

JAしまねびより

2020

11

November
Vol.56

特集 JAしまね総合ポイント

「おさいふカード」活用方法

島根の
いいもの再発見!!

ひらたの柿

[出雲市]

詳細は6ページへ



JALしまね 雲南地区本部版

「令和2年7月豪雨災害」支援募金」贈呈式

JA島根中央

会は10月20日、同会の影山喜一常務理事が島根おおち地区本部、いわみ中央地区本部を訪れ「令和2年7月豪雨」被害への支援募金の贈呈式を行いました。翌日の21日には8月の大雨で被害を受けた隠岐地区本部に、支援募金を贈呈しました。



影山常務(左)から支援募金を受けとる佐々木本部長(右)

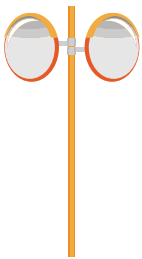


地域の交通安全のためカーブミラーを寄贈

毎年秋の交通安全運動に合わせ、JAしまね、JA共済連島根、一般財団法人島根県農協共済福祉事業団は、交通事故防止活動に役立ててもらおうと、県内各市町村へ全地区本部を通じてカーブミラーを贈呈しています。

JAしまね隠岐地区本部では9月24日、佐々木賢治本部長が隠岐の島町役場を訪れカーブミラー14基を寄贈しました。池田高世偉町長は「地域の交通事故防止や交通事故被害の軽減にしっかりと活用していきたい」と感謝の言葉を述べました。

また同地区本部では、平成31年3月より公用車全台にドライブレコーダーを設置。犯罪の抑止や犯罪・事故が発生した際に警察署等への情報提供を行い、迅速な解決が図れるよう取り組んでいます。



高齢者対策リーダー養成研修会開催

JAしまね



出雲地区本部は9月15日から10月6日にかけての3日間、高齢者対策リーダー養成研修会を開催しました。

シオン研修や救急講習など7講座を受講した修了生11人は、今後JAしまね出雲やすらぎ会の会員として、高齢者福祉活動に取り組んでいきます。

同会は1993年に結成し、現在会員は1,160人。体操教室などのミニデイサービスや独居高齢者への声掛け、草取りなどのボランティア活動を行っています。

同地区本部の岡田達文本部長は「やすらぎ会員も高齢化が進んでいる。積極的に活動に参加し、地域の活性化を担っていただきたい」と修了生に呼びかけました。



「やすぎ恋花まつり」を開催

安来市の農家60戸で構成される

やすぎ花卉部会は10月3日、4日の両日、同市内のプラナ多目的ホールで「やすぎ恋花まつり」を開催しました。

前日に行われた「やすぎの花」品評会に出品されたトルコギキョウや菊、カラー、ケイトウなど色とりどりの花卉50点が展示され、多くの来場者にやすぎの花の魅力を伝えました。

例年だと、イベントでフラワーアレンジメントの無料体験を行っています。今年は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止。その代わりとして子供たちに自宅でもできるフラワーアレンジメントキット30点を用意しプレゼントしました。プレゼントをもらった親子は「家に帰ったら子供と作って飾りたいと思います」と笑顔で話しました。



新型コロナウイルス感染症により 事業に影響を受けた農業者への JAしまねによる緊急支援の実施について

新型コロナウイルス感染症の発生により島根県内の農業者は、多大な影響を受けており、こうした中で当JAでは、国が措置した「経営継続補助金」の採択を受けられなかった農業者の経営支援および所得の確保や生産拡大を行う農業者の農業生産支援を行うため、県と連携し、「新型コロナウイルス対策支援事業」を緊急実施することとします。

記

1 支援規模(予算)

支援額 2億円

2 支援の内容

(1) 新型コロナウイルスにより事業に影響を受けた農業者の経営継続支援

①支援対象

- ・農林水産省の経営継続補助金の一次公募に申請を行った県内農業者(JAとりまとめ分:申請件数798件 申請額762百万円)の事業のうち不採択となった農業者が申請した機械、設備等。(但し、消耗品及びトラックなど汎用性の高いものは除く)

②支援額

- ・1件につき上限30万円(但し、事業費の範囲内で、島根県の農林水産業収益向上緊急支援事業による補助と当JAによる支援の合計額が、農林水産省の経営継続補助金の補助上限額(3/4)を超えないものとする。
- ・共同申請者及び集落営農法人については、上限を10人(300万円)とし、事業費の範囲内で支援する。

(2) 新型コロナウイルスにより事業に影響を受けた農業者の農業生産支援

①支援対象

- ・新型コロナウイルスより事業に影響が生じている農業者に対し、当JAが定める重点的な農業振興施策への支援を通じた所得の確保を目的に、農業生産拡大等を行う農業者。

②支援概要

- ・園芸重点5品目(アスパラガス、キャベツ、ミニトマト、たまねぎ、白ねぎ)及びブロッコリーの施設、機械の整備。
- ・繁殖用雌牛増頭支援。
- ・リースハウス、リースほ場団地、リース牛舎整備支援等。

3 対象者

新型コロナウイルスにより直接的・間接的な影響が生じている農業者、且つ別に定める要件を満たした当JAの組合員を対象。

<申請受付のお問い合わせ先>

JAしまね 本店営農対策部、最寄りの各地区本部(営農窓口)

JAしまね「おさいふカード」活用方法

JAしまね総合ポイントカード「おさいふカード」をご愛顧いただきありがとうございます。
今回は、上手にカードをご活用いただけるよう、めぐみちゃんの日常からアドバイスをもらいます。



JAしまねの組合員
「ふるさとめぐみ」ちゃん

※（ ）内のポイントはJAしまね組合員以外の方のポイント数です。

貯める

めぐみちゃんは島根県内の店舗、JAグリーン、グリーンセンター、
産直店舗やAコープで毎日お買物をしているよ!



- ラピタ、産直店舗でお買物…3万円/月の利用で**150ポイント** (150p)
さらにEdyで支払うと**150ポイント**が追加 (150p)
 - 資材専用店舗でお買物……2千円/月の利用で**20ポイント** (10p)
 - JA-S Sで給油 ……6千円/月の利用で**10ポイント** (5p)
- (注) JA-S Sでは事前に「おさいふカード」を給油カードに紐付ける手続きが必要です。
くわしくはJA-S Sまたは、支店窓口へお問合わせください。



楽天Edyも
Aコープも

楽天Edy、Aコープポイントが『おさいふカード』ポイントへ自動移行!

『おさいふカード』のEdyで
お買物した時に
楽天Edyポイントが



『おさいふカード』
ポイントに移行されます



Aコープでお買物した時に
『おさいふカード』を提示すると
Aコープポイントが

めぐみちゃんはJAが大好き! 給与振込も住宅ローンも貯金もJA!



よろしくね

めぐみちゃんは、JA支店窓口でこんな事業も利用していました。
『おさいふカード』を提示しなくても自動的にポイントが貯まります。

こんなポイントが!

- 給与振込の指定口座……年間**50ポイント** (25p)
- 年金受給の指定口座……年間**50ポイント** (25p)
- 投資信託(残高100万円の場合) ……年間**50ポイント** (25p)
- 定期貯金(残高200万円の場合) ……年間**100ポイント** (50p)
- 住宅ローン(残高1,000万円の場合) …年間**800ポイント** (0p)



めぐみちゃんはJA厚生連で「女性部健診」を受診しました!



- JA島根厚生連が行っている 農業者・女性部健診…1回**70ポイント** (70p)
- 担い手ドック………1回**120ポイント** (120p)

ご家族のポイントも貯めよう

「おさいふカード」をお持ちでないご家族のJAご利用
ポイントを、めぐみちゃんのカードに自動加点できます。

(注) 家族加点手続きが必要です。



(たとえば)
お父さんが住宅ローン
を利用しているが会員
登録していない。



めぐみちゃんの
『おさいふカード』に
家族のポイントが
貯まります。



(たとえば)
お母さんがJAに貯金
をしているが会員登録
していない。

他にも

- 『家の光』の年間購読…年間**100ポイント** (100p)
- 日本農業新聞の年間購読…年間**300ポイント** (300p)

組合員なら
さらにお得

以下の8項目は
組合員限定のポイントです。

- ① 組合員新規加入………**500ポイント**
- ② JA女子大学入学………**200ポイント**
- ③ 集落座談会出席………**100ポイント**
- ④ 各種ローン契約………2月末残高に応じたポイント
- ⑤ 生産資材………年間取引実績に応じたポイント
- ⑥ 農業機械………年間取引実績に応じたポイント
- ⑦ 米穀施設………利用に応じたポイント
- ⑧ 水稻育苗………利用に応じたポイント



JAしまね総合ポイントカード「おさいふカード」に関するお問い合わせは、お近くのJA窓口か下記連絡先までお願いします。

0120-031-207(平日9:00~17:00まで)

担当課より
ひとこと

『おさいふカード』は誰でも手軽にご利用いただける会員制の利用者還元カードです。
電子マネーの『楽天E d y』付きのカードも準備しておりますので、カードをお持ちでない方も会員登録いただき、ぜひ利用ポイントを獲得してください。
お申し込みはお近くのJAの支店窓口へお願いします。なお、利用ポイントには有効期限がございますので、獲得されたポイントはお早目にご使用ください。

企画管理部企画管理課 足立幸紀課長



使う



めぐみちゃんは貯まったポイント
を上手に使っているよ!

ポイントで
JAしまねの特産品
がもらえるよ!

「交換商品カタログ」の中からご希望の商品をポイントと交換できます。カタログは支店窓口またはJAしまねのHPをご覧ください。



「おさいふカード」
交換カタログ
はこちら



『おさいふカード』
でお買物!

ラピタ、グリーンセンターなどでお買い物代金として貯まったポイントが1ポイント1円で使えます。
〈例〉買い物代金/1,200円
1,000円を現金で、200円をポイントで支払う。



ポイント支払い
できる店舗一覧
はこちら



ポイントをお買物券に
交換!

発券機が設置してある支店・店舗・Aコープで500円券、または1,000円券を発行できます。



お買物券が使える
店舗一覧はこちら



〈重要〉
お買物券の
ご利用期限

発行日の6ヶ月後の
月末日までご利用
できます。

見本

カードNo: 01234567

発行日 2020年11月1日 00:00
発行店 000000 ●●●支店
発券番号 00000000000000

JAしまね お買物券

1,000円券

- 本券はご利用期間中、JAしまねの店舗、JAしまねの指定施設、鳥取県内のAコープ各店でのみご利用いただけます
- 商品券等金券類、切手等、一部ご利用いただけません
- 本券ご利用の場合、おつりの返金はいたしません
- 本券は現金との引換は出来ません
- 本券の盗難、紛失等の場合、その責任は負いかねます
- 発行したお買物券を返却し、ポイントをお戻しする事は出来ません

ご利用期限: 2021年04月01日



発行印	回収印

ご利用期限: 2021年4月1日の場合、2021年4月末まで使用可能 (記載日の月末日)

注意!

『おさいふカード』のポイント
には有効期限があります。

ポイントは付与された日の翌々年
(2年後)の年末までが有効です。

令和2年 3月31日 に獲得	令和3年	令和4年 12月31日 まで	令和5年 1月1日
100p	有効	有効	失効

『おさいふカード』はJA以外の優待店様でもご利用いただけます。

『おさいふカード』を提示していただくことで、
購入・利用代金の割引や粗品がいただけます。

- | | |
|---------------|---------------------|
| ①洋服の青山(全国) | ②はるやま(県内) |
| ③エフワンアズ(松江) | ④杜のパン屋(奥出雲) |
| ⑤トリム(安来) | ⑥バルーンカフェクリームソーダ(出雲) |
| ⑦島根ワイナリー(出雲) | ⑧メガネの三城(県内) |
| ⑨つぼうち推拿整体(松江) | ⑩セコム山陰(県内) |



「おさいふカード」
優待店特典の
詳細はこちら

*ポイントの付与や使用はできません。ご利用前に対象店でご確認ください。

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]

出雲市

今月は、出雲地区本部。出雲市万田町で柿の栽培に取り組む、JALまね出雲平田柿部会川瀬利治部会長にお話を伺ってきました。

ひらたの柿

平田の柿は打ち出の「こづち」!?

出雲市の北東部に位置する平田地区。島根半島を東西に走る北山山系。その南向き斜面の丘陵地で「ひらたの柿」は栽培されています。十六島へと繋がる山間にある川瀬部会長の圃場でお話を伺いました。ひらたの西条柿は60年以上の歴史を誇ります。広島県から入ってきたといわれ平田地域で栽培しやすいうよう、農業試験場にて品種改良。試行錯誤してできあがったのが西条柿「こづち」です。入ってきた当時は柿の溝は浅く、北山山系のミネ



作業出荷に追われる



お話を伺いました
川瀬利治さん

ラルを豊富に含んだ重粘土質での栽培に適し、品種改良を繰り返す中で溝が深くなり、今の形になったそうです。その形が「小槌」に似ていること、出雲大社のお膝元という縁起も担ぎ「こづち」というネーミングになりました。



干し柿などの加工品にも力を入れている

全国でもトップクラスの甘さを誇るひらたの西条柿は、先人たちの努力で開発され、平田地域に根づき今日に至っています。



先人たちの取り組みを誇りに前進!

柿の栽培は、年明けから春先(1〜3月頃)にかけての施肥、剪定作業から始まります。4月頃から発芽、5月に開花しますので、この頃に最も大事な作業の摘蕾を行います。この摘蕾作業で、その年の収穫が決まると言っても過言ではありません。玉太りを良く

し、糖度を上げるため、また樹木を守る上でも欠かせない大事な作業です。良い果実が実るように、良い蕾を適度な間隔で剪定。とても神経を使う作業です。摘蕾が終わるとすぐに夏。夏枝管理、枝つり、防除などの管理を行いながら摘果作業が始まります。



玉太りの良い柿がたわわに実る

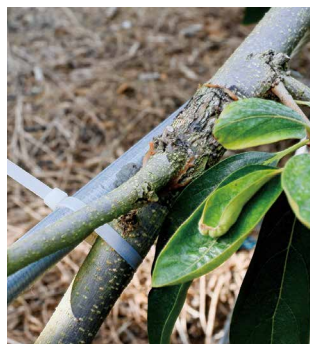
柿栽培では一枝一蕾を基本とし、下または横を向いて奇形・病害のない果実を見極め、摘果していきます。もうこの頃には、その年の収穫、柿の出来が分かれますので、今年はいいぞ!という瞬間はやはりなんとも言えない嬉しさがあるそうです。今年はまだにその年で、天候も柿にとってとても良く、出来が良いそうです。今年も美味しい柿が食べていただけそうですよ!そして10月初旬から12月中旬頃まで出荷を続け、一年が終わります。

新しいことにどんどんチャレンジ

川瀬部会長は部会員の減少、高齢化傾向など、次世代に引き継ぐために何が必要なかを常日頃から模索し、チャレンジを続けています。

近年ではジョイント栽培という栽培方法を取り入れ、新たなチャレンジを始めています。ジョイント栽培とは、柿の樹をとなりどうしでつなげて一本にするやり方で、側枝は主枝の両側にムカデの足状に規則正しく並び、作業性もよく「早期成園化」できるの

が特徴です。この栽培方法であれば低木で栽培でき、作業効率も大幅に改善できる上、高齢者でも安全に作業できます。



ジョイント栽培された柿の樹



シーズン前の大変な作業がその年の収穫を決める

また市場や消費者のニーズを的確に捉え、売れるものを作るということにもチャレンジします。例えば若い女性から「味が良く、歯応えも良いと評判」と直売所で得たヒントを参考に、太秋・陽豊の生産を増やしているのもその一つ。平成29年3月にはスーパークーリングシステムという冷蔵庫を導入。足の速い西条柿を計画的に保存・出荷・加工することに非常に役立っています。さらに同年にはJAと共同でリース団地4.7haを造成し、生産規模拡大に取り組み、Uーターンの若い新規就農者も徐々に増えていきます。

後継者の育成にも尽力

今は生果用、加工品ともに生産・出荷・販売と順調ですが中長期的な目で、後継者をいかに育てることができるといのが大きな課題。

まだまだ「柿栽培はいいですよ」なんて簡単に言えないとのこと。とあるアグリビジネススクールの挨拶の中で「遊び心で柿づくりはできません」と新規

就農希望者を前に、つついっい厳しい話をしたことも。

サラリーマンの経験を活かして

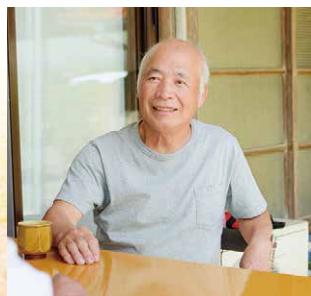
川瀬部会長はサラリーマン時代から数えると、柿の栽培はかれこれ25年になるそうです。今から約5年前に退職され、それを機に親から譲り受けた圃場を家族で営んでいます。3年前から部会長になられ「ひらたの柿」のことを日々想い、取り組んでおられます。

その努力の甲斐もあり、2012年には日本野菜ソムリエ協会が主催する第12回「野菜ソムリエサミット」食味評価部門渋柿の部で大賞を受賞するなど、ひらたの西条柿はその品質、糖度の高さ、食感の良さなどの、高い評価を得ました。

現在、87戸の部会員で西条柿を主力に富有柿、伊豆柿、太秋などを約58ha栽培し、年間600tを関西や中国地方などへ出荷しています。

干し柿などの加工品にも力を入れ、主に贈答用として「島根あんぼ」「スイートパーシモン」なども製造・販売しています。

川瀬部会長は、サラリーマン時代の営業・経営担当の経験から「損する仕事はやめて、無駄を削り効率を上げ、みんなで儲けよう」と部会をあげて様々なことに鋭意努力しています。前職で携わった営業や経営マネジメントなどのノウハウをフル活用し、生果と加工品の合計販売金額3億円を目標にがんばっています。今後は選果場の改修、加工品、加工場の体制改善、強化アップに向け、様々なことにチャレンジし続けたいと力強く話します。



「ひらたの柿」を、次世代へ紡ぐ。

川瀬部会長のご趣味は釣り。ただ「行きたくても農作業に部会業務などが忙しくて、なかなか行けない」と。そんな中「先日久々に農作業の合間に、息子と磯釣りへ行ってきました」と嬉しそうに語っておられました。「たまの息抜きも必要」とのこと。

「生産者はもちろん、選果場・加工場でお勤めいただくみんなと一体となって、次世代に「ひらたの柿」の魅力を紡いでいけば、後継者に上手く引き継げるはず」と、いつまでも目を輝かせながら話す川瀬部会長でした。



一口メモ

生食でもおいしい「ひらたの柿」。中でも主力の西条柿、富有柿の甘さと食感はピカイチ。その柿を手間隙かけて作られる干し柿「島根あんぼ」「スイートパーシモン」は、甘さがさらに凝縮され、上品で滑らかな食感が売り。首都圏を中心に年末年始の贈答用としても人気を集めています。生果用、加工品とも地元では直売所をはじめラビタや地元スーパーにも並びます。ぜひ一度「ひらたの柿」の甘さを食べ比べてみてください。



● 購入方法・お問い合わせ先 ●

JAしまね 出雲平田柿部会「ひらたの柿 直売所」
電話 0853-62-2960 (10月頃~12月中旬まで)



斐川女性部

私たち斐川女性部は、食育活動として地元の保育園児と一緒にサツマイモの定植と収穫を行っています。今年6月の苗植えは、自粛後初めての活動になりましたので、皆で顔を合わせる事ができ喜び合いました。そして10月にはたくさんのサツマイモを収穫することができました。

また、健康維持と地域の美化活動として「斐川町美化ウオーキング」を年間5回各支店を拠点に行い、女性部員と支店職員の交流の場にもなっています。他にも自分磨き「女性倶楽部ソレイユ」、月1回の職員用昼食作り「笑味ちゃん食堂」など、様々な活動をしています。

今年度はコロナ禍の中でも、楽しく笑顔になれる活動をしています。



地元の保育園児とサツマイモの収穫



女性倶楽部ソレイユ



斐川町美化ウオーキング

一所懸命青年連盟



JA YOUTH

JAしまねくにびき青年連盟

いけはら まき
池原 真樹さん



JAしまねくにびき青年連盟（以下、農青連）の池原真樹さん（41）は松江市の揖屋干拓地でミニトマトを栽培しています。以前、介護の仕事をしていた池原さんは、仕事を通して食の大切さを感じていました。そこで、市民農園を借りて野菜栽培を始めたところ、農業の面白さに気づき、『人を元気にする野菜を作りたい』という思いから就農を決意。くにびき地区本部が新規就農者育成のために運営している「だんだん営農塾」や松江市内の農事組合法人で農業研修を行い、平成29年からJAの水稲育苗施設を借りてミニトマト栽培を開始しました。今年から、JAしまねのリースハウス事業を活用して新たに栽培しています。「毎年変わる天候に苦労しますが、自分が作ったものを消費者に美味しいと言ってもらえる嬉しくなります」と語っていました。

農青連には、当時の委員長に誘われて加入しました。「普段、一人で作業することが多いため他の農業者と接する機会が少なく、農青連を通じて交流ができて刺激になります。今後は新しいハウスで年2作に取り組むことができるので、収量と品質を向上させていきたい」と抱負を語ってくれました。



あなたもチャレンジ 家庭菜園

落ち葉堆肥と 生ごみ堆肥

【落ち葉堆肥とは…】

広葉樹の中でも、ケヤキ、コナラ、クヌギなどが堆肥材料に適しています。落ち葉堆肥とは、落ち葉に米ぬか、油かす、骨粉などの有機質肥料を加えて発酵させた物で、肥料分を含んだ堆肥になります。



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。

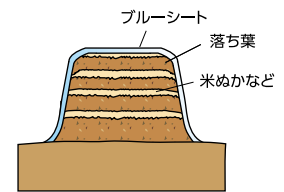
の容器を2個使い、1個目が満杯になったら2個目にごみの投入を始めれば、ほぼ年間を通して生ごみの処理と堆肥作りができる(図2)。

なお、生ごみ堆肥は窒素を5%程度含み、肥料効果が高いため、生ごみ堆肥だけで栽培するときは、1平方m当たり3~4kgにします。

落ち葉堆肥の作り方

- (1) 壁を利用したり、ベニヤ板でコの字形などの囲いで堆積場を作ってもよい。
- (2) 落ち葉を20cm程度の厚さに積む。米ぬかや油かすなど(落ち葉の重さの1~2%程度)をサンドイッチ状に積み重ね、水をたっぷりまいて踏み固める。
- (3) これを繰り返して1mくらいに積み上げる。
- (4) 1カ月に1回程度切り返し、落ち葉がボロボロに崩れてきたら(1年程度)完成です(図1)。

図1 落ち葉堆肥の作り方



生ごみ堆肥とは

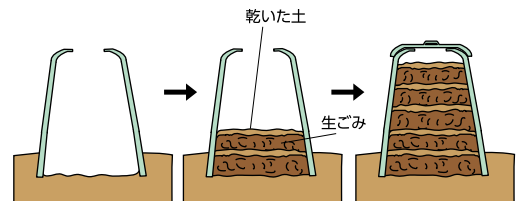
有機物である生ごみを微生物の働きで堆肥としてリサイクルすることができれば、ごみの減量に役立つだけでなく、地力を高めることもできます。

生ごみの90%以上は水分で、残りの大部分が有機物です。乾燥させて水分を飛ばすだけで減量し、元の重さの5分の1以下になりますが、これは堆肥ではありません。生ごみに米ぬかや油かすなどを加えて発酵させた物が生ごみ堆肥です。

生ごみ堆肥の作り方

- (1) 釣り鐘形のプラスチック容器(コンポスターなどの名称で販売)やポリバケツ(ふた付き)の底を切り取った容器を、土中20cm程度の深さまで埋める。
- (2) 水を切った生ごみを投入し、同量の乾いた土や落ち葉を重ねて入れる。容器が満杯になるまで繰り返す。悪臭や虫の発生を抑え、ごみの分解を早めるために、米ぬかをまぶしておくが良い。
- (3) 満杯になった後、1カ月以上放置しておく。一般家庭では、200L程度

図2 生ごみ堆肥の作り方



理事会情報 (9月30日開催)

【協議事項】

- ① J A しまね旅行事業の統一と移行について
- ② 令和2年度「農業振興支援事業」の本店損益配賦の変更について
- ③ 「新型コロナウイルス対策支援事業」の実施について
- ④ 貸出金償却および約定利息・遅延損害金減免について
- ⑤ 組合と理事との取引(契約)の承認について
- ⑥ 役員増資運動における今後の具体的な取り組みについて
- ⑦ 「中央会・厚生連・電算センターの組織・事業あり方検討委員会」の委員選任について
- ⑧ 重要な就業規則制裁条項の適用について
(紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)





ニンジンの収穫が最盛期を迎えています



♥ PROFILE
 仁多郡奥出雲町中村
大塚一貴さん(41)
 趣味: ゲーム
 アニメ

約6ヘクタールでニンジン、キャベツ、ホウレンソウを栽培。JAや産直市に出荷するほか、全国約200店舗と契約し個別販売も行っています。新規就農者のビジネスモデルの確立に向け、栽培技術の向上や販売促進に力を注ぎ、加工品の開発にも積極的に取り組んでいます。

今月は…
Iターンで就農。
大塚ファームを営む
大塚一貴さんをご紹介します。

大塚さんは東京都出身。専門学校を卒業後、都内のゲーム会社で11年間製作の仕事に携わっていました。趣味で始めた家庭菜園で農業に興味を持ち、「野菜づくりから販売までを本格的に行いたい」と就農を決意。小さい頃から度々訪れていた父親の実家がある仁多郡奥出雲町の環境に慣れ親しんでいたことから、同町で農業を始めようと、都内にあるふるさと島根定住財団の就農相談窓口を訪問。担当者の迅速な対応と情報連携に後押しされ、2011年に家族で移住しました。

2012年に同財団の産業体験事業を利用して同町の農家で2年間農業を学んだ後、安全・安心で高品質な美味しい野菜づくりを目指して2014年に「大塚ファーム」を開業。研修先農家で栽培技術を学んだキャベツやホウレンソウ、ダイコンの栽培に取り組み、翌年からニンジンの栽培を始めました。

農業を始めたきっかけ



パッケージのかわいいイラストは奥様が描かれたそうです



11月のあなたの運勢【牡牛座 4/20～5/20】
 【全体運】身辺にぎやかに。頼まれ事が手に余りそうなら一緒にやってくれる人を探しましょう。ペアの物がハッピー
 【健康運】気持ちいいくらいの強さで足のつぼ押しを【幸運の食べ物】カボチャ



11月のあなたの運勢【牡羊座 3/21～4/19】
 【全体運】気になることは少し様子を見て。結論を急がないのが幸せの秘訣。ひけつ
 金運は下旬から上昇。お誘いの予感も
 【健康運】朝は血圧のチェックから。散歩がお勧め【幸運の食べ物】ユズ

地区版

農業の難しさ

就農7年目を迎える大塚さんは、奥出雲町の冷涼な気候を生かし、標高差がある3か所の圃場でそれぞれの野菜を栽培しています。圃場ごとに収穫時期をずらすことで長期間にわたる出荷体制を整え、年間を通して安定した供給ができるよう生産量の確保を目指しています。「市場で必要とされる野菜を安定的に出荷することが大切」と話す大塚さん。どんなに高品質のものを作っても販路がなければ農業経営は成り立ちません。農業でしっかりと経営をしていくために、出荷先との信頼関係の構築と販路の開拓に力を注いでいます。

一大産地に対抗できるだけの生産量の確保が難しい状況において、個人で販路を開拓していく難しさを感じています。

農業の喜び



全て手作業で丁寧に収穫します

順調な農業経営により栽培面積も年々拡大し、ニンジンでは年間約75トン、キャベツは40トン、ホウレンソウは2トンを出荷するまでになりました。

減農薬・減化学

肥料にこだわり、安全・安心な野菜づくりを心がけるとともに市場の規格を意識して栽培に取り組んでいます。販売方法にも工夫を凝らし、消費者の目を引くイラスト入りのパッケージでオンラインワンを目指しています。「消費者のみなさんが購入してくださることはもちろんですが、自分が思い描いたとおりの野菜ができた時はとても嬉しいですし」と自身の栽培技術の向上に喜びを感じています。また、6歳になる娘さんが「将来ニンジン農家になりたい」と、収穫作業を手伝ってくれることも喜びの一つです。

今後の目標

黄色や白、紫のカラフルなニンジンの栽培にも取り組む大塚さん。知り合いのシェフから話を聞き、試しに栽培したことがきっかけでした。ニンジンを使用した加工品の開発も行い、昨年から販売を開始。色鮮やかなニンジンの特徴を生かしたドレッシングは好評で、継続的に販売を行うとともに、今後は新たな加工品の開発にも挑戦していきたいと考えています。

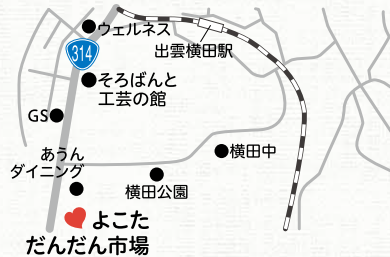


ニンジンのコンフィチュール(ジャム)とドレッシング

「新たな農業経営のモデルを確立し、新規就農者の受け入れ等も視野に入れ地域振興に貢献していきたい」と意気込みます。

商品のご購入は！ よこただんだん市場

YOKOTA DANDAN ICHIBA



プチ情報

大塚さん自慢の野菜やドレッシングは、雲南管内の産直市のほか、松江イオン内にある「モリモリ奥出雲」、県内外のスーパーなどに出荷されています。カラフルニンジンのドレッシングは、原材料にもこだわり、化学調味料・着色料無添加。使い勝手がよくサラダだけではなく炒め物にも合うそうです。

- 住所: 仁多郡奥出雲町下横田1652-1
- 営業時間: 10:00~17:00
- 定休日: 年内無休(年末年始に休みあり)
※1月~4月下旬までは火曜日休み
- お問い合わせ先: ☎0854-52-9234



取材を終えて...

取材者からひとこと

「子どもに食べさせたい野菜」をコンセプトに安全・安心な野菜づくりにこだわり、消費者の目をひくオンラインワンの販売を実践する大塚さん。農業経営に対する熱い思いを感じました。大塚さんの今後のビジョンに期待が高まります(*^_^*)



雲南管内の
ふれあいニュース
旬な情報をお届け！



01

新たな地域農業の創造 鍋山地区の三組織が連携

雲南市三刀屋町鍋山地区で10月6日、地域自主組織「躍動と安らぎの里づくり鍋山」、同地区9集落で作る「三刀屋鍋山集落協定」、農業担い手組織「鍋山担い手ネットワーク協議会」の三者が連携協定を結び、「鍋山地区集落連携協議会」が誕生しました。

この連携協定では、中山間地域が抱える人口減少や高齢化、地域環境保全コミュニケーション維持などの共通課題に対し、中山間地域等直接支払交付金第5期対策の「集落協定広域化加算」「生産性・付加価値向上加算」「集落機能強化加算」を活用して取り組みを強化します。

調印式には関係者など約30人が出席。新たに誕生した「鍋山地区集落連携協議会」

の藤原俊雄会長は、「この協定締結を機に担い手不足の解消や地域課題の解決に向け、より一層連携を強化し、取り組んでいきたい」と意気込みを語りました。



調印した協定書を手にする各組織の代表者と速水市長（左から鍋山担い手ネットワーク協議会の石原会長、三刀屋鍋山集落協定の藤原代表、速水市長、躍動と安らぎの里づくり鍋山の泰会長）

02

奥出雲町の園児が サイロにお絵かき

仁多郡奥出雲町で10月16日、同町の園児が大型ラッピングサイロに絵を描く「千し草ローレルペイント」が開催されました。同地区の鳥上公民館が主催するこのイベントは、同町大呂の和牛繁殖農家、永井康夫さんの発案で5年ほど前から始まりました。今年は横田、八川、馬木の3幼児園の年長約30人が参加。秋晴れのもと永

井さんの牛舎に隣接する圃場に並べられた120個もの白いサイロにスポンジや筆で思い思いに色をつけたり、好きな絵を描いたりして楽しいひと時を過ごしました。

発案者の永井さんは「子どもたちに絵を描いて楽しんでもらい、この地域で過ごした楽しい思い出を忘れないでほしい」と話しました。



▲サイロに絵を描く永井さんと園児

サイロは来年5月頃まで展示され、多くの人の目を楽しませます。

03

令和2年度 飯南町秋季畜産共進会開催

10月27日、飯石郡飯南町の赤名集畜所で子牛の共進会が開催されました。同町で育てられた子牛17頭が出品され、山本弘和さん（真木地区）の「みずき号」が特選賞首席に輝きました。次席には那須貴宏さん（長谷地区）の「みふゆ号」、三席には小林幸江さん（谷地区）の「もとえびはな2号」がそれぞれ選ばれました。

今年度は新型コロナウイルス感染症対策のため各地で共

進会が中止される中、同町は畜産振興の目的で開催を決定。当日は例年に比べ規模を縮小し、入場制限をするなど十分に感染対策を行って子牛の審査を行いました。

山碓英樹飯南町長は閉会式で、「コロナ禍においても飼育農家の和牛改良への意欲と熱心さが伝わった。令和4年開催の全共（全国和牛能力共進会）への出品につなげてほしい」と期待を込めました。



▲特選賞首席に輝いた「みずき号」と山本さん



11月のあなたの運勢【乙女座 8/23～9/22】

【全体運】ラッキーな情報が飛び込んできそう。友人と共有すればよりハッピーに。おけいこ事や検定試験の勉強につき

【健康運】一緒に体を動かす仲間をつくと長続き【幸運の食べ物】スプラウト



11月のあなたの運勢【獅子座 7/23～8/22】

【全体運】強く出過ぎると問題発生の暗示が。一歩下がって寄り添う姿勢を見せて。驚くほどスムーズに進展して、びっくり

【健康運】専門家の助言を得てトレーニングを開始【幸運の食べ物】ジネンジョ

FUREAI NEWS
04

島根特産の西条柿「こづち」出荷ピーク迎える

島根県特産の西条柿ブランド「こづち」の出荷作業が10月8日から雲南市大東町の大東農産物集荷場で始まりました。JAしまね雲南地区本部管内の「雲南市西条柿生産者組合」の生産者が運び込んだ柿の選果作業が順調に進む中、ピークを迎えた26日には約1トンを市場へ向け出荷しました。

集荷された柿は、検査員が色や形をチェックし等級を分け、重量によってM〜4Lの5階級に選別。ドライアイスを使った渋抜き処理をしてから市場に出荷しています。

同組合の石原博行組合長は「4月の長雨と8月後半の干ばつの影響で、例年よりやや小ぶりではあるが、収量は期待できる。糖度も十分。美味しい柿

を是非みなさんに味わってほしい」と話しました。出荷作業は11月中旬までを予定し、出荷総量は例年並みの9トンを見込んでいます。



▲出荷された柿の色や形をチェックする石原組合長(左)と検査員(右)

FUREAI NEWS
06

新たなスタートへ新総代へ研修会を開催

JAしまね雲南地区本部は10月12日から19日の6日間にわたり各会場において新総代へ研修会を開催しました。

研修会では組合員の代表として積極的に事業運営に参加いただくため、JA組織や事業、総代の役割等について理解を深めていただきました。

当日いただいたご意見は真摯に受け止め、組織運営と各事業に反映させて参ります。



▲雲南地区本部会場の様子

FUREAI NEWS
07

農業機械大展示会開催

JAしまね雲南地区本部は10月24、25日の両日、地区本部駐車場の特設会場で農業機械大展示会を開催しました。会場では、メーカーや関連業者など、8社が約200点の農機

を展示。実際に機械を見ながらJA職員やメーカーの担当から説明を受ける来場者が多数見られました。肥料・農薬の相談や土壌診断、玄米の食味計測も実施し、産直野菜や生活資材、鶏糞など農機以外の



▲新型機種や特価品も豊富に取り揃えました

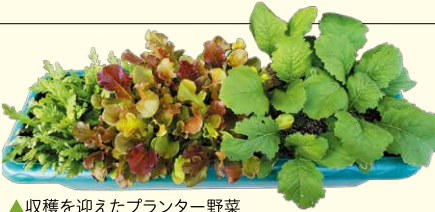
販売も盛況で、2日間で約780人が来場しました。

FUREAI NEWS
05

あぐりキッズスクール特別編 収穫の秋到来

JAしまね雲南地区本部は、管内の小学生を対象に体験型の食農教育を行う「あぐりキッズスクール」を毎年開校しています。今年度は新型コロナウイルス感染症対策によりナウイルス感染症対策により開校を中止したため、特別編として同地区本部職員による「バケツ稲づくり」と管内の小中学生・その家族を対象にした「ミニプランターによる野菜づくり」を行いました。

栽培方法や生育の様子を



▲収穫を迎えたプランター野菜(左からサラダ春菊、リーフレタス、サラダカブ)

SNSで配信し、順調に生育した稲や野菜は無事収穫を迎えました。プランター野菜づくりでは管内の希望者15組の親子に栽培キットを

配布し、配信された動画を見



▲参加者から投稿された写真 美味しそうなサラダができました

ながら自宅で野菜づくりを体験してもらいました。参加した保護者からは「こどもが自発的に水やりなどし、観察力も養えた」と喜びの声が聞かれました。

うんなん 女子力



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

加茂支部

～落語寄席観覧会開催～

と き/10月25日(日) ところ/雲南市加茂B&G海洋センター 第一体育館(アリーナ)

◎出演/奥出雲町立高尾小学校のみなさん

今年度初めての活動は、奥出雲町立高尾小学校の児童のみなさんによる落語寄席「高尾小にここ寄席」の観覧会を行いました。



思い思いに落語を楽しみました

当日はたくさんの部員が足を運び、久しぶりの再会を喜ぶとともに、楽しいひと時を過ごしました。



同小学校の1年生から6年生までの児童計5人による小話や交通安全などをお題にした大喜利が行われ、児童が抑揚をつけて流暢に話すかわいらしい姿に笑顔が溢れ、会場は和やかな雰囲気になりました。

堂々と落語を披露する児童

今後でもできる活動を少しずつ行っていきます。

横田支部

～ふれあいの集い開催～

と き/10月27日(火) ところ/ホテル玉泉

◎講師/はっぴーすまいる ふわり代表 田中 恭子氏(手形アート教室)

横田支部では、女性部員の健康維持・増進を目的として「ふれあいの集い」を開催しました。



作品とともに記念撮影

今回は12人の部員が参加し、健康教室と手形アート教室を行いました。

健康教室では笑いが健康に与える効果について学び、ゲームを行って部員同士の交流を深めました。また、手形アート教室では、「ペタペタ



創造力を働かせ自由に描きます

アートアドバイザー」の資格を持つ田中先生を講師に招き、自分の手形を使ったアート作品を制作しました。日常の忙しさを忘れ、心癒される楽しい一日を過ごしました。

JA女子大掲示板

JA女子大学「プレディ」

～現代流冠婚葬祭マナー講座～

と き/10月8日(土) ところ/雲南地区本部

◎講師/ユミ・プロデュース 代表 池上 由美氏

第2回の講座は、大人なら知っておきたい冠婚葬祭のマナー講座を開きました。



熱心に耳を傾けます

今回は、民間企業や官公庁などあらゆる業界でマナー講師としての実

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。

績をお持ちの池上先生を講師に招き、冠婚葬祭の場面で身につけておくべき必要な知識について分かりやすく教えていただきました。



祝儀袋に表書きの練習をしました

講座では、冠婚葬祭の意味やその場に合った装い、贈答のマナーや祝儀袋・香典袋の使い分けなど、日常生活で役立つ内容を中心に教えていただきました。

学生は「知っているようで知らなかったこと、間違っ身につけていることの多さに驚きました。この講座で得た知識を活用していきたいです」と感想を述べました。



11月のあなたの運勢 [山羊座 12/22～1/19]

【全体運】やりたかったことへと道が開けます。やる気をアピールしてください。リーダー役を頼まれたら引き受けて◎
【健康運】無理をしないのが一番。枕選びが重要 【幸運の食べ物】柿



11月のあなたの運勢 [射手座 11/23～12/21]

【全体運】あちこち引っ張り出されて忙しくなりそう。ただ、人の輪の中にはラッキーなご縁が。音楽鑑賞はいい気分転換に
【健康運】ハードな運動もいいですが、一押しはダンス 【幸運の食べ物】ズワイガニ

食品衛生法改正に係るお知らせ



直売所へ加工品を製造、販売している皆様へ

食品衛生法改正によりHACCPによる衛生管理の義務化が決定しました

令和2年6月1日から食品を取り扱う従業員が50人未満の事業者は、HACCPの考え方を取り入れた衛生管理の実施が必要です。

Q. 衛生管理の実施って何をしたらいいの？



A. 事業者の方が実施するのは次の通りです。

1. 衛生管理の手引き書を探します。
(加工品の品目ごとに手引き書は異なります。詳しくは厚生労働省のHPに掲載されています)
2. 手引き書を一通り読み、衛生管理計画書を作成しましょう。
衛生管理のポイントは次の2つです。
 - ①一般衛生管理: 日常的・定期的に行う衛生管理
(従業員の健康・衛生管理・製造環境の衛生管理等)
 - ②重要な管理: 一般的衛生管理よりもさらに重要な衛生管理
(殺菌・金属検出・加熱等)
3. 衛生管理の実施状況の記録と保存
作成した計画が実施できたかどうか、毎日記録表に記録します。



①一般衛生管理の記録例

項目	1. 従業員の健康・衛生管理										2. 製造環境の衛生管理									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
日付																				
1	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
2	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
3	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

②重要な管理の記録例

原料受入検査表						
年月日	原料名	原産地	数量	検査	判定	備考
					合格	
					合格	
					合格	
					合格	
					合格	
					合格	
					合格	
					合格	
					合格	

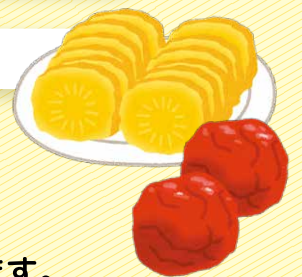
手引き書に載っている記録表の例を参考にしましょう。

詳しい情報は、[島根県 HACCP](#) または、最寄りの保健所にご相談ください



直売所へ漬物を製造、販売している皆様へ

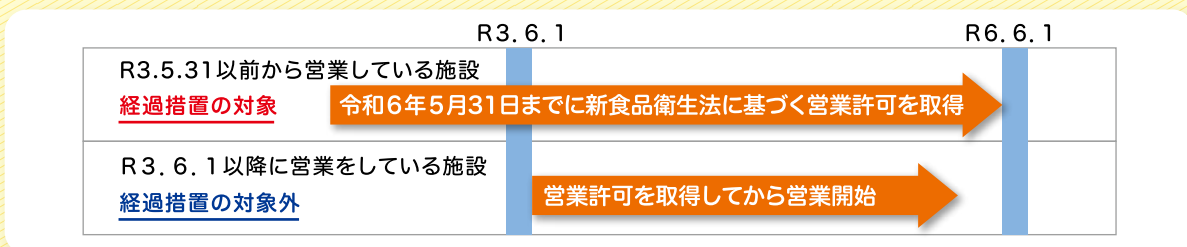
食品衛生法の改正により漬物製造業が新設されました



Q. どう変わるの？

A. 令和3年6月1日から、漬物の届出制度が営業許可制度に変わります。これにより、漬物を引き続き製造するためには営業許可の取得が必要です！

※ただし、R3年5月31日までのところで営業されている方については3年間の経過措置が設けられます。なお、届出がまだの方は保健所へ届出をしましょう。届出をしたか不安な方につきましては、雲南保健所(☎0854-42-9515)までご相談下さい。



地区版

奥出雲産直振興大会の
中止について

毎年開催しております奥出雲産直振興大会は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今年度は中止とさせていただきます。

来年度は、新型コロナウイルスが収束し開催できる事を願っております。開催した際には、ぜひご参加いただきますようお願いいたします。



雲南旅行センター廃止のお知らせ

令和2年12月よりJA旅行事業の運営体制を本店経済部に集約し、それに伴い雲南旅行センターは11月末をもって、廃止することとなりましたのでお知らせいたします。

なお、旅行に関するご相談等の取り次ぎは今まで通り行いますので、各支店までお問い合わせ下さい。

●依頼退職(10月31日付)
▼田邊千恵(本店共済部共済事務センター共済事務管理課)
※()内は旧部署

令和2年産米 上位等級比率ならびに集荷数量

【上位等級比率】

10月30日現在

種類	仁多	横田	大東	加茂	木次	三刀屋
コシヒカリ	79.5%	86.6%	56.4%	60.7%	41.4%	53.4%
きぬむすめ	100.0%	100.0%	53.2%	49.8%	47.6%	49.0%
つや姫			93.8%	89.8%	58.2%	88.2%
うるち米計	80.5%	86.5%	58.5%	48.8%	44.6%	56.7%
酒米	49.2%	35.0%	2.7%			0.0%
もち米	68.0%	77.7%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
産米全体	73.2%	83.5%	51.7%	48.7%	44.5%	54.8%

種類	吉田	掛合	頓原	赤来	合計
コシヒカリ	55.4%	64.1%	85.9%	95.1%	75.8%
きぬむすめ	89.2%	60.3%	100.0%	100.0%	55.0%
つや姫	93.8%	100.0%	100.0%	100.0%	90.6%
うるち米計	71.3%	65.5%	63.9%	95.3%	68.8%
酒米	50.4%	0.0%	54.5%	71.1%	38.7%
もち米	89.1%	66.2%	77.3%	83.3%	77.0%
産米全体	71.4%	61.6%	65.5%	88.6%	67.3%

【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	11,514	21,348	8,946	5,400	2,928	4,270
きぬむすめ	429	18	6,758	4,112	1,943	3,021
つや姫			1,104	1,380	299	917
うるち米計	12,258	22,263	20,479	16,152	5,185	10,192
酒米	3,061	1,080	2,751			308
もち米	2,968	2,517	116	18	10	44
合計	18,287	25,860	23,346	16,170	5,195	10,544

品種	吉田	掛合	頓原	赤来	合計
コシヒカリ	2,315	5,095	6,389	11,259	79,464
きぬむすめ	526	1,087	118	397	18,409
つや姫	533	611	151	74	5,069
うるち米計	4,112	7,128	9,707	11,730	119,206
酒米	123	459	815	2,674	11,271
もち米	184	139	2,028	6,027	14,051
合計	4,419	7,726	12,550	20,431	144,528

※カントリーエレベーターの実績を含んでおりません。

Green Center News
グリーンセンターだより

水稲肥料・農薬の
注文書が変わります

今年度から注文書の様式が変わります。ボールペンで「氏名」「集落名」「電話番号」「ご希望数量」をご記入の上最寄りの支店、グリーンセンターへご提出下さい。
※既に印字してある場合は記入不要です。
※「生産者控え」がありません。本冊品目欄にご購入数をメモしてお控え下さい。

位置番号 00100051 島根県農業協同組合 雲南地区本部 0001

申込区分 12819001 令和3年産水稲肥料・農薬予約注文書

支店

組合員 氏名 雲南 太郎 印

集落名 里 5 /

電話番号 42-9130

品名コード	品名	規格	予約単価	注文数量
0002	回収確安		1,222	10
0003	なたね粕		1,837	8
0004	炭酸苦土石灰(粒)		707	2
0005	優作		3,135	15
0006	くみあい個形34号 20K		2,423	8

「氏名」「集落名」「電話番号」を記入下さい。
※既に記載がある場合は不要

ご希望商品欄に「予約購入数量」をご記入下さい。
※「注文者控え」はありません。

専用機器で読み込みます。「折り曲げ」「汚れ」のないようご提出下さい。



11月30日は年金の日

年金の日を知っていますか？

厚生労働省は、毎年11月30日を「年金の日」としています。この日に自分の年金加入記録や、年金見込額などを確認し、老後の生活設計を改めて見直してみませんか？

こんな方法で“自分の年金”を確認してみましょう

「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」日本年金機構から届く書類で自分の年金加入記録が確認できます。「ねんきんネット」に登録すると自宅のパソコンなどから最新の年金記録が確認できます。

気になることがあれば、年金事務所へ年金記録に気になる点があれば、年金事務所などの窓口で相談してみましょう。相談の予約もできます。

ねんきんダイヤル **0570-05-1165**

＼年金についてのご相談はJAで！／

JAバンクからのお知らせ

ただいま「JA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。

冬に備えて

除雪機の準備はお済みですか？

各種メーカー
除雪機あります!!

新規でご購入又は
買い替えを
お考えの方はお早めに!



主な取り扱いメーカー

ホンダ、和同産業、クボタ、フジイ、工進 など

※価格等詳細につきましては下記までお問い合わせ下さい。

●お問い合わせは… JAしまね雲南農機センター

フリーダイヤル **0120-191-739** まで

ステーキハウス萌美野 TOPICS

●定番人気メニューのご案内●



女性にも人気です
にんにくと野菜そして奥出雲和牛のハーモニー。
スタミナつけて今日も元気にレッツゴー!!
〈奥出雲和牛使用〉

●スタミナ丼 1,130円(税込)

◎みそ汁・サラダ・漬物付き

JALまね
雲南地区本部直営のお店

◎営業時間

11時～14時(LO/13時30分)

17時～20時(LO/19時30分)

◎定休日/毎週木曜日

飯南町下赤名1664

☎0854-76-2983

※新型コロナウイルス感染症の状況を踏まえ、営業時間を変更する場合があります。

ステーキハウス
萌美野の
SNS情報



12月の外勤日 **16水 17木 18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“反落”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	雄	2	990,000	990,000	990,000	240	4,134	—
	雌	49	1,049,400	333,300	592,563	271	2,190	-49,172
	去	42	988,900	628,100	777,360	298	2,605	23,645
中央市場	雄	3	990,000	990,000	990,000	231	4,286	—
	雌	104	1,244,300	223,300	608,057	270	2,252	-27,279
	去	143	1,100,000	444,400	742,554	303	2,455	-22,178

令和2年10月の全国主要子牛市場平均価格は、雌629,969円(前月比101%)、去勢717,919円(前月比101%)、計680,542円(前月比101%)で、続伸の取引となっています。

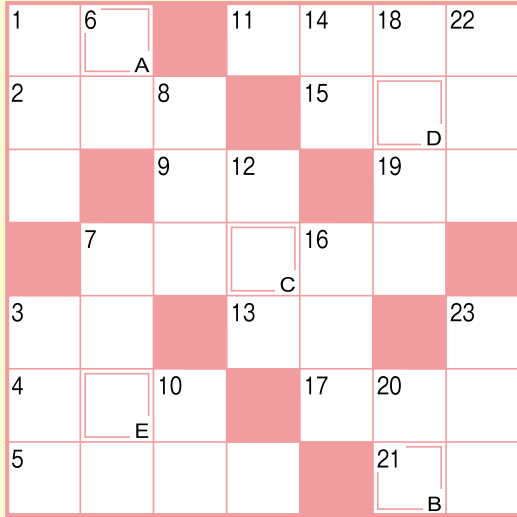
畜産 市況



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
利用することはありません。

タテのカギ

- ①はたきやモップで取り除きます
- ③——ボクシングはムエタイを参考にして作られました
- ⑥アルファベットの3番目
- ⑦素材の色が生きるように、——しょうゆを使ってお煮しめを作った
- ⑧時刻を知りたいときに見ます
- ⑩伊勢、車、牡丹（ボタン）から連想される魚介類といえば
- ⑫三十一文字（みそひともじ）とも呼ばれます
- ⑭大きな石のこと
- ⑯茶室に敷かれている物
- ⑰初心者を表す片仮名言語
- ⑲——に交われば赤くなる
- ⑳神社を示す地図記号はこの形
- ㉑カメラや双眼鏡にはめられています

ヨコのカギ

- ①クリスマスツリーのてっぺんに飾ります
- ②冬に着る厚手の上着
- ③魚偏に喜と書く魚
- ④受験生はこの前に座っていることが多そう
- ⑤——がカサカサ。リップクリームを塗らなくちゃ
- ⑦夏がサマーなら冬は
- ⑨1億は9——の数字です
- ⑪松任谷由実のヒット曲『——がサンタクロース』
- ⑬凝りやすい体の部位
- ⑮ダイコンを——にしておでんに入れた
- ⑰カタカタと布を縫う機械
- ⑲外（がい）の反対語
- ㉑冬至の日に浴槽に浮かべます

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

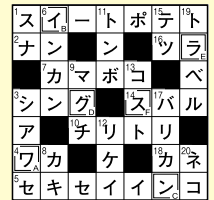
賞品の発送をもってかえさせていただきます。

● 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12月4日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「ワイングラス」



俳句の広場

最優秀賞

あと二列あと一列と稲刈りぬ

吉賀町 村田 綾美様

優秀賞

数へながら手籠に朝の栗拾ふ

出雲市 森脇 英徳様

酒少し妻にもすすめたる良夜

出雲市 藤江 堯様

冷蔵庫さみしい父が開けてをり

出雲市 伊野木 正様

佳作

コンバイン止めてはしまや赤蜻蛉
散りてなほ白きを誇る沙羅の花
掛け軸を取替へてみる秋彼岸
縹雲うつして円き手水鉢
空家なほ破れ障子の穴さみし

出雲市 矢田恵美子様
出雲市 渡部 一学様
安来市 斎藤美重子様
飯南町 渡部 夢霧様
松江市 岩成 恒子様

「家の光」では俳句・川柳・詩・短歌を毎月募集しています。こちらへも是非ご応募ください！
「家の光」12月号は特別付録付き 定価1,027円

ご購入は、お近くのJAへ
お問合せください。



本店「家の光」担当
熱田由香職員

J Aしまねよりは、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。優秀句（最優秀賞1句、優秀賞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、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「J A商品券1,000円分」をお贈りします。





旅行事業の運営体制変更のお知らせ



12月1日からの旅行業務は農協観光が承ります

このたび、JA旅行事業の運営体制を、6地区本部の旅行センターを廃止し、本店経済部に旅行センターを集約して、農協観光と協力しながら全域の旅行業務を行うことになりました。つきましては、旅行に関するご相談、お問い合わせ等のご連絡は最寄りのJA各支店および各地区本部の旅行相談窓口までお願い申し上げます。

JA各支店・各地区本部の旅行相談窓口では旅行に関するお話を伺い、農協観光へ取次いたします。なお、旅行事業の取次業務への移行に伴い、「おさいふカード」ポイント付与の対象外となります。日頃のご愛顧に感謝申し上げますとともに、引き続き組合員サービスの充実に努めてまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

ご存知ですか？

TOUR 株式会社農協観光のご利用案内

1. 全国のお奨め施設を集めた宿泊プラン「旅だち」や各地の旅館・ホテル・民宿など希望に応じて手配いたします。
2. 東京ディズニーリゾートなど全国の人気テーマパークや宝塚劇場などの観劇も手配いたします。
3. JALパック・ANAスカイホリデー・はとバスなどの他社の国内・海外パッケージ商品の販売も行います。
4. JAL・ANA・FDA航空券、JR券の他、海外航空券の手配をいたします。
5. ご家族、グループ、会社等の旅行相談には、ご要望を踏まえたご提案をさせていただきます。
6. 心をこめた贈り物として、Nツアー旅行券の販売も行っております。

観光庁長官登録旅行業第939号 株式会社農協観光 島根支店 〒690-0065 島根県松江市灘町1-7 松江プラザビル8階 TEL:0852-26-2600 FAX:0852-26-2603	【株式会社農協観光代理業】 島根県知事登録旅行業者代理業第17号 JAしまね旅行センター本部 〒699-0631 島根県出雲市斐川町直江5030 TEL:0853-25-8907 FAX:0853-25-8917
---	--

あったかキャンペーン2020

定期貯金

2020年 キャンペーン期間
 前半 11.2月 ▶ 11.30月
 後半 12.1火 ▶ 12.30水



当てる食べよう
 しまね和牛



期間中、定期貯金を

- ① 30万円以上新規または、増額でご契約いただいた方
- ② 100万円以上新規または、増額でご契約いただいた方

期間中 毎週抽選!!
 抽選で毎週 **29名様**
 (計261名様)に
5,000円相当の
しまね和牛(すき焼き用)を
プレゼント!!

Wチャンス!!
 抽選で **29名様×2回**
 (計58名様)に
10,000円相当の
しまね和牛(ステーキ用)を
プレゼント!!

懸賞概要

対象商品	30万円以上新規または、30万円以上増額でご契約いただいた方 (期間1年以上) Wチャンス 100万円以上新規または、100万円以上増額でご契約いただいた方 (期間1年以上) ※上乗せ金利の適用があるものを除きます。 ※窓口でお預け入れいただいたものに限ります。
応募対象者	期間中、定期貯金を新規(または増額)で30万円以上契約された個人の方。 Wチャンス 期間中、定期貯金を新規(または増額)で100万円以上契約された個人の方。
応募方法	対象商品ご契約額30万円につき抽選権を1口お付けします。 Wチャンス 対象商品ご契約額100万円につき抽選権を1口お付けします。
抽選について	契約日の翌週の抽選日まで有効となりますが、1口につき、1回限りとなります。複数ご応募された場合、期間中の当選は1回限りとなります。 Wチャンス キャンペーン終了後、前後半各1回抽選いたします。
抽選権の失効	抽選日の前日までに懸賞対象商品が中途解約されていた場合、懸賞抽選権は無効となります。
抽選・当選発表	期間中、毎週月曜日に抽選を行います。ご当選された方に対し、当選通知をお送りします。賞品は随時発送させていただきます。
個人情報の取扱	取得したお客様の個人情報は賞品の抽選・発送のためにのみ使用します。

期間中、対象取引をご契約いただいた方へ

よりぞうエコバッグを先着5,500名様にプレゼント!!
(サイズ: H34cm×Y32cm×D12.5cm)

JAバンクは、どなたでもご利用いただけます。くわしくはお近くのJA窓口までお問い合わせください。 JAしまね

本誌は地球環境に優しい植物性インキ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

Q検索



しまねうれしび



島根県『家の光』講師 飯塚生美子先生

「お知らせ」JAしまねびより12月号「しまねうれしび」は、島根県立出雲農林高等学校「家庭クラブ」2年生のみなさんのオリジナルレシピをご紹介します。

魚のロールキャベツ



・寒い季節に体が温まる一品です。
・野菜もたっぷり食べられます。

アレンジ

・魚を鯖缶やシーフードミックス、お肉に変えても美味しくできます。
・コンソメ味、和風味に変えてヘルシーなロールキャベツもお楽しみください。

●材料（4人分）

魚の切り身……………4切れ
塩……………少々
キャベツ……………800g（8枚）
とろけるチーズ……………4枚
A「水（ゆで汁）……………400cc
コンソメ……………1個
牛乳……………300cc

B「片栗粉……………大さじ1
水……………大さじ2
しめじ……………1パック
人参……………1/2本
コーン缶……………大さじ2
塩こしょう……………少々
パセリ……………適量

●作り方

- ①魚の切り身は2等分に切り分け、塩をふりしばらく置いて、出た水分をふき取る。
- ②キャベツは芯をくり抜き、沸騰したお湯で茹で、1枚ずつにする。（時々、上下を返しながらかす。）
- ③キャベツを広げ、魚の切り身と2等分にしたとろけるチーズを乗せて包み、包み終わりを下にして鍋に並べ入れる。（全部で8包み作る）
- ④③の鍋にAと小房に分けたしめ

- じ、輪切りにした人参を入れ、落とし蓋をして、中火で15分煮る。
- ⑤皿にロールキャベツを2個ずつと人参、しめじを盛り付ける。
 - ⑥具を取り出した鍋の中に牛乳とBの水溶き片栗粉を加え、トロミがつくまで混ぜながら火を通し、塩こしょうで味を整える。
 - ⑦⑤の皿に⑥をかけ、コーンとパセリを飾って完成。

ふき寄せご飯



・ふき寄せご飯は、木の葉が風で「吹き寄せ」られたような彩を表したご飯です。秋に収穫した栗、きのこ、芋、銀杏などを組み合わせて彩り豊かな炊き込みご飯を楽しめます。

アレンジ

・銀杏の代わりに枝豆やいんげん豆を使って彩をプラス
・さつまいもの代わりにムカゴや里芋を素揚げにして一緒に炊き込んでOK!

●材料（4人分）

米……………2合
しめじ……………1株
舞茸……………1パック
油揚げ……………1枚
人参……………1/2本
ごぼう……………1/2本
さつまいも……………100g
鶏むね肉……………100g

酒……………小さじ2
だし汁……………400cc
濃口醤油……………大さじ1
A 薄口醤油……………大さじ1
酒……………大さじ1
みりん……………大さじ1
銀杏……………8個
三つ葉……………4～5本

●作り方

- ①米は洗米し、ザルにあげておく。
- ②しめじ、舞茸は石づきを切り、小房にほぐしておく。油揚げ、人参は2cm長さの細切りにする。ごぼうは笹がきにして水に浸け、アク抜きして水気をきる。さつまいも、鶏むね肉は1cm角に切り、鶏むね肉は酒をふりかけもみ込んでおく。
- ③鍋に②の具材とAの調味料を入れて煮る。

- ④具材に火が通ったら、ざるに取り、汁と具に分けておく。
- ⑤炊飯器に①の米と④の煮汁を加え、普通に水加減し、ひと混ぜする。
- ⑥⑤の炊飯器の中に④の具材をのせて炊飯する。
- ⑦炊き上がったらザックリ混ぜ器に盛り、銀杏と1cm長さに切った三つ葉をのせて完成。

健康散歩

けんこうさんぽ



抜け毛・薄毛の悩み…

近年薄毛への意識が高まり、悩みを抱える男女が増えているといわれています。

個人差はありますが、髪は1か月で約1cm伸びるといわれ、一定周期で成長と脱毛を繰り返しています。髪の寿命は2～6年とされており、「成長期（2～6年）：毛根が大きくなり髪が太く伸びる時期」、「退行期（約3週間）：成長が止まる時期」、「休止期（約3か月）：髪が抜ける時期」に移行していきます。髪は1日50～100本ほど抜けますが、それと同じだけの髪が育ち一定の毛量は保たれます。しかし、髪の成長が滞ったり、周期が乱れたりすると抜け毛が増えてしまいます。

脱毛には「男性型脱毛症（AGA）」、「女性型脱毛症」、「休止期脱毛症」、「円形脱毛症」など様々な種類があります。原因も遺伝的な要素・ホルモンバランス・栄養状態が関係するものなど様々で、本格的に治療する場合は、脱毛の原因を突き止めることから始まります。お悩みの場合は、薄毛・脱毛の治療をしている皮膚科、または専門のクリニックに相談するとよいでしょう。

対策する際、遺伝的な要因、ホルモンバランスが関係するものは薬物治療などしっかりとした治療が必要ですが、生活習慣が関係するものは習慣の改善によって抜け毛を防ぐことができると考えられています。洗髪する時は、まずぬるま湯で髪や頭皮の汚れ落とし、その後シャンプーを手で泡立てから頭皮や髪につけます。頭皮に爪を立てるのは厳禁です。指の腹でマッサージをするように洗い、すすぎ残しがないよう気を付けます。髪を乾かす時はドライヤーを髪から離して使用し、髪や頭皮が高温にならないよう注意が必要です。

髪は材料になる栄養（タンパク質やミネラル）を摂る、ストレスをためすぎない、睡眠不足にならないようにするなど大切です。自分の健康を守るための規則正しい生活習慣は、自分の髪や頭皮を守ることもつながります。ぜひ心がけてみてください。



【編集後記】当組合のホームページ懸賞企画には、毎回全国からたくさんの方の応募をいただきます。10月は西条柿の「こづち」をご紹介したところ「島根らしい素敵な商品名」「見たことのない柿の形」「立派な特産品」等々、たくさんコメントをいただきました。「こづち」に限らず全国の方に島根の農畜産物をもっとPRしていきます。（木村）

JA島根厚生連

2020年11月18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
〒699-1395 雲南市木次町里方1088-6
TEL 0854-42-9000 FAX 0854-42-9100
Facebookもチェック <http://www.facebook.com/umnanja>

