

JAしまねびより

2022

12

December
Vol.81



みーつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers
高橋 正行さん
[やすぎ地区本部]

日本の農業を
未来へつなぐ

こくしょう こくせん
国消国産

~もっと知って! もっと食べよう!~

SNSで
旬な情報を
投稿して
います





仕事と並行しながら農業を

鳥取県に隣接し、周囲を山々に囲まれた安来市吉佐町。農家に生まれ、幼い頃から農業を手伝っていた高橋さん。高校卒業後は旧国鉄(現JR)に入社し、転勤で西日本各地の駅を移動しながら、運転や旅行販売など多岐に渡る仕事に携わっていました。仕事をしながら時間がある時には農業をする生活を続け、定年退職後に農業一本の道へ。現在は、高橋さん夫妻と息子さん夫妻の4人で、先代から受け継いでいる梨やぶどうをはじめ、柑橘類、びわ、プラムなどの果樹、米や野菜など多種多様な品目を栽培しています。



たかはし
高橋
まさゆき
正行さん(72才)

今月はやすぎ地区本部。安来市吉佐町で果樹栽培を主にした農業を行う傍ら、お正月用のしめ縄づくりに取り組み高橋正行さんにお話を伺いました。



▶梨の収穫作業

多種多様な品目を生産

主に果樹栽培に力を入れている高橋さん。植えてから長年かけてやっと収穫できる果樹ですが、特に梨は年数が増すことで、中の芯が小さく、きめ細かい肉質になり美味しくなるのだそう。良い状態で収穫するための見極めが難しく、剪定や肥料など、知識と感覚をもとに判断しながら作業を進めています。

また、通年作物を出荷できるようにと、品目を工夫しながら生産。さらにポン菓子やドライフルーツといった加工品も手掛けています。「自分が食べてみたいものを作るし、せっかくなら楽しんで、美味しく、がいいでしょ？」と笑いながら語る高橋さん。種類が多いほど忙しさも増しますが、新たな発見があることで楽しみながら農業を行っています。

希少な天然物のしめ縄づくり

高橋さんのもうひとつの代表的な仕事が、お正月用の「しめ縄づくり」。地域や家庭によって多様な形や大きさがあるしめ縄は、玄関締めや車用、神棚用など用途によってもそれぞれ結び方が異なります。



す。また、地元や隣の地域の神社のしめ縄も作っている高橋さん。稲わらや橙(だいだい)は自分たちで生産し、ゆずり葉や裏白といった飾りもすべて天然の物を使用しています。最近では、すべての材料が天然であるしめ縄は希少で、さらに作り手も年々減少している中、昔ながらの手法を絶やさぬよう守り続けています。

しめ縄づくりは力仕事

しめ縄に使うのは「もち米」の稲わら。わら自体が柔らかく粘りがあるため、しめ縄に適しています。8月のお盆明け頃、まだ青々とした状態の稲を刈り取り、火力乾燥させます。そうすることで、美しい青色と良い香りが残るのだそう。その後は、手



完成したしめ縄を手にする
高橋さんご夫婦

で稲のハカマを削ぎ落とし体裁を整え、機械で稲を柔らかくしてから縄を結び始めます。

このように、しめ縄作りは実際に結び始めるまでの準備作業が多く、非常に手間を要します。それに加え、手でわらをねじり合わせながら緇う(なう)作業は、手のひらや指が擦り切れ、油分を失い、皮が薄くなる重労働。「しめ縄づくりの期間は、お茶が入ったコップを触るだけでもしみて、つい手を引っ込めてしまふ」と語る高橋さん。高橋さん家族が苦勞して行っているこれらの作業があるからこそ、凛とした立派な正月飾りが作られています。



緇う作業。手のひらの油分がなくなるため、水をつけながら作業します



高橋さんが改良した稲わらを柔らかくする機械

趣味でも仕事でも多彩な才能を発揮

興味があれば何でもやってみるといふ高橋さん。プライベートでもその多才ぶりが伺えます。趣味の

魚釣りは、一級小型船舶操縦士免許を保有し、自分の船を何艘も持つほどの本格派。気象条件次第では隠岐に出掛けることもあるそう。また、農作物の被害対策のために始めたイノシシ駆除も免許を取得し、罠を仕掛けて捕獲。「釣った魚やイノシシは自分でさばいて、真空パックで冷凍しておきます」と、ほぼ自給自足で生活が成り立ってしまふほどです。

また、若い頃にはコンピュータを自作したことも。「地球の裏側の人と無線で会話もしていました」と、多くの無線機や機材が並ぶ趣味の部屋で自分の時間を楽しんでます。「自分で作りたい」という気持ちを常に持ち続ける高橋さんは、農作業で使用する機械も効率良く作業ができるように改良。あらゆる場面で、ひらめきと器用さが発揮されています。



無線機や機材が並ぶ趣味の部屋

次世代にうまく引き継ぐことが目標

現在家族で農業を営む高橋さん。「この仕事を次の世代、さらにまた次の世代へと上手く引き継げたら」と、代々受け継ぐ農業をできるだけ続けてほしいという想いを持ちながら、お孫さんにも農作業やしめ縄づくりを教えています。「将来、本人がやりたがるかわかりませんが」と言いながらも、昨年少生のお孫さんがしめ縄を上手に作ったことを笑

顔で話します。自分自身もそうだったように、小さい頃から体験することで、農業の楽しさや大切さを感じてほしいと願っています。

「しめ縄も毎年お客さんから『作ってごせ』と言われとるけん辞められん。体が元気なうちは、続けていきたい」と意気込みを語る高橋さん。色々なことに挑戦し、家族みんなで楽しく農業を続けていく姿が印象的でした。



しめ縄

高橋さん家族が作るしめ縄は、地元の支布佐(きふさ)神社の境内にも飾られています。お客様の要望に合わせて、特注での作製も行っているのだとか。そんな丹精込めて作るしめ縄は12月26日から安来市の道の駅あらエッサ「なかうみ菜彩館」で販売される予定。ぜひcheckしてくださいね。



こくさん 国産

～もっと知って！
もっと食べよう！～



皆さん、「**国消国産**」という言葉を知っていますか？

「**国**」民が必要として「**消**」費する食料は、できるだけその「**国**」で生「**産**」するということ。これはJAグループが一体となり提唱している考えです。私たちが生きていくうえで欠かせない「**食**」。

日本では多くの農家の皆さんが私たちの「**食**」を作り支えてくれています。

しかし現在の日本は様々な「**食のリスク**」に直面しているのをご存知ですか？

“常に食料がある”というのは決して当たり前ではないこと。今どのような

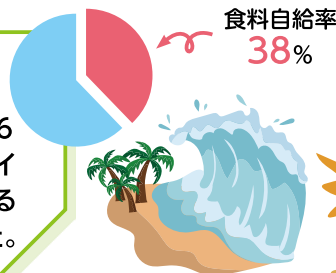
状況が世界で、日本で起こっているのか。今一度、私たちの「**食**」について考えてみませんか？



現在日本では様々な「食のリスク」に直面しています

●日本の食料自給率38% (2021年度カロリーベース)

なんとこの数字は他の先進国と比べ最低の水準。日本は食料の6割を輸入に頼っているのです。記憶に新しいのは、新型コロナウイルスの影響による世界各国の輸出規制。またウクライナ情勢による国際的な価格上昇など、輸入依存への不安が浮き彫りになりました。



●多発する自然災害。世界的な異常気象

近年多発している台風や豪雨などの自然災害は、農地の氾濫など農業へ深刻なダメージをもたらしています。また世界的な異常気象。一見関係のないことと思いがちですが、輸入に依存する日本では食料が入ってこないという危機におちいることとなります。

●農業の生産基盤の弱体化

農家の高齢化による生産者数の減少や、離農に伴う農地面積の減少が進んでいます。また肥料や飼料などの価格が高騰したことで農家の皆さんの経営が圧迫されているのが現実です。

私たちにできることって何だろう…？

物価高騰など、私たちの生活も厳しさが増えています。しかし！農家の皆さんも、肥料や飼料など資材価格が高騰していることで、生産コストが上昇し、厳しい状況が続いていますが、生産物に適正な価格転嫁がされているわけではありません。このままでは、日本の「食」の未来は見えません。生産者を支え、日本の「食」を未来につなぐため、私たちも意識を変えていく必要があります。

では私たちにも何かできることがないのか？

そこで「**国消国産**」の意識です😊！**できるだけ国産のものを手に取り、食べることが、生産者の皆さんを応援することにつながります。**さらに身近なところだと「**地産地消**」。地元の直売などで、まずは地元の農畜産物を手に取ってみては…？

JAには新鮮な農畜産物を販売する直売所が多くあります♥ぜひcheckしてください！

明るい日本の農業、島根の農業に向けて…農業を未来へつなげるために💡

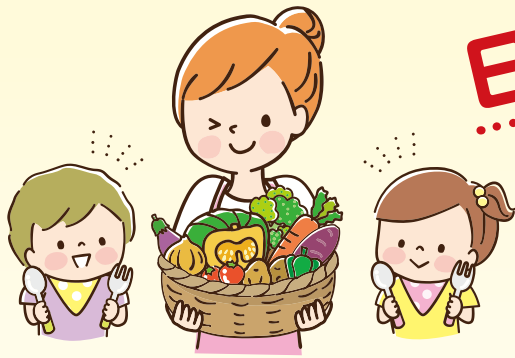
今日から意識してみませんか？



◀県内の直売所はこちらから



©みんなのよい食プロジェクト



日本の農業を 未来へつなぐ

こくしょう 国消

実際に生産者の「声」を聞いてみました

このような厳しい状況が続いている中、生産者の皆さんは前向きに農業と向き合い、私たちの生活に欠かせない「食」を生産してくれています。

どのような想いで日々農業と向き合っているのか。島根県農協青年組織協議会で役員を務めるお二人にお話を伺いました🔥

島根県農協青年組織協議会

ほしの かずし

委員 **星野 和志**さん (32)



雲南市でブドウ57a、野菜9aを栽培。2017年に祖父母が行っていたブドウ農園を継ぎ、新たに「GEARFARM (ギアファーム)」として、現在は祖母とパートの皆さんとで“食卓の中に笑顔がふれるように”と栽培に励んでいます🍇

島根県農協青年組織協議会

むらかみ じゅんいち

副会長 **村上 淳一**さん (41)



隠岐の島町で水稻13ha、ブドウ30aを栽培。「父親が守ってきたものを途絶えさせてはいけない」と2004年に就農。現在は母親と一緒に同町ならではの「島の香り隠岐藻塩米」をメインに栽培しています🌾

どのような想いで農業と向き合っていますか？

村上さん

現在50tの米を栽培しています。日本人一人当たりの米の年間消費量が約50kgなので、1,000人分の命を支えているという自負をもって日々栽培しています。なかなか米は価格の面で評価されないことが悔しいですが、高い値段でも消費者の皆さんには農作業の大変さを理解していただき、もう少し生産者が儲けることができると常に思っています。

星野さん

栄養価だけでなく、美味しさ、食べる楽しみ、生活を豊かに、という+αの付加価値を農産物を通して提供したいという想いで栽培しています。特に贈答品は人と人を繋ぐものなので、受け取った人も買った人も喜ぶような農産物を目指しています。

農業で大変なことは何ですか？

村上さん

毎年どれだけ頑張っても天候に左右されることです。今年は2回台風が直撃し、過去最低の収量となりました。対策に限界があり、精神的にも落ち込むので、なるべく「一喜一憂」するよう心がけています。田植えがうまくいったなど、喜ぶときに喜ぶようにしています。

星野さん

天候に左右されることです。対策をしたとしても限界があり、その分コストも多くかかります。また温暖化の進行など、ブドウが作りづらい環境にあるのが現状です。環境配慮について、本気で考えていけないといけなく強く感じます。

日本の食に対するリスクについてどう思いますか？

村上さん

今の日本は、いつでもどこでも食べたいものがすぐ食べられる時代で、とても豊かな食生活を送っています。でも実際には食料自給率38%、餌やエネルギー源も外国に依存している状態です。もし外国の輸出がストップしたらどうなるのか。食料の大切さにも、常にその危険と隣り合わせのことにも、食料があることが当たり前すぎて気づいていないと感じます。

星野さん

肥料や資材等の高騰など外国の状況に左右される現状については、せめて緩やかな影響の受け方となるよう、行政・農家も含めて努力が必要だと思います。農地や農家が減少している現状は、やむを得ない面もあると思いますが、こういう情勢が“農業をやりたいくてもできない”状況を作り出していると感じています。個々だけではなく、産地全体がしっかりと現実と向き合っていないと、農業生産基盤の弱体化が進む一方と感じます。

皆さんに一言!!

村上さん

食料があることは当たり前ではないことです。皆さんには何気なしに食べるのではなく、色々な人が関わり、色々な人の想いが込められて作られていること、その一口が生産者の支えになっていることを少しでも感じながら食べていただきたいです。

星野さん

農業は生活にとっても密接しています。農業が衰退する、畑が荒れてくる…そうになると住みにくい地域になっていく。自分たちの地域を守っていくという想いで、地元産の農畜産物を買って、地元の農業と一緒に守っていただきたいです!!



現場の声を もっと思い聞きたい 組合長が行く！

JA 自己改革
実践中

今月の
訪問先

JAしまね出雲地区本部管内

- 伊藤牧場 ●JAしまね出雲地区本部平田柿部会(平田柿選果場・平田あんぼ柿加工場・平田柿加工所)
- JAいずもアグリ開発(株) ●ぶどう団地計画予定地

JAしまねの石川寿樹組合長ら本店常勤理事は、JA自己改革の一環として、地域の担い手・大型農業法人・集落営農組織等を訪問し、今後のJA運営に反映させるため各所で組合員の皆さまの貴重なご意見・ご要望を伺っています。



今回は出雲市東福町の「伊藤牧場」と、「JAしまね出雲地区本部平田柿部会」「JAいずもアグリ開発(株)」を石川寿樹組合長や山根盛治副組合長ら本店常勤理事が訪問し、現場の「生の声」を伺いました。

「伊藤牧場」は、畜産クラスター事業を活用して昨年新たに肥育牛舎を建設し、現在は肥育牛120頭を飼養。美味しまね認証ゴールドを取得するなど、安全・安心な和牛生産に取り組んでいます。伊藤誠司代表と肥育牛舎や畜産の補助事業、自給飼料や子牛市場などについて活発に意見を交わしました。またJAが行う飼料肥料高騰対策について触れ「対策費はありがたいが、それだけで補うのはなかなか厳しいのが現実」と危機感を話されました。JAしまね出雲地区本部平田柿部会は、82人の部会員が柿

「西条」「伊豆」「富有」を中心に栽培に励んでおられます。部会が運営する平田柿選果場、平田あんぼ柿加工場、平田柿加工所をご案内いただきながら、川瀬利治部会長



柿の選果機の説明を受ける石川組合長(右から2人目)



伊藤牧場の伊藤誠司代表(前列左から2人目)と石川組合長(前列中央)ら

と、各施設の老朽化に伴う問題点や集荷拠点の集約、人材の確保や労働環境について意見を交わしました。川瀬部会長は「施設については作業性や安全性にも不安があり、柿が傷む原因にもなる」と話し、施設の更新を視野に入れた今後の部会としての方向性を話されました。JAいずもアグリ開発(株)は、環境条件を人工的にコントロールし、季節や場所に関係なく1年にわたって「サラノバレタス」等を安定生産する「出雲やさしい新話ファーム出雲vege」を運営しています。グローバルGAPを取得しており、農福連携事業にも積極的に取り組むなど、最新技術を駆使しながら安全で安心な商品を提供しています。同社の柳楽俊介担当の説明のもと最先端の施設を見学。柳楽担当は「東部や西部にも普及し、この施設を拠点とする集荷体制を構築していくのが理想」と話しました。

その他、出雲ぶどうの産地再興に向けた「ぶどう団地」の計画予定地も見学しました。



柳楽担当(右)から栽培方法の説明を聞く石川組合長(右から3人目)ら



川瀬部会長(右)から施設の概要を聞く石川組合長(左)と山根副組合長(中央)

★組合長から一言★



最初の訪問先の「伊藤牧場」で感心したことは、何よりも牛舎の掃除が行き届いており、牛が生き生きとしていたことである。代表の伊藤さん(46)と意見交換をさせていただいたが、やはり飼料の高騰が経営を直撃しており、JAの飼料肥料高騰対策は有難いとのことであった。その他、柿の選果場・加工施設の集約化および施設の更新、出雲ぶどう産地再興に向けた団地化構想など大型プロジェクトの検討が進められており、今後の成果を大いに期待したい。

組合長より一句
雲州は
柿のまほろば
黄金なす

topics 1 全国初の集落営農法人「農事組合法人おくがの村」
設立35周年記念大会を開催



津和野町の農事組合法人おくがの村は10月22日、設立35周年記念大会を開きました。JAしまねの石川寿樹組合長の他、丸山達也県知事など160人が参加し、同法人の設立35周年を祝福しました。

同法人は、全国で初めての集落営農法人として昭和62年に設立。現在は24戸の組合員が集落営農の維持を第一に、活き活きと暮らせる集落づくりを目指し、圃場整備やキャベツ栽培に挑戦しています。

本大会では、35周年を記念した寄稿集の紹介や、動画の上映、参加者のリレートークでこれまでの歩みを振り返りました。糸賀盛人代表は「集落営農でお金を稼ぐのではなく、継続できる仕組みづくりを国や県が主導しないといけない。その一つが機械更新時にかかる費用の補助。支援を行っていただけよう、引き続き訴えかけていく」と力強く話されました。

石川組合長は「おくがの村だけでなく島根県の農業のため今後もご活躍いただきたい」とお祝いの言葉を述べました。

また大会後には俳句大会を開催。「集落営農」のお題に対し参加者が作品を詠み、審査員長の石川組合長は西いわみ地区本部TACの田中秀昌さんの「畦に立つ母の呼ぶ声秋夕焼」を最優秀賞に選びました。



全員で35周年を祝った

topics 2 令和4年度
地域貢献・地域活性化団体活動表彰式を開催しました



JAしまねは11月18日、松江市のサンラポーむらくもで令和4年度地域貢献・地域活性化団体活動表彰式を開きました。各地区本部から推薦を受けた組合員や住民が構成員となる10団体を表彰しました。

「元気な地域づくり」に取り組むグループや団体などを支援し「地域力向上」を応援することを目的に、今年で10年目を迎えました。

受賞した雲南市掛合町の「波多コミュニティ協議会」は、同町波多地区の住民が心豊かに日常生活が送れるよう、地域の振興と活性化を目的に様々な組織が連携しながら活動しています。買い物の拠点となる「はたマーケット」の運営や、無料送迎車「たすけ愛号」による移手段がない方への支援など、安心して暮らせる地域づくりに取り組んでいます。木村守登代表は「一人も取り残さないという気持ちで取り組んでいる」と話されました。



受賞された皆さん

その他の表彰団体は次の通りです。

- ▽川原地区環境保全隊（松江市）
- ▽ふれあい農園（安来市）
- ▽味彩会（出雲市）
- ▽山里会（出雲市）
- ▽阿宮神能保存会（斐川町）
- ▽オペラ石見銀山実行委員会（大田市）
- ▽熊見地域アグリネット（美郷町）
- ▽農事組合法人てごの里おぐに（浜田市）
- ▽鎌手ふるさとおこし推進協議会（益田市）

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。

Q 令和5年10月1日から始まるインボイス制度について、登録申請のスケジュールを教えてください。

A インボイス制度の開始と同時に「適格請求発行事業者」となり、インボイスの発行ができるようにするためには、原則として令和5年3月31日までの間に申請をする必要があります。

- 登録申請スケジュール■
- 令和3年10月1日
登録申請の受付開始
 - 令和5年3月31日
令和5年10月1日から登録を受けるためには、原則として令和5年3月31日までに登録申請の手続きを行う必要あり

【参考】登録申請の検討にあたり考慮すべきこと		
現在課税事業者である	販売はJAに委託（無条件委託）しており共同計算で精算されている	将来的にも直販する予定がないのであれば登録申請の必要性はないと考えられますが、既に課税事業者になっているので登録申請をしても実務上大きな影響はありません
	上記以外	令和3年10月1日から令和5年3月31日の間に登録申請をした方が良いでしょう
現在免税事業者である	販売はJAに委託（無条件委託）しており共同計算で精算されている	将来的にも直販する予定がないのであれば登録申請の必要性はないと考えられます
	上記以外	販売額が大きい方は令和3年10月1日から令和5年3月31日の間に登録申請をすることを検討しましょう（ただし課税事業者として申告が必要になります）

登録申請はあくまでも任意です。特に消費税の免税事業者である方は、適格請求書発行事業者として登録されると課税事業者として消費税の申告が必要になります。よって、申請の前には左図を参考に慎重な検討が必要です。





想いをひとつに✿ しまねの女性部!

出雲女性部

まもろう✿

(食を・農業を・地域を・自分や周りの健康を)

JAしまね出雲女性部では、令和4年度地域貢献活動として「フードドライブ」の活動に取り組みました(やすらぎ会との共同企画)。7月上旬からの2週間、各支店に収集箱を設置し、家庭にある日用品・食料品・手作り野菜などを提供していただきました。家庭で余っている食品を生活に困窮している方々に寄付することで食品ロス対策にもなり、私たちの目指すSDGs目標達成につながっていきます。5ブロックで集めた品は、それぞれの地区から出雲市社会福祉協議会へ寄付し、その後希望されるご家庭に無事お届けすることができました。

今後も地域貢献活動を継続して行い、「地域に根付いた」JA女性部」を積極的にPRしていきたいと思ひます。

令和4年度は、「JA女性 想いをひとつに かなえよう」の実践初年度です。
つなごう✿ まもろう✿ かかわろう✿
の3つの具体的目標を掲げ活動します。



一所懸命青年連盟

JAしまねいわみ中央青年連盟

JA YOUTH

はっとり 服部 たけし 剛士さん

地産地消に取り組み、農業を通して、地域に貢献していきたい



JAしまねいわみ中央青年連盟(以下、農青連)に加入している服部剛士さん(32)。法人化して今年で3年目となる浜田市旭町の(株)福広ファームの代表取締役を務めています。水稻15ha、ブドウ28a(ピオーネ10a、シャインマスカット18a)、大豆50aを栽培し、現在は除草作業に日々追われています…。

今年度より農青連に加入。加入のきっかけは某H課長に半ば強引に誘われて…(笑)。というのは冗談ですが、若い農業者の皆さまの様々な意見や悩みを聞き、自分の成長に繋がればという思いで加入しました。

服部さんは「規模拡大と地域に根差した活動を主として、農業界のファーストペンギンになりたい」と今後の意気込みを語りました。

最後になりますが「ガッツ青年連盟!!」で頑張ります。



品種の選び方

野菜作りの第一歩

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。

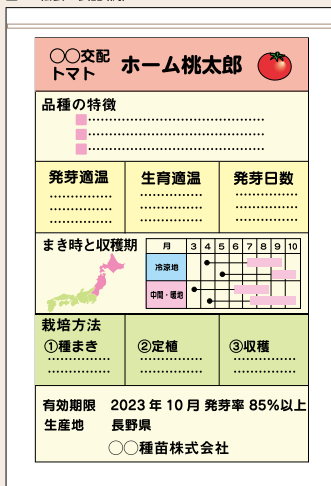
家庭菜園でおいしく、安全な野菜を作り、いろいろな野菜で食卓を豊かにしましょう。野菜の品種を選ぶときのポイントは、①その土地の気候や栽培時期に合っているか②病気や害虫に強く、作りやすいか③利用・調理に適しているか—などを見極めることです。販売農家では新しい野菜、品種の試作の畑として活用するのも良いでしょう。

絵袋を確認

種苗会社のカタログや絵袋には大切な情報がコンパクトに記載されています(図1)。

- ・作りやすさ、耐病性、耐寒性などの特徴
アブラナ科野菜では名前に「CR」が付いていれば根こぶ病に強い品種、「YR」は萎黄(いおう)病に強い品種です。病気に強い品種を選び、少ない農薬で作しましょう。また、冬の野菜では耐寒性、夏の野菜では耐暑性があれば安心です。
- ・発芽・生育適温など
発芽や生育に関する温度や発芽までの日数などが記されています。種まき時期の目安にしましょう。生育の短い品種を

図1 絵袋の表記(例)



「早生(わせ)」、長い品種を「晩生(おくて)」,これらの中間を「中生(なかくて)」と呼びます。タマネギの早晩性と貯蔵性には深い関わりがあり、早生品種は貯蔵性が低く、晩生品種は貯蔵性に優れています(図2)。ハクサイやスイートコーンでは早晩性が80日や90日などの生育日数で示されることもあります。

栽培指針をチェック

地域で定着している品種をJAで作成する栽培指針で調べたり、地元の種苗店などで聞いたりしてみましょう。このような品種と新しい品種を作り比べてみると、わが家に適した品種選びができます。また、栽培指針には地域の栽培カレンダー(作型図)が示されているので、これに沿った園芸作業を行いましょう。

話題の品種

- ・ミニ野菜
密植ができ栽培期間が短く、作りやすい品種が多いので、家庭菜園向きです。ハクサイ、カボチャ、カリフラワー、ダイコンには、食味の良い品種がたくさんあります。
- ・新顔野菜に挑戦
未知の野菜には作る楽しさと食べる楽しみがあり、食卓での会話も弾むでしょう。イタリア野菜には話題の品種がいろいろあります。
- ・機能的野菜に注目
赤、黄、紫などの色素には健康に良い機能があるといわれています。リコピンの多いトマト、ベータカロテンを多く含むニンジン、ケルセチンに加え、アントシアニンを多く含む赤タマネギなどがあります。

図2 タマネギの栽培カレンダー(作型図)



令和4年度JAしまね飼料・肥料高騰対策の支援内容変更について

国、島根県の肥料高騰支援対策が創設されたことに伴い、JAしまねが実施を予定していました飼料・肥料高騰に対する支援を下記のとおり変更いたします。

(変更の理由)

- 国、県の支援対策において、JAの支援金は値引き扱いとなり、値引き価格に対しての支援となることから十分な支援が受けられなくなるため。
- JAの支援金の振込により、国の支援金申請手続きが煩雑となるため。

(当初の支援内容)

飼料・肥料の購入額(令和4年1月~令和5年3月末の期間)に対し、飼料は1%、肥料は2%の支援を行う。支援金は3期に分けて支払う。(令和4年7月、令和5年1月、令和5年4月)

(変更内容)

- 飼料購入額に対する支援金
…予定どおり振込を行います。
(国、県の支援との差引はなくJAの支援実施にかかる支障はないため)
第2期振込予定日:令和5年1月27日
第3期振込予定日:令和5年4月27日
- 肥料購入額に対する支援金
…第2期、第3期の振込は取り止めとします。
なお、肥料高騰に対する支援は、他の方法での実施を予定しています。何卒ご理解をお願い申し上げます。

【協議事項】

- ①令和3年産島根米の最終精算について
- ②令和4年9月末仮決算について
- ③大口貸出について
- ④出資口数の減少(減口)の承認について
- ⑤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



葉物野菜の水耕栽培
 雲南市掛合町掛合
 有限会社
だんだんファーム掛合

ハウス18棟、約1ヘクタールで細ネギ、サラダホウレンソウ、サラダ水菜など計6品種を水耕栽培し、水耕野菜ブランド「みどりちゃん」として販売しています。スタッフ全員で徹底した衛生管理や栽培管理を行い、「人を幸せにする野菜づくり」をモットーに安全・安心で新鮮な野菜を毎日消費者に届けています。年間の出荷量は約135トン。雲南地域の農業を牽引する大きな存在です。

(有)だんだんファーム掛合の香川昇司代表取締役(左前)とスタッフのみなさん

地区版

**地域を元気にしたい！
 水耕野菜ブランド
 「みどりちゃん」の誕生**

(有)だんだんファーム掛合は、「地域を元気にしたい」という想いから、掛合町建設業協会の経営者や事業に賛同する有志によって平成14年に設立されました。

農業者の高齢化と担い手不足等による地域農業の衰退が危惧される中、中山間地域の新たな農業の形を確立すべく、同社は水耕野菜の産地化を目指し、安全・安心で高品質な野菜の生産を始めました。同町では以前から葉物野菜の水耕栽培が行われていましたが、それぞれの農家によって管理が異なり、品質や市場への供給量にばらつきがあったため、品質の向上と均一化、市場への安定供給を目的に、他の水耕栽培農家や当時の「A雲南」とともに平成18年に「みどりちゃん委員会」を設立。統一の栽培マニュアルを作成し、その基準を満たした商品を水耕栽培統一ブランド「みどりちゃん」として販売しています。

**生産者としての
 「あたりまえ」を
 安全・安心な野菜を消費者に**

ハウス内で養液によって生産する水耕栽培は、温度や湿度、養液の成分や供給量などが設備によって自動管理できるため、作物の生育に適した一



青々としていて瑞々しいサラダ菜
 朝採れの新鮮な野菜を出荷しています

定の環境を保つことにより年中出荷が可能です。市場からは安全・安心な一定品質のものを安定的に出荷することが求められており、同社では市場の信頼に応えるため、設立当初から小まめな観察や記録、ハウス内の環境整備などを徹底し、日々の衛生管理や栽培管理、減農薬にも努めています。

「生産者としてあたりまえのことをやっているだけです」と笑顔で話す小田達雄場長。スタッフ一人ひとりが自分の役割を自覚し、「消費者に信頼される野菜作り」を実践しています。

人を幸せにする野菜づくり

「みどりちゃん」シリーズの年間出荷量の約半分を占める同社。「人を幸せにする野菜づくり」を経営理念に掲げています。高品質の野菜を生産し、安定的に出荷することで、「消費者や取引業者、従業員など、農作物に関わる全ての人に満足してもらいたい」という想いが込められています。



12月のあなたの運勢【牡牛座 4/20～5/20】

【全体運】迷うことがあれば1人で考え込まず周りの人と相談を。いい知恵を貸してもらえます。最新の情報もチェックして

【健康運】肌の乾燥へのケア、寒さ対策に力を入れて【幸運の食べ物】カボチャ



12月のあなたの運勢【牡羊座 3/21～4/19】

【全体運】新しい予定を立てたり長期計画を練ったり、未来志向で動きましょう。自分へのご褒美を考えるのもお勧めです

【健康運】規則正しい生活を心がけて。伝統料理にツキ【幸運の食べ物】カリフラワー



使用済みの「ベッド」は
しっかり洗浄し、常に衛生管理に
努めています。

1本1本手作業で
「ベッド」と呼ばれる
定植パネルに植えつけます。



栽培する作物ごとにハウス内の温度や
養液の管理を小まめに行っています。

そのため、栽培管理に重点を置く
よう職場環境の整備に努め、スタッフ
一人ひとりがそれぞれの役割を果た
し、協力し合いながら野菜を生産して
います。
雲南地域の農業を支える同社。こ
れからも「人を幸せにする野菜づく
り」を目指します。



みどりちゃん 商品紹介

奥出雲の新鮮な空気の中で新鮮な水を使い、
自然の太陽光をいっぱい浴びて育ちました。

サラダ水菜

奥出雲の
自然に育まれ、
みずみずしい
食感が
あります。



サラダ ホウレンソウ

ホウレンソウ特有の
苦味が少なくそのまま
生で召し上がれます。



細ねぎ

ネギは細く
薬味や飾りに
最適です。



サラダ菜

花のような形が
特徴で、柔らかくて
食べやすい。



サンチュ

お肉との相性
No.1!!
ボリューム満点。
サラダでも。



ミニセロリ

セロリの
クセが少なく
苦手な方も
手軽に召し上
げられます。

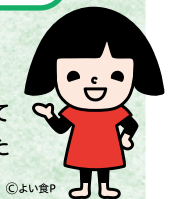


地域の農家を応援

(有)だんだんファーム掛合では、消費者の食の安全に対する意識に応えるため、設立後まもなく地域の水耕栽培農家と協力し、全国に先駆けてGAP(農業生産工程管理:食品安全、環境保全、労働安全等の持続可能性を確保するための生産工程管理の取り組み)を導入しています。何項目もある厳しい基準をクリアするための生産者のみなさんの日々の努力が、市場や消費者の信頼、持続可能な農業の実現につながっています。



「みどりちゃん」シリーズは柔らかくてクセがないのが特徴。「葉物野菜が苦手な子どもでも食べられる」と人気を集めています。県内外のスーパーなどで販売していますので、見かけられた際にはぜひ手に取ってみてください。



雲南地区本部野菜集出荷施設 「みどり工房」

(有)だんだんファーム掛合や他の水耕栽培農家で生産された新鮮な朝採れ野菜(みどりちゃんシリーズ)の多くは雲南地区本部の野菜集出荷施設「みどり工房」で調製作業を行い、品質の均一化、荷姿の統一を図り販売しています。生産と調製・販売の分業化により、業務の効率化を図っています。



12月のあなたの運勢【蟹座 6/22~7/22】

【全体運】慎重に動くのはいいことですが、周りの歩調を乱さないようにするのも大事です。バランスを考えて選択を
【健康運】ストレッチは誰かと一緒にやると効果がアップ【幸運の食べ物】クワイ



12月のあなたの運勢【双子座 5/21~6/21】

【全体運】慌てて動く足りないものが出てきそう。急ぐときほど準備を入念に。丁寧な仕事は周囲から称賛されるはず
【健康運】彩り鮮やかな食事を楽しむのが健康の秘訣【幸運の食べ物】エリンギ

ふれあいニュース

雲南管内の
旬な情報をお届け！



FUREAI
NEWS
01

「みどりちゃん委員会」 美味しまねゴールド認証取得

雲南地区本部は、水耕野菜「みどりちゃん」を生産する農家12戸で組織する「みどりちゃん委員会」が島根県版農業生産工程管理(GAP)「美味しまね認証」の上位認証「美味しまねゴールド」の団体認証を取得したことをうけ、11月18日、同地区本部で認証書授与式を行いました。

同委員会は2006年に設立。安全・安心な高品質の農作物を安定的に消費者に届けるため、組織全体でGAP(食品安全・環境保全、労働安全等の持続可能性を確保するための生産工程管理の取り組み)を実践し、2011年には島根県が独自に始めた県版のGAP制度「美味しまね認証」を取得。さらに厳しい基準をクリアし、この度「美味しま



▲認証書を手にする香川委員長(右)と福岡副委員長(左)

ね「みどりちゃん」を取得しました。

式典には、同委員会の香川昇司委員長や福岡徳昭副委員長、県や市、同地区本部の関係者が出席し、島根県東部農林水産振興センター雲南事務所農業部の岸田佳之部長から香川委員長へ認証書が授与されました。

FUREAI
NEWS
02

地元のプロアスリートへ 奥出雲和牛肉を贈呈



▲奥出雲和牛肉を贈呈する源之美本部長(左)と受取る落合さん(右)

雲南地区本部は11月29日、今年4月からマウンテンバイク・ダウンヒル競技のプロ選手として活躍している雲南市木次町の落合思誉選手(17)を応援しようと、今シーズン最後の大会を前に激励の思いを込めて「奥出雲和牛肉」を贈呈しました。

松江養護学校乃木校舎高等部3年に在籍する落合さんは、中学2年生の頃にマウンテンバイクで山の急斜面に

作られたコースを高速で下るダウンヒル競技に興味を持ち、本格的に競技を始めました。

日々練習を重ね、昨年から全国各地で開催される大会に出場。昨年10月には第34回全日本自転車競技選手権大会において男子ユース(17才以下)の部門で見事優勝し、日本の栄冠を手に入れました。

落合さんの今後の益々の活躍を期待しています。

FUREAI
NEWS
03

ユズの季節到来 初出荷で目合わせ会

雲南市内の生産者18名で組織する雲南市柚子生産組合は11月10日、雲南地区本部大東野菜集荷所(雲南市大東町)でユズの初出荷に合わせて目合わせ会を行いました。この日出荷されたユズは約260キロ。目合わせ会には同組合の組合員7名が出席し、ユズの大きさや等級など出荷規格を確認しました。

後継者不足等により同市内のユズ生産者が減少する中、同組合では産地の維持を図るうと、講習会を開くなど、栽培技術の向上に努めており、同組合から出荷するユズは青果用、加工用ともに香りが高く、品質も良いことから市場から高い評価を得ています。



▲出荷規格を確認する同組合の瀬尾正明組合長(右)と組合員のみなさん



12月のあなたの運勢【乙女座 8/23~9/22】

【全体運】改善の兆しはあるものの中旬までは厳しい運気。全てをうまくやるのは難しいので優先順位を考えて。下旬は◎
【健康運】肩のストレッチを重点的に。動きが改善【幸運の食べ物】サトイモ



12月のあなたの運勢【獅子座 7/23~8/22】

【全体運】困り事が解決に向かい気持ちが明るくなりそう。あれこれ策を講じるより流れに任せた方がうまくいきます
【健康運】お茶を楽しむ時間が心の健康を守ります【幸運の食べ物】ニンジン

FUREAI NEWS
04

大東製茶加工所 島根県知事賞3年連続受賞

JASしまね大東製茶加工所は、島根県茶業振興協会が先に開催した「令和4年度島根緑茶品評会」において島根県知事賞を受賞したことをうけ、11月28日、JASしまね営農経済本店で表彰を受けました。

島根緑茶の商品技術向上等を目的に毎年開催しているこの品評会には、今年も県内の生産組合や製茶工場から茶品種

「やぶきた」などが出品され、同加工所の「やぶきた」が3年連続で島根県知事賞を受賞しました。同加工所の新田正治職員は「3年連続で島根県知事賞をいただけたことを嬉しく思う。これからも大東町茶生産者組合のみなさんの努力に応えられるよう、製茶技術の向上に努めていきたい」と受賞の喜びと意気込みを語りました。

雲南地区本部は10月29日、松笠交流センター（雲南市掛合町）であぐりキッズスクール第3回の授業を行いました。今回は「キャンプ飯をつくろう」と題して同センターの協力のもと、薪や炭、竹を使用した調理を体験し、交流を深めながら楽しく里山への理解を深めました。



▲ノギリを使って竹に切れ目を入れるスクール生

雲南地区本部は10月29日、松笠交流センター（雲南市掛合町）であぐりキッズスクール第3回の授業を行いました。今回は「キャンプ飯をつくろう」と題して同センターの協力のもと、薪や炭、竹を使用した調理を体験し、交流を深めながら楽しく里山への理解を深めました。

授業では、約1メートルの長さに切った青竹の一節をノギリとノミを使って加工し、竹の飯ごうを作ってご飯を炊き、皮付きのジャガイモとタマネギをダッチオーブンに入れ、手羽元と一緒に炭火にかけて、ローストポテト＆オニオンとローストチキンを調理しました。

スクール生は、焚火に使用する薪割りも体験し、自然にあるものが調理器具になることや炭を使った調理方法、野菜を皮ごと調理することなどを学びました。

FUREAI NEWS
06

島根中央子牛共進会 雲南勢健闘

JASしまねは11月11日、松江市の島根中央家畜市場で島根中央子牛共進会を開催しました。県東中部から選抜された雌子牛（4カ月齢～11カ月齢）34頭が出品され、育種改良と日頃の飼育管理技術の成果を競いました。雲南管内からは

第1区、第2区合わせて20頭を出品。最高位のグランドチャンピオンは逃したものの、奥出雲町の森桜俊治さんが出品した「かえで号」が第2区において首席に輝きました。「かえで号」は、後ろから見た全体の幅やろくの張り、横から見た体の深さや伸び・体積感、毛の質の柔らかさなどが高く評価されました。森桜さんは「奥出雲町



▲賞状を手にする新田職員

の共進会で首席をいただいで以降、上位を目指してやってきました。みなさんのご協力のおかげでこの結果が得られ、嬉しく思う。来年に向けてまた頑張っていきたい」と話しました。

各区における審査の結果は左記のとおりです。



▲トロフィーを手にする森桜さんと関係者のみなさん

●第1区 出品頭数34頭

序列	名号	出品者 [地区名]
首席	ひみさくら3	倉井 公子 [安来市広瀬町]
次席	みつかつ	渡部 彰夫 [雲南市加茂町]
3	しげさきひめ	福島 武雄 [出雲市斐川町]
4	なつぶり	多久田申治 [出雲市斐川町]
5	かつとみ	古田川武則 [仁多郡奥出雲町]
6	ささえ	藤原 隆之 [安来市広瀬町]
7	さつき	入江 保雄 [松江市]
8	はくゆり4	石原さとみ [仁多郡奥出雲町]

●第2区

序列	名号	出品者 [地区名]
首席	かえで	森桜 俊治 [仁多郡奥出雲町]
次席	こもも	部田 泰久 [仁多郡奥出雲町]
3	みちひさひめ	(一社)奥出雲町農業公社 [仁多郡奥出雲町]
4	さちふく74	佐藤 勇夫 [雲南市木次町]
5	なつひさ	景山 敬司 [雲南市吉田町]
6	ふくくるみ	秦 浩恭 [安来市伯太町]
7	みつゆきこ	泰中 満 [仁多郡奥出雲町]
8	ゆりふく7	新宮 茂 [仁多郡奥出雲町]
9	きりか	渡部 雅弘 [飯石郡飯南町]

※敬称略・優秀賞のみ掲載



12月のあなたの運勢【蠍座 10/24～11/22】
【全体運】あれもこれもと欲張り過ぎないように。1日は24時間。睡眠時間と休憩を確保して、やれることをやりましょう
【健康運】健康情報を小まめにチェックして参考に【幸運の食べ物】ゴボウ



12月のあなたの運勢【天秤座 9/23～10/23】
【全体運】良好ですが、頭の痛い問題が残ってしまうかも。決着がつかないことは継続と割り切って。
【健康運】今を楽しむことが大切。ダンスなど、音楽と一緒に体を動かして【幸運の食べ物】セロリ

うんなん 女子カ

掲 示 板



JAしまね雲南女性部の活動を中心に、
「女子力」あふれる楽しい話題を
お届けします。

各支部リレー紹介
No.7 今月は
加茂支部
☎0854-49-7011
担当: 小山

雲南女性大学院「華凜」特別講座 ～羊毛フェルトで干支づくり～

と き/11月9日(水) 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



コロんとしたかわいらしいうさぎ。見ているだけでほっこりします♪

雲南女性大学院「華凜」は、特別講座を開催し、羊毛フェルトで来年の干支「卯」を制作しました。華凜の講座で恒例となっているこの「干支づくり」は人気があり、毎年多くの学生が受講しています。

今回は華凜の学生のほか、JA女子大学雲南校の学生や卒業生も対象に開催。13名が参加し、大國先生の指導のもと参加者同士交流を深めながら和気あいあいと楽しく作品を制作しました。大國先生に事前に準備いただいた基本の形に羊毛を少しずつ足しながらニードルでつついて形を整え、耳やかわいい目と鼻をつけ、柔らかな羊毛の風合いを生かした可愛い作品ができあがりました。



ふわふわの羊毛をニードルでつついて形を整える学生



大國先生に指導を受ける学生



完成したかわいらしいうさぎとともに

加茂支部 ～家の光を使った 「編み目のコースター」作り～

加茂支部は10月13日、「家の光」7月号に掲載されていた「編み目のコースター」作りをしました。久しぶりに集まった部員は、互いに教え合いながら作業に取り組みました。



部員同士協力しながら楽しく作品を作りました

マスキングテープをまっすぐ紙に貼り、それをまっすぐ切ってその紙を縦糸・横糸にして編むなど、思っていた以上に苦戦した作業でしたが、思いと



完成したコースターとともに記念撮影

努力の詰まった色とりどりの作品が完成し、とても満足した楽しい会になりました。

JA女子大学雲南校 「いただきますの学校」 ～健康に生きるための食事講座～

と き/11月4日(金) ところ/雲南市加茂健康福祉センター
かもてらす
◎講 師/島根県「家の光」講師 飯塚 生美子 氏

第3回の講座は、食事の大切さや健康を維持していくために気をつけるべき食生活のポイントについて学びました。

講座では、自分の手を使って必要な摂取量の目安を計る「手ばかり健康法」や塩分・動物性脂肪・砂糖の摂取を控え、食物繊維が豊富な



野菜の模型を用いて「手ばかり健康法」について話す飯塚先生と興味深く耳を傾ける学生

野菜や果物をしっかり摂ること、栄養バランスのとれた食事を適量、規則正しく食することなどが健康を維持するために大切であることを学びました。

講義の後には、食物繊維が豊富な野菜や秋の味覚「きのこ」を使った塩分控えめのレシピなどを紹介いただき、飯塚先生の指導のもと手際よく調理しました。

学生は「手ばかり健康法はとても参考になった。バランスの良い食事を心がけて生活しようと思った」と感想を述べました。



手際よく調理する学生。「ごぼうと舞茸のそぼろご飯」や「いが蒸し」「干し大根の洋風白和え」など計5品を調理しました



12月のあなたの運勢 [山羊座 12/22～1/19]

【全体運】上昇運です。表舞台に引っ張り出されて忙しくなりそう。大変でも周りの人の力になってあげると好結果に
【健康運】いつも元気な人の生活習慣をまねてみて 【幸運の食べ物】ダイコン



12月のあなたの運勢 [射手座 11/23～12/21]

【全体運】皆があなたを頼ってくるのでとても忙しくなりそう。パワーのあるときなので思い切って動いて。開運期が開始!
【健康運】おいしいものを食べてエネルギーを補給 【幸運の食べ物】京菜

年末年始のATM稼働について

雲南地区本部における年末年始のATM稼働スケジュールは、下表のとおりといたしますのでお知らせいたします。
 なお、県内すべてのATMコーナーの稼働につきましては、JAしまねのホームページよりご確認ください。

設置場所	令和4年12月31日(土)		令和5年1月1日(日)		1月2日(月)		1月3日(火)	
	開始	終了	開始	終了	開始	終了	開始	終了
仁多支店	9:00	17:00	休 止				9:00	17:00
亀嵩店			休 止					
阿井店			休 止					
横田支店	9:00	17:00	休 止				9:00	17:00
馬木店			休 止					
八川店			休 止					
大東支店	9:00	17:00	9:00	17:00	9:00	17:00	9:00	17:00
幡屋店			休 止					
海潮店			休 止					
Aコープかも店	9:00	17:00	休 止					
三刀屋店			休 止					
みしまや三刀屋店	9:00	19:00	休 止		9:00	19:00	9:00	19:00
Aコープきすき店	9:00	17:00	休 止		9:00	17:00	9:00	17:00
雲南市役所 ※閉庁に伴い29日(木)より ご利用いただけません。			休 止					
雲南さくら支店	9:00	17:00	休 止					
雲南吉田支店	9:00	17:00	休 止				9:00	17:00
田井店			休 止					
掛合支店	9:00	17:00	休 止				9:00	17:00
頓原支店	9:00	17:00	9:00	17:00	9:00	17:00	9:00	17:00
志々店			休 止					
赤来支店			休 止					
マーケットきじま店	9:00	17:00	9:00	17:00	9:00	17:00	9:00	17:00
赤名店	9:00	17:00	9:00	17:00	9:00	17:00	9:00	17:00
雲南支店			休 止					

令和5年1月1日(日)～1月3日(火)は、以下のことにご注意ください。

※上記稼働ATMのほか、セブン銀行、ゆうちょ銀行、MICS提携金融機関、コンビニATM(イーネット、LANs)でも利用可能です。
 ただし、実際の稼働時間等は金融機関毎に異なります。

●通帳・証書・キャッシュカード・印鑑の紛失・盗難の場合

連絡先	各支店窓口(平日9:00～17:00)
	全国集中監視センター:0120-57-2045(9:00～17:00の時間以外 土曜日・日曜日・祝日・12月31日～1月3日)

●JAカード(クレジットカード)の紛失・盗難の場合

連絡先	三菱UFJニコス盗難紛失専用ダイヤル:0120-15-9674(年中無休・24時間対応)
-----	--

※JAカード(クレジットカード)一体型カードの場合は、両方の連絡先にご連絡ください。

●詳しくは最寄りの窓口におたずねください。



12月のあなたの運勢【魚座 2/19～3/20】

【全体運】切り替えの時期。1つ終わらせることで新しいことを始められます。1人で決めずに周りの人とも話して◎
 【健康運】たわいない会話がストレス発散に効果的【幸運の食べ物】キャベツ



12月のあなたの運勢【水瓶座 1/20～2/18】

【全体運】やりたいことをやるには課題が多そうですが、希望の光も見えています。耳の痛い話もきちんと聞くと状況が好転
 【健康運】質の良い睡眠のために枕や布団を大研究すると◎【幸運の食べ物】セリ

年末年始の営業日について

事業所名	令和4年 12月 29日 木	30日 金	31日 土	令和5年 1月 1日 日	2日 月	3日 火	4日 水
地区本部・支店	通常営業		休業				
グリーンセンター	通常営業	休業					通常営業
	※12月30日(金)は棚卸のため休業します ※定期配送について 年末は12月29日(木)まで、年始は1月5日(木)から稼働します						
農機センター	通常営業		休業				
ガスセンター							
ステーキハウス萌美野	休業			通常営業			
葬祭センター	※年末年始も通常営業します						

● 共済事故に係る年末年始の連絡先について [自動車事故に係る連絡先]

期 間	連絡先	電話番号
令和4年 12月31日～ 令和5年 1月3日	JA共済事故受付センター(大阪)	フリーダイヤル 0120-258-931
	JA共済サポートセンター(レッカーサービス・ロードサービス)	フリーダイヤル 0120-063-931

おもしろ野菜 2022



よく見る
ミウガの花



ミウガの
茎から花が!!

◎こんなところに花がついたのは
はじめてだそうです

大東町・Yさん

雲南地区本部の菜園講座でも
おもしろ野菜が!!

◎一本のつるから
かわいい双子のカボチャが
できました



◎三又に分かれたナス。
なんだかバナナみたいですね♪



◎今にも歩き出しそうな大根♪
奥出雲町・Iさん

令和4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29日現在

種 類	仁多	横田	大東	加茂	木次	三刀屋
コシヒカリ	89.1%	94.0%	20.3%	26.7%	26.8%	34.9%
きぬむすめ	77.6%	100.0%	87.8%	87.9%	81.6%	89.1%
つ や 姫			93.9%	95.5%	82.3%	56.5%
うるち米計	88.9%	94.0%	60.3%	69.5%	55.5%	61.2%
酒 米	83.0%	83.9%	34.3%			44.8%
も ち 米	83.6%	73.1%	55.2%	0.0%	0.0%	0.0%
産米全体	88.0%	92.3%	56.3%	69.4%	55.3%	60.1%

種 類	吉田	掛合	頓原	赤来	合計
コシヒカリ	86.6%	66.1%	99.1%	97.7%	81.6%
きぬむすめ	98.6%	89.0%	100.0%	82.0%	87.5%
つ や 姫	96.3%	100.0%	100.0%	100.0%	91.1%
うるち米計	91.0%	74.9%	99.2%	97.4%	82.7%
酒 米	46.8%	89.7%	66.9%	99.5%	68.5%
も ち 米	74.2%	74.2%	97.9%	89.0%	84.5%
産米全体	88.9%	76.3%	97.9%	95.9%	81.9%

【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	32,927	44,619	11,655	5,305	2,682	4,051
きぬむすめ	603	54	13,534	8,818	2,386	3,971
つ や 姫			2,704	4,879	458	1,160
うるち米計	33,861	44,712	28,540	19,909	5,673	9,208
酒 米	3,076	1,138	5,162			466
も ち 米	3,685	3,451	431	9	21	46
合 計	40,622	49,301	34,133	19,918	5,694	9,720

品 種	吉田	掛合	頓原	赤来	合計
コシヒカリ	2,424	4,400	14,849	20,558	143,470
きぬむすめ	518	835		388	31,168
つ や 姫	1,094	712	284	79	11,370
うるち米計	4,127	6,297	15,194	21,025	188,546
酒 米	156	716	635	3,679	15,028
も ち 米	132	155	2,586	6,657	17,173
合 計	4,415	7,168	18,415	31,361	220,747

※カントリーエレベーターの推定実績を含みます。



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。

知得! 年金手続きの流れがわかる 年金カレンダー

さまざまなタイミングで届く年金に関するお知らせ。いつ、何が届くか把握して、もれなく手続きしましょう。

監修/社会保険労務士 望月厚子

年金受給中の場合

1月

「公的年金等の源泉徴収票」が届く

【届く人】◎老齢年金から所得税が引かれている方
※障害年金や遺族年金の場合は、非課税のため、源泉徴収票は届きません。

【内容】1年間(2~12月)に支払われた年金の合計額や、年金から源泉徴収された所得税額と復興特別所得税の合計額等が載っています。

2~3月

確定申告の時期

年金額が合計400万円以下であるなど、一定の条件を満たす方は、確定申告は不要です。ただし、税金が源泉徴収されていて、以下のような控除が適用される方は、確定申告をしないと納めすぎた税金が戻ってくる可能性があります。

控除が適用されるケース

- 医療費が一定額以上かかった
- 家族の社会保険料を負担した
- 生命保険料や地震保険料を払っている
- 住宅購入や増改築のため、一定の条件を満たす住宅ローンを組んだ
- 災害や盗難で一定の条件を満たす被害を受けた
- ふるさと納税等について寄附金控除を受ける 等

ポイント!

確定申告まで、たいせつに保管を!

- ◆「社会保険料控除証明書」や「公的年金等の源泉徴収票」は、確定申告の際に提出する書類のため、たいせつに保管を。
- ◆書類をなくしてしまった場合、ねんきんネットで申し込みれば1週間ほどで郵送してもらえる。または、年金事務所で申し込み、即日再発行も可能。

2022年4月時点の情報を掲載しています。ゆうゆうシニアライフ2022年vol.2より出版

年金についてのご相談はJAで!

かかわろう まもろう つながろう

「JA女性部 想いをひとつに かなえよう」

米一握り運動



SDGsの基本理念「誰一人取り残さない」という想いのもと、JAしまね女性部では

部員がお米を持ち寄り島根県内の子ども食堂やフードバンク、大学などに寄贈する「米一握り運動」に令和2年度から取り組んでいます。

今年度も引き続き取り組む中、雲南女性部では300kgのお米が集まりました。女性部員一人ひとりの想いが込められたお米は精米し、県内各所へ寄贈いたします。



美味しいごはんが明日への活力になりますように...



加藤奈保美 副部長

高橋美佐子 部長

石飛由美子 副部長

採用(12月1日付)
▼ 鈴木彩加(企画総務部事務C)
▼ 人事異動(12月1日付)
▼ 企画総務部付(全国農業協同組合連合会出向)(経済部農業機械課(島根県JA農機協同事業体出向)藤原肇
※()内は旧部署、Cはセンターの略

1月の外勤日 18水 19木 20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

地区名	種別	取引頭数	最高価格	最低価格	平均金額	中央「統伸」の相場展開		
						平均体重	キロ単価	前月価格比
雲南地区	雌	46	840,400	326,700	585,200	285	2,057	54,035
	去	50	950,400	317,900	681,648	301	2,262	6,636
中央市場	雌	120	1,158,300	326,700	587,785	284	2,069	60,667
	去	132	954,800	114,400	667,842	299	2,236	-8,141

令和4年11月の全国主要子牛市場平均価格は、雌565,717円(前月比103%)、去勢678,832円(前月比104%)、計629,577円(前月比104%)で、統伸の取引となっています。

畜産 市況

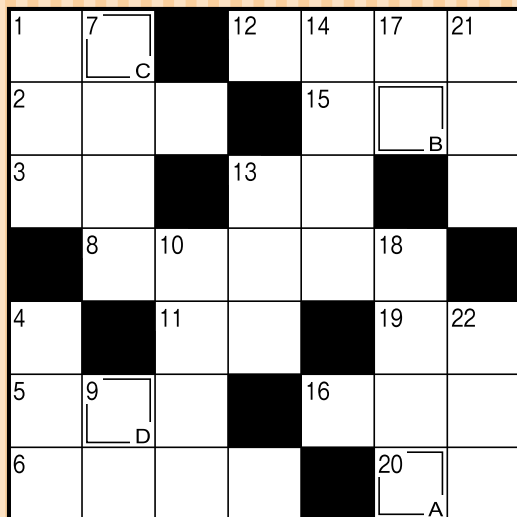


CrossWord Puzzle

クロスワードパズル

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



答え

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

タテのカギ

- ① 初詣で、受験を控える子の難関——を祈願した
- ④ 2つで1組の——茶わん
- ⑦ 客のためにワインを選びます
- ⑨ 師匠の下で学びます
- ⑩ 親から子へ受け継がれます
- ⑬ ——・中期・末期
- ⑭ 年賀状によく書かれる2文字の熟語
- ⑰ 湖に張った氷に穴を開けて楽しむことでもあります
- ⑱ 登山やキャンプで使う寝袋
- ⑳ コンコンと鳴く動物
- ㉒ 警察は原則として——不介入です

ヨコのカギ

- ① 正月に飲む薬酒。お——気分がなかなか抜けない
- ② 髪の毛の渦巻き
- ③ エッフェル塔がある都市
- ⑤ 練り物やダイコンを煮込んで作ります
- ⑥ 自分より後に生まれた人はみんなこれ
- ⑧ 食事の管理や指導を行います
- ⑪ 昨年はナスの——がとても良かった
- ⑫ 太鼓や木琴やトライアングルなどのこと
- ⑬ 毛筆でしたためることも
- ⑮ 大学入学共通テストは国公立大学だけではなく——大学も利用しています
- ⑯ 計画のこと。お得な宿泊——
- ⑰ 京都・三十三間堂の通し矢で新成人が引きます
- ㉑ ——、ニタカ、三ナスビ



応募要項

● 応募方法

ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・ご感想を記入して、下記宛先にお送りください。

● 賞品

正解者の中から抽選で40名（JAしまね全体）の方に「農協全国商品券」をお贈りします。

● 当選者発表

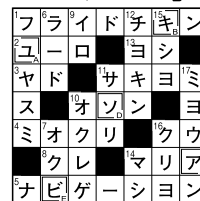
賞品の発送をもってかえさせていただきます。

● 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
2023年1月6日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「ユキアソビ」



川柳の広場

選句者 島根県川柳連盟会長
竹治ちかし先生

最優秀賞

伝説をロマンに変えた宇豆柱
うづばしら

出雲市 大福 利彦様

（評）フィクションのような神話が、突然の柱の発見で実話となった。まさしく作者の詠まれた驚きのロマンである。

優秀賞

力抜く楽な方へと流れ出す

出雲市 櫛井 伸幸様

年金の暮し小さな旅プラン

出雲市 多久和敬子様

ウクライナ想えば我慢物価高

安来市 斎藤美重子様

佳作

雪舟の一筆書きか冬景色
無人駅風も勝手に通り抜け
足が浮く秋の景色が呼んでいる
勘違いの思ひ違いもケセラセラ
年末に冷凍おせち届く今

出雲市 戸谷てる美様
出雲市 加本 精一様
斐川町 野中 花蓮様
隠岐の島 上川 晃一様
江津市 サンピエール様

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

「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しまねびよりには、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）1月号は俳句を募集します。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。
※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

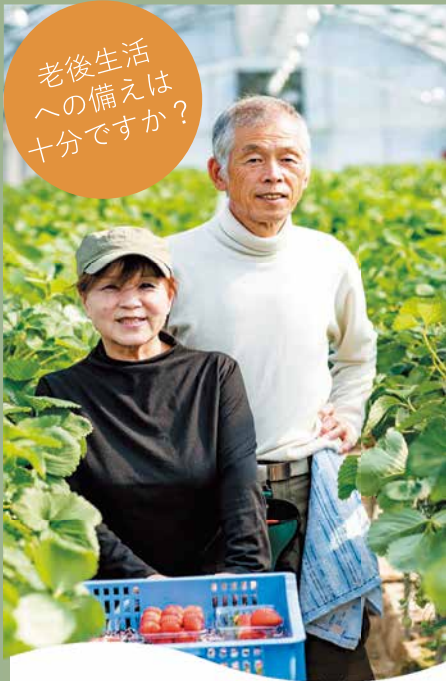
〒690-0887 松江市殿町19-1
JAしまね ふれあい福祉課
「俳句の広場係」または「川柳の広場係」
FAX：0852-67-7708
Eメール：fureai.hon@ja-shimane.gr.jp

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



・お預かりした個人情報、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。

老後生活
への備えは
十分ですか？



老後の備えは 国民年金＋農業者年金！

支払った保険料は

全額社会保険料控除の対象！

運用益は非課税！

そのほか生涯を通じて様々な税制面での優遇措置がある！

農業経営の状況に応じて

保険料を増額し、節税額をアップ！

※農業者年金に加入できる方の要件は以下の通りです。

- ・年間60日以上農業に従事している方で、
- ・国民年金第1号被保険者（60歳未満）又は、
国民年金の任意加入者（60歳以上65歳未満）

※詳しくは、お近くの農業委員会、又はJAへ！

詳しくは…

<https://www.nounen.go.jp>



全国の旬のおいしさをお届けするJAグループの頒布会

旬鮮倶楽部

旬の味覚を
毎月
お届け

旬鮮倶楽部は、全国の旬のおいしさをお届けする
JAグループの頒布会です。

年1回のお申込みで、毎月カタログから
お選びいただいた商品をお届けします。
毎月旬の味覚が届く1年間をお楽しみください。

果物、野菜、お肉といった国産農畜産物や、それらを使ったお惣菜やスイーツに加え、
全国各地の名産品やお花も取り揃えています。
旬の果物の味を楽しむ、遠方の名産品を旅行気分を楽しむ、
お花を見て楽しむなど、様々な楽しみ方が可能です。



全国で合計**600**名様に抽選で**4品から1品**
選べるギフトカードをプレゼント!

チャンスは
2回!!

1 年間利用者キャンペーン

2023年度「旬鮮倶楽部」を年間通じて12か月以上、
2023年1月31日(火)までにご注文いただいた方。

抽選で
300名様

2 WEBアンケートキャンペーン

2023年度4月商品に同封する文書の二次元バーコードまたは
URLからアクセスし、WEBアンケートにご回答いただいた方。

抽選で
300名様

「旬鮮倶楽部」のカタログのご希望、ご質問、お申し込みはお近くのJAへお問合せください。

本誌は地球環境に優しい植物性インクを使用しております。



* ポテトのビーフ包み焼き



コメント

- ・薄切り肉でもポリウム満点のメインディッシュに!
- ・オープンで230度に温め、15分間焼き、ソースは小鍋で半量に煮詰めてもできます。

アレンジ

- ・牛肉を豚肉に替えてポーク包みにもできます。
- ・じゃが芋を丸める時、チーズを中に入れると、とろける美味さがプラスされます。

材料 (4人分)

牛肉 (薄切り) ……	200 g
じゃが芋 ……	中 2 個
バター ……	10 g
玉ねぎ (小) ……	1 個
バター ……	10 g
コンソメ ……	小さじ 1
A 塩こしょう ……	少々
油 ……	大さじ 1
赤ワイン ……	大さじ 2
B ケチャップ ……	大さじ 2
中濃ソース ……	大さじ 2
しょうゆ ……	小さじ 1
ブロッコリー ……	4 片
ミニトマト ……	4 個
イタリアンパセリ ……	適量

作り方

- ①じゃが芋は皮を剥いて4~6等分に切り、軟らかく茹で、水気をきってから再び火にかけて水気を飛ばす。熱いうちにバターを加え、フオークでつぶす。
- ②玉ねぎはみじん切りにし、バターで炒める。
- ③①と②とAを混ぜ合わせ、4等分にして丸め、冷ましておく。
- ④牛肉を広げ、丸めておいた③のをせて包み、形を整える。残りも同様に包む。
- ⑤フライパンに油を中火で熱し、④の包み終わりを下にして並べ入れ、蓋をして焼き色を全体につける。
- ⑥⑤に混ぜ合わせたBを加え、肉にかけながらソースが半量になるまでさらに焼く。
- ⑦皿の中央にのせ、ソースをかけて、茹でたブロッコリーとミニトマト、パセリをそえたら完成。

材料 (4人分)

絹ごし豆腐 ……	300 g
ボイル海老 ……	200 g
卵 ……	1 個
A 塩 ……	小さじ 1/2
みりん ……	大さじ 1
酒 ……	大さじ 1
片栗粉 ……	大さじ 1
だし汁 ……	150cc
B 塩 ……	小さじ 1/2
みりん ……	大さじ 1
しょうゆ ……	小さじ 2
片栗粉 ……	大さじ 1
春菊 ……	適量
柚子 ……	適量

作り方

- ①鍋にお湯を沸かし、豆腐を入れて再沸騰してから2~3分茹でて、キッチンペーパーを広げたザルに取り、木べらで押して水分を絞る。(白い豆乳が出るまでを目安にする)
- ②海老は背ワタを取り、大き目の粗みじん切りにする。
- ③ミキサーに①の水切りした豆腐と海老の半分量とAを入れ、ペースト状になるまでミキサーにかける。
- ④残りの海老を③に加えてひと混ぜする。
- ⑤お椀の上にラップを広げ、そこに④を等分に入れ、輪ゴムできつく留める。
- ⑥鍋にお湯を沸かし、⑤を5分間茹でて、火を止め蓋をして3分蒸らす。
- ⑦Bの調味料を小鍋に入れ、混ぜながら火にかける。トロミがいたら、さらに2分間煮詰めてあんを作る。
- ⑧器にラップを外した海老しんじょを入れ、あんをかけ、柚子と春菊を添えたら完成。

* 豆腐で海老しんじょあんかけ



コメント

- ・絹ごし豆腐を使うことで、ふんわりとした食感に仕上がります。
- ・海老は細く刻むと、ぷりぷり感がしっかり楽しめます。

アレンジ

- ・春菊を三つ葉やほうれん草に替えてもOK!
- ・あんの中にきのこを入れると、きのこあんかけになります。

JA島根厚生連

健康散歩

年齢を重ねると、昔ほど長く眠れなくなったということはありませんか?実は身体に必要な睡眠時間は加齢とともに短くなっていくのです。実際に睡眠時間を調べたデータによると、夜間の睡眠時間は10歳までは8~9時間、15歳で約8時間、25歳で約7時間、45歳で約6.5時間、65歳で約6時間と、年齢が上がるにつれ必要な睡眠時間が短くなることが報告されています。さらに、眠りも浅くなります。睡眠脳波を調べてみると、深いノンレム睡眠が減って浅いレム睡眠が増えるようになります。そのため尿意や、ちょっとした物音で何度も目が覚めてしまうようになります。若いころの睡眠に比べてぐっすり眠れなくなることを経験するかもしれませんが、実は加齢に伴い睡眠が変化してきているのです。

~睡眠の質を上げるポイント~

1. 夕食は就寝3時間前までに
食べ物を消化するためには3時間ほどかかります。
2. ぬるめの入浴でゆったりと
リラックスした状態で布団やベッドに入れるよう、就寝の1時間前には38~40度程のお湯に浸かりましょう。

睡眠

3. 寝る前のスマホ操作を控える
スマホが放つブルーライトは太陽の光に近い性質のため、脳が時間を誤認識して覚醒してしまいます。
4. 就寝前のアルコール摂取を控える
アルコールは発汗作用や利尿作用があるため、深夜に覚醒しやすくなり、睡眠の質を低下させます。
5. アロマオイルを使う
カモミールやラベンダーの香りは鎮静効果があります。
6. 寝つきをよくする音楽を聴く
穏やかな音楽は、脳がリラックスしていることを示すα波を発生させる効果があります。就寝前に穏やかな音楽を聴くことによって脳を休ませると、質の良い睡眠につながります。
7. 就寝前に目を温める
就寝前に目を温めるとリラックス効果があります。

睡眠には「脳や身体の休養」「疲労回復」「免疫機能の増加」「記憶の固定」など多くの重要な役割があります。睡眠の質を上げ、うまく睡眠不足を解消しながら生き生きとした毎日を過ごしましょう。



【編集後記】今年も残りわずかとなりました。1年が過ぎるのはあっという間ですね。令和になってもう5年目に突入することに驚き、令和おじさんの誕生日が昨日のことのように感じます☺「時は金なり」のとおり、時間の大切さを痛感する毎日です…。今年の漢字にちなんで、私の今年の漢字を発表させていただきますと「癒」です。とにかく自分への癒しを求めて好きなことを思いっきり楽しんだ1年でした☺2022年、皆さんにとってはどんな1年でしたか☺?(安)

2022年12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 ふれあい課
〒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/umaneja>

