

# JAしまねびより

2020  
December  
Vol.57

特集 **SDGs**ってなんだろう？



島根の  
いいもの再発見!!

島の香り **隠岐藻塩米**

[隠岐郡隠岐の島町]

詳細は6ページへ



JALまね 雲南地区本部版



## topics 1

中国・四国地区JA青年大会  
島根が最優秀賞と優秀賞に輝く！



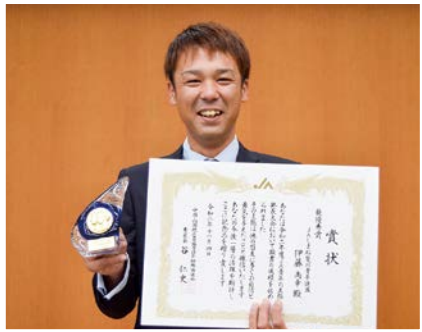
「中国・四国地区JA青年大会」が11月4日、岡山市で開催され、島根県大会で最優秀賞に選ばれた2人がWEB形式で出場しました。

毎年この大会は、JA全国青年大会の地区代表選考会を兼ねており、今回、JA青年の主張の部で斐川青年連盟の伊藤尚幸さんが最優秀賞に選ばれました。また、JA青壮年組織活動実績の部では、やすぎ青年連盟の北中宏一さんが優秀賞に選ばれました。

斐川青年連盟の伊藤さんは、「日々挑戦する事の意味」と題して、所属する農事組合法人アグリード羽根で洋菓子店の食創工房「レコルト」をオープンするまでの苦労や応援してくれる仲間の大切さなどについて発表しました。やすぎ青年連盟の北中さんは「盟友のお嫁さん探し」と題し、農家の嫁不足解消の取り組みをユーモアを交えながら発表しました。

最優秀賞の斐川青年連盟の伊藤さんは、2月に開催予定のJA全国青年大会に出場されます。

JA島根青年組織協議会の今後の活躍が期待されます。



JA青年の主張の部 最優秀賞を受賞した伊藤さん

## topics 2

地域の特産についての  
授業を実施



熱心に説明を聞く児童ら

ました。

同組合は、地域の活性化やPRの一環として授業や作業場の案内を行っており、今回、地域の特産品を学ぶ同小学校からの依頼を受け実施しました。当日は組合員が生産方法や作業工程、畑地区の気候や風土が品質に結びつけていることを分かり易く説明。その後、児童らは作業場や収穫した柿を干すまでの工程の実演を見学しました。

森広護組合長は「地域のすばらしい特産品を知り、地域のことをもっと好きになってほしい」と話しました。

授業を受けた児童は「おいしい干し柿になるまでに、たくさんのお苦労があることがわかった」と話しました。

畑ほし柿

生産組合は11月2日、松江市東出雲町の畑公民館で、特産である「東出雲の畑ほし柿」についての授業を、松江市立出雲郷小学校3年生に行い

## topics 3

令和2年度地域貢献・  
地域活性化団体活動表彰式



JAしまねは11月13日、松江市のホテル白鳥で令和2年度地域貢献・地域活性化団体活動の表彰式を行いました。

この取り組みは平成25年度より、地域力の向上を応援することを目的に「元氣な地域づくり」を目指した活動を行う団体を表彰・支援しています。

当日は、JA各地区本部が推薦する組合員や地域住民が構成員の団体を表彰し、石川寿樹組合長が各団体の代表者へ表彰状と目録を手渡しました。

受賞した海士町の太井地区恵比須神社祭り道中神楽代表の濱谷祐紀さんは「ターナー者を巻き込んで地域住民が一体となり、一時途絶えていた恵比須神社の祭り道中神楽を再興した。今後も地域に貢献し、後継者の育成につなげていきたい」と話しました。

その他の表彰団体は次のとおり

▽クラブ「むぎの会」(松江市)、ゆりかごの会(松江市)、Yama Sac Club(安来市)、城名樋会(雲南市)、隠岐島後認定和牛改良組合(隠岐の島町)、稗原ロマン倶楽部(出雲市)、下出来洲KH C(出雲市)、万九千社立虫神社神代神楽保存会(出雲市斐川町)、三瓶そば振興協議会(大田市)、特定非営利活動法人らんどぐざーむ(浜田市)、都茂郷愛好花クラブ(益田市)



賞状を受け取る太井地区恵比須神社祭り道中神楽 濱谷代表



喜ぶ受賞者らと石川組合長





# SDGsって なんだろう？



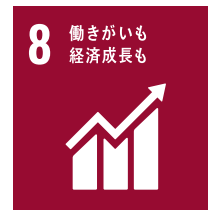
最近、新聞やテレビなどでよく聞くようになった「SDGs（エスディーゼズ）」という言葉。政府や自治体、企業などが積極的に取り組んでいることもあり、一度は目にしたり耳にしたことがあるという方も多いのではないのでしょうか？



とはいえ、SDGsの認知度はまだまだ低いのが現状です。今月はJAグループも積極的に取り組みに参加している「SDGs」について特集します。



このマーク見たことありませんか？



## SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

世界を変えるための17の目標

SDGsとは「Sustainable Development Goals（持続可能な開発目標）」の略称です。

私たち自身と、子や孫、さらにその先の世代も、豊かに安心してくらしていけるように2030年までに世界中で解決しなければならない課題を、大きく17の目標に分類したものがSDGsです。

SDGsは2015年9月の国連サミットで採択され、日本の政府も積極的にSDGsの目標達成に向けて、取り組みを進めています。さらに先進国、途上国、協同組合、企業など、すべての関係者による連携した取り組みが求められています。



基本理念は、SDGsが掲げる「誰一人取り残さない」と共通するものです。これの活動を通して、持続可能な世界をつくることに取り組んでいます。JA SDGsの目標達成に貢献しています。ご紹介します。



# 目標達成に貢献しています!

## SDGs

- 「協同組合」というシステム自体によるパートナーシップの構築
- 国内外における協同組合間（JF、CO-OP等）の連携
- 国内における自治体、労働組合、NGO、NPO等との連携
- 農商工を中心とした企業との連携

17 パートナーシップで目標を達成しよう



## 販売事業とSDGs

JAしまねでは、地域で生産された新鮮な農畜産物が、地域内で直接販売され、最後まで安全に消費されています。また、6次産業化により生産振興や生産者手取り拡大につながるよう、地場産品による特産品開発・商品開発も進めています。

大量生産や大量消費という生産と消費の形態を続けては、持続可能な社会を実現することはできません。

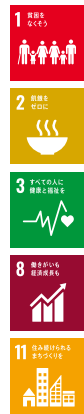
- 地産地消活動
- 直売所・ファーマーズマーケット
- 加工事業
- 販売促進活動



## くらしの活動とSDGs

JAしまねでは、豊かでくらしやすい地域づくりのための、ふれあい活動として「食と農に関する活動」「地域貢献活動」「支店ふれあい活動」を三本柱とする「くらしの活動」に取り組んでいます。

活動を通じて「食と農を基軸として地域に根ざした協同組合」を目指しています。



## 農福連携とSDGs

JAしまねでは、福祉施設利用者に農作業の施設外就労を依頼。人手不足で悩む地域の農業施設と、福祉施設利用者をつなぎ、農福連携に取り組んでいます。

- (社福)JAいずも福祉会が運営する「ぼてとはうす」の利用者に施設外就労を依頼



## 環境保全とSDGs

JAしまねでは、自然の恩恵を地域に根ざすエネルギーとして、小水力発電や太陽光発電等の、安全なクリーンなエネルギーの活用・確保に向けた取り組みを行っています。



施設利用者が就労する出雲やさい新話ファーム





# SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

J A しまねが掲げる「人と自然が共生する、光り輝く未来の創造」というSDGsはすべての国と人が目指す共通の目標で、世界中の人々がそれぞれしまねでは、組合員と地域の暮らしを守ることを目的に、自己改革を通じて今月は、J A の取り組みがSDGsの目標にどのように繋がっているのか

## J A しまねはSDGsの

### 女性部・青年部とSDGs

- J A しまね支店ふれあい活動・J A 女性部統一行動「おもてなしプロジェクト」の実践



- J A しまね、J A しまね女性部、島根県農協青年組織協議会が協力し、新型コロナウイルス感染拡大の影響により困窮している大学生へ米を支援



- 地域の方や、子どもたちに向けての農業体験、食農教育活動



### J A しまねと

農業協同組合は、設立以来SDGsの目標に親和性のある取り組みを続け、国内外における協同組合間の協同に早くから取り組み、自治体や企業、NGO、NPOとの連携も広がっており、世界から大きな期待が寄せられています。

様々な問題をみんなで協力して解決していく協同組合の組織の基本は、「パートナーシップで目標を達成しよう」の17目標そのものです。



### 農業振興とSDGs

J A しまねでは、持続可能な農業を実現するため、様々な担い手に対して積極的な支援、活動を通じ、「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」を目指しています。

- 新規就農者を含む地域の担い手の育成
- T A Cによる事業継承支援
- 営農指導での生産者貢献
- 農業振興支援事業の実施
- スマート農業の推進
- 島根県産農畜産物の安全安心の取り組み など



### 購買事業とSDGs

J A しまねでは、組合員・地域住民の豊かなくらしを支援するため購買事業に取り組んでいます。

- 農薬・肥料等、生産資材の価格低減
- 自動車燃料事業の取り組み
- 店舗・組織購買の取り組み



普段取り組んでいる活動が、SDGsにつながっているね

この特集誌面は、一般社団法人家の光協会の「1時間でよくなるSDGsと協同組合」より一部抜粋しています。



SDGsとは何か、どう活用すればいいのか、協同組合は目標達成のために何が出来るかなど、基本からわかりやすく解説。  
定価(税込)／660円

【お問い合わせ先】お近くのJ A しまねの支店へお問い合わせください。



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]

## 隠岐郡隠岐の島町

# 島の香り 隠岐藻塩米

今月は、隠岐地区本部です。隠岐郡隠岐の島町旧五箇村に位置する圃場で、今年から全面的に藻塩米をきぬむすめに切り替え栽培を開始された、島の香り隠岐藻塩米生産部会副部会長の石田哲広さんにお話を伺ってきました。

### 島の香り隠岐藻塩米とは

五箇地区内を中心に全体で12haの田畑で米や蕎麦、黒大豆などを栽培している石田さん。令和2年度はそのうちの4・2haで「藻塩米きぬむすめ」を栽培しました。

藻塩米は、島の特色を生かした製法で作る特別栽培米（減農薬、減化学肥料）で、穂が出てから収穫までの間に藻塩の水溶液を噴霧して栽培します。海藻アラメを田んぼに肥料として播（ま）いていた伝統農法を現代版にアレンジして作り始めました。日本では珍しいアルカリ岩から構成する島のキメ細かい土には、マグネシウムが県内の平均より1・5倍前後多いとされています。さらに特徴的なのが、藻塩を薄めた水



藻塩の水溶液を噴霧して栽培する



お話を伺った  
石田哲広さん

溶液の噴霧。稲に極限までストレスをかけ、ミネラル成分を根と葉からたっぷり吸収させ、養分を蓄えることで美味しいお米ができます。特選以上は主に関東・関西・中京方面を中心に出荷し、米専門店などからも高い評価を得ており、島根のブランド米となっています。

### 挑戦することが農業の醍醐味

石田さんが本格的に米作りを始めたのは平成26年。高校を卒業後、地元企業で勤めながら家業の田畑を手伝っていました。将来のことを考え兼業ではなく、専業で米作りをしようと農業の道を選択しました。JAや役場、今の生産部会の村上淳一部会長にもサポートしてもらい、様々な制度等も活用し、親からの経営委譲というかたちで新規就農しました。

就農当時、既に藻塩米の生産方法は、確立され安定した生産ができ、販売についても順調に推移しており成熟期にあります



「美味しまね認証」も取得!

した。ただ、生産部会としては、それに甘んじることなく前進しようとして「美味しまね認証」を取得した生産者に限り、藻塩米きぬむすめの生産をするため差別化を図ることとした。

### 「美味しまね認証」

には、設備投資等クリアしなければならないことがありましたが、石田さんは自作で作業場を作ったり改修したりといろいろな人の助けを借りながら認証を取得しました。この経験で改めて勉強になることもたくさんあり、自身の農業を見つめ直す機会にもなったそうです。

### スマート農業にもチャレンジ

ご自宅にお邪魔した際、まず目に飛び込んだのがドローン。藻塩米のプロモーション用に稲作風景や隠岐の島の魅力を伝える風景などを撮影し、販売先でお客様に見てもらっているとのこと。

昔から機械いじりが好きで、若い頃は車を自分でいじって遊んでいたそうです。今では農機具のメンテナンスにすごく役立つっており、部品の交換などはほぼご自身でされます。

ドローンもそうですが、農業に使える機械や技術がここ数年で飛躍的に伸び



藻塩米PRに  
一役買っているドローン



石田さんが作った作業場…立派です



てきており、石田さんも今年からGPSを利用した高精度ガイダンスシステムを導入し、耕耘作業や田植え作業の効率化、省力化、高精度化に取り組み始めました。またアグリノート（スマホやタブレット入力）の栽培・作業履歴の管理の導入による生産工程管理の徹底も行っています。今後は、農機具の自動操舵化や農薬散布のドローン導入など、さらに効率化・省力化を目指しています。

## 人との関わりを大事に、次のステップへ

認定農業者となり、生産部会の副部長も務めるようになった石田さん。先輩方に比べて経験は浅いですが、やっているのと良いことも辛いこともたくさん経験しました。

今年の夏は、水害で機械が全て水に浸かりましたが、周囲の人の協力もあり、修理・メンテナンスをしてなんとか収穫に間に合っすることができました。ただ、こうした辛いことも、消費者に「おいしい」と言っていたくことで全てが吹き飛びます。

販促会で東京に行った時のことです。お世話になっている米屋さん、自分の名前の入った藻塩米を一生懸命売っている姿を見た時には、嬉しいとの感情と同時に「自分たちも、もっともっと頑張って、美味しい良い米を作らないと！」と身が引き締まる思いがしたそうです。



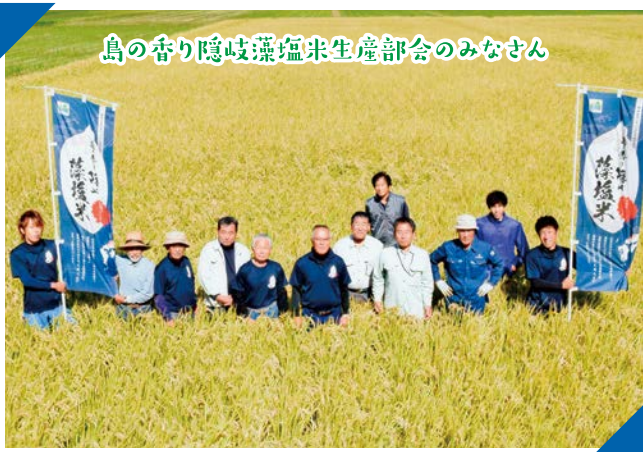
ドローンの操縦はお手のもの

## 隠岐の島から「島の香り」を伝え、届け続ける！

隠岐でも耕作放棄地が問題になっています。放っておけば確実に田畑は荒れていきます。石田さんは、島の農地を守るため、こうした放棄地を借受け、活用していく努力もしています。ブランド米として評価を受けるようになるまでに、JAや役場、関係機関、問屋、米屋など挙げればきりが無いほど多くの方にお世話になったそうです。

「これからも人と人の繋がりを大事に、高品質化・生産量アップ、美味しませね認証による安心・安全な米作りを目指し続けていきます。産地でできる努力を積み重ね、磨きをかけ、美味しい「島の香り隠岐藻塩米」を届けることこそが皆さんへの恩返しになると確信しています」と将来像を描く石田さんでした。

島の香り隠岐藻塩米生産部会のみなさん



### 一口メモ

島の大地を作るアルカリ岩の水通しの良さから良質な水資源が豊富な隠岐の島。透き通った水と、綺麗な海水に海藻と一緒に煮詰めて作った赤茶の藻塩を活用した「島の香り隠岐藻塩米」は、島根が誇るブランド米のひとつ。炊き上がりはふっくらモチモチで、「甘み」と「香り」のある独特な美味さが特徴です。ブランド米は多少割高ですが、その美味しさは全国に知れわたり、人気となっています。

- 購入方法・お問い合わせ先 ●
- JAしまね 隠岐地区本部
- 電話 08512-2-1133



隠岐の島のこだわり米「島の香り 隠岐藻塩米」の公式アカウントです！季節とともに移り変わる藻塩米の情報、産地である隠岐の島の様子などを発信していきます！

<https://www.facebook.com/moshiomai/>

部会オリジナルのポロシャツとマスク







## 石見銀山女性部

石見銀山女性部は、東西に長い島根県の真ん中に位置し、世界遺産と日本遺産のある大田市で活動しています。

女性部といえば食と農! 次世代を担う子供たちに地元の味を知ってもらおうと、かぼちゃやフキ、サトイモの学校給食への提供や、伝統料理である「箱寿司」の出前講座を行っています。また、地元ケーブルテレビの料理番組に出演し、地産地消レシピの普及にも取り組んでいます。

地域のことも勉強しています! 積極的に地域を学ぶ機会を作っており、世界遺産である石見銀山遺跡では研修会を毎年行っています。また、去年は戦後の農村女性の地位向上に尽力した地元女性部員の活動とSDGsについて寸劇を行い、県内外の多くの方にご披露しました。

私たちは、これからも次代へ文化と歴史を引き継ぐため、ふるさとを知り、地域を元気にする活動を行います。



サトイモ会



箱寿司



## 一所懸命青年連盟



JA YOUTH

## JAしまねいわみ中央青年連盟

さ さ き まさ し  
佐々木 正志さん



佐々木正志さん(41)は浜田市三隅町で西条柿を3.4haで生産しています。

全くの素人だった佐々木さんは14年前、西条柿の生産者である父親が病気になったことで急遽引き継ぐことになり、兼業農家として就農しました。今では「生産者の高齢化が進む中、自分が地域の中核として圃場を守っていきたい」と話します。

農青連に加入して今年で4年目。現在は同連盟の副委員長を務めています。「若い農業者の意見や悩みを聞き一緒に考えることは、きっと自分の成長にもつながる」という思いを持って加入し、頼れるリーダーとして活躍しています。

今年から農業系の高校に通うようになった息子さんが「自分の背中を見てくれている」と感じるそうです。「息子が将来、次世代の担い手として活躍できるような土台づくりを目指し、“何にでも挑戦する”をモットーにこれからも日々努力していきたい」と熱く語りました。





# あなたもチャレンジ 家庭菜園

## ニンジンの トンネル栽培

とう立ちさせない温度管理を

ニンジンの発芽適温は15～25度で発芽には10度以上、生育適温は18～21度です。緑植物春化型といい、ある程度の大きさになり、低温に遭遇すると花芽が形成され、その後の長日と高温でとう立ちが始まる野菜です。



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。

### 土寄せ

間引きと同時に土寄せを行い、さらに収穫期近くには、根の肩の部分にさらに土寄せして、根が緑に着色するのを防ぎます(図4)。

### 収穫

根の径が4～5cmに肥大した株から順次抜き取ります。太り過ぎて裂根しないうちに収穫をします(図5)。裂根は急激に肥大する生育後半、畑が乾燥または過湿となる水分条件で起きやすいものです。

### 品 種

春まき用にはとう立ちがしにくい品種を選びましょう。どんな土壌にも適し、作りやすい「向陽二号」(タキイ種苗)、草勢が強く、芯まで鮮紅色になる「ちはま五寸」(横浜植木)などがあります。なお、暖地向きの「黒田五寸」はとう立ちの早い品種です。

### 畑の準備

種まき2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gをまき、30cm程度の深さに耕します。1週間前に、化成肥料(NPK各成分で10%)100～150gと完熟堆肥2～3kgを施し、土とよく混ぜておきます。

条間15cm、株間15cmなどの穴開きマルチ資材の規格に合わせた70～80cmのベッド幅を作ります。マルチは早めに張って地温を上げておきましょう。

### 種まき

温暖地では1～2月から種まきができますが、家庭菜園では3月まきが安心です。穴開きマルチでは、1穴に5～6粒まきます(図1)。

### トンネルの設置

換気作業を省力化するには穴開きのトンネル資材(農ポリ)を選ぶと良いのですが(図2)、普通の農ポリでは生育に従って裾を上げて換気をします。さらに、トンネル内の茎葉が茂り、いっぱいになればトンネルを外します。

### 間引き

1回目は本葉2～3枚のときに2～3本、2回目は5～6枚のときに一本立ちにします(図3)。



図1 種まき

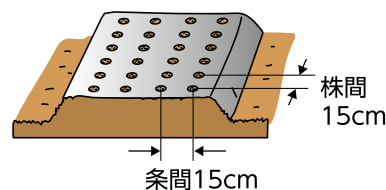


図2 トンネルの設置

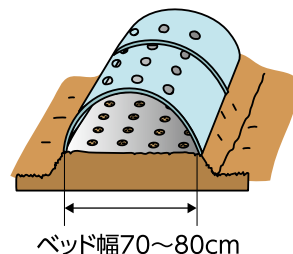


図3 間引き

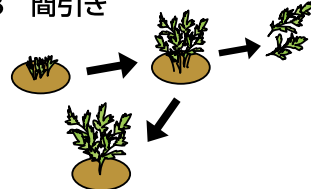


図4 土寄せ

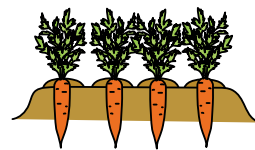
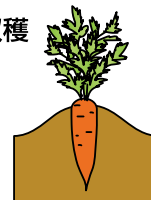


図5 収穫



## 理事会情報 (10月29日開催)

### 【協議事項】

- ① 旅行事業の統一と移行に伴う機構改革の実施について
- ② 令和2年度補助事業の実施について
- ③ 令和元年産島根米の最終精算について
- ④ 令和2年9月末仮決算について
- ⑤ 大口貸出金の承認について
- ⑥ 出資口数の減少(減口)の承認について
- ⑦ 行方不明組合員等の脱退手続きに係る組合員資格の確認について
- ⑧ 令和3年1月からの専門委員会の委員選任について(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.8



愛犬「ゴン太」とともに

PROFILE

雲南市加茂町宇治  
板井雄士さん(41)  
趣味:釣り



経産牛41頭、育成牛30頭を飼育し、1日当たり約1,200キロの生乳を出荷。優れた乳質が評価され、JAしまねが実施する「乳質改善共励会」で平成29年以降3年連続表彰を受けています。「酪農を極める」という志を胸に、向上心を忘れず日々邁進しています。

今月は…

Iターンで就農。  
板井牧場を営む  
板井雄士さんをご紹介します。

酪農を始めたきっかけ

板井さんは兵庫県伊丹市出身。魚釣りが好きで、四万十川で鮎漁師になることを夢見ていました。夢を実現するため高校在学中に高知県の漁協に相談に行ったところ、「漁師だけで食べていくのは難しい」という厳しい現実を知り、漁師をする傍ら農業で収入を得ようと、高知県の農業大学校に進学して農業を学ぶことになりました。

小さい頃から動物が好きだった板井さんは、畜産学科を専攻。牛に興味をもち、大学の近くの牧場で搾乳作業を手伝うようになりました。牧場主の「一番牛に触れるのは酪農だから」という言葉に心を打たれ、就農を決意。卒業後は、北海道や広島など日本各



豊かな自然の中のびのびと育っています

12月のあなたの運勢【牡牛座 4/20~5/20】

【全体運】昔話に花が咲くのは吉兆です。歴史の本を読むのもお勧め。新年への準備は早めにスタート。買い物は品質重視で

【健康運】疲れは明日に残さないよう、小まめにケアを 【幸運の食べ物】ミカン

12月のあなたの運勢【牡羊座 3/21~4/19】

【全体運】パワフルに動ける月です。目標をはっきりさせると充実度がアップ。手持ちの品のリメイクやリサイクルにもツキ

【健康運】筋トレなど、ちょっとハードな運動が◎ 【幸運の食べ物】塩数の子





牛舎はいつもきれいに管理しています

「酪農が大変な仕事であることは十分理解したうえで就農しましたが、やっぱり

地の牧場を転々として飼育技術を学ぶとともに、アメリカで2年間経験を積んで視野を広げました。

「いつかは自分の牧場を持ちたい」という夢を抱く中、知り合いの酪農農家から出雲市の原牧場が新規就農希望者の受け入れをしていることを聞き、出雲市へ移住。ふるさと島根定住財団の産業体験事業を活用して2007年から1年間原牧場で酪農経営の基礎を学びました。翌年から従業員として働いていたところ、雲南市加茂町の酪農農家が離農することを聞き、原牧場代表の原直樹さんやJA、行政など各関係機関の支援のもと2009年に第三者継承により新規就農しました。

## 酪農経営の難しさ

牧場経営を始めて11年目を迎える板井さんは、現在ほ

ぼ一人で牧場の管理を行っています。

「酪農が大変な仕事であることは十分

理解したうえで就農しまし

たが、やっぱり



牛の体調に合わせて餌も工夫しています

り人手はほしいですね」と話します。牛の世話から牛舎の掃除や糞尿処理、堆肥づくりなど、早朝から夜まで牛舎で忙しい日々を送っています。規模拡大を視野に入れ、牧場の環境整備も行っていきたいと考えていますが、日々の忙しさに追われ思うように進んでいないのが実状。市内の畜産農家の方に堆肥関係の仕事を手伝ってもらっていますが、経営も軌道に乗り夢が膨らむ中、牛の管理や搾乳作業を手伝ってくれる人員の確保に頭を悩ませています。

## 酪農の喜び

日々牛の体調に気を配り、小さな変化も見逃さないよう徹底した管理を心がけている板井さん。乳質が高く評価され、自身の飼育技術の向上に喜びを感じています。

健康な乳牛を育てるためには、必要としている栄養素をきちんと与えることが重要。栄養バランスを考えながら体調に合わせて餌

の配合を変えています。また、全頭自家育成し、繁殖にも力を入れています。様々な経験を積んで培った飼育技術が揺るぎない自信になっています。

## 今後の目標

酪農に携わって約20年。地域の方の理解とたくさんの方の支えがあって「牧場を経営する」という夢が実現しています。今後は酪農

経営を目指す学生や新規就農希望者の支援を積極的に行うとともに、たくさんの方に酪農の魅力伝えていきたいと考えています。



初心を忘れず愛情いっぱい育てています

取材を終えて...

取材者からひとこと



地域やこれまで出会った方への感謝の気持ちを忘れず、酪農一筋、強い志を胸にひたむきに努力されている板井さん。「牛に触れることが大好き」と優しい笑顔で話す姿がとても印象的でした。(\*^\_^\*)



12月のあなたの運勢【蟹座 6/22~7/22】

【全体運】あれもこれもやらなければと気持ちちはやりがち。「やらない」選択肢も大切です。掃除はプロの技を参考に

【健康運】睡眠時間をしっかり確保。規則正しい生活を【幸運の食べ物】ハツ頭



12月のあなたの運勢【双子座 5/21~6/21】

【全体運】交友関係が活発化。予定がたくさん入って、うれしい悲鳴が聞こえてきそう。買い物はリストを作って計画的に

【健康運】楽しみながらできるスポーツがお勧め【幸運の食べ物】カボチャ



ふれあいニュース  
雲南管内の  
旬な情報をお届け！



FUREAI NEWS  
01

## 産官学包括連携協定を締結

飯南町、東京農工大学大学院農学研究院、ＪＡしまね雲南地区本部の三者は11月13日、同町の来島交流センターで農業振興や新産業振興を目的に、地域連携に関する協定書（包括連携協定）を締結しました。

三者の連携により中山間地域における新たな農業モデルの確立を目指し、共同研究や農業実習等を通じた人的交流の取り組みを本格化させ、新たな農業技術の開発、人材育成につなげます。

式典で、同大学院の船田良農学研究院長は「研究の成果を現場で生かし、技術交流を行っていききたい。学生に農業の現場を学ばせたい」と語りました。

山崎英樹町長は、「同大学



▲協定書を手にする調印者  
(左から山崎英樹町長、船田良研究院長、竹下克美本部長)

の英知を活用し、人を育て持続する地域の創造を実現していきたい」と期待を込め、竹下克美本部長は「この連携によりＪＡ自己改革の柱でもある農業者の所得向上と農業生産の拡大を図り、地域の農業振興に尽力していきたい」と話しました。

FUREAI NEWS  
02

## ドローン防除組織 「合同会社あいの郷」設立

仁多郡奥出雲町阿井地区で12月4日、「合同会社あいの郷」が設立されました。

11月20日には設立報告会が開催され、関係者ら約30人が出席しました。同地区の農事組合法人・集落営農組織・集落協定の11組織からなる阿井地区集落営農組織等連携検討委員会の「ドローン部会」を法人化し、防除体制の強化を図ります。

平成27年に同委員会設立以降、「阿井地区の持続可能な営農体制づくり」を目指して取り組みを進める中、防除作業の負担軽減のため平成30年に島根県の補助事業を活用してドローン（小型無人飛行機）を導入。「ドローン部会」を立ち上げ、ドローンによる農薬散布を開始しました。

今後は適期防除により品質の向上を目指すとともに生産

コストの削減を図り、地域農業の維持・発展を目指して取り組みを進めます。



▲「合同会社あいの郷」設立報告会に参加したみなさん

FUREAI NEWS  
03

## エコロジーマイ米生産拡大へ 生産者集まり機運高める

飯南町エコロジーマイ米生産推進協議会は11月17日、同町の来島交流センターで、第11回飯南町エコロジーマイ米生産者大会を開催しました。同協議会は、減農薬・減化学肥料で栽培するエコロジーマイ（特別栽培米）の生産拡大を図ろうと、平成21年の設立翌年から毎年開催しています。大会では、「うまい米コンテスト」の表彰式や、肥料・除草剤、土壌診断に関する

研修を行い、生産拡大に向けて機運を高めました。「うまい米コンテスト」では、過去3回金賞を受賞した生産者を「エコロジーマイ栽培グランドマスター」に認定しており、今大会では戸田雅之さんが認定されました。同協議会の和田幹雄会長は、「消費者に選ばれる安全・安心な米づくりが生産者の使命。今後もエコロジーマイの生産拡大に取り組みたい」と話しました。



▲塚原隆昭飯南副町長と受賞者（団体）のみなさん（当日出席者）

「うまい米コンテスト」  
金賞受賞者（敬称略）  
【一般部門】  
藤原政彦、山戸栄吉、農事組合  
法人アグリ・ドリーム口小田  
【グランドマスター部門】  
深石光昭



12月のあなたの運勢【乙女座 8/23～9/22】

【全体運】年越しに向けての準備を最優先。きれいになっていく窓やキッチンが運を呼び寄せます。週末はごちそうメニューに

【健康運】隙間時間にできる簡単ストレッチが◎【幸運の食べ物】冬キャベツ



12月のあなたの運勢【獅子座 7/23～8/22】

【全体運】好調運。思い切りの良さが運を開きます。チャレンジしてみましょう。買い物は後半にツキ。下調べをしっかりと

【健康運】話題の健康法を試してみても。テレビを参考に【幸運の食べ物】野沢菜





## 新米でこだわりの逸品 加工餅の製造ピーク迎える

J Aしまね雲南地区本部が手掛ける加工事業の人気商品「仁多もち」「とんぼ餅」の製造が最盛期を迎えています。

同地区本部では、仁多加工所と頓原加工所の2か所で餅の加工を行っており、祭事や年末年始用の「丸餅」や「切り餅」、「鏡餅」など年間約200トンを製造しています。

昔ながらの杵つき製法で、管内産もち米を100%使用し

て丁寧につきあげられた餅は、コシがあり、程よい粘りと滑らかさが特徴。管内のAコープや産直の他、首都圏や関西圏域の百貨店やスーパーなどで販売しています。

10月から12月のピーク時は日量計約2トン製造し、11月中旬から鏡餅の製造も始まっています。

同地区本部営農部農産加工課の福田忠課長は「毎年、仁多

もち、とんぼ餅とも大変好評をいただいております。本年も職員一同、日々一生懸命餅加工に励んでいます。丹精込めて作ったお餅で新年をお迎えいただきたい」と話します。



▲餅を箱詰めする職員



## 管内小学校へ出前授業 楽しく学ぶ食農教育

J Aしまね雲南地区本部は11月18日、雲南市立斐伊小学校で同地区本部営農企画課職員による出前授業を行いました。

同校の5年生28人が総合学習の一環として日本の米作りについて学びました。

授業では、「あぐりキッズスクール特別編」で同地区本部が今年度取り組んだ、職員によるバケツ稲づくりの動画を

用いて稲の生育について説明するとともに、お米の歴史や品種、地域のお米についてオリジナルクイズを出題。機械化が進んだ現代の農業についても、ドローンを用いて説明しました。



▲茶碗を使って脱穀する児童

お米になるまでの過程を学ぶため、バケツ稲づくりで収穫した稲の脱穀から精米までを手作業で体験。茶碗を使って脱穀し、野球ボールで粉摺(もみすり)したものを小瓶と麵棒を使って精米しました。

職員による米検査の実演も行い、児童はお米が家に届くまでの様々な苦勞を学びました。

授業を行った同地区本部営農企画課の三原涼職員は「授業を楽しく受けてもらえた。普段食べているお米のことをもっと知ってもらい生産者の方が一生懸命作られた美味しいお米をたくさん食べてほしい」と話し、お米の消費拡大に期待を込めました。



## 新入職員が農業実習 JA職員としての自覚目覚める

J Aしまね雲南地区本部に入組した新入職員3人は、11月12日、13日の二日間、雲南市吉田町の農事組合法人すがやで農業実習を行いました。

地域を支えている農業・農村の実態を学習し、JA職員としての責務と役割の自覚につなげようと、同地区本部では新入職員研修の一環として毎年取り組んでいます。

当日は、同地区本部の源之

美副本部長や同法人の錦織満代表も農作業に参加し、新入職員と交流を深めました。

錦織代表は「現場の苦勞を知ってもらい、JA職員として様々なことに目を向けられる職員になってほしい」と期待を込め、体験した渡部千紗職員は「JA職員としての自覚を持ち、この貴重な経験を今後の業務に生かしていきたい」と意欲を見せました。



▲タマネギの定植を行う新入職員と(農)すがやの錦織代表と雲南地区本部の源副本部長



▲ドローンを用いて現代の農業について説明する三原職員

12月のあなたの運勢【蠍座 10/24~11/22】

【全体運】予定を詰め込み過ぎる傾向が。休憩タイムの確保も忘れずに。旬のおいしい野菜を食べて運気をパワーアップ!

【健康運】肩凝り解消のストレッチで元気をキープ 【幸運の食べ物】カリフラワー

12月のあなたの運勢【天秤座 9/23~10/23】

【全体運】気になったらちょっとしたことでも調べて。いつもより踏み込むと面白い発見があるはず。お試しセットもお薦め

【健康運】温かいお湯にゆっくりにゆっくりリラックス 【幸運の食べ物】小松菜

# うんなん 女子カ



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

### 頓原支部

#### ～天気痛セルフケア・料理講習会～

と き/11月6日(金) ところ/頓原支店

雲南女性部では、支部ごとに「家の光」を活用した活動を行っています。

頓原支部では、雲南地区本部ふれあい課職員による読書会と健康教室、(株)HALムスイによる料理講習会を行いました。

健康教室では、近年耳にすることが多くなった「天気痛」や「健康寿命」について知識を深めるとともに、簡単な運動を行って体を温めました。

「健康寿命」を延ばす秘訣は足腰や口の健康。運動テストを行って現在の自分の身体の状態を知ることで改めて健康について考えました。



体操で体をほぐします



声を合わせて音読

今年6月からJA女性部として活動を始めた「頓原支部」。部員同士の交流を深めつつ、今後も様々な活動を通して地域を盛り上げていきたいと思えます。

### 三刀屋支部

#### ～「家の光」読書会・豆腐作り～

と き/11月25日(水) ところ/一宮交流センター(雲南市三刀屋町)

三刀屋支部では、「家の光」読書会と豆腐作りをしました。

読書会では、リーダーを決めて声を合わせて掲載記事の読み合わせを行いました。



みんなでかるたを楽しみました

声に出して文章を読むことで脳が活性化し、発想力や記憶力の向上、リラックス効果も期待できることから継続的に開催しており、三刀屋支部の活動として定着しています。

今回は読書会にあわせてふれあい課職員による体操やかるた取りも行い、交流を深めました。

食農教育向け雑誌「ちやぐりん」の記事を活用して豆腐作りにも挑戦し、和気あいあいと楽しいひと時を過ごしました。



布を使って豆乳をしぼる様子

今後も料理教室や手芸など自分たちが楽しいと思う活動を楽しい仲間と共にっていきます。

## JA女子大掲示板

### JA女子大学「プレディ」

#### ～クリスタルボウルヒーリング講座～

と き/11月12日(木) ところ/雲南地区本部

◎講 師/スピリチュアル&ビューティ  
ガイアレア 代表 岡野 裕子 氏

第3回の講座は、水晶で作られた楽器「クリスタルボウル」によるヒーリング講座を開きました。

「クリスタルボウル」の



心地よい音色にリラックス

### 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。

奏者として活躍されている出雲市在住の岡野先生を講師に招き、心と体に響く「クリスタルボウル」の波動と音色がもたらす癒しの効果についてお話いただきました。

講座では、自身の体験から「クリスタルボウル」に魅了されたきっかけや心を整える方法、風水の観点から「氣」の巡りの重要性などについてもお話いただきました。

講座の後半では、「クリスタルボウル」を囲んで横になって岡野先生の演奏を聴き、心地よい波動と幻想的な音色に包まれ心安らぐ時間を過ごしました。

学生は「心も体もリラックスでき、思わず眠ってしまいました。ゆったりとした時間の中で心穏やかになりました」と感想を述べました。



### 12月のあなたの運勢 [山羊座 12/22~1/19]

【全体運】上昇運です。うまくいかないことは少し時間を置いてから再トライすると吉。カラオケや音楽を楽しむ時間をつくって  
【健康運】体を柔らかくするストレッチがお勧め 【幸運の食べ物】ホタテ



### 12月のあなたの運勢 [射手座 11/23~12/21]

【全体運】好調。スピーディーな展開はあなたの味方です。流れに任せて行動範囲を広げましょう。髪のお手入れは入念に  
【健康運】マッサージや入浴で新陳代謝をアップ 【幸運の食べ物】壬生菜



Green Center News

グリーンセンターだより

## グリーンセンター 年末年始の営業のお知らせ

●年末年始グリーンセンター営業日 【営業時間】いずれも8:30~17:00まで

12月27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	1月1日(金)	2日(土)
大東店	全店舗	全店舗	大東店 中央店			
3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
	全店舗	全店舗	全店舗	全店舗	全店舗	大東店 中央店

●戸配定期配送便(全域) ※配送日の前営業日午前の受付分を配送します。

12月20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
		配送日	配送日	配送日	配送日	配送日
27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	1月1日(金)	2日(土)
		配送日				
3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
		配送日	配送日	配送日	配送日	配送日

JAの  
自動車共済  
加入者向け

突然の「事故」や  
「故障」など緊急時に  
心強いスマホアプリ

JA共済  
くるまの  
三カタ

お車のトラブル時にアプリを利用すれば受付窓口へのスムーズな連絡が可能です。

### 1 レッカー・ロードサービスの要請

受付窓口 JA共済サポートセンター

- GPS機能で位置情報を送信することができます!
- トラブル状況の画像を送信することができます!
- お車情報を自動送信します!

※ご利用時に事前登録がされていないと、お車情報はJA共済サポートセンターに通知されません。

➡ 必要な情報をJA共済サポートセンターに送信でき、迅速にレッカー・ロードサービスを受けられます!

### 2 事故受付

受付窓口 JA共済事故受付センター

- GPS機能で位置情報を送信することができます!
- お車情報を自動送信します!

※ご利用時に事前登録がされていないと、お車情報はJA共済事故受付センターに通知されません。

➡ 必要な情報をJA共済事故受付センターに送信でき、迅速な事故受付が可能となります。  
※JA共済事故受付センターにトラブル状況の画像を送信することはできません。

事故や故障が発生した際には、JA共済サポートセンターまたはJA共済事故受付センターの専門スタッフがいつでも(24時間365日)対応いたします。ぜひ、お持ちのスマートフォンにアプリをご準備ください。

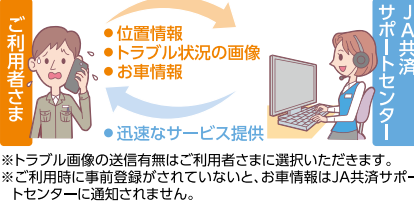
※アプリご利用時の通信料は、ご利用者さまのご負担となります。

こんな時に使える! 「くるまのミカタ」の活用 (例)レッカー・ロードサービスの要請

突然の「事故」や「故障」で車が動かない…



あわてず「くるまのミカタ」を利用してJA共済サポートセンターへ連絡!



〈ご注意事項〉交通事情、気象状況等により、対応業者の到着に時間がかかる場合またはサービスのご提供ができない場合があります。ご利用者さまのご契約内容・トラブル状況によっては、サービスの一部または全部が提供できない場合があります。ご利用者さまのお使いの機種および設定によっては、位置情報を必要とするサービスをご利用いただけない場合があります。アプリで提供されるGPSによる測位結果の位置情報は、利用環境やGPS衛星の電波状況により、位置が表示されない場合または実際の位置と誤差が生じる場合があります。詳細はアプリ内の「JA共済くるまのミカタ」利用規約をご確認ください。

〈アプリダウンロードはコチラから〉

iPhone, iPad, AppStoreは米国及び他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。  
※[Android][GooglePlay]はGoogle Inc.の商標または登録商標です。

くるまのミカタ 検索



12月のあなたの運勢【魚座 2/19~3/20】  
【全体運】おわびは丁寧に。ミスは誰にでもあるもの。訂正の仕方が今後の展開の鍵を握っています。年賀状の準備は早めに  
【健康運】股関節までしっかり伸ばす柔軟体操がお勧め【幸運の食べ物】イチゴ



12月のあなたの運勢【水瓶座 1/20~2/18】  
【全体運】友人と遊びに出掛けましょう。たわいない会話が心を軽くします。スキルアップのための勉強にツキあり  
【健康運】筋力アップはスポーツを楽しむながら◎【幸運の食べ物】ユズ

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】 11月27日現在

種類	仁多	横田	大東	加茂	木次	三刀屋
コシヒカリ	92.2%	93.0%	36.3%	56.2%	35.2%	53.2%
きぬむすめ	100.0%	100.0%	74.7%	62.9%	56.3%	49.8%
つや姫			96.5%	94.7%	64.0%	88.2%
うるち米計	92.3%	92.8%	58.1%	55.0%	44.7%	56.7%
酒米	49.2%	35.0%	2.7%			0.0%
もち米	67.3%	73.2%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
産米全体	86.8%	90.4%	53.5%	54.9%	44.6%	54.9%

種類	吉田	掛合	頓原	赤来	合計
コシヒカリ	55.1%	64.0%	93.6%	97.1%	82.0%
きぬむすめ	84.8%	60.3%	100.0%	100.0%	68.6%
つや姫	93.8%	100.0%	100.0%	100.0%	93.5%
うるち米計	71.1%	65.4%	79.1%	97.2%	77.3%
酒米	50.4%	0.0%	54.5%	71.1%	38.7%
もち米	83.1%	66.2%	77.3%	83.3%	75.8%
産米全体	71.1%	61.6%	78.0%	91.8%	75.2%

【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	30,999	43,006	13,983	5,830	3,524	4,290
きぬむすめ	456	58	12,567	5,576	2,332	3,090
つや姫			2,023	2,661	347	917
うるち米計	31,770	43,961	32,244	19,327	6,218	10,281
酒米	3,061	1,080	2,751			308
もち米	3,821	2,728	134	18	14	44
合 計	37,852	47,769	35,129	19,345	6,232	10,633

品 種	吉田	掛合	頓原	赤来	合計
コシヒカリ	2,347	5,117	13,951	19,090	142,137
きぬむすめ	711	1,087	165	561	26,603
つや姫	533	611	151	74	7,317
うるち米計	4,341	7,150	17,462	19,725	192,479
酒米	123	459	815	2,674	11,271
もち米	219	139	2,028	6,027	14,372
合 計	4,683	7,748	20,305	28,426	218,122

※カントリーエレベーターの推定実績を含んでおります。

農業者年金に加入して  
安心で豊かな老後を！

国が支える。安心が大きくなる。  
農業者年金は、農業者の方々の老後の生活の安定を図ることなどを目的とした、農業者だけが加入できる、積立方式（確定拠出型）の「農業者のための年金」です。  
農業者年金へは、次の要件を満たす方ならどなたでも加入できます。  
◎ 国民年金第1号被保険者  
（国民年金保険料納付免除者を除く）  
◎ 年間60日以上農業に従事  
◎ 60歳未満  
◎ お問い合わせは：  
お近くのJA窓口または農業委員会へ

おさいふカードの  
ポイント有効期限について

平成30年に付与された「おさいふカード」のポイント有効期限は、令和2年12月31日までです。ポイントは店頭端末や支店窓口などでご確認いただけます。有効期限内にぜひご使用ください。  
※ポイントはグリーンセンターなどで1ポイント1円から使用できるほか、Aコープなどでご利用いただけるお買物券や、特産品カタログ商品と交換いただけます。



年末年始の営業について

◆支店窓口

12月30日(木)まで…通常どおり営業いたします。  
12月31日(金)～1月3日(日)…休業いたします。  
1月4日(月)より…通常どおり営業いたします。

◆キャッシュコーナー

12月30日(木)まで…通常どおりご利用いただけます。ただし、雲南市役所内のATMは閉庁に伴い29日(水)よりご利用いただけません。  
12月31日(金)…土・日・祝日に稼働しているATMがご利用いただけます。  
1月1日(金)～1月3日(日)…左記のATMがご利用いただけます。

●稼働対象ATM

◎ 9時～17時 / 大東支店・掛合支店・頓原支店・マーケットきしま店・赤来店  
※Aコープきすき店は1月2日(土)・3日(日)がご利用いただけます。  
※横田支店は1月3日(日)のみご利用いただけます。

◎ 9時～19時 / みしまや三刀屋店  
1月4日(月)より…通常どおりご利用いただけます。

※当組合発行のキャッシュカードのご利用について

1月1日(金)～3日(日)の間、県内県外JA、セブン銀行、ゆうちょ銀行、コンビニATM(イーネット、LANS)以外での取り扱いができません。ご了承ください。

ご不便をお掛けいたしますが、ご理解・協力を賜りますようお願い申し上げます。

ステーキハウス崩美野 TOPICS

●冬の限定メニューのご案内●

2020年  
12/1  
2021年  
2/28 限定

じっくり、コトコト。

●奥出雲和牛ビーフシチュー  
1,500円(税込)



ステーキハウス  
崩美野の  
SNS情報

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。

年末年始営業のご案内

- 12/30(水) 通常営業
- 12/31(木)～1/2(土) 休業
- 1/3(日) ランチタイムのみ営業 (11時～14時)
- 1/4(月)～ 通常営業







## 「ねんきんネット」は とってもべんり!!

便利 その1

### 年金登録は、とってもカンタン!

基礎年金番号、氏名、生年月日、性別などを  
入力して申込みます(基礎年金番号は、年金  
手帳や年金証書に記載されています)

便利 その2

### 届書をパソコンで作成・印刷できる!

日本年金機構に提出する届書の基本情報が  
表示されるので、各種届書の作成もできます。  
年金請求書の作成も可能です。

便利 その3

### いつでも年金記録を確認できる!

自宅のパソコンやスマートフォンから、24時間  
いつでも最新の年金記録が確認できます。

便利 その4

### 年金見込額の試算もできる!

「年金を受け取りながら働き続けた場合」な  
ど、年金の見込額を試算できます。

◎詳しくは「ねんきんネット」で検索

ねんきんネット

検索

## 年金についてのご相談はJAで!

### 年金相談会のご案内

無料

- 雲南さくら支店  
1月22日(金) 10:00~15:00
- 大東支店  
1月27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。  
◎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。



## お便りご紹介

Letter from you



(加茂町・Nさん)

ございました。今年は新型コロナウイルスにより大変な1年でしたが、来年がみなさまにとって良い1年になりますように。

◎今年最後のおもしろ野菜は、「しめ縄」のようなサツマイモ。どうやって調理されたのか気になるところです(^^)今年もみなさんからたくさんのおもしろ野菜を投稿いただきました。本当にありがとうございました。

ご利益がありそう...

## うんなん女子カ



●「うんなん女子力掲示板」のコーナーで、女性部のみなさんが楽しそうに活動しておられる様子を楽しみに見えています。(木次町・Tさん)

◎いつも広報誌「JAしまねびより」をご覧いただきありがとうございます。雲南女性部のみなさんの活動を毎月掲載しておりますが、様々な活動を通して交流を深め、いつも楽しく活動していらつしゃいます。女子大学や女性大学院でも、楽しい講座をたくさん行っています。興味のある方はぜひご連絡ください(^^)

女性部の活動について



農業のために 地域のために 明日のために  
JA共済の  
地域貢献活動

JA共済は、交通安全対策活動やスポーツ大会開催など、地域活性化を目指した地域貢献活動に取り組んでいます。

- 依願退職(11月30日付)
  - 内田麻里(営農部営農指導課)
  - 人事異動(12月1日付)
  - 雲南統括支店金融課長(雲南統括支店金融課長兼雲南旅行C長)松原博美
  - 経済部(雲南統括支店金融課今岡理恵)
- ※( )内は旧部署、Cはセンターの略

1月の外勤日 20水 21木 22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「反発」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	46	1,327,700	463,100	688,720	277	2,484	96,157
	去	60	997,700	567,600	812,497	301	2,695	35,137
中央市場	雌	109	1,394,800	430,100	703,082	281	2,499	95,025
	去	142	997,700	33,000	792,372	303	2,615	49,818

令和2年11月の全国主要子牛市場平均価格は、雌683,447円(前月比106%)、去勢780,231円(前月比108%)、計738,841円(前月比107%)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～Dの順に並べて  
できる言葉は何でしょうか？

出題 ● ニコリ

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

答え 

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

・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羽根突きに使う道具
- ④すずりですります
- ⑥止まらず次に進むこと
- ⑦重さを知りたいときに使います
- ⑧テレビやエアコンに向けてボタンを押します
- ⑩ご飯のこと。焼き——
- ⑫いんちがいち、いんがに……
- ⑭——付きのタイで成人を祝った
- ⑰車が動きださないようにタイヤにかませます
- ⑱同種の事例は枚挙に——がない
- ⑳凍った場合は氷瀑(ばく)と呼ばれます
- ㉑ひもの——が固くてほどけないよ

## ヨコのカギ

- ①一富士ニタカ三ナスビは、何に見ると縁起の良いもの？
- ②キャンパスの大きさを表すときに使う言葉
- ③港を表す地図記号はこの形
- ④強烈な悪臭がする液をお尻から噴射して身を守る動物
- ⑤1/100はセンチ、1/1000は
- ⑦なぜか猫が入りたがる物
- ⑨大豆や緑豆の種子を暗い所で発芽させた物
- ⑩物事をするのにちょうど良い頃合い
- ⑬おせち料理に入れる煮豆
- ⑮鶴は千年、——は万年
- ⑯ご飯のこと。カレー——
- ⑰ぬいぐるみに詰めます
- ⑲ピーヒョロロと鳴く大きな鳥

## 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(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  
2021年1月8日(金) (当日消印有効)

### ◆ 先月号の答え ◆

#### 「シュンギク」

ホ	シ	コ	イ	ビ	ト
コ	ー	ト	ワ	ギ	リ
リ	ケ	タ	サ	イ	
	ウ	イ	ン	タ	ー
キ	ス	カ	タ	シ	レ
ツ	ク	エ	ビ	ミ	シ
ク	チ	ビ	ル	ユ	ズ

# 川柳の広場

## 最優秀賞

「もう」と「まだ」上手に使い生きる日々

出雲市 多久和敬子様

(評)暮らしの中で何度も思う「もうとまだ」です。消極的な「もう」と積極的な「まだ」ですが、上手に使うのも生きる知恵でしょう。

## 優秀賞

手ごころは距離を保って嫁姑

松江市 後藤 竹子様

トンネルを抜けたらきつといい走り

出雲市 加本 精一様

世渡りに表と裏の顔を見る

出雲市 野中 花蓮様

## 佳作

古希祝う息子のしぐさ亡夫に似る  
GOTOに行けと止めろが綱を引く  
鈴虫の秋の知らせになごむ胸  
祭りなし静まり返る過疎の郷  
晩秋の月も見守る秋祭り

出雲市 岩本 静代様  
出雲市 山根 繁幸様  
雲南市 秋風 和恵様  
江津市 山形ゆうき様  
浜田市 前田 隆行様

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

「家の光」1月号 定価922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。締切は毎月14日必着です。(最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句)

### 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。



# 健康 散歩

けんこうさんぽ



## 「お礼のお手紙」

12月号は、  
いただいたお手紙を  
ご紹介します。

## || 農業者・女性部健診で胃がん発見 ~「命拾い」感謝の手紙~

「安いし、受けてみるか」と気軽な気持ちでJAしまねの「農業者・女性部健診」を受けたところ、胃がんが見つかったという組合員の女性。健診結果と一緒に紹介状が届き、ご主人から「すぐに病院に行った方がいい」と促され受診し、手術を受けられました。その後、農作業ができるまで元気に。

いただいたお手紙には「家族や近隣の友人の助けに感謝しています」と闘病生活を振り返るとともに、自分は健康だと思いつづられていた方に、健康の大切さが伝わればとの想いがつづられていました。



## || 健康体操の動画配信 ~小学校からお礼の手紙~

当会保健師が考案し、ホームページで公開している「パプリカで健康体操」を毎朝実践する福岡県の須恵第三小学校から、お手紙をいただきました。

同校の先生が、児童の体力向上を目的とする取り組みを模索していたところ、この健康体操を知り、毎朝全校児童と職員が実践。この取り組みが地元メディアに取り上げられ、注目を浴びているそうです。

この度、児童のみなさんから「みんなで楽しく体操しています」と可愛いお礼の言葉が届き嬉しく思いました。「パプリカで健康体操」はこちらから→



児童からのお礼のお手紙

自分の身体を守るのは自分だけです。できることから実践して、健康で楽しい毎日を過ごしませんか。健診やがん検診は毎年受けましょう。紹介状が出たら精密検査を受けましょう。運動やバランスのとれた食事と身体をつくりましょう。

JA島根厚生連

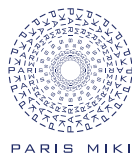


JAしまね 総合ポイントカード「おさいふカード」会員様へ

# 優待割引のお知らせ



JAしまね ×



メガネの三城

# メガネ一式 10%OFF!!

# 補聴器 5%OFF!!

ご利用の際には、提携店舗にておさいふカードをご提示ください。

提携店舗

島根県内メガネの三城 全店

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

お問合せ



JAしまね

本店経済部生活課 [TEL] 0853-25-8907



島根うまれの食材レシピ

# しまねうれしび

島根県立出雲農林高等学校「家庭クラブ」篇

今回の「しまねうれしび」は、昨年11月に開催された「第4回食の輝結び甲子園全国大会」で、みごと優勝された島根県立出雲農林高等学校「家庭クラブ」2年生のメンバーにオリジナルレシピを考案していただきました。

家庭クラブは、年間を通じて様々な料理コンテストに応募したり、各種イベントに参加したりしています。中でも同校の農業祭では料理の実演販売を行い、毎年長蛇の列が。昨年はチーズハットグとタピオカドリンクが300食以上売れ、大変な賑わいだったそうです。

また、近年では県内のホテルと共同でホテル内のレストランのメニューを考案し販売しており、料理を通じて地域の方々とつながり、活動の輪を広げています。

今回は、そんな家庭クラブの2年生9名が、島根県内の食材にこだわったオリジナルレシピを夏休み中に考案。その中から食品科学科の山田理水さん（上記集合写真 後列右端）のレシピが選ばれました。試行錯誤を重ね何度も試作し、完成させたそうです。

JAしまねは食を通じて、これからも家庭クラブの活躍を応援します。



家庭クラブ2年生のみなさん



「第4回食の輝結び甲子園全国大会」で優勝

山田さんに料理を  
作ってもらいました!



県内のホテルと新メニューを提案



**食品科学科2年生 山田理水さんからひとこと**

授業の実習で作った「出農ジャム」を使ったクリスマスのメニューです。このジャムを地域の方々にご紹介できる機会ができて、とてもうれしいです。

クリスマスに食べたい

## 鳥肉のマーマレード焼き



・AとBの分量を間違えなければ、お好みの野菜でアレンジできます。

### ●材料（4人分）

- 鳥むね肉……………320g
- ミニトマト……………8個
- 玉ねぎ……………小2個（または中1個）
- パプリカ…赤色・黄色各大1/2個
- ブロッコリー……………8かけ
- ローズマリー（乾燥したもの）…4枚

### ●作り方

- ①鳥むね肉全体をフォークで刺し、一口大に切る。
- ②ポリ袋にBと①を入れて揉みこんでおく。
- ③パプリカは種を取り、星形8個を型抜きし、残りは1cm角に切っておく。
- ④ブロッコリーは下茹でしておく。
- ⑤アルミホイルを30cm長さに切り、中央に2mm厚さにスライスした玉ねぎ、キッチンペーパーで水分を拭き取った②、パプリカ、ミニトマトの順で盛り、混ぜ合わせたAをかける。
- ⑥⑤にローズマリーをのせたら、アルミホイルでしっかり包む。

- 薄口しょうゆ……………大さじ2
- A ★出農マーマレードジャム…大さじ2（市販のものも可）
- マヨネーズ……………大さじ1
- B 塩……………小さじ1/2
- 砂糖……………小さじ1
- 塩（下茹用）……………1つまみ

- ⑦250℃に予熱したオーブンで10分焼く。（オーブンによって時間は調整してください）
- ⑧焼き上がった包みを皿に乗せ、アルミホイルを開き、茹でておいたブロッコリーを盛り付けて完成。

★出農マーマレードジャムとは、砂糖以外の食品添加物やゲル化剤、酸味料を加えずに、本校の食品科学科で作ったジャムです。

家族と楽しく

## こたつで食べたいリンゴのアイス



・ジッパー付袋を振る⑥の作業は、家族で楽しみながら出来ると思います。

### ●材料（4人分）

- 生クリーム……………100cc（植物性も可）
- 牛乳……………50cc
- ★出農リンゴジャム……………大さじ2（市販のものも可）
- 砂糖……………20g
- 卵黄……………1個

### ●作り方

- ①ミックスナッツを刻み、予熱なしの160℃のオーブンで7分焼く。
- ②卵黄をほぐして、牛乳を加えて混ぜる。
- ③②に砂糖、出農リンゴジャムを加え、砂糖が溶けるまでゆっくり混ぜる。
- ④③に生クリームを加えて、泡立たないように混ぜる。
- ⑤ジッパー付小袋に④を入れ、空気を残したままジッパーを閉める。

- 飾り用 ミックスナッツ（素焼き）…適量
- リンゴジャム……………適量
- ミント……………お好みで
- リンゴ……………中1/2個
- A バルサミコ酢……………大さじ1/2
- 出農リンゴジャム……………大さじ1
- 氷……………500g
- B 塩……………165g
- 水……………100cc

- ⑥Bを入れたジッパー付大袋の中に⑤を袋ごと入れ、空気を入れてジッパーを閉める。タオルを巻いてアイスが固まるまで10分程度袋を振る。
- ⑦Aを鍋に入れて混ぜながら中火にかける。沸騰してから30秒程度、焦がさないように煮詰めてソースを作る。
- ⑧飾り用のリンゴを2mm厚さにスライスし、その上にアイスを盛り付ける。⑦のソース、リンゴジャム、ミックスナッツ、ミントを飾って出来上がり。

### 【編集後記】

「12月号しまねうれしび」掲載用レシピを、出雲農林高校家庭クラブ2年生のみなさんに依頼したのは夏休み前のこと。どのレシピも計算された4人分の材料、料理の写真、拘りやアレンジ方法が丁寧に書いてありました。猛暑の上、短かった夏休みに冬のレシピを考えるのは大変だったと思います。心よりお礼申し上げます。（木村）

2020年12月16日発行（月1回発行）  
編集/JAL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/umanja

