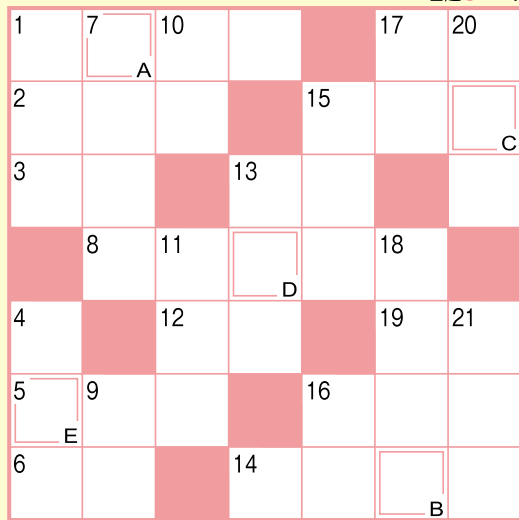
5月



CrossWord クロスワード パズル Puzzle

二重マスの文字をA~Eの順に並べて
できる言葉は何でしょうか？

出題 ● ニコリ



答え

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

・お預かりした個人情報は、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。

タテのカギ

- ①セーフではなくて
- ④赤い顔をして郵便物をのみ込み
ます
- ⑦漂白や殺菌に用いる白い粉
- ⑨タコやイカが吐きます
- ⑩銃のこと。モデル——
- ⑪土用の丑（うし）の日によく食
べられます
- ⑬冷やし中華に添える黄色い薬味
- ⑮水稲が育つ場所
- ⑯雨や日光を遮るために差します
- ⑰——眼鏡、——巻き
- ⑱寺社を巡って集めている人もい
ます
- ⑳畳表にも使われる植物
- ㉑目からぼろりと落ちることも

ヨコのカギ

- ①夏の夜明けにラッパ形の花を咲
かせます
- ②元素記号はH。『鉄腕アトム』
ではアトムの妹の名前になって
います
- ③誕生日が来ると一つ取ります
- ⑤この全自動洗濯機のコース運転
は、洗い→——→脱水と進みます
- ⑥起業して巨万の——を得た
- ⑧カメが日当たりのいい場所に
しています
- ⑫「有りの実」と呼ばれることも
あります
- ⑬スチールやアルミに分けてリサ
イクル
- ⑭北海道和種という馬の俗称
- ⑮障子やふすまなどのこと
- ⑯エジプトの首都
- ⑰自動車を数えるときに使う言葉
- ⑲義を見てせざるは——無きなり

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・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「J A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
J Aしまね 雲南地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2020年7月3日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「イチジク」



川柳の広場

最優秀賞

隙間風ケーキをふたつ 買いに行く
出雲市 戸谷てる美様

二人の仲に、ふつと隙間風を感じられた作者、すかさずケーキを買いに行
かれたとか。
句の中の「ふたつ」というフレーズが、愛の強さを感じさせてくれます。

優秀賞

陽だまりに抱かれ迷いが消えてゆく
江津市 渡辺 康乃様

塩あんの餅に昭和の祖母の味
大田市 塩毛 千介様

新緑に目覚めた五感動き出す
斐川町 野中 花蓮様

佳作

若者の元気が守る 過疎の村
松江市 高島ヤヨヒ様
贅沢は ゆつくり入る 家の風呂
出雲市 佐藤 勝枝様
ウィルスに気にもしない ツツジ咲く
江津市 山形ゆうき様
スッピンで外出できる マスク好き
益田市 伊藤せい子様
今日も又 コロナ コロナで 日が暮れた
邑南町 渡辺 里枝様



令和2年6月号「家の光」読者文芸コーナー（157ページ）
で、石川寿樹組合長の俳句が入選いたしましたので
ご紹介いたします。

藻塩田に 恋白鳥の 来てをりぬ



「家の光」6月号、定価629円。ご購入は、お近くのJAへお問合せください。

JAしまねびよりは、皆様からの俳句・川柳を募集しています。優秀句（最優秀賞1句、優秀句3句、佳作5句）

応募方法
俳句または川柳、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、ハガキ、FAX、
Eメールのいずれかでご応募ください。
※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、JA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
JA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」
FAX：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「JA商品券1,000円分」をお贈りします。

シロアリ警報!初夏は羽アリが多発!!

無料調査



シロアリ来襲

お宅は大丈夫ですか?

初夏は羽アリが出る季節。気付かないうちに住みついているかも。早めの防除があなたの家を守ります。

シロアリの予防・駆除は確かな実績と安心のJAへご相談下さい。

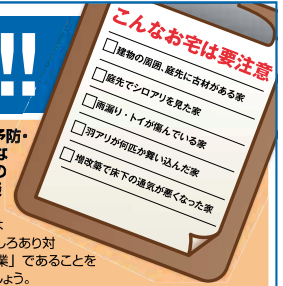
シロアリ防除は「(公社)日本しろあり対策協会登録企業」であることを必ず確認しましょう。

JAのシロアリ予防・駆除は安心です。毎年莫大な量の木材が、シロアリや木材腐朽菌によって失われております。JAとして、組合員の皆様の住まいの耐用年数を延ばし、住まいを守る防災対策として、シロアリおよび腐朽被害対策を行っております。

環境に適合した薬を使用
(公社)日本しろあり対策協会で効力・安全性の審査に合格した認定薬剤を使用しています。

資格者(プロ)による施工

(公社)日本しろあり対策協会の施工仕様にとりしりろあり防除施工士が施工しています。



取扱業者

株式会社 **コダマサイエンス**

(公社) 日本しろあり対策協会正会員
会員番号 鳥根県 002
会員番号 鳥取県 002

(本社) 〒690-0048 鳥根県松江市西塚島 2丁目 8-23

本社 TEL.0852-43-0852 FAX.0852-43-0866

JA全農基本契約業者「株式会社 特約施工店」

松江営業所 TEL.0852-26-6757 益田営業所 TEL.0856-22-5390

江津営業所 TEL.0855-52-6852 隠岐営業所 TEL.08512-2-2471

<http://www.kodama-s.co.jp/>

床下の無料調査(シロアリ駆除・防除等)に伺います。

床下の無料調査をご希望の方には、JAしまね取扱業者(株)コダマサイエンスの地区担当者が訪問しますので、よろしくお願致します。



お問い合わせは、最寄のJA各支店へご連絡ください。

J A し ま ね

毎日のあんしん・おいしいをおうちまで

JAくらしの宅配便

インターネットで注文できる
JAの
宅配サービス

国産へのこだわりと安全・安心の品質を
ご自宅や指定場所へお届けします。

オススメ!!
その①

「安全・安心」
にこだわり

食品添加物は摂取低減を基本として開発しています。不必要なもの、安全性に疑いのあるものは使用していません。

オススメ!!
その②

地球環境にも配慮して
商品開発を行っています

- リサイクルをすすめるゴミを削減
- 再生紙利用で森林資源を保護
- 水質汚染の原因物質の未使用

オススメ!!
その③

安心の国産原料

エコーマーク品は、安全・安心な国産の原材料を優先的に使用しています。主要原材料が国産100%であるもののみ左記の「国産愛用マーク」を表示するようにしています。

国産愛用
○○○○は
100%国産



エコーマーク品は
スマホ・パソコンから
簡単にご注文できます。

安全・安心にこだわった「エコーマーク品」がご自宅からいつでも注文でき、ご自宅または指定納品先までお届けいたします。



商品の内容など、お問い合わせは

JAくらしの宅配便事務局
お問い合わせ専用フリーダイヤル
0120-009366

※お間違いないようにおかけください。

受付時間 土曜日、日曜日、祝祭日
および年末年始を除く、午前 9:30 ~ 午後 5:00 まで

※お電話でのご注文は承っておりません

JAくらしの宅配便「ウェブサイト(インターネット)」

<https://jakurashi.zennoh.or.jp/>

JAくらしの宅配便

検索

会員登録がお済みでない方は、JAくらしの宅配便「ウェブサイト(インターネット)」の新規会員登録ページにて必要事項をご入力の上、新規会員登録(仮)を行ってください。仮登録後、担当地区JAよりご連絡いたします。組合加入の有無の確認をし、未加入の場合は組合員(准組合員)へ加入いただくことで本登録完了します。



しまねうれしび



島根県家の光講師 飯塚生美子先生

あごの梅しそロール焼き



・今が旬のあご(飛魚)は、島根県の「県の魚」に指定されています。
・刺身だけでなく、塩焼き、フライやソテー、はんぺんにしても美味しくいただけます。

アレンジ

・飛魚をアジ・サンマ・イワシに変えてもおいしくできます。
・Aのパン粉の中に粉チーズを加えてダブルチーズ焼きに。

●材料 (4人分)

飛魚……………4尾
青じそ……………8枚
梅干し(みじん切)……………大1個
スライスチーズ……………1枚
小麦粉……………小さじ1

A パン粉……………大さじ2
青じそ(みじん切り)……………1枚
オリーブ油……………大さじ1
レモン……………4片
爪楊枝……………8本

●作り方

- ①飛魚は三枚におろし、腹骨を取って水気を拭いておく。
- ②飛魚をまな板の上に並べ、塩こしょうを振って下味をつけてから、小麦粉を茶こしで薄くかける。
- ③魚の頭の方に青じそを置き、その上に梅干しとスライスチーズを等分に乗せる。
- ④魚の頭の方からくるくる巻き、巻き終わりを爪楊枝で止める。
- ⑤クッキングシートの上に④の魚を並べ、オーブントースターで7～8分焼く。(焦げそうになったらアルミ箔をかぶせる)
- ⑥一度取り出し、混ぜ合わせたAを乗せて、再びオーブントースターで焼き、パン粉に香ばしい焼き色がついたら出来上がり。
- ⑦レモンを添えて盛り付ける。

フレッシュブルーベリーパイ



・生や冷凍したブルーベリーを使って簡単にすぐ出来るパイです。
・おやつやおもてなしの一品にどうぞ。

アレンジ

・ブルーベリージャムを使ってもおいしくできます。
・パイシートの切り方を三角や丸に変えてかわいく仕上げることも!

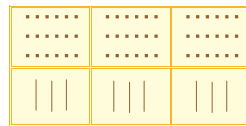
●材料

冷凍パイシート……………1枚
冷凍ブルーベリー……………100g

きび砂糖……………小さじ3
卵黄……………適量

●作り方

- ①パイシートをひとまわり大きくなるくらいに、めん棒で伸ばし、6等分に切る。(図参照)
- ②3枚はフォークで数か所穴をあけ、残りの3枚は3か所に切込みを入れる。(図参照)
- ③穴をあけたシートの回り1cm残して、小さじ1のきび砂糖を薄く広げ、その上にブルーベリー1/3を乗せ、さらに切込みを入れたシートをかぶせる。
- ④フォークでシートの縁を押さえて閉じる。
- ⑤溶いた卵黄をパイ生地の表面に塗る。
- ⑥クッキングシートの上に⑤のをせ、200度に温めておいたオーブントースターで10分間焼く。(焦げそうになったらアルミ箔をかぶせる)



パイシートの図

健康散歩

けんこうさんぽ



あなたの目、頑張り過ぎていませんか

スマートフォンにパソコンなど一昔前に比べると現代社会では目を酷使することが増えていきます。目を酷使し続けると目のレンズを調整する筋肉が疲れ、疲れ目に。その状態が長く続くと「眼精疲労」となり、目に痛みを感じたり、充血したり、中には頭痛や吐き気を感じることもあります。疲れ目は一時的なものです。眼精疲労は睡眠や休息では回復せずに慢性的に続きます。そうならないためにも、自分の目の状態をまずはチェックしてみましょう。
※これらの症状は、眼精疲労ではない原因で起こることもあります。そのため、セルフチェックは目安の一つと考え、症状が現れたら早めに眼科で相談してください。



眼精疲労チェック

- 視界がぼやける
- 目がかすむ
- 目の奥が痛い、熱い
- 充血
- 目が重く感じる
- 目がしょぼしょぼする
- まぶしく感じる
- 目の乾燥を感じる
- 異物が入っていないのに涙が出る など

疲れ目の対処法

◎まぶたを温める

まぶたの血行を良くするために、まぶたに温かいタオルをのせたり、両手をこすり合わせて温くなった手をあてたりして、まぶたを温めましょう。

◎眼球体操

目を見開いて、眼球を大きく回します。右回りと左回りをそれぞれ数回行います。体操後は目を閉じて少し目を休ませましょう。

目の疲れは誰もが感じている不調かもしれませんが、慢性的な目の疲れになってしまう前に、目を使うことが多い方は疲れ目対策をしてはいかがでしょうか。

JA島根厚生連

【編集後記】

新型コロナウイルス感染拡大ともなう自粛生活も緩和され、また以前の日常が戻りつつあります。窮屈な生活を体験したことで仕事の上でも家庭の中でも、いかに今までの日常が恵まれていたか改めて実感しました。気温が高くなりマスクがとても不快ですが、まだまだ気を抜かず一日も早い完全終息を願っています。(木村)

2020年6月17日発行(月1回発行)
編集/JAしまね ふれあい福祉課・雲南地区本部
発行/島根県農業協同組合 雲南地区本部
TEL 0854-42-9000 FAX 0854-42-9100
Facebookもチェック <http://www.facebook.com/umnanja>

