

SNSで旬な情報を投稿しています



10TH
ANNIVERSARY
おかげさまで統合10年

「食べて農業にエールを!!」

10・11月は
「国消国産月間」



©よい食P



特集 旬の冬野菜で ヘルス&ビューティー



みーつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers

村上 淳一さん
[隠岐地区本部]

みーつけた

Shimane Farmers しまねのファーマーズ

むらかみ
村上
じゅんいち
淳一さん(43歳)

今月は隠岐地区本部。隠岐の島町でブランド米「島の香り 隠岐藻塩米」の生産に取り組んでいる村上淳一さんにお話を伺いました。



隠岐古来の農法にヒントを得た ブランド米

隠岐諸島は暖流と寒流がぶつかる海域にあり、気候も生態系も独特。海上で発生した霧が大地に降り注ぐため、土壌のミネラル分が豊富なのも特徴です。そんな環境で作られているのが「島の香り 隠岐藻塩米」。耕作地が限られる離島の隠岐の島町で、付加価値が高く、「ブランド米」の価格で流通できる米を作り島外へ送り出そうと、約20年前から生産が始まりました。



収穫時期を迎えた稲穂

栽培方法のルーツは、海岸に打ち上げられたアラメなどの海藻を肥料

にしてきた隠岐の伝統的な農法。これを現代版にアレンジし、島内で作った藻塩の水溶液を散布。土だけでなく葉からもミネラルを吸収させています。炊き上がった米は粒が立っていて弾力が強く、冷めてもプリツとしているため食べ応えがあります。

藻塩米栽培とともに 地域の米作りを担う

島の香り 隠岐藻塩米生産者協議会の会長を務める村上さんは生まれも育ちも隠岐の島町。



隠岐の島町の特徴がたっぷり詰まった「島の香り 隠岐藻塩米」



稲刈りシーズンは収穫に乾燥・調製作業に大忙しです

代々続く農家を継いで20年ほど経ちましたが、実は大学時代までは教師を目指していたそうです。村上さんは「農家になる気はなかったのですが、大学3回生の年に父が急死したことをきっかけに『後を継いで頑張ってみよう』という気持ちに。卒業後に帰郷しましたが、農業の知識はゼロ。本当に大変で地域の農家さんやJAの職員さん、県の普及指導員さんに助けていただき、今があります」と当時を振り返ります。

藻塩米のプロジェクトには立ち上げ当時から関わっている村上さん。この20年で作付け面積が徐々に増え、就農時の約2倍に。そのうち3分の2ほどで藻塩米を生産。離農した人から耕作地を託されることもあり、現在は八尾川以南土地改良区の田んぼの5割程度を村上さんが担っています



村上さんが管理する圃場

時代の変化を読みながら 新たな挑戦も

「島の香り 隠岐藻塩米」の最大の特徴である藻塩水溶液の散布。水溶液を散布すると稲はしっかりと

とし、茎や実はもちろん、葉も力ヤのように固く鋭くなるのだそう。適度な量の塩水を散布することで程よくストレスがかかり、稲が栄養を蓄えようとするためおいしくなると言います。

取材時は稲刈りシーズンの真っ最中。収穫と乾燥・調製作業に追われながらも、「今年の藻塩米の出来はかなりのいいですよ!」と笑顔で太鼓判を押します。近年は高温障害の年が多く、台風・豪雨の激甚化などもあり農家にとつ



コンバインで稲刈りをする村上さん



藻塩水溶液を散布する村上さん

ては苦難の時代に。「どんなに努力しても天候には逆らえないのが悔しいです。台風や高温によって品質が下がってしまった年もありました」と村上さん。しかし泣き寝入りしてばかりではありません。今年から高温に強い品種の試験栽培をスタート。3年ほどかけて調査し、うまくいけば新たな藻塩米品種として本格的な栽培に着手する予定です。

ブランド米として 価値を届けるために

「島の香り 隠岐藻塩米」は厳選した米を取り扱う専門店のみで販売されています。その理由は価値を保つため。島根の米の生産量は全国の1%程度。さらにその1%が隠岐で生産された米で、藻塩米はさらにその10%ほどしかなくとても希少なお米です。村上さんは「だからこそ安売り競争に巻き込まれないよう、価格が高くても『おいしいから食べた』と求めてくださる人に届けていく。そのためには環境や生産方法、おいしさの理由をきちんと説明して売ってくれるお店に並べる必要があります」と熱く語りました。

年に数回首都圏へ出かけ、ブランド米を取り扱う有名店で意見を聞いたり、試食販売でお客様の声を集めたりとリサーチも欠かしません。努力の甲斐あってリピーターも増えていますが、その一方で「米づくりが魅力ある産業でなければ持続は難しいでしょう。価格も適正なものになってほしいですね」と課題も口にします。

忙しい日々の癒やしはお酒。地域の仲間たちとの飲み会が頻繁にあり、心安らぐひとときになっているそうです。楽しい会話からアイデアが生まれたり、



藻塩米について語る村上さん

新しいつながりができたりすること。仲間と過ごす時間が挑戦する力になっているようです。

隠岐の独自の環境と伝統的な農法を融合させた「島の香り 隠岐藻塩米」。地元の魅力がまった藻塩米がさらに全国に広がるよう、村上さんの挑戦はこれからも続きます。

島の香り 隠岐藻塩米

冷めてもプリッとハリのある食感が持続する藻塩米。お弁当やおにぎりにするとその真価に触られます。東京などでの試食販売ではお客さんに「冷めてからの方がおいしいかも!」と言われることもしばしばあるそう!



プチっと
情報!

旬の冬野菜で ヘルス& ビュートエイ



＼むくみ防止／ ハクサイ

生でも、加熱しても◎。カリウムは体内の余分な塩分を排出し、塩分の取り過ぎによるむくみの予防が期待できます。

主な栄養と効果

- カリウム
むくみ予防
- ビタミンC
コラーゲンの合成に欠かせない栄養。
美肌づくり

お薦めの食べ方

みそ汁・鍋料理

＼腸内環境を整える／ リンゴ

食物繊維が多く含まれています。腸内環境を整え便秘改善を期待できます。

主な栄養と効果

- ペクチン
水溶性食物繊維の一種。便を軟らかくし、腸内の善玉菌を増やす
- セルロース
不溶性食物繊維。便の量を増やす

お薦めの食べ方

ヨーグルトに混ぜる



＼アンチエイジング／ シュンギク

ほろ苦さがくせになる野菜です。ベータカロテンは活性酸素の働きを抑えます。また体内で必要に応じてビタミンAに変換されます。

主な栄養と効果

- ベータカロテン
アンチエイジング、生活習慣病予防
- ビタミンA
皮膚、目などの健康を保つ

お薦めの食べ方

バターや油で炒める



＼美しい肌を保つ／ ブロッコリー

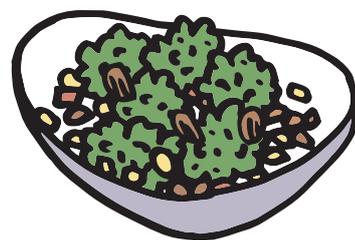
私たちの細胞は活性酸素によって日々ダメージを受けると、老化の進行が早まってしまう。スルフォラファンは活性酸素を除去し、若々しい肌を保つ働きがあります。

主な栄養と効果

- スルフォラファン
アンチエイジングや美肌づくり

お薦めの食べ方

ナッツ炒め。ゆでてナッツとオリーブ油であえる



＼ 胃もたれ防止 ＼

ダイコン

消化酵素やすりおろしたときに生成される辛味成分イソチオシアネートが胃の不調に効果的です。

主な栄養と効果

●消化酵素

アミラーゼ(ジアスターゼ)など。胃もたれ防止に

●イソチオシアネート

胃液の分泌を促す



お薦めの食べ方

大根おろし。しらすと一緒にご飯にのせる



栄養士・吉田理江
イラスト・服部新郎

冬野菜には、健康や美容に
役立つ栄養がたっぷり！
寒い季節をおいしく
元気に乗り切りましょう

＼ 感染症を予防 ＼

長ネギ

香り成分のアリシンは血管を拡張して血流を良くし、免疫細胞も活性化させます。また、感染症にかかると消費されてしまうビタミンCを補えます。

主な栄養と効果

●アリシン

免疫細胞の活性化

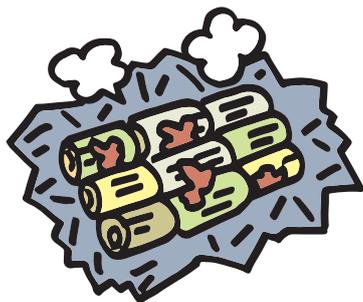
●ビタミンC

免疫機能を正常に働かせる



お薦めの食べ方

スープ料理・トースターでホイル焼き



＼ 風邪予防 ＼

ミカン

風邪予防に欠かせない栄養素のビタミンCがたっぷり！ 白い筋や薄皮にはペクチンが含まれているため、捨てずに実と一緒に食べると良いでしょう。

主な栄養と効果

●ビタミンC

免疫機能を正常に維持する

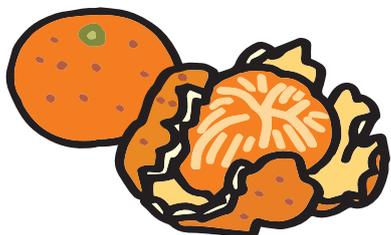
●ペクチン

便を軟らかくし、腸内の善玉菌を増やす



お薦めの食べ方

間食や食後のデザート



＼ 貧血予防 ＼

ホウレンソウ

鉄にはヘム鉄、非ヘム鉄の2種類があります。ホウレンソウに含まれる非ヘム鉄は体内に吸収されにくいですが、ビタミンCと一緒に取ることで吸収率が上がります。

主な栄養と効果

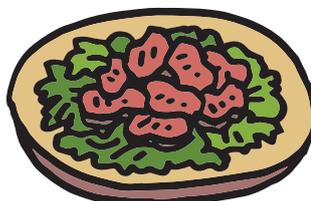
●鉄(非ヘム鉄)

貧血予防



お薦めの食べ方

おひたしにしてレモン汁をかける
牛肉などの赤身肉と一緒に炒める



新たな運営体制にかかる臨時総代会の開催中止について

平素よりJAしまねの運営にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

本年6月30日に開催しました第10回通常総代会において、令和6年度事業計画の中に盛り込んだ「運営体制の見直し」の件について、11月末頃に臨時総代会を開催すると答弁していましたが、その後に議論・検討を重ねるなかで、臨時総代会の開催は見送ることといたしました。今後、12月から1月にかけて、各地区本部ごとに総代説明会等を開催し、現在の検討内容や方向性等をご報告する中で、ご意見をいただく予定としております。

引き続き、JAしまねへのご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

令和6年11月
島根県農業協同組合

令和5年10月1日より

インボイス制度（適格請求書等保存方式）が始まりました！ ～知っていますか？ インボイス制度【農産物を販売する場合】～

●JA等に販売を委託する場合（農協特例）

組合員である生産者の農産物をJA等が①無条件委託方式による販売をし、その代金を②共同計算方式により精算する場合には、生産者は適格請求書発行事業者であってもインボイスの交付義務が免除されます。この場合、購入者はJA等が発行する書類により仕入税額控除が可能となりますので、生産者が適格請求書発行事業者であるか否かは関係ありません。

■農協特例が適用される取引の例



●業者などに直接販売をする場合

JA等を通じた委託販売ではなく、業者の方に直接販売している場合には、先方よりインボイスの発行を求められる可能性があります。適格請求書発行事業者でない場合はインボイスを発行することができませんので、難色を示される可能性があります。

■直接販売先である業者から インボイスを求められる取引の例



↓詳しくは

■国税庁ホームページ インボイス制度特設サイト

インボイス制度のより詳しい情報や、国税庁が実施したオンライン説明会の動画、申請手続きに関することやQ&Aなどを掲載しています。

■インボイスコールセンター

インボイス制度に関する一般的なご質問やご相談は、以下で受け付けています

【専用ダイヤル】0120-205-553 【受付時間】9:00~17:00（土日祝除く）



理事会情報（10月30日開催）

【協議事項】

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ①島根米の追加集荷運動の取組みについて ②令和7年2月8日付 機構改革の実施について ③「新たな運営体制」の検討について ④令和6年度9月末仮決算および事業実績について ⑤「当組合における取引リスク評価書」改正について ⑥第三者委員会要項の設定について ⑦組合と理事との取引（契約）の承認について（都度承認分） | <ul style="list-style-type: none"> ⑧出資口数の減少（減口）の承認について ⑨行方不明組合員等の脱退手続きに係る組合員資格の確認について ⑩現行人事制度の残課題整理に伴う規程等の改正・廃止について ⑪島根県常例検査書（石見銀山地区本部）の回答について |
|---|--|

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



現場の声を
もっと聞きたい

組合長が行く!

巡回の様子を収めた
動画はコチラから

今回の
訪問先

J Aしまね隠岐どうぜん地区本部管内
● 亀沢優さん ● 道前淳治さん



急こう配な牧野では足腰の強い馬が育ちます



亀沢さんが馬を放つ牧野の前で

今回は、亀沢優さん、道前淳治さん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。

亀沢優さんは、西ノ島町で息子さんと伝統的な周年放牧での馬の繁殖経営をしています。過去に馬を飼っていた時期があった亀沢さんは、70歳を迎え最後のチャンスだと再び馬の飼養に取り組み始めました。現在は島内の公共牧野(赤尾牧)に繁殖雌馬18頭を放牧。その飼養頭数は島一番を誇り、島内の子馬生産を牽引しています。亀沢さんには、子馬の販売先や販売価格、J Aが牧野に放つ種馬と自然交配で繁殖すること、水源がなく毎日牧

野まで水を運びに来ることなどについてお話しいただきました。

道前淳治さんは、ガソリンスタンドや建設業などを取り扱う会社を経営する一方で、個人事業として昨年帰郷した息子さんとともに和牛繁殖に取り組んでいます。現在は、公共牧野で繁殖雌牛120頭余を周年で放牧。道前さんは将来的に飼養頭数500頭への規模拡大を目指すしており、

牧野に隣接した場所に牛舎を増設するなど拡大に向けて準備を進めています。道前さんに牛舎を案内いただきながら、今後の増頭計画や子牛価格、補助制度などについて意見を交わしました。石川組合長は「規模拡大にあたり補助制度や資金面で力になれることがあればぜひ相談してほしい」と話しました。



牛舎の前で道前さん(中央)と石川組合長(左から2番目)ら



牛舎の中で意見交換する道前さん(左)と石川組合長(右)ら

組合長から一言



今回は隠岐どうぜん地区本部を巡回し、畜産農家の亀沢優さんと道前淳治さんの2先を訪問した。

まず亀沢さんは馬の繁殖農家で、かつて西ノ島町では日本在来馬の「隠岐馬」が農耕用に飼われ、戦時中には「軍用馬」の生産地であったとのこと。亀沢さんは古希を迎えて、それまで心に燦っていた馬の飼育に再挑戦することを決意され、現在18頭の繁殖雌馬を息子さんと一緒に伝統的な周年放牧で飼われている。

一方、道前さんは牛の繁殖農家で、ガソリンスタンドや建設業の傍ら、120頭余の繁殖雌牛を飼育されている。道前さんの夢は大学を卒業し、アメリカで武者修行された息子さんと500頭の牛を飼うことで、その準備を着々と進められている。大いに、期待したい。

組合長より一言
初夢や
牛500頭
子らと飼ふ





topics 1

島根県種畜共進会を開催 グランドチャンピオンに厚朴さんと若槻さん

JAしまねは10月5日、松江市の島根中央家畜市場で令和6年度島根県種畜共進会を開きました。県内各地から肉用種牛41頭と3組、乳用種牛21頭が出品され、育種改良の成果や飼養管理技術を競いました。

各区の首席から選ばれるグランドチャンピオンには、肉用種牛の部で成雌牛区に出品した大田市の厚朴邦広さんの「てん」号、乳用種牛の部で第6区経産牛Bに出品した奥出雲町の若槻隆さんの「ブルートパーズ エピック ローズ」号が選ばれました。

肉用種牛の部は月齢で若雌牛と成雌牛、母とその娘を一組とした母系牛群の3つの区でそれぞれ首席を決定。「てん」号は輪郭の鮮明さ、全体の体積感のバランスに優れていた点が評価されました。厚朴さんは「良い牛が揃ったことや息子が牛の管理を手伝ってくれたことが結果につながった」と受賞を喜びました。

乳用種牛の部は未経産3区、経産牛2区で審査。「ブルートパーズ エピック ローズ」号は肋骨の開きや乳器など乳用性に富んだ牛と評価されました。若槻さんは「受賞に驚いている。できるだけ粗飼料を食べさせることや頭数が少ない分、目をかけられたことがよかったのでは」と喜びを語りました。

各区の首席は次のとおり。

◆肉用種牛の部▽母系牛郡区＝有限会社隠岐潮風ファーム(海士町)▽若雌牛区＝柴田俊夫(安来市広瀬町)▽成雌牛区＝厚朴邦広(大田市温泉津町)◆乳用種牛の部▽第1区未経産牛A＝島根県畜産技術センター▽第2区未経産牛B＝和田健敏(出雲市佐田町)▽第3区未経産牛C＝島根県畜産技術センター▽第5区経産牛A＝和田健敏(出雲市佐田町)▽第6区経産牛B＝若槻隆(奥出雲町)



グランドチャンピオンに輝いた厚朴さんの「てん」号



グランドチャンピオンに輝いた若槻さんの「ブルートパーズ エピックローズ」号

topics 2

令和6年度「島根の花」品評会を開催

JAしまねと島根県花き生産者協議会は10月13日、出雲市のしまね花の郷で令和6年度「島根の花」品評会を開きました。菊やトルコギキョウなど昨年度より60点多い143点が出品。最高位の農林水産大臣賞に奥出雲町の佐伯富士美さんが出品したトルコギキョウ「マキア2型ホワイト」が受賞しました。

前日に行われた審査会で、審査員12人が入賞18点を選出。審査長を務めた島根県農業技術センターの瀬尾光広所長は「入賞した出品物はいずれもレベルが高かった。その中でも佐伯さんのトルコギキョウは品種本来のにごりのない鮮明な白色で草姿が良く、非常に高い商品性を備えていた」と講評しました。

佐伯さんは「猛暑など天候が難しく不安のなか作ってきたが、ひとつの成果として賞をもらえて良かった」と話しました。

また、隣接する朱鷺会館で第33回フラワーinシマネが同日開催され、品評会出品物の展示・人気投票や即売会、球根のつかみ取り、親子体験イベントなどが行われました。

その他の品評会入賞者は次のとおり

▽中国四国農政局長賞＝野田剛(安来市)▽島根県知事賞＝角田美比古(斐川町)、川上将功(出雲市)▽島根県農業協同組合長賞＝古川君和(斐川町)、佐藤啓悦(斐川町)、加藤敏枝(安来市)▽日本花き卸売市場協会賞＝大畑光(益田市)▽島根の花振興協議会長賞＝新田昭喜(奥出雲町)、吉木政男(雲南市)▽(株)J F 鶴見花き社長賞＝木村幸正(雲南市)▽(株)J F 兵庫庫生花社長賞＝川上好子(出雲市)▽(株)花満社長賞＝小松地農園(美郷町)▽(株)JAアグリ島根社長賞＝千原利夫(安来市)▽しまね花商組合長賞＝北中宏一(安来市)▽島根県花き生産者協議会長賞＝伊藤成海(松江市)▽島根県鉢物生産者協議会長賞＝曾田寿博(斐川町)▽福花園種苗(株)社長賞＝野島幸恵(安来市)



入賞した皆さん



多くの人で賑わう展示会場

topics 3

有機多目的倉庫が竣工 有機米の入庫始まる

JAしまねは10月16日、出雲市の当JA斐川本店敷地内に建設した有機多目的倉庫の竣工式および「島根有機米」の入庫式を開き、集まった関係者に施設をお披露目しました。今後、有機農産物の保管や物流ストックポイントとして活用し、高付加価値販売や有機農業の普及につなげていきます。

当JAでは有機農業の推進に取り組んでおり、これまでに楽天農業との連携協定締結や今年9月に有機野菜苗に対応可能な広域育苗施設を整備するなど推進に向け地盤を整えてきました。

同施設は今年6月に完成し、温度帯が13～15度の根菜類専用倉庫と0～5度の葉物等短期低温倉庫、有機米専用倉庫を整備しました。今後はサツマイモやニンジンの長期保管、ブロッコリーや葉物野菜の物流ストックポイントとして活用する予定です。

また、有機米専用倉庫は336トンの保管ができ、今年産は転換1年目の有機的管理の米を含め県内約25ヘクタールで約40トンの受け入れを計画。同施設で県内有機米を一元的に集出荷することで有利販売につなげ、一層の生産拡大をすすめていきます。

当JAの石川寿樹組合長は「しっかりと施設整備ができた。これから本格的な有機農業の振興に向け、関係者の皆さんと一緒に取り組んでいきたい」と意気込みました。



有機米専用倉庫に入庫した「島根有機米」



想いをひとつに✿ **しまねの女性部!**

くにびき女性部

JA女性組織3か年計画

「JA女性 想いをひとつに かなえよう✿」の実践3年目です。

つながろう✿

まもろう✿

かかわろう✿

の3つの具体的目標を掲げ活動します。

つながろう✿

仲間と・地域と・他組織と・次代と



今年度も、一人ではできないことに仲間と一緒に取り組み、部員みんなが笑顔で元気になれる活動を行っています。

令和5年度は「松江市議会傍聴&市役所新庁舎見学」や「熊野大社見学」で身近な社会や歴史について学び、「笑いヨガ」「椅子ヨガ」で心身をリラックス。また、「こんにやく作り」「みそ作り」のような食と農に関わることなど、充実した活動を行うことができ、楽しく学びながらそれぞれが交流を深める良い時間となりました。

JAしまねくにびき女性部は、仲間づくりや食・農・地域の活性化を目的とし、魅力的な女性部活動を展開するために、「文化歴史・趣味」「営農加工」「健康」の3グループで「目的別グループ活動」を実施しています。



一所懸命青年連盟

JAしまねいわみ中央青年連盟

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

よこがわ
横川

たいち
太一さん 42歳



JAしまねいわみ中央青年連盟（以下、農青連）の横川太一さん（42）は、地元江津市でブドウ（30アール）、ナスなどを栽培しています。

横川さんは学校を卒業後、農業法人へ就農しましたが、3年前に独立し自営就農しました。独立する前までは、父親がブドウを栽培していましたが、ハウスの劣化やブドウの木の老化もあり「どうせやるなら規模拡大してブドウを栽培したい」という強い思いでハウスを新築し、ブドウの苗木を新植しました。

ブドウを新植して2年が経ち、横川さんは「来年から本格的にブドウの収穫が始まるため、常に念入りな栽培管理に心がけ、品質向上を目指していきたい」と話しました。

農青連には、昨年から加入。横川さんは「まだ農青連の活動に積極的に参加できていない。今後はできるだけ農青連の活動に参加し、仲間とともに地域を盛り上げたい」と意気込みました。

～くにびき地区本部の取り組み～

組んでいます。

優良牛が県共進会で品質を競う

「はなひめ」号が優秀賞次席に!!

J A しまねは10月5日、宍道町の島根中央家畜市場で「令和6年度島根県種畜共進会」を開催しました。

当日は、県内から肉用種牛47頭と、乳用種牛21頭が出品され、管内からは肉用種牛の部若雌牛区に玉湯町の勝部孝吉さん、成雌牛区に東持田町の藤原薫さんが出品しました。

出品牛が、出品区分の若雌牛区・成雌牛区・母系牛群区とそれぞれ会場へ立ち並ぶと、審査員は月齢に応じた発育状態や資質、全体のバランスなどを審査しました。

優秀賞次席に選ばれた勝部さんは「J A からのお声かけがあり、今回初めて出品した。日頃から餌やりの仕方など自分で考えながら試行錯誤しており、今回良い結果を得ることができて嬉しく思う」と喜びを語りました。



藤原さん(右)と出品した「かつふく」号



勝部さんと出品した「はなひめ」号

優良賞	「はなひめ」号	勝部孝吉(玉湯町)
優	「かつふく」号	藤原 薫(東持田町)

(敬称略)

島根中央子牛共進会を開催!

くにびき管内から3頭が出品

J A しまねは10月25日、宍道町の島根中央家畜市場で「令和6年度島根中央子牛共進会」を開催しました。

同共進会は、発育や体形、資質などの他、子牛らしさが評価対象となり、審査員は、月齢に応じた発育状態や全体のバランスなどを審査します。

当日は、県東部から36頭が出品され、生産者や畜産関係者らが見守る中、それぞれの品質を競いました。管内からは宍道町の永江徹さん、東持田町の藤原薫さんが出品しました。

2頭を出品した永江さんは「同共進会に2頭出品し、当日に向け一生懸命手入れを行いました。他の出品牛のレベルが非常に高かったです。良い勉強となりました」と話しました。



永江さんと出品した「ひめゆり」号



永江さんが出品した「はるはなさかえ」号



藤原さん(右)と出品した「きくゆり」号

優良賞	「ひめゆり」号	永江 徹(宍道町)
優	「はるはなさかえ」号	藤原 薫(東持田町)
良	「きくゆり」号	

(敬称略)

シャキシャキ新鮮!

「レタサイ」で健康をサポート

東津田町の池田仁志さんは、珍しい野菜「レタサイ」の栽培を2アールで試験的に行っています。

レタサイは、葉質が柔らかな極早生のミニ白菜で、シャキシャキとした食感と甘みが特徴。レタスのようにサラダでも美味しく食べることができ、また、栄養価が高く、ビタミンやミネラルも豊富で、健康維持に役立つ葉物野菜です。

池田さんは「消費者の方に、色々な野菜に興味をもっていただきたいという思いから、J A グリーンつだに問い合わせたところレタサイを紹介された。今後は、より多く出荷できるように栽培面積も増やしていきたいと考えている。暑さにも強く育てやすい野菜なので、家庭菜園にもおすすめしたい」と話しました。

池田さんのレタサイは、J A グリーンつだで9月から10月頃まで販売されました。



レタサイを収穫する池田さん

農業者の所得増大・農業生産の拡大に向けて取り

美味な旬の味をお届け！
西条柿「こづち」の出荷始まる



新宮部長 西条柿を採る

秋の味覚、特産西条柿「こづち」の選果が始まり、10月7日には本庄選果場で、JA役員や作業員など約25名が参加し初選果式を行いました。

冒頭、新宮紀彦営農経済部長が「本年も猛暑などによる着色の遅れ、カメムシ類の発生や着蓄数も少ないなど心配ですが、西条柿を楽しみに待つ消費者や市場の期待に応えられるよう、適正に選果をしてほしい」と挨拶しました。

この日集まった西条柿は約250kg。形や大きさ、色などの確認をした後、選果機を稼働。洗抜き用のドライアイスと一緒に箱詰めして、山陽や市内の市場に向け出荷しました。山根敏行園芸特産課長は「今年は猛暑とカメムシによる被害などで生育を懸念していたが、台風の影響も少なく、美味しい柿が収穫できている。皆さんにぜひご賞味いただきたい」とPRしました。



選別する作業員



今年も山陽市場を中心に35tの出荷を目標とし、11月中旬まで出荷作業が続く予定です。

島根の花品評会を開催
伊藤成海さんが受賞！

JAしまねと島根県花き生産者協議会は10月12日、出雲朱鷺会館で「令和6年度島根の花品評会」を開催し、西忌部町の伊藤成海さんが出品した「われもこう」が、島根県花き生産者協議会長賞を受賞しました。

同品評会は、姿やポリウム、バランス等品質固有の特性を審査。菊やバラ、トルコギキョウなど切り花と鉢物143品が出品され、会場は美しい花々で彩られました。伊藤さんは「今年は暑い日が続き、こまめな灌水や害虫の発生が多いことから、防除の回数も多くて苦労しましたが、受賞できて嬉しく思います。今後も花の生産を頑張っていきたいと思います」と喜びと抱負を語りました。



伊藤さんと出品した「われもこう」

米集荷目標9万3千袋

令和6年産米集荷状況

令和6年10月31日現在

(単位:袋・%)

品種名	申出数量	集荷数量	等級			1等米比率	申出数量対比	昨年同期(11月7日)		
			1等	2等	3等			集荷数量	1等米比率	申出数量対比
ハナエチゼン	—	—	—	—	—	—	—	3,146	39.90%	70.60%
つきあかり	11,455	7,706	5,366	1,839	501	69.6%	67.27%	5,087	16.60%	91.07%
コシヒカリ	20,642	10,978	2,922	5,378	2,678	26.6%	53.18%	18,445	4.20%	84.09%
きぬむすめ	40,298	22,422	18,857	3,008	557	84.1%	55.64%	31,369	78.00%	77.68%
つや姫	22,639	17,359	13,883	3,041	435	80.0%	76.68%	17,570	59.20%	91.83%
その他	2	0	0	0	0	—	0.00%	92	60.90%	0.00%
うるち計	95,036	58,465	41,028	13,266	4,171	70.2%	61.52%	75,709	49.50%	82.75%
もち	1,006	115	28	19	68	24.3%	11.43%	606	11.60%	48.67%
合計	96,042	58,580	41,056	13,285	4,239	70.1%	60.99%	76,315	49.20%	82.29%

※各品種の数量には加工用米を包含していません。

	申出数量	集荷数量	等級			1等米比率	申出数量対比
			1等	2等	3等		
加工用米	213	213	56	14	143	26.3%	100.00%

目標数量	集荷袋数	目標数量対比
93,000	58,500	62.99%



集荷状況はこちらから

くまびき地区本部

検索

JAに1袋でも多く出荷いただきますようお願いします！
12月には、追加金を500円/袋以上お支払いする予定です。



©よい食P

だんだんおかげさまでJAしまね統合10年

くまびき地区本部情報

取り組んでいます。

～くにびき地区本部の取り組み～

はつらつプレーで親睦を深める！ 年金友の会グラウンドゴルフ大会開催

くにびき年金友の会（福島清利会長・16,043名）は10月22日、東長江町の松江市ニユーススポーツ公園で「第19回JAしまねくにびき年金友の会グラウンドゴルフ大会」を開催しました。

本大会は、スポーツを通じて、健康増進や会員の交流を図るために企画。各支部から32チーム、合計155名が出場し、16ホールを回りながら日々の練習の成果を発揮し、軽快なショットを決めていました。

開会式では、福島会長が「あいにくの雨模様となりましたが、今年も皆さんの熱意あるプレーを楽しみにしております。精一杯頑張ってください」と挨拶し、また高齢参加者表彰（85歳以上21名）として、最高齢92歳の石橋進さん（鹿島町）が代表して記念品を受け取りました。

その後、各ホールに分かれて試合を開始。参加者は優勝を目指して、互いの一打に声を掛け合い、交流を深めながら楽しみました。31打（ホールインワン3回）で優勝した根本浩夫さん（津田A）は「日頃から様々なところに顔を出してグラウンドゴルフを楽しんでいるが、今回このように練習の成果が出て嬉しい」と笑顔で話しました。



トロフィーを授与する福島会長（左）と優勝した根本さん（右）



記念品を贈呈する福島会長と石橋さん（右）



プレーを楽しむ参加者

順位	氏名	チーム名
優勝	根本 浩夫	津田 A
準優勝	森本美津子	八雲 B
第3位	佐藤 光圀 <small>みつくに</small>	宍道 A

（敬称略）

年金友の会日帰り旅行 ～ゆったり三朝温泉での昼食と秋の倉吉～

くにびき年金友の会は9月25日、鳥取県の三朝温泉と倉吉を巡る日帰り旅行を6年ぶりに実施し、会員75名と越野浩昭本部長、JA職員が参加しました。

当日は、管内各所からバス2台に分かれて出発し、中国庭園「燕趙園」で庭園の散策と中国雑技ショーを観覧。その後、三朝温泉にある三朝館に移動し、ゆったりと昼食と入浴を楽しみました。午後からは、鳥取二十世紀梨記念館「なしっこ館」で3種類のなしを食べ比べし、倉吉市にある「白壁土蔵群」を観光しました。

参加者は「今回の旅行は、距離的にも時間的にも最適だった。楽しい旅行ができてよかった」「今回初めて参加した。お昼の食事が美味しく、天気も良く散策も楽しめた。次回の旅行も楽しみ」と笑顔で話しました。

年金のお受け取りはJAで!



2号車



1号車

組合員のアクティブメンバーシップ確立に向けて

たたら製鉄と奥出雲御三家について学ぶ！

くまびきサンサン女子大 第5回講座

くまびきサンサン女子大は10月5日、「野外講座」たたらと奥出雲御三家」を実施し、学生17名と越野浩昭本部長、JA職員2名が参加しました。

同講座は、山陰中央新報社文化センターと提携し、ドラマ「VIVANT」で注目された櫻井家など奥出雲御三家を巡り、たたら製鉄の歴史に理解を深めてもらうことを目的に実施しました。当日は、くまびき地区本部に集合しバスに乗って出発。講師には「奥出雲たたらと刀剣館」元館長の尾方豊氏を招き、車中で歴史や概要の説明を受けました。

奥出雲に到着し、初めに田部土蔵群や可部屋集成館などの町並みを散策。その後菅谷たたら山内を見学し、たたら製鉄が行われていた当時の姿を体感しました。午後からは、ドラマ「VIVANT」のロケ地である櫻井家住宅や庭園を見学。さらに、奥出雲たたらと刀剣館や絲原記念館、絲原家住宅を巡り、仁多特産市で買い物を楽しみました。

参加者は「島根にこんなにすばらしい遺産があり、歴史を学ぶことができて有意義な1日を過ごせた」「町並みも美しく、講師の方や現地ガイドの方のお話もわかりやすく面白かった」と笑顔で話しました。



櫻井家の庭園で記念撮影をする参加者と尾方氏（前列右）



菅谷たたら山内で高殿の説明をする現地ガイドの朝日光男氏



鳥獣被害対策を身近に感じて学ぶ！

くまびき女性部フレッシユミズ部会



講義をする森脇氏

くまびき女性部フレッシユミズ部会（池田琴恵部会長・22名）は10月19日、「ジビエ料理と八雲散策」講座を行い、部会員11名と越野浩昭本部長、JA職員2名が参加しました。

当日は、合同会社式百円の森脇香奈江代表社員を講師に、八雲町熊野にある同社が運営する「安分亭」で鳥獣被害対策について受講しました。「感謝して食べることから始まる鳥獣被害対策」と題した講義では、イノシシから農産物を守り、活用するための方策や狩猟と有害鳥獣捕獲の違いなど、クイズを交え学習。また、イベントでの体験を基に、ソーセージの販売や解体についても詳しく説明を受けました。その後、昼食としてイノシシ肉のハンバーグや地元野菜をふんだんに使用したランチを楽しみました。



鳥獣被害対策について受講する参加者



【安分ランチ】・猪の和風ハンバーグ
・地元産マコモタケと胡瓜のマリネ
・かぼちゃ煮の豆腐クリームかけ
・ごはん・味噌汁・香の物

参加した部会員は「イノシシのことを知っているようで知らないこともたくさんあった。時間があつという間でもっと聞きたかった」「イノシシの臭みが強いイメージがあったが、全く感じることもなく食べることができた。地元野菜もふんだんに使われた料理で、『イノシシから農作物を守る』重要性を改めて強く感じた」と話しました。

だんだん おかげさまで JAしまね 統合10年

くまびき地区本部情報

組合員のアクティブメンバーシップ確立に向けて取り組んでいます。

～くにびき地区本部の取り組み～



はで場の前で記念撮影をする園児と保護者

園児が「はで」場まで全身を使って運びました。一連の収穫作業を終えた後は、コンバインで稲を刈る様子を見学。初めて見るコンバインの刈り取りに大喜びしていました。

参加した園児は「刈るのは力をたくさん使って大変だったけど、すごく楽しかった」と笑顔で話しました。

育英北幼稚園園児が稲刈り体験 実った稲をみんなで収穫！

くにびき青年連盟（上山根有史委員長・75名）は10月15日、育英北幼稚園つき組の園児22名を招き、稲刈り体験を行いました。



鎌の取り扱い方を説明する野津顧問

初めに、野津喜洋顧問が鎌の取り扱いについて、手を切らないよう注意点を説明しました。その後、園児や盟友、JA職員は当地区本部の北側にある7アールの水田で刈り取りを開始。最初は保護者や先生たちと一緒に稲を刈り、慣れてくるとひとりでも挑戦していました。

島大生が稲刈りを体験！ 青年連盟と交流会

くにびき青年連盟は10月6日、島根大学の学生18名を招き、学生たちが6月に植えた稲の稲刈り体験を行いました。

当日は営農総合センターに集合し、野津喜洋顧問が「6月に自分たちで植え、育った稲を自分たちの手で刈り取ってもらいたい、日本の伝統文化である米作りに理解を深めてほしい」と挨拶。続いて4、5人のグループに分かれて、盟友やJA職員との意見交換会を実施。学生からの田植えや稲刈りだけでなく、米につく害虫や米の出荷、販売までの米作りに関わる様々な質問に、盟友とJA職員が一つ一つ丁寧に答えました。



稲刈りを行う様子

その後、当地区本部の北側にある水田に移動し稲刈りを開始。学生たちは刈った稲をより縄で縛り、「はでかけ」まで自分たちの手で行いました。

参加した学生は「稲刈りの体験だけでなく、JA職員や農家の方から様々な話を聴くことができ、より有意義な時間を過ごせた」「自分たちが植えた苗が立派に育っており感動した。今日まで管理いただいた方々のおかげで稲刈りすることができ、感謝している」と話しました。

学生たちが刈り取った稲は、同大学生協同組合が買い取り、大学生協にて販売する予定です。



意見交換会の内容を発表する学生

陶芸の魅力を手ひらで感じる！ 女性部古江支部で陶芸教室を開催

くにびき女性部古江支部（高麗優子支部長・58名）は10月23日、古江支店2階会議室で陶芸教室を開催し、部員11名とJA職員2名が参加しました。



当日は、個人で花の寄せ植えなどの教室を開いている「野の花教室」の井上幸子氏を講師に招き、お地藏さんや猫など4種類からそれぞれ自身の作りたいモチーフを選び、用意した粘土を使って、和気あいあいと作品作りに取り組みました。



粘土の扱い方を説明する井上氏（中央）と熱心に話を聞く女性部員

参加した部員は「初めは思うように粘土を扱えず難しかったが、慣れてくると楽しく取り組めた。ぜひまたやってほしい」と笑顔で話しました。

藤原郁子副支部長は「古江支部として初めての取り組みとなったが、料理教室などとはまた違った活動となり、参加した部員の方々にも満足いただけました」と話しました。

地域活性化に向けた地域貢献活動に取り組んでいます。

～くにびき地区本部の取り組み～

乃木ライオンズが優勝!!

「J Aカップ松江・隠岐地区大会」

J Aカップ第41回島根県学童軟式野球選手権大会松江・隠岐地区大会が10月5日・6日、12日・13日の4日間、鹿島町の深田運動公園野球場などで開催され、22チームが競い合いました。

同大会は、地域スポーツの発展に貢献することを目的に県軟式野球連盟と山陰中央新報社が主催し、J AしまねとJ A共済連島根が特別協賛しています。開会式では、くにびき地区本部の越野浩昭本部長が始球式を行いました。

決勝では、昨年惜しくも準優勝となった乃木ライオンズと西郷ファイターズの戦いとなりました。試合は3回、乃木ライオンズが一気に5点を挙げ、その後も安定した守備で西郷ファイターズの攻撃を抑え、



始球式を務めた越野本部長



優勝した乃木ライオンズの選手

7-0で乃木ライオンズが見事優勝に返り咲きました。閉会式では、中村隆副本部長が「見事優勝された乃木ライオンズの皆さん、自分たちの力を信じ、信念をもって戦った姿はとても素晴らしいです。地区代表として、県大会で大活躍されることを期待しています。また、準優勝の西郷ファイターズの皆さんの最後まで諦めず戦った姿に健闘を讃えます」と激励しました。

県大会は11月3日・4日に松江市菅野球場で開催され、乃木ライオンズは一回戦、4-5で惜しくも敗れましたが、選手たちは全力を尽くし、素晴らしいプレーを見せてくれました。



準優勝の西郷ファイターズに盾を授与する中村副本部長

旧熊野店で地元消防団による消防訓練を実施

消防訓練を実施



挨拶する松浦消防団長



挨拶する越野本部長

旧熊野店で9月29日、松江市消防団の八雲方面団と東出雲方面団による合同消防訓練が行われました。

同店は建築から35年が経過する中で老朽化が進み、9月4日に旧野波店を消防救助訓練場所として提供。同店が鉄骨2階建てで一般住宅に近い建造物であることから、放水訓練を実施することになりました。



旧熊野店へ放水する消防団員

当日は、各方面団の消防団員をはじめ、松江市消防本部やJ A役員、工事関係者など約75名が参集。訓練開始にあたり、同消防団の松浦嘉昭団長が「本日はJ Aや、まるなか建設様のご厚意により、通常できない訓練・経験をさせていただく機会となりました。限られた時間を有効に使い、安全管理に十分配慮して、効率の良い訓練を行ってほしい」と挨拶。続いて、くにびき地区本部の越野浩昭本部長が「地域で親しまれてきた同店が最後に、暮らして安全を守る地元消防団の訓練の場としてお役にたてることを嬉しく思う。実際に火災や災害が起きた時を想定し、貴重な経験となるよう訓練に臨んでください」と話しました。

その後、松江市消防本部警防課の奥田政徳消防士長が「延焼防止」の目的や方法について講義。続いて、実際に旧熊野店を使って、延焼防止をふまえた放水訓練を行いました。

参加した消防団員は「講義で聞いた放水方法も実際に放水を行うと風の影響を受けやすかったり、軒によって方向が変わったりコントロールが難しく、良い経験となった。いざという時にこの経験が活かせるようしっかり振り返りたい」と話しました。

さらに、10月9日には、同本部が建物内で発生する区画内火災に対する放水・救助訓練を行いました。

だんだんおかげさまでJ Aしまね統合10年

くにびき地区本部情報

～くまびき地区本部の取り組み～

組んでいます。

ふれあい親子いもほり大会を開催！
～収穫の秋を親子で体験～

挨拶をする中村副本部長

くまびき地区本部は10月12日、東出雲町の中海干拓地にある圃場で「第33回ふれあい親子いもほり大会」を開催しました。このイベントは、親子で土に触れ、農業の魅力に理解を深めてもらおうと、当地区本部とくまびき青年連盟が主催。くまびき女性部も共催し、毎年実施しています。



大きな芋を掘る参加者

当日は56組、176名の家族が参加。6月に植え付けた2,000本の紅はるかの苗が大きく成長し、親子で協力して丸々と実った芋を掘り、収穫を楽しみました。

開会式では、中村隆副本部長が「親子での芋掘りを通じて、農業の楽しさに触れ、地元島根の農産物の魅力を味わってほしい」と挨拶。続いて、参加記念品の「ちやぐりん」を使って「ちやぐりん」クイズを行い、「農」にまつわるクイズで盛り上がりました。その後圃場に移動し、100メートルの畝に並んで一斉に芋掘りをスタート。参加者は懸命に芋を探し、見つけた大きな芋に歓声を上げながら、配布された袋いっぱい詰めていました。

芋を掘り終わると、女性部員が作る芋だんご汁を味わったり、収穫した芋を手にとって大きさを比べるなど、秋の実りを感じる休日を楽しみました。



ジャンボいもコンテストで1位に輝いた野津さん（中央）

大会終了後には、ジャンボいもコンテストや島根の農産物が当たる抽選会を行い、ジャンボいもコンテストでは、2・88kgのいもを掘った野津実咲さん（東出雲町）が見事1位に輝きました。野津さんは、「1位がとれてうれしい。どんな味がするのか楽しみ」と笑顔で話しました。

地域つながりセンター10周年記念事業を開催

くまびき地区本部が構成団体として参画し、津田支店2階に事務所を構える地域つながりセンター（石原淳子代表）は9月28日、営農総合センターで10周年記念事業を行い、同センターの構成団体をはじめ、これまでつながった107名が参加しました。

同センターは、島根の地域づくりとそこに暮らす多くの県民の「安心のくらしづくり」を推し進めるために平成26年7月に設立。行政・協同組合・諸団体が連携・協同し、地域づくりの活動や事業を進め、有償たすけあいシステム「おたがいさま」の活動を全県に拡げることが目的に、様々な活動に取り組んでいます。

当日は、原夏希さんによるバイオリン演奏で開始。10周年の歩みの紹介や、10周年を記念し募集した「センターロゴ」の発表がありました。その後、大阪大学大学院人間科学研究科の斉藤弥生教授が「おたがいさまの広がるまちづくりをめざして」と題し講演。講演では、「地域福祉」等、「高齢者介護」政策や、隠岐郡西ノ島町の取り組みを紹介しながら、地域ケアシステムについて話しました。また、同センターを構成する各団体事務局からの活動報告も行いました。

閉会にあたり、同センターの副代表でもある当地区本部の越野浩昭本部長が「設立時にこの場所集合写真を撮り、あれから10年経つのかと思うと、感慨ひとしお。今後も協同組合間での連携を行い繋がりを強固するとともに、松江市だけでなく、県域・全国へと取り組みを拡げていきたい」と挨拶しました。

参加者は「様々な繋がりを感ずる会だった。改めてお互いの繋がりを大事にして活動をしていきたい」と話しました。

地域つながりセンター
10周年記念式典 および 記念講演会

発表された「センターロゴ」

地域活性化に向けた地域貢献活動に取り

運営委員と支店職員の繋がりを強めよう サツマイモの収穫を実施

宍道支店運営委員会（伊原幸俊委員長）は10月12日、委員である狩野和由さんの宍道町来待にある圃場で、6月に植えた紅あずまの収穫を実施しました。

この活動は、運営委員と支店職員の繋がりを強めるとともに、農業体験の少ない支店職員が農業体験を行うことを通じて、農業の理解を深めるために企画。当日は、運営委員や支店職員、職員の子どもなど31名が参加し、運営委員のメンバーに教わりながら、協力して土を掘り起こして収穫を行いました。



教わりながら芋を掘る参加者



伊原委員長は「春には苗植え、秋には収穫と、毎年の農作業を通じて、職員との交流が深まっていることを実感しています。今後もこの取り組みを続けていきたい」と思いを語りました。永井宏和支店長は「農業経験が少ない職員も多くなっている中で、貴重な経験をさせていただく機会になりました」と話しました。

収穫したサツマイモは11月3日に行われた「JAしまね宍道支店農業祭」で、焼き芋にして販売されました。

不耕作農地を活用して花畑に クリムソンクローバーの種まきを実施

八雲支店運営委員会（前田保典委員長）は10月14日、八雲町熊野の稲場地区にある約20アールの圃場で、クリムソンクローバーの種まきを行いました。

同委員会は、高齢化や担い手不足により耕作できなくなった圃場に「クリムソンクローバー」を栽培することで、景観の維持や農を通じて地域活性化を図ることを目的に、毎年実施しています。当日は、秋晴れの空の下、運営委員と支店職員10名が参加し、圃場で約1時間、綺麗に開花することを願いながら丁寧に種をまきました。



種をまく参加者



前田委員長は「不耕作農地を何とか活用できないかと考え、『農援隊』と名付けて様々な活動に取り組んだ結果、現在はクリムソンクローバーによる景観維持に取り組んでいる。開花を楽しみにしている方のためにも今後も続けていきたい」と思いを語りました。勝部秀一支店長は「地域の皆さまに見ていただき、この取り組みの輪が広がるよう、維持・管理を行っていききたい」と話しました。

今後は、支店運営委員や支店職員が維持・管理し、来年4月末から5月頃に見頃を迎える予定です。

未来のJAの姿を見据えた

「人づくり」に取り組み くびき創生プロジェクトがスタート

近年、JAを取り巻く環境は厳しさを増しており、時代の変化に対応した「組織・職場風土」の構築が求められていることから、くびき地区本部では一般職員を対象とした部署横断的なプロジェクトチーム「くびき創生プロジェクト」を設置し、未来のJAの姿を見据えた「人づくり」に取り組んでいます。

同プロジェクトのメンバーは、「営農経済部」「企画総務部」「統括支店」「支店4ブロック」から各部署の所属長に推薦された1名ずつが選ばれ、現場で直面している課題の解決に向けた新規企画の立案や、働き甲斐のある職場環境の提案を検討しています。

10月28日に開催した第4回会議では、グループワークを実施。「強み」「弱み」「機会」「脅威」を組み合わせたクロスS.W.O.T分析から導かれる「積極的」「改善」「差別化」「防衛」の4つの戦略から2つを選び、「実現可能で具体的な」企画を検討し、「どのような問題・課題に着目したか」「得ることができる費用と収益（効果）は何か」などを発表・共有しました。



越野浩昭本部長は「このプロジェクトにより、今まで自分が行ってきた業務以外の角度で様々な意見が出てくると思う。人と違うことを考えることや創意工夫、創造性を豊かにもって取り組んでほしい」と話しました。



くにびき地区本部

ご来店感謝デー

令和6年12月13日(金) 開催



おかげさまでJAしまねは、
統合10年を迎えることができました。
それを記念すると共に、日頃の感謝を込め
ささやかながら「プレゼント」をご準備しています。

職員一同、ご来店をお待ちしております。



11月22日 JAしまね玉湯支店増築 9時 Aコープたまゆりリニューアルオープン!

Aコープたまゆ店は「JA FARMERS Aコープたまゆ店」と名称を変更し
11月22日(金) 午前9時より、リニューアルオープンいたします。
産直コーナーを1.7倍に増床いたします。ぜひご来店ください!

くにびき農産物直売コーナー 出荷者協議会会員の皆さまへ

JA FARMERS Aコープたまゆ店のリニューアルオープンに伴い、新たな取り組みとして、同店への集荷配送を下記のとおり行います。
集荷配送をご希望の方は、産直資材課(55-3034)までご連絡ください。

集荷日	月曜日・水曜日・金曜日 ※11月22日(金)より開始
集荷場所	JAグリーンかわつ・グリーンショップふるえ(各所定場所あり)
持ち込み時間	●JAグリーンかわつ: 午前8時15分まで ●グリーンショップふるえ: 午前9時15分まで
出荷方法	Aコープ用(枠なし2段バーコード)のシールを貼り、置き場に用意してある「持込票」を記入し出荷。
販売手数料	20%(JA FARMERS Aコープたまゆ配送利用販売分) ※通常Aコープ販売手数料15%(持込出荷の場合)
利用条件	集荷配送を利用する会員は、JA FARMERS Aコープたまゆ店への個人持込は禁止とし、配送出荷のみとする。(持込と配送商品の区別がつけられないため)
在庫管理	売れ残った商品は、商品の状況をみながら集荷した拠点へ持ち帰ります。

くにびき地区本部 中途採用職員紹介

☆JAしまねくにびき地区本部の新しい顔!
新入職員をよろしくお祈りします。

- ①趣味・特技
- ②好きな言葉
- ③自己PR

(令和6年11月1日付)



ふじはら しゅうや 藤原 柁弥 配属先 松江北ブロック 古江支店

- ①音楽鑑賞
- ②冷静沈着
- ③関わる人を大切にして、日々成長できるよう頑張ります。

有効期限の お知らせ

必ずご確認ください!



令和4年に付与された「おさいふカードポイント」の有効期限は**令和6年12月31日まで**です。

※対象となるポイントは、JAグリーン・グリーンショップ・Aコープ店の店頭端末や支店窓口などで確認いただけます。
※JAグリーン・グリーンショップでは、お買い物の際、1ポイント1円でご使用できます。

作ってみませんか？

くにびき女性部からのおすすりめ料理



サツマイモまんじゅうのあんかけ、鶏肉とキノコの炊き込みご飯

コロとした形がかわいいサツマイモまんじゅうは、揚げ焼きにすることで香ばしい風味となり、あんかけとの相性もぴったりな一品です。キノコの豊かな香りとうま味がギュッと詰まった炊き込みご飯は、もち米を少し混ぜることでもちもちとした食感が出て美味しいです。秋の旬の味覚を存分に楽しみましょう！

サツマイモまんじゅうのあんかけ（4人分）

サツマイモ	400g	すりおろしショウガ	小さじ1	●あんかけ	
鶏ひき肉	200g	①みりん	大さじ1/2	しいたけ	2本
ニンジン	1/3本	しょうゆ	大さじ1/2	ネギ（青い部分）	1本
しめじ	1/2株	塩	少々	水	300cc
		片栗粉	小さじ2	白だし	50cc
		米油（他の油でもよい）	適量	片栗粉	適量

作り方

- ①ニンジンとしめじをみじん切りにし、鶏ひき肉と一緒に炒める。火が通ったら①を入れてさらに炒め、冷ましておく。
- ②サツマイモを洗い、ラップで2重にくるんでレンジで4分加熱する。もう一度ぬらして、さらに3分加熱しやわらかくする。（固い場合、様子を見ながら追加で加熱する）
- ③サツマイモの皮をむき、粒が残るくらい粗めにつぶし、塩と片栗粉を入れて混ぜる。
- ④つぶしたサツマイモで①を包み（ゴルフボールくらいの大きさ）、うすく片栗粉（分量外）をつけておく。
- ⑤フライパンに米油をしき、④を転がしながら揚げ焼きにする。こんがり焼けたら、器に取り出しておく。
- ⑥あんかけ用にしいたけを薄切り、ネギをななめ切りにする。鍋に水としいたけを入れて火にかけ、沸騰したら白だしを入れる。さらに沸騰したらネギを加え、水溶き片栗粉を入れてとろみをつけ、⑥にかける。

ポイント

・揚げ焼きにする時は、崩れやすくなるためあまりさわりすぎないでください。

鶏肉とキノコの炊き込みご飯（4人分）

鶏もも肉	1/2枚	ニンジン	1/2本	白だし	50cc
しいたけ	3本	米	3合	①みりん	50cc
まいたけ	1株	もち米	1握り	酒	50cc
しめじ	1/2株	しょうゆ	少々	砂糖	少々

作り方

- ①しいたけは石づきを除いて縦薄切りにする。まいたけとしめじを食べやすい大きさに手で裂いておく。ニンジンは粗みじん切りにする。
- ②鶏肉は1cm角に切り、しょうゆ少々でもみ込んでおく。
- ③炊飯器に米、もち米、①の調味料を入れ、3合の目盛まで水を注ぎ（もち米の分程水を多めに）、具をのせて炊く。

ポイント

・好みに合わせて、調味料の分量を調整してください。

津田支部のみなさん

（前列左から）

- ・郷原 敦子 さん
- ・諏訪 智子 さん
- ・広江美保子 さん

今月の料理人

（後列左から）

- ・廣江多紀枝 さん
- ・三島 美鈴 さん
- ・浅野三枝子 さん
- ・三島 幸恵 さん



12月くにびき地区本部 各種相談会カレンダー（税・ローン）

※各相談とも無料でお受けしています。

日	曜日	相談会内容	場所・予約先電話番号・時間
4	水	税務相談会	法吉支店（TEL：21-3960）10:00～12:00
5	木	税務相談会	古江支店（TEL：36-8157）10:00～12:00
6	金	税務相談会	統括支店（TEL：55-3028）10:00～12:00

※事前にご予約をお願いします。予約先：開催会場となる支店

○くにびき統括支店ローンセンターでは、土曜日（10:00～15:00）に休日住宅ローン相談を実施しています。要予約。

※12月の土曜営業日は7日、21日です。

◆お問い合わせは

☎0120-988-380

12月 ふれあい訪問日

12月17日（水）・18日（水）

自動車センター12月土曜営業日

7日、14日、21日営業いたします。

だんだんおかげさまでJAしまね統合10年

くにびき地区本部情報

JAしまねくにびき地区本部 統合10年記念企画

令和6年度

松江市

入場無料

農林水産祭

令和6年11月17日(日)

9:30→14:00

※開会式終了後より販売スタート

豊かな恵み大集合!!

見て・触れて・食べて

会場

島根県農業協同組合 (松江市西川津町 1635-1)

くにびき地区本部

数量限定

無料配布

「しじみ汁」
「米のすくいどり」
「菌体肥料」など

地元のうまいもの、
どうざり集めました!

出店ブース

販売/飲食
展示/体験コーナー

ステージイベント

地元のみなさんが会場を盛り上げます!

働く機械の展示会

乗って触って写真を撮ろう

松江市の特産品が当たる

抽選会開催!!

子育ての日ファミリーイベント開催

教育文化センター San・san 館

キッズルーム

子ども向けイベント開催!

自動車センター

ミニ四駆・ラジコン射的で遊ぼう!

企画イベント

スタンプラリー開催



無料シャトルバスについて

会場・駐車場間は、
順次シャトルバスが運行しています。

始発	旧県立プール跡地より	終発	JAしまねくにびき地区本部より
	8:30		14:30

シャトルバスは約10分間隔で運行しております。但し、11時半台~12時半台は約30分間隔で運行いたします。



駐車場について

- 会場内に駐車場はございません。旧県立プール跡地をご利用ください。
- 会場周辺施設には駐車しないでください。

詳しくは

JA・松江市ホームページ
松江市農林水産祭 で検索

注意

- 荒天などにより内容変更、または中止する場合があります。
- 会場に駐車場はございません。(詳しくは、本チラシをご覧ください)
- マイバッグをお持ちください。

主催 松江市農林水産祭実行委員会

お問い合わせ：JAしまねくにびき地区本部 営農企画課 TEL (0852) 55-3030

ありがとう! JAしまね統合10年!

ステージイベント

時間は
目安です

9:30～ 開会式

(開会式終了後)
もちまき

10:05～ 吹奏楽

(松江市消防音楽隊)

10:40～ 太鼓

(たまちこども園)

10:55～ 出店者紹介

11:15～ 野菜重さ当てクイズ
結果発表

(松江市農業委員会)

11:20～ ヒップホップダンス

(ピックエス)

11:40～ 歌、太鼓

(こぼと保育園)

11:55～ 野菜重さ当てクイズ
結果発表

(松江市農業委員会)

12:10～ 吹奏楽

(松江農林高等学校)

12:20～ ダンス

(松江立皆美が丘女子高等学校)

12:40～ 松江市の特産品

★抽選会

13:00～ 野菜重さ当てクイズ
結果発表

(松江市農業委員会)

★11:00～12:30

案内所にて抽選券を配布します

抽選会に必要な抽選券は **引換券** が必要となります。
物販ブース・飲食ブースでお買い上げいただくごとにお渡しいたします。
※お一人様、一枚限り有効です。

先着順 無料配布コーナー

●しじみ汁 (宍道湖漁業協同組合)

① 11:00 ～ ② 13:00 ～



約500杯

●お米のすくいどり (松江市農政会議)

① 10:30 ～ ② 13:00 ～



約500kg

●菌体肥料 (松江市農林水産祭
実行委員会)

13:00 ～



400袋
(約2kg入り)

展示コーナー

働く機械の展示会

協力
三菱マヒンドラ農機株式会社
JA全農島根農機サポート部
松江森林組合

体験コーナー

松江森林組合

丸太切り体験からのコースター
作り、しいたけ原木植菌体験

企画イベント

スタンプラリー開催

数量限定

案内所でもらえる「カード」のマスに、会場においてある
スタンプを集めよう！全て集めると、もらって嬉しい
「野菜の詰め合わせ」が抽選で当たります！



ありがとう！JAしまね統合10年！



※会場内に駐車場はございません。旧県立プール跡地をご利用ください。※会場周辺施設には駐車しないでください。

- | | | |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ● 島根町潮風グループ ● 宍道湖漁業協同組合 (東部観会) ● 丸三商店 ● 社会福祉法人 四ツ葉福祉会 ● 倉敷商店 ● くにびき農産物直売コーナー-出荷者協議会 ● 八雲モクモク商店 ● 潮風サロン なぎさ ● わかめの里片匂いグループ ● NPO法人 松江あけぼの会 ● 松江森林組合 ● みのりの里講武 ● 東出雲町物産協会 ● 島根大学本庄総合農場 ● JA全農Aコープ(株)ふるえ店 ● 松江地域 GAP生産者協議会 ● 揖屋干拓宮農協協議会 ● 細田漬物 ● 有限会社マルコウ ● くにびき柿部会 | <ul style="list-style-type: none"> ● かしわざ ● グラッドキッチン ● 檸檬屋 ● おかいち ● café simai ● マリンビューしまね ● 株式会社 漁師村 ● NINJIN ● 有限会社 ヤマヲ水産 ● 相撲食堂ちゃんこちゃん ● 一般社団法人 尾三物産振興協会 ● 松江産そば協議会 ● 株式会社 藤原茶問屋 ● K.N.K ● COCHICA ● JA全農Aコープ(株)ふるえ店 ● 松江地域 GAP生産者協議会 ● 株式会社Mitsu Fisherman's Factory ● はちみつ専門店 いち花 ● チャンピオン ● まつえ農水商工連携・特産品推進協議会 | <ul style="list-style-type: none"> ● 鮎と十五屋 ● 松江地域おこし協力隊 ● JAしまねくにびき女性部 ● Cielox (シエロ) ● サクセスロード (シーサイドショップあさくら) ● JAしまねくにびき青年連盟 ● Green's Baby ● フードバンクしまねあったか元気便地域つながりセンター ● 松江市教育委員会学校給食課 ● 松江市SDGs推進課 ● 市民農園 ● 松江市市民憲章推進協議会 活力あるまち部会 ● 株式会社 SWIFT ● 松江市食生活改善推進協議会 ● 松江市農業委員会 ● JA全農島根農機サポート(株) ● 三菱マヒンドラ農機株式会社 ● JAしまねくにびき地区本部 自動車センター ● JAしまねくにびき地区本部 生活燃料センター ● 子育て自主サークルネットワーク会 ● 宍道湖漁業協同組合(宍道湖シジミPR推進チーム) ● 松江市農政会議 |
|---|---|--|

くにびき地区本部情報

出店者一覽

物販

飲食

飲食

展示・企画

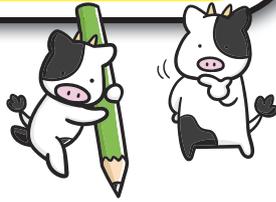
無料配布

クロスワードパズル

農協全国商品券をもらっちゃおう!!

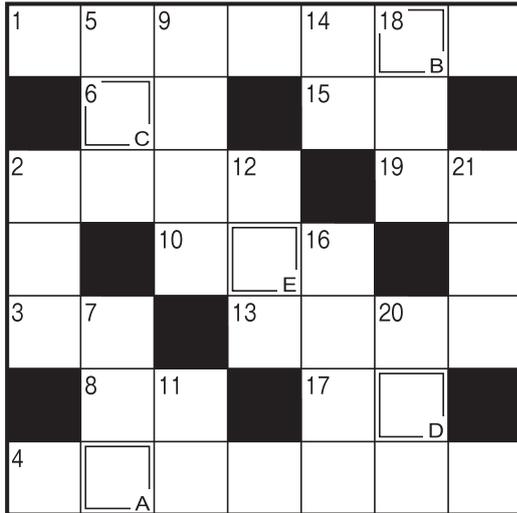
出典：(株)新聞連『JA広報通信』2024年11月号

CrossWord Puzzle



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
---	---	---	---	---

タデのカギ

- ②墨をするときに使います
- ⑤英国の文化について学び、——を深めた
- ⑦外為の「為」を略さずにいうと
- ⑨氷の張った湖で楽しむ人もいるスポーツ
- ⑪令和6年の干支(えと)は——、令和7年は巳(み)です
- ⑫残ったおでんに具を——して煮直した
- ⑭ズボンを買ったあとで上げることも
- ⑯使ってはいけない技のこと
- ⑰だしを取るのに使う小魚の干物
- ⑲ゴルフクラブの一種です
- ⑳風邪の予防に、ガラガラガラ

ヨコのカギ

- ①12月24日の夜のこと。聖夜ともいいます
- ②甘いお菓子のことです
- ③——の授業で、冬の星座について学んだ
- ④昭和の頃の録音媒体。たるむと鉛筆で巻きました
- ⑥ギャンブルです
- ⑧どてらに詰められているもの
- ⑩安心したときにホッともらいます
- ⑬忘年会で部長が——の音頭を取った
- ⑮サンタクロースの乗り物
- ⑰彼は——とともに認める本の虫だ
- ⑲——、乙、丙、丁

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。右記の二次元コードからもご応募いただけます。



賞品

正解者の中から抽選で30名(JAしまね全体)の方に「農協全国商品券」をお贈りします。

当選者発表

賞品の発送をもってかえさせていただきます。

宛先・締切

〒690-0823 松江市西川津町1635-1

JAしまね くびき地区本部 ふれあい課 「クイズ」係

2024年12月6日(金)(当日消印有効)

◆先月号の答え◆

「ホシガキ」



俳句の広場

最優秀賞

おっちゃんと呼ばれて笑ふ秋彼岸

西ノ島町 川上 茂様

選句者「白魚火」編集長・副主宰 安食彰彦先生

優秀賞

たて結びした児もまじる盆踊

邑南町 三宅伊知枝様

大谷もポケモンも立つ案山子径

浜田市 三沢 孝子様

身に入むや人に時間といふ薬

出雲市 北村 功様

佳作

長き夜や漢詩に多き処生訓

出雲市 藤江 堯様

涼求め思はす入るパチンコ屋

吉賀町 竹中 和博様

下山時に夕管は咲く登山口

出雲市 大森喜代子様

星図より飛び出す形流れ星

出雲市 金山 陽様

胡麻を炒るばらばら音を掻き混ぜる

出雲市 竹田喜久子様

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

「家の光」12月号 定価1,027円



JA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)12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、メールのいずれかでご応募ください。
※応募作品は自作で未発表のものに限ります。
※応募作品の一切の権利は、JAしまねに帰属するものとします。
※受賞作品は地域名、氏名(または雅号)を掲載します。

あて先

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



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

・お預かりした個人情報、プレゼントの抽選・発送のみに使用し、その他の目的で利用することはありません。

2024 11/1 金 >>> 12/30 月

定期貯金

必ずもらえる

当JAへ新たな資金でお預入れいただくと

500万円コース どちらか選べる

※3種 5kg (15kg)を2回に分けてお届け

20,000円分(金利0.4%相当)
しまね和牛肉 焼き肉・スライスセット(冷蔵)か
お米(30kg) どちらかプレゼント!

300万円コース どちらか選べる

10,000円分(金利0.33%相当)
しまね和牛肉 焼き肉・スライスセット(冷蔵)か
お米(15kg) どちらかプレゼント!

100万円コース

3,000円分(金利0.3%相当)
しまね和牛肉 パラエティ
切落しセット(冷蔵)をプレゼント!

500万円分の定期貯金を新規でご契約された方に20,000円分のしまね和牛肉焼き肉・スライスセット(冷蔵)かお米(30kg)どちらかをお選びいただきお届けいたします。*お米は、15kg(島根県産こしひかり(5kg)、つや姫(5kg)、きぬむすめ(5kg))を1セットとして、2回に分けてお届けいたします。(合計2セット)

300万円分の定期貯金を新規でご契約された方に10,000円分のしまね和牛肉焼き肉・スライスセット(冷蔵)かお米(15kg)どちらかをお選びいただきお届けいたします。*お米は、15kg(島根県産こしひかり(5kg)、つや姫(5kg)、きぬむすめ(5kg))を1セットとしてお届けいたします。

100万円分の定期貯金を新規でご契約された方に3,000円分のしまね和牛肉パラエティ切落しセット(冷蔵)を、お届けいたします。

★期間1年以上の定期貯金を対象とさせていただきます。上乗せ金利の適用があるものを除きます。★ATM・IBで契約いただいたものについては除きます。★本キャンペーンは1人2,000万円を上限として特典の対象とさせていただきます。★本キャンペーンは募集額が105億円です。募集額に達した場合は、その時点で募集を終了させていただきます。※1 1年定期貯金の場合の金利換算として表記しています。※夏のキャンペーン定期を解約して新たにご契約された場合は特典の対象外とさせていただきます。*お米については、3種5kg(15kg)が1セットになり、500セットに達した時点で終了となります。



抽選でもらえる

1 10万円以上新規で定期貯金をご契約されると、抽選で合計600名様に島根のお米食べ比べセット(5,000円相当)(仁多米こしひかり(2kg)、つや姫(2kg)、きぬむすめ(2kg))をプレゼント!



ダブルチャンス

2 ①に外れた方に、抽選で100名様に農協商品券1,000円分をプレゼント!

3 ①、②に外れた方で、ATMまたはJAネット/バンクからご契約いただいた方に、抽選で50名様に農協商品券1,000円分をプレゼント!

★期間1年以上の定期貯金を対象とさせていただきます。*上乗せ金利の適用があるものを除きます。抽選権の失効/抽選日の前日までに対象商品が中途解約されていた場合、抽選権は無効となります。

くわしくはお近くのJA窓口までお問い合わせください



住まいの 率断熱リフォーム

冬でも
足元快適



調査・お見積
無料!

床下の断熱



お問い合わせ先
最寄りのJA各支店に
お問い合わせください

取扱業者 (公社)日本しるあり対策協会企業登録(島根県002・鳥取県002)
Kodama 株式会社 コタマサイエンス
■本社/島根県松江市西塚島2-8-23 ☎0852-43-0852
■松江営業所/☎0852-26-6757 ■出雲営業所/☎0853-31-9600
■益田営業所/☎0856-22-5390 ■江津出張所/☎0855-52-6852
■隠岐営業所/☎08512-2-2471



里芋のごまみそ和え



材料 (4人分)

- 里芋…………… 大小20個くらい
味噌…………… 大さじ1
砂糖…………… 大さじ1
すりごま(白)……大さじ1
細ネギ…………… 2～3本

作り方

- ①鍋に里芋とひたひたになるくらいの水を入れ、火にかけて里芋が柔らかくなるまで茹でる。
- ②水に取り、里芋の皮をむく。
- ③ボウルにAを混ぜ合わせ、皮をむいた里芋を加えてあえる。
- ④器に盛り、細ネギを散らす。

コメント

- ・簡単!!茹でて皮をむいた里芋を調味料で和えるだけ!
- ・里芋が大きい場合はひとくちサイズにカットします。

アレンジ

- ・チーズをかけてオーブントースターで焼けば、グラタン風に変身!
- ・Aの調味料の中にツナやかつお節を加えてもおいしくいただけます。



材料 (4人分)

- ブロッコリー…………… 1株
豚肉(生姜焼き用)…… 300g
塩こしょう…………… 少々
小麦粉…………… 大さじ3
サラダ油…………… 大さじ1
A [マヨネーズ…………… 大さじ5
マーマレード…………… 大さじ2
しょうゆ…………… 小さじ1

作り方

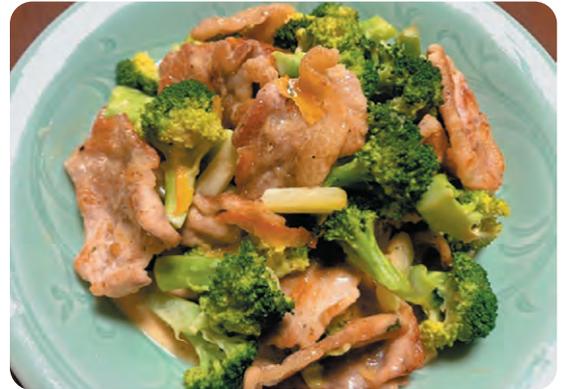
- ①ブロッコリーは小房に分ける。(軸も皮をむいて長さ1～2cmに切る)
- ②豚肉を半分に切り、塩こしょうを振り、小麦粉を薄くまぶす。
- ③フライパンに油を熱し、豚肉を並べ入れ、焦げ色が着いたら裏返し、ブロッコリーを肉の上のせて、蓋をして蒸し焼きにする。2～3分経ったら全体を混ぜ、再び蓋をしてブロッコリーに火を通す。
- ④大きめのボウルにAを混ぜ合わせ、焼きあがった③を入れてしっかり混ぜ合わせる。



コメント

- ・ビタミンやミネラルの含有量がトップクラスのブロッコリーは油と一緒にとることで吸収力がアップします!炒めたり、胡麻和え、ドレッシングやマヨネーズをかけたりして野菜のパワーをいただきましょう!

ブロッコリーと豚肉のオレンジマヨネーズ焼



アレンジ

- ・豚肉を鶏肉やエビ、油揚げに替えてもおいしくいただけます!
- ・Aの調味料のしょうゆをケチャップや味噌に替えて、味変も楽しめます。

健康散歩

血圧と上手に付き合う第一歩

JA島根厚生連

日本では3人に1人が高血圧と言われています。しかし、塩分の多い日本の食生活を背景に、血圧をコントロールできている人はアジア諸国に比べて少ないとされています。心配しすぎる必要はありませんが、血圧は自覚症状なく高くなることもありますし、高くてもそのままにしている人が多いようです。

血圧を「たまたま高かっただけ」「健診では高いに決まっている」と安易に自己判断するのは禁物です。放っておくと命にかかわるような事態になる可能性があります。

血圧は常に変動しています。高血圧対策では適度な運動、減塩などの食事療法、良質な睡眠などが大切ですが、1日の中で血圧がどのように変動しているかを把握できればより効果的な対策が立てやすくなります。まずは、自分の日頃の血圧がどれくらいか、変動がどれくらいあるのかを測定してみたいかがですか?



<自宅での血圧測定のポイント>

- ・血圧計は二の腕で測るタイプがお勧めです。
- ・測る前15分くらいは安静にし、測定する30分以内にカフェインの入った飲み物・タバコは控えるようにします。
- ・できるだけ同じ時間に測るのが理想です。
※朝は起きて1時間以内、排尿後・朝食前(血圧の内服をしていれば内服前)、夜は寝る前に測ります。
- ・血圧を測る腕が心臓と同じ高さになるように座り、体の力を抜いてリラックスして測りましょう。



【編集後記】編集後記を考えている10月下旬、寒くなったかと思えば気温が20度以上の日が多く未だに半袖を着ています。衣替えのタイミングは20度が目安だと言われていますが、まだまだ半袖生活が続きそうです。さて、今月の特集は旬の冬野菜について。お鍋の季節にぴったりのハクサイや長ネギ、ダイコンなどを紹介しています!おすすめの食べ方も記載していますのでぜひお試しください(古)