

2019

12

December Vol.45

JALまねびより

今月の特集 島根のいいもの再発見!! 「浜田市 菌床しいたけ」 いわみ中央地区本部



棚田まつり
(三隅町 室谷)

Naomichi



島根には誇れる農産品がたーっさん!

島根のいいもの 再発見!!

直撃・生産者インタビュー

浜田市 菌床しいたけ

12月は、いわみ中央地区本部。浜田市で、菌床しいたけ作りに取り組む岩倉純子さんにお話を伺ってきました。



山あいに位置する浜田市旭町。長年ここで市役所の職員として働いてきた岩倉純子さんは、1年半前に職場を早期退職し菌床しいたけの栽培を始めました。退職する前からアスパラを作ったりと元々農業には関心があった岩倉さん。市役所ではずっと庶務の仕事をしていたのですが、ある時、農業振興に関わる部署へ異動になり、産直の担当になったことがきっかけです。まず農業に興味が出てきます。それから勉強も兼ねてJAの営農塾を受講し、農業の技術や基礎知識をつけていくうちに本格的に農業を始めよ

いずれはやりたかった 念願の農業



お話を伺った岩倉純子さん。

うと決意。ちょうど色々なタイムリングが重なった時期に農業一本の生活をスタートさせました。

しいたけ栽培は 思ったよりも力仕事が必要

しいたけを選んだ理由は、目に見えて成長するのがわかるので楽しそうだったから。当時、周りの人から「しいたけは良いよ、きれいだし楽だね、やりんさいや」という話を聞いていましたが、いざ始めてみると思っていたより力仕事が多かったそう。ハウスは業者が建ててもらいましたが、菌床ブロックを置く棚は周りの人たちにアドバイスをもらって作ってもらった。

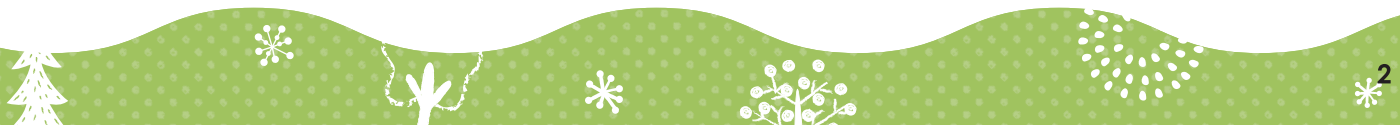


ハウスには現在2,400個の菌床ブロックが並んでいる。

をもらいながら自身で作りました。長いパイプを自分で決めた幅にカットし、一本一本組み立てていきます。それを運ぶのがとても重く、女性にとってはは大仕事です。その作業を幾度と繰り返し、何とか2,400個のブロックを置く立派な棚を完成させました。また、菌床は1年で栽培が終わるので、その都度新しいブロックへの入れ替えが必要となります。「聞いていた話と違うし、思ったよりも大変」と苦笑いする岩倉さん。どのようにしてしいたけを栽培しているのでしょうか。

温度・湿度の管理が最重要

毎年1月〜3月の間に、「旭町菌床椎茸製造施設部会」からすでに種菌を植えてあるブロックを購入し培養施設に運びます。そこで8月ごろまで菌を培養させます。最初は、真っ白なブロックですが、そのまま置いておくと褐変といって茶色くなっていきます。その際に一つずつ向きを変え、菌が全体に回るように動かします。その後、被せている袋をカットし酸素を流入させます。しいたけは気温が下がった時に衝撃を受けると



発生してしまうので、お盆前には培養させたブロックをすべて栽培用ハウスに移動させます。

それからは、発生準備が整う10月ごろまで約2ヶ月置いておきます。特に温度の管理は大変で、岩倉さんのハウスには冷房がないため暑い時期には菌床が傷まないように水をかけたり風を送ったりする作業をしながら、夏場以外は



このように裏側の膜が切れてしまうと見た目が悪くなるので、湿度の管理にも注意しなければならない。



一つ一つ丁寧にしいたけの様子をチェックしながら収穫する。

ハウス内の温度を日中18℃、夜間12℃に保ちます。いよいよ発生の時期になると水をかけるなどして刺激を与え、しいたけを発芽させます。その際、ハウス内が乾燥するとしいたけの表面がバリバリになり、裏側の膜が切れやすく、見た目の悪いものに成長してしまうので湿度にも十分気を遣います。

こうして、温度、湿度に細心の注意を払いながら大事に育てていき、やっと収穫の時を迎えます。

とにかく楽しい！ 毎日、しいたけ栽培に夢中

最初は、生えたものを収穫すれば良いと思っていました。が、栽培をしていくにつれ「やっぱり良いものを出したい」という思いが強くなり、毎日ハウスに行き、付きっきりで管理をする岩倉さん。「良いもの」とは、形がまん丸で裏側の膜が切れていない状態。普段からしいたけの様子をしっかりと見ていないと絶対のタイミングを逃してしまいうので、時間の許す限りハウスにいます。秋から冬にかけて出荷のピーク時は、朝6時半から収穫、袋（パック）

ク）詰めをして、9時半の集荷時刻に間に合うよう作業を進めます。おかげで、プライベートの時間や掃除をする時間もなかなか取れません。それでも、「しんどいとは思いません。楽しいです！」と笑顔を見せる岩倉さん。しいたけ栽培をやっている良かったことは、やはり採れたての新



専用のスケールでサイズを選定。穴から落ちないところでサイズが決まる。

鮮なしいたけをすぐに食べられること。自分で栽培を始めてから、改めてしいたけの美味しさを実感しています。おすすめの食べ方は「しいたけステーキ」。フライパンにオリーブオイルとんにくを入れ炒め、しいたけを焼き、塩を振って少し蒸したら、最後に醤油をひと回し。これが本当に絶品で、いくらでも食べ



「休みはありませんが、楽しいです」と語る岩倉さん。

られるのだそう。

現在、栽培を始めて2年目。まだまだ手探りの状態で毎日試行錯誤を重ねていますが、家族の理解のもとで念願の農業を楽しんでいる様子。将来的には、ご主人に手伝ってもらいながらさらに収量を増やしていき、美味しいしいたけを皆さんに届けたいと考えています。



地元の産直には、朝採れの新鮮なしいたけが並ぶ。

菌床しいたけ 一口メモ

浜田市旭町では昔からしいたけが振興作物として作られてきました。菌床しいたけの生産者は以前より減少しましたが、ここ2年間で4名も新規生産者が増え、かつての活気を取り戻しつつあります。菌床しいたけは原木しいたけに比べ、匂いやクセがないので誰でも食べやすいという特長があります。さらに、生で流通することが多いので肉厚でジューシーな味わいを楽しめます。肥料や農薬などは一切使用していない、安心・安全なしいたけをぜひご賞味ください。





産直へようこそ!!

可成り産地が広い地域の特産品「JAきんさい」島根県内の産直店舗を「紹介」します。



産直きんさい市場黒川店は、浜田地方の産地産消の拠点の一つとして、そのほぼ100%が地元生産者による季節の農産物を扱う人気店だ。

同店舗が何よりも重視するのは、商品が「安全・安心」であること。そのために様々な取り組みで安全・安心を徹底する。その一例として、生産者の代表と行政からなる品質管理委員会を組織していることがあげられる。委員会では毎月、利用者からの意見やクレームに全て目を通し改善を図るとともに、それらの情報を全体で共有化するため、出荷会員へ会報誌で提供している。また独自で抜き打ちの農薬検査を実施するなど、そのこだわりは徹底している。同産直では昨年3月に農産物の栽培履歴を確認できるシステムを導入し、店内商品に貼ってあるバーコードを読み込ませると、その商品の農薬使用状況などが表示されるというもの。誰でも使用することができ、またそうした環境を作ること



誰でも確認できる生産履歴で「安全・安心」を実感



年の瀬に向けて、人気の切花を豊富に用意



管内で作られたジャムが並ぶジャムコーナーは充実の品ぞろえ

全・安心を来店者へPRしている。菊などの切花が年間を通して売れ筋だが、梨、西条柿、ピオーネ、イチジクといった管内で育った果実類も人気。これからの季節は白菜やキャベツなど葉物類のほか、昨年は不作だったサトイモの出来がよくオススメだという。お盆と年末限定で弥栄肥育センターの和牛肉も販売される。同産直では、2年前からfacebookで情報を発信している。本日のおすすめ商品や季節ごとの初物入荷情報など、定期的な情報発信で、全世界へ浜田の旬をアピールする。



facebookで旬を発信！気になる方は要チェック！

店名：産直きんさい市場 黒川店
 所在地：島根県浜田市黒川町3741番地
 TEL：0855-22-8827
 営業時間：8:30~18:00 (11月~3月は17:00)
 定休日：年末年始 (12/31~1/5)、日曜日 (1月~3月)



JA
自己改革
実践中

JAグループ島根

JAしまね農業振興支援事業 活用事例のご紹介



JAしまねでは、経営拡大に向けた基盤整備や機械等の更新対策、県域でのモデル事業を実施するために、「JAしまね農業振興支援事業」に取り組んでいます。

西森さんは邑南町で花卉栽培（施設）を中心に農業経営をしています。

平成26年に邑南町が主催している農業研修生（おーなんアグサポ隊）として、広島県から邑南町に移住し、3年間の研修を経て、平成29年に邑南町で就農しました。花卉を専門とし、春と秋は露地野菜の葉物を組み合わせて農業を営んでいます。

地域住民と交流を図りながら農地を確保し、平成29年にJAしまね農業振興支援事業施設等整備支援を活用しハウス2棟を整備。現在施設内ではトルコキキョウを栽培しており、島根の花品評会で受賞するなど活躍されています。露地では、サニーレタス、広島菜などの栽培に挑戦し、盆出荷のケイトウ栽培にも取り組んでいます。

今後はハウスの増棟や経営面積の拡大を図り、様々な花卉栽培にも挑戦しつつ、地域と一体となって営農に従事していきます。

にしもり
邑南町 西森
ひろたか
浩隆さん



JA YOUTH

一所懸命 青年連盟

JAしまねいわみ中央青年連盟

JAしまねいわみ中央青年連盟は、浜田市と江津市の若手農家で構成され17名の盟友がいます。管内は、兼業農家が多く高齢化が進み60歳以上の農家が6割以上を占めており、農業青年者と呼ばれる農家が少ないのが実態です。

そんな中でも、地元農産物のPRのため、昨年より盟友が栽培したイチゴやブルーベリー、西条柿などを使用したスムージーを管内のイベントで販売を始め、好評を得ています。

また、今年は、地域の公民館や管内の小学校へ「こんにやく作り」の出前授業に講師として出向いています。このように地域との連携の中で、次世代を担う子供たちへの食農教育活動や地域交流の輪が更に広がることを願いながら、今後も積極的に活動をすすめていきたいと思えます。



雲南

飯南で幻の花 ショウガが開花！

大阪から1ターンし、飯石郡飯南町でショウガを育てている辻野潤さんのハウスで、食用のショウガが開花しました。「幻の花」と呼ばれることもある希少な花で、島根県農業技術センターは「熱帯原産のショウガに日本で花が咲くのは非常に珍しい」と話します。

つぼみを発見した辻野さんはこの機会を飯南町のPRにつなげようと、湿度や地温に気を配りながら管理して開花させました。辻野さんは「この花をきっかけにして飯南について知ってもらいたい」「他産地に負けないショウガ産地を目指したい」と意気込みを語りました。



開花を喜ぶ辻野さん（左）と雲南地区本部の福岡達也職員

くにびき

中国・四国JA青年大会 上山根盟友が優秀賞！

くにびき青年連盟の上山根有史盟友（東出雲）が11月6日、香川県高松市で開かれた「令和元年度中国・四国JA青年大会」に、島根県代表として出場し、優秀賞に選ばれました。

上山根さんは、8月の島根県JA青年大会で、各組織の盟友による農業経営や青年連盟活動に対する希望や意見などを述べる「青年の主張」の部で最優秀賞に選ばれ、県代表として今大会に出場。各県から9名の代表も参加し、自身の農業への思いを語りました。

上山根さんは「農業のスター選手を目指して！」と題して、約3年間のサラリーマンを経て就農した経緯を説明。父親が立ち上げた「マルカミ農縁株式会社」の年商を1億円にすることや青年連盟活動を通じて、若い世代で地域農業を発展させることを目標に掲げ、みんながあこがれる農業のスター選手を目指すことと結びました。

審査員からは「地域農業や青年組織を引っ張るリーダーになるという決意が伝わる発表だった」と評価。上山根さんは「最優秀賞を取れなかったことは悔しいが、この経験を今後に活かしたい」と話しました。



隠岐

グラウンドゴルフ大会で熱戦

隠岐地区本部は、11月16日（土）、隠岐の島町総合グラウンドで、地域の活性化を目的に第1回JAしまね隠岐地区本部グラウンドゴルフ大会を開催しました。大会には地域の愛好家ら44人が出場し、第1回大会にふさわしい熱戦を繰り広げました。

選手は日頃から練習していることもあり、16名の選手がホールインワンを達成するなど随所に好プレーが見られ、競技は基本的に個人プレーでしたが、顔見知りの方が多いこともあって、和気あいあいと声を掛け合いながら、笑い声があちこちで聴こえ、地域間交流の場にもなりました。

表彰式では、優勝者となった隠岐の島町大久の吉山敏子さんに優勝カップが授与され、盛会のもと閉会となりました。

大会長の佐々木賢治本部長は、「引き続き地域の活性化に寄与していきたい。」と話し、隠岐の島町グラウンドゴルフ協会からは「引き続き大会を開催してほしい。」と要望がありました。



やすぎ

地域と児童がサツマイモ収穫！ 栽培交流を通じて食農教育

安来市伯太町の新田谷地区で10月28日、地元の安来市立赤屋小学校の1・2年生12人ととのサツマイモ収穫が行われました。同地区では国の多面的機能支払交付金を利用し使用されなくなった畑で、毎年同校の児童とサツマイモを栽培しています。今年は苗1,500株を植えつけており、この活動が子どもたちとの交流や食農教育にも繋がっています。

当日は、同地区の住民10人とJAしまねやすぎ地区本部の職員2人がサポートし、児童が5月に定植した150株のサツマイモを中心に収穫作業を行いました。はじめに児童はツル刈りから行い、その後土に埋まっている大きなサツマイモを次々と収穫し「たくさん大きなサツマイモがとれた」と児童は笑顔をみせ楽しんでいました。



斐川 そば脱穀、唐箕で選別

11月6日、斐川地区本部が管理する約5aの圃場で、今年の8月に播種を行い10月に収穫を行ったそば「出雲の舞」の脱穀・選別作業を行いました。くらしの活動事業の一環として同地区本部が企画し、そばの栽培に興味を持つ組合員7名が参加しました。

町内でそばを生産している糸賀充さんに手ほどきを受けながら、脱穀機で脱穀したそばの実を、昔ながらの唐箕（とうみ）を使って選別していきました。糸賀さんは「今年は土寄せをした時期も良く、しっかり成長してたくさんの実をつけている。どのくらいのそば粉になるか楽しみ」と話していました。参加者も「次はいよいよそば打ち体験。自分たちが育てたそばを打つのも楽しみだし、口に入れるのも楽しみです」と期待を込めていました。



石見銀山 温泉津町秋期子牛共進会

大田市の温泉津町和牛改良組合は10月29日、温泉津町の井田共進会場で、第40回温泉津町秋期子牛共進会を開催しました。12頭の子牛が出品され、育成改良の成果を競いました。

同組合の森德行組合長は「11月18日の石東連合子牛共進会の予選を兼ねている。みんなで切磋琢磨し頑張っていきたい」と語りました。

J Aしまね石見銀山地区本部の山崎辰次常務理事本部長は「40年の長い取り組みに敬意を表す。J Aとしてもさらなる畜産振興を図っていきたい」と語りました。

審査の結果、吉田淳一さんの「ゆき」号が首席、森德行さんの「はなこ」号が次席に輝きました。

吉田淳一さんの「ゆき」号については、発育が良好で、体上線の強さも非常に良いと評価されました。



首席「ゆき」号と吉田さん

隠岐 どうぜん J A感謝祭を開催

当地区本部で初の総合イベント「J A感謝祭」を11月10日（日）に開催しました。隠岐島前地域の4 J Aが最終合併して20年目、J Aしまねが誕生して5年目、また、平成から令和へ改元となった節目の年に、組合員・利用者・地域の皆様へ感謝の意を込めて企画しました。午前中は地区本部敷地内で、直売農家の野菜果実や県内野菜、島根和牛肉、J A農産加工場の餅・赤飯などを販売したほか、足立石材（株）の墓石相談会を行いました。屋内では、J A女子講座の活動写真の展示とニホンミツバチの蜜蝋を使用した「リップクリームメイド講座」を開講しました。紅白餅・ポップコーン・鍋汁サービスやくじ引抽選会に、先日の県種畜共進会でグランドチャンピオンに輝いた海士町・戸鳴豊氏の飼養牛「ふく」号も雄姿を見せるなど、活気に満ちました。午後からは別府至誠館に場所を変え、雲南市を拠点に活動する「劇団おばば座」の公演と地元「民謡しげさ会」の隠岐民謡と踊りが披露されました。日本晴に恵まれ、500名余が参加する盛大な「祭り」となったことに厚くお礼申し上げます。



出雲 柿直売所まつり開催 日頃の感謝を込めて地元でP R

J Aしまね出雲平田柿部会は11月9日、10日の両日、出雲市平田町の野菜集荷所で「ひらたの柿直売所まつり」を開きました。毎年恒例の柿の種飛ばし大会、柿の積み上げ大会など参加型イベントを多数開催。試食コーナーも設置し、来場者はいろいろな種類の柿を食べ比べながら買物を楽しみました。

同部会は90戸、58ヘクタールで「西条」「富有」「伊豆」「太秋」などを栽培しています。選果場から直送される柿や、「あんぼ柿」「柿の葉茶」などの加工品を販売し、平成29年にはネット販売も始めました。営業は10～12月下旬までで、毎年この時期には隣接する倉庫を利用し直売所まつりを開いています。

まつりの司会を務めた同部会の常松修さんは「日頃のご愛顧への感謝を伝えるとともに、特産『ひらたの柿』をP Rする目的で開催しています。今年は天気にも恵まれ、出だしから大盛況でした」と話しました。



柿積み大会に挑戦する来場者

西いわみ

青パイアを健康づくりイベントで紹介

パイア栽培を手掛ける「農事組合法人とよた農産（代表理事組合長松本要）」は11月17日、益田市の健康づくりイベント「健康ますだ市21フェスティバル」の珍しい野菜や果物を紹介する企画に協力し、青パイアを提供しました。

会場ではパイアの木を1本丸ごと展示して紹介したほか、果実を使った料理の試食もあり、珍しさも手伝って来場者の注目を集めました。

パイアは、同法人が他県の栽培地に研修に向き、水田転作作物として取り入れ、現在は20本余りを露地で栽培しています。

青い果実を「青パイア」として市内のスーパーやAコープ店の産直コーナーで販売するほか、葉っぱもパイア茶として販売中です。



島根
おおち

鴨山駕籠かき大会出場

島根おおち地区本部邑智支店は、11月10日に美郷町で開催された産業祭みさとふるさとまつりのメインイベントである第37回鴨山駕籠かき大会「仮装の部」に出場しました。

この大会は、4人もしくは5人1組で参加し、ゴールまでのスピードを競う「競技の部」と駕籠の装飾などアイデアを競う「仮装の部」があり、駕籠に40kg程度（女子チームの場合は20kg程度）の肥料袋を乗せ（「競技の部」のみ）、駕籠を担ぎおよそ2キロを走ります。邑智支店では、第1回大会から出場し、37年連続で出場しています。

今回の駕籠は『宇宙戦艦ヤマト』。邑智地区の職員が業務終了後に集まり、約1ヵ月かけて長さ約3m、高さ約1mの戦艦ヤマトを作り上げました。大会には、町内外から18チームが参加し、古代、デスラーなどに仮装した職員が駕籠を担ぎ、沿道のあたたかい声援を受けながら走りきり、仮装の部で第2位を受賞しました。



本店

令和元年度子牛共進会を開催

●西部地区子牛共進会

10月25日に西部家畜市場で令和元年度西部地区子牛共進会を開催し、西部地域（いわみ中央・西いわみ地区本部管内）から選ばれた肉用雌子牛18頭の出品がありました。

審査の結果、最優秀賞には益田市（株）田原牧場の出品牛「みふひこ号」が選ばれました。



最優秀賞に選ばれた
（株）田原牧場の出品牛「みふひこ号」

●島根中央子牛共進会

11月15日に島根中央家畜市場で令和元年度島根中央子牛共進会を開催し、東部地域（くにびき・やすぎ・雲南・出雲・斐川地区本部管内）から選ばれた肉用雌子牛40頭の出品がありました。

審査の結果、各区の優秀賞首席は1区 安来市 倉井公子さん出品牛「ひみさくら号」、2区 雲南市 岡田明さん出品牛「たかやす号」が授賞し、グランドチャンピオンには倉井公子さんの「ひみさくら号」が選ばれました。



グランドチャンピオンに選ばれた
倉井さんの出品牛「ひみさくら号」

いわみ
中央

秋！今年も開催！ JAの浜田西支店“秋の収穫祭”

浜田西支店では支店ふれあい活動の一環として、支店運営委員会で協議し、今年で4回目となるJAの浜田西支店“秋の収穫祭”を11月16日に開催しました。地元農産物PRを目的として管内生産者の新鮮で安心・安全な農産物等を販売し、当日は晴天にも恵まれ来場者も多く、大量の農産物も午前中ではほぼ完売となりました。またJAの日頃の感謝を込め「豚汁」の無料提供や、「柿の種飛ばし記録会」を行い会場は賑わいました。LAコーナーでは「JA自動車共済保障診断」窓口を設けPRし、また地域貢献活動として来場者全員に「JA共済反射タスキ」他、JA粗品と信用・共済チラシを添え配布し「交通安全」について再度意識して頂きました。

最後に、開催にあたり支店運営委員による協力に大変感謝しています。また職員も一丸となって取り組み「チーム浜田西」がより団結したと感じました。



タテのカギ

- ①「生麦生米生卵」とか「東京特許許可局」とか
- ⑥夫の配偶者です
- ⑦生まれたばかりの赤ん坊のこと
- ⑧ゆっくりつかって「極楽、極楽〜」
- ⑨剣や弓矢、大砲などのこと
- ⑪首の後ろ側の部分
- ⑬——をのんでなりゆきを見守った
- ⑭刑事を意味する俗語
- ⑮お酒は飲めない体質です
- ⑯こたつに似合う果物
- ⑰♠の記号で表すことも
- ⑲だて巻き、数の子、黒豆などを重箱に詰めて用意します

ヨコのカギ

- ①元日の寺社が混雑する理由
- ②霊峰も銀峰もこれです
- ③バイオリンやビオラより大きな弦楽器
- ④魚偏に里と書く魚
- ⑤破(わ)れ鍋にお似合いです
- ⑧——ニタカニナスビ
- ⑩擦りむいた膝やあかぎれに塗ります
- ⑫浅草寺の表参道にある——商店街
- ⑬今より前の時点
- ⑮てこの——を利用して重い物を動かした
- ⑰グーとパーではパーの方が
- ⑲英語ではkingと言います

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？

1	6		11	14		19
2			12		16	
		8			17	
3	7			15		
4			13			
5		9			18	
		10				

答え

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

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「JA商品券」をお贈りします。
- 当選者発表 賞品の発送をもってかえさせていただきます。
- 宛先・締切 〒692-0014 安来市飯島町1205-1
JAしまね やすぎ地区本部 ふれあい福祉課 「クイズ」係
2020年1月6日（月）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆
「クリスマス」

テ	ブ	ク	ロ	ガ	ラ
ア	ロ	マ	セ	ス	ジ
ミ	ツ	ユ	キ	オ	
ク	ス	リ	ユ	ビ	
ハ	キ	ネ	シ	カ	
ガ	マン		カ	ヨ	イ
キ	リ	モ	ス	ク	ワ

・お預かりした個人情報は、プレゼントの抽選・発送以外の目的で利用することはありません。

健康散歩

ノロウイルス対策

JA島根厚生連

毎年、冬になると流行しやすいノロウイルス。抵抗力の弱い高齢者や小さな子どもがかかると、重症化することがあるので、「かからない」ための対策が必要です。

ノロウイルス感染症の経過

- ① 感染——<感染が起こりやすい状況>
 - ・汚染された食品（生や十分加熱されていないかきなどの二枚貝）を食べた可能性がある。
 - ・周囲にノロウイルスに感染した人がいる。
 - ・ノロウイルス感染症が流行している。
- ② 潜伏期間（24～48時間）——ノロウイルスが小腸で増加します。
- ③ 発症——<現れる症状>
 - ・吐き気や嘔吐（嘔吐から始まるケースが多いです。）
⇒嘔吐は突発的で噴水のような嘔吐が特徴的です。
 - ・下痢（血便は出ません。血便の場合はほかの原因を疑います。）
※発熱、筋肉痛、頭痛を伴うこともあります。
- ④ 回復——発症後1～2日で自然回復します。
※高齢者や乳幼児など抵抗力の弱い人は、症状が長引き重症化することもあります。
ノロウイルスに感染すると、嘔吐や下痢でつらい思いをするだけでなく、周囲の人、特に重症化しやすい高齢者や小さな子どもに感染を広げてしまうリスクがあります。

☆感染しない対策をしましょう!!!

- 「手洗い」がすべての基本
よく泡立てたせっけんと流水で30秒ほどかけて、丁寧に洗いましょう。せっけんがウイルスが死滅するわけではありませんが、せっけんに含まれる界面活性剤の作用によって、手に付いた汚れやウイルスが流れ落ちやすくなります。特に調理や食事の前、トイレ、おむつ交換、嘔吐物の処理のあとなどは、洗い残しがないように時間をかけて洗いましょう。
- ノロウイルスによる食中毒を防ぐ
ノロウイルスは熱に弱く、85～90℃で90秒間以上加熱すると死滅します。食品は中心部まで十分に加熱し、作り置きしたものは食べる前に再加熱してください。
- 外出先での注意
ノロウイルス流行期の外出時に注意したいのは、公共のトイレを使う場合です。便器のふたや便座、レバー、手すり、ドアノブなどにウイルスが付着している可能性も考えて、使用後は丁寧に手を洗うことが大切です。

いつでも、どこでも、ぜひ感染症対策を、さっそく今日から始めましょう!!!

「島根の花」品評会 開催

ＪＡしまねと島根県花き生産者協議会が主催する「島根の花」品評会が10月26日、松江市殿町のカラコロ工房で開催され



れました。出品総数は121点あり、安来管内から6人が入賞されるなどの活躍をみせました。また、花卉の展示や親子フラワーアレンジメント教室など、多くの方に島根の花をPRしました。品評会の受賞者は次のとおりです。

島根県知事賞	稲田理枝さん	スプレー菊
島根県農業協同組合組合長賞	北中宏一さん	リンドウ
(株)ＪＦ鶴見花き社長賞	安藤加世子さん	ハイブリッドスターチス
(株)ＪＦ兵庫県生花社長賞	柴田郁子さん	カラー
しまね花商組合長賞	佐藤明次さん	トルコギキョウ
福花園種苗(株)社長賞	野田剛さん	ハイブリッドスターチス
島根夏の花人気投票一位賞	北中宏一さん	トルコギキョウ

安来の子牛グランドチャンピオン！



ＪＡしまね主催の島根中央子牛共進会が11月15日、松江市宍道町の島根中央家畜市場で開催され、広瀬町の倉井公子さん

の出品牛「ひみさくら号」がグランドチャンピオンに選ばれました。同共進会には全体で41頭、安来管内からは5頭が出品され、やすぎ和牛の名声を高める活躍をみせました。安来管内の審査結果は次の通りです。

グランドチャンピオン	倉井 公子さん
〈1区〉 優秀賞 首席	倉井公子さん
部位賞 (前軀)	
優良賞	足立年禧さん
〈2区〉 優秀賞 次席	清山高康さん
部位賞 (腿)	
優秀賞 10席	足立人己さん
優良賞	中尾和夫さん

日頃の感謝を込めて謝恩市開催



やすぎ地区本部は11月10日、安来生産センターで「謝恩市」を開催し、約3,000人が来場されました。今年の謝恩市

は「収穫の喜びを地域と共に」をテーマに、支店や女性部、農青連などによる食べ物屋台コーナーをはじめ、豚汁の無料サービス、ハズレなしの抽選会など様々な企画で来場者をもてなしました。

メインステージでは浜田市の下来原西組神楽社中による石見神楽や餅まき、ビンゴ大会が行われ、イベントの総合司会を務めたべるを氏が進行し、会場は大いに盛り上がりました。伊藤精一地区本部長は「謝恩市には大勢の方がご来場され、組合員とのふれあいを原点に日頃の感謝の気持ちを伝えられたと思えます」と話しました。



ＪＡ直売所キャラバン開催

農林中央金庫とNHKプロモーション主催の「ＪＡバンク×みんなのきょうの料理 健康キッチン～ＪＡ直売所キャラバン」が、10月26日やすぎ地区本部なかうみ菜彩館で行われました。この企画は、全国47都道府県を巡る



キッチンカー仕様様のキャラバンカーが直売所を訪れ、旬の食材を使ったクッキングステージを開催し、直売所の魅力の発信と

国産農畜産物の消費拡大を目的としています。

当日は、午前と午後の2回で計140人が参加。管理栄養士で料理研究家の藤井恵さんが、農事組合法人のきの郷のミディトマトを使用した「トマトのそぼろ煮」と、地元のハウレンソウを使用した「ハウレンソウのナムル」を披露しました。また、栄養素や合わせるとおススメの食材など、ポイントを紹介しながら調理し、トマトのそぼろ煮はＪＡしまねの金芽米にかけ、そぼろ丼として参加者に振舞い、素材のおいしさをPRしました。

稲刈りして食農教育

やすぎ地区本部は10月21日「あかえめだかクラブ」「あかえっ子クラブ」の児童44人と一緒に、手刈りでの稲刈り体験を行いました。児童はJA職員より鎌の使い方を教わり、地元の交流センターや寿朋会の方に協力してもらいながら、今年の6月に田植えをしたもち米の収穫を楽しみました。

この取り組みは、食農教育として農業や食べ物について関心を持ってもらうことを目的とし、野津勝巳さんの水田で毎年行っています。児童は鎌で刈るのに苦戦しながらも力いっぱい鎌を引いて稲を刈っていき、「たくさん収穫できて楽しい」と笑顔を見せました。今後は収穫したもち米で餅つき体験を予定しており、JA職員は「6月の田植えと今回の収穫を通じて農業に関心をもってもらえればと思います」と話しました。



生産者と消費者が稲刈り交流会



農事組合法人ファーム宇賀荘は10月27日、同法人の特別栽培米の取引先であるグリーンコープ生協とっとり・島根と協力して、組合員家族と稲刈り交流会を行いました。

参加者は、生産者に鎌の使い方を教わりながら稲を手刈りし、家族で協力して稲を束ねてはで干

しも行いました。その後、事前に刈り取りして乾燥させた稲を千歯扱きを使って稲こきも体験しました。最後に同法人が栽培した「どじょう米」やポン菓子振る舞われ、参加者は「やり方を教えていただきながら、家族で楽しく稲刈りができました」と話し、交流会を楽しみました。

交流会は生産者と消費者の交流を通して、米について知ってもらい、安全安心な米づくりの現場を見てもらうことを目的に開催し、今年で15年目になります。6月には同圃場で田植え交流会が開催され、参加者は手植えも体験しています。

児童が地域農業を学ぶ

安来市立赤屋小学校は11月12日、同校の3・4年生7人に赤屋地区の農業を学ぶ学習会を行いました。当日は児童が住んでいる地域でどのような農畜産物が作られているのかを学び、農家の仕事と自分たちの生活とのかかわりについて考えるため、伯太町下十年畑の西村武壽さんとやすぎ地区本部が協力し、農業について話をしました。

はじめに児童は、JA職員から安来市や赤屋地区で作られている農畜産物、農家とJAの役割につ



いて学んだあと、花卉農家の西村さんのハウスを訪れました。児童は花卉を観察しながら、西村さんから花卉のことや赤屋地区の農業の歴史などを聞きました。話を聞いた児童は、農業を始めたきっかけやどんな作業をしているのかを積極的に質問し「西村さんにいっぱい質問して、知らないことをたくさん学びました」と話し、農業について理解を深めました。

まいもん祭りで新米をPR

やすぎ地区本部なかうみ菜彩館は10月19・20日、道の駅あらエッサで新米イベント「新米とまいもん祭」を開催しました。JAしまねの金芽米をはじめ安来産の新米8種が店頭並び、2日間で約100袋を販売しました。イベントでは同地区本部の新入職員も参加し、「新人」という意味の新米とお米の「新米」を掛け、「新米職員」として消費者の方と直接ふれあひながら新米をPRしました。

イベントでは無洗米や金芽米の特性、品種の特長などを消費者へ説明し、お昼どきには炊き立ての新米を地元農家が作るかき揚げや漬物、目玉焼きなどと共に販売しました。新米を味わった方は「やっぱり新米は美味しいですね」と笑顔を見せました。他にも新米のすくいどりや新米がもらえるお米クイズが行われ、多くの方がイベントを楽しみました。

新米職員は「イベントを通じてたくさんの方とふれあうことができました。これからも地元のおいしいお米をどんどんアピールしていきたいです」と意気込みました。



安来の元気な子ども達を紹介します！

MIRAI
KIDS

未来の 主役 たち

すずは
宮本涼羽ちゃん(5さい)
あおば
藍羽ちゃん(3さい)



お出かけの時は妹が迷子にならないよう手を握って歩く涼羽ちゃんは、すみっこぐらしのキャラクターが好きな女の子。最近では鉄棒で前回りができるようになり、今は逆上がりとひらがなが書けるよう練習中！また、お菓子が大好きで、将来はケーキ屋さんになりたいんだって。

最近描いた家族の似顔絵を見せてくれた藍羽ちゃんは、ディズニーキャラクターのラプンツェルになるのが夢な女の子。まだ映画館で映画を見たことがないので、見てみたいんだって。あとカレーが大好きで、嫌いな食べ物でもカレーに入れたら食べれるみたい。

そんな2人は明るく活発な性格で、ケンカしてもすぐに仲直り♪姉妹揃って七五三のお祝をした仲よし姉妹でした。

～お父さんお母さんより～

「5歳になってとっともしっかりしてきた涼羽ちゃん。お母さんのお手伝いもたくさんしてくれて助かってるよ。とっとも元気で明るい藍羽ちゃん。いつも家族みんなを楽しませてくれるね。これからも元気に成長してね！」

家の光 料理倶楽部

講師：栄養士 飯塚生美子氏



大根ステーキの和風きのこソースかけ



料理は家の光12月号90頁を参考にした先生のオリジナルレシピです♪

活動記録

11月は、大根をメインに「大根ステーキの和風きのこソースかけ」を作りました。付け合わせに「海老の卵乗せ焼き」など添え、オシャレに仕上げました。他にも「大根と鯖缶の煮物」「大根ナムル」など大根を使った料理を計5品作りました。



入部希望者は、ふれあい福祉課 (0854-22-3751) まで

ふれあい福祉課だより

もう食べごろ！干し柿づくり



「干し柿づくりなら任せて!!」「大きな柿だね！まいこと乾くかいなア！」等々、笑顔でおしゃべりを弾ませながら、大きな柿を手際よく吊るし柿にしました。燦燦と陽にあたる柿、時には冷たい風に揺れる柿。干し柿は約一か月で

食べごろとなり、みんなで昔話を花を咲かせながら味わいました。

デイサービスふれあいは、これからも昔からの生活習慣や食事に配慮したサービス提供に努めていきます。



お問い合わせ

JAしまね やすぎ福祉サービスセンター
TEL：23-8230 FAX：23-8231



女子大レポート

第7回
講座

マクロビ料理教室 講座

講師

蓮歩
北村 由美子 氏



今回の女子大は、松江市などでマクロビオティック料理の提供や教室を行っている北村由美子氏を講師に招き、マクロビ料理教室を行いました。学生は初めに、マクロビオティックについて基本的な考え方を学習しました。その後、野菜や穀物などを中心に、食材の味や栄養をそのまま取り入れる調理法を学びながら、マクロビ料理を作りました。



学生感想

- ◆マクロビの言葉はよく耳にしていたのですが、本当の意味が分かってよかったです。
- ◆おいしいマクロビ料理を教えてもらったので、家でもやってみたいです。

年末店舗イベントのお知らせ

年の瀬市

グリーンセンター

場所 はしま・ひろせ店

日程 12月26日(木)～30日(月)

年末花市

道の駅あらエッサ内

場所 なかうみ菜彩館

日程 12月26日(木)～30日(月)

年の瀬市と年末花市では、しめ縄、お餅、黒豆などお正月用品を多数揃えておりますので、お買い物はJAの直売店舗で！

また、30日はみその日！大正屋醤油店による金山寺みその実演販売を行います。年内最後のてんこもり！

みその日

道の駅あらエッサ内

場所 なかうみ菜彩館

日程 12月30日(月) 10時～
※無くなり次第終了

皆様のご来店をお待ちしております。

年末年始の営業時間のお知らせ

平素よりJAしまねやすぎ地区本部をご利用いただき、誠にありがとうございます。
各店舗・センターに関する年末年始の営業時間は、下記の通りとなります。

店舗・センター	休業日	臨時営業	通常営業
グリーンセンター ひろせ店	12月31日(火) ～1月5日(日)	12月29日(日) 8:30～14:00	8:30～14:00 定休日 日曜日
グリーンセンター はしま店	12月31日(火) ～1月5日(日)	12月30日(月) 8:30～14:00 1月6日(月) 8:30～14:30 ※なお、12月26日(木)～29日(日)は営業時間を8:30～17:00に延長します。	8:30～14:30 定休日 月曜日
なかうみ菜彩館	12月31日(火) ～1月2日(木)	1月3日(金) 9:00～15:00	9:00～18:00 定休日なし
資材店舗サンサン	12月30日(月) ～1月5日(日)		9:00～18:00 定休日なし
農業機械 サービスセンター	12月28日(土) ～1月5日(日)		8:30～17:00 定休日 土・日曜日

お問い合わせ先

グリーンセンターひろせ店 TEL:0854-32-9333
グリーンセンターはしま店 TEL:0854-23-7288
資材店舗サンサン TEL:0854-28-7801

なかうみ菜彩館 TEL:0854-23-7310
直売店舗課 TEL:0854-28-7200
農機センター TEL:0854-22-6900

令和元年分農業所得申告用 農業経営データの申し込みについて

J Aでは農業所得申告に向けて、希望される方に農業経営データを提供しています。
令和元年のデータにつきましても、例年どおり自動更新で配布いたします。期中で経営移譲をされたり亡くなられた場合の新規、変更を希望される方は手続きが必要となりますので、お早めにお申し込み下さい。

提供データについては以下のとおりです。

1. 提供内容 指定 J A貯金口座の令和元年分取引内容を集計したデータ
(一人あたり3口座まで)
2. データの種類

① パソコン用データ

- ◆エクセル用データ ◆ソリマチ農業簿記ソフト用データ
- ※CD-R、インターネットダウンロードでの配布となります。

② 帳票データ（紙に出力したもの）

3. 料 金

- 1世帯あたり500円（税込）
※データを受け取られる際にお支払い下さい。

4. 申込締切 令和元年12月30日（月）

5. データ配布時期 令和2年2月上旬（※予定）



新規・変更の申し込み・お問い合わせは最寄りの支店・店までお願いいたします。

インターネットのできるパソコンをお持ちの皆様へのご案内

インターネットを利用して、農業所得申告用農業経営データをご自宅のパソコンに取り込むことができます!



J Aでは、ご自宅のパソコンに農業所得申告用農業経営データやプログラムを取り込むことができるサービスを提供しています。

利用登録してJ Aしまねやすぎ地区本部のホームページにアクセスすれば、パソコン用データやエクセルプログラムなどを必要なときにいつでもダウンロードすることができます。

一度登録をされますと、**次年度からは申し込み不要のうえ無料**（初年度登録料（ID、パスワード発行）：1世帯500円）でご利用いただけますので、この機会に是非このサービスをご利用下さい。

お問い合わせ

生産流通課（TEL：0854-28-7800）

ふれあいの集い

今年もやってきました「ふれあいの集い」。美味しい食事と温泉をはじめ、交流会や健康教室、遊ビリテーションなど内容盛り沢山で皆様をお待ちしております。



※写真はイメージです。

1班 安来東、安来南、伯太

令和2年1月22日(水)～23日(木)

2班 赤江、広瀬

令和2年1月29日(水)～30日(木)

参加料 1万円 (お1人様)

※当日、集金させていただきます。

対象 各支店管内在住の65歳以上の方

(令和2年1月1日時点)

定員 185名 (定員になり次第、締切)

各支店からバスで
送迎致します。



お申し込みは
お近くの支店まで

赤江支店 (28-9030)
安来東支店 (22-2243)
安来南支店 (22-1123)
伯太支店 (37-1515)
広瀬支店 (32-2331)

「お試し価格だから頼んだのに！」 ネット通販で意図せず定期購入に

「お試し価格」「初回無料」等をうたった健康食品、化粧品、飲料の定期購入に関する相談件数が増えています。

- ◆商品を注文する際は、契約内容や解約条件をしっかり確認しましょう。
- ◆通信販売の最終確認画面には定期購入になる旨や支払う総額、解約返品について明記することになっています。記録しておきましょう。
- ◆使用により体調を崩してしまった場合は速やかに中止し、それでも改善されない場合は医師の診断を受けましょう。
- ◆請求に納得がいかない、事業者と連絡が取れず解約ができない等、トラブルが生じた場合はお近くの消費生活センター等へ相談しましょう。

島根県消費者センター



お近くの消費生活センター等につながります。

作：柏屋ココ

ご相談は消費者ホットライン

☎ 局番なしの **188**



島根県消費者センター



人事異動

- ◎異動（令和元年12月1日付）（ ）内は旧部署
- ▼金融共済部資金課・高橋夏美（企画総務部企画総務課付）

（令和元年12月18日付）

- ▼企画総務部企画総務課付・細田京子・安来南支店信用課

1月の外務日は
15日(水)・16日(木)
 担当職員がお伺いします。

税務相談会日程

- 広瀬支店 12月23日(月)10時～12時
- 安来東支店 1月14日(火)10時～12時
- 伯太支店 1月14日(火)13時30分～15時30分
- 広瀬支店 1月20日(月)10時～12時

年金相談会日程

● 1月27日(月) 9:00～14:00 (安来東支店)

事前にお電話にて相談時間のご予約をお勧めします。
 最寄りの支店または資金課(22-3752)までお問い合わせください。

以下のものをご持参いただければ、詳しいご相談ができます。

- ねんきん定期便 ●年金手帳及び年金番号通知書(ご本人・配偶者)
- 年金証書(ご本人・配偶者) ●年金請求書 ●認印
- 年金加入記録のお知らせ等



市況動向

島根中央子牛市場
(単位:円・頭)

種別区分	地区区分	安来地区	伯太地区	広瀬地区	地区平均	中央市場
雌	平均価格	676,500	-	718,300	697,400	696,999
	頭数	3	0	3	6	112
	最高価格	688,600	0	768,900	768,900	1,136,160
又キ	平均価格	837,925	766,333	748,413	788,932	768,605
	頭数	8	3	8	19	160
	最高価格	929,500	818,400	789,800	929,500	976,320
総平均価格	793,900	766,333	740,200	766,964	738,724	
合計頭数	11	3	11	25	272	

11月子牛市場県外移出頭数

	山口県	長野県	宮崎県	佐賀県	鳥取県	三重県	滋賀県	その他	合計	県外移出率
雌	33	9	0	7	9	8	8	8	82	52.90%
去	27	12	21	6	0	0	0	17	83	35.11%
合計	60	21	21	13	9	8	8	25	165	44.44%

本県の素牛相場 不安定

令和元年11月の全国主要子牛平均価格(全農・畜産生産部11月22日現在速報)は雌714千円(前月比100%)、去勢814千円(前月比101%)と“強気配”の取引となっております。

本県11月の子牛市場は隠岐・西部・中央市場で開設し、831頭の上場があり、平均価格は隠岐617千円(前回比30千円安)で“弱気配”、西部市場が695千円(前回比40千円安)で“反落”、中央市場は767千円(前回比15千円高)で“反発”の取引となりました。

中央市場の上場牛においては、全体的に揃っており発育良好な牛が多く見られました。

枝肉相場においては、年末を控えているにもかかわらず末端販売が非常に弱い現状のために卸売業者にとっては不安を抱えながらの仕入れとなっており、それを反映するかのよう素牛相場も不安定な状態となっております。

とう立ちの遅い品種を選ぶ ダイコンのトンネル栽培

あなたもチャレンジ! 家庭菜園

園芸研究家 ● 成松次郎

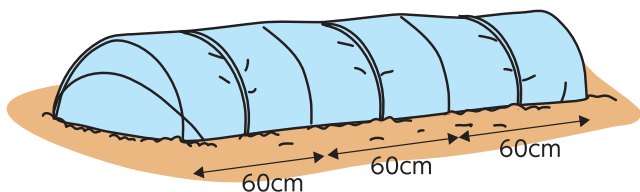
トンネル栽培は晴天日には気温が外気より高く、日中の気温を生育に適切な温度（15～25度）に少しでも長く保つことができます。さらに、20度程度の高温はダイコンのとう立ちを打ち消す働き（脱春化という）があります。このように、トンネルとマルチの利用は生育促進と、とう立ちを回避する効果があります。

一般地では、種まきは2～3月、収穫期は5～6月となります。

【品種】「天宝」（サカタのタネ）、「つや風」（タキイ種苗）はとう立ちが遅く、低温でもよく太る肌のきれいな品種です。「大師」（タキイ種苗）はやや短根ですが、密植ができます。

【トンネルの作り方】支柱の長さは、床幅70～80cmでは、挿し込む長さを加え、200cm程度の長さが必要です。トンネルフィルムは、支柱の長さと同じ程度の幅を使い、マルチフィルムは、農ポリの穴開きで雑草防止には黒を選びます。トンネルの土台となる支柱を60cm間隔に挿し、フィルムの裾は土で埋め、フィルムの上に押さえる支柱を挿し込むなど耐風性を工夫しましょう（図1）。

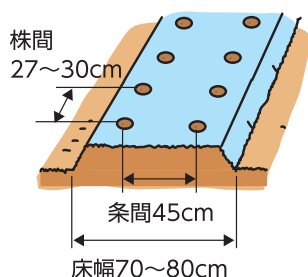
図1 トンネルの作り方



【畑の準備】種まきの2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gをまいて畑を深く耕して、土を細かく碎きます。1週間前に化成肥料（N:P:K=10:10:10）150g程度と完熟堆肥1～2kgを施用します。

【畝立てと種まき・間引き】幅70～80cmの栽培床（ベッド）を作り、マルチフィルムを早めに張って地温を上げておきましょう（図2）。条間45cm2条、

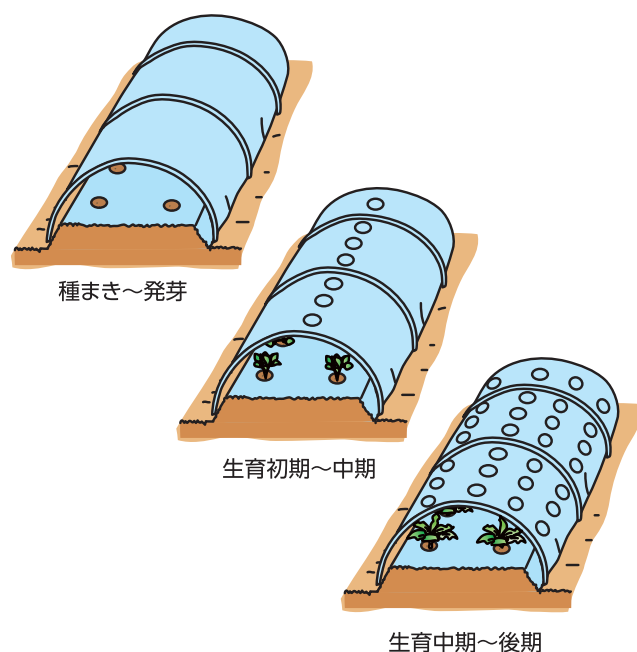
図2 畝立て



株間27～30cmとし、1カ所4～5粒をまいて、1cm程度の覆土をします。1回目の間引きは本葉1～2枚までに、2回目は本葉4～5枚の頃しっかりした株を1本に残します。

【トンネルの換気方法】日差しが強くなるとトンネル内は30度を超えるため、換気します。穴開きフィルムを使うと、換気の手間が省けます。穴なしフィルムでは裾を気温に応じて開閉するか、またはフィルムに穴を開け、次第に穴を増やして換気量を大きくします（図3）。3～4月はさらに気温が上がり、葉が茂ってトンネルの中が窮屈になる頃にはトンネルを剥ぎます。

図3 トンネルの換気(穴開け)方法



【収穫】首の太さが8cmくらい、重さ1kgぐら이가収穫適期です。若取りして、葉も利用しましょう。なお、とう立ちが進むと芯が堅くなりますが、花茎（とうの長さ）が10cm程度なら問題ありません。

※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。

ほうっておかないで、
その痛み

シリーズ累計
販売個数
189万個
うち
ビタエース「ゴールド」錠
97万個

効き目の確かな
「医薬品」

ひざが痛い
腰・肩が痛い
手足がしびれる
疲れが取れない



5つの有効成分 1日量(9錠)中

— ひざ・腰・肩などの軟骨成分 —

コンドロイチン硫酸エステルナトリウム

※最大配合量 **900mg**(※)

— 痛みを緩和する4つのビタミン —

ビタミンB₁誘導体

(フルスルチアミン塩酸塩)

109.16mg(※)

ビタミンB₂

(リボフラビン酸エステル)

12mg(※)

ビタミンB₁₂

(シアノコバラミン)

60μg(※)

ビタミンB₆

(ピリドキシン塩酸塩)

30mg

(※) ビタミンB₁:主薬製剤に
配合できる1日最大量

第3類医薬品

クミアイ **ビタエース「ゴールド」錠**

270錠 **5,940円**(税抜価格5,400円)

【効能・効果】●次の諸症状の緩和:神経痛、筋肉痛・関節痛(腰痛、肩こり、五十肩など)、手足のしびれ、便秘、眼精疲労●脚気「ただし、これらの症状について、1ヵ月ほど使用しても改善がみられない場合は、医師又は薬剤師に相談してください。」●次の場合のビタミンB₁の補給:肉体疲労時、妊娠・授乳期、病中病後の体力低下時
【用法・用量】次の量を1日3回、朝昼晩、食後に服用してください。15歳以上:3錠 11歳~14歳:2錠 7歳~10歳:1錠 7歳未満:服用しないでください。

お問い合わせ先



協同薬品工業株式会社 島根営業所

〒699-0641 島根県出雲市斐川町美南1655
TEL 0853-73-7430

ロータリー等を装着したまま公道走行が可能になりました!

ロータリー等の直装型作業機*を装着した状態のトラクターが、一定の条件を満たした場合に公道走行が可能となりました。周囲の方々への安全を第一に、注意して走行してください。

*直装型作業機:けん引タイプではない、ロータリー、ハロー、直装式ブームスプレーヤ、播種機等のトラクターに直接装着する作業機

**Q. 「一定の条件」とは
どのようなものですか?**

**A. 灯火器類、作業機の幅、
最高速度、運転免許**などの
確認が必要となります。
詳しくはお近くの農機販売店や、
地方運輸局、地方農政局、(一社)日本
農業機械工業会にご確認ください。

例えば灯火器類なら……

作業機を装着して**灯火器類が見えなくなる場合**
⇒ お近くの農機販売店で、**灯火器類を増設**しましょう!



装着可能な灯火装置については、トラクターメーカー・作業機メーカー双方で供給開始に向けて準備中

国土交通省 農林水産省

(一社)日本農業機械工業会

【お問合せ先】
農林水産省 生産局
技術普及課 03-6744-2111



http://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/kodosoko.html

日農工 公道走行



<http://www.jfmma.or.jp/koudo.html>

ボルシチ



ウクライナが発祥の郷土料理、ボルシチ。沢山の野菜を煮込んで作ります。鮮やかな赤紫色をしたスープです。味は、薄味のスープです。フランス料理のポトフのような味で、薄味だからこそ、それぞれの素材の旨みが生かされ、各素材の風味が楽しめるスープです。

●材料（4人分）

ビーフブイオン	約1.5ℓ	人参	1/3本
キャベツ	1/8玉 (5mm幅くらいで千切り)	トマトソース	大さじ2 (トマト1/2個(1.5cm角切り))
じゃがいも	大1個 (皮をむき、2cm角大にカット)	ライ豆	50g
ビーツ	大1/2個(千切り)	ディル	(10本以上) あれば ひまわり油(またはオリーブオイル)
玉ねぎ	中1/2個 (1cmみじん切り)	塩・こしょう	適量
		サワークリーム	適量

●作り方

- ①ビーフブイオンでじゃがいもを煮込み、キャベツ、人参、ライ豆を入れ5分煮る。
- ②フライパンにひまわり油を入れ、ビーツを炒める。玉ねぎを入れ炒め、トマトソース、①のブイオンを少し入れ5分程蓋をして蒸し炒める。
- ③ビーツが柔らかくなったら①の中に入れ、塩・こしょうで味をととのえて煮込む。
- ④器に入れサワークリーム、ディルを乗せる。

ホットプレートで2種類のチーズフォンデュ



クリスマス、お正月と人の集まる時期に、おうちでチーズフォンデュパーティーはいかがですか！好きな野菜、ハム、魚などチーズをつけているんな具材で楽しんでみてください。チーズは、エメンタルチーズ、グリュイエールチーズ、カマンベールチーズなど好きなチーズでつくってみてください。

●材料（4人分）

ピザ用チーズ	200g	のやき	1本
牛乳	100cc	人参	1/2本
片栗粉	小さじ2	ブロッコリー	1/2本
ニンニク	1かけ	じゃがいも(さつまい)	1個
◆抹茶バージョン◆			
ピザ用チーズ	150g	かぼちゃ	1/4個
他のチーズ	150g	ミニトマト	8個
牛乳	200cc	しいたけ	2枚
抹茶	適量	白焼きあなご	1本・ちくわ4本
片栗粉	小さじ2	食パン	2枚
ニンニク	1かけ	ハム	1/2本
		ウインナー	8本

●作り方

《下準備》

- ①食材は1口大に切り竹串をさす。
- ②ブロッコリー、人参、いも類は固めにさっとゆでる。
- ③食パンはオーブントースターで焼き1口大に切り竹串を刺す。

《調理》

- ①チーズに片栗粉をしっかりと混ぜ合わせる。
- ②鍋又は器にんにくをこすりつけ、ホットプレートの上に置き、牛乳を入れ、牛乳の周りがプクプクとするまで弱火で温める。
- ③かき混ぜながら①のチーズを2～3回に分けて入れる。(焦げ付くので必ず弱火で、器底からかき混ぜる。)
- ④ホットプレートの上につける具材(のやき、ニンジンなど)を置き焼く。
- ⑤チーズが溶けて滑らかになり、プクプクとしてきたら竹串にさした食材にチーズをつける。

表紙紹介

表紙のイラストは野々村 直通 (ののむらなおみち) 先生に描いていただいています。

今月の表紙は三隅町室谷の「棚田まつり」です。

「日本の棚田100選」に選ばれた棚田で開催されるこのお祭りは、稲刈りを終えた棚田で石見神楽や田ばやしなどの郷土芸能が行われるほか、地元で採れた農産物が販売され、県内外からの来場者で賑わいます。棚田の各所には時事ネタを盛り込んだかかしが並び、ガイドの解説を聞きながら棚田を歩く散策会が人気です。

編集後記

平成から令和へと時代が移った2019年。節目の年を、皆さんはどのように過ごされたでしょうか。農産物の出来に大満足の方もいれば、来年の改善点を発見された方もいらっしゃるかと思います。JALしまねびよりは、来年も皆さまの活躍を取材し、発信していきます。今年も、取材にご協力いただいた大勢の皆さまに『感謝』。(和)

【今月の表紙の原画】

レイアウトの都合により表紙のイラストは原画の一部表示となっています。原画の全体は次のとおりです。

