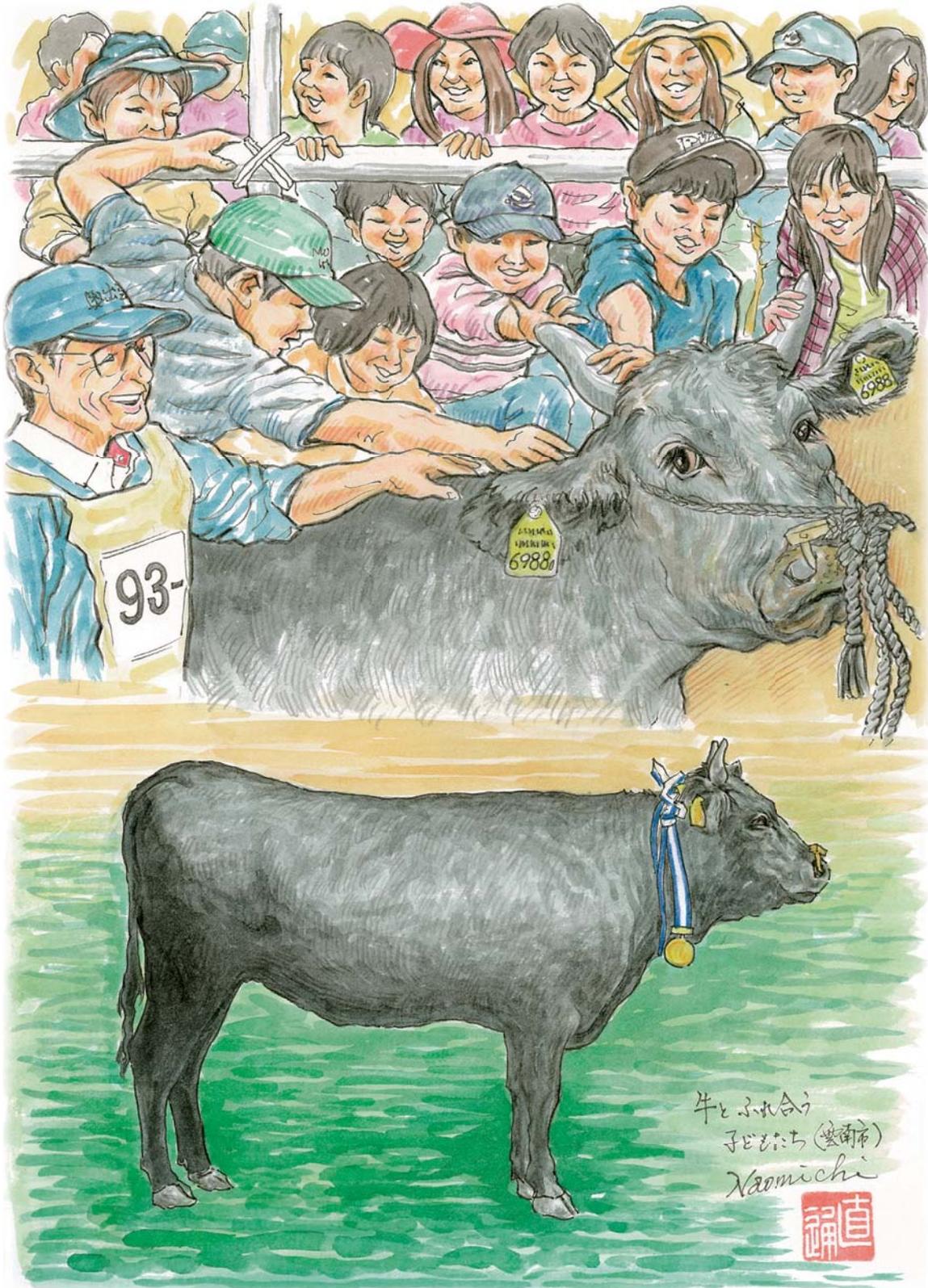


# JAしまねびより 2018

December Vol.33

**特集** 島根のいいもの再発見!! 「雲南市 みどりちゃん」 雲南地区本部 来月の外勤日は **1月19日(土)**  
— 臨時総代会開催 —



島根には誇れる農産品がたーっくさん！  
**島根のいいもの再発見!!**  
 直撃・生産者インタビュー



素敵な笑顔とお話に、愛情を込めた野菜づくり、地域づくりへの想いをひしひしと感ずることができました。

## 【雲南市 みどりちゃん】

12月は、雲南地区本部。雲南市掛合町で、水耕栽培による「みどりちゃん」ブランドの野菜の生産に取り組む、(有)だんだんファーム掛合、代表取締役社長・香川昇司さんにお話をお伺いしてきました。



お話をお伺いした香川社長

東西に長く広がり、海も山もある自然環境豊かな島根県。島根には、胸を張って誇れる農産品が実は多種多様にあるんです。毎月、その農産品を紹介、生産者の生の声を聞いていきます！



標高約200m、掛合町の日照条件の良い山間にだんだんファームのハウスは立ち並んでいる。

平成14年に町内の建設業者の経営者6人と賛同者13人とで「もつと元気な町づくり」に貢献しよう」と、だんだんファームを設立しました。今年で16年目になり社員5人、パート12人で野菜の生産をしています。すべての野菜を水耕で栽培しており細ネギやミニセロリ、サラダホウレン草、サラダ水菜を取り扱っています。みどりちゃんシリーズを生産している農家は現在、12戸・計2ヘクタールで生産しており、このうち約半分の出荷量を当社が担っています。ハウスは合計18棟、年間の生産量は細ネギが約53t、ミニセロリ約6t、サラダホウレン草約51t、サラダ水菜約32t前後を生産。県内をはじめ関西や山陽方面に出荷しています。

**農業経営をはじめたきっかけや概要を教えてください。**



薄膜型で育てられるサラダホウレン草



湛液型で育てられる細ネギ

**水耕栽培はどのようにして行っていますか？**  
 ハウス18棟のうち細ネギ・ミニセロリ用に8棟、サラダホウレン草・サラダ水菜用に8棟、それぞれの育苗用に各1棟使用しています。幅8・5m、長さ67mのハウス内に高床の栽培ベンチを設け、一定間隔で穴を空けた専用の発



緑の絨毯（じゅうたん）という表現がピッタリなほど、衛生的に管理されたハウス内に作物の緑が映える。

泡スチロールパネルを敷いて穴に苗を植えます。細ネギとミニセロリは根を培養液に浸す湛液型（たんえき）で、サラダホウレン草とサラダ水菜は培養液を浅く流し続ける薄膜型（はくまく）を採用しています。水耕は春夏秋冬、年間を通して栽培できるほか土耕に比べて1.5倍程度、成長が早いとされています。そのため1年で栽培する回数を増やすことができ、細ネギ・ミニセロリでは年間7回余り、サラダホウレン草とサラダ水菜は17〜19回前後、繰り返し生産しています。

### 水耕栽培のメリット、デメリット、こだわっていることなどありますか？

メリットとして水耕栽培は、季節にとらわれることなく温度管理することにより一年中栽培することができ、デメリットとしては、設備

投資に費用が掛かりハウス内の温度、水温、送風機等を管理するための光熱費用が周年で必要になってきます。また狭い場所で栽培するので、病気が発生するとハウス内に広がるため水質やハウス内の管理を徹底しています。

また、野菜の価格変動等により、出荷できないリスクを軽減するため、細ネギ、ミニセロリ、サラダホウレン草、サラダ水菜と品目を分散し計画的に生産しています。平成23年には優れた品質と安全性を第3者機関の判断をもとに県知事が認証する「美味しまね認証」をみどりちゃんグループ全員で取得しました。手洗い、ハウス内の清掃など徹底した衛生管理を行っています。サラダホウレン草やサラダ水菜などは悪い雑菌が付くと病気が発生するので、水道水（他の生産者は水質検査を行った地下水）を原水に使用。栽培当初から太陽熱システムを活用し60℃の温水で殺菌消毒し、できるだけ農薬を使わないように工夫しています。

### 水耕で育った野菜は味の違いはありますか？

水耕の野菜は柔らかくて癖のない味になります。サラダホウレン草やサラダ水菜は生のままでも食べられるので「サラダ」という名前を付けています。ネギも辛味が少な



水耕栽培された作物はとにかく綺麗で根っこまで真っ白。



生野菜が少し苦手な取材班も試食させてもらい、そのうまさに納得。

## みどりちゃん 一口メモ

雲南地区本部では水耕野菜のブランドとして「みどりちゃん」を創設し、生産農家全員で品質の良い製品を安定供給するため、産地全体で品質向上、栽培マニュアルの統一や計画的な生産、販売促進等を戦略的に推進している。平成20年にはJGAP（日本版の適正農業規範）の団体認証を受け、現在は128項目にわたる基準をクリアした「美味しまね認証」を取得、安全野菜の生産に邁進している。標高200m余りの中山間地域での大型水耕栽培に取り組むだんだんファームは地域の雇用と産業創出を生み出し、今後の更なる活躍が期待されている。



### 今後の抱負や展望を聞かせてください。

水耕栽培には、1年を通してまんべんなく管理する必要がありますが、逆に言うところ周りで仕事があるという良さでもあります。当社の社員は20

く手巻き寿司の具として生のままスティック状で使っているだけです。サラダや蒸し鍋、野菜しゃぶしゃぶなど老若男女問わず家族の皆さん全員で食べてもらえればいいです。以前、地元の小学3年生全員にサラダ水菜やサラダホウレン草を食べてもらったことがあります。ホウレン草が食べられない子供でも食べるようになりました。イメージとしては5月の山菜の新芽に近い感じでしょうか。味や食感のほかにも、根っこを切ってサッと水洗いするだけで食べられる「手軽さ」があり、お客さんにも喜ばれています。



地域の雇用と産業創出。香川社長の熱い想いが着実に根をはりだしている。

30代の若い世代で構成しています。将来的には全員に任せる施設を作って永続的に携わって欲しいと考えています。当社のモットーである「人を幸せにする野菜づくり」は働く人のため、美味しい野菜を心待ちにしている消費者のため、という想いからです。「みどりちゃん」ブランドの野菜を今後も大切に作り続けていこうと考えています。

# 臨時総代会開催



議長団 (向濱総代(左)、熊谷総代)

当日は、総代定数1,000人(欠員11人)に対し、963人(本人出席541人、委任状5人、書面出席417人)の出席。議長団に向濱樽幸氏(隠岐とうぜん地区本部)、熊谷直道氏(石見銀山地区本部)の両氏を選出し、各地区本部総代から意見、要望が出される中、運営体制改革にかかる定款変更等の臨時総代会議案が可決承認されました。

開会にあたり竹下組合長は「6月の総代会以降、協議を重ね本日の運びとなった。ご承認をいただき、組合員目線の改革をすすめたい」とあいさつしました。JAしまねでは、平成30年6月24日の通常総代会で「運営体制改革の取り組みについて」の決議により、改革の骨子とスケジュール等の承認を受け、平成31年6月通常総代会での役員改選以降の新体制を目指して検討・協議をすすめてきました。

この経過を踏まえ、この度の臨時総代会では定款の変更を議案として提出し、可決承認されました。主な内容は、次のとおりです。

- **役員定数の削減**  
理事65人を40人に、監事9人を6人に削減します。(うち常勤理事は33人を17人に削減します)
- **常勤理事体制**  
常勤理事を本店に5人、各地区本部に1人(出雲地区本部は2人)配置します。また、本部長を補佐する役割として、くにびき地区本部および雲南地区本部へ執行役員を各1名、全ての地区本部へ統括部長(兼務)を配置します。
- **運営委員会の強化**  
組合員の意思反映の重要な組織として、地区本部運営委員会を強化することとし、多様な組合員の意見が反映されるよう、役割を再確認するとともに構成の見直しを図り、また委員会の運営を報告中心から意見交換中心の運用となるよう見直します。

この度の議案の可決承認を受け、JAしまねは、厳しさを増す諸情勢のなかで、新たな体制のもと、組合員の意思反映・議論の場を確保しながら、迅速・的確な判断・意思決定を行います。また、協同組合としての民主的運営と健全経営のバランスをとりながら、1JAとしての効率化、統合メリットの一層の発揮に向け、新たな運営体制を構築し、スピード感のある改革と、組合員へのサービスマナー向上に努めてまいります。

## 臨時総代会 Q & A

**質問**… 役員年齢制限について、内規では「70歳」と定められているが、現在の農業従事者の平均年齢71歳を踏まえ、定年延長について検討してほしい。

**回答**… 統合以前の状況や各県の状況を考慮し、70歳とした経過があります。今後、変更が必要な状況となった際には検討いたします。

**質問**… 非常勤役員削減数が少ないように感じることがある。

**回答**… 非常勤理事についても半数程度の削減を行います。また、女性層の意思反映のため女性枠を拡充し、また若年層の意思反映のため青年枠を設けています。皆様の意思反映を考慮した運営体制を目指していますので、ご理解願います。

**質問**… 運営委員会を再構築するところだが、現在どのような問題があるのか。

**回答**… 地区本部執行部からの報告事項が中心となっている現状から、運営委員会を通して地域の声を執行部へ投げかけるといふ本来の姿とするため、再構築を図るものです。

**質問**… 組合員の世代交代が進むなか、組合員が離れていくことの無いよう、今回の改革が運営に負の資産として尾を引かぬよう、協同の精神のもとでよりよい島根の農業を目指してほしい。

**回答**… 地域に根差した農業、儲かる農業の実現、地域組合員の繁栄に向け、まずは身を切る改革を行わせていただきます。組合員の皆様に、引き続き統合メリットを受けていただけるよう、健全経営を堅持する仕組みを作り上げてまいります。

この他にも幅広くご意見をいただきました。



# 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。

## 【邑南町】 鵜瀬 頼秀さん・敬子さん

鵜瀬さんは邑南町で、園芸作物（露地・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U・Iターン者を対象とした農業体験に参加したことをきっかけに、大阪市から邑南町に移住しました。農業法人や園芸農家での研修を経て、平成29年1月に夫婦で就農しました。もともと畜産経験があったため、水田放牧を行っている農業法人で構成員として畜産経営も手伝っています。



野菜栽培の経験はなかったため、町内の園芸農家の元で研修を積み、地域住民と交流を図るなかで農地を確保し、野菜の栽培をスタートしました。本格的に就農するにあたってハウスが必要と考え、JAしまね農業振興支援事業施設等整備支援を活用し、平成28年にハウス2棟を整備しました。現在、施設内ではキュウリを中心とした作物の栽培をしています。露地では、なす、葉物野菜、タマネギなど多品目の栽培に挑戦し、どの品目の収益性が高いか、夫婦で作物分担を行いながら日々研究をしています。

今後は個人のハウスの増棟や経営面積の拡大を図り、農業法人の水田放牧にも引き続き携わり、地域と一体となって営農に従事していきます。

### 全組合員調査のお願い

#### 組合員の皆さまの ご意見をお伺いする 取り組み



JAでは平成31年から全ての組合員の皆さまを対象とした全組合員調査を実施します。

調査では、現在JAが取り組んでいる自己改革に対する組合員の皆さまの評価をお伺いします。

組合員の皆さまからいただいた評価が、今後、政府が行う准組合員のJA事業利用規制のあり方などの検討に向けても重要となります。

つきましては、全組合員調査への組合員の皆さまのご協力をお願い申し上げます。

### 理事会情報（10月30日開催）

#### 協議事項

- ①大口貸出金の承認について
- ②平成30年9月末仮決算について
- ③業績還元のお考え方について
- ④次期中期経営計画（平成31～33年度）における本店損益配賦基準について
- ⑤職制規程の一部改正について
- ⑥農林中央金庫への劣後ローンおよび後配出資の対応について
- ⑦出資口数の減少（減口）の承認について
- ⑧行方不明組合員等の脱退手続きに係る資格確認について

（紙幅の関係上、報告事項は省略いたします）

雲南

## 長期格納前に農機点検 鍋山アグリサポーターズ

雲南市三刀屋町鍋山地区の若手農業者らが組織する鍋山アグリサポーターズ（NAS）は11月4日、農業機械の長期格納前に点検講習会を開きました。

雲南地区本部農業機械課の難波博貴職員がコンバインやトラクターのセルフメンテナンスの項目を解説し「講習内容をもとに点検してほしい」と呼びかけました。

NAS代表の柳原昌広さん（53）は「農業機械の故障や不具合は、多大な機会損失にもつながる。自分たちの財産を守るためにも怠らないようにしたい」と話しました。

同地区では一昨年に、鍋山担い手ネットワーク協議会が設立され、組織や集落の枠組みを超えた連携を図り、農業生産活動の体制整備を進めています。今春6月には新たにNASを設置し、担い手育成に向けた講習会などの充実化を目指しています。



トラクターのメンテナンスについて解説する難波職員

隠岐

## 隠岐の島町 いきいき祭りでのぎわい

11月25日（日）、隠岐の島町、隠岐島文化会館において「いきいき祭り」が開催され、隠岐地区本部からも参加いたしました。

当地区本部からは、「しまね和牛」および管内で生産された特別栽培米「島の香り隠岐藻塩米特選さぬむすめ」のPRのため、しまね和牛の鉄板焼きと隠岐で飼育された闘牛肉と藻塩米を使用した牛丼を格安で提供しました。おいしい黒毛和牛肉を食べられるとあって長蛇の列となり、お昼時には完売するほど盛況でありました。また、同会場において隠岐の島町畜産共進会を開催し、田中美砂子さん（隠岐の島町都万）飼育の繁殖若雌「たかやす」号がグランドチャンピオンとなりました。



くにびき

## くにびき農業法人会 児童養護施設に新米を寄贈

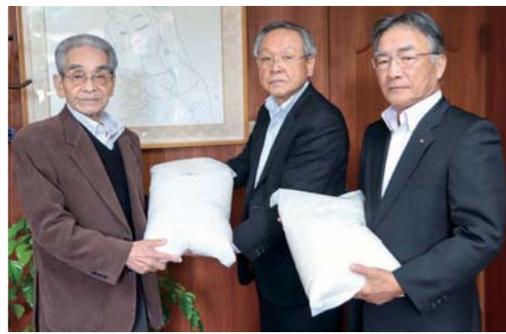
くにびき農業法人会（岸本定朝会長）は10月30日、児童養護施設双樹学院（小林康熙院長）へ地元産の新米348キロを贈りました。

同会は、くにびき管内の17組織で構成されており、2011年から地域貢献活動の一環として、各法人に米の提供を呼び掛けて同学院に新米を寄贈しています。

当日は、農事組合法人のぞみの里古志ファームの長野博代表理事組合長と農事組合法人林本郷の福岡泰正理事が代表して訪問。新米10キロ入りの袋を小林院長に手渡しました。

小林院長は「育ち盛りの子が多く、お米の寄贈はととてもありがたい。子ども達には感謝して食べてもらいたい」と謝辞を述べました。

同会は引き続き、双樹学院に新米を贈呈します。



やすぎ

## おむすびでニコニコ

JAしまねやすぎ女性部が、地区本部の各支店でJA職員などへ感謝の気持ちを込めておむすびを振る舞いました。米の消費拡大のためJAしまね女性部が取り組む「ニコ（2個）・ニコ（2個）おむすび大作戦」の一環として、やすぎ女性部は「おむすびバイキング」を企画しました。

島根県産つや姫の新米を使用し、定番の塩おむすびや昆布おむすび、ちょっと工夫をこらしたカリカリ梅おむすびやゴーヤの佃煮入りおむすび、今が旬のサツマイモおむすび、豪華なたらこおむすびやサザエの炊き込みご飯おむすび等、各支店でオリジナリティーあふれるおむすびに加え、安来産野菜を使用した具たくさん汁等を考案し振る舞いました。食べ終えた職員は「おいしいおむすびでこれからの業務に励めます」と話しました。



## 斐川

### そば「出雲の舞」収穫

11月8日、斐川地区本部が管理する約5aの圃場で、今年の8月に種を蒔き、約70cmに成長したそば「出雲の舞」の収穫作業を行いました。くらしの活動事業の一環として「自分達で栽培し、収穫したそばを打って美味しく食べよう」と企画され、同町のそば生産者である糸賀充さんを講師に迎え、そば好きの地域組合員6名とJA職員が鎌を使って刈り取り、束にしたものをはで場に干していきました。台風による影響で倒伏している箇所も見られましたが、順調に成育し、たくさんの実をつけたそばが出来ました。参加者は「実際に種を蒔き、収穫することは始めて。汗を流して作った分、そばを打って口に入れるのが楽しみです」と期待を込めていました。今後は、2週間ほど乾燥させた後、脱穀したそばの実を唐箕を使って選別する予定となっています。



刈り取ったそばを束にしていく様子

## 隠岐 どうぜん

### 海士町産業文化祭開催

11月17日・18日の両日、海士町役場周辺を会場として、第48回海士町産業文化祭が開催されました。会場には初日から祭りを盛り上げようと沢山の出店が並び、海士支店も地元のJAらしさを意識した、地場産農産物の米・もち米・みかんや、JA農産加工場で製造した赤飯・餅などの加工品を販売しました。また特設会場では、農業機械の展示・販売が行われました。2日目には、隠岐開発総合センターで、「はくさい・だいこん・ねぎ」の3品目による野菜品評会が行われ、外観の美しさ等の審査基準による品目ごとの金・銀・銅賞が発表されました。さらに、役場庁舎前では海士町畜産共進会が開催され、畜産農家自慢の12頭の子牛が出品されました。厳正な審査の結果、昨年に続き戸嶋正史さんの愛牛「ぶく号」がグランドチャンピオンに輝き、見事2連覇の栄冠となりました。肌寒く雨も心配されましたが、賑やかな産業文化祭となりました。



## 石見銀山

### 農青連盟友が農大生に ポン菓子作り指導

JAmね石見銀山青年連盟は11月8日、大田市内のJA米倉庫で、島根県立農林大学校の学生19名にポン菓子作りを指導しました。

同校は11月に開催するイベントで、ポン菓子を初めて販売するため、地元の農青連に指導を仰いだものです。

農青連が作るポン菓子は、JAふれあい祭での人気商品となっています。

この日は、水飴の作り方やポン菓子機の使い方など盟友が丁寧に指導しました。

農青連では、農業や組織のあり方を内外にアピールする「ポリシーブック」を制作しており、後継者育成の一貫として「農大生との交流」を活動計画として掲げています。

竹下幸二委員長は「今までありそうでなかった交流なので機会が持てて嬉しい」と語りました。

農青連は今回の交流をきっかけに農大生との座談会等の開催を検討中で、組織や大田市の農業に関心を深めてもらう機会を増やしていきます。



ポン菓子の作り方を指導する農青連盟友

## 出雲

### 強盗対応訓練実施 防犯への意識高める

出雲地区本部は10月25日に西田支店、10月29日に上津支店で強盗対応を想定した訓練を実施しました。この訓練は非常時に冷静な対応ができるよう、出雲警察署と連携して各支店で定期的を実施しているものです。

訓練は、強盗に扮する警察官が刃物を突きつけて人質を取り、現金を奪って逃走する想定で実施。大声で脅され続ける中、職員はそれぞれの役割に従い冷静に対応しました。訓練後、警察署の方からうまく対応できていた点や注意すべき点を総括いただき、利用者様、職員の安全を最優先に考えて対応するよう指導を受けました。

上津支店の福田哲也支店長は「強盗役の予想外の行動もあったが、職員も落ち着いて対応してくれた。いろいろな状況を想定できた」と話しました。



人質に取られる福田支店長

## 西いわみ

### 法人が学校給食用に お米を無償提供しました。

津和野町の農事組合法人で作る「わくわくつわの協同組合」(理事長糸賀盛人)は10月31日、同町奥ヶ野の「おくがの村ライスセンター」で学校給食用米の贈呈式を行いました。津和野町内の小中学校へ3トンのコシヒカリを無償提供します。

この量は、町内児童生徒約400人の年間消費量の3分の1に相当します。

贈呈式では、糸賀理事長が「農業の大切さとふるさとの味を覚えてほしい」と、町立木部小学校児童に手渡し、お礼に児童らが歌をプレゼントしました。

お米は組合に加盟する12の法人が提供し、JAしまね西いわみ地区本部が精米し各学校に配ります。



贈呈式に出席した児童らに、食の大切さを説く糸賀盛人理事長

## 島根おおち

### 女性部腹部超音波検診

島根おおち女性部桜江支部は11月16日と22日、健康管理活動として桜江営農生活事業所駐車場で腹部超音波検診を行いました。腹部超音波検診は血液検査ではわかりにくい各臓器の状態を検査するもので、痛みもなく簡単に検査を受けられることから、当初は1日で行う予定の検診に56名の申込があったため、急遽2日間に分けて検診を行うこととなりました。22日には川本支部でも検診を行い、三原公民館にて12名が検診を受けました。

また16日には、腹部超音波検診実施に合わせ、金融共済部と組合員課で胸部CT検診も同時に行いました。胸部CT検診には女性部からの声掛けもあり、男女合わせて22名の方が受診しました。

会場内では、「検診は必ず受けるようにしている」、「検診を受けることで安心できる」と言った声も聞かれ、島根おおち女性部桜江支部の田野部長は「多くの方に検診を受けてもらえてよかった。行政機関等でも行われているため受診の機会は多くなっているが、今後も部員の健康管理のため定期的に健診を行っていきたい」と話しました。



## 本店

### 各地で共進会を開催

#### ●西部地区子牛共進会

10月26日に西部家畜市場で平成30年度西部地区子牛共進会を開催し、西部地域から選抜された肉用雌子牛18頭の出品がありました。

審査の結果、最優秀賞には、益田市の佐々木恵美さん出品牛「こはる号」が選ばれました。



最優秀賞に選ばれた 佐々木さんの出品牛「こはる号」

#### ●島根中央子牛共進会

10月31日に島根中央家畜市場で平成30年度島根中央子牛共進会を開催し、東部地域から選抜された肉用雌子牛39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区奥出雲町の部田泰久さん出品牛「あいか号」、2区飯南町の竹田原護さん出品牛「やまゆり号」が授賞し、竹田原さんの「やまゆり号」はグランドチャンピオンにも選ばれました。



グランドチャンピオンに選ばれた 竹田原さんの出品牛「やまゆり号」

## いわみ中央

### 「柿の日」イベント

～いわみ中央西条柿生産組合品評会 力作並ぶ～

いわみ中央地区本部は、10月26日(金)の「柿の日」、きんさい市場黒川店前で、西条柿生産組合主催の品評会を行いました。一年間丹精込めて栽培された西条柿(2.5kg箱)31点が出品され、関係機関の厳密な審査が行われました。今年は、夏の猛暑に干ばつ、9月以降の長雨により栽培管理が難しい状況でありましたが、出品された西条柿はどれも甲乙つけがたい品質でした。審査の結果、上位5名の方が見事に入賞されました。

また、当日は品評会に出された品を即売し、消費者へ西条柿のおいしさをPRしました。

稲垣薫生産組合長は、「今後も品評会を継続し生産者の栽培技術向上に努め、消費者へ西条柿のおいしさをPRしていきたい」と意気込みを語りました。

- 最優秀賞 太田 靖男(田橋町)
- 優秀賞 串崎 美之(東平原)
- 優良賞 平木 正美(東平原)
- 努力賞 原 征四郎(周布町)
- 努力賞 稲垣 薫(田橋町)



最優秀賞を受賞した太田さん

## タテのカギ

- ①障子よりは破れにくそうな建具
- ③彼は——東西の文学に詳しい
- ⑤素振り中のバットが切るもの
- ⑥テンサイなどから作られる調味料
- ⑦漫談家が巧みな——で場を沸かせた
- ⑨カキやタイラギ、トコブシなど
- ⑪——考査。——手当
- ⑬寒い日には氷が張ることも
- ⑮平成31年の十二支は
- ⑰鬮に使われる鳥。漢字で書く
- ⑲農具や収穫物を入れておく建物
- ⑳壁の——から風が吹き込んだ
- ㉒旅客機に乗ってためる人もいます

## ヨコのカギ

- ①輪郭を描いた紙に目や鼻などのパーツを並べて遊びます
- ②1、2、3や一、二、三など
- ③『春の海』や『六段の調（しらべ）』を奏でる楽器
- ④小銭入れに入れる物
- ⑥鹿児島産焼酎の原料の多くはこれ
- ⑧空からちらちらと降ってきます
- ⑩山田太郎さんだったらT・Y
- ⑫怒ると頭に生えるかも
- ⑭車窓を流れていくもの
- ⑯剣道で使う武具
- ⑱ご来光を見るために登る人もいます

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？

1	5	7		13		20
2				14	17	
		8	11		18	
	6			15		
3			12			21
4		9		16	19	
		10				

答え 

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

## 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 〒693-8585 出雲市今市町106-1  
JAしまね 出雲地区本部 情報システム課 「クイズ」係  
平成31年1月5日（土）（当日消印有効）

## ◆先月号の答え◆ 「トシワスレ」

ブ	レ	ゼ	ン	ト	タ
タ	ン	シ	ラ	イ	ス
イ	ス	シ	ン	ゴ	ウ
ナ	フ	ワ	ク	ケ	
ワ	ツ	ク	ス	ベ	ツ
シ	タ	ビ	リ	サ	ル
		キ	リ	オ	ト

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

## 健康散步 JA島根厚生連

## 冬のかゆみ対策

冬になると、多くの人が皮膚のトラブルに悩まされます。この時期は空気が乾燥するため、皮膚から水分が失われてしまい、乾燥やかゆみ、湿疹などにつながります。今回はそんな冬の皮膚トラブルから、かゆみについて日常生活でできる対策を考えていきます。

・入浴  
熱い風呂や長湯は、血行がよくなることで神経が刺激され、かゆみにつながるため注意が必要です。また、入浴すると皮脂が溶けてしまいます（皮脂は天然のクリームで、皮膚の水分が蒸発するのを防いだり、細菌や刺激物質などが体内へ侵入するのを食い止める役割があります）。お湯の温度が高いほど溶けるスピードが早まります。そのため、お湯は39〜41℃で、つかるのも15分以内が望ましいです。

体を洗う時も、タオルでゴシゴシすると角質層（皮膚のバリア機能）を落としてしまいかゆみの原因になります。基本的には石鹸をよく泡立て、手で優しく洗います。

・保湿剤  
保湿剤は1日1回塗るようにします。塗るタイミングは、入浴後10分以内が望ましいです。皮膚の乾燥の程度によって塗るものを変えるとよいです。ローション↓乳液↓クリーム↓ワセリン・軟膏の順に保湿力が高くなります。

・暖房器具  
部屋を暖めると空気が乾燥し、皮膚も乾燥しやすくなります。暖房を使う時は同時に加湿することも大切です。こたつや電気毛布も皮膚の乾燥につながります。

・衣類  
肌着や衣類でも、素材によっては皮膚を刺激してかゆみを強くすることがあります。綿製品などは滑らかな素材で刺激が少ないためオススメです。

かゆみ対策の大きなポイントは2つ。「皮膚を乾燥させないこと」「皮膚に過剰な刺激を与えないこと」です。ぜひ、自分の生活でできそうなものから始めてみてください。



## 生産者インタビュー



JALしまね出雲神在ねぎ部会  
鶴見 彰浩さん

今月は「神在ねぎ」を11アールで栽培する、JAしまね出雲神在ねぎ部会の鶴見彰浩さんにお話を伺いました！鶴見さんは、家族経営でブロッコリーや大根、水稲などさまざまな作物を栽培しています。

— 就農のきっかけは何ですか？

家が代々農家をしていて、いつかは家の農業を継ぐという思いは昔からありました。就農したのは平成25年の8月で、それまではサラリーマンをしていました。仕事をやる中で、自分で経営を試みたいという思いも生まれ、それができる農業という仕事に魅力も感じました。

— 神在ねぎを栽培してみていかがですか？

繊細でとても作りにくいネギですが、その分味も香りも、おいしさが全く別モノだと感じています。葉までしっかりと食べられる、他にはなかなかないネギです。自信を持っておいしいといえ

るものは作っていても楽しいですね。今年夏が非常に暑く、いたみも出ましたが、9月に雨が多く降ったため、早く回復しました。秋以降は順調に生育しています。

— 県版の農業生産工程管理（GAP）制度「美味しまね認証」の取得にも取り組まれていますね。

部会で一丸となって取り組んでいます。基準に沿って記録し、管理するのは大変なことではありますが、食の安全・安心につながる大事なことです。また、記録をしっかりとつけることで作業環境や在庫管理などの状況がしっかりと把握できるようになります。経営面でも無駄がなくなり、プラスになっていると実感しています。

— 最後に神在ねぎのPRをお願いします。

神在ねぎは用途が広く、いろいろな料理でおいしく食べられます。私は焼いたものをカレーに後乗せでトッピングするのが好きです。鍋はもちろん、焼いて食べたり、天ぷら、かき揚げなどもおすすめです。冬季限定ですので、店頭で見かけたらぜひ買っていただき、一度このおいしさを味わってもらいたいです。



## 根深ネギ(長ネギ)の栄養

長ネギは大別すると「葉ネギ」と「根深ネギ」に分かれ、「神在ねぎ」は「根深ネギ」にあたります。「根深ネギ」は糖質が多く、ビタミンC、カリウム、カルシウムなどを含んでいます。「根深ネギ」の白い部分には体を温めたり、発汗させる作用があり、初期の風邪や体の冷えを防ぐのに有効です。

ネギ独特の強い香りは、硫化アリルと呼ばれる栄養成分で、ニラやタマネギにも含まれています。この硫化アリルは、ビタミンB1の吸収や働きを高めて疲労を回復させる効能や、消化液の分泌を高めて食欲を増進させる効能があります。また、血液をサラサラにするだけでなく、血液中の脂質を減らす働きもあるため、糖尿病、高血圧、動脈硬化等の予防にも有効とされています。硫化アリルは揮発性なので、長い時間煮たりしないほうがより効果的に摂取できます。

## 神在ねぎの出荷が始まりました！

今年も12月10日に神在ねぎの出荷が始まりました。12月15日(土)はラピタ本店で試食販売を実施し、おいしい食べ方をPRしています。

今年から、厳選された200グラム以上の大きい「神在ねぎ」の一本売りも始まりました。少人数のご家庭でも、気軽においしさを味わっていただけます。金文字のパッケージが目印です。

「神在ねぎ」は、「下仁田ネギ」と「湘南ネギ」とを交配してできた『あじはわー』という品種です。とても柔らかく、葉先までおいしく食べられるネギで、手間をかけて丁寧に栽培、調整し出荷されています。寒くなるとおいしくなる「神在ねぎ」は、12月から2月までの冬季限定販売となっております。

## ネギのおいしいレシピ

### ネギのスープ



#### 〈材料〉[2人前]

- 神在ねぎ・・・2本
- 水・・・500ml
- たまご・・・1個
- 鶏がらスープの素  
..... 小さじ1/2
- しょう油・・・大さじ1/2
- 塩..... 少々
- ほんだし(顆粒)  
..... 小さじ1/2
- ごま油..... 大さじ1/2

#### 〈作り方〉

- ①ネギを2cm幅に切る。
- ②水を沸騰させ、ネギとAを入れしんなりするまで煮る。
- ③溶き卵を少しずつ加え、ある程度固まったらかき混ぜて完成。

### ネギとイカのオイマヨ炒め



#### 〈材料〉[2人前]

- 神在ねぎ.....2本
- イカ.....1杯
- マヨネーズ.....大さじ1
- にんにくすりおろし  
.....1かけ分
- オイスターソース  
.....大さじ1
- 七味唐辛子... お好みで

#### 〈作り方〉

- ①ネギを斜め細切りに切る。
- ②ワタを取ったイカを輪切りにする。
- ③フライパンにネギ、イカ、マヨネーズ、にんにくを入れ、絡めてから中火でネギがしんなりするまで炒める。
- ④オイスターソースを入れ更に炒めよく絡ませる。
- ⑤お好みで七味唐辛子をふりかけて完成。

## JAしまね出雲女性部運動会開催 1300人が集結!



JAしまね出雲女性部は11月25日、出雲ドームで「平成30年度 JAしまね出雲女性部運動会」を開催しました。女性部員、JA役職員ら約1300人が参加。JAしまね斐川女性部からも参加があり、交流を深めました。

全チームが全力を尽くして競技に臨み、大玉ころがしや綱引きなど計7種目で熱戦を繰り広げました。最後は接戦を制した西部地区が2年連続となる優勝に輝き、「応援賞」でも西部地区が最優秀賞を獲得しました。

会場では、女性部グループなどが新鮮な野菜、加工品などを販売する「ふれあい市場」も開催され、会場は賑わいました。



ほっとで楽しいニュースが満載!

## 荒茅そば収穫祭開催 園児がそば打ちを体験

出雲市農政会議荒茅支部は11月19日、JAしまね荒茅支店で「荒茅そば収穫祭」を開催しました。食農教育の一環として、荒茅保育園の園児45人も参加。年中児が、そば打ちも体験しました。

地域で生産するそばの地産地消と食育を目的に平成16年から開催しています。園児は地元の農事組合法人ふれあいファームの協力で、収穫も体験。収穫から食べるまでの一連の流れを学びました。同支部の金崎享一支部長は「ここでそばを食べたことを、大きくなっても覚えていてくれたら嬉しい」と話しました。

当日は同JA出雲女性部荒茅支部の部員も協力し、そばの盛り付けを手伝いました。同支店の山根康太支店長は「農政会議、女性部の方々々と盛大に開催でき嬉しく思う。毎年参加してくれる園児の皆さんにも感謝したい」と話しました。



そばの打ち方を教わる園児

## 中国四国地区JA青年大会開催 青年連盟伊藤誠司さん優秀賞受賞

中国四国地区農協青壮年組織協議会は11月7日、出雲市で中国四国地区JA青年大会を開催しました。中四国9県から約260人が参加。各県の代表が2部門で発表し、青年の主張の部でJA越智今治青壮年部の近藤修一さん、組織活動実績発表の部でJA土佐香美青壮年部の中川和樹さんが最優秀賞に選ばれました。出雲地区本部からはJAしまね出雲青年連盟平田支部の伊藤誠司さんが組織活動実績発表の部に出場し、優秀賞を受賞しました。

伊藤さんは、同支部で行っている食農教育体験について発表。25年間続いた「平田っ子メロン道場」の継続が難しくなり、新たに「ひらた農産物つまみ食い体験」という、平田の多種多様な農業を1年を通して少しずつ体験するイベントを企画したことを紹介しました。食農教育をいかに継続していくか、盟友たちで議論したことも説明。伊藤さんは「歴史ある青年連盟平田支部の活動を今後も受け継ぎ、平田の農業を発展させていきます」と決意を話しました。



表彰を受ける伊藤さん

## 出雲西部集荷所建設 農業振興の起爆剤に

J Aしまね出雲地区本部は、老朽化した既存の集出荷施設の機能を移転し、島根県出雲市神西新町に出雲西部集荷所を建設しました。11月21日には竣工式を行い、県、市、地元関係者、施工業者、J A役員ら約40人が出席しました。

建設地は高速道路のインターチェンジが近く、カントリーエレベーター、米低温倉庫、パッキングセンターが集約した場所での利便性が高い場所です。施設は農業生産工程管理（GAP）の基準を満たす造りで、あらゆる品目でGAP取得を目指します。スーパークーリングシステム（SCS）冷蔵庫も備え、ぶどう、いちじく、アスパラ、花卉などの長期保存を行う計画です。出荷量、出荷時期をコントロールし有利販売につなげていきます。

また、施設を起爆剤にこれまで生産量が少なかった旧出雲地区でブロッコリーの産地化も計画しています。産地として集出荷体制が確立している平田地区と合わせて管内ブロッコリーの一大産地化を目指します。



あいさつをする石川本部長



建設した出雲西部集荷所

## J Aしまね出雲ぶどう部会 平成30年産ぶどう出荷反省会を開催

J Aしまね出雲ぶどう部会は11月13日、出雲市の大社文化プレイスうらら館で平成30年産ぶどう出荷反省会を開催しました。部会員、関係者ら約330人が出席し、今年産ぶどうの実績報告や、次年産の対策などを確認しました。

今年産のデラウェアは、4月18日に初出荷を迎え、販売金額は14億2,800万円、税別キロ単価は1,187円となりました。冬場の低温などの影響で出荷が遅れ、目標としていた税別キロ単価1,300円には届きませんでした。共販開始以降最高となった昨年に次ぐ高単価を維持しています。同部会の園山築部会長は「市場は5、6月の出荷を求めている。部会としても早期出荷を誘導し、要望に応えていかなければならない」と話しました。

大粒系ぶどうの「シャインマスカット」については、品質向上により県外市場からの評価が上がっていることなどを報告しました。管内の販売高は10月下旬時点で2億5,600万円と、前年を約10%上回っています。

反省会では長年デラウェアの初出荷に努めてきた長浜地区の大野正治さんを功労者として表彰。品評会の受賞者や赤秀比率上位者も表彰しました。このほか、同部会青年部長の伊藤康浩さんによる産地再生プランの発表や、産官学で産地振興に取り組む島根県立出雲農林高校の生徒の研究成果の発表も行われました。



あいさつをする園山部会長

## 青年連盟・やすらぎ会・女性部 常勤役員との意見交換会開催

J Aしまね出雲青年連盟（竹下洋介委員長）、J Aしまね出雲やすらぎ会（片伊勢妙子会長）、J Aしまね出雲女性部（高野智子部長）は11月15日、J Aしまね出雲地区本部でJ A常勤役員との意見交換会を開催しました。直接意見・要望を伝え、話し合う機会として毎年実施しており、各組織の役員、J A役職員合わせて50人が参加しました。

青年連盟からは、熟期が遅いきぬむすめの推進にあわせて資材代引落時期の再検討を要望したほか、農業の適正使用について更なる啓発活動や説明強化を求めました。

ボランティア活動などの助け合い活動を行うやすらぎ会からは、活躍の場が減っている現状を報告。J A役職員に同会をPRし、活動の場を提供してもらうよう求めました。

女性部からは、鳥獣対策やカントリーエレベーターの体制など、農業に関する要望があつたほか、ラピタに求める新たなサービスなどを提案しました。



要望を伝える竹下委員長

## 出雲コーチンブランド化へ (有)藤増が鉄板焼き店をオープン

和牛の肥育のほか焼肉店等も経営する(有)藤増が11月27日、「出雲コーチン」を活用した地鶏を提供する飲食店をオープンしました。11月21日のプレオープンには関係者ら約40人が参加し、鉄板焼きにした地鶏などを味わいました。

絶滅の危機に瀕していた出雲地方の地鶏「出雲コーチン」を復活させようと、平成27年に島根県立出雲農林高校がプロジェクトを立ち上げたのが始まりです。(有)藤増の藤江昭雄会長は同校の取り組みに関心を持ち、新たに養鶏を始めました。

オープンする「鉄板焼 藤増」は2階建て90席。「出雲コーチン」と「名古屋コーチン」などを交配して作出した地鶏を「藤増コーチン」として提供するほか、その他の地鶏や和牛の料理なども扱います。藤江会長はプレオープンで「皆さんにおいしいと言ってもらえた。これからがスタート。消費者の方の意見を聞きながら軌道に乗せたい」と意気込みを話しました。



各種地鶏を食べ比べ  
感想を話し合う参加者ら(右端が藤江会長)

## 着物リメイク教室開催 JAしまね出雲女性部河南地区

JAしまね出雲女性部河南地区は11月14日、JAしまね神戸川支店で着物リメイク教室を開きました。部員15人が参加し、それぞれが持参した着物をカーディガンジャケットにリメイクしました。教室は内容を変えながら第3回まで開催します。

多くの部員に興味を持ってもらえる活動として昨年12月に初開催。ワンピースを制作し、今年5月に同地区の総会でファッションショーを開きました。12月5日に出雲市で開かれたJAしまね女性大会&家の光大会でも、出雲地区本部を代表し舞台上で披露しました。

好評により今年も引き続き開催。カーディガンジャケットは家の光9月号の別冊付録掲載のもので、家の光専任講師の影山和美さんを講師に招きました。参加した女性部員は「眠っている着物は多いが、普段着るのは大変。リメイクしてぜひ使いたい」と話しました。



着物を前に説明する影山さん

## 平田の柿まつり 今年も大盛況!

JAしまね出雲平田柿部会は11月10日、11日の両日、ひらたの柿直売所で柿まつりを開催しました。地元特産をPRしようと、毎年開催しています。

恒例の柿の種飛ばし大会、柿積み大会など、参加型イベントを多数開催。初日は出雲農林高校生のそば打ちや、ネギ焼きの販売も行われました。直売コーナーでは、選果場から直送された旬の柿や、あんぼ柿、柿の葉茶などの加工品も販売しました。試食コーナーも設置し、参加者はおいしい柿を食べながら、買い物やイベントを楽しみました。

同部会の川瀬利治部会長は「高校生にも来てもらい、盛況に開催できた。平田の柿がいいと言ってくれるお客さんも多く嬉しい」と手応えを話しました。



富有柿の皮剥き大会も行われた

## 地域貢献・地域活性化団体表彰 出雲地区本部管内から2団体が受賞

JAしまねでは、地域における歴史・自然・文化等を生かした『地域力』発揮による「元気な地域づくり」を支援する目的で、地域貢献・地域活性化に取り組むグループ・団体等の多様な取り組みを表彰、普及支援しています。

11月16日には松江市で平成30年度地域貢献・地域活性化団体活動表彰式を行い、地域活性化に取り組む県内の11団体を表彰しました。

出雲地区本部管内からは、「唐川親交会」と「えくぼ」の2団体を表彰。「唐川親交会」は、毎年5月に唐川新茶まつり、11月に唐川番茶まつりを開催しています。町内全戸が関わり、遠くは県外からも来場者がある大イベントを支えています。「えくぼ」は音楽療育活動、子育て支援活動、人形劇活動の三本柱で幅広く地域の活性化、地域福祉の向上に貢献しています。



県内の11団体を表彰

## 各種イベントでPR JAしまねラピタ農産物直売会

JAしまねラピタ農産物直売会では、消費者との交流や、安全・安心な地元の農産物のPRを目的に各種イベントを開催しています。11月17日には、漬物などの加工品を出品する同直売会の加工部会が、ラピタ本店で芋煮の無料試食会を実施。来店された方を地元食材で作った芋煮でおもてなしし、交流を図りました。また、11月24日にはラピタひらた店で軽トラ市を開催。店舗入り口に設置した軽トラ市が注目を集めました。



加工部会の生産者が消費者と交流



店舗入り口に設置された軽トラ市

## 女性部佐田支部が映画の上映会 食と命について考える

JAしまね出雲女性部佐田支部は11月17日、JA佐田支店で映画「カレーライスを一から作る」の上映会を開きました。探検家・医師でもある武蔵野美術大学・関野吉晴教授が、学生らとともに野菜、鳥肉、米、スパイスなど材料を一から育てていくドキュメンタリー映画。「命を食べて生きている」「食べ物の始まりを知ることで食べ物の見方がかわってくる」ということを学ぼうと企画したもので、女性部員、JA職員ら約50人が参加しました。

「家の光」8月号の紹介記事で上映会ができることを知った同支部の杉山悦子さんが提案し、賛同した三浦美代子支部長らと企画。JAの協力も得て開催に至りました。杉山さんは「学生の手探りの農業や、食肉処理に関わる人の話などから多くを学べた。ぜひたくさんの人に見てほしい」と話しました。

祖母、母親らと参加した野津駮琉さん（須佐小学校3年生）は「鳥を絞めることにすごびっくりした。ああやって食べているんだと思った」と感想を話しました。



真剣な表情で映画を見る女性部員ら

## 出雲いたけ部会の三島茂部会長に表彰状 しまね「頑張っているリーダー」

島根県庁で11月13日、しまねの農林水産業・農山漁村「頑張っているリーダー」の表彰式が行われ、JAしまね出雲いたけ部会の三島茂部会長がその一人として表彰されました。「持続的に発展する島根の農林水産業・農山漁村」の実現に向けて、地域の創意工夫に基づき主体的かつ積極的に活動をしている方を「頑張っているリーダー」として表彰するもので、今年度で11回目。県内各地から7人が表彰されました。

三島茂部会長は、長年菌床しいたけを栽培し、菌床製造施設立ち上げ当時にも携わってきました。また、今年3月には「美味しまね認証」の団体認証を部会員全員で取得。出雲の菌床しいたけが年々販売高を伸ばしていく中で、更なる産地強化に向けて尽力したことが大きく評価されました。

溝口善兵衛島根県知事は「出雲しいたけが年々販売高を伸ばしておられるのはよく聞いています。今後も地域のリーダーとして島根県の農業の牽引役として頑張ってください」と話しました。



喜びの受賞者と溝口知事(前列右から2人目が三島部会長)

## 視察研修で加工製造を学ぶ 園地区農業担い手女性の会

園地区農業担い手女性の会は11月9日、会員13人で視察研修を行い、飯南町で地元産食材を加工し豆腐や餅などを製造する「つがか工房」を見学しました。加工製造について学ぶとともに、工房スタッフの皆さんと交流を図りました。

園地区では、地域農業を担う女性が結束し、食農教育活動を行うほか、トマトの栽培・加工を行う女性部グループを作るなど、農業振興に向けてさまざまな活動を展開しています。同会の藤江美由紀会長（JAしまね理事）は「今回の研修で学んだことを生かし、農家レストランの開催や農産物加工品の販売など、いろいろなことに取り組みたい」と話しました。

視察研修ではこのほか、飯南町内2ヶ所の直売所、佐田町のカウベル、神西に建設中の高度環境制御栽培施設も見学しました。



餅の加工施設を見学する会員ら

# みどりを守る児童画コンクール

JAしまね主催の「第44回 みどりを守る児童画コンクール」の審査会が9月25日にあり、東小学校5年生の福間心夏さんが山陰中央新報社社長賞、神戸川小学校1年生の小林蒼さんがJAしまね組合長賞をそれぞれ受賞しました。また、金・銀・銅賞にも管内の小学校から応募の11作品が選ばれました。作品は島根県立美術館などで展示したほか、11月3日に開催した「第4回JAしまね出雲地区本部農業まつり」に合わせ、ラピタ本店でも展示しました。

同コンクールは、農業の大切さと役割を広く知ってもらおうと毎年開催しています。44回目の今年は、県内の小学校123校から784点の応募がありました。



**山陰中央新報社社長賞**  
東小学校5年生 福間 心夏さん  
題名「私の大好物！」



**JAしまね組合長賞**  
神戸川小学校1年生  
小林 蒼さん  
題名「くわがたをとったよ」



11月  
講座

## 「卒業式&マナー教室&卒業ランチ会」



▲卒業生を代表してあいさつする山本さん



▲最後の講座としてマナー教室を実施

JAしまね出雲女性部は11月28日、ホテル玉泉で、いずもJAシニア女子大学「みずき」の第1期生39人の卒業式を行いました。高野智子学長（同女性部長）が、取得した単位に応じて卒業証書・修了証書を手渡しました。高野学長は「初めての試みでしたが、女性部員の責任ある運営と、JAの協力で無事卒業式を迎えることができました」と話しました。式では、山本悦子さんが卒業生を代表し「関係者の皆さまへの感謝を忘れず、日々の生活に生かしたいです」とあいさつしました。最後に出席者全員で「365日の紙飛行機」を斉唱し、2年間を締めくくりました。

当日は最後の講座として、ホテル玉泉女将の中山千明さんによるマナー教室も実施。卒業ランチ会も盛大に開催し、楽しかった思い出を語り合いました。

いよいよ1月からは第2期の講座がスタートします！



## 生産資材課からのお知らせ

### 当用配送(肥料・農薬・飼料)変更のお知らせ

いつも、生産資材をご利用いただきありがとうございます。さて、このたび、配送数の減少に伴い、平成31年1月から、現行の料金での当用配送を継続するため、下記のとおり配送回数を集約させていただくことになりました。つきましては、ご不便をおかけいたしますが、ご理解ご協力のほどよろしくお願いたします。

当用配送回数の変更

**週1回(金曜日配達)**

※1月4日、5月3日を除きます。

変更時期

**平成31年1月～**

問合せ先

営農部 生産資材課 (21-6047)

## 健康ライフかわら版

### 「お酒の飲み方 大丈夫？」

島根県では、毎日2合以上(日本酒換算した量)飲酒する男性の割合は11.9%、毎日1合以上飲酒する女性の割合は4.4%であり、全国よりも低いものの微増しています。不適切な飲酒はアルコール健康障害の原因となり、本人のみならず、家族への深刻な影響や社会問題を生じさせる危険性が高いと言われています。

\*アルコール健康障害：

アルコール依存症その他の多量の飲酒、未成年の飲酒、妊婦の飲酒等の不適切な飲酒の影響による心身の健康障害

#### 節度ある適度な飲酒とは？

お酒は適量であれば、リラックス効果や血液の流れをよくしたり、動脈硬化予防に一役かっている善玉コレステロールを増やしたり等、心身ともに有益な作用をもたらしてくれます。しかし、過度の飲酒は肝臓病や胃腸病だけでなく、全身に悪い影響を及ぼし、健康障害の要因となってしまいます。適量や上手な飲み方を再確認して、楽しく安全なお酒が飲めるようにしましょう。

#### 適正な飲酒量を知ろう 1日の適正な飲酒量は…



#### ～生活習慣病のリスクを高める飲酒量～

男性は2合以上、女性は1合以上を毎日飲むと生活習慣病のリスクが高まります。女性や高齢者は成人男性の適正飲酒量の半分が適量と言われています。

#### お酒との上手な付き合い方のポイント

- 週に2日以上、休肝日を決める。
- つまみを食べながら飲んでアルコールによる胃への負担を減らす。
- アルコール度数の高いお酒は薄めて飲む。
- 気分がよくなる程度の飲酒量にする。
- 会話を楽しみながら、ゆっくり自分のペースで飲む。
- 睡眠の質を悪くするので、寝酒は避ける。

出雲保健所では原則毎月第2水曜日に、酒がい相談員等によるお酒の困りごと相談(予約制)を行っています。お酒の問題でお困りの方やご家族は一度ご相談されてみませんか？

お問合せ先

出雲保健所

心の健康支援課

TEL 21-1653



出雲市大社町  
たかはし たつお  
高橋 辰夫さん (85歳)  
ちよこ  
千代子さん (81歳)



大社町で農業を営む高橋さんご夫婦。特産「デラウェア」を10アール栽培しています。秋から冬にかけての今の時期も、圃場を耕したり肥料を入れたりする大事な時期です。「しっかり世話をし、努力をした分だけ良いぶどうができます」と話すお二人。辰夫さんは今でも手掘りで圃場を耕しています。

辰夫さんがバスの運転手として勤めに出ていたころは、ぶどう栽培は主に千代子さんの仕事でした。当時は35アールを栽培し、栽培技術コンクールで最優秀賞を受賞したこともあります。見せてくださった昭和の終わりの写真には、素晴らしい「デラウェア」がたわわに実った畑と、千代子さんが写っていました。

辰夫さんの趣味は走ること。5年前からマスターズ陸上に参加し、短距離走を走っています。「ぶどう作りもトレーニングの一環です」と笑顔で話す辰夫さん。日頃の運動の成果が表れる楽しみなイベントです。千代子さんはお花が好きで、育てたお花で家中を飾っています。また、家庭菜園では野菜も育て、産直市に出品。他の生産者の方との交流も楽しみのひとつです。農業に、趣味にと充実した毎日をご過す、ますます元気なお二人です。



Smile  
きらりスマイル

園町にお住まいの橋本優衣さん。松江市の老人ホームに勤め、今年で3年目になります。事務仕事を担当していますが、デイサービスの方をお迎えしたり、配食サービスで一人暮らしの方などの家にお弁当を配布して回ったりと、利用者の方と関わる機会も多々あります。気持ちよく利用してもらえよう、常に笑顔で心掛けています。

スポーツが好きだという優衣さん。高校時代はソフトボール部に所属していました。現在はバドミントンクラブで体を動かしたり、冬になると友達とスノーボードに出かけたり、いろいろな競技を楽しんでいます。家から程近い場所にある湖遊館で年1回開かれている長ぐつアイスホッケー大会にも、有志で集まって毎年出場。お母さんも大会に出場するメンバーの一人で、親子で活躍しています。

今後の目標を尋ねると「健康に気をつけて、充実した生活を送りたいです」と話す優衣さん。積極的に体を動かし、いろいろなことに挑戦しています。

出雲市園町

橋本<sup>はしもと</sup>

優衣<sup>ゆい</sup>さん(23歳)



### 11月講座

## 「女子大生ショップ開店! 農業まつり出店参加」

JAしまね出雲地区本部は11月3日、いずもJA女子大学の11月講座「女子大生ショップ開店! 農業まつり出店参加」を開きました。女子大学生11人が「第4回JAしまね出雲地区本部農業まつり」に出店。女子大学生オリジナルレシピで作った、さつまいも蒸しパン、トマトジャムクッキー、ホットぶどうジュースサングリアの3品を販売しました。

9月の試作を経て、蒸しパンとクッキーは前日に準備。サングリアに使うフルーツも前日からぶどうジュースに漬けて味を染み込ませました。出店に向けてなかなかのハードスケジュールでしたが、和気あいあいとみんなで相談しながら、無事作り終えることが

できました。店舗のレイアウトも女子大学生たちで考え、可愛い店構えとなりました。

当日は好天に恵まれ、まつりの会場は大盛況。店舗にも多くのお客さんが訪れ、3品とも無事完売しました。参加した女子大学生は「完売して満足感が大きい」「地域の行事に参加できてよかった」などと感想を話しました。



わが家の  
アイドル  
わが家自慢の  
アイドルをご紹介します!



はなだ はるか  
花田 悠ちゃん(11歳・左上)  
ゆい たつき  
結ちゃん(6歳・右下)・樹くん(3歳・左下)

出雲市馬木町

小学5年生の悠ちゃんは、お茶や英語、陸上、スイミングとたくさんの習い事するほか、中学校でバレーボール部に入ろうと自分で練習もしています。家では妹、弟の面倒を見てくれる優しいお姉さん。ご飯も1品2品作ってくれるなど、家族からは「ミニお母さん」と頼りにされています。次女の結ちゃんは盛り上げ上手のムードメーカー。幼稚園では絵を描いたり、泥団子を作ったりして遊んでいます。来年からは小学生。お姉ちゃんがしている宿題の真似をして、ひらがなの勉強などもしています。悠ちゃんと結ちゃんは年1回、地元の神楽にも参加しています。末っ子の樹くんは乗り物が大好き。自転車の後ろに乗せるととても喜ぶます。好きな食べ物はぶどうとカレー。いつも笑顔でみんなを和ませてくれるわが家のアイドルです!

おとうさん、おかあさんからの一言

ケンカをしながらでも、元気にのびのびと、  
お互いを思いやって  
大きくなってほしいと思います。

JAしまね出雲女性部

グループ紹介

伊野支部「伊野リフォーム」グループ

JAしまね出雲女性部伊野支部「伊野リフォーム」は、毎月最終月曜日に旧JA美野店に集まり、さまざまな作品を制作しています。ものづくりが得意な人に、作り方を教えてもらい、帽子や牛乳パック製のイスなどを製作したのが始まりで、興味を持った人が集まって約20年前に活動を始めました。現在は12人のメンバーで楽しく活動しています。

活動の中心はリフォームで、それぞれが古布などを持ち寄り、服やバッグ、座布団カバーなどを制作しています。できた作品は自分たちで使うほか、地区の文化祭で展示もしています。また、新しい布などの材料を買って、販売するための商品も製作することもあります。今年の文化祭ではエコバッグやエプロンなどを販売しました。地元の産直市「伊野いち」でも販売しています。売り上げを

原田陽子支部長より一言

メンバー皆、頑張ってますばらしい作品を作っています。文化祭や伊野いちでの展示・販売は、行事の賑わいになり、地域貢献にもなっていると思います。今後、もっと長く活動が続いていくことを願っています。

次の作品の材料代にし、より良い作品作りに努めています。

メンバーの持ち寄りで開くお茶会も楽しみの一つ。これからも仲の良いメンバーたちで親睦を深めながら活動を続けていきます。



伊野店 水谷店長のメッセージ

伊野支部のなかの独自活動として、平成6年頃から約四半世紀にわたり続く実績のある組織です。タンズや押入れにあって使われなくなった着物や洋服をリフォームし活用する取り組みは、物があふれ、物を大切にしなくなったと言われる今日、とても大切なことだと思います。末永い活動となりますよう、JAしまね伊野店といたしまして出来る限りの支援をしたいと考えています。

読者のページ  
**おたより広場**

読者のみなさんからの投稿コーナーです。最近あった「楽しかったこと」「最近思うこと」「感動したこと」…ぜひお聞かせください。写真や絵手紙・イラストも大募集!!

**おたより大募集**

皆さまからの「おたより」を募集しております。ハガキに、聞いて欲しいこと、日々思うこと、俳句や川柳、絵手紙や写真などのご投稿お待ちしております。  
(匿名希望の方は明記してください)

〒693-8585  
出雲市今市町106番地1  
JAしまね出雲地区本部内  
「広報誌JAしまねびより」編集係 宛  
✉メールでの投稿も大歓迎!  
izumokouhou.izm@ja-shimane.gr.jp



ではと思います。ぜひともラピタをご利用くださいませ。本当に1年が早いですね。皆様良いお年を!

●「いずもほっとニュース」に載っていたイモほり大会に参加しました。楽しかったー暑かったけど! 楽しい企画でした。青年連盟の方々ありがとうございました。心があたたまるイベントでした。

(知井宮町 K・Mさん)

JA…宝探しイベントなどもあり、皆さんとても楽しそうでしたね!

●早いですね。もう年末が近いです。「歳末 お買得クーポン」待ちました! 抽選会も毎年孫と一緒にワイワイガヤガヤと楽しんでいます。楽しみです!

(稲岡町 N・Yさん)

JA…クーポン、大抽選会も年末の風物詩のひとつになっているの

**年金受給者抽選会 アンケートのご協力お礼**

本誌10月号で実施いたしましたアンケートに際し、多数の皆さまにご協力いただき、誠にありがとうございました。お寄せいただいたご意見・ご要望をもとに、より一層ご満足いただけるよう努めてまいります。

また、ご回答いただいた皆さまの中から、抽選で50名様に商品券をお送りします。当選発表は商品の発送をもってかえさせていただきますので、今しばらくお待ちください。

引き続きJAしまね出雲地区本部をご愛顧賜りますよう、お願い申し上げます。

**【訂正とお詫び】**

12月号のP15、「島根ぶどう園コンクール」の記事に誤りがございました。訂正し、お詫び申し上げます。誤：門脇雅弘さん 正：門脇雅宏さん

参加者募集のお知らせ

**いずも食材の日 大根を使った料理教室**

メニュー

- 大根の照り焼き
- 粕汁
- 大根とハムのごまマヨ和え
- 大根の混ぜご飯

- 日時 平成31年1月23日(水) 10:00~13:00
- 会場 ラピタ2階 ふれあいの家出雲 縁
- 参加費 300円
- 定員 12名(定員になり次第締め切ります)
- 持ち物 エプロン・三角巾・マイ箸・持ち帰り用容器

お申し込み先 JAしまね出雲地区本部 ふれあい福祉課 TEL 21-6013

**生産資材課からののお知らせ**

「春野菜用肥料」の予約申込みにつきましては、前回予約注文頂いた方に申込書を郵送するよう変更させて頂いております。

現在、予約注文を受け付けておりますので、新規でのご注文の場合は各支店・営農センターか生産資材課、または各グリーンセンターへ連絡願います。

●予約注文申込み期限●  
**12月20日**

JAしまね出雲地区本部

- 営農部生産資材課 21-6047
- グリーンセンター出雲 21-6048
- グリーンセンター南 25-0650
- グリーンセンターひらた 63-3662
- グリーンセンター大社 53-3939

# 2019 (第38回) 出雲くにびきマラソン大会 参加者募集

走ってえがこう ご縁の輪!



<b>とき</b>	平成31年2月24日(日)	<b>会場</b>	島根県立浜山公園 スタート・フィニッシュ
<b>種目</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1 ハーフマラソン(男女別一般【公認】)</li> <li>2 10kmコース(男女別一般、高校生【公認】)</li> <li>3 5kmコース(男女別一般、高校生)</li> <li>4 3kmコース(男女別、中学生)</li> <li>5 1.5kmコース(男女別、小学3～6年生)</li> </ul>	<b>参加料</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>一般 3,000円</li> <li>※一般の方で左記4,5に参加される方 2,500円</li> <li>高校生 1,000円</li> <li>中学生 700円</li> <li>小学生 500円</li> </ul>

**申込方法** 次のいずれかの方法でお申し込みください。

- (1) 直接申込み (大会事務局)  
申込書を大会事務局まで参加料(郵便小為替でも可)を添えて申し込みください。
- (2) 郵便振替による申込み  
郵便振替用紙(払込取扱票)により郵便局から参加料を添えて申し込みください。
- (3) インターネットサイトによる申込み  
【ランネット】<http://runnet.jp/>から申込み、コンビニまたはクレジットカードで参加料を振り込んでください。

**申込期限** 平成31年(2019) 1月10日(木) 必着

**愛走フレンズ 募集中** この大会は、視覚に障がいのある方でも安心して走ることができる大会として、全国の大会の中でも特筆すべき大会となっています。事務局では、伴走ボランティア組織「愛走フレンズ」のメンバーを随時募集しています。

申し込み・問い合わせ先 **くにびきマラソン大会実行委員会事務局 (出雲市役所 文化スポーツ課内)**  
TEL.0853-21-2341 E-mail: bunka-sports@city.izumo.shimane.jp

## 川柳の広場

選者 竹治ちかし先生

### ◆月間最優秀賞

大掃除夢もちよっぴり捨てました 所原町 櫛井伸幸

選者評

年の暮れになると、大掃除は付きものです。最近では「断捨離」という言葉も流行っており、想い出の品々も夢と共に、儚く捨てられる運命に。

### ◆月間優秀賞

急ぐ雲ゆつくり御茶を召し上げれ 小伊津町 佐藤勝枝

柿と栗秋刀魚新米秋が好き 西平田町 眞野 吞舟どんしゅう

焼き芋を半分こして嫁とお茶 萩籽町 戸谷てる美

### ◆あなたの俳句・川柳を募集します

**◆応募方法**  
俳句または川柳、住所、氏名、年齢、電話番号を記入の上、ハガキまたはFAXでご応募ください。  
※1月号掲載分の俳句の応募メ切りは12月28日(金)必着です。※2月号掲載分の川柳の応募メ切りは1月31日(木)必着です。※お一人様それぞれ3句までご応募いただけます。

### ◆あて先

〒693-8585 出雲市今市町106-1  
JAしまね出雲地区本部 俳句の広場 係又は川柳の広場係  
(FAX: 21-6249)  
※応募作品は自作で未発表のものに限りません。※応募作品の一切の権利は、JAしまね出雲地区本部に帰属するものとします。※月間最優秀賞にはUFJニコス券3,000円分、月間優秀賞にはUFJニコス券1,000円分を進呈いたします。※受賞作品については地区名、氏名(または雅号)を掲載します。  
**受賞者には賞品を郵送いたします。住所、電話番号は必ずご記載ください。**

# JＡしまね出雲地区本部 年末・年始営業時間のお知らせ

		12月29日(土)	12月30日(日)	12月31日(月)	1月1日(火)	1月2日(水)	1月3日(木)	1月4日(金)
一般業務	地区本部	休業						平常営業
金融・共済業務	支店・ふれあい店	休業						平常営業
営農業務	営農部・営農センター	休業						平常営業
	グリーンセンター	平常営業		休業				9:00~17:00
ラピタ	本店・はまやま店・みなみ店	8:30~21:00		8:30~19:00	10:00~18:00		9:30~19:00	
	ひらた店	8:30~20:00			休業			
	佐田店・多伎店・湖陵店・大社店	8:30~19:30						
自動車燃料業務	自動車課	平常営業	休業					平常営業
	LPガス業務	平常営業	緊急時は日直で対応					平常営業
	石油課	平常営業	休業	8:30~17:15	休業			平常営業
	白枝給油所 多伎給油所 湖陵給油所 浜山給油所	平常営業	9:00~18:30	9:00~16:00	休業		9:00~17:00	平常営業
	佐田給油所		8:30~18:00	9:00~16:00	休業		9:00~17:00	
	北部給油所 南給油所 平田給油所		7:00~20:00	7:00~18:00	休業	10:00~18:00	9:00~18:00	

※石油課の配達業務は12月27日(木)が受付最終、12月28日(金)が配達最終、1月4日(金)が受付開始、1月5日(土)が配達開始となります。  
 ※12月28日までと、1月5日からは全店平常営業となります。

## ふれあい号 年末年始の運行について

ふれあい号は、各ふれあい店地区で運行し、多くの方にご利用いただいております。

ふれあい号の年末年始の運行についてお知らせいたします。

12月28日(金)まで	通常運行
12月29日(土)	運休
12月30日(日)	運休
12月31日(月) 鰐淵コース	運休
1月1日(火) 乙立・所原コース、佐香コース	運休
1月2日(水) 田儀コース、久村コース、日御碕コース	運休
1月3日(木) 桧山コース、佐香コース	運休
1月4日(金) 北浜コース、鰐淵コースから	通常運行

※1月4日の北浜コース、鰐淵コースの乗車予約は、12月28日(金)午前中までお願いいたします。

ふれあい号は予約制です。事前に乗車予約をしてください。詳しくは、最寄りのJAふれあい店、母支店にお問合せください。



## 年末年始ATM稼働日のお知らせ

平成30年12月31日から平成31年1月3日までは、年末年始特別対応とさせていただきます、下記を除くATMは全て休止させていただきます。

### 平成30年12月31日 稼働ATM

- 高松支店 ●園支店 ●神戸川支店 ●朝山支店 ●大津支店
- 塩治支店 ●出雲支店 ●四絡支店 ●川跡支店 ●今市支店
- 有原支店 ●平田中央支店 ●国富支店 ●西田支店
- 平田東支店 ●佐田支店 ●大社支店 ●荒木支店
- ラピタはまやま店 ●ラピタみなみ店 ●ラピタ本店
- ラピタひらた店 ●ラピタ多伎店 ●ラピタ湖陵店
- 藤増ストアー知井宮 ●県立中央病院 ●ゆめタウン出雲
- ファミリーマートドーム北店 ●久多美店 ●みどりの郷大社

### 平成31年1月1日・2日 稼働ATM

- 佐田支店 ●大社支店 ●ラピタはまやま店
- ラピタみなみ店 ●ラピタ本店 ●ラピタひらた店
- ラピタ多伎店 ●ラピタ湖陵店 ●ゆめタウン出雲

※JAのキャッシュカードは、県外JA、他行、ゆうちょ等のATMでもご利用が可能です。

### 平成31年1月3日

JＡしまね出雲地区本部管内全てのATMを休止させていただきます。  
 ※システムメンテナンスのため、JAのキャッシュカードは全国全てのATMでご利用できません。

平成31年1月4日(金)からは、通常通りのお取り扱いとなります。詳しくは最寄りの支店へお問い合わせください。



# 31年春、いよいよ出雲の植物工場が始動 リーフレタス水耕栽培施設 パートさん募集



**募集期間** 平成31年1月25日(金)まで

**募  
集  
要  
項**

**仕事内容** リーフレタス栽培管理作業、  
リーフレタス調整作業

**雇用主** JAいずもアグリ開発株式会社

**勤務地** 高度環境制御栽培施設、  
パッキング施設  
出雲市神西沖町918-1

**給与** 時給800円より(経験により優遇)

**雇用形態** パートタイマー

**雇用期間** 原則1年契約(更新あり)

**通勤手当** 有り(上限5,000円まで)

**勤務時間** 午前9:00～午後3:00(実労働5時間)  
シフト制あり、早出、残業あり  
3～4時間の短時間勤務も歓迎します。  
※勤務時間についてはご相談します。

**休日** 週2日(交代制)

**応募資格** 男女不問。未経験の方でも丁寧に指導します。

**福利厚生** 労災保険、雇用保険、社会保険有り

**募集人数** 10～15名程度

**応募方法** 下記の問い合わせ先先に履歴書を  
郵送または持参下さい。

**選考方法** ①書類選考 ②面接

問い合わせ先

〒693-8585 出雲市今市町106-1

JAしまね出雲地区本部営農部内 JAいずもアグリ開発株式会社

電話 0853-21-6041(担当 柳楽、矢田)



## 出雲地区本部理事会報告

11月21日に開催された出雲地区本部理事会の中で協議された主な議題と内容は次の通りです。

〈協議事項〉 .....

- (1)大口貸出金の承認について
- (2)平成30年度ラピタ年末年始の営業時間  
と休店日取得について
- (3)ラピタ本店3階への新テナント入店について
- (4)公益財団法人出雲霊苑との「紹介業務  
契約書」の締結について
- (5)出雲地区本部9月末決算状況について
- (6)平成30年度下期修正計画について
- (7)出雲地区本部役員選考会議の設置に  
ついて

- (2)「小売業出店に対する要望書」の提出  
報告について
- (3)年金受給者大抽選会の結果について  
本年度は趣向を変えて「大抽選会」を  
行い、16,330名の方に参加を頂きました。  
ありがとうございました。
- (4)平成30年9月末部門別・場所別・施設  
別収支実績について
- (5)平成30年10月末事業実績について
- (6)中堅・若手職員プロジェクト提言書に  
ついて(次期中期計画)

〈報告事項〉 .....

- (1)機能性農産物推進プロジェクト(近況  
報告)について  
現在、国・島根大学・農業技術センター  
等と連携し、試験栽培を開始しました。

20代から40代前半の職員で構成する  
チームが、今後のJAについて率直な  
思いを提言しました。

# ニラは 早めの株分けと更新

板木技術士事務所 ● 板木利隆

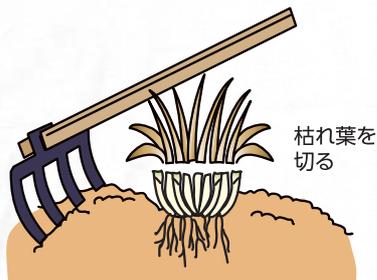
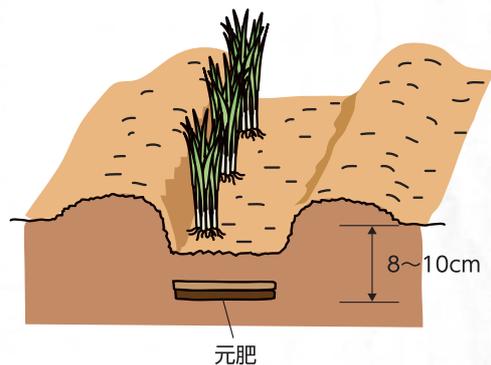
肉との料理の相性が良く、スタミナ料理などに親しまれるニラは、多年草で一度植えておけば、毎年、年に数回収穫できるので、家庭菜園に適した野菜といえましょう。しかし、いくら強いといっても2~3年取り続けると、株が密生気味となり、幅広で厚みのある良い葉が収穫できなくなってしまいます。そうなる前に早めに株分けし、更新するのが得策です。

株分けに一番良い時期は、葉が枯れ根株が休眠状態に入っている冬の間です。この頃は根に栄養が十分蓄えられているので、断根や株の分割という荒療治をしても、傷みが少なく、作業がしやすいからです。

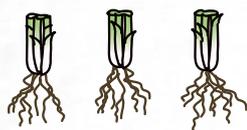
株分けの方法は、まず地上に残っている枯れ葉を、5cmぐらいの高さで、鎌できれいに刈り取ります。そして株の周りによくわかさコップを大きく打ち込んで、根株を土から掘り起こします。根は強力で、密に広範囲に広がっているので、全てを一気に掘り取れないので、途中で縦に切断しても構いません。

掘り上げたら土を振るい落とし、指先に大きく力を入れて大割りし、さらに小割りして、図のように2~3本ずつに分割します。これを2~3個まとめて、20~25cmの株間に植え付けます。

植え溝は事前に、8~10cmぐらいに深めに掘り、元肥として堆肥や油かす、緩効性の化成肥料などを十



力を入れて大きく掘り起こす



指先で2~3本ずつに分割する

分に施しておきます。植える際には、根株を束ねないで、平置きにするよう心掛けましょう。

溝は深めに掘って植えた根株を換気や乾燥からも守ってやります。覆土は株の上部がやや出るくらいにとどめておき、やがて新葉が伸びだしてきたら、葉先を埋めないよう注意しながら、2回ほど覆土をして、溝が埋まるように管理します。

そうすると春には見違えるほどに、勢いの良い、良質なニラになります。

株が増えてきたら銀色のフィルムを畝上に二重掛けし、さらに黒色フィルムで覆い、黄ニラに育ててみるのも楽しみです。なお、販売用の高品質な物は、毎年種まきして育てた苗を植えて、年間随時販売する物で、通常古株は利用しません。

※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。

## 平成30年度 鳥根県種畜共進会を開催

平成30年10月20日（土）に鳥根中央家畜市場で開催し、県内各地域から選抜された肉用種牛46頭、乳用種牛32頭、合計78頭を比較展示し、改良の成果を競い合いました。快晴に恵まれ、多数の来場者があり盛況となりました。

最高位のグランドチャンピオンに、肉用種牛の部は第4区（成雌牛）の隠岐の島町 高井 芳江さん出品牛「しげしげ」号、乳用種牛の部では第6区（経産牛B）の出雲市 永瀬哲也さん出品牛「IDEE サンチエス ルイ ET」が選ばれました。

また、JA女性部和牛審査競技会も同時に開催し、農林大学校、高等学校、JA女性部から合わせて11チームの出場により、和牛審査眼を競いました。雲南市のSAKURA姫が優勝されました。

各受賞結果は以下のとおりです。

### ●種畜共進会 受賞結果

受賞区分	第1部（肉用種牛の部）			第2部（乳用種牛の部）		
	出品No.	市町村	氏名	出品No.	市町村	氏名
グランドチャンピオン	31	隠岐の島町	高井 芳江	604	出雲市	永瀬 哲也
第1区首席				104	出雲市	河村 保志
第2区首席				208	安来市	砂流 啓二
第3区首席	16	奥出雲町	金倉 弘美	303	出雲市	和田 健敏
第4区首席	31	隠岐の島町	高井 芳江	402	出雲市	長廻 康治
第5区首席	91組	大田市	吉田 淳一	503	出雲市	河村 保志
第6区首席				604	出雲市	永瀬 哲也

### ●JA女性部和牛審査競技会 受賞結果

受賞区分	地区本部	名称
優勝	雲南	SAKURA姫
準優勝	高等学校	鳥根県立矢上高等学校A
第3位	石見銀山	富山町和牛改良組合畜産婦人部
最優秀選手賞	雲南	SAKURA姫 武田 京子
敢闘賞	高等学校	鳥根県立出雲農林高等学校B 福島 菜月



第1部  
肉用種牛 グランドチャンピオン  
隠岐の島町 高井 芳江さん



第2部  
乳用種牛 グランドチャンピオン  
出雲市 永瀬 哲也さん



JA女性部和牛審査競技会  
優勝 雲南地区本部  
SAKURA姫の皆さん

## JAしまね統合3周年企画旅行

あなたの夢を買ってつなぐ。

**FDA 直行チャーター便利用!!**

FUJI DREAM AIRLINES

大河ドラマ「西郷どん」ゆかりの「奄美大島」と沖縄人気NO1離島「石垣島」を巡る

**石垣島・西表島・竹富島・由布島 4島巡りと**

**南の楽園 奄美大島**

3日間

2泊とも2名様より1部屋をご用意

**出雲縁結び空港発着**

旅行実施日 平成31年

**2月12日(火)~14日(木)**

旅行代金 (大人お1人様2名様1室利用、出雲縁結び空港起点・税込)

**149,800円**

※別途燃油サーチャージ1,950円が必要となります。  
※お1人部屋ご希望の場合2泊で18,000円(税込)の追加になります。  
※お1人様お申込で相部屋をご希望の場合でも、相手が見つからない場合、お1人様1部屋追加料金を申し受けます。

**萩・石見空港発着**

旅行実施日 平成31年

**2月13日(水)~15日(金)**

旅行代金 (大人お1人様2名様1室利用、萩・石見空港起点・税込)

**149,800円**

※別途燃油サーチャージ1,950円が必要となります。  
※お1人部屋ご希望の場合2泊で18,000円(税込)の追加になります。  
※お1人様お申込で相部屋をご希望の場合でも、相手が見つからない場合、お1人様1部屋追加料金を申し受けます。

現地では  
JAしまね統合3周年企画として  
**JA特産品が当たる  
抽選会を実施!!**



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おります!お気軽に最寄りのJA旅行センターへご請求下さい。

**TOUR 株式会社 農協観光**

- 農協観光鳥根支店 ☎0852-26-2600
- JAしまね出雲旅行センター ☎0853-21-3305
- JAしまね鳥根おち旅行センター ☎0855-83-0008
- JAしまねやすぎ旅行センター ☎0854-28-6699
- JAしまね斐川旅行センター ☎0853-73-9625
- JAしまねいわみ中央旅行センター ☎0855-22-8820
- JAしまね雲南旅行センター ☎0854-42-9118
- JAしまね石見銀山旅行センター ☎0854-82-3501
- JAしまね西いわみ旅行センター ☎0856-22-8587

# かに道場 <境港産>紅ずわいがに かに 食べ放題 + 飲み放題 ズバリ 3,900円 <税込>

10名様ごとのご入場で  
1名様が **無料**  
月~木(祝日は対象外)と  
いたします。

営業期間 **期間限定**  
平成30年 11/1 木曜日  
平成31年 12/28 木曜日  
休業期間 平成30年12月28日(金)~  
平成31年1月5日(土)

成人  
お一人様  
90分

**場所** ラピタ本店 4F 特設会場 **時間** PM5:00~PM9:00

**入場料** お一人様 90分  
 ■成人男性・成人女性 **3,900円** <税込>  
 ■中学生以上20歳未満 **2,900円** <税込>  
 ■小学生以下 **1,900円** <税込>

**セルフバーコーナー完備 飲み放題**



お好きなドリンクを、自分の好きなようにお作り頂けます!生ビール、ハイボール等をはじめ、出雲の地酒など、すべてが飲み放題に含まれます!

■ご予約・お問合せフロント **TEL 21-6063** お問合せ時間: AM9:30~PM8:00  
 週末は特に混みますのでご予約をおすすめいたします。

\*20歳未満のお客様の飲酒はお断り致します。\*飲酒後のお車の運転はご遠慮願います。又、飲酒運転の車両に同乗する事も法律で禁止されています。\*20歳未満の方は保護者または監督者同伴にてご入場ください。

## ラピタ新春特別企画

おさいふカード会員限定企画

### 干支湯のみプレゼント

全店で先着**1,600**名様限り

①配布日 1月1日(火・祝)…本店・はまやま店・みなみ店・ひらた店  
1月2日(水)…大社店・湖陵店・多伎店・佐田店

②配布時間 開店~

③場 所 全店食品レジ

食品レジで当日1,000円以上購入いただいたお客様、お一人様1個限り(レシート複数枚可)

\*各店なくなり次第終了とさせていただきます。



写真はイメージ

### ラピタ 七草キャンペーン

平成31年1/1(火・祝)~7(月)の7日間

対象売場 ラピタ全店食品レジ

対象商品 **七草セット** セリ・なすな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すすな・すすしろ

期間中におさいふカードを提示の上で、上記の七草セットを購入いただくと**100円の「商品値引券」**をプレゼントします

[値引券のご利用期間: 1月8日(火)~15日(火)]

### とんど焼きについて

例年開催しておりました『とんど焼き』につきましては、今まで開催しておりました場所が使用出来なくなった事から、『とんど焼きの開催』と『しめ縄等の回収』を今年度から行いません。何卒ご了承頂きますようお願い致します。



### ラピタ年末年始の営業時間

年末営業 ※12月28日(金)まで通常営業					年始営業 ※1月5日(土)から全店通常営業				
月日	店舗名	本店 はまやま店 みなみ店	ひらた店	佐田店 多伎店 湖陵店 大社店	月日	店舗名	本店 はまやま店 みなみ店	ひらた店	佐田店 多伎店 湖陵店 大社店
12月29日(土)	開店時間	8時30分			1月1日(火)	開店時間	10時00分		
12月30日(日)	開店時間	21時00分	20時00分	19時30分	1月1日(火)	閉店時間	18時00分		
12月31日(月)	開店時間	8時30分			1月2日(水)	開店時間	通常開店(9時30分)		
	閉店時間	19時00分			1月3日(木)	開店時間	通常開店(9時30分)		
					1月4日(金)	閉店時間	19時00分		

ラピタ恒例

# 大抽選会



レジにて抽選スタンプカードをお配りいたします。  
500円(税込)以上お買上げごとにスタンプ1個押印。  
スタンプ10個で1回抽選できます。

## 開催中!!

抽選期間 平成30年

12/8土 ▶ 12/28金

抽選会の  
実施時間  
のお知らせ

- ①本店・はまやま店・みなみ店(20時まで)
- ②ひらた店・佐田店・多伎店・湖陵店・大社店(閉店まで)

スタンプ押印期間

平成30年 12/28金まで

景品引換期間

平成30年 12/8土 ▶ 12/31月

■ 抽選対象 / ラピタ全店 ※催事、ブライダル等一部売場及び  
当店の指定する商品は除きます。

注意  
事項

- ※ご精算時のみのスタンプ押印とさせていただきます。後からの押印はいたしません。
- ※紛失の際、再スタンプはいたしませんので、大切に保管下さい。
- ※万が一不正等が発覚した場合は無効とさせていただきます。

景品一覧 点数券を集めて好きな景品と交換下さい

金賞景品



※写真はイメージです。  
※抽選により上記景品が当たった場合は、他の景品との交換はできません。※商品の色、種類の指定はできません。

銀



ラピタお買物券  
10,000円分

※抽選により上記景品が当たった場合は、他の景品との交換はできません。

茶  
200点

ラピタお買物券  
5,000円分

紫  
100点

ラピタお買物券  
2,000円分

緑  
50点

ラピタお買物券  
1,000円分

黄  
25点

ラピタお買物券  
500円分

赤  
5点

5点の景品は  
抽選会場にて  
ご確認下さい。

白  
1点

点数を集めて  
好きな景品と交換

## クリスマスリースサラダ(シーザードレッシングかけ)



サラダをリースのように盛り付けます。シーザーソースも家庭で簡単に作れます。レシピ以外に、パプリカ、カリフラワー、人参や豆、リボンパスタ、ハムなど家庭にあるものを使って楽しく作ってみてください。

### ●材料 (4人分)

ブロッコリー……………1/2個	紫貝割れ……………少々
ベビーリーフ……………1パック	パルメザンチーズ
アボカド……………1/2個	黒こしょう……………少々
水菜……………1/3袋	① マヨネーズ……………大さじ3
レタス……………少々	② 牛乳……………大さじ2
プチトマト……………5個	

### ●作り方

- ①ブロッコリーは小房にわけ縦に切り、沸騰した湯でさっとゆでる。
- ②レタスは食べやすい大きさに手でちぎる。
- ③水菜は4～5cmぐらいに切る。
- ④アボカドは皮をむき種をとり1cmぐらいに切る。
- ⑤①のマヨネーズ、牛乳を混ぜる。
- ⑥野菜を皿に入れリースのように飾りながら盛り付ける。
- ⑦⑤のソースとパルメザンチーズ、黒こしょうを食べる直前にふる。

## 鶏ハム



クリスマス、お正月に使える、簡単鶏ハムです。パサパサせずしっとりとした仕上がります。

### ●材料 (2本分)

鶏むね肉……………2枚	ハーブソルト
塩……………小さじ2	黒コショウ
砂糖……………小さじ2	付け合わせ野菜

### ●作り方

- ①鶏むね肉は皮を取り、厚い部分は開き均一にする。
- ②塩、砂糖をすりこみ袋に入れて2～3時間寝かせる。
- ③流水で洗い水気を取り、片面にハーブソルト、黒コショウをふる。
- ④ラップを鶏むね肉の2倍ぐらいの長さに敷いて、ハーブソルトをかけた方を内側にして巻き、ラップの両側をキャンディーのように包み輪ゴムでとめる。
- ⑤沸騰した湯に入れ15分～20分ゆでて火を消し、フタをしてそのまま冷ます。

### 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「牛とふれ合う子どもたち」です。雲南地区本部は食農教育の一環として、地元の子供たちを対象としたあぐりキッズスクールを開校しています。今年は畜産関係を主に学んでおり、その中で県種畜共進会を訪れたときのひとコマです。大きな牛に興味津々な子どもたちと牛の穏やかな表情を暖かいタッチで描いていただきました。

### 編集後記

今年も残すところ後わずかとなりました。寒い日が続きますが、体調に気をつけて過ごしたいですね。「JAしまねびより」では、今年も地域の様々な話題をご紹介させていただきました。来年もホットな情報をお伝えするため、編集一同、イノシシのように走り回ります！ (和)



【今月の表紙の原画】  
原画の全体は次のとおりです。