

JAしまねびより



2023

3

March
Vol.84



見て魅て知って

島根県農協青年組織協議会
JAしまね女性部

おつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers
村上 朋恵さん
[隠岐地区本部]



SNSで
旬な情報を
投稿して
います



JALしまね 雲南地区本部版

節電のため、
ウォームビズ
(私服勤務)を
実施しております



伝統の「牛突き」に携わってきた経験をもとに参入

自然の恵みと地形を活かし、和牛の飼育が行われている隠岐地域。村上建設の農場は、隠岐諸島最大の島である島後の山あいにあります。長年建設を生業としていた同社ですが、公共事業が減少する中で新しい事業を模索。2006年、社長（夫の太一さん）の父である芳雄さんが「牛突き」の闘牛を育ててきた経験をもとに和牛の繁殖経営に新規参入しました。

村上家に嫁い

有限会社 村上建設
むらかみ ともえ
村上 朋恵さん(41才)

今月は隠岐地区本部。隠岐の島町で繁殖農家として活躍する、有限会社村上建設の村上朋恵さんにお話を伺いました。

できた朋恵さんは、子育てや家事に勤しみながら家業を事務作業などでサポート。太一さんも牛の人工授精士の資格を取っていました。主な担当は建設業。社長が中心となり、徐々に頭数を増やしていく中で、世代交代を見据え、朋恵さんご夫婦も本格的に飼育・繁殖に携わるようになりました。



地域で得た餌を与え、自然の中でのびのびと育てる

餌は放牧地の草、近隣の農家の稲藁、遊休農地で作った牧草、JAが販売する米を発酵させた飼料など。



ど。繁殖牛については、輸入粗飼料に頼らずほぼ100%島内でまかなっています。牛糞で堆肥を作った畑に還すため、地域内で循環型農業が完結。敷料も地域の木材業者などから買い取ったおがくずやカンナくずを使っています。



餌用の稲藁

牛が牛舎で過ごすのは基本的に冬の間と出産前後で、4月から11月ごろまでは放牧されます。牧場は山の中。斜面の多い地形を日常的に歩くからか、肉付きがよくどっしりとした体型に育ち、足腰も頑健です。「体のフレームが大きく丈夫なためか、早産や難産が少ないんです。自由にのびのび暮らしてストレスフリーだからというのもあるかもしれません」と朋恵さんは話します。



母乳が足りない子牛に
ミルクをあげるスタッフ

受け継いだ飼育技術にICTを加え、 新しいスタイルへ

朋恵さんご夫婦が飼育に関わってからは、ICTの活用を進めています。発情や体調の変化をはかるセンサー付きのベルトを一頭ずつ装着。データはクラウドに転送され、スマホのアプリで管理します。出産の履歴や血液検査の結果なども集積でき、必要な情報をすぐに見ることができるようだとか。「アナログな帳面より簡単に効率的。体温のデータを取ってグラフでチェックすることによって、分娩のタイミングも予測できます」と朋恵さん。システムの導入後、目を離した隙に産み落とされて子牛が命を落とす事故が減ったそうです。「便利になったとはいえ、体調の確認やケア、出産のサポートなどは従来通り。昔ながらの方法にICTをプラスして、私たちのやり方を模索しています」と話します。

若い担い手を育むオープンな農業

農場では、正規雇用のスタッフ、飼育を学びにきた地元の青年、新規就農を目指すターナー者など

様々な人が働いています。中には、隠岐にゲストハウスを作るので、それまでの間働いている人も。朋恵さんは「みんながつながってコミュニケーションケーションでできる場でありたい。オープンな農業をする中で、若い担い手が育ってくれるのが理想です」と話します。

休憩中はコーヒーマシンを片手に会話が弾みます。「この時間のために仕事しているようなもの」と朋恵さんも笑顔に。生命への細やかな気配りが必要な仕事の中で、コミュニケーションがリフレッシュの時間になっているようです。

目指すは「地産地消」

隠岐の畜産業は繁殖

牛が中心で、子牛のほとんどが島外に出荷されるため、島民の口に入る肉はほんのわずか。そんな中、朋恵さんは牛肉の島内自給を目指しています。



休憩中も笑顔が絶えません



「ここで生まれた命を自然の中で幸せに育て、ここに住む人が安心していただけるようにする。そんな仕組みを作るのが目標」と話す朋恵さんは現在、引退した繁殖牛を実験的に肥育し始めているのだとか。「走り出したばかりですが、牛を幸せに、そして人も幸せになるよう、農業によって地域づくりに貢献できればと思います」と、夢を語る表情はイキイキと輝いていました。



朋恵さん

牛突き

約800年の歴史がある闘牛「牛突き」。配流された後鳥羽上皇を慰めるために始まったといわれています。現在も年に数回大会が開催され、隠岐の島町の「モーモードーム」では観光牛突きも(不定期)。村上さんの農場では8頭の闘牛を飼育。社長が子牛の中から体格や性格などが適しているオスを厳選して育成し、伝統文化を守り続けています





JAしまね女性部



JAしまね女性部
たかはし み さ こ
高橋美佐子部長

に活動する島根県農協青年組織協議会とJAしまね女性部。
今回は2つの組織について根ほり葉ほりご紹介しちやいます♡

JAしまね女性部はJAを拠りどころとして、「食や農」「くらし」に関心のある女性が集い、女性の地位向上や住みよい地域社会づくりを目指し活動しています。1月には結成70周年を迎えました✦現在は11地区本部8,077人の部員が、「JA女性想いをひとつにかなえよう♣️」のもと、部員や地域が「幸せ(ハッピー)」になるような魅力ある活動を展開しています😊

「つなごろう♣️」「まもろう♣️」「かかろう♣️」の3つの具体的な目標を掲げ活動しています！
私たちの活動の一部を紹介しちやいます😊



つなごろう♣️



第13回 アグリレディース大学

結成70周年の節目の年を迎えた企画として、記念式典とアグリレディース大学を開催しました。次代へと想いを繋げ、組織の更なる発展に向け取り組むことを確認し、交通安全講話や交通安全落語などの催しを通じて、部員同士の交流をはかりました😊

まもろう♣️



鮎めし、二五八加漬け、筍のほめられ照り焼きなど



70周年記念として開催されたアグリレディース大学では、レシピも再現して詰め合わせた弁当が振る舞われました😊

たべろ！のむ！かざろ！ 産地応援プロジェクト

結成70周年を記念し、島根県の食材で作った各女性部オリジナルのお弁当を紹介するレシピ集を作成しました。各地区本部の女性部が管内の特産品を使ったご飯やおかずのレシピに加え、県内の農畜産マップや女性部活動の歴史も盛り込みました。コロナの影響により需要が減退している島根県産農畜産物のPRと、次世代を担う若い世帯や子どもの食農教育などに活用していきます😊

かかろう♣️



JAしまね役員との意見交換会

JAしまね役員との意見交換会を開催し、JA運営への女性参画、女性部活動への理解促進に繋がっています。昨年9月に開催した

意見交換会では、JA職員の女性部活動への積極的な参加や、支店職員が減る中、部員と職員のつながりが希薄になりつつあるとし、JAと組合員の結びつきが良い方向に進むような考えや女性部としてできることがないかなど、意見を交わしました。

おもてなしプロジェクト

支店を利用する組合員や利用者などへの「おもてなし」をテーマに、部員と支店職員が一緒になって取り組む「おもてなしプロジェクト」を実施して

います。花壇へ花を植えたり、みどりのカーテンに挑戦したり、『家の光』を活用して作成した作品を展示したり…と、“来店したくなる支店づくり”を目指しJA職員と一緒に取り組んでいます✦



米一握り運動

2020年度から、県内の子ども食堂やフードバンク、大学などに米を寄贈する「米一握り運動」を実施しています。コロナの影響により生活が窮状に陥っている大学生や、子ども食堂の必要性が高まっていることを知り、“「食」を通じて支援し、みんなの暮らしを守りたい！”という熱い想いから始まりました。今までにJAしまねと島根県農協青年組織協議会の協力のもと、6,925kgの米を寄贈しました。

その他にも…地区本部単位では、料理や手芸、絵手紙など、様々なグループが活発に活動しています😊

島根県農協青年組織協議会

見て魅



島根県農協青年組織協議会
くさのひろし
草野拓志会長

農業のため、地域のため、未来の子どもたちのため…活発活動していることは知っているけど…というそのあなた！

島根県農協青年組織協議会（以下、県青協）は、協同意識を高め、農業をよりどころとした豊かな地域社会を築くことを目的に設立され、県内10地区本部にあるJA青年連盟の県組織にあたります。加入者を「盟友」と呼ぶのをご存知ですか？その名のとおり、同じ信念をもった704人の盟友が、活発に活動しています。

そんな
我々の活動を
紹介します



意見交換会の開催

JAしまねや島根県の役職員と活発に意見を交わし、農業の現場側の想いを伝えています。

JAしまね役員との意見交換会ではこのような意見があがりました。

- 島根の農業を持続していくには若い力が必要不可欠。新規就農者に対して今よりも手厚い支援を実行してほしい。
- 以前、盟友の作る産品もしくは加工品を、信用部門の特典として利用いただいた企画があった。いい企画と思っていたが、今後も検討は可能か。

⇒就農にあたっての手厚い支援や資金制度がある。いろいろなやり方がある中で、どのように進めていくかを相談いただきながら、一番合ったやり方でサポートさせていただく。

- 生産原価が販売単価に変化しづらいことや需要と供給のバランスが崩れているなど現在の日本の農業に対して危機感を感じている。野菜などの消費量が減ると農家でどうにかできるレベルではない。

⇒食料自給率が低い中、自国で生産することが耕地の維持や地域の活性化にもつながる。そのような生産体制の構築や改善を一丸となって進めていき、消費者の方にも地元産のファンが増えるよう、一緒に頑張ってPRにも取り組んでいく。

- 肥料農薬の注文をWebで可能にしてほしい。また、営農情報の発信をアプリで行うなど、常に持ち歩いているスマートフォンから効率よく情報を得られるようにしてほしい。

⇒アプリによる情報発信など、一部地区本部での試行を検討している。ネットやアプリを活用する時代の中、十分考えながら取り組んでいきたいと考えている。



国会議員への要請

地元選出の国会議員の先生方を中心に、現場の“リアルな声”を届け、農家が継続して農業を営むことができるよう、要請を行います。



島根県JA青年大会の開催

農業や組織などについて、盟友が将来に向けての希望や意見などの想いを発表する「JA青年の主張」と「組織活動実績発表」を行っています。組織活動の活性化に向けて一体となって取り組むための起爆剤となるよう、開催しています。令和5年2月21日、22日に開催されたJA全国青年大会では、全国の各ブロック予選を勝ち抜いた12人が出場。「JA青年の主張」で発表した島根おおち青年連盟の寺本直人さんが優秀賞を受賞されました。

JA全国青年大会(千葉県)での発表風景



JAグループ島根 新入職員研修 「ユースカレッジ」での講義

新入職員に向け、青年連盟を通じた地域とのつながりや、JAに求めることなどを伝えています。



島根県立農林大学校 への講師対応

農家として、また経営者としての心構えについて、経験談をもとに生徒の皆さんに伝えています。

農業の活性化や課題解決のための活動はもちろんですが、それだけではなく、各青年連盟では、農業まつりでの出店、小学生や園児に向けた農とのふれあい体験…など、地域住民の輪の広がりや、地域の活性化、食への理解促進につながる活動も展開しています!!



現場の声を
もっとう聞きたい

組合長が行く！



今月の
訪問先

J Aしまね西いわみ地区本部管内

- 世良竜一さん ● 大場尚俊さん
- 有限会社サジキアグリサービス

J A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、世良竜一さん、大場尚俊さん、有限会社サジキアグリサービスを石川寿樹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。

世良さんは、

アムスメロンや
アールスメロン
を中心に、トマ
トやキュウリな
ども栽培。J A
しまね西いわみ
メロン部会の副
部長も務めて
おり、島根県産
メロンの主産地

を牽引されています。世良さん

とは、ハウスの老朽化や肥料・燃
料価格の高騰、それに伴う既存
農家に向けたサポート体制など
活発に意見を交わしました。世

良さんは「自然災害や生産資材価格の高騰など、
子ども達に農業をと考えた時にも、今後の農業に対
しても不安が大きい。後継者育成の
ための施策をお願い
したい」と話さ
れました。

同部会の部会長
を務める大場さん
には、益田市にあ
る飯田選果場をご
案内いただきました。
現在の選果機

た。現在の選果機



選果場を見学しながら大場さん(右)と
意見を交わす日高光弘専務(左)ら



世良さん(前列左)と妻の美子さん(前列右)と
収穫したアールスメロンを手にする
石川組合長(後列中央)ら



甘くてジューシーな
アールスメロン

は、平成23年に設置し、メロンやトマト、
西条柿を選果しています。見学しながら、
12年目を迎え老朽化が進んでいる選果機
の各センサーの修繕費や利用料などにつ
いて活発に意見を交わしました。大場さん
は「糖度センサーなどの設備があること
で、市場からの信頼や産地の維持に繋が
っている。部会としても選果機を活用し
ながら有利販売に繋げていきたい」と話さ
れました。

有限会社

サジキアグリ

サービスは、

主食用の水

稲を中心に、

飼料用米や

大豆、ソバを

栽培。米粉を

活用したお菓

子や麺など、

加工品の販売にも力

を入れており、地域

農業の振興のため、

様々なことにチャレ

ンジされています。茅原

貴之代表と茅原忠夫取締役とは、現在の経営

状況や鳥獣被害、取り組んでいるソバ栽培に

ついて活発に意見を交わしました。また、「中

山間地のため、水稲からの転作がなかなかで

きないのが現状。どうしても米主体の経営と

なる」と話し、中山間地で農業を続けていく

ための課題や要望についても話されました。



栽培する赤ソバの前で茅原代表(左から4人目)と
石川組合長(左から3人目)ら



キレイに色づいた
赤ソバの花

★組合長から一言★



最初の訪問先は、世良竜一氏のメロン圃場。採れたてのアールスメロンを試食させていた
いただいたが、極めて美味であった。

次に、飯田選果場に向かい、メロン部会長の大場尚俊氏と面談。選果機の更新について
ご要望をいただいた。

最後の訪問先は、吉賀町の(有)サジキアグリサービス。代表の茅原貴之氏より水稲を
中心とした経営状況を説明いただいた。集落一帯は、圃場が整備され、刈田跡に植えられた赤ソバが見事
であった。

刈田跡
くれなる濃ゆき
蕎麦の花

組合長より一言

topics
1

島根大学と包括的連携協定を締結 更なる農業振興に期待



J Aしまねは2月10日、国立大学法人島根大学との包括的連携に関する協定を締結しました。同日に松江市のJ Aビルで締結式を開き、当J Aの石川寿樹組合長や同大学の服部泰直学長らが出席。今後は同大学のノウハウを取り入れた新作物や新技術の導入、商品づくり、人材育成など、農業振興や地域社会の発展に向け取り組みを進めていきます。

農業技術の可能性拡大や「将来人材」をキーワードとした人材育成の取り組みを進める上で、農業系学部を持つ同大学との連携強化が重要と考えた当J Aが働きかけたことにより実現しました。

協定には①農業振興②共同研究などの推進③教育および人材育成④地域社会への貢献——の4つを盛り込み、農家の高齢化で増える空きハウスを利用したアボカド栽培や、有機農業の振興に関連する実証研究等に取り組めます。また、農業体験やJ Aへのインターンシップ制度を整備し、学生の地域農業への関心を高め、理解促進につなげます。

石川組合長は「有機農業の研究開発をはじめ、さまざまなことに取り組む。協定で強い絆を作り、農業や地域が抱える問題について一緒に考えていきたい」と抱負を語りました。



協定書を手にする 服部学長（左）と石川組合長

topics
2

酪農家を応援！ 島根スサノオマジックのホーム戦で牛乳の消費拡大をPR



J Aしまねは2月11日、Bリーグ所属のプロバスケットボールチーム「島根スサノオマジック」のホームゲームで牛乳・乳製品消費拡大イベントを行いました。先着1,000人に、県内乳業メーカー3社の牛乳・乳製品等をセットにした商品を配布。来場者へ消費拡大に向けPRしました。

未だ続くコロナの影響による牛乳の消費減少に加え、飼料や燃料コストの高騰など、酪農家にとって厳しい状況が続いています。その現状を多くの人に知ってもらい、消費拡大に繋がりたいと当J Aが企画を持ちかけ、実現しました。



牛乳・乳製品セットを配布し消費拡大をPRする職員ら

当日、松江市の総合体育館で行われたホームゲームには、4,000人を超すブースターが来場。ブースで牛乳・乳製品セットの配布に加え、チラシの配布や動画を流し、酪農の現状への理解促進に繋がりました。



ポスターの掲示や動画を流し、酪農の現状へ理解を求めた

当J A酪農課の高野洋平職員は「牛乳・乳製品配布時にブースターのみなさんからたくさんの応援メッセージをいただいた。多くの消費者の方から応援いただいていること、感謝されていることを島根の酪農家のみなさんにしっかりと繋がりたい」と話しました。

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。

最終回

令和5年10月1日から開始されるインボイス制度について、しまねびよりでは令和4年4月号から特集記事を掲載してきました。過去の記事をご確認されたい場合は、J Aしまねのホームページよりご確認ください。

広報誌しまねびよりのホームページURL→<https://ja-shimane.jp/kouhoushi/> またはこちらから→



【しまねびより 過去の掲載内容】

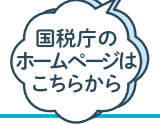
掲載月	内容	掲載月	内容
4月号	インボイス制度の概要	10月号	卸売市場特例
5月号	区分記載請求書と適格請求書(インボイス)の違い	11月号	経過措置
6月号	適格請求書発行事業者	12月号	登録申請スケジュール
7月号	インボイス制度導入に伴う農業者の留意点①	1月号	農事組合法人（従事分量配当制）への影響
8月号	インボイス制度導入に伴う農業者の留意点②	2月号	経過措置
9月号	農協特例		

また、国税庁が管理しているホームページでは、「インボイス制度の概要」「Q & A」「申請手続」「YouTube動画」「各種パンフレット」など様々な情報が閲覧できるようになっております。ご不明な点があれば、下記のコールセンターをご活用ください。



【インボイスコールセンター（制度に関する一般的なご質問やご相談の受付）】

「フリーダイヤル：0120-205-553 9:00~17:00（土日祝を除く）」





想いをひとつに✿ しまねの女性部!

石見銀山女性部

つながろう✿

(仲間と・地域と・他組織と・次代と)

石見銀山女性部は、コロナ禍で活動が制限される中でも、楽しみながらできる活動がないかと役員会等で話し合い、部員が得意なことを活かし、つながりをもって活動できる新たなクラブ活動を昨年5月より開始しました。

【料理クラブ (地元の食材、家の光を活用)】、【手芸クラブ (家の光記事等を活用)】、【園芸クラブ (多肉植物等を活用)】の3つのクラブ活動を月に1回のペースで開催しています。

参加した部員からは、「毎月参加するのが楽しみ!」と言った声も多く聞かれ、好評なクラブ活動となっています。また、フレッシュミズ部会つぼみくらぶも参加でき、世代を超えたつながりができるのも楽しみの一つとなっています。

今後も部員が楽しくできる活動を企画し、新たな部員の加入にもつながるような企画をしていきたいと思えます。



一所懸命青年連盟

島根県農協青年組織協議会

JA YOUTH

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

ふるかわ たかし
副会長 古川 敬さん



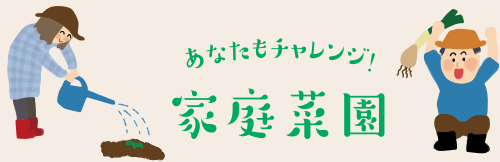
島根県農協青年組織協議会 (以下「島根県青協」) 副会長の古川敬さん (44) は、地元斐川町で就農し24年目になります。

農業に興味を持ち、出雲農林高校で農業科を専攻。卒業後は岡山の農業法人に就職・研修した後、地元に戻り父親と連盟認定農業者を取得し就農しました。令和2年には法人化し、「株式会社米らいふ(まいらいふ)」を設立しました。

水稻と麦、大豆、サツマイモを生産し、水稻では主に「つや姫」「きぬむすめ」を栽培しています。この他にも無人ヘリコプターの資格を取得し、水稻と麦の受託防除作業も行っています。

農青連には、地元の盟友から誘いを受けて加入。その後、斐川青年連盟の委員長として盟友と一緒に活動に参加し、令和元年からは島根県青協の副会長としても活動に尽力しています。

古川さんは「盟友との繋がりを大事にし、活動していく。各単組の活動や各地域の担い手盟友の一助となれるよう、リアルとオンラインを使いながら盟友の声を基に島根県青協の活動に取り組んでいきたい」と今後の目標を熱く語りました。



家庭菜園

キクイモ

園芸研究家 成松 次郎

※関東東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

生育旺盛な健康野菜

キクイモは、北米原産のキク科ヒマワリ属の多年生植物です。やや冷涼な気候に適し、生育期間は中間地では4～10月で、10月ごろに開花し、収穫期は茎葉が枯れる11月からで、ショウガに似た塊茎を収穫します。キクイモにはイヌリンという水溶性食物繊維が含まれ、血糖値の上昇を穏やかにし、中性脂肪を下げる効果があるといわれている成分です。

品種

塊茎の表皮が白色と紫色の系統があり、紫種がやや大型です。

畑の準備

植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gを施しよく耕します。1週間前に畝間90cm、深さ20cmの溝を掘り、畝1m当たり化成肥料(NPK各成分10%)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)。

植え付け

種芋(塊茎)は重さ20g程度に切り分け、深さ10cm程度に、株間50～60cm間隔で植え付けます(図2)。

管理

どんな土でもよく育ちますが、過湿を嫌うため、やや乾燥気味に管理します。塊

茎から多くの芽が出るときは、芽かきをして、2、3本に整理します。

支柱立て・摘心

草丈が3mにも伸びて倒れやすくなるので、十分に土寄せをし、1.5m程度の支柱を立て株の周囲にひもを巡らせ倒伏を防ぎます(図3)。さらに、草丈が支柱の高さの頃、茎の先端を摘心します。10月ごろからヒマワリに似た黄色の花が開花します(図4)。日持ちの良い切り花としても観賞できます。

病害虫の防除

強健で病害虫の被害は少ない野菜ですが、生育後半にはうどんこ病が発生することがあります。気になるときは、カリグリーンなど野菜類の登録農薬で防除します。

収穫

茎葉が枯れてきたら、地際から茎葉を刈り取って、塊茎を収穫します。掘り上げた塊茎はしなびやすいため、3月までは土中に置いて必要に応じて収穫しましょう(図5)。収穫後はポリ袋に入れ、冷蔵庫の野菜室で保管します。なお、畑に残した塊茎は野生化してはびこるので、全て掘り上げます。

図3 支柱立て・摘心

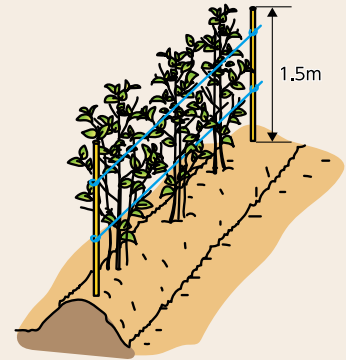


図1 畑の準備

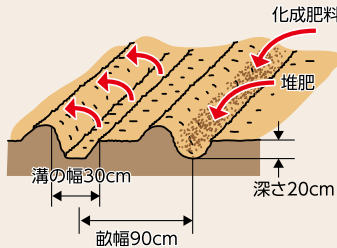


図4 開花



図2 植え付け

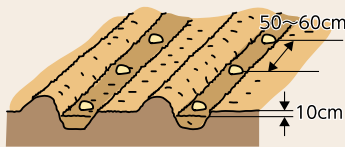
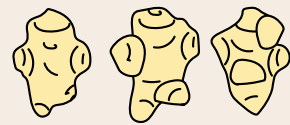


図5 収穫



栽培カレンダー

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
冷涼地				▲	▲	—	—	—	—	—	—	■
中間地	■	■	■	▲	▲	—	—	—	—	—	—	■
暖地	■	■	■	▲	▲	—	—	—	—	—	—	■

▲ 植え付け — 生育 ■ 収穫

【協議事項】

- ① J Aしまね旅行业の廃止について
- ② 信用事業方法書(為替取引)の一部改正について
- ③ お客さま本位の業務運営に関する「取組方針」の全面刷新について
- ④ 令和5年3月1日および令和5年4月1日付け機構改革の実施について
- ⑤ 令和5年度事業計画の策定について
- ⑥ 飼料・肥料高騰対策財源の一部配賦について
- ⑦ ラピタはまやま店 太陽光発電設備の取得について
- ⑧ 不祥事件(共済代理店における無届推進)発生に伴う再発防

止策の策定について

- ⑨ リスク評価書の定例改正について
- ⑩ 組合と理事との取引(契約)の承認について(都度承認分)
- ⑪ 総代定数の見直しについて
- ⑫ 第4期総代選挙の進め方について
- ⑬ 行方不明組合員等の整備へ向けた取り組み再強化について
- ⑭ 常勤理事の他の団体理事等への就任について
- ⑮ 第9回通常総代会の開催日時および場所の設定について
- ⑯ 令和4年度仮決算監事監査報告書 整備改善を要する事項(個別意見)への回答について
- ⑰ 島根県常例検査書(島根おおち地区本部)の回答について



酪農家

雲南市木次町里方

定本 秀敏さん(50)

さだもと ひでとし

雲南市加茂町岩倉にある牛舎2棟で経産牛(母牛)32頭、育成牛(子牛)10頭を夫婦2人で飼育しています。消費者に「安全・安心で美味しい牛乳を届けたい」という思いを胸に1頭1頭大切に飼育し、1日あたり約700kgの生乳を出荷しています。現在は、雲南市酪農組合の組合長を務め、他の酪農家とともに雲南地域の酪農を支える存在です。



優しい笑顔がステキな定本さん

パスタチャライズ牛乳との出会い

定本さんは広島県三次市出身。もともと動物が好きだったことから高校卒業後は同市内のペットショップなどで働いていました。

結婚をきっかけに転職を考えていたところ、近くのスーパーでたまたま手にとった木次乳業(有)のパスタチャライズ牛乳がとても美味しかったことに感動し、同社に興味を持ち始めました。

市内のハローワークに立ち寄った際、同社が酪農ヘルパーを募集していることを知り、この偶然に縁を感じた定本さんは就職を決意。酪農の知識も経験ありませんでしたが妻と子ども3人で1999年に雲南市木次町ヘイターンし、酪農の世界に飛び込ました。

第三者継承で酪農家の道へ

木次乳業(有)への就職が決まった定本さんは、雲南市内の酪農家で2ヶ月研修を受け、酪農ヘルパーの資格取得のため中四国酪農大学校で1ヶ月間酪農の基礎知識習得に励みました。

資格取得後は同社の酪農ヘルパーとして約8年間経験を積み、その後は雲南市木次町の日登牧場で飼養技術を磨き、場長という責任ある立場を任せられるまでになりました。

丁度その頃、雲南市加茂町の酪農

カメラが気になる牛たち



家が離農することになり、木次乳業(有)や行政、JAなど関係機関の協力のもと、2015年に第三者継承により新規就農しました。

パスタチャライズ牛乳との出合いをきっかけに島根の地で酪農家としての道を歩み始めた定本さん。これまでに培った知識と経験をもとに前の飼い主から引き継いだ28頭の飼育を始めましたが、原因がわからないまま次々と病気にかかり頭を抱えました。「あの時は本当にもうダメだと思いましたが」と当時を振り返ります。

牛の飼養管理には慣れていましたが、飼い主が変わったことによるほんの少しの管理方法のずれが牛のストレスになっていました。その後は飼養管理を見直し、日々の観察と栄養管理、牛舎の衛生管理はもろろんのこと、牛のストレス軽減にも努めています。

安全・安心で美味しい牛乳を消費者へ

酪農家として自立して約8年。安

3月のあなたの運勢【牡牛座 4/20~5/20】

【全体運】後回しにしてきたことに取りかかるのに良い時期です。用事を先に終わらせた方が自分の時間も楽しめます

【健康運】食べた分、体を動かしてカロリーを消費して【幸運の食べ物】タマネギ

3月のあなたの運勢【牡羊座 3/21~4/19】

【全体運】上昇運の影響でかなり忙しくなりそう。優先順位を決め、あなたにとって重要なものに注力して。新規のものにツキ

【健康運】適度な運動で心身共にリフレッシュ【幸運の食べ物】クレンソ



1頭1頭に目を配りながら
体調に合わせて
餌を与えています



全・安心で乳質のよい生乳を出荷する
ため牛の餌にはこだわり、木次乳業(有)
が栽培した牧草や、近隣農家が天日干
した稲藁などを使用しています。
「日々苦勞もありますが、自然の恵
みを受けた美味しい牛乳を多くの方
に味わってもらえるよう、これからも
頑張っていきたいですね」と意気込み
ます。

こまめに清掃し、
牛舎の衛生管理も
心がけています



搾乳の様子
搾乳前後の消毒を欠かさず
清潔に保っています

木次乳業(有) 商品紹介

商品の一部を掲載しています

牛乳と乳飲料



ヨーグルト



チーズ



アイス



その他の乳製品



地域の農家を応援

飼料価格の高騰が続く中、酪農家
や畜産農家のみなさんは日々様々な
努力を続け経営を維持されています。

厳しい状況下においても「安全・安心
で良質な生乳の生産」にこだわり、飼養技術
向上に努めている定本さん。近隣の稲作農
家や地域住民の方の協力も大きな力になっ
ています。

雲南地域の農業を支えてくださっている
生産者のみなさんを地域全体で応援しま
しょう！

SDGs



©よい食P

木次乳業(有)の商品には、雲南管内の酪農家から
出荷された生乳が使用されています。
県内外のスーパーで広く取り扱われているほか、イン
ターネットでも購入することができます。「美味しい!」と
県内外で評判の同社の商品をぜひこの機会に味わって
みてください。



©よい食P

「栄養満点な牛乳」

必須アミノ酸であるトリプトファンが豊富で、安眠効果があります。カルシウム
は神経を落ち着かせ、ストレスの緩和にもつながります。

また、牛乳には胃の内壁を保護する成分が含まれているので、空腹時に胃が
痛むときは、ホットミルクを少しずつ飲むのがオススメ。風邪の予防には粘膜の
抵抗力を強くすることが大切で、牛乳には、粘膜強化に必要なビタミンAが豊富
に含まれています。

3月のあなたの運勢【蟹座 6/22~7/22】

【全体運】状況は次第に好転。冷静に分析すればグッドアイデアを思い付きそう。
感情に流されず実行すれば好結果に
【健康運】心の健康に目を向けて。音楽鑑賞がお勧め【幸運の食べ物】ニラ

3月のあなたの運勢【双子座 5/21~6/21】

【全体運】周囲から頼られそう。手助けしないとびっくりするほど非難されること
も。事情を丁寧に説明することが大事
【健康運】発熱に注意。ビタミンCを取って風邪を予防【幸運の食べ物】シタケ



ふれあいニュース

雲南管内の
旬な情報をお届け！



01 第10回仁多米振興大会開催

仁多郡奥出雲町の仁多米振興協議会は2月12日、同町のカルチャープラザ仁多で第10回仁多米振興大会を開きました。

この大会は、同協議会が主催、奥出雲町、雲南地区本部などが共催し、2年に1度開催していましたが、コロナ禍により中止が続き5年ぶりの開催となりました。

今回は「消費者に信頼される米づくり、ブランド米をめざして」をテーマに掲げ、消費者の求める安全・安心な美味しい米づくりについて考えました。

大会には同町内の水稲生産者をはじめ行政、JAなどの関係者ら約160人が参加。奥出雲仁多米株が「米・食味分析鑑定コンクール国際大会」の国際総合部門において全国で2例目となる「ワールドラ



▲仁多米振興協議会会長糸原保出雲町長(左)と令和4年度奥出雲町良質米品評会最優秀賞受賞者のみなさん

イスアワードゴールド10」の称号を受けたことが報告されたほか、「令和4年度奥出雲町良質米品評会」の最優秀賞受賞者表彰、広島県で「仁多米」のおにぎり専門店を営む「MARUSHON」などから講演があり、生産者らは「仁多米」のさらなるブランド化に向けて機運を高めました。

02 農事組合法人上高尾設立

仁多郡奥出雲町の上高尾集落で「農事組合法人上高尾」が設立されました。農業者の高齢化や担い手不足が進む中、同地域では将来の地域農業の衰退を危惧し、2007年に「上高尾営農組合」を発足。令和3年6月から本格的に法人化へ向け準備を進め、農業生産のさらなる協業化による集落農業の維持、耕作放棄の防止等、組合員の共同の利益の

増進を目的にこの度法人化に至りました。経営面積は約6・5ヘクタール。同地域の農業者25軒40名を組合員とし、水稻を中心とした農作業受託、農畜産物の販売等を行います。2月26日には同地域の上高尾集会所で設立総会が開かれ、同法人の組合員やJA、県や町など関係機関が出席し、新たな門出を祝いました。同法人の上田幸敏代表は、

「将来にわたって地域の農業が存続できるよう、組合員一人ひとりの力で頑張っていきたい」と意気込みを語りました。



▲法人設立を祝い記念撮影する出席者

03 先進的な農業経営学び見聞広める

雲南地区本部管内の担い手や農事組合法人などで組織する雲南集落営農組織連絡協議会は2月9日、松江市八束町にある回遊式日本庭園「由志園」の関連会社で、牡丹や雲州人参(高麗人参)の栽培に取り組み同町の「株」由志園アグリファームへ視察に訪れました。視察には約60名が参加。同社の渡部卓也専務取締役から同町の観光資源である「牡丹・

雲州人参」の栽培技術伝承や農地の景観保全、雲州人参における島根県版農業生産工程管理(GAP)「美味しまね認証」の取得など、「観光」と「農業」が共存できる地域農業ビジネスの更なる発展を目指す同社の取り組みについて話を聞き、見聞を広めました。参加者は「貴重な話を聞くことができ、有意義な視察研修だった」と感想を述べました。



▲渡部専務の話に興味深く耳を傾ける参加者



3月のあなたの運勢【乙女座 8/23~9/22】

【全体運】吉凶混合運。厳しい状況が表面化しそう。ただ、問題が見えるようになり解決しやすくなる面も。冷静に対応を

【健康運】規則正しい生活を心がけて。休養日も大切【幸運の食べ物】ナバナ



3月のあなたの運勢【獅子座 7/23~8/22】

【全体運】転換期です。変わる方を選び良い方向へ。計画は長期スパンで考えて。目の前のことに振り回されないように

【健康運】友人たちとの会話が気分転換に。一緒に体操も◎【幸運の食べ物】アシタバ



直売所の魅力アップ POP講習会を開催

雲南市農林産物販売促進協議会と雲南地区本部は2月17日、雲南市内の産直市出荷者や直売所の担当者を対象に同地区本部でPOP(店内広告)の作り方を学ぶ講習会を開きました。

産直市の活性化に向け直売所の販売力強化に取り組んでいる同協議会と同地区本部は、市内の産直市で統一の産直ブランドを確立し、集客力と認知度向上を目指します。

講習会には約30人が参加。

POP作りには約30人が参加。講師に迎え、「見せる」「伝える」をキーワードに、人の目を引き、商品の魅力が伝わるPOP作りのポイントを学びました。

POPを作る際には、文字の大きさやメリハリ、色、形、設置する場所が重要であることを学んだ受講者は、石川さんのアドバイスを受けながらオリジナルPOPの制作に挑戦し



POP作りのポイントを学ぶ受講者

ました。

受講者は「とても参考になった。講習会で学んだことを今後のPOP作りに生かしていきたい」と感想を述べました。



支店でスマホ教室 便利な機能学ぶ



講師に操作方法を教わる女性部の役員ら

JAしまね加茂支店は2月8日(木)NTTドコモの協力のもと同支店でJAしまね雲南女性部加茂支部の役員らを対象にスマホ教室を開きました。

教室には8名が参加。「スマートフォンでインターネットを使おう」と題して4人の講師の指導のもと、実際にスマートフォンを操作しながらインターネットで情報を検索する方法を学びました。スマートフォンは便利であ

る反面、迷惑メールによる詐欺被害などが近年増加していることから、危険サイトにアクセスしないようにすることや、個人情報、口座情報などを取得しようとするメールには十分注意することなどを確認しました。

参加者は「使い方がわからないところがあったのでとても参考になった。聞きたいことも聞けて今後は安心して使える」と笑顔で感想を述べました。



東京農工大・上智大学院生が 飯南町で現地調査

雲南地区本部は、令和2年11月に東京農工大学大学院農学研究院、飯南町と地域連携に関する協定(包括連携協定)を締結し「農業振興」「新産業の創出」「農家の農業収入の安定化と所得向上」を目指し、技術開発・普及・人材育成等に取り組んでいます。

「持続可能な地域社会を実現するために何ができるのか」をテーマに共同研究を進める東京農工大学大学院生物システム応用科学府と上智大学大学院地球環境学研究所の大学院生ら25名(教授2名、学生23名)が2月9日から11日にかけて同町へ現地調査に訪れました。



水田のボーリング調査の様子

9日には、同町の役場で飯南町エコロジミ生産推進協議会の和田幹雄会長と意見交換を行い、減農薬、減化学肥料による米の栽培を行う同協議会の取り組みや栽培技術について話を聞き、学生は興味深く耳を傾けました。

10日から11日にかけては水田、畑、果樹園のボーリングや断面調査、河川流域の水質調査、中山間地域研究センターで取り組んでいる研究課題の調査などを行いました。

飯南町役場産業振興課の深石尚志課長補佐は「今後もこの取り組みを続けていき、担い手不足等の地域課題解決に向けて一緒に取り組んでいきたい」と意気込みを語りました。



中山間地域研究センターでの講義の様子



3月のあなたの運勢【蠍座 10/24~11/22】

【全体運】追い風に恵まれ前へと進めます。好意は素直に受け入れ助けてもらいましょう。1人にならないのが開運のこつ

【健康運】持病のケアを。名医に出会える予感も【幸運の食べ物】シュンギク



3月のあなたの運勢【天秤座 9/23~10/23】

【全体運】やらなければならないことが増えて大変そう。一方で、お楽しみのお時間も増加。上手にスケジュールを組んで

【健康運】楽しみながらできるスポーツで健康増進【幸運の食べ物】ミツバ

機構改革について

雲南地区本部は令和5年3月1日付けで以下の機構改革を実施いたしました。

◎機構改革の実施理由および内容について

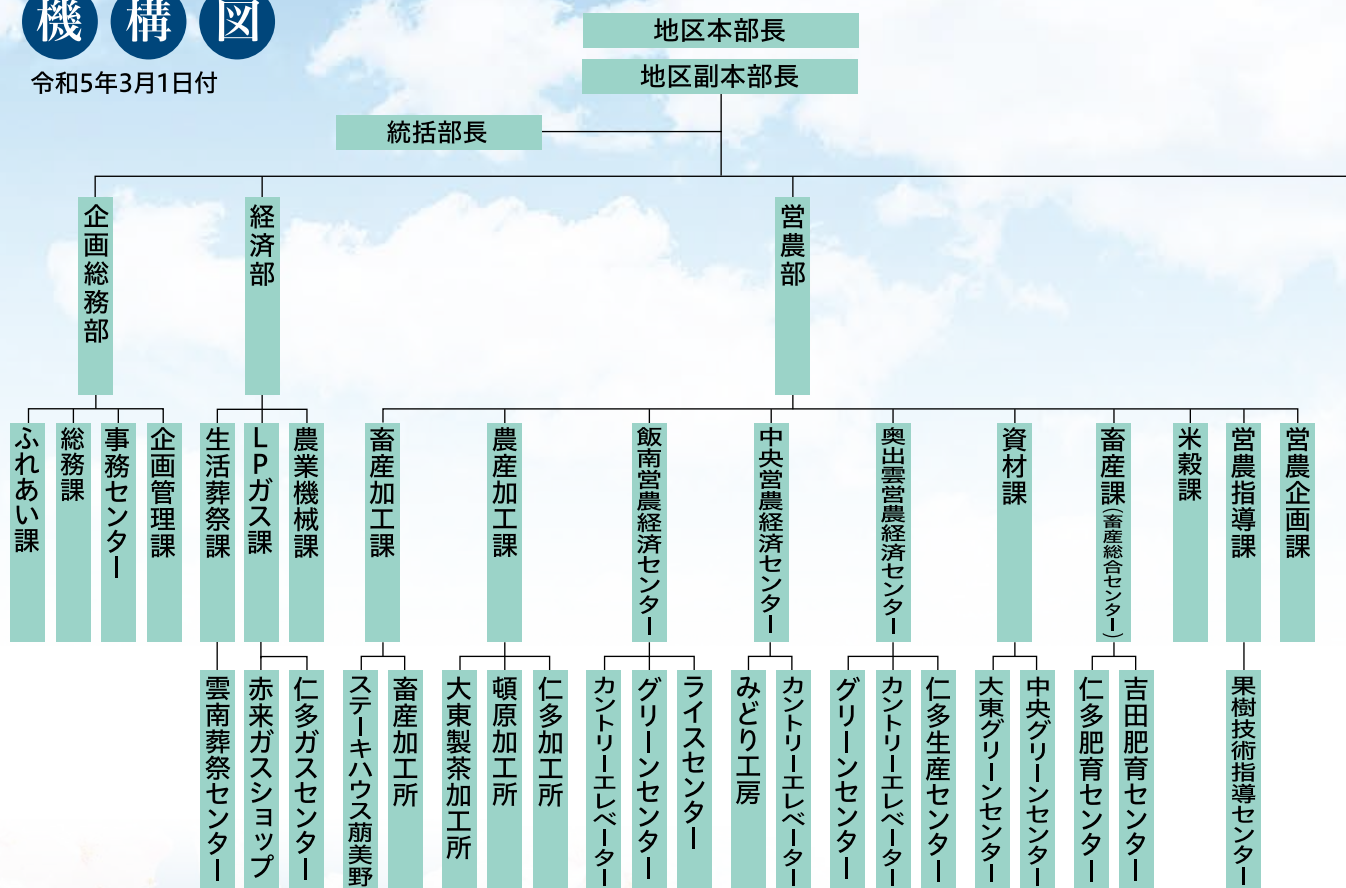
事業推進体制の強化と支店業務の効率化を図るため、現行の9支店機構上に4ブロックを新設する。

- ①奥出雲ブロック(仁多支店・横田支店)
- ②雲南北ブロック(大東支店・加茂支店)
- ③雲南中央ブロック(雲南さくら支店・雲南吉田支店・掛合支店)
- ④飯南ブロック(頓原支店・赤来支店)

※組織図・職員配置表については、J Aしまねびより4月号にてお配りいたします。

機構図

令和5年3月1日付

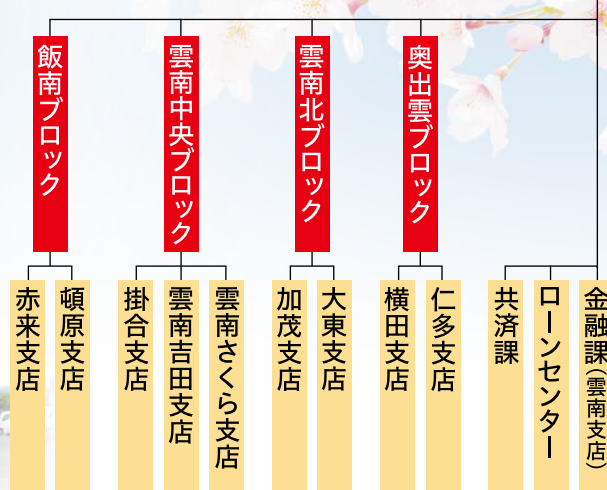


雲南地区本部

地区版

雲南統括支店

雲南地区本部事業所



3月のあなたの運勢 [山羊座 12/22~1/19]

【全体運】春の兆しが見えています。ものは試しと何でもやってみて。うまくいかなければ修正を。方向転換は吉と出ます

【健康運】薬の飲み忘れに注意。サプリはほどほどに 【幸運の食べ物】カブ



3月のあなたの運勢 [射手座 11/23~12/21]

【全体運】山積みの問題に頭が痛いかも。幸い下旬にはトンネルを抜けられます。駄目なものは駄目と割り切ること大切

【健康運】体調不良は次第に解消。焦らず様子を見て 【幸運の食べ物】ウド

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。

各支部リレー紹介
No.10 今月は
赤来支部
☎0854-76-2711
担当：奥野(前担当者)

大東支部

～保障の大切さ学ぶ～

と き/2月21日(火) ところ/大東支店

JAしまね雲南女性部大東支部家の光グループは、同支部の部員を対象にJAしまね大東支店のライフアドバイザー(LA)による自動車共済の講習会を開きました。講習会には同支部の9名が参加。同支店の江隅寛LA支店トレーナー(当時)がJAの自動車共済の保障内容や特徴、保障の見直しポイント、各種割引制度などについて説明し、実際に起こった交通事故の事例をあげながら保障の重要性を呼びかけました。

部員は顔しながら興味深く耳を傾け、普段から加入内容を確認しておくことやしっかりした保障を備えておくこと、割引制度をうまく活用することなどを学びました。講習会を企画した部員は「様々な情報をキャッチし、知識として持っておくことはとても大切。暮らしに役立つ情報を共有できてよかった」と感想を話しました。



江隅トレーナーの話を興味深く聞く部員

赤来支部

～ふれあいの集い開催～

赤来支部は現在184名の部員で活動しています。2月22日には3年ぶりに玉造温泉



きれいな花に癒やされながらアレンジメント制作を楽しみました。泉のホテル玉泉で念願の「ふれあいの集い」を開催することができました。松江の生花店の方を講師に迎え、フラワーアレンジメント教室を行い、チューリップ・ガーベラ・スイートピーなど、春を感じさせる花を使って可愛らしいアレンジメントができました。

近年は支店での活動ばかりでしたが、久しぶりに外へ出かけ、たくさんの方に参加していただき、楽しい時間を過ごすことができました。



フラワーアレンジメントとともに記念撮影



地区版

雲南女性大学院「華凜」

～好感度アップ話し方講座～

と き/2月24日(金) ところ/雲南地区本部

◎講師/フリーアナウンサー 石原 美和 氏

第3回の講座は、元山陰中央テレビ放送アナウンサーで現在はフリーアナウンサーとしてご活躍の石原さんを講師に迎え、相手に好印象を与える会話術を学びました。



講座では、学生一人ひとりが自己紹介を体験し、人前で話をする際にはしっかり準備をしておくことや、自分を必要以上によく見せようと思

人前で話をする時のポイントを説明する石原さん

ず、自分らしく話をする事で緊張を和らげることができることを教えていただきました。

また、第一印象には「視覚」と「聴覚」の情報が大きく影響していることから、表情や姿勢、身だしなみ、話すスピードや音量、声のトーンを変えるだけで印象が大きく変わることを学びました。

学生は「好印象をもってもらえるよう講座で教えていただいたことを実践し、相手に伝わりやすい会話を心がけたい」と感想を話しました。



学生全員の前で自己紹介をする様子



好印象を与えるための笑顔も練習しました

2月の運営 だより

2月7日開催

議題

- (1) 令和4年度12月末決算状況ならびに決算見込みについて
- (2) 令和4年度業績還元実績報告について
- (3) 令和5年3月1日付機構改革について
- (4) 令和5年度以降の事業改革について
- (5) 各事業部からの報告
- (6) その他

質疑応答

※当日いただいたご意見・ご要望等の一部について要点をまとめて掲載しています。

Q その他事業について、事業利益の実績について詳細を確認したい。
A その他事業の内訳は、受託農業経営、授精事業、堆肥事業、肥育事業、福祉事業の5つの事業構成

成となっています。
 12月末現在の事業利益実績は、受託農業経営事業が前年対比100万円のプラス、授精事業が500万円のマイナス、堆肥事業は160万円のプラス、肥育事業が2,000万円のマイナス、福祉事業は撤退により2,000万円のプラスとなり、全体としては前年対比137万円のマイナスとなっている状況ですが、この実績は途中経過であり、現在、各事業において実績の積み上げのために努力している状況です。

Q 子牛市場で購買者が減らないよう運営していただきたい。

A 鹿児島全共の好成績により、県外からの購買者が増えています。大きな価格の上昇はないものの、他の市場に比べると島根の子牛市場は購買者が増加傾向にあると思われ、この環境を維持していくためにも出荷頭数の確保が重

要であり、生産者の皆様には引き続きご協力をお願いしてまいります。
Q ブロック体制は他の地区本部でも実施しているか?
A 他の地区本部ですでに実施しており、参考に進めてまいります。
意見・要望等
 ● 肥育事業について、今後畜産農家への経営支援を全力でお願いしたい。
A 6月の理事会で決定したとおり、県・管内市町の行政とともに「雲南地域畜産振興検討会」を発足し、今後の運営や経営について検討していくことになっていきます。
 奥出雲和牛のブランドを守るためにも繁殖、肥育、販売の地域内一貫体制を維持しながら振興を図り、10年先を見据えた奥出雲和牛生産基盤の構築と畜産事業の持続的な運営体制を確立していく考えです。

グリーンセンター
臨時休業の
お知らせ

棚卸実施のため、3月31日(金)は全店舗休業とさせていただきます。

ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。



おもしろ野菜 ご紹介

2本に分かれたダイコン

飯南町・いさん



奥出雲町・Fさん

今年度もおもしろ野菜の投稿をありがとうございます

4月の外勤日 19水 20木 21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。

畜産 市況

2月



令和5年2月の全国主要子牛市場平均価格は、雌551,719円(前月比98%)、去勢688,036円(前月比101%)、計628,236円(前月比100%)で、保合の取引となっています。

中央「保合」の相場展開

子牛市場成績表

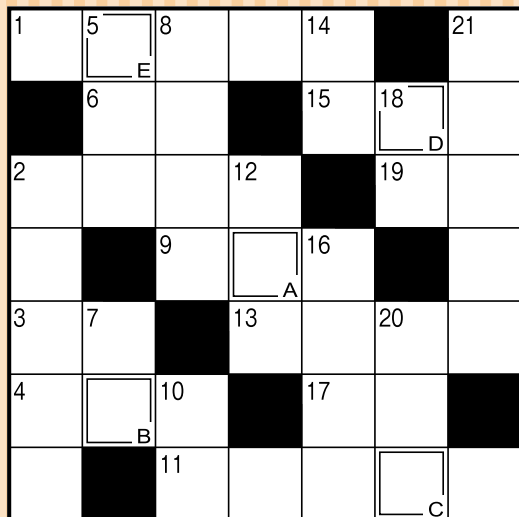
地区名	種別	取引頭数	最高価格	最低価格	平均金額	平均体重	キロ単価	前月価格比
雲南地区 本部	雄	1	880,000	880,000	880,000	269	3,271	—
	雌	29	660,000	238,700	491,359	271	1,816	-90,107
	去	49	881,100	361,900	678,700	303	2,242	-42,702
中央市場	雄	5	888,800	599,500	714,560	286	2,495	—
	雌	125	1,317,800	198,000	497,684	276	1,802	-91,276
	去	151	922,900	81,400	639,858	300	2,131	-55,374

CrossWord Puzzle

クロスワードパズル

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野球のBSOのS
- ⑤敵ではありません
- ⑦正しい答えに付けるマーク
- ⑧遠くて近きは——の仲
- ⑩シオマネキもこの仲間です
- ⑫得意なもの。漢字で書くと十八番
- ⑭体温計を挟みます
- ⑯空弁（そらべん）が売られている所
- ⑰田畑を耕す道具の1つ
- ⑱ギリシャ文字の最後の字。Ω、ωと書きます
- ⑳選抜高等学校野球大会の会場です

ヨコのカギ

- ①唱歌『花』に歌われている川
- ②写真などを撮影するための施設
- ③ラクダやアルパカに似たアンデス地方の動物
- ④クジラより小さめです
- ⑥4月なのに冷えるなあ、——の戻りかな
- ⑨書類の何も書かれていない部分
- ⑪新1年生の皆さん、ご——おめでとう！
- ⑬爬虫（はちゅう）類は変温動物、哺乳類は——動物
- ⑮1、3、5、7、9……
- ⑰日本人の主食です
- ⑲船を着けます



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・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（J A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

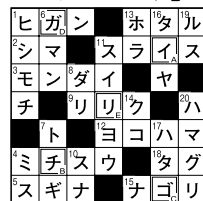
賞品の発送をもってかえさせていただきます。

● 宛先・締切

〒699-1395 雲南市木次町里方1088-6
J Aしまね 雲南地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2023年4月7日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「イチゴガリ」



俳句の広場

選句者「白魚火」編集長・副主宰
安食彰彦先生

最優秀賞

万歩計付けて斐伊土手草青む

出雲市 小豆澤典子様

優秀賞

星冴ゆる空へと叫びたき人生

兵庫県 小田 慶喜様

庭先に野兎の跡雪の朝

大田市 大国千登世様

元朝や百十二段の八幡宮

安来市 斎藤美重子様

佳作

毛筆も洗ひて御用納かな
艶やかなみどりに光る露の玉
新雪に足跡人でないものも
時間かけバレンタインの品定め
白鳥の連なり飛べる空青し

浜田市 三浦 方美様
出雲市 石田 博子様
浜田市 三沢 孝子様
浜田市 小川美砂子様
益田市 伊藤世以子様

「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」4月号 定価922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）4月号は川柳を募集します。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、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「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。

クミアイ家庭薬

十種の植物成分を
医薬部外品
富山薬湯
とやまやくとう

効能
肩のこり
疲労回復
痔
神経痛
腰痛
うちみ
冷え性
しっしん
リウマチ

液体タイプだから実現した
生薬エキス原液配合
液体入浴剤

有効成分が温浴効果を高めて
諸症状緩和に効く薬用入浴液

生薬有効成分ショウブ抽出液配合

薬用液体入浴剤
十種の植物成分を
医薬部外品
富山薬湯
とやまやくとう
ハーブの香り

疲労回復・腰痛
冷え症・肩のこり
リウマチ・神経痛

ココロやすらぐ
ハーブの香り

内容量 400mL (20回分)
税別小売価格 (税込)
3,980円 (税別 3,618円)

販売名 C 薬用入浴液 d-AC 医薬部外品
MADE IN JAPAN
飲み物ではお飲みません。Do Not drink.

温浴効果による痛みの緩和に効く*
うるおうを与える

有効成分	保湿成分
ショウブ抽出液 カクレミノ抽出液 シカカム	シャクヤクエキス エイジツエキス クワエキス トウキエキス シヨウキョウエキス クララエキス センキュウエキス 針葉樹バール

*有効成分が温浴効果を高めることにより

■お問い合わせは…
協同薬品工業(株)島根営業所 ☎0853-25-9166

JAグループ

組合員・ご利用者の皆様へ

4月以降のJAにおける旅行事業の取り扱いについて

このたび、JAしまねでは令和5年3月末をもってJA旅行センターを廃止し、4月1日以降は旅行事業をすべて(株)農協観光に委ねることいたしました。

コロナ禍で事業環境が厳しい状況のなか、諸情勢を考慮し、(株)農協観光と協議して決定した次第です。

皆様には長きにわたりご愛顧賜り、誠にありがとうございました。

今後、旅行に関するご相談、お問い合わせ等のご連絡は下記の(株)農協観光山陰支店までお願い申し上げます。

何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

観光庁長官登録旅行業第939号
株式会社 農協観光 山陰支店
〒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
営業時間 9:00~17:00
休日 土・日祝日 年末年始

島根をもっと元気にしたい
～一緒にJAで働きませんか～

JALしまねは「農業振興」「地域振興」「地域貢献」を積極的に展開し、組合員はもとより県民そして次世代を担う若者・子どもたちとともに、大地の恵みと食文化の尊さを継承していきます。

「人と自然が共生する、光り輝く未来の創造」

- ◎地域の資源を生かし、希望と活力に満ちた農業を実現します
- ◎地域の文化を守り、心豊かに安心して暮らせる地域社会を創造します
- ◎水と緑と人を育み、豊かな大地と食を次世代に引き継ぎます

「信頼、満足、熱意、みんな一番」

『し』…組合員・利用者からの信頼、一番をめざします
『ま』…組合員・利用者の満足、一番をめざします
『ね』…仕事への熱意、一番をめざします

JA 自己改革 実践中
JAグループ島根

募集職種 正職員(総合職)

募集区分 本店採用(転居を伴う配置の可能性があります) 地区本部採用(原則転居を伴う配置はありません)

応募資格 ①令和6年3月大学院・大学・短大・高専・専修学校卒業見込の方
②大学院・大学・短大・高専・専修学校を卒業して3年以内の方

受付期間 令和5年3月15日(水)～4月28日(金)

選考方法 WEB上での筆記試験・適性検査・面接試験

応募方法 マイナビ2024よりエントリーのうえ、ご応募ください。

*採用情報など詳しくはJALしまねHPまたは下記までお問い合わせください。

お問い合わせ
〒690-0887島根県松江市殿町19-1
JALしまね人事部人事課 ホームページ
担当:細木・加藤 https://ja-shimane.jp
TEL: 0852-67-7711 E-mail
FAX: 0852-67-7714 jinji_saiyou@ja-shimane.gr.jp

マイナビ2024
マイナビでエントリー受付中

私服勤務の実施について

組合員・利用者のみならず
JAしまねでは、SDGs取組みの一環とし、ジェンダー平等に取組み、職員ひとりひとりが働きやすい服装で、仕事の効率アップ、働きやすい職場環境の整備をめざし、私服勤務を実施することいたしました。組合員・利用者のみならずにおかれましては、取組みにご理解いただきますようお願いいたします。

実施日:令和5年4月1日～
実施店舗:JALしまね全ての事業所。ただし、部署にて固有の制服等がある部署(典礼・小売店舗等)は除きます。

本誌は地球環境に優しい植物オイル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

検索



* 山菜カルパッチョ



コメント

- ・うるいはアク抜き不要の山菜で、生食もOK！シャキッとした歯ごたえが春を感じさせてくれます。
- ・旬の野菜を彩りよく盛り付けるだけで、食卓が一気に華やぐ元気モリモリの一品！

材料 (4人分)

- うるい…………… 1パック
- ごごみ…………… 1パック
- タラの芽…………… 4～5本
- パプリカ (赤・黄) …… 適量
- ブラックオリーブスライス… 12g
- 生ハム…………… 40g
- モッツアレラチーズ…………… 8個
- A オリーブ油… 大さじ2～3
- レモンの絞り汁… 小さじ1/2
- 塩…………… 小さじ1/2
- 粗挽き黒胡椒…………… 適量

作り方

- ①うるいは3～4cmの長さに切る。
- ②ごごみとタラの芽は塩ゆでし、水に取って冷ましたら3cmの長さに切る。
- ③パプリカは種を除き、薄くスライスする。
- ④生ハムとチーズは半分に切る。
- ⑤大皿の上に準備した材料を彩りよく盛り付ける。
- ⑥食べる直前にAを振りかけたら完成。

アレンジ

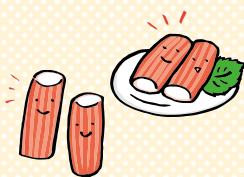
- ・調味料を早めに混ぜて、野菜をしんなりさせるとマリネ風にもなります。
- ・生ハムはカニカマやスモークサーモン、ハムの薄切りに、モッツアレラチーズはプロセスチーズに替えてもOK！
- ・旬の野菜をいろいろ組み合わせて、お好みの市販ドレッシングでも召し上がれ！
- ・生のまま浅漬け風にしてもおいしいです。

材料 (4人分)

- うるい…………… 1パック～
- 春雨…………… 30g
- アボカド…………… 1個
- カニカマ…………… 30g
- 塩昆布…………… 5g
- マヨネーズ…………… 大さじ2
- 白だし…………… 小さじ1/2

作り方

- ①鍋にお湯を沸かし、うるいの根元から先に入れ、サッと茹で水に取り、2～3cmの長さに切って、水気を絞る。
- ②春雨は熱湯に3分間浸して水に取り、水気をきって食べやすい長さに切る。
- ③アボカド (皮と種を取り除く) とカニカマは、1cm角に切る。
- ④準備した材料を全部ボウルに入れて、混ぜ合わせたら完成。



コメント

- ・うるいは加熱したり、もんだりすると、ぬめりも楽しめます。
- ・火が通りやすい食材です。風味が損なわれないよう、サッと加熱をお勧めします。

アレンジ

- ・サッとゆでたうるいを醤油・酢味噌・ごま等で和えても美味しく食べられます。
- ・味噌汁やスープ、パスタ、炒め物、天ぷらの具材としても使えます！

* うるいと春雨のアボカドマヨネーズ



JA島根厚生連

健康散歩

脂肪肝と言われたことはありませんか

「脂肪肝」と言われたことはありませんか。脂肪肝は、お酒の飲み過ぎで起こるものと思われ方も多いですが、お酒だけが原因となるわけではありません。お酒をたくさん飲むわけでもないのに脂肪肝を指摘される人も増えています。

脂肪肝には、お酒の飲み過ぎで起こる「アルコール性の脂肪肝」と、お酒をあまり飲んでもいいのに起こる「非アルコール性の脂肪肝」があります。非アルコール性の脂肪肝の場合、食べ過ぎによるエネルギーの過剰摂取と、運動不足などによる消費エネルギーの減少が原因で、体内にエネルギー (中性脂肪) が余り、肝臓に蓄えられることによって起こります。アルコール性の脂肪肝だけでなく、非アルコール性の脂肪肝でも一部肝硬変に進行したり肝臓がんを発症したりするものもあります。ほとん



ど症状もなく進行するため、放置するのは危険です。

脂肪肝は、血液検査 (肝機能検査) や腹部超音波検査を行うことで見つけることができます。治療法には薬物療法もありますが、まずは生活習慣の改善が最も重要です。アルコール性の脂肪肝では飲酒を控えることが改善につながります。対して非アルコール性の脂肪肝は、食事によるエネルギー摂取量を抑え、運動で消費エネルギーを増やし、体重を減らしていくことで改善するとされています。

肝臓に蓄積した脂肪は減りやすく、生活習慣の改善ができれば効果が出やすいと言われています。何事も無理をすると継続しにくいので、自分の生活に合った無理のない方法で生活習慣を改善していきましょう。



【編集後記】 いつの間にか日が長くなりました。梅の花など、春が近づいているなあと感じていますが、皆さん春は好きですか？春と言えば出会いと別れの季節ですね。広報誌の担当となり約2年が経ちましたが、この3月号が私にとってラストの作成となりました！毎月締切に追われる2年間は怒濤の日々でしたが…楽しく作成をさせていただきました！皆さんありがとうございました♡2023年度の「しまねびより」もぜひご期待ください！(安)

2023年3月15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>

