

JAしまねびより

2021

1

January

Vol.58

特集 今年は丑年 島根の牛



島根の
いも再発見!!

津田かぶ

[松江市]

詳細は6ページへ



謹賀新年

新年が希望に満ちた
明るく年になりますように

2021 丑

代表理事組合長 石川 寿樹

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 名原 佳宏

役職員一同



代表理事組合長
石川 寿樹

新年あけましておめでとうございませう。組合員の皆様には、新しい年を穏やかに迎えのこととお慶びを申し上げます。

皆様から旧年中に賜りましたご支援、ご協力に対し、厚くお礼を申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルス感染症が世界中に蔓延し、我が国でも4月に緊急事態宣言が発令されるなど、戦後最大の経済・社会活動の危機に遭遇しました。終息の兆しは未だ見え、この影響が数年間は続くことも想定せざるを得ない状況となっております。

国内農業への影響も多岐にわたり、特に畜産においては、外出自粛等による消費の低迷により、枝肉価格が下落し、肥育農家の経営は厳しさを増しております。この影響は繁殖子牛市場へも及び、子牛価格も大きく下落しました。花き類についても各種イベントの

中止・延期等により需要が大きく減少しております。

また、米については東日本の豊作も加わり、需給緩和が懸念される中、農水省は令和3年産の適正生産量を令和2年産の生産量より30万ト少ない693万トと提示し、需給安定には、主食用米の大幅な減産が必要とされています。

島根県においては、獣害や高齢化による不作付農地の増加が課題となっております。国に対して適正な生産調整方針の策定や、生産調整等の交付金拡充を要請すると共に、需要に応じた作付けと高品質生産の実現に向けた技術指導に取り組んで参ります。

コロナ禍は、JAしまねの各事業にも影響を与える結果となり、令和2年9月末決算は、事業利益段階で前年を大きく下回る大変厳しいものとなりました。

このような厳しい状況の中、JAしまねは県内農家を支援することを第一に考え、国の経営継続補助金の活用提案や申請受付を行うとともに、農林中央金庫より1億円の助成を受け、「新型コロナウイルス対策支援事業」を実

施しました。JAしまねとして総額3億5千万円の予算で支援を行っており、引き続き、国・県の支援事業と連携して農家支援に取り組んで参ります。

JAしまねは、今後もこうした農家支援の取り組みを進めると共に、引き続き「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の3本柱を最重点課題として鋭意取り組んで参ります。

また、自己改革を進めるためには、盤石な経営基盤の確立が不可欠であります。そのため、信用共済事業、営農経済事業の改革を更に進めて参ります。

何卒、ご理解・ご協力を賜りますようお願いいたします。

結びに、新型コロナウイルスの一日も早い終息を願うと共に、組合員の皆様、地域の皆様にとりまして、本年が実り多く、健康で明るい年となりますようお祈り申し上げ、年頭の挨拶とさせていただきます。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

よい年でありますように！

明けましておめでとうございます。今年は例年以上に、皆さまにとって健やかで実り多い年でありますよう、心より祈念いたします。

「牛も島も大好き 本当に毎日が楽しいです」

知夫里島 下廣畜産 徳若未来さん (18)



自然豊かな知夫里島の下廣畜産で活躍する徳若未来さんは、繁殖農家として本格的に活動を始めてから約1年が経ちました。現在は繁殖牛など約90頭のうち、21頭を未来さん名義で育てています。昨年3月に初めて自分名義の子牛を購入し、11月には子牛を市場に出すなど着実に経験を積んでいます。「産まれたときから親牛になるまで、牛の一生に携わることができる。この先も牛飼いとしてみたい」と、この仕事の魅力を話す徳若さんは、SNSでも

積極的に情報を発信しています。徳若さんの目標である繁殖牛70頭を目指して、今年は新たな牛舎を建て、独立を予定しています。

「地域の良さを伝えていく」

奥出雲町和牛改良組合阿井支部

「地元に戻ってきてもらうには子どもの頃の体験が大切。地元の魅力を伝え、後継者として阿井に戻ってきて欲しい」と話すのは、奥出雲町和牛改良組合阿井支部長の金倉弘美(70)さん。

20戸の農家が繁殖・肥育牛約190頭を育てている同支部では、約30年前から同町立阿井小学校の児童を子牛品評会に招待し、子ども達が牛とふれあう機会を設けています。品評会で児童らは牛について学習した後、実際に審査に挑戦。終了後は「奥出雲和牛」を食べ、地元の肉の美味しさと命の大切さも学びます。

畜産農家や子どもの減少など課題もありますが、「ふるさとの良さを伝えていくため続けていきたい」と話しました。

食牛之気

【しよくぎゅうのき】
心構えが、この上なく大きいこと。
牛を丸呑みするほどの大きな心意気



「若い人に“やりたい”と 思ってもらえる業界にしたい」

大田市 中山農場代表取締役 住田善一さん (44)

「牛は正直な動物。一生懸命向き合えば牛はちゃんと返してくれる」と話すのは、大田市の中山農場代表取締役の住田善一さん。現在、成牛300頭などを育て「安全・安心」な牛乳を出荷しています。

1頭あたりの乳量を求めるよりも、牛が健康で長持ちする飼い方を実践。1頭ずつセンサーを付けて、日々、反芻量や行動量をチェックし、徹底した管理・観察で病気などの早期発見につなげています。

コロナの影響で、学校給食に牛乳が出荷できないのではと不安な時期もありましたが、JAなどの協力もあり全量出荷できたそうです。

今後は現在の頭数を維持したまま、働きやすい環境づくりに力を入れ「若い人に“やりたい”と思ってもらえる業界にしたい」と意気込みを話しました。



今年“モ〜ツ”と



丑年ってどんな年？

昔、牛は人間の生活の根本となる農業を手助けしてくれている欠かすことのできない、大変重要な家畜とされてきました。丑年は、牛が農業の大変な作業をしつかりと手伝ってくれる様子から「粘り強さ」「堅実さ」「誠実さ」を表す年と言われています。

「海外の酪農を日本で実践してみたい」

島根県立出雲農林高等学校 動物科学科 3年生



「牛は大きいけど、とにかく可愛い」。そう笑顔で話すのは、出雲市の県立出雲農林高等学校動物科学科3年生の乳牛を専門に勉強する5人組。「共進会上位入賞」を目標に、日々実習や座学を通じて乳牛への知識を深めています。2019年度の県種畜共進会では、乳用種牛の部の第1区でみごと首席に輝きました。

「子牛が生まれたり、病気になったりと命に触れる機会が多い。命の大切さについて考えられるのも魅力の一つ」と話す5人は、更なる高みを目指しこの春、酪農関係の学校へ進学します。

川角ひよりさん(18)は「将来は、海外の酪農を日本で実践してみたい。そのために海外へ行き、酪農を勉強したい」と目を輝かせました。

「可能性を秘めた 夢がある職業」

益田市 松永牧場取締役
松永拓磨さん (33)

「努力した分、頑張った分だけ牛は反応して返してくれる。可能性を秘めた夢がある職業」と話すのは、益田市の松永牧場の取締役である松永拓磨さん。

現在、同牧場では肥育牛を中心に約7900頭を育て、不飽和脂肪酸を多く含むオカラや焼酎粕、果物などのエコフィードを飼料に使用し、「くちどけの良い脂の質と甘み」が魅力の肉を出荷しています。

7人の専属獣医が治療や飼料設計を担うことで、安心な環境で育てることができます。JASも取得し、消費者に自信をもって安全・安心な肉を届けています。

昨年10月に開催された全国肉用牛枝肉共励会では最高位の名誉賞を受賞。松永さんは「松永グループで1から育てた牛を全国のトップクラスにしたい」と丑年も突き進みます。

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]

松江市

今回は、くにびき地区本部。松江市東津田町、東出雲町で津田かぶの生産に取り組む、池田仁志さんにお話を伺ってきました。

津田かぶ



お話を伺った池田仁志さん

津田かぶの栽培

「津田かぶ漬け」は島根の人であればこの季節、一度は聞いたことのある名前。その津田かぶを栽培される池田仁志さん(76)の圃場を訪ねました。池田さんの圃場は、松江市内を流れる大橋川と天神川に挟まれた東津田町の一角にあり、初冬の訪れを告げる、津田かぶの「はで干し」が目を引きます。



はで干し風景は松江の文化

部分をまかなうほど野菜作りが盛んな地域でした。江戸時代末期に、この地の篤農家立原紋兵衛によって品種改良され、現在の「津田かぶ」の原型となる「紋兵衛かぶ」が生まれました。当時から漬物に適し、農家でも町屋でも毎年冬場になると漬物づくりが盛んに行われ、その文化は松江の人々に脈々と受け継がれてきました。池田さんが幼い頃には、この辺りの天神川沿いにはコンクリートで作られた大きな漬物桶(水槽のようなもの)があり、その上を走り回って遊んだのを覚えているそうです。

糠漬け派? 浅漬け派?

野菜の少ない冬場の保存食として江戸時代から作られてきた津田かぶ漬けは、糠漬けと当分漬け(今でいう「浅漬け」)がその頃からあり、農家は糠漬け、町屋衆は浅漬けと、好みが分かれていたという記録も残っているそうです。

糠漬けは、葉の青さを保ちながら、程良く乾燥させるため、約一週間はで干しをします。その後、糠と塩で約一週間漬け込み、柔らかい歯触り、甘みと酸味が絶妙な美味しい糠漬けができあがります。いわゆる伝統的な津田かぶ漬けで「本漬け」とも呼ばれます。

津田かぶの歴史は江戸時代から

江戸時代、参勤交代の際に滋賀県で古くから栽培されている「日野菜かぶ」が持ち込まれて栽培されたのが津田かぶの始まりとされています。宍道湖からの有機質を豊富に含んだ肥沃な土壌に恵まれ、天神川の水運を利用した輸送の良さもあり、江戸時代にこの辺りは、津田かぶの大産地でした。また、松江藩の菜園場もあり、城下で消費される野菜類の大



1本1本丁寧に水洗する奥さんの幹子さん

一方、浅漬けは、はで干しせず、シャキシャキとした食感とみずみずしい甘みが味わえます。近年のトレンドが「浅漬け」ということもあり、はで干しする量は年々減少しているそうです。

津田かぶの型の秘密

「寒い時期に収穫・出荷し、漬物として加工され、年末年始をはじめとした



様々な場面で楽しんでいただけるとは農家冥利に尽きる。ただ、寒水で土を落とす水洗い作業は本当に大変」と池田さんは苦笑い。独特な勾玉型の形状が、土を落とす水洗いをより辛く困難なものにさせるのだとか。

なぜ津田かぶは勾玉のような形をしているので

松江周辺で
育成すると
勾玉型に？



でしょうか？「諸説あるが、生育するにつれ葉で風を受け、その重さ、負荷によってこんな形に育つと聞く。ただ、不思議なことに、どこで栽培しても同じようになるかというところでもなく、松江周辺地域でしかこの形にならない」となんとも不思議な話。種や土地・土壌、水、様々な条件が整うことで、あの独特な勾玉型の津田かぶが育つそうです。

地域のために、地域とともに

池田さんは松江市立東津田児童館の館長も務め、様々な地域活動を行っています。「地域の課題にみんなを取り組み、そこを耕し、みんなで笑顔になる。そのために自分の農業を役立て切磋琢磨できれば」と真つ直ぐな想いを話します。

法務省が主唱する「社会を明るくする運動」に賛同し、栽培した「ひまわり」を更生施設などに贈る活動をJAや地域の方、子どもたちにも協力してもらいながら10年以上続けた結果、平成30年には「第68回」社会を明るくする運動」民間協力者法務大臣感謝状」を島根県の代表として表彰。他にも蕎麦打ち会や野菜市などを企画し、農業への理解や津田かぶ文化の継承など地域貢献にも力を入れます。



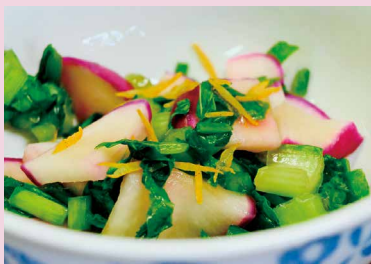
池田さんが取り組む様々な地域活動

人との繋がりが大事

池田さんの農場には「ラディッシュ」や「おでん大根」などなど、珍しい作物もたくさんあります。マーケットのトレンドを探りながら、こんなのを作って欲しいという声があればチャレンジし、作付けがうまくいかないと言う仲間がいれば、ノウハウを惜しみなく伝えます。人と人との繋がりを大切に、出し惜しみをしないのが池田流。「農業も地域づくりも私一人ではできない。多くの方の力を借りて進んでいければ楽しい」と地道な努力と、津田かぶを中心とした地域の農業を次世代に繋いでいくという思いを力強く話す池田さんの瞳は輝いていました。

一口メモ

津田かぶの白い果肉は緻密で、やわらかい食感が特徴。ほのかな甘みと特有の香りがあり、漬け物にされるのが大半です。果肉がきめ細かく煮物にしても美味しいですが、美しい赤紫色とシャキツとした食感を楽しむなら漬け物やピクルスがおすすめ。皮ごと薄切りにして甘酢漬けにすると果肉もピンク色に染まり、見た目にも美しい一品に。



● 購入方法・お問い合わせ先 ●
有限会社けんちゃん漬
電話 0853-21-1034

「JAしまね総代代表者等との
意見交換会」を開催

JAしまねは12月3日、松江市で総代代表者等との意見交換会を開催しました。

この意見交換会は、組合員の意見や要望を聞きJAの事業運営に反映させることを目的に、年2回開催。当日は各地区本部の総代代表者等22名が参加し、JA役員と活発に意見を交わしました。

JA役員が上期事業報告やコロナ感染拡大の対応報告、営農経済・信用共済の事業改革の進捗状況などを説明。総代代表者等からは「物流についての県内地域間格差への対策」や「国や県の制度に該当しない中堅農家への援助」などの意見がありました。

石川寿樹組合長は「新型コロナウイルスの影響で苦境に立つ農家の支援を第一に考え、事業に取り組む。今後安定した経営基盤にむけて、事業改革は避けて通れない」と事業改革の必要性などを訴えました。



意見・要望に答える石川組合長



多岐にわたり活発な意見が交わされました



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。

お知らせ

令和2年産島根米の追加金単価について

需給が緩む環境の中ではありますが、JAしまねでは取引先のご理解も頂き、12月25日に全銘柄において追加金をお支払いをすることが出来ました。

生産者の皆様には、令和3年産でも引き続き高品質な島根米の生産に向けた取り組みをお願いします。

なお、雲南地区本部の追加金単価については、P16に掲載しております。

参考：主要4銘柄の追加金

銘柄	追加金単価 (税込) 30kg当り	摘要
コシヒカリ	250円	①1.9mmふるい目仕分けの1等
	200円	①以外の1等から3等
きぬむすめ	300円	①1.9mmふるい目仕分けの1等
	250円	①以外の1等から3等
つや姫ST (特別栽培米)	250円	①1.9mmふるい目仕分けの1等
	200円	①以外の1等から2等
ハナエチゼン	350円	



あなたもチャレンジ 家庭菜園

ジャガイモ

多様な品種を楽しむ

休眠の明けた芽は5度程度で活動が始まるため、早植えして発芽した芽は遅霜の被害を受けます。生育適温は10～23度で、冷涼な気候を好みます。



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。

追肥・土寄せ

芽が15～20cmの頃、畝1m当たり普通化成肥料50gを畝の両側にまき、5cm程度の厚さに土寄せをします。2回目の土寄せは同じようにつぼみが付いた頃に行います。土寄せは十分し、イモの露出を防ぎます(図4)。マルチ栽培ではマルチの裾を上げて追肥をします。

収穫

開花後2～3週間で新ジャガを楽しめますが、葉が枯れ始めてから掘り取れば充実したイモになります。晴天が続いた日にイモを傷付けないように掘り取ります(図5)。イモは光で緑化するため冷暗所で保存します。



品 種

ホクホクした粉質の「男爵薯」「キタアカリ」や、アンデスの栗ジャガと呼ばれる「インカのめざめ」、ねっとりした粘質の「メイクイン」「レッドムーン」など料理に向けた品種を選びましょう。秋作を行うには「デジマ」「ニシユタカ」など休眠の浅い品種を使います。

畑の準備

植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰50gを施しよく耕し、1週間前に、畝間60～70cm、深さ15cmの溝を掘り、畝1m当たり普通化成肥料100gと堆肥1kg程度を施し、土を戻してよく混ぜておきます(図1)。

図1 畑の準備

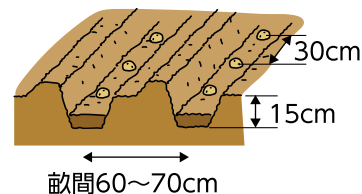


図2 種イモの切断

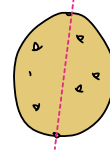


図3 芽かき

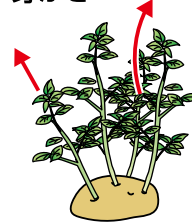


図4 追肥・土寄せ

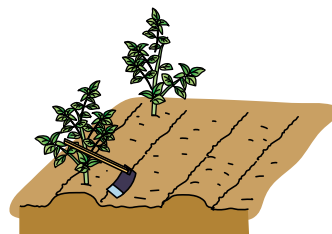
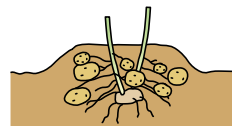


図5 収穫



植え付け

種イモの大きさは1個30gくらいが良く、大きいイモは各片に頂部に芽が付くように3～4片に縦切りします(図2)。切り口は、日陰で短時間乾かしておきます。元肥の上に少し土を戻し、種イモの切り口を下にして、株間30cmに植え付け、7～8cmの覆土をします。マルチ栽培をすると雑草を防ぎ、地温が上がるため収穫期が1週間程度早まります。この場合、種イモを植え付け後、黒色ポリフィルムを張り、芽先がフィルムを持ち上げたら、フィルムを破り上に出します。なお、発芽後の遅霜被害対策として、不織布のべた掛けがお勧めです。

芽かき

芽が10cmくらいに伸びた頃、強い芽を2本残して他はかき取ります(図3)。

理事会情報 (11月27日開催)

【協議事項】

- ①令和3年産島根米生産に係る考え方について
- ②島根県農業信用基金協会への特別出資について
- ③令和2年度末決算見込(1次)について
- ④令和3年度事業計画の策定について
- ⑤職制規程の一部改正について

- ⑥中間期ディスクロージャー誌2020について
- ⑦販売システムのサーバー機器更新および機能整備について

(紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)

迎春



年頭のご挨拶

雲南地域の
農業振興と地域活性化に
最大限の努力を



JAしまね雲南地区本部
常務理事本部長

竹下克美

新年あけましておめでとうござ
います。皆様にはご家族お揃いで新
しい年をお迎えになられましたこ
とと心からお慶び申し上げます。
また、皆様から旧年中に賜りまし
たご支援、ご協力に対し厚く御礼
申し上げます。

昨年は中国湖北省武漢から始
まった新型コロナウイルス感染症が
日本でも急激に蔓延し、ついには
安倍前首相が全都道府県に緊急
事態宣言を発令いたしました。
これによって私たちは今まで経験
したことがない日々を過ごすこと
になり世界経済、日本経済は「戦
後最大の危機」に陥っているのが
現状であります。

その影響は国内農業、そして
雲南地区本部の各事業にも影
響を与えています。畜産におきま
しては消費の低迷により枝肉価
格が下落し、肥育事業は厳しさ
を増しています。また、この影響
は繁殖子牛市場へも及び、子牛
価格が大きく下落いたしました。
また、県内生産量の7割を占める
酒米も宴会自粛等の影響を受け

日本酒の消費量が極端に減少
し、三月には酒米作付面積3割
の品種交換を余儀なくされまし
た。また、産直事業も阪急オアシ
スへの出張販売の中止を余儀なく
され売上げは大幅に減少いたしま
した。

そして米の需給緩和の危機で
す。農水省が示した21年産の適
正生産量は693万トンで20年
産の生産量で36万トン、面積で6
万7000ヘクタールの減産が必
要となりました。過去最大規模の
転作拡大が出来るかは、産地の
取り組みを後押しする政府の支
援策が鍵を握るのは言うまでも
ありません。

私たちは「地域農業の衰退は
地域の衰退」ということを肝に銘
じ、一市二町との連携をより強固
にしながら最大限の努力を傾注
し、皆様と共に雲南地域の農業
振興と地域活性化に努めて参り
たいと存じます。
この一年、皆様のご健康とご多
幸をお祈り申し上げ、新たな年
のご挨拶とさせていただきます。

1月のあなたの運勢【牡牛座 4/20~5/20】

【全体運】発展的ですが、考えがやや飛躍し過ぎる傾向が。周りの意見にも耳を傾けて。家族でできることにツキあり

【健康運】筋トレなど本格的なトレーニングが勧め 【幸運の食べ物】ハーブ

1月のあなたの運勢【牡羊座 3/21~4/19】

【全体運】相手を受け入れる気持ちが運を開く鍵。来客は笑顔でお出迎えを。新しいことを受けたいなら仲間探しから始めて

【健康運】暴飲暴食は控えバランス良く食べましょう 【幸運の食べ物】ナバナ

JAしまね雲南地区本部

事業状況報告について

雲南地区本部は12月1日に「第3回運営委員会」、2日に「第1回総代代表者会」を開きました。

各会において、運営委員、代表総代が出席される中、令和2年度上期事業報告を行いました。

※総代代表者会の質疑応答の一部について要点をまとめて掲載しています。

Q 上期の決算内容の報告を受けたが大きく下回っているのは、コロナの影響がすべてなのか。それ以外にも要因があるのか。

A 新型コロナウイルスの感染拡大が畜産、お米、加工品、葬祭事業等々、全ての事業に影響しているのは間違いないことです。また、計画は令和元年にスタートした第3次中期計画に基づいて作成されているため、当時との環境の変化の中で計画に沿っていない部分があることも否めません。

Q インターネット通販サイトの手ごたえはどうか？また葬祭事業について問う。

A コロナ禍で「巣ごもり」商品として、TVで紹介された奥出雲和牛カレーや野菜・パックご飯を入れたパツケージ商品を中心に通販全体で

大きく伸長している状況です。今後も、商品PRや企画商品の開発に取り組みます。葬祭事業はコロナの影響もあり、1件当たりの利用料(単価)が下がっています。JAのシェア率は近年53〜54%で推移しており、大きく変動していませんので、単価が下がったことにより計画比、前年比で事業利益のマイナスが発生しているところご理解ください。

Q 多収性品種について、その方向性を問う。

A 多収性品種は、主に外食系や家庭用のブレンド米として使用されていますが、新型コロナウイルスの影響により外食産業が厳しい状態です。令和3年産については、多収性品種を減産する方向で協議を進めています。

Q 最近では印鑑廃止が話題に

なっているがJAはよく封筒に印鑑を2つ押印してある。相当な手間だと思うが…

A コンプライアンスの観点から個人情報漏えいを防ぐためにも封入時の2重チェックは基本であり、省略することは今のところ考えておりません。ただ印鑑の廃止については、これからの行政改革の流れにおいて簡略する動きが加速すると思われます。



1月のあなたの運勢【蟹座 6/22~7/22】

【全体運】周囲がにぎやかに。たくさんのお誘いが舞い込む予感です。交通整理は必要ですが、できるだけお付き合いを

【健康運】人と一緒に運動すると励みに。楽しく継続【幸運の食べ物】寒ブリ

1月のあなたの運勢【双子座 5/21~6/21】

【全体運】上昇運です。迷ったり何か変だなど感じたりした場合は結論を急がないように。じっくり進めた方が好結果に

【健康運】考え過ぎはよくありません。入浴で気分転換【幸運の食べ物】ミズナ

ふれあいニュース

雲南管内の
旬な情報をお届け！



01 雲南市酒米生産組合設立

12月4日、雲南市三刀屋町の三刀屋交流センターで「雲南市酒米生産組合設立総会」が開催されました。

設立総会には生産者やJ Aなどの関係者ら約30人が出席。同市内5つの生産者組合が統合し、組織一丸となって酒米の生産振興に取り組みます。

近年の異常気象や生産者の高齢化による担い手不足など、同市における酒米生産の脆弱化が危惧される中、実需者の期待に応える良質な酒米生産を安定的に行うため平成30年から統合へ向けた取り組みを進めてきました。

今後各関係機関と連携し、さらなる生産技術の向上に努めるとともに、酒造好適米産地として良質米の栽培と数量確保、価格の安定化を目指す。

指します。

同組合の永瀬隆組合長は、「今後も行政やJ Aと連携し、統合の成果が発揮できるよう体制作りを進め、生産意欲の向上に努めていきたい」と話しました。



▲設立総会にて記念撮影

02

ブランド米振興大会 生産者ら意欲高める

雲南市水田農業担い手協議会（錦織満代表）は12月17日、雲南市三刀屋町の三刀屋交流センターで「令和2年度雲南市ブランド米振興大会」を開催しました。

大会には、生産者や関係者ら約50人が出席。平成28年の栽培開始から5年目を迎えた市認定のブランド米「プレミアムつや姫」たたら燗米の取り組み成果を確認するとともに



▲受賞者のみなさんと記念撮影

優良生産者表彰を行い、さらなるブランド力の向上と生産拡大に向け意欲を高めました。令和2年度は、1等米比率が97.3%（前年75.8%）、たたら燗米の認定率が75.1%（前年13.1%）と、昨年を大きく上回り過去最高を記録しました。

ブランド米優良生産者表彰では、（農）あなみ、（農）すがや、（農）宇山宮農組合の3団体が受賞。（農）南加茂がJ Aしまね雲南地区本部長杯を、（農）あなみが雲南市長杯をそれぞれ受賞しました。

03

新たな地域農業の創造 吉田・民谷地区が連携協定締結

雲南市吉田町の吉田地区と民谷地区は12月19日、それぞれの地区で組織する振興協議会と集落連携組織、同町の広域連携組織「元氣!!ファームズよしだ」の三者で

年齢化、地域環境保全などの課題解決に向け、中山間地域等直接支払交付金第5期対策の加算措置を活用して取り組みを強化します。

連携協定を結び、「吉田地区集落連携協議会」と「民谷地区集落連携協議会」が誕生しました。

この連携協定により、中山間地域が抱える人口減少、高齢化、地域環境保全などの課題解決に向け、中山間地域等直接支払交付金第5期対策の加算措置を活用して取り組みを強化します。



▲調印した協定書を手にする各組織の代表者と調印式出席者のみなさん

1月のあなたの運勢【乙女座 8/23～9/22】

【全体運】運勢は大きく盛り上がり、あなたが間に入ればトラブルも解決へ。頼まれ事で忙しくなるのは吉兆。旅行にツキ

【健康運】音楽に合わせリズムカルに体を動かして 【幸運の食べ物】ミカン

1月のあなたの運勢【獅子座 7/23～8/22】

【全体運】ハッピー運となっています。一筋縄ではいきにくいので第2案、第3案の用意を。議論は熱くなり過ぎないで

【健康運】ストレッチで体の柔軟性をキープ 【幸運の食べ物】カキ（牡蠣）

04 「奥出雲和牛」が
地域団体商標に登録

「奥出雲和牛」が 地域団体商標に登録

J Aしまね雲南地区本部が誇る奥出雲地方（雲南市・奥出雲町・飯南町）産の和牛肉ブランド「奥出雲和牛」が、10月22日に特許庁の地域団体商標に登録されました。

「奥出雲和牛」は、奥出雲地方で生まれ、同地域にて肥育された和牛の肉で、平成13年6月から「奥出雲和牛」の名称を掲げ、販路拡大を進めてき

ました。

肉本来の風味、深いコクと豊かな味わいが特徴の「奥出雲和牛」は、県内外から高い評価を得ており、さらなるブランド力の強化、販売力の向上に期待が高まります。

12月25日には、同地区本部の竹下克美本部長が県庁を訪れ、丸山達也県知事に登録の報告を行うとともに喜びを伝

え、「この登録を機に、新たな販売戦略を練っていきたい」と意欲を見せました。



▲商標登録証とともに
丸山県知事(右)、竹下本部長(中央)、佐藤善雄営農部長(左)

06 冬の「ご来店感謝デー」開催

冬の「ご来店感謝デー」開催

雲南地区本部の各支店では、12月15日に毎年恒例の「冬のご来店感謝デー」を開催しました。今年は新型コロナウイルス感染症拡大防止に配慮しつつ、思い思いのおもてなしで利用者に感謝の気持ちを伝えました。

当日は寒い中、たくさんの方に「ご来店いただきありがとうございます」ありがとうございました。



▲掛合支店では職員手作りのエコバックをプレゼントしました

05 デイでクリスマス会
サンタ登場で笑顔あふれる

デイでクリスマス会 サンタ登場で笑顔あふれる



▲「コロナに負けず元気出していきましょう」と利用者者を元気づける村松さん

J Aしまね雲南すずらんデイサービスセンターは、12月15日から4日間、毎年恒例のクリスマス会を開催しました。17日には白ヒゲをたくわえたサンタクロースが訪れ、思いがけないサンタの登場に利用者は驚き、拍手で歓迎しました。サンタクロースに扮するのは、雲南市木次町で飲食店を営む村松憲さん。毎年利用者にクリスマスケーキをプレゼントしています。

クリスマス会では、職員が歌や余興を披露し、利用者は一足早いクリスマスに心を弾ませ、楽しいひと時を過ごしました。



▲宮澤肇施設長にケーキを手渡す村松さん

07 高校生が職場視察

高校生が職場視察 J A事業に理解深めて

雲南市では、地元企業への理解を深めてもらうと、市内の高校生を対象に様々な企業視察を実施しています。

島根県立大東高校の2年生19人は12月24日、J Aしまね雲南地区本部に職場視察に訪れ、同地区本部の野菜集出荷施設「みどり工房」の見学などを行い、J A事業や業務内容について理解を深めました。

また、入組したきつかけや、やりがいなど、若手職員の話に興味深く耳を傾けました。

視察した同校の生徒は「J Aは農業をはじめ様々な事業を通して地域と密接に関わっていることが分かった」と感想を述べました。



▲自らの経験を話す田部里奈職員と熱心に耳を傾ける生徒



1月のあなたの運勢【蠍座 10/24~11/22】
【全体運】順調に見えていたことがひっくり返る危険が。大丈夫と思っても最後まで気を抜かないように。約束は時間厳守で
【健康運】ランジ体操など全身を動かす運動が◎ 【幸運の食べ物】ホウレンソウ



1月のあなたの運勢【天秤座 9/23~10/23】
【全体運】困難な状況を打開して大躍進の予感です。あなたの本気が周囲の協力につながります。説明は丁寧に、連絡は密に
【健康運】おせちや郷土料理など伝統食にツキあり 【幸運の食べ物】ヒラメ

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

赤来支部

～エコクラフトで キッチンバスケット作り～

と き/12月1日(火) ところ/赤来支店

赤来支部は、再生紙を利用して作製されたクラフトテープ（エコクラフト）を使ってキッチンバスケットを製作しました。



バスケットを手に記念撮影

エコクラフトは環

境に優しく、針や糸を使用せずテープを編むだけで自分の好きなデザインのカゴやバッグを簡単に作る事ができるため、ハンドメイド雑貨で使用されることが多く、色や編み方も豊富で人気があります。今回は地元のエコクラフト作家を講師に招き、部員同士交流を深めながら楽しく作業しました。ベージュのテープを互い違いに編みボンドで固定し、側面に自分好みのカラフルなテープを編み込んだ軽くて丈夫なバスケットは、様々な場面で活躍しそうです。



テープを編んで形にしていけます

吉田支部

～手作りの味を大切に 安全・安心なハム作り～

と き/12月17日(休)～18日(金) ところ/吉田交流センター

吉田支部では毎年、年末にハム作りに取り組んでいます。

国産の豚肉を使用した塩分控えめで添加物の少ない安全・安心なハム作りは、部員が楽しみにしている活動の一つです。今年も12月に3回に分けて実施。多くの部員が参加し、交流を深めながら和気あいあいと作業しました。女性部秘伝の調味レシピで味付けされたハムは絶妙な塩加減で、おせち料理の一品としても最適です。支部伝統の味をこれからも大切に、みんなで楽しく活動していきたいと思います。



美味しいハムが約100本できました



機械でお肉を詰める様子

女性部秘伝の調味レシピで味付けされたハムは絶妙な塩加減で、おせち料理の一品としても最適です。支部伝統の味をこれからも大切に、みんなで楽しく活動していきたいです。

JA女性大学院雲南校「華凜」

～羊毛フェルトで干支作り～

と き/12月22日(火) ところ/雲南地区本部

◎講師/羊毛フェルト作家 大國 世津子 氏

第2回の講座は、出雲市で羊毛フェルト作家として活躍されている大國先生を講師に招き、羊毛フェルト講座を開きました。

羊毛フェルトは、綿のようになめらかで軽く柔らかい羊毛を特殊な針（ニードル）でつつくことで、繊維を絡めながら好みの形に成形できる手芸の一種。



作品を手に記念撮影

JA女性大学院とは？

長い間家族のため、社会のために頑張ってきたみなさんに、自分のための時間を持ち、学びの時間を過ごしていただくための場所です。

昨年、第3期生の講座で干支（ねずみ）を制作して好評だったことから、今年も干支（うし）を制作しました。

羊毛を少しずつ足して好みの形に形成し、背中にハートの模様をつけたり、顔に眉毛をつけたりと、部員それぞれの個性を生かした作品が出来上がりました。ちょこんと座った「うし」の姿はとてかわいらしく、完成した作品を手に笑顔が溢れました。今年もよい1年になりますように。



ニードルで好みの形に仕上げていきます



1月のあなたの運勢 [山羊座 12/22～1/19]

【全体運】非常に勢いのある運氣。活躍の場を広げていく好機です。金運も好調で資金面の問題もクリア。相談は年配の方に
【健康運】楽しみながらできるスポーツで体力アップ 【幸運の食べ物】イチゴ



1月のあなたの運勢 [射手座 11/23～12/21]

【全体運】お正月休みや旅行はゆったりプランで。英気を養えば気持ちに余裕が生まれます。趣味の集まりに顔を出して
【健康運】体調不良を感じたら早めに病院を受診して 【幸運の食べ物】アカガイ

申込不要!
だれでもご参加ください

春まき野菜の栽培講習会

月日	時間	地区	場所	お問い合わせ先
令和3年 1月25日(月)	9:30~11:30	奥出雲	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		JA仁多支店 会議室	仁多生産センター ☎54-1355
1月26日(火)	9:30~11:30	飯南	JA赤来支店 会議室	飯南営農経済センター ☎76-2967
	13:30~15:30		ふれあいホールみせん	頓原グリーンセンター ☎72-1031
1月27日(水)	13:30~15:30	雲南	JA掛合支店 会議室	中央営農経済センター ☎42-9055
1月28日(木)	9:30~11:30		雲南地区本部 第1会議室	中央営農経済センター ☎42-9055
	13:30~15:30			
1月29日(金)	9:30~11:30	JA大東支店 会議室	大東グリーンセンター ☎43-2003	
	13:30~15:30			

毎年恒例となっている野菜の栽培講習会です。人気の高い野菜の紹介から、おすすめの肥料・農薬などさまざまな情報を提供しています。参加費は無料、申込みも不要ですので、ぜひお近くの会場へ足をお運びください。皆さまのご参加お待ちしております。

講習会 内容

春まき野菜の栽培管理講習

「春まき野菜の栽培管理」と売れ筋農産物の品種特性について紹介します。

種子・苗助成について ~生産拡大につながる活動~

春まき野菜栽培講習会で配布する注文書で指定する品目を対象予定 助成総額50万円(雲南管内)

島根県東部農林振興センター 雲南事務所からのご案内



※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、開催会場によっては先着にて入場制限を行う場合がありますのでご了承ください。また、マスクの着用、検温にご協力をお願いいたします。

●ご不明な点は・・・ 営農部 営農指導課 **TEL.42-9115** または、各営農経済センター等までお問い合わせください。

共立 & JA

ウインターセール 実施中

●●期間●●
2021年3月末まで

軽量コンパクトタイプから
大型チェーンソーまで充実した品揃え。
ぜひこの機会にお買い求めください。

※価格・仕様等詳細につきましては、
下記までお問い合わせください。

枝払い、剪定に最適な
軽量トップハンドルソー



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

Green Center News
グリーンセンターだより

農家の皆さま
応援キャンペーン

JA限定

今だけ ついてる!

●●期間●●
2021年3月末まで



20^{リットル}
プレゼント!
数量限定

20^{リットル}キャンペーン期間中に
ご購入を
いただいた方に
20^{リットル}を
プレゼント!

ラウンドアップ マックスロード
THE NEXT TECHNOLOGY TO YOU

お問い合わせは最寄りのグリーンセンターまで

1月のあなたの運勢【魚座 2/19~3/20】

【全体運】良好運。交友関係が広がりを見せています。楽しい情報をキャッチできる

るのでお出掛けを。金運は回復の兆し

【健康運】友人のおしゃべりでストレスを解消【幸運の食べ物】ハクサイ

1月のあなたの運勢【水瓶座 1/20~2/18】

【全体運】下旬から運勢が上昇。無理を通したいたら時間をかけて説得を。ゴリ押し

しない態度が幸運を引き寄せます

【健康運】手や足のつばを押して血行を促進【幸運の食べ物】イセエビ



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】

12月28日現在

種類	仁多	横田	大東	加茂	木次	三刀屋
コシヒカリ	92.5%	93.3%	33.7%	55.3%	34.3%	53.1%
きぬむすめ	100.0%	100.0%	76.5%	63.3%	57.4%	50.0%
つや姫			96.8%	95.0%	64.9%	88.2%
うるち米計	92.6%	93.1%	57.6%	55.4%	44.6%	56.7%
酒米	49.2%	35.0%	2.7%			0.0%
もち米	67.4%	73.4%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
産米全体	87.3%	90.8%	53.3%	55.3%	44.5%	54.9%

種類	吉田	掛合	頓原	赤来	合計
コシヒカリ	55.1%	64.0%	94.4%	97.4%	82.2%
きぬむすめ	84.9%	60.3%	100.0%	100.0%	69.9%
つや姫	93.8%	100.0%	100.0%	100.0%	93.8%
うるち米計	71.1%	65.4%	81.3%	97.5%	77.8%
酒米	50.4%	0.0%	54.5%	71.1%	38.7%
もち米	83.1%	66.2%	77.3%	83.4%	75.9%
産米全体	71.2%	61.6%	80.0%	92.4%	75.8%

【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	32,404	44,908	15,090	5,923	3,624	4,299
きぬむすめ	456	58	13,492	5,821	2,390	3,100
つや姫			2,165	2,847	356	917
うるち米計	33,175	45,863	34,418	19,851	6,385	10,300
酒米	3,061	1,080	2,751			308
もち米	3,029	2,758	134	18	14	44
合計	39,265	49,701	37,303	19,869	6,399	10,652

品種	吉田	掛合	頓原	赤来	合計
コシヒカリ	2,347	5,120	15,991	21,087	150,793
きぬむすめ	716	1,087	185	624	27,929
つや姫	533	611	151	74	7,654
うるち米計	4,346	7,153	19,522	21,785	202,798
酒米	123	459	815	2,674	11,271
もち米	219	139	2,033	6,062	14,450
合計	4,688	7,751	22,370	30,521	228,519

※カントリーエレベーターの推定実績を含んでおります。

令和2年産米 追加金単価について

単位:円(税込)/30kg

品種・銘柄	1~3等
コシヒカリ	50~100 ※産地別
きぬむすめ	50
特裁つや姫	100
ハナエチゼン	50
もち米	100

品種・銘柄	特上~3等
酒米好適米	150~450 ※品種別

※一部該当しない場合(規格外等)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。

※カントリーエレベーター出荷分については「令和2年産米二次払い」に単価を反映してお支払いいたします。

全国的な仮渡金の大幅な引き下げの中、雲南地区本部においては概ね前年産と同額のお支払をしている中での追加金単価となります。

議題

12月の運営だより委員会

12月1日開催

- ① 令和2年度上期 事業報告について
- ② 地区本部業績還元の実施について
- ③ 支店運営委員会への開催について
- ④ 各事業部からの報告について
- ⑤ その他

質疑応答

※当日出た意見・要望の一部について要点をまとめて掲載しています。

Q 農業機械を安全に使用するため今年度から大型特殊免許の取得準備講習会を行っているが、他地域では昨年、一昨年頃からそういう動きがあった。雲南地区本部においても適時迅速な対応をお願いしたい。また、今回の講習会は受講対象者が限定されて

Q 多収穫米の種もみ注文が来ている。コロナ禍において、令和3年度の作付けをどのように考えているか。

A 講習会を開催する時期が遅れたことは十分に感じております。段階的に応募して頂いておりますので今後もご意見を参考にしながら取り組みたいと思っております。

Q 多収性の品種について、基本的には業務用、ブレンド米として特に広島方面で販売していますが、コロナの影響で全体的に消費が落ち込み、特に外食関係に影響が出ていることから、多収性品種については減産する方向で協議を進めています。詳細についてはそれぞれ品種の構成も異なりますので、個別に相談させていただきますか。

A 多収性の品種について、基本的には業務用、ブレンド米として特に広島方面で販売していますが、コロナの影響で全体的に消費が落ち込み、特に外食関係に影響が出ていることから、多収性品種については減産する方向で協議を進めています。詳細についてはそれぞれ品種の構成も異なりますので、個別に相談させていただきますか。



● 依願退職(12月31日付)
● 錦織修司(横田支店シA)
● 人事異動(12月19日付)
● 企画総務部付(営農部畜産課)小林千鶴
※()内は旧部署



年金についてのご相談はJAで!

年金相談会のご案内

無料

- 頓原支店
2月 4日(土) 10:00~15:00
- 仁多支店
2月 5日(金) 10:00~15:00
- 横田支店
2月 9日(火) 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。

令和元年産米 最終精算について

令和元年産米の最終精算単価が決まりましたのでお知らせいたします。

単位:円(税込)/30kg

集荷区分	種類	区分	等級	単価
一般集荷分	うるち・モチ・酒米	JA米・一般米	1~3等	143円

※契約栽培等、一部該当しない場合がありますのでご承知おき下さい。

収入・支出項目		単位	本精算
精算対象袋数		袋	167,574
収入	販売代金(地区本部販売)	円	1,120,888,475
	その他(本店精算分等)	円	2,350,615
	合計 A	円	1,123,239,090
支出	概算金(生産者への支払済米代金)	円	1,001,775,662
	運賃・保管等に係る経費等	円	40,658,793
	販売手数料・電算に係る経費等	円	44,903,246
	PR・販売に関わる経費等	円	11,868,871
	合計 B	円	1,099,206,572
収入-支出 C=A-B		円	24,032,518
精算 D		円	23,963,082
精算金23,963,082円/精算対象袋数167,574袋		円	143
翌年産共同計算繰越 C-D		円	69,436

生産者の皆様へ 令和元年産米の最終精算を行い、生産者の皆様には令和2年12月28日に振込いたしました。カントリーエレベーター出荷分については「令和元年産三次払い」に精算単価を反映してお支払いいたします。令和元年産米精算端額69,436円については翌年産共同計算へ繰越をいたします。

JALまね
年金指定替え
キャンペーン

キャンペーン期間
1月4日~3月31日

期間中に年金受取口座をJAしまねへ
変更いただいた方へいずれかプレゼント

おさいふカード
ポイント
1,000
ポイント

or

奥出雲和牛
カレー
1セット(2箱)

ステーキハウス 萌美野 TOPICS



どっさり焼肉を味わったら
下層にはカットステーキ!

1/4
3/19
限定

トッピングは甘いタレで炒めたもも肉とバラ肉の焼肉が
ご飯の上に。食べ進むとガーリックライスに乗った
分厚いカットステーキが出現。

● 開運スタミナステーキ丼
1,600円(税込)

ステーキハウス
萌美野の
SNS情報



2021年は丑年!
● 限定メニューのご案内 ●

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。

2月の外勤日 17水 18木 19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“続伸”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	47	1,255,100	555,500	747,321	277	2,701	58,601
	去	57	993,300	661,100	848,988	294	2,885	36,491
中央市場	雌	128	1,449,800	503,800	733,537	272	2,694	30,455
	去	152	1,104,400	433,400	840,270	296	2,839	47,898

令和2年12月の全国主要子牛市場平均価格は、雌734,236円(前月比105%)、去勢830,989円(前月比106%)、計789,856円(前月比105%)で、続伸の取引となっています。

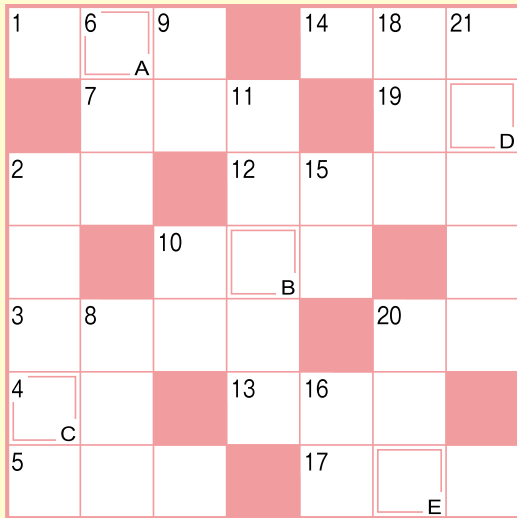
市況 畜産



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

タテのカギ

- ② たいきひの——を念入りに行った
- ⑥ チョコレートを——にかけて溶かした
- ⑧ 構えてシャッターを切ります
- ⑨ ジャムやピクルスなどを詰めます
- ⑩ この——の輪、なかなか外れないんだ
- ⑪ 就職活動の際に書きます
- ⑮ シャープペンシルに入れます
- ⑯ 浜辺に寄せては返すもの
- ⑱ 文庫本に布製の——を掛けた
- ⑳ 夕方になると家々の窓にとりもります
- ㉑ アシカに似た海獣

ヨコのカギ

- ① 最低気温が0度を下回る日のこと
- ② どら焼きに挟んである物
- ③ 片仮名語でいうとリベンジ
- ④ 節分にまきます
- ⑤ 冬、雪国の家の軒にぶら下がる物
- ⑦ ——の道も一歩から
- ⑩ 牛肉はビーフ、鶏肉は——
- ⑫ お釣りと一緒に受け取ることも
- ⑬ 多くの人が眠っています
- ⑭ チョコレートの原料になる植物
- ⑰ アルコールを含む調味料
- ⑱ 間違った答えに付ける印
- ⑳ バレンタインデーに伝える人もいます



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

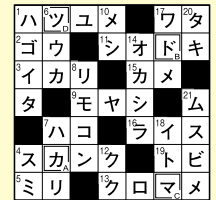
賞品の発送をもってかえさせていただきます。

● 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
2021年2月5日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「カドマツ」



俳句の広場

最優秀賞

茜さす田に花のごと小白鳥

出雲市 小豆澤典子様

（評）田圃が茜色に染まった頃、小白鳥の群れが白い花卉の如くやってきました。冬の美しい農村風景、美事な色彩。

優秀賞

島の夜の闇の深さよ螢とぶ

松江市 稲田 忠徳様

日向ぼこ綾取りす司書と子二人

吉賀町 村田 綾美様

決算を終へて師走の街へ出る

安来市 斎藤美重子様

佳作

柏手の四つを寒に響かする
小石なる石に蹟く師走かな
声掛けを拒む大きな白マスク
米作りやめる決心木の葉髪
遠足の園児の列に手を振つて

出雲市 藤江 亮様
出雲市 竹田喜久子様
浜田市 三沢 孝子様
大田市 大國千登世様
西ノ島町 川上 茂様

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

「家の光」月号 定価629円。ご購入は、お近くのJAへお問合せください。



J A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、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



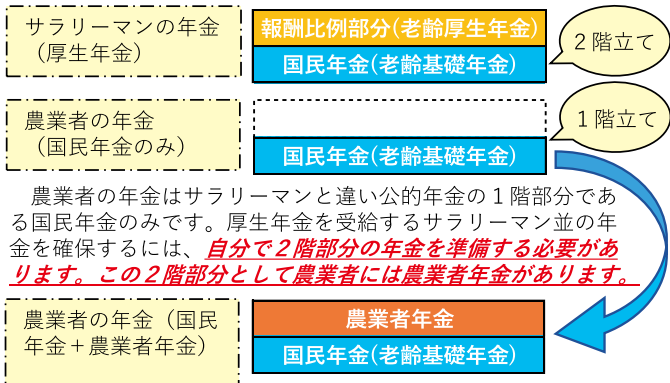
最優秀賞、優秀賞の4名様には「J A商品券1,000円分」をお贈りします。

・お預かりした個人情報は、プレゼントの抽選・発送のみに使用し、その他の目的で利用することはありません。

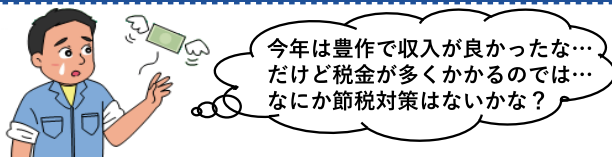
知らないで損！ 農業者年金の税金対策と保険料補助



まず農業者年金ってなに？



農業者年金は支払った保険料の全額が社会保険料控除の対象です。



前納すれば翌年1年間の保険料も**全額社会保険料控除**に使える！

生計を一つにする配偶者や後継者の保険料を支払った場合は、その合計額(最高保険料6万7千円の場合は3人分で241万2千円)が経営主の所得から控除できます。

農業者の担い手には、保険料の国庫補助があります。

保険料の国庫補助を受けるには…

国民年金第1号被保険者等の農業者年金への加入要件に加え、

- **39歳までに加入**
- **農業所得が900万円以下**
- **下記の農業者の担い手要件**を満たせば受けられます。

- ① 認定農業者で青色申告をしている人
- ② 認定新規就農者で青色申告している人
- ③ ①または②の要件を満たす経営主と家族経営協定を締結して経営に参画している配偶者、後継者 など

月額最大1万円の保険料補助

詳しい内容のお問合せは…

お近くの農業委員会・JAへ！！

でも…加入する条件があるんでしょ？

農業者年金へは…



の方なら**どなたでも**加入できます。

ほうっておかないで、
その痛み

シリーズ累計
販売個数

200
万個

効き目の確かな
「医薬品」

ひざが痛い
腰・肩が痛い
手足がしびれる
疲れが取れない



5つの有効成分 1日量(9錠)中

— ひざ・腰・肩などの軟骨成分 —

コンドロイチン硫酸エステルナトリウム

※最大配合量 **900mg**(※)

— 痛みを緩和する4つのビタミン —

ビタミンB₁誘導体
(フルスルチアミン塩酸塩)

109.16mg(※)

ビタミンB₂
(リボフラビン酸エステル)

12mg(※)

ビタミンB₆
(ピリドキシン塩酸塩)

30mg

ビタミンB₁₂
(シアノコバラミン)

60μg(※)

(※) ビタミンB₁:主薬製剤に配合できる1日最大量

第3類医薬品

クミアイ **ビタエース「ゴールド」錠**

270錠(30日分) **5,400円**(税込5,940円)

【効能・効果】●次の諸症状の緩和:神経痛、筋肉痛・関節痛(腰痛、肩こり、五十肩など)、手足のしびれ、便秘、眼精疲労●脚気「ただし、これらの症状について、1ヵ月ほど使用しても改善がみられない場合は、医師又は薬剤師に相談してください。」●次の場合のビタミンB₁の補給:肉体的疲労時、妊娠・授乳期、病中病後の体力低下時

【用法・用量】次の量を1日3回、朝昼晩、食後に服用してください。15歳以上:3錠 11歳~14歳:2錠 7歳~10歳:1錠 7歳未満:服用しないでください。

お問い合わせ先

JAグループ

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**



しまねうれしび



島根県『家の光』講師 飯塚生美子先生

今日の「しまねうれしび」は、島根県のオリジナル野菜「あすっこ」のレシピをご紹介します！

「あすっこ」ってどんな野菜？

あすっこは平成15年に島根県農業技術センターにおいて「ブロッコリー」と「ビタミン菜」の交配により誕生した島根県のオリジナル野菜です。

特徴としては、葉も茎も花蕾も、全て食べられるムダがない野菜で、茹でると鮮やかな緑色になります。茎はグリーンアスパラガスのような食感と程よい甘さ、花蕾には“なばな類”特有の苦味があり、どんな料理にもよく合います。



あすっこ混ぜご飯



アレンジ

- ・ 鮭のほぐし身、かつお節、じゃこ等を加えて混ぜれば、さらに美味しくできます。
- ・ 昆布茶を塩昆布に変えたり、白だしを使ったりして味に変化をつけて楽しめます。
- ・ 炒り卵を「粒とうもろこしとバターに変え」と若い方好みのご飯に変身！

●材料（4人分）

米	2合	大正海老	4～5尾
あすっこ	1袋 (150g)	卵	1個
A	昆布茶	小さじ2	B
	薄口醤油	小さじ1	
	白ごま	小さじ2	
		砂糖	小さじ1/2
		塩	少々
		酒	大さじ1

●作り方

- ①米は洗米して、普通の水加減で炊飯する。
- ②あすっこは熱湯で2～3分茹でて冷水に取り、水気を絞る。
- ③あすっこのつぼみ部分は飾り用に切って残し、残りは5ミリ幅に切り、Aである。
- ④大正海老は殻付きのまま背ワタを取り、熱湯で色よく茹でから、殻を取り除く。
- ⑤Bを小鍋に入れてよくかき混ぜる。火にかけて数本の菜箸でかき混ぜながら炒り卵を作る。
- ⑥ご飯をボウルに入れ、③を入れ、切るように混ぜる。
- ⑦器に盛り、茹でた海老と炒り卵、あすっこのつぼみを彩りよく飾る。

あすっこの肉巻き



アレンジ

- ・ 塩こしょうの代わりに全面に焼き色がついたら焼き肉のタレやポン酢・麵つゆをかけて絡める。
- ・ 肉巻きをフライパンで焼かず、パン粉をつけてフライにしても美味しいです。
- ・ 残った肉巻きにトマトケチャップを絡めて温め直せば、お弁当のおかずにもなります。

●材料（4人分：8本分）

あすっこ	1袋 (150g)	サラダ油	小さじ2
バラ肉薄切り	8枚	パセリ	適量
塩こしょう	適量	ミニトマト	4個

●作り方

- ①あすっこは熱湯で1～2分色よく茹でて冷水に取り、水気を絞って7～8cm長さに切る。軸と葉の部分が均等になるようにして8等分に分ける。
- ②バラ肉を広げ、①のあすっこを端に置き、巻いていく。
- ③塩こしょうを少し多めにふる。
- ④フライパンにサラダ油をひき、肉の巻き終わりを下にしてフライパンに並べ入れ、色がつくまで焼き、少しずつ回して、全体色よく焼く。
- ⑤パセリとトマトを添えて盛り付ける。

健康散歩

けんこうさんぽ



JA島根厚生連

免疫力を高めましょう

明けましておめでとうございます。今年も健康についてのお話を提供する健康散歩を、宜しくお願い致します。

さて、皆様、年末年始はいかがお過ごしでしたか？昨年、新型コロナウイルスが私達の生活に大きな影響を及ぼしました。

感染拡大を防ぐため、未だ自粛生活が続く中、今までのように外ではいきませんが、自宅でできるイベントをお考えの方も多いのではないのでしょうか。お正月、新年会等々…食生活が乱れやすい時期でもあります。そのうえ、気温が低く、活動量も減り生活自体、怠惰になり生活のサイクルも乱れがちになってはいませんか？

人の身体には1日の周期に合わせてリズムを刻む体内時計が備わっているといわれています。体内時計は、活動や睡眠・血圧や体温・代謝など、様々な生体リズムを調整し、身体を健やかに保っています。しかし、生活のサイクルが乱れると、体内時計が狂い、免疫力や抵抗力等が低下しやすくなります。体内時計は加齢によっても乱れてくるので、日々、生体リズムを整えておくことがとても重要です。

①適度な運動 ②バランスの良い食事 ③質の良い睡眠 この3点で生体リズムを整えることが、免疫力を高める鍵になります。この3点は生活習慣病予防と同じです。運動・食事・睡眠等、健やかな生活習慣を整えて、正しい体内時計が動き出せば、正常な生体リズムを取り戻し、ウイルス・感染予防につながります。

日本には、皆様もご存じの風習・習慣で、この時期の食の乱れをリセットする方法があります。1月7日の春の七草粥です。食の乱れをリセットして、免疫力を高め、ウイルス・感染症予防に努めましょう。そして、よく寝て、よく体を動かして…

今年も元気に過ごせる1年にしましょう。

【編集後記】

今年も丑年。天満宮や天神社などの神社で足を折り曲げて座っている臥牛の像は、撫でると願いが叶うと伝えられています。また、丑年は「我慢」や「これから芽が出る前触れの年」と言われています。新しい時代、素晴らしい年の芽が芽生えるよう、臥牛を撫でてお祈りします。(木村)



JAしまね
公式ホームページ
JAしまね

Q検索



2021年1月13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/umanja

