

2023
7
July
Vol.88

SNSで旬な情報を
投稿しています

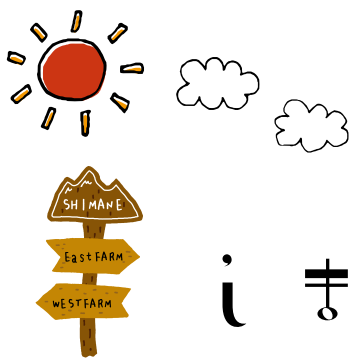


JAしまねびより

特集
直売所にてかけよう



可ーつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers
ムラー フランク
Müller Frankさん
[隠岐どうぜん地区本部]



つけた しまものファーマーズ

Shimane farmers



常時10種類近くの野菜が栽培されている農園ととんがり屋根の鶏舎

ムラーズファーム

ムラー フランク

Müller Frankさん(49歳)

今月は隠岐どうぜん地区本部。海士町で農業と化学肥料を使わずに野菜作りに取り組む「ムラーズファーム」のムラー・フランクさんにお話を伺いました。

**多品種野菜にニワトリとヤギ！
多様性あふれるにぎやかな農園！**

約600万年前の火山活動でできた島、隠岐島前の海士町（中ノ島）。その北東部に位置する宇受賀地区に、ムラーズファームはあります。

農業や化学肥料を使わず、年間40〜50種類もの野菜を作っているのはドイツ人のムラー・フランクさん。移住してから約15年、もとは雑木林だった土地をコツコツと開墾し、生産力の高い農園を作り上げてきました。JAをはじめ、島内の各商店に出荷する野菜は「おいしくて長持ちする！」と評判です。

農園にはズッキーニやネギ、ダイコン、カブ、キャベツの他、バターナツカボチャなどの珍しい品種も含め、常時10種類近くの野菜が栽培されています。

畑の脇には、ムラーさんが自分で建てたとんがり屋根の鶏舎があり、平飼いのニワトリが約90羽、元氣よく走り回っています。鶏舎の逆側の奥には、山の斜面を切り拓いて作った階段状の畑にサツマイモの長い畝がずらり。その向こうにも農地を拡大予定で、開墾中のエリアには40頭のヤギが放たれ、のんびり草を食む姿が見えます。雑木林を農地へ変えるプロセスでは、草を食べてくれるヤギの存在が重要なのだとか。

「子どもの頃から食べものを自分で作ることに興味があった。でも、両親の勧めで大工になり、ドイツの他、イギリスやスイスで働きたがら『いつかは農業をやりたい』と夢見ていた」と話すムラーさん



取材時にはダイコンなどが収穫を迎えていました

その後、縁あって海士町に移住。豊かな自然とともに生きる島の暮らしに魅了され、この環境なら自分ができる！と、有機農業への挑戦を始めました。



タマゴを産み、土づくりも助けてくれるニワトリはムラーズファームにとって欠かせない存在です

**おいしい野菜の秘密は、
精魂込めてつくってきた「土」**

島の飲食店や宿の料理人から絶賛されているムラーさんの野菜は、島で唯一のホテル「Entôt」でも使われています。その味に感動した観光客が、本土へ帰るフェリーに乗る前にわざわざ畑に立ち寄って、野菜をお土産に買って帰ることも。

なぜ野菜がおいしいの？と聞くと、「土のおかげだよ！」と胸を張るムラーさん。表面約7センチの浅い層だけトラクターで耕して、あとは畑の中に空気を入れるようにフォークを入れ、丁寧に手で耕していきます。この耕し方をする事で土の中の微生物が増えるのだそう。ムラーさんは「うちの野菜が長持ちするのは土が豊かだから。農業や化学肥料を使わないことだけが大事なじゃなくて、どれだけの土の面倒を見ているかが野菜の味や日持ち



目でも楽しませてくれる多種多様なムラーズファームの野菜

を左右すると思う」と話します。

飼っているニワトリは、タマゴを販売する他、鶏ふんを有機肥料として使っています。島内で生産される牛ふん堆肥も購入し、土づくりに活かしています。ただ、農薬を使わない栽培法は手間がかかるのも確かです。ムラーさんは「例えば今年の春は天候のせいか初めてナメクジが発生したので、専用の手袋をして丁寧に取り除いた。毎年色んなことが起きるけど、すべてが経験。とにかく日々勉強だね」と話します。

ファーマーにもビジネスマインドは必須。 販路開拓やファン作りも積極的

ムラーさんは販路開拓や販売促進にも熱心です。島内ではJ Aや主な商店、宿、飲食店などに出荷。サンプルを送るなどしてこまめに営業し、隠岐の島町のスーパーや松江市のスーパーなど島外の販路も確保しました。また、インターネットでは、産直野菜の通販サイト「食べチョク」での販売に力を入れています。ムラーさんは「多品種の野菜を作っているのは、食べチョクで売る際に箱に詰めて見栄えが良いように。珍しい野菜も入れるとサプライズがあって良いですよ」と話します。今は毎週、定期的に買ってくれるお客様も増えてきており、応援してくれるファンが増えていると実感していると言います。

今が旬のズッキーニ。実は海士町で最初に栽培したのはムラーさんでした。移住当初、まだ島ではズッキーニを売っておらず、食べたくて自分で作ったのが始まり。するとだんだん知名度が広がり、他の生産者も栽培するようになって、今では人気野菜の一つに。野菜を上手にPRして野菜好きが増えれば、島の食が豊かになると同時にムラーズファームのファンも

増える。そんな好循環を

目指して、イベントやSNSを利用して情報発信に今後力を入れていく予定で、通販サイトも制作準備中とのことです。

隠岐の有機野菜のパイオニアでありたい。 原動力はパッション

他の生産者と助け合う「おたがいさま」は島の文化。ムラーさんも地域との繋がりを大切にしています。「農園の土地やスタッフ用のシェアハウスも地元で借りている。地域の人が農作業を手伝ってくれているのはとてもありがたい。本当にたくさん助けてもらっているから、できることで恩返しをしています」とムラーさんは話します。

仕事の充実ぶりがうかがえる一方で、とても忙しいそうなるムラーさん。リラクゼーションの時間もすべて農園にあると言い、スタッフとのお喋りやBBQが良い息抜きになっています。

「自分にとって農業は人生そのもの。夢見ること、食べることを考えること…生きることにすべてがここに詰まっている。だから忙しくても頑張れる。原動力は、パッション(情熱!)」と笑顔を見せました。



農園のスタッフたちとお喋りするムラーさん



ズッキーニを収穫し笑顔のムラーさん

目標は、隠岐4島で初の有機JAS認証を取得すること。認証のために使用する資材にも条件があり、コストも手間もか

かりますが、これからも有機にこだわると決めています。ムラーさんは「有機栽培は大変だけど、認証されて島でブランド化していけたら希望はある!野菜以外にも、例えばヤギのミルクやチーズ、ソーセージ作りなどやりたいことはいっぱい。理想の農園までまだ途中だけど、仲間を増やして、少しずつ実現していきたい」と語りました。



理想の農園を目指すため、今後もムラーさんの挑戦は続きます

旬野菜・ズッキーニの美味しい食べ方

ズッキーニはカボチャの仲間で、油との相性も抜群。パベキューで焼くだけでもおいしいですが、衣をつけて揚げるのもイチオシ!フライにはヨーグルトソースをかけるのがムラーズファーム流。ヨーグルトに塩と蜂蜜、おろしニンニク、刻みハーブ、レモン汁を混ぜたソースで、ギリシャ料理風のご馳走になります♪ニンニクと一緒にオリーブオイルで軽く炒めてから生野菜にトッピングするのもオススメです😊花もフライにして食べられますよ!ぜひお試しください♥



ズッキーニのフライ・ヨーグルトソースがけ(手前)と、炒めズッキーニのサラダ



楽しみがいっぱい!

直売所にてかけよう



皆さんは地元の直売所へよくおでかけしますか？新鮮な農畜産物、地元の旬を感じられる、珍しい野菜と出会う…などなど魅力がいっぱいですよね😊今回は、直売所を楽しむポイントとともに県内の直売所を紹介していきます！

「花と野菜の産直市場」JAしまね斐川グリーンセンター

出雲市斐川町にある斐川グリーンセンターは、季節ごとの新鮮な野菜や花が豊富でお客さんに喜んでいただいている地域密着型のお店です。これからの時期は、出西生姜や枝豆、タマネギなど地域の特色ある農産物や、定番のトマト、キュウリなどの夏野菜が早朝からぞくぞくと持ち込まれます。お盆に向けて菊やストックなど切り花も充実していきます！



地元産の新鮮な野菜や花を豊富に取り揃えているお店ですので、たくさんのご来店をお待ちしています！

朝一で持ち込まれた旬の野菜詰め合わせ「くにびきっ」の発送も承っています😊



JAグリーンつだ

「JAグリーンつだ」は、新鮮な野菜はもちろん切り花の品揃えも充実のJA直売所。その場で精米する「今ずり」のお米も販売しており、毎週日曜日は5キロ以上を購入するとたまごをプレゼントする人気の企画も…！これからの季節は夏野菜の出荷が本番を迎え、8月にはお盆に向け売り場を広げて花の即売が行われます😊



道の駅あらエッサ「なかうみ菜彩館」

安来市の道の駅あらエッサ内の「なかうみ菜彩館」は、県外や市外からの来店客が「安来」と「四季」を感じることができるJA直売所。出荷される農産物はもちろん、店内の装飾や季節の行事に合わせたイベントなどで来る人を楽しませています。これからの季節は、トウモロコシを始めとした夏野菜やブドウ、メロン、二十世紀梨が棚に並びます😊



安来を感じられる直売所にぜひ足を運んでいただき、四季をご堪能ください！

Aコープ直売コーナー

JAしまね島根おおち地区本部管内のAコープ3店舗（いわみ店・おおち店・かわもと店）に設置している直売コーナー。シャインマスカットや夏野菜、白ナスなどの西洋野菜まで旬の農産物が勢ぞろい。出荷される野菜のファンで遠方の家族に送るために訪れる方もいる人気のコーナーです。生産者オススメの調理法も紹介されているので要チェックですよ◎



手頃な価格で新鮮でおいしい野菜を常に提供しています。ぜひお越しください！

たんびにきて家

道の駅「さくらの里きすき」併設の「たんびにきて家」は、雲南地域（1市2町）から農畜産物や加工品が集まります。同地域は平たん地から高冷地まで有するため出荷物の種類がとにかく豊富。名物の焼き鯖寿司や、夏場にはプラムや桃、ブドウなどが出荷され、新鮮な果物を求めて来店されるお客さんと賑わいます！



多くの方が出荷されているので、たくさんのお客さんと珍しいものと出会う直売所です😊

地元の直売所を利用＝「国消国産」「地産地消」につながる！

「国消国産」とは、JAグループが提唱している「**国**」民が必要とし「**消**」費する食料はできるだけその「**国**」で生「**産**」するという考え方のこと。これを身近なところで考えると「地産地消」になります。できるだけ国産、地元産のものを手に取り、食べることが生産者の皆さんや日本の農業を応援することにつながります！



©よい食P こくしょうこくさん

直売所を楽しむ! 4つのポイント

JAグリーンおおだ

JAグリーンおおだ「産直市」は、288人の会員が四季折々の野菜や加工品、生花、苗物などを出荷しています。毎週月・水曜日には地元女性グループによる特産品「箱寿司」やお惣菜、地元蒲鉾店とJAがコラボした地元産アスパラガスを使ったカレー風味の天ぷらも販売しています。これからはキュウリ・トマトなどの夏野菜で棚が埋まります!



笑顔いっぱい皆さまのご来店を心よりお待ちしております! ぜひお立ち寄りください!

1 地元の採れたて 新鮮な農産物が手に入る

「採れたてのおいしさを届けたい」そんな農家さんの気持ちが詰まっています。季節によって出荷される商品が変わるので、旬の味が楽しめます!

2 農家さんの顔が見える農産物

商品に農家さんの名前が付いているのは、商品の安全に自信をもっている証。お店で農家さんと出会ったら、商品の選び方や食べ方などを聞いてみるチャンス!

3 量販店では味わえない「選ぶ楽しさ」

直売所には同じ野菜でも形や色、味が違う多くの種類が並びます。これは農家さんが、少しでも他の人と違った作物を作り、消費者の皆さんのニーズに合うように工夫しているから。

4 直売所ではしか買えない「加工品」も大きな魅力

農家さん手作りのジャムや漬物、みそ、お餅など素材の味を生かした商品はどれもおいしさ満点です!

ラピタ農産物直売コーナー

JAしまね出雲地区本部が運営する生活購買店舗「ラピタ」8店舗の農産物直売コーナーでは、「安全・安心・新鮮」をモットーに地元農産物や加工品を販売しています。売り場に残ったものは翌日引き取るなど保管ルールを徹底しており、売り場には常に新鮮な農産物が並びます。夏場はナス、キュウリ、トマトなどの夏野菜が売れ筋商品です!



安全・安心を基本に消費者ニーズに応えていきます!

隠岐地区本部

JAしまね隠岐地区本部では、リースハウス事業でハウスを増設した島内生産者が栽培したキュウリやトマトを拠点となる同地区本部に集荷し、隠岐どうぜん地区本部管内のグリーンストアや直売所などへ納品しています。また、隠岐農産物生産者協議会野菜部会員が栽培したキャベツやジャガイモ、ネギ、ホウレンソウ、タマネギなど主要野菜を学校給食用の食材として給食センターへ納め、子どもたちに地場産野菜を食べてもらおうなどの地産地消に積極的に取り組んでいます。



隠岐育ち

JAで集荷すると出荷担当が検品した後、「隠岐育ちシール」を貼って出荷します。このシールがJAで検品した隠岐産の証!

グリーンストア

JAしまね隠岐どうぜん地区本部管内には直売所が併設されたグリーンストアが3店舗(西ノ島町・知夫村・海士町)あります。季節の旬の農産物はもちろん、シーズンには海産物やお寿司なども並びます。これからの季節は、毎年お客さんから好評をいただいている各種ブドウや桃、梨などが並ぶ予定です!



地元農家の皆さんが作った野菜や果物が並びますので楽しみにしてください!

愛菜果市「旬」

益田市内のAコープ2店舗にある愛菜果市「旬」は、葉物野菜や根菜類、果物、さらには加工品も多種多様で、時期にあった旬のものを提供することを基本としています。小菊を中心に四季折々の切り花がたくさん並ぶのも強み。梅雨が明けるとナス、トマトなどの夏野菜が所狭しと売り場に並び、柏餅や梅漬け、らっきょう漬けも出荷されます!



安全安心な新鮮野菜の提供を基本に、誠実で適正な価格表示を心がけて出荷いただいています。お客さまにも好評です!

きんさい市場 黒川店

季節の山の幸などは産直ならではですよ! 収穫したての新鮮な野菜や果物が並びます。近年は切り花も豊富でお花を楽しむ方も増えています。夏の時期は枝豆やミョウガ、スイートコーン、スイカ、トマトが、果物ではブドウや梨、柑橘類が人気です。きんさい市場では、とにかく元気なスタッフが皆様をお待ちしています!



おっ!この時期かあって感じたりして、季節のものをその時期に食べてほしいです。時々行うぶちイベントにもぜひお越しください!

お知らせ：次回8月号は総代会特集!

6月25日(日)に開催した第9回通常総代会の様子は、8月号の特集面にてご紹介いたします。

本来であれば7月号にて皆さまにお繋ぎするべきところですが、作成スケジュールの都合上、8月号への掲載とさせていただきます。

なお、総代会情報は、先行して当JAのホームページに掲載していますので、ぜひご覧ください。





現場の声を
聞きたい

組合長が行く！



今月の
訪問先

JAしまねやすぎ地区本部管内

- 田口好美さん・一成さん ● 安来地域バイオマスリサイクルセンター
- 農事組合法人ファーム宇賀荘 ● 石橋農園
- 砂流牧場 ● しふおんながた

今回は、田口好美さん・一成さん、安来地域バイオマスリサイクルセンター、農事組合法人ファーム宇賀荘、石橋農園、砂流牧場、しふおんながた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。

田口好美さんと一成さんは、水稻や和牛繁殖を家族3人で経営。昨年は全共鹿児島大会に県代表牛を出品するなど県内の和牛生産を牽引しています。牛舎を新設し増頭していることや自給飼料についてなど意見を交わし、一成さんは「市場へ出荷する際に、複数頭につき1人で対応できるように出荷体制を作ってほしい」と要望されました。有限会社サンコープ雲南が運営する安来地域バイオマスリサイクルセンターは、家畜ふん尿と下水汚泥を堆肥化する処理施設。酪農家10戸と島根県東部浄化センターが利用し、年間で家畜ふん尿を約3,500トン、下水汚泥を約3,000トン処理しています。堆肥は管内の営農組合や個人農家へ販売されており、資源循環型農業の一翼を担っています。

農事組合法人ファーム宇賀荘は、水稻とエコ大豆を栽培し、環境にやさしい農業に取り組みられています。中でも、どじょうを放流した水田で化学肥料・農薬を使わず育てたブランド米「どじょう米」の取り組みでは、昨年3月に有機JAS認証に対応した乾燥調製施設を竣工し、同年8月には有機JAS認証を取得。同法人の岡田一夫代表理事組合長らは「玄米の保

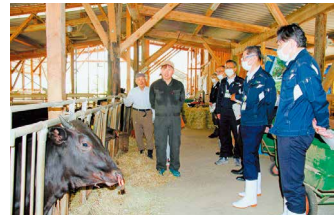
管が難しいため、有機JAS認証に対応した保管倉庫ができる」と助かる」など要望されました。石橋農園の石橋賢一郎代表は、ハウス7棟で「紅ほっぺ」を中心に4品種を栽培し、うち1棟のハウスでは新たに高設栽培にも挑戦されています。就農した経緯や自分に合った苗を作るため育苗を行っていることなどを伺いました。石橋さんは「苗の特性や温度管理、定植時期をずらして常にイチゴがとれる状態を目指している」と目標を話しました。砂流牧場は、約100頭の乳牛を飼育。地域の田んぼや河川敷を整備し牧草を栽培する他、教育の一環で子どもたちを受け入れるなど幅広く活動されています。同牧場の砂流啓二さんと裕美子さんは、依然として続く畜産業界の厳しい状況や燃料費・電気代の値上がりの影響、高齢化による獣医師不足など今後の酪農業界について活発に意見を交わしました。



乾燥調製施設について説明を受ける石川組合長ら



バイオマスリサイクルセンターの発酵棟を視察する石川組合長ら



牛舎を案内する好美さん(左)と一成さん(左から2番目)

しふおんながたは、永田瞳さんと健志さん夫婦が経営。米粉のパンとシフォンケーキを製造・販売しています。管内の米農家とやすぎ地区本部との三者契約で米粉を納入し、健志さん自らも米粉の原料の「きぬむすめ」を生産しています。JAしまねが米粉事業に取り組みんでいることを伝えた石川組合長は米粉のサンプルを手渡し「使った感想をぜひ教えてほしい」と話しました。



永田さん夫婦にサンプルの米粉について説明する石川組合長(右)



裕美子さん(前列左から2番目)と啓二さん(前列左から3番目)と活発な意見交換を行いました



石橋代表(左から3番目)と石川組合長(左から2番目)ら

組合長から一言



今回は、和牛繁殖農家の田口好美さん・一成さん、有機JAS認証に対応して米の乾燥調製施設を導入された農事組合法人ファーム宇賀荘、イチゴ栽培農家の石橋賢一郎さん、家族で酪農経営をされている砂流牧場、地元産の米を使って米粉パンを製造されているしふおんながたと意見交換をさせていただきました。その他、安来地域バイオマスリサイクルセンターを訪問し、家畜ふん尿や下水汚泥を原料とする堆肥の製造施設を見学させていただきました。今後、ペレット堆肥の製造についても本格的に取り組むとのことであり、有機農業を進める上で大いに期待したい。



📺 巡回の様子を収めた動画はコチラ

組合長より一言
育児放棄
されし子牛や
今年竹



topics 1

島根ぶどう主力品種「デラウェア」を福岡県でPR



JAしまねと島根県は6月10日、主要な販売先の一つである福岡県で島根ぶどうの主力品種「デラウェア」の出荷ピークに併せ、トップセールスを行いました。同JAの石川寿樹組合長や丸山達也知事ら関係者約20人が同市内の青果市場と量販店を訪れ、「デラウェア」を始めとした県産品をPRしました。

福岡市中央卸売市場青果市場では、石川組合長が市場関係者に日頃からの取引に感謝を伝えながら「農産物の生産は厳しい状況にあるが、若手生産者も頑張っているため今後も県産『デラウェア』の販売をお願いしたい」と販売促進への協力を求めました。また、セリ前には「デラウェア」と「アムスメロン」の試食も行い、市場関係者らに旬の味覚を味わってもらいました。

量販店のサンリブ木の葉モール橋本では、「デラウェア」をメインに、タマネギやシイタケ、アスパラガス、ブロッコリーなどを販売。「デラウェア」の試食をすすめながら来店者へ魅力を伝えました。試食した来店者は「甘くて食べやすい」と感想を話しました。



サンリブ木の葉モール橋本で旬の「デラウェア」をPRする石川組合長（右）と丸山知事（左）

topics 2

積極的なJA運営参画へ JAしまね女性総代研修会を開催



JAしまねは5月31日、出雲市のラピタウェディングパレスで女性総代を対象とした研修会を4年ぶりに開きました。9地区本部から女性総代54人と役員ら参加し、JA運営参画への意識を高めました。

研修会では、同JAの日高光弘専務がJA運営への女性参画について情勢報告をした後、中国四国農政局経営支援課の堀越英樹課長が「女性参画が求められる背景と今後の展望」と題して講演。全員が参加できる・生きやすい社会に向け、新しいルール作りが求められていることなどを伝えました。また、同農政局島根県拠点の新田勇総括農政推進官が「しまね農業女子」の取り組みについて紹介しました。

後半は、11グループに分かれグループ討議や意見交換を実施。テーマごとに話し合い「JA運営に女性参画を進めるにも、今回のような研修会へ積極的に参加し情報を得ることが重要」「会議などに女性が参加しても大した意見が出ないのではないかと感じられることがある」など意識改革が課題となる意見が出ました。

同JAの石川寿樹組合長は「女性の声によりJAに届きやすい環境づくりを進め、JAの事業運営に女性参画が当たり前となる組織とするために現状や課題を考え、今後の事業運営に活かしていく」と話しました。



講演を真剣に聞く参加者ら

topics 3

「世界牛乳の日」に県内酪農・乳業代表者らが知事を訪問



島根県内の酪農関係団体でつくる島根県牛乳消費拡大運動実行委員会は6月1日、「世界牛乳の日」に合わせて丸山達也知事を訪れ、県産牛乳・乳製品の消費拡大や生産コストの高止まりなどで厳しい酪農業界への支援を求める要望書を提出しました。

同委員会メンバーで島根県酪農協議会の西谷悟郎会長は「酪農の実態を伝え、酪農の生産基盤維持と後継者が就農できるような環境を国として作ってもらえるよう要請をお願いしたい」と訴えました。丸山知事は「県としてもできる限りの対策を講じていきたい」と応えました。

この日は消費拡大のPRとして、丸山知事に試飲してもらおうと県産牛乳を用意。丸山知事は牛乳を一気に飲み干すと、県産牛乳・乳製品の消費拡大を県民に呼びかけました。



丸山知事（中央）らとともに消費拡大をPRしました

topics 4

島根たまねぎ出荷始まる!



JAしまねは5月24日、出雲市斐川町のJAしまね広域玉葱調製保管施設で「島根たまねぎ」の出荷を始めました。初日は約10トンの「七宝早生7号」を選果。今年産の同施設の出荷量は2,095トン計画し、9月中旬頃まで1日約20トンの出荷が続く予定です。

タマネギの県産地化を目指す同JAは、主産地の斐川町に県内全域のタマネギ調製保管拠点として施設を建設し、昨年度から稼働を始めました。根と茎を処理するタッピングマシンや1日35トンの処理が可能な選別機、乾燥と低温貯蔵ができる保管庫を備え、生産者の作業負担の軽減にもつなげていきます。

今年産は、十分な日照時間と適度な降水量で仕上がりが上々で、収量にも期待がかかります。同JAの担当者は「高品質な『島根たまねぎ』を消費者に届けたい」と話しました。



島根たまねぎの選果を行う選果スタッフら



想いをひとつに✿ しまねの女性部!

JAしまね女性部フレッシュミズ部会

JA女性組織3ヵ年計画
「JA女性 想いをひとつに かなえよう」
の実践2年目です。

つなごろうみ まもろうみ かかわろうみ
の3つの具体的目標を掲げ活動します。



住田奈々部会長
(石見銀山)



及川聡美副部会長
(やすぎ)



中島久美子副部会長
(雲南)



池田琴恵委員
(くにびき)



永瀬美和委員
(出雲)

私たちJAしまね女性部フレッシュミズ部会は、概ね50歳までの女性部員で組織されており、「仲間の輪を広げ、活動内容の更なるステップアップを目指そう!」をキーワードに、楽しく活動しています。
令和4年度は新型コロナウイルスの影響で思うように活動ができませんでしたが、令和5年度は役員改選を行い、新メンバーで楽しいイベントをたくさん企画し、部会員同士の交流を深めることから始めていきます。
7月末には、『ちゃぐりん』を活用した親子参加型イベントを開催し、食への関心を高めるきっかけ作りをお手伝いします。
今年度、一段とパワーアップしたフレッシュミズ部会は、新役員を筆頭に仲良く・元気に活動していきます。



一所懸命青年連盟

JAしまね石見銀山青年連盟

JA YOUTH

はやし だいすけ
林 大輔さん



地産地消に取り組み、
農業を通じて、
地域に貢献して
いきたい

JAしまね石見銀山青年連盟(以下、農青連)に加入している林大輔さん(38)は、大田市長久町で約600アールの耕作面積で、水稲と飼料用稲(WCS)、大豆の栽培を兼業で行っています。
非農家の生まれで農作業の経験はこれまでありませんでしたが、高齢化などに伴い離農する農家が増える中、農業をビジネスチャンスととらえて就農しました。
1年目は同町の生産者のもとで指導を受け、2年目からは同生産者の農地などを継承し今年で3年目になります。
「目標は20ヘクタールまで面積を拡大し、雇用の創造をすること」と話す林さん。そのためにもまずは10ヘクタールを一人で作業できるようにしなければと日々奮闘中です。
農業の魅力について「一生懸命作ったものを美味しいと喜んでもらえることが何よりも嬉しい」と語りました。
他にも地元保育園を対象に田植え体験や収穫体験、きたお米を提供するなど食農教育活動にも積極的に取り組んでいます。最後に「農業のイメージを変えたい」とその想いを語ってくれました。

令和6年版

J Aしまねカレンダー用 絵手紙募集!

イメージ



J Aしまね令和6年版カレンダーに使用する絵手紙(テーマは「農業・農畜産物・花卉」)を募集します。
作品採用者には農協全国商品券5,000円を贈呈

詳細は J Aしまねの
HPをご覧ください。



- 応募資格 / 島根県内在住者
- 募集期間 / 令和5年9月13日(水)必着
- 応募方法

9/13(水)必着

絵手紙作品テーマ

島根県内で生産されている農畜産物や農業に関わる絵手紙であれば、種類を問いません。

- ① 農業 (稲刈り、芋掘り、田園風景…など)
- ② 農畜産物・花卉 (しまね和牛、デラウェア、トルコギキョウ…など)

- ・ 応募サイズは、郵便ハガキ (100×148mm)
- ・ 1人5点、コピー不可
- ・ 応募作品の返却はいたしません
- ・ 応募の際は、自作絵手紙の表面に ①住所 ②氏名(ふりがな) ③電話番号をご記載の上、応募先までお送りください。

■ 応募・お問合せ先

〒690-0887 松江市殿町19-1 J Aしまね ふれあい福祉課 令和6年カレンダー係
電話：0852-67-7704 FAX：0852-67-7708

<注意事項>

【応募に関する事項】

- (1) 費用の扱い
デザイン画の作成及び応募にかかる費用はすべて応募者の負担とし、応募作品は返却しません。
- (2) 失格となる場合
提出書類に虚偽の記載をした場合 ・ 募集要領の条件を満たしていない場合
- (3) 個人情報の取り扱い
応募者の個人情報は、応募作品の選考、採用通知、採用作品の発表、賞品の授与のために使用します。採用された作品の作者氏名、住所の市町村名などについて公表します。
- (4) その他
応募作品の不達等、送付中の事故については、一切の責任を負いかねます。

【著作権等の帰属に関する事項】

- (1) 応募作品は、第三者が著作権等を利用していないものに限りします。
- (2) 応募作品は、応募者が商標登録出願又は意匠登録出願を行っていないものに限りします。
また、応募者は、応募後においても、応募作品についての商標登録出願又は意匠登録出願を行わないものとします。
- (3) 採用作品に関する意匠登録を受ける権利及び著作権(著作権法第27条及び第28条に規定される権利を含む)は、全てJ Aしまねに帰属します。また、採用作品に関する上記権利の譲渡対価は賞金をもって充てるとします。
- (4) 採用作品の著作人格権は行使できないものとします。
- (5) 採用作品は、J Aしまねがデザインの一部を修正・変更する場合があります。
- (6) 採用作品は、採用決定以後、J AしまねのカレンダーやHP、SNS等において自由に使用できるものとします。
- (7) 応募作品について第三者から権利侵害等の警告又は訴えがあった場合、その作品を応募した応募者は、その解決に全面的に協力するものとします。

組合員からの情報提供窓口について

当組合の監事は、経営の健全な発展に資するため、農協法(法第35条の5)および農協法施行規則(第81条)に基づき、理事の職務の適正な遂行を阻害する行為に関する情報(組合経営に関する事象に限る)の提供を受付けています。

当組合理事の組合経営に関する気になる行為について、封書またはEメールにて下記宛に連絡くださいますようお願いいたします。

島根県農業協同組合 監事会

連絡先：住 所 〒690-0887 松江市殿町19番地1
Eメールアドレス kanji.hon@ja-shimane.gr.jp
部 署 名 監査部
受 付 監 事 常勤監事

* 当組合の業務に関する一般的な苦情については、担当部署または支店で受付けていますのでご利用ください。
* ご厚意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する内容のものは受付いたしかねますので、予めご了承ください。

理事会情報 (5月30日開催)

【協議事項】

- ① 露地野菜の県央育苗拠点の整備について
- ② 令和5年度補助事業の実施について
- ③ 令和4年産島根米買取価格の設定について
- ④ 出雲地区本部葬祭利用料金変更に伴う葬祭会館及び葬祭具利用管理規定の改定について
- ⑤ 信用事業方法書(為替取引)の一部改正について
- ⑥ 令和5年7月18日付け隠岐どうぜん地区本部の機構改革の実施について
- ⑦ 令和5年度業績還元の取扱いについて
- ⑧ 令和4年度決算の承認について
- ⑨ 第9回通常総代会への附議議案について
- ⑩ 本店子会社等への役員の派遣及び推薦について
- ⑪ 大口貸出について
- ⑫ 定款及び定款附属書総代選挙規定の一部変更について
- ⑬ 通常総代会にかかる「総代会参考書類」および「議決権行使書」の取り扱いについて
- ⑭ 第9回通常総代会における功労者表彰について
- ⑮ 「西ノ島町特定地域づくり事業協同組合」への加入について
- ⑯ 自己改革工程表の策定について
- ⑰ 食料安全保障の強化に向けた食料・農業・農村基本政策の確立に関する特別決議について
- ⑱ 「従たる事務所」の変更登記について
- ⑲ 常勤理事の他の団体理事等への就任について
- ⑳ 役員報酬総額等の設定について
- ㉑ 島根県常例検査書(斐川地区本部)の回答について



えいのう情報

2023年

7月号



JAしまね雲南地区本部営農だより



水稻編

1. 出穂期から登熟期の水管理

① 穂揃い期後も「飽水管理」を継続しましょう。

米粒は、「長さ→幅→厚み」の順に出穂後25日～30日の発育期間が必要です。早期の完全落水は健全な米粒の発育に影響を与え、粒張の不十分な米となります。遅くまで通水ができる水管理を行いましょう。

② 完全落水は、刈取りの約7日から10日前としましょう。

早期の完全落水は、白未熟粒（乳白粒、心白粒、基部未熟粒等）、胴割粒の発生を助長します。

POINT

ほうすい かんり 飽水管理とは…

自然減水と入水を繰り返し行う水管理です。常に湛水状態ではなく田面の足跡に水が残っている箇所が見られたら入水します。特に田面を乾かさないことが重要です。詳しくは、JAしまねびより5月号の「えいのう情報」に掲載しています。

2. カメムシ防除

カメムシの発生状況は、年々多くなっています。カメムシ被害を防止するためにも、しっかりと防除を行いましょう。

草刈り作業

畦畔等の草刈りは、遅くとも出穂期の10日前までに行いましょう。出穂期から乳熟期の間は行わず、圃場へのカメムシ侵入を防ぎましょう。

薬剤防除

薬剤による防除は、出穂前から出穂期に1回と出穂10日後頃の穂揃期の計2回行いましょう。その後は、発生に応じて追加の散布を行いましょう。（令和5年産稲作暦 P59～61参照）

下の写真は、毎年よく見るカメムシです。種類によって発生の時期が違いますので、必ず薬剤により防除を行いましょう。

【アカスジカスミカメ】



【成虫の体長】4.6～6mm
【主な加害時期】
出穂期～出穂2週間後

【クモヘリカメムシ】



【成虫の体長】15～17mm
【主な加害時期】
出穂1週間後～出穂3週間後

【ホソハリカメムシ】



【成虫の体長】8.5～11mm
【主な加害時期】
出穂1週間後～出穂3週間後

【トゲシラホシカメムシ】



【成虫の体長】5～7mm
【主な加害時期】
出穂2週間後～収穫期



このところよく見られるカメムシは「ホソハリカメムシ」や「クモヘリカメムシ」です。カメムシ被害に遭うと、左の写真のような斑点米となり、等級の格下げから所得の減少に繋がります。このような斑点米を防ぐためにも、畦畔の草刈り、薬剤による防除がとても重要です。必ず行いましょう。



7月のあなたの運勢【牡牛座 4/20～5/20】

【全体運】スケジュールは詰め込み過ぎず余裕を持って。会話を楽しむゆとりが
いい流れを運んでくれます。外出にツキ
【健康運】慌ててけがなどしないように。安全第一で【幸運の食べ物】ミョウガタケ



7月のあなたの運勢【牡羊座 3/21～4/19】

【全体運】コミュニケーション運が活発化。人との交流にツキがあります。新しい
習い事を始めるのもお勧め。金運も良好
【健康運】体力アップの好機。ハードなトレーニングもOK【幸運の食べ物】オクラ

POINT

栽培管理のポイント【草勢判断】

トマト

① 草勢判断 3つのポイント

(1) 成長点から10センチ下の太さを確認してみましょう。

正常な莖の太さは、1～1.2cmです。草勢が強い場合（肥料過多）は莖が太く、生長点付近の葉と葉の間隔（節間）が短くギュッと詰まり、草勢が弱い場合（肥料不足）は、莖が細く葉を支える軸（葉柄）が細く、節間が伸びた状態になります。

(図1)
正常な状態

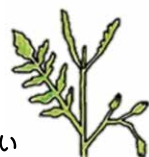
(2) 成長点付近の葉の巻き具合を確認してみましょう。

正常な葉は、お皿を伏せた程度の巻き具合（図1）が良いとされており、草勢が強い場合は葉が内側にきつく巻き（図2）、草勢が弱い場合は、葉が巻かずバンザイ（図3）をしているように上に向かってY字に立っている状態です。

(図2)
草勢が強い

(3) 葉の色を確認してみましょう。

正常な葉色は下葉が濃ゆく、成長点に向け淡くグラデーションになっています。生長点まで葉色が濃ゆいと草勢が強く、全体的に葉色が薄いと草勢が弱い状態です。

(図3)
草勢が弱い

② 追肥のポイント

追肥のタイミングは3、5、7段目の花が咲いた頃を基準とし速効性の肥料を株あたり10g程度施用（1回当たり）します。また、草勢が強ければ追肥は見送り、弱ければ4、6段目の開花時にも少量の追肥を行うなど、草勢に合った管理を心掛けてください。

きゅうり

① 草勢判断 2つのポイント

(1) 葉の状態を確認しましょう。

正常な葉の縁には切れ込み（ギザギザ）が入ります（図4）が、草勢が強い場合は切れ込みが少なく全体的に丸みを帯びた（図5）大きな葉になり、草勢が弱い場合は葉が小さく葉色が薄くなります。

(図4)



正常

(図5)



強い

(2) 雌花と巻きひげの状態を確認しましょう。

正常な状態では、巻きひげは太く張りがあり、雌花は斜め上を向いて開花します（図6）。草勢が強い場合は、雌花が異常に大きくなり果実の品質低下を招きます。また、肥料不足の場合、果実が太る前に黄色くなり落果するものや果実の先が細く曲るものが増えます。

(図6)



② 追肥のポイント

定植（植え付け）2週間後から開始し、速効性の肥料を株あたり15g程度施用（1回当たり）し、その後は草勢を確認しながら2～3週間おきを目安に行いましょう。



病害虫情報

【初夏から発生しやすい病害虫】

① うどんこ病

下の葉から発生し、表面にうどん粉をまぶしたように白いカビが生えます。夏季、高温乾燥時に蔓延多発する傾向があります。

【発症多い野菜】

胡瓜、南瓜



② 葉かび病

下の葉から発生し、葉の表面に淡黄色の小斑点を生じ、葉裏には灰色ないし緑褐色のカビが密生します。高温多湿条件で多発します。

【発症多い野菜】

トマト、ミニトマト



③ タバコガ

蛾の仲間で幼虫が果実に2ミリ～1センチの穴を開けて潜り込み内部を食害します。7月下旬～10月に多く発生します。

【発症多い野菜】

トマト、ピーマン、ナス



④ アブラムシ類

成虫、幼虫が食害します。葉や莖や果実の汁を吸い株が弱まります。春～秋にかけて発生し、繁殖が非常に早く、1～2週間で激発します。

【発症多い野菜】

野菜全般



えいのう情報

内容についての
お問い合わせ先

JALしなね雲南地区本部
営農部 営農指導課

TEL.0854-42-9115

ご意見募集中!

取り上げてほしい品目等あれば、クロスワードパズル応募のご意見に記入、または上記までご連絡ください。

7月のあなたの運勢【蟹座 6/22～7/22】

【全体運】追い風に恵まれます。時間をかけて準備をすれば成功率はさらにアップ。ニュースは小まめにチェックしましょう

【健康運】つい食べ過ぎてしまいがち。食事はバランス良く【幸運の食べ物】シソ

7月のあなたの運勢【双子座 5/21～6/21】

【全体運】好情報をキャッチでき状況は好転へ。好奇心のアンテナを高く掲げておきましょう。習い事にもツキがあります

【健康運】運動は仲間と一緒に。楽しみながら長続きできます【幸運の食べ物】ソラマメ



ふれあいニュース
雲南管内の
旬な情報をお届け！



FUREAI NEWS
01

肉用子牛共進会 27頭仕上り競う

奥出雲町と奥出雲町和牛改良組合、雲南地区本部は6月13日、奥出雲町亀高の仁多中央家畜集合所で令和5年度第1回肉用子牛共進会を開き、奥出雲町農業公社繁殖育成センター出品の「あさひ」が最高位の特選賞首席に輝き

ました。共進会には11支部125頭の中から選び抜かれた27頭が出場。発育や体積など6項目で評価をし、ブランド牛「奥出雲和牛」の能力向上に向け、日頃の改良成果を競い合いました。



▲特選賞首席に輝いた「あさひ」

特選賞

順位	名号	出品者
首席	あさひ	奥出雲町農業公社繁殖育成センター
2席	ふくふじ	藤田 忠
3席	ふくえい1	原田 敦子
4席	ひので	金倉 弘美
5席	しげはるざくら6	藤原 武則
6席	のりひさ	和泉 芳邦
7席	ふくのまい	佐藤 安則
8席	やどゆりみつ	佐藤 治巳

(敬称略)

雲南地区本部は6月17日、雲南市三刀屋町の三刀屋文化体育館アスパルの正面玄関前特設会場で農業機械展示会とミニアグリミーティングを同時開催しました。会場では大型機械や中小農機など約120点を展示。特設ブースを設置してメーカーによる土壌診断や用途に合った除草剤の紹介、予約販売、夏場の農作業に最適な空調服

の展示や販売、TACによる営農相談などを行いました。来場者は大型機械に乗り込んだり、実際に商品を手にとったりして使用感を確認しながらJA職員やメーカー担当者のお話を興味深く聞き、商品を吟味しました。4月に発売したばかりのラジコンモアの実演会も行いました。暑い中、約200人の方にご来場いただき、ありがとうございました。



▲ラジコンモアの実演会に興味深く見守る参加者

FUREAI NEWS
03

農業機械展示会賑わう ミニアグリミーティング同時開催



▲参加者の前で実演を行うメーカー担当者

JAしまねは農林水産省が策定した「みどりの食料システム戦略」に関する取り組みを重点戦略に位置付け、有機農業の推進に取り組んでいきます。雲南地区本部では6月7日、三刀屋町で水稲の有機栽培に取り組む「なべやまらいす株式会社」の圃場で田植え機に取り付けるアタッチメント式の除草機「楽とーる」の実演会を開きました。

会場では株式会社クボタの乾忠則課長が「楽とーる」を中古田植機に装着することでコストを抑えられること、株間と条間の両方を同時に除草し10アールあたり約30分で作業ができることなど長所や機能を説明した後、実演が行われました。参加者は除草後の草や稲の状態を興味深く見ていました。乾課長は「中古田植機のアップサイクルによるSDGsへの貢献と、何より生産者の除草課題解決、有機栽培の生産性向上に繋がってほしい」と意気込みました。

※再利用により、以前より付加価値の高い商品を作り出すこと



7月のあなたの運勢【乙女座 8/23~9/22】

【全体運】なんとなく過ごしているとトラブルに巻き込まれる恐れが。予定はしっかり確認、詐欺対策などの情報もチェック
【健康運】リラックスタイムを確保。足のつば押しも◎【幸運の食べ物】カレイ



7月のあなたの運勢【獅子座 7/23~8/22】

【全体運】少し融通を利かせると驚くほどスムーズに物事が進展。周囲の話に耳を傾けて。同じ目的なら協力するのが大正解
【健康運】歯科検診など口腔ケアに力を入れて【幸運の食べ物】サクランボ

FUREAI NEWS
04

新入職員が農業実習 農業への理解深める



▲タマネギの選別をする新入職員

雲南地区本部の新入職員4人は6月7、8日の2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。

同法人の錦織満代表や従業員とともにタマネギの収穫、育苗箱の洗浄、電気柵の設置などを体験し、交流を深めながら地域を支える農業への理解を深めました。

錦織代表は「組合員、農家の助けになるような人材になってほしい」と期待を込めました。

新入職員の若月一生職員は、「農家の方の視点に立って仕事ができ、大変さがよくわかった。JA職員として良い経験になったので今後、少しでも農家の方の力になりたいと思つた」と意欲を見せました。

FUREAI NEWS
05

良質酒米目指して振興大会 生産者意識高める

雲南地区本部管内の酒米生産者らが組織する、雲南稲作推進協議会酒米生産部会は6月18日、松江市のホテル玉泉で第12回雲南酒米生産者振興大会を開き、生産者や行政、JA関係者ら約100人が参加しました。

管内は県内の酒米生産量の約8割を占める地域です。大会は生産者らが一致団結し、県内随一の生産面積を誇る酒米

産地として需要に応じた安定的で良質な酒米生産を目指すことを目的としています。

大会では島根県農業技術センター栽培研究部の田中互科長による講演が行われ、より高品質な酒米に向けての土づくりや水管理、効果的な除草などが説明されました。参加者は興味深く聞き入り、酒米生産への意識をさらに高めました。



▲参加した生産者ら

FUREAI NEWS
06

第61回島根米品評会 受賞者表彰

島根県農業振興協会は6月9日、松江市殿町のサンラポーむらくもで第61回島根米品評会の表彰授与式を行いました。

この品評会は、島根県産米の品質・食味向上をはかり、市場における地位確保につなげるとともに、生産者の産米改良意欲の高揚に資することを目的に毎年開催しています。

令和4年産米について、先に行われた選考の結果、島根米総合の部で奥出雲町の福田敏朗さんが首席の農林水産大臣賞を受賞され、飯南町の平昭夫さんが永年の功績を称えられ産米改良功労者に選ばれました。

●第61回 島根米品評会雲南地区本部管内受賞者

顕彰名	受賞者	品種
◎島根米総合		
農林水産大臣賞	ふくだ としろう 福田 敏朗	コシヒカリ
全国米麦改良協会会長賞	(農)こよりの里	きぬむすめ
全農会長賞	まつうら 松浦 利吉	ヒメノモチ
◎水稲うるち玄米 品種別の部		
島根県知事賞	ふじはら よしはる 藤原 吉晴	コシヒカリ
	(農)清流の里ながたに	きぬむすめ
	(農)あなみ	つや姫
島根県農業振興協会会長賞	わかづき 若月 勝久	コシヒカリ
島根県農業協同組合長賞	(農)木ノ下はたるの郷	きぬむすめ
◎醸造用玄米の部		
日本酒造組合中央会長賞	いしはら よしのり 石原 吉徳	縁の舞
島根県知事賞	さとう 昌利	改良八反流
島根県農業協同組合長賞	まさあき 妹尾 昌明	神の舞
◎水稲もち玄米の部		
全米販理理事長賞	やまね としひろ 山根 俊弘	ヒメノモチ
島根県知事賞	(農)おくゆだに	ココエモチ
島根県農業振興協会会長賞	(農)あなみ	ヒメノモチ

●令和4年度産米改良功労者受賞者【個人の部】

顕彰名	受賞者
島根県農業振興協会会長賞	たいら 平 昭夫 [飯石郡飯南町]

(敬称略)



▲賞状を手にする島根米総合の部受賞者のみなさん

福田さんは「米どころ奥出雲の証明になった。今後も楽しんでやっていきたい」と受賞の喜びを語りました。その他の受賞は左記のとおりです。



7月のあなたの運勢【蠍座 10/24~11/22】
【全体運】やり残しがないか確認しましょう。丁寧な連絡でミス回避。1人で無理せず協力者を探す姿勢も大事です
【健康運】カルシウムをしっかり取って骨の強化を【幸運の食べ物】メロン



7月のあなたの運勢【天秤座 9/23~10/23】
【全体運】遊びに行きましょう。季節の恵みを感じられるプランがお勧め。いつもより遠出を。新作や限定メニューにツキ
【健康運】血行を良くする運動でむくみや肩凝りを予防【幸運の食べ物】葉ショウガ

うんなん 女子カ

掲 示 板



JAL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。

No.2 今月は
雲南吉田支部
☎0854-74-0131
担当：白築

大東支部

～笹巻きづくり～

と き/6月15日(木) ところ/海潮こども園

大東支部の部員で活動している「うしお料理クラブ」は6月15日、海潮こども園で園児4人と笹巻きづくりをしました。同クラブは子どもの健康



笹の巻き方をアドバイス

を願って食される笹巻きをともに作り、健やかに育ててもらおうと10年以上前からこの活動を行っています。

部員らは団子を作り、笹で巻く工程を園児らとともにやり、交流を深めました。当初、園児らは「笹を巻くのが難しい」「大変」とひとつ作るのに苦労していましたが、「慣れてくると楽しい」と賑やかに作業を行い、39個の笹巻きを作りました。

同クラブ代表の富山邑子さんは「近年は笹巻きを作る家庭が少なくなっているため、この体験を機に伝統的な料理を知ってほしい」と話しました。

雲南吉田支部

～2023 立体紙芝居が復活～

雲南吉田支部では、ご来店者へ「おもてなし」の想いを込めて支店の窓ふき、プランターには花の苗を植え、花壇にはミニコスモスの種を蒔きました。また、4年ぶりに実出席による支部総会を



きれいに咲きますように

開催し、すべての議案が承認されました。その後、吉田駐在所の横木巡査部長から特殊詐欺などの防犯についてお話を聞き、DVDの視聴を行いました。今年度はコロナ禍前のようにたくさんの活動を計画しています。立体紙芝居も復活しますのでぜひご覧ください。



立体紙芝居お楽しみに!

雲南女性大学院「華凛」

～お茶の淹れ方講座～

と き/6月20日(火) ところ/雲南地区本部

◎講 師/榎藤原茶問屋

第6期5回目の講座は、大東町の製茶店(榎藤原茶問屋)の藤原馨社長と奥様を講師に迎え、お茶についての講義を開きました。



大東茶の歴史などを学びました

藤原茶問屋さんは日本茶の生産、加工、販売事業を営んでおられ、明治元年に創業して以降、安心・安全な商品を届けたいという想いで営業をされています。若い世代をはじめ、

お茶を淹れる機会が少なくなった現在、パッケージのデザインを変える、新たな商品づくりに取り組むなどチャレンジし、時代に合わせ伝統を繋いでいると教えていただきました。学生はメモをとりながら興味深く受講しました。

その後、お茶の淹れ方を実演で教えていただきました。お茶にはリラックス効果や生活習慣病予防、老化防止など様々な効果があり、飲み手の体調や気分に合わせて相手を想って淹れること、最後の一滴まで注ぎきると二煎目もおいしく飲めることがポイントであることを学びました。学生はお茶を淹れると「普段煎茶を飲むようにしているが、淹れ方でかなり味が違い参考になりました。おいしかったです」と話しました。



丁寧にお茶を淹れていきます



7月のあなたの運勢 [山羊座 12/22～1/19]

【全体運】良好ですがペースダウンの時期なので予定を詰め込み過ぎないように。ゆとりある行動を心がけると好結果に
【健康運】古傷、病後のケアはしっかりと。温泉にツキ 【幸運の食べ物】シロウリ



7月のあなたの運勢 [射手座 11/23～12/21]

【全体運】運勢には活気があります。あなたが頑張ればなんとかなる頼まれ事は引き受けてあげて。今後の礎になるはず
【健康運】外出の機会を増やして。体を動かすほど元気に 【幸運の食べ物】アナゴ

3支店再編案の見直しについて

雲南地区本部では、収支改善・経営基盤強化を目的とした事業改革の一環とした『3支店（雲南吉田・掛合・頓原）再編に係る「ふれあい店※」への移行』について、これまで地域の皆様にご説明し進めてまいりましたが、下記のとおり取り止めとし、組合員の皆様のご理解とご協力を得て収支改善を目標とした事業改革に取り組むことと致します。

組合員の皆様には、これまでの説明や報道等を通じて、ご心配と不安をお掛けしました事に対し、深くお詫び申し上げます。

今後は組合員の皆様へより丁寧な説明に心がけ、事業運営に取り組む所存でございますので、引き続きご協力頂きますようお願い申し上げます。

記

1. 経緯

3支店（雲南吉田・掛合・頓原）の「ふれあい店」化については、該当地区への丁寧な説明、合意形成が不十分であったことから、令和7年2月からの「ふれあい店」化について取り止めることとしました。

なお、このことについては、先般6月25日に開催したJAしまね通常総代会において、令和5年度雲南地区本部事業計画の基本方針に記載し、可決承認されました。

※ ふれあい店：金融窓口業務を行わず、母店への取次業務や共済業務を行う店舗

2. 今後の事業改革等について

収支状況が厳しい3支店においては、業務見直しと事業拡大に向け組合員への理解と利用促進を図るとともに、支店建物の未利用部分の有効活用など地域との協議を行います。また、事業の進捗や収支状況を定期的に報告し、赤字解消を目標とした収支改善策を地域の皆様とともに協議してまいります。

今後は、JAしまね雲南地区本部の厳しい収支見直しを踏まえた中で、運営状況をより丁寧に組合員の皆様にお知らせし、大きな改革については予め提案協議を十分に行ったうえで取り組んでまいります。

そして、雲南地区本部の抱える財務の健全化へ向けて取り組み、もって中山間地域の農業振興・地域の活性化に繋げてまいります。

以上

6月の運営 委員会 だより

6月6日開催

議題

- (1) JAしまね令和4年度事業活動の概況について
- (2) JAしまね令和5年度事業計画について
- (3) 雲南地区本部令和4年度事業及び決算報告について
- (4) 雲南地区本部令和5年度事業計画について
- (5) 米づくり生産組織活動のための拠出金について
- (6) 事業改革（支店再編）について
- (7) 総代定数の見直しについて
- (8) 各事業部からの報告について
- ① 経済部
- ② 統括支店
- (9) その他

主な内容

3支店における支店機能集約、ふれあい店化について、再協議する方向である事を説明した。

7月のあなたの運勢【魚座 2/19～3/20】

【全体運】計画通りに進めようと躍起になるのは逆効果。少しずつ微調整しながら進めましょう。下旬にはうまく整います

【健康運】薬膳など健康にいいメニューを取り入れて 【幸運の食べ物】ラッキョウ

7月のあなたの運勢【水瓶座 1/20～2/18】

【全体運】ハプニングの予感。忙しくなりそうですが大きな成果が期待できます。ピンチはチャンスなので冷静に対応を

【健康運】うっかりのけがに注意。安全確認は丁寧に 【幸運の食べ物】トウモロコシ



第12回 全国和牛能力共進会 第6区
肉牛の部 1位 特別賞「脂肪の質」受賞

人気の **奥出雲和牛カレー**

お店 で食べられる!!

＼ 仁多米 / 奥出雲産の野菜 /



とのコラボ!!

※写真はイメージです

斐乃上荘

島根県仁多郡奥出雲町
竹崎488-1

880円
(税込)

仁多米食堂

(奥出雲町サイクリングターミナル)
島根県仁多郡奥出雲町
三成558番地6

990円
(税込)

ご飯おかわり
無料



お米は仁多米、奥出雲産の野菜がトッピングしており、
お店ではここでしか食べられません。お出かけの際はぜひお立ち寄りください。

ハートフル デイズ
FM山陰 「HEARTFUL DAYS」に
出演しました!!

神戸から1ターンをし、2014年に新規就農をした飯南町「中野あおぞら農園」の中野良介さんと新規就農の際に助力した雲南地区本部営農指導課の福間達也係長が7月10日(月)の放送に出演しました。

同番組は様々な分野で活躍する人をゲストに島根県で暮らす本音を語る番組となっており、中野さんの新規就農の際の話や飯南町での暮らし、仕事の様子などを聞くことができます。

すでに放送は終了していますが、「HEARTFUL DAYS」の公式サイトなどから聞くことができますので、ぜひお聞きください。



▲中野さん(左)と福間係長(右)



収録の様子。
2人とも楽しそうです(笑)▶

FM山陰
HEARTFUL
DAYS

ハートフル デイズ

毎週月曜

18:30~18:55



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。

年金相談会



年金についてのご相談はJAで!

年金相談会のご案内

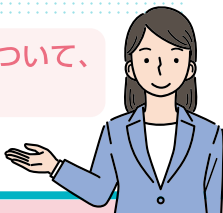
無料

●大東支店

8月23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。
- ◎お問合せは、各支店窓口までお気軽にどうぞ。

今後の大切な年金について、JAと考えませんか?



ねんきんネットはべんり!!

便利 その1 利用登録は、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し込みます(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

ステーキハウス萌美野 TOPICS

● 夏の新メニューのご案内 ●

7/18 火 ~ 8/31 木 限定 ※お盆期間(8/13~8/16)を除く



セット内容

- ◎焼き肉 200g
 - ・ロース
 - ・カルビ
 - ・上バラ
 - ・ミックスホルモン
- ◎焼き野菜
- ◎ごはん
- ◎味噌汁
- ◎サラダ
- ◎漬物

暑~い夏、奥出雲和牛を食べて
元気に乗り切ろう!!

1日限定
10食

● 奥出雲和牛 夏定食

1,800円(税込)

しまねプレミアム飲食券
ご利用いただけます

●●● JAし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

ステーキハウス
萌美野の
SNS情報



●●● 人事異動 ●●●

名前	新部署	旧部署
(7月1日付)		
小林 雅央	営農部畜産課	企画総務部付
川角 ひより	営農部畜産課	企画総務部付
若月 一生	営農部奥出雲営農経済センター	企画総務部付
丸岡 瑞季	雲南さくら支店	企画総務部付
(7月10日付)		
宮崎 宏	企画総務部付	営農部畜産加工課

8月の外勤日 **16水 17木 18金**

※支店によっては変更する場合があります。詳しくはお近くのJA窓口までお問い合わせ下さい。

● 子牛市場成績表

中央“統落”の相場展開

地区名	種別	取引頭数	最高価格	最低価格	平均金額	平均体重	キロ単価	前月価格比
雲南地区本部	雌	50	630,300	85,800	442,376	286	1,549	-23,342
	去	76	789,800	85,800	606,418	312	1,946	24,220
中央市場	雄	1	400,400	400,400	400,400	317	1,263	—
	雌	131	992,200	85,800	445,651	286	1,558	-40,319
	去	180	831,600	22,000	600,325	316	1,897	-17,587

令和5年6月の全国主要子牛市場平均価格は、雌504,424円(前月比96%)、去勢619,401円(前月比96%)、計569,225円(前月比96%)で、統落の取引となっています。

市況 畜産



夏にぴったり

いつもの茶葉をお水でいれる

そんなセットをご用意いたしました

お茶をワイングラスで

水筒を急須にしちゃった



ご自宅におすすめ

〈セット内容〉

- フィルターインボトル×1本
色:グリーン・レッド・ネイビー・
ピンク・イエロー・ブラック・
ブラウン
 - 大東町産やぶきた茶
(新茶)100g×1袋
- ※ボトルの色を選べます

新茶

フィルターインボトルセット

2,800円(税込)

※発送も承ります(発送料は別途)



いつでもどこでも
外出におすすめ

〈セット内容〉

- ティーフリー×1本
色:ピンク・ブラウン・グリーン
 - 大東町産煎茶
(ブレンド茶)180g×2袋
- ※ティーフリーの色を
選べます

大東煎茶

ティーフリーセット

3,000円(税込)

※発送も承ります(発送料は別途)

好評発売中!!

お申込み・お問合せ先

JALまね雲南地区本部 農産加工課

TEL.0854-42-9116

Green Center News
グリーンセンターだより

肥料価格改定のお知らせ

平素は、JAの購買事業をご利用いただき、誠にありがとうございます。

さて、肥料価格につきましては、一昨年夏以来、価格が上昇しておりましたが、この度原料の国際市況が落ち着いてきた事から、**肥料価格を値下げ**いたしました。

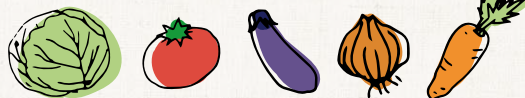
しかしながら、電力や物流費等の国内での製造コストは引き続き上昇している事から、国内産原料を使う**一部肥料は値上がり**する商品がございます。

肥料の店頭販売価格の改定について

肥料を店頭引取にてご購入いただいた場合の価格につきましては、**予約価格**にて販売いたします。(肥料以外の商品の価格及び、肥料の当用配達時の価格はこれまで通り通常価格となります。)

引き続きご利用いただきますよう、お願いいたします。

※肥料価格改定及び店頭販売価格の改定につきましては
令和5年7月5日より実施しております。





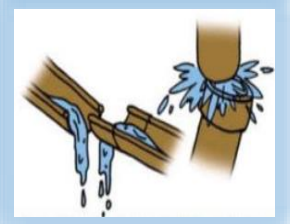
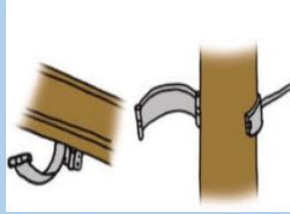
～梅雨に入ってお困りでは？～



住まいの点検しませんか～

まずは、雨どいの点検から！

・お見積
無料



屋根 (トタン・瓦)
外壁・内壁
水廻り・雨漏り
など

- ・放置していると、他の所も傷んでいきます。
- ・補修は、少額のうちに直しましょう！

屋根の補修見積もしてみませんか～！



瓦のご注文承ります！

瓦各種ご相談ください。



お問い合わせ

(有) サンコープ雲南

☎0854-45-3336

雲南市三刀屋町三刀屋1129-5(旧JA三刀屋支店)

フリーダイヤル

0120-420-078

令和5年5月8日をもって、新型コロナの感染症法上の位置づけが季節性インフルエンザなどと同じ「5類」に移行したことを受け、各種ガイドラインが廃止されました。このツアーは次の2点についてご了承いただいた上、ご参加をお願い申し上げます。
 ・ツアー中のマスク着用は、お客様個人の判断に委ねられること
 ・ホテル・食事施設・観光施設などで、検温を求められた場合は、それにに応じていただけること

中四国発着の旅行情報をいち早くお届けします!!
 「Nツアー中国四国」のLINE@をチェック!
 LINEの「友だち追加」から「ID検索」または「QRコード」で登録してください
 @oux8478k

148号

島根版

全行程ベテランガイドがご案内
 10年以上ガイド経験のある

3泊も2~4名様で1部屋二重

出雲空港発着

知床半島・層雲峡 絶景巡りと 美瑛の青い池・小樽運河・札幌時計台 大周遊 4日間

大自然・名湯と
 グルメを満喫!!

標高1370mの
 雄阿寒岳

天に続く道

白樺街道



▲雄阿寒岳と阿寒湖
 (今回のツアーは遊覧船に乗船しません)



▲美瑛:青い池

この付近の湧き水に含まれる鉱物性微粒子に光が当たることによって幻想的な美しい青色を発色しています。



▲美瑛:パッチワークの丘

美瑛町の広大な農地に植えられた農作物がまるでパッチワークのような模様を描き出します。

各地の名物をご用意しています。
 (内容を変更する場合があります)

1日目/夕食 イメージ
 2日目/朝食 イメージ
 3日目/朝食 イメージ
 4日目/朝食 イメージ

ネット10点の豪華海鮮丼!!
 大塚あさり汁付

特製ういかにぼたで弁当 鮭のちゃんちゃん焼き 和風松花堂弁当

旅行代金 大人お1人様、2~4名様1部屋利用、出雲空港起点
 ※この旅行は、2名様以上でお申し込みください。

139,800円 (税込)

旅行出発日 令和5年 ※国内線旅客施設使用料が別途必要になります。
 (北海道コース:2,220円)

10月 11日(水)・15日(日)・18日(水)



■申込金/30,000円(旅行代金に充当します。) ■最少催行人員/各出発日25名様 ■締切日/各出発日の20日前 ■添乗員/千歳空港から同行いたします。 ■食事条件/朝食3回、昼食4回、夕食3回 ■利用航空会社/JAL ■利用バス会社/道南バス、網走観光交通

北海道の中央に位置する旭川市にあるシティホテルです。

3泊目 旭川市内 **アートホテル旭川** 弊社基準 **Aランクホテル**

サウナ・スパ(大浴場)施設のあるホテルです。最上階のビューレストランも好評です!!

明るくカジュアルな客室

ご夕食は、旭川を一望するレストランで、地元新鮮野菜!北海道産の海の幸!山の幸の多彩なメニューをご堪能ください!!!

客室イメージ
 全6洋室になります(バストイレ付)

外観イメージ
 ビューレストランイメージ

※3~4名様1部屋ご希望の場合は、ツインルームに補助ベッドが入りますので少し手狭になります。

コース表	◎は入場観光、○は下車観光、△は車窓観光、☆はショッピング	食事
1 出雲空港(7:55) → 羽田空港 → 新千歳空港 高速道路を利用して道東へ → 十勝平野の大パノラマを望みながら「展望レストラン十勝亭」で十勝ぜんざいととうまびご賞味 = 北海道一の畑作地帯 ▲十勝平野 = 道東の名湯阿寒湖畔温泉(17:20) (泊) 天露天風呂有り		☑ 弁 夕
2 ホテル(7:40) = 世界屈指の透明度○摩周湖 = △天に続く道 = 知床半島から流れ落ちる「日本の滝百選」の名瀑○オシコシンの滝 = 世界遺産 知床の秘湖○知床五湖(湖畔展望台から一湖と知床連山を見学) = ○知床半島・オンネベツ川で鮭の遡上見学 = 美白の湯で知られる温根湯温泉(17:30) (泊) 源泉掛け流しの大浴場と露天風呂有り		朝 昼 夕
3 ホテル(8:00) = 標高1040mの雄大な景観△石北峠 = 層雲峡の絶壁を流れ落ちる「日本の滝百選」の名瀑○銀河・流星の滝 = △石狩川に沿って延々と24km続く断崖絶壁の層雲峡 = 大人も楽しめる人気の○旭山動物園 = △白樺街道 = 北海道の新名所コバルトブルーに輝く○青い池 = 波を打つように連なる丘と大雪山連峰が美しい美瑛の○パッチワークの丘 = 旭川市内(16:30) (泊) 大浴場有り		朝 昼 夕
4 ホテル(8:00) = ノスタルジックな小樽観光(○小樽運河・○北ーガラス) = ☆札幌卸売場外市場でご昼食とお買い物 = 札幌市内観光(△札幌時計台・△大通り公園) = 新千歳空港 → 羽田空港 → 出雲空港(19:55)		朝 昼 夕

※ご集合場所・出発時間は出発10日前頃にお届けする最終旅行のしおりでご案内いたします。

旅行のお問い合わせ・お申込み

お申し込み後の流れは、裏面をご覧ください。

農協観光(Nツアー)の旅行はどなたでもご参加いただけます。

TOUR (株)農協観光Nツアーコールセンター
TEL 086-201-1665

お申し込み・お問い合わせの際、電話の「お掛け間違い」がないよう電話番号をお確かめください。
 ■営業時間:平日9:30~17:30 ■土・日・祝・年末年始は休み
 総合旅行業務取扱管理者 / 小菅 保樹 Email callcenter@ntour.co.jp

旅行企画・実施

※このチラシのツアーは、農協観光西日本各支店の企画です。

観光庁長官登録 旅行業第939号 **ボンド保証会員** 旅行業公正取引協議会 協議会 会員

TOUR 株式会社農協観光
商品企画センター
 岡山市北区磨屋町9-18 農業会館本館6F
 総合旅行業務取扱管理者 / 小菅 保樹

地区版

紅葉に染まる 阿寒湖・摩周湖

一度は訪れない秋の北海道 紅葉・グルメ・温泉の旅

名湯自慢の阿寒湖畔温泉・温根湯温泉でゆったり!!

阿寒湖・摩周湖

旭山動物園

鮭の遡上



雄大な2つの名瀑を見学!!

知床半島 オシロシの滝
「双美の滝」とも呼ばれています。日本の滝100選にも選ばれています。

層雲峡 銀河流星の滝
左が落差120mの銀河の滝、右が落差90mの流星の滝。日本の滝100選の名瀑です。



手つかずの秘境! 神秘の美しさに感動です!!

標高1661mの 羅臼岳



車窓から動物たちが見えることも!!



紅葉に染まる知床連山と神秘的湖知床五湖



川を埋め尽くす 鮭の遡上を見学!!

人気の旭山動物園へご案内!!
大人も楽しめる 進化する動物園!

北海道の紅葉見ごろ時期(目安)

月	10月		
観光地	上旬	中旬	下旬
阿寒湖	●	●	●
知床五湖	●	●	●
層雲峡	●	●	●
札幌	●	●	●

例年の紅葉の見ごろ時期です。目安としてご参照ください。

旅のポイント

- 紅葉に彩られる北海道をベテランバスガイドの案内で巡ります。
- 3泊のうち2泊は、名湯自慢の温泉ホテルです。温根湯温泉では、源泉掛け流しの温泉をお楽しみいただけます。
- 阿寒湖、摩周湖、知床五湖、層雲峡、美瑛、小樽、札幌などよく知られた観光地の他、旭山動物園、オンネベツ川の鮭の遡上、新名所「青い池」を見学します。



知床五湖と高架木道



摩周湖 世界有数の透明度を誇る美しい湖です。

阿寒の大自然とひとつになる森と湖に囲まれたリゾートホテルです。

1泊目:阿寒湖畔温泉 ニュー阿寒ホテル



阿寒湖畔に佇む温泉ホテルです。阿寒湖を一望できる露天露天風呂でゆったりとお寛ぎください。



四季の旬の味覚を多数用意した自慢のビュッフェ。シェフが目の前で調理する美演コーナーでは、出来立てのお料理をお楽しみいただけます。



ゆったりと寛げる、華やかな和室



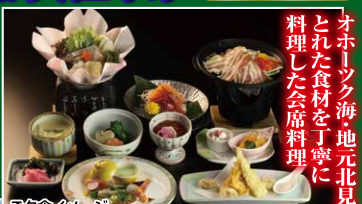
阿寒の湖と空とまるで一体化するような 露天露天風呂!!

源泉かけ流しの温泉を楽しめる温泉自慢のお宿です。

2泊目:温根湯温泉 美白の湯宿 大江本家



大江本家の温泉は、「加温・加水・ろ過・循環」をしていない 源泉かけ流しです。



オホツク海地元北見でとれた食材を丁寧に料理した会席料理

旅行条件(要約) ※詳しい旅行条件を説明した書面をお渡し致しますので事前にご確認の上、お申し込み下さい。

この旅行は(株)山陰観光(観光庁長官登録旅行業第999号、以下「当社」といいます。)が企画・募集する旅行であり、この旅行に参加されるお客様は当社と募集企画旅行契約を締結することになります。

- (旅行代金に含まれるもの)旅行日程に明示した航空・船舶・鉄道等利用交通機関の運賃、旅行日程に含まれる送迎(バス等の料金)、旅行日程に明示した観光の料金(入場料・ガイド料・入場料)、宿泊の料金・税・サービス料、食事の料金・税・サービス料、手荷物の運搬料金、添乗員付コースの添乗員の同行費用、航空機利用の場合は、航空機欠航補償保険、なお、これらの諸費用はお客様の都合により一部利用されなくとも原則として払戻はいたしません。
- (ご旅行の申込みと契約の成立時期及び旅行代金の支払いについて)参加申込みの当、当社所定の旅行申込書に記入のうえ、右記の申込金をお支払い下さい。お申込金は旅行代金お支払いの原資として引かさせていただきます。お電話等でお申込みの場合は、お申込み翌日から起算して3日以内に申込書と申込金を提出していただきます。旅行契約は当社が予約を承諾
- 旅行取り消しのお申し出は、お申込みされた店舗の営業日・営業時間内にお受けいたします。営業時間外にメールでご連絡をいただいた場合は、翌営業日の受付とさせていただきます。
- 旅行条件の基準 この旅行条件は令和5年6月1日現在の運賃料金を基準としております。
- 乳幼児のご参加 0~4才(年少)以下の乳幼児のご参加は、ご遠慮いただいております。

特別な配慮が必要な方は

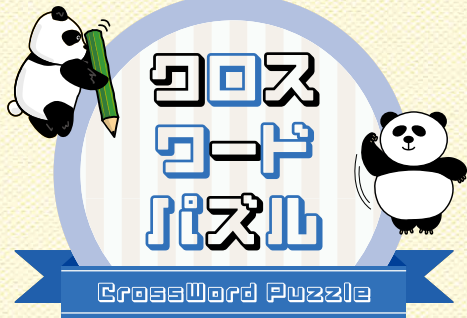
お客様の状況によっては、当時の手配内容に含まれていない特別な配慮、措置が必要になる可能性があります。詳細は別途お選びする「旅行取消条件説明書」の「3.お申込み条件」を確認の上、特別な配慮、措置が必要となる可能性がある方は、ご相談させていただきます。

国内旅行保険のおすすめ
お客様が国内旅行行程中、急激かつ偶然な外来の事故でけがをした場合、多額の治療費、移送費等がかかることがあります。また、事故の場合、加害者への賠償金請求や賠償金回収が困難な場合があります。これらの移送費、また、死亡・後遺障害等を補償する国内旅行保険にお客様自身でご加入されることをお勧めします。弊社ではJA旅行センター係員にお問い合わせください。

山陰地区発の 旅行情報を配信中!!

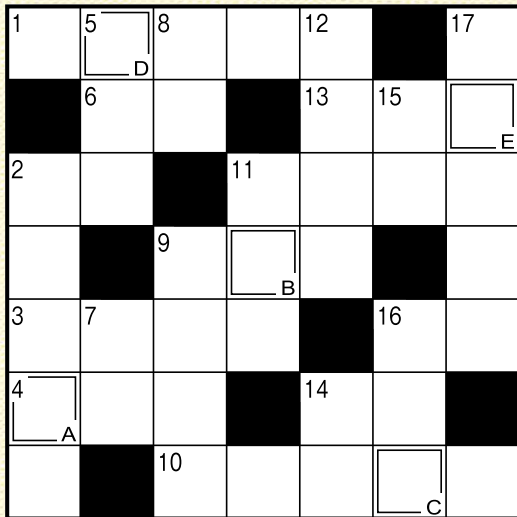


上の二次元バーコードを読み取っていただけます。山陰地区発の旅行情報ページに入ります。



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 ● ニコロ



答え

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

タテのカギ

- ②パラシュートともいいます
- ⑤法やルールなどに背くこと
- ⑦イタリアの1つ前の通貨単位
- ⑧「あかつき」や「白鳳」などの品種があります
- ⑨日暮れ頃にザーッと降ります
- ⑪読売ジャイアンツの本拠地は東京——です
- ⑫植物に水やりをするときに使う道具
- ⑭陰（いん）の反対語
- ⑮毎度、バカバカしいお笑いを——
- ⑯紙幣や貨幣を入れます
- ⑰カレンダーに「FRI」と書かれていることも

ヨコのカギ

- ①京都の五山送り火で、最もよく知られた形の送り火
- ②エビネもカトレアもこの花の間
- ③肥料の3要素の1つ。元素記号はK
- ④どのドレッシングで食べようかな
- ⑥骨切りをする細長い魚
- ⑨イタリアの現在の通貨単位
- ⑩山の頂上と麓の間
- ⑪一緒に暮らしています
- ⑬突破して決勝に進みます
- ⑭夕空に輝く——の明星
- ⑯歌謡曲で一番盛り上がる部分のこと

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

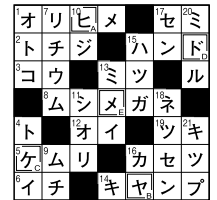
賞品の発送をもってかえさせていただきます。

● 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8月4日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「ヒヤケドメ」



佳作

平凡な一日終へて豆ごはん
母の日を祝ってあげる母がいる
老鷹の競演しきり峽住まひ
仁王門くぐれば寺領栗の花
春愁や部分入歯のもどかしく

浜田市 三沢 孝子様
益田市 竹田 数子様
津和野市 田中とよし様
出雲市 森脇 英徳様
安来市 斎藤美重子様

優秀賞

小康の夫と草引く雨上がり
出雲市 小豆澤典子様

ふだん着も明るい色に更衣
出雲市 北村 功様

最優秀賞

母の日やもんぺ姿の記憶のみ
邑南町 山塚 豊子様

俳句の広場

選句者「白魚火」編集長・副主宰
安食彰彦先生

〔評〕「母の日」は米國の女性が亡き母を偲びカーネーションを贈ったことから始まっている。作者の母上も明治の生れであろう。作者は終戦の頃の（季語が二つあるが当然「母の日」である）生懸命で働いていた母の姿を記憶している。あの頃はたいへんな時代であった。

「家の光」8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、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）8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。



JAL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



JALしまね ×



PARIS MIKI

メガネ一式
10%OFF!!
補聴器
5%OFF!!

＝PARIS MIKI＝
Collection

フレームもレンズも
フィッティングも全て込み込み。
選べる高品質レンズ付(超薄型/遠近)

¥13,200～ (税込)

- 程よくトレンドを取り入れた多彩なデザインの**高品質フレーム**
- 有名メーカーと共同企画したパリミキオリジナルの**選べるレンズ**
- 上級視力測定技術者が在籍するパリミキだからできる**フィッティング**

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 島根県内パリミキ全店

※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



JALしまね 本店経済部経済課 [TEL] **0853-25-8912**

ラストイヤー トロッコ列車「奥出雲おるち号」に乗る

奥出雲「豆腐作り体験」
玉峰山荘での昼食 **日帰り**



旅行代金

(大人お一人様・JR松江駅又はJR出雲市駅発着・税込)

13,500円

※小人代金(小学生以下)：お一人様1,000円引きとなります
※小人のお食事は「お子様メニュー」となります。

募集人員

各班20名様
(最少催行人員各班16名様)

添乗員

同行いたします

食事条件

昼食1回

利用バス会社

仁多観光又は一畑バス
(バスガイドは同行いたしません)

旅行出発日 令和5年

JR松江駅発着 **8/25(金)・8/26(土)・9/22(金)**

JR出雲市駅発着 出雲市駅からの延長運転日 **9/23(土)・9/24(日)**

行 程		◎入場観光、○下車観光、△車窓観光	食事
JR松江駅発着	JR松江駅南口(9:00)	＝大東(9:30)＝	朝 × 昼 ○ 夕 ×
JR出雲市駅発着	JR出雲市駅北口(8:45)	＝宍道駅経由 出雲市駅よりトロッコ列車乗車	
＝木次駅＝トロッコ列車「奥出雲おるち号」＝三井野原駅＝			
＝○舞茸奥出雲・延命水(お買物)＝玉峰山荘(昼食)＝			
お一人様200グラム×3つ作ります!			
＝◎奥出雲とうふ・いしだ(豆腐作り体験)＝○奥出雲漬菜 松葉屋(お買物)＝			
JR松江駅発着	＝大東(17:00)＝JR松江駅南口(17:30)		
JR出雲市駅発着	＝JR出雲市駅北口(17:30)		



玉峰山荘 昼食 イメージ

掲載ツアーは、この広告でのお申し込みを受け付けておりません。

※詳しい旅行については、専用パンフレットをご用意しています。お気軽に下記販売店へご請求ください。



株式会社 農協観光

詳しくは
コチラから



山陰支店 TEL 0852-26-2600



本誌は地球環境に優しい植物性インキを使用しております。



JAしまね
公式ホームページ

JAしまね

検索



冷しゃぶトマト和え



コメント

- ・夏の太陽をいっぱい浴びた元気なトマト！変形したり割れたりしても小さく刻めば美味しさは同じ！
- ・豚肉は、沸騰した湯より低い温度の湯にくぐらすと固くならず、ふっくらと火を通すことができます。

材料（4人分）

- 豚ロース(しゃぶしゃぶ用)・・・200g
- トマト(大)・・・2個(500g)
- A きゅうり・・・1本
- オクラ・・・2本
- 青しそ・・・5枚
- B 大根(すりおろし)・・・250g
- オリーブ油・・・大さじ1
- しょうゆ・・・小さじ1
- 塩・・・小さじ1
- 粗挽き黒胡椒・・・適量

作り方

- ①トマトの1個は1cmの角切りにし、もう1個は粗みじん切りにする。
- ②きゅうりは薄く輪切りにする。
- ③オクラは塩で板ずりしてから、サッと茹でて水に取り、食べやすい大きさに切る。
- ④青しそは千切りに、大根はすりおろす。
- ⑤豚肉は半分は切り、沸騰したら水を約100cc加え、弱火にして80度位の温度のお湯にくぐらせて火を通し、取り出してそのまま冷やす。
- ⑥ボウルにみじん切りにしたトマトとBを入れて混ぜる。
- ⑦⑥にトマトの角切りと豚肉、Aを入れて混ぜ合わせる。

アレンジ

- ・色とりどりの夏野菜をサッと茹でたり、炒めたりして一緒に混ぜれば、目にも鮮やかな一品に！
- ・肉のゆで汁に春雨、人参のせん切り、オクラ、溶き卵などの具材を入れたら簡単スープに早変わり。

材料（4人分）

- 鶏むね肉・・・2枚
- A 小麦粉・・・大さじ2
- 塩・・・小さじ1/2
- カレー粉・・・小さじ1
- サラダ油・・・大さじ1
- 玉ねぎ・・・1玉
- しめじ・・・1袋
- トマト・・・1個
- B 塩・・・小さじ1/2
- 胡椒・・・少々
- レタス・・・5～6枚

作り方

- ①鶏肉は皮を取り、1cmの厚さのそぎ切りにする。
- ②玉ねぎは薄切りに、しめじは石づきを除いて小房に分けておく。
- ③トマトは1cm角に切る。
- ④ビニール袋にAと①の鶏肉を入れて振り、油を熱したフライパンで両面焼いて中まで火を通し、取り出しておく。
- ⑤④のフライパンに玉ねぎ、しめじを入れて炒め、玉ねぎが透き通ってきたら、トマトとBを加えて味つけする。
- ⑥皿にレタスを敷いて鶏肉を並べて盛り、⑤の炒めた野菜を上のにせる。

鶏肉のカレーソテー野菜炒め添え



アレンジ

- ・鶏むね肉を豚ヒレ肉や白身魚、水切り豆腐、厚揚げに替えても美味しくできます。
- ・ナス、ピーマン、ズッキーニ、小松菜、ゴーヤ、カボチャなどいろいろな野菜と組み合わせると楽しめます。

コメント

- ・たくさんのスパイスが詰まったカレー粉は、食欲増進、疲労回復などの効果が期待でき、夏にぴったり！
- ・鶏むね肉は脂肪分が少なく、良質なたんぱく質を豊富に含んでおり、筋肉疲労の改善に期待が持てます。

健康散歩

食中毒

食中毒の原因には細菌やウイルスがありますが、梅雨時から9月頃までは高温多湿な状態が続き、細菌による食中毒が多く発生します。食中毒を招く細菌が増殖しても、食べ物の見た目や味は変わらず臭いもしません。そのため食事の準備をするときは「細菌をつけない」「細菌を増やさない」「加熱などでやっつける」ことを心がけ、食中毒を防ぎましょう。



食中毒予防の3原則

- ①つけない（菌を他の食品に付着させない）
食材を取り扱う前と後に、手指をしっかりと洗いましょう。手のひら、手の甲、指、爪、手首までせっけんを泡立てて洗い、流水で十分に洗い流すことが大切です。また肉や魚はポリ袋やラップでしっかり包んで冷蔵庫に保存しましょう。

- ②増やさない（菌が増殖する環境に置かない）
冷蔵品や冷凍食品はすぐに冷蔵庫、冷凍庫に入れましょう。また、食品を詰め込みすぎると温度が高くなってしまいます。冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫はマイナス15℃以下に保ちましょう。ただし、冷蔵庫に入れておいても細菌が死滅するわけではありません。長期間にわたる保存は避け、早めに使い切るようにしましょう。
- ③やっつける（殺菌、消毒して死滅させる）
多くの細菌は、75℃以上で1分以上加熱することで死滅します。十分に加熱処理すれば、ほとんどの食中毒は防ぐことができます。食材の中心部までしっかり火を通すようにしましょう。また、使用後の調理器具の殺菌には塩素系漂白剤に含まれる次亜塩素酸ナトリウムが有効です。ただし、食品カスが残っていると消毒力は失われますので、調理器具を洗剤でよく洗った後に使いましょう。



【編集後記】 今月号は直売所について特集しました。直売所にはスーパーなどには出回っていない珍しい野菜や果物があつたりするので、買い物や遠出する時についつい寄ってしまいますね。直売所で買い物をする＝地産地消にもつながります。ぜひこの機会に地域の魅力がたっぷり詰まった直売所へおでかけしてみたいかがでしょうか…♡(古)

