



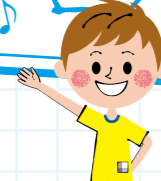
特集 今年はうし年 うっしっし♪

若手畜産農家さん大紹介!





# おしえて、NOSAIくん



国内で飼育されている牛は主に

乳用牛



ホルスタイン種、ジャージー種、ブラウンスイス種

肉用牛



黒毛和種や褐毛和種、日本短角種、無角和種

と

があります。

## 乳用牛を飼い、乳を搾る仕事

乳用牛を飼育し、牛乳や乳製品を生産する畜産のことを「酪農」といいます。生乳を作るためには、

- ①母牛に子牛を産ませる
- ②約10ヶ月間生乳を搾る
- ③その間に次の子牛を妊娠させる
- ④出産2ヶ月前から出産に備えて搾るのを止める(乾乳)

の繰り返しです。母牛は10ヶ月間で約8トンの生乳を生み出します。島根県では95戸の酪農家が約10,000頭の乳用牛を飼育しており、年間約66,000トンの生乳を生産しています。



牛から絞ったままの乳を「生乳」といいます。「牛乳」は生乳100%で、加熱殺菌し、乳脂肪分3.0%以上、無脂乳固形分8%以上のものをいいます。

牛乳を飲んで、肉を食べて、消費拡大に貢献しよう!



## 肉用牛を飼い、牛肉を生産する仕事

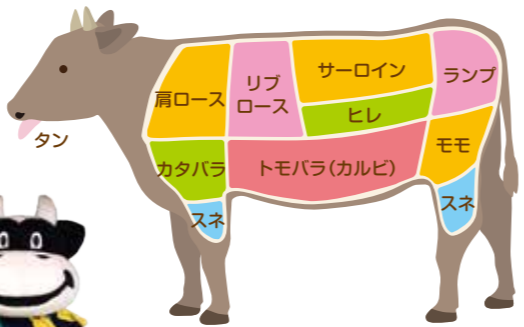


牛肉を生産するためには、母牛に子牛を産ませ、その子牛を育て、家畜市場へ出荷する「繁殖経営」と、家畜市場で買った子牛を大きく太らせ、出荷する「肥育経営」の2つの経営体に分かれます。この繁殖と肥育の両方を一貫して行っている農家もあります。島根県内の肉用牛飼育戸数は912戸、約30,000頭が飼われています。

出荷するまで3年近くかかるんだね!



牛肉の部位を紹介するよ!



## 組合員の皆様に幸あれと願って

新年あけましておめでとうございます。

ご家族お揃いで「共に元気で仲良く支えあって頑張ろう」と、新年をお迎えの事とお慶び申し上げます。

さて、我々NOSAI島根は、県下一組合となり4年目を迎えることとなります。これも組合員の皆様のご理解とご協力の賜物と心からお礼申し上げます。

近年、地球温暖化の影響か、大型台風の上陸、集中豪雨、土砂崩れなど、全国各地で甚大な被害が発生しております。農業共済は、これらの災害から農家を守るため、国の災害対策の一環としてつくられた政策保険です。

農業を取り巻く情勢が大きく変化していく中、それぞれの農業経営体を強力に支える農業共済組合として尽力してまいりますので、組合員皆様のご協力をよろしくお願い致します。

島根県内においても、農業経営の形態は大きく変わりました。

(1) 農作物の生産費を下げ、大型化するために、集落の農家がひとつになつての地域集落営農法人化

(2) 農地を借りて、農業経営を拡大する大型農家

(3) 農地耕作条件改善事業等を利用することで、地域ごとの様々なニーズに応じた支援を受けることができます。その一つに、高収益作物への転換に向けた取組支援があることから、キャベツ、タマネギ、ブロッコリーなどが増加することが予想されます。



組合長理事 浅野 俊雄

このような変化に対応するため、

(1) 全ての農産物を対象に、自然災害による収量減少や価格低下をはじめ、農業者の経営努力では避けられない様々なリスクによる収入減少を補償する「農業経営収入保険」への加入を推進すること。

(2) 農作物共済においては、耕地ごとに収穫量が一定割合を超えて減収した場合に共済金をお支払いする「一筆方式」は令和4年産から廃止されますので、「半相殺方式」、「全相殺方式」等を選択していただくこと。

を積極的に推進してまいります。

## 増加するイノシシ、シカ等による鳥獣被害防止対策

県内の市町村ごとに、防除対策協議会の組織化を図り、毎年被害状況と被害防止対策について意見交換を行い、NOSAI、JA、行政、猟友会が協力して防除体制を強力に推進することが今後の大きな課題と思われまます。

以上の課題を報告しながら、組合員の皆様の信頼と負託に応えられるよう、役員一丸となつて一生懸命に努力することを誓って、新年のご挨拶といたします。





# おしえて、NOSAIくん



今回は島根県内で活躍する若手畜産農家を紹介します！  
畜産業の未来を模索する皆さんの取り組みを聞きました！



祖父の代から酪農を営んでいまして。現在は、乳用牛90頭を家族で協力して飼養しています。  
いずれは家業を継ぐつもりでしたが、教員になりたいという気持ちもあり、大学に進学しました。  
家を離れ、改めて思った

ことは、生き物を育てる難しさや魅力、両親が守ってきたものの大切さでした。徐々に酪農への思いが膨らみ、卒業を目前に進路を考えた時、中途半端なことはしたくないと酪農に専念することを決意しました。  
現在は、両親の教えのもと、妻と共に酪農、子育てに奮闘しています。子供たちの目にも、自分が見てきた両親の姿のように映る日がきたら嬉しいですね。  
今年、近年の夏の暑さ対策として、牛のストレス軽減のため、細霧装置を導入したいと考えています。  
一日一日の積み重ねが大切だと思います。これからも、良い生乳を出荷できるように、家族で協力していきたいと思っています。



## 一日一日を大切に

大田市 松尾牧場 松尾 翔さん(36)

乳用牛 90頭



## 大好きな牛に囲まれて 楽しく働いています

安来市 砂流牧場 坂本 治城さん(25)

乳用牛 112頭



中学生の時に酪農家に職場体験に行き、毎日飲んでいただけの牛乳が作られる酪農に魅力を感じました。その時から乳牛に携わる仕事がしたかったですね。高校は普通科に進学し

ましたが、想いは変わらず、中国四国酪農高等学校に進学しました。その後現在の砂流牧場に就職しました。  
実際に働いてみると、季節や天候に左右される作業があったり、時間が不規則になったりと大変だということもありました。それでもやっぱり楽しいという気持ちは変わりません。  
「酪農教育ファーム」の認証を持ち、体験学習やイベントを開き地域との調和を目指す砂流牧場を引き継いでいきたいです。今は全てが勉強の時だと思っています。  
目標は常に安定した良質な生乳を生産すること、地域に貢献できる牧場であることです。



夫婦で繁殖農家として歩き出しました。  
以前はリハビリ職として病院に勤務していました。が、30歳で退職し、父が経営していた配合飼料会社を継ぎました。配達の際、畜産農家と触れ合う中で次第に牛に興味を湧き、和牛3

頭を飼いはじめました。その後、廃業が決まった繁殖農家から24頭の牛と牛舎一式を買い取りました。この道を選んだ私を理解してくれた妻には感謝しています。  
そして2人で合同会社「三日月」を設立。飼養全般は私が、経理などの事務は妻が行うことで分業しています。  
自宅と牛舎が約10<sup>2</sup>離れているので、分娩など牛の様子に分からなくて苦労しましたが、分娩センサーやカメラの導入により、遠くにおいても携帯電話で把握ができるようになりました。  
近々牛舎を改築し、牛を50頭まで増やす計画です。効率よく仕事をして少しでも家族との時間を増やしていきたいです。



## 3度の転機、新たな道

出雲市 (同)三日月 杉原 遼太郎さん(36) 未来さん(32)

繁殖牛 35頭



## 優良な血統を 生産するぞ！

津和野町 (農)京村牧場 京村 耕平さん(30)

肥育牛 繁殖牛 220頭



農大を卒業して県内外の牧場で研修した後、Uターンで父が経営する牧場へ就農して6年目になりました。実家のそばに牧場があり、小さい頃から牛と触れ合ってきたので、就農は自然な流れでした。  
授精師や移植師の資格がありますので、牛の種付けなど繁殖牛の管理を中心

に、飼養全般を任されています。  
仕事が多く、「一日48時間あれば」、「体が二つあれば」と思います。そんな忙しい毎日ですが、時間を割いて趣味の船釣りをするのが気分転換にもついでです。効率よく仕事をして趣味の時間が増えれば最高ですね。  
この仕事に携わっているからこそ、「血統」にはこだわってきたいです。町内外の農家から依頼を受け、繁殖牛へ種付けを行うほか、血統のアドバイスをしています。優良な血統の子牛を生産して、地元の繁殖農家が飼育販売するという循環をこの地域全体でつくるのが今後の目標です。



# 青色申告

やっけてよかった!



## ▶青色申告は メリットがたくさん!

青色申告は白色申告に比べて節税効果が大きく、税金面で有利です。

## 最高で65万円の 特別控除!

## 家族の給料を 経費にできる!

生計が同じ家族に対して支払った「青色事業専従者給与」を、必要経費として所得から差し引くことができます。

## 損失の繰越しと繰戻し!

今年の赤字を翌年に繰越したり、前年の赤字を繰戻すことができます。(個人は3年間、法人は9年間まで)

令和3年から青色申告を希望される方は、**3月15日**までに「**所得税の青色申告承認申請書**」を最寄りの税務署まで提出してください。

名簿(敬称略)

# 総代が決定しました

任期満了に伴う総代選挙により、総代204名が選出されました。任期は、令和2年12月16日から令和5年12月15日です。

## 総代の役割

組合員の中から選出され、組合員総会に代わる総代会を構成し、事業計画や予算など組合運営の方向性を決める役割を担っていただきます。

出雲北部選挙区 定数10人	渡部 猛 川上 武志 神田 勝 足立 博幸 鎌田 勉 周藤 隆司 三島 清三 岡 孝夫 切川 幸一 永瀬 善教
大田1区選挙区 定数9人	渡辺 公重 恒松 久之 岡田 武久 柿田 宏 大原 博 森山 鉄則 竹下 幸二 鳥笥尾 博
大田2区選挙区 定数8人	坂田 哲朗 三島 賢三 坂中 憲司 田中 光治 武田 廣司 小川 和邦 平田 和弘 越堂 一男
邑智1区選挙区 定数8人	表 輝夫 下垣 忠文 上原 義廣 波多野康博 木村 恒雄 福島教次郎 森下 寒三 反田 孝之
邑智2区選挙区 定数10人	石田 良憲 三上 洋司 漆谷 孝之 L.L.C出羽 代表社員 和田 保人 上田 実 岩本 秀明 植田 達夫 上田 正徳
浜田・江津選挙区 定数13人	野坂 敏雄 中井 伸人 殿川 孝夫 原田 義一 天野 猛 山田 義雄 原田 俊治 横田 米利 河内 治夫 寺田 眞司 川本 聖光 金山 正司
益田1区選挙区 定数5人	永岡 弘良 植田 茂孝 河村 博幸 益田1区選挙区 定数5人
益田2区選挙区 定数6人	柳尾 政夫 豊田 翔一 三浦 周一 橋本 政喜 中村太三郎 永戸 孝司
鹿足1区選挙区 定数4人	田原 勝美 宅野 政行 齋藤 健治 西川 友史 板蔭 初男 齋藤 和巳 齋藤 達雄 藤井 茂治
鹿足2区選挙区 定数4人	吉村 諭 島田 旭文

松江1区選挙区 定数11人	金坂 肇 朝倉弘太郎 門脇 悦男 豊島 耕 引野 正之 岸本 正 前田 和憲 藤原 陽治 来待 裕二 小谷 栄 梶谷 幸一
松江2区選挙区 定数15人	田中 正城 奥原 立美 上田 隆夫 野津 明 多和田進吾 野津 祐一 永見 俊行 森本 昭 古藤 一郎 野津 辰巳 福島 毅 細田 芳幸 角 智則 角 録郎
隠岐選挙区 定数5人	浅野 真治 遠藤 義光 高宮 守國 高山 剛之 柴崎 敏 下廣 幸将
安来1区選挙区 定数8人	加藤 正一 山本 耕一 渡邊 憲治 細田 春幸 渡辺 和則 加納 健一 長谷川照正 長谷 憲二 細田 幸宏 野々村正司 仁多郡選挙区 定数11人
安来2区選挙区 定数8人	石原 信夫 高橋 安典 須山 克彦 森山 富夫 嵐谷 重成 安部 備造 藤原 邦雄 石原 吉徳 細木 勇
雲南北部選挙区 定数15人	石原 修康 石原 明 石原 博行 永瀬 征三 渡部 真寿 嘉本 輝雄 江角 安正 小林 高一 板持 康忠 小村 利男
雲南南部選挙区 定数9人	榊原 章義 若槻 繁徳 川角 勝則 横山 誠司 朝山 哲 飯南選挙区 定数5人
飯南選挙区 定数5人	瀧 章義 若槻 繁徳 川角 勝則 横山 誠司 朝山 哲 飯南選挙区 定数5人
平田選挙区 定数10人	和田守増美 藤山 伸一 池田 透 青木 治美 北村 久雄 尾添 暁 福島 進 福岡 恒夫 竹下 京一
出雲南部選挙区 定数10人	妹尾 泰久 栗原 元一 加藤 幸保 内藤 建徳 持田 直人 吉川 悟 神田 喜昭 佐藤 要 間水 昭一
出雲南部選挙区 定数10人	和田守増美 藤山 伸一 池田 透 青木 治美 北村 久雄 尾添 暁 福島 進 福岡 恒夫 竹下 京一 岩浅 英人 加藤 豊 高野 清 高橋 和義 坂本 満 土江 誠 原田 豊 松浦 宗和 多久和耕二 原 幸夫
出雲南部選挙区 定数10人	和田守増美 藤山 伸一 池田 透 青木 治美 北村 久雄 尾添 暁 福島 進 福岡 恒夫 竹下 京一 岩浅 英人 加藤 豊 高野 清 高橋 和義 坂本 満 土江 誠 原田 豊 松浦 宗和 多久和耕二 原 幸夫 飯塚 孝司 石橋 良一 飯國 齊 坂根 真治 江角 隆司 内田 義昭 兒玉佐千夫 榊原 輝夫 榊原 健樹



# 積雪にご用心!

本格的な冬の季節がやってきました。急な降雪や暴風が予想されますので、最新の気象情報を確認したり、ハウスの点検を行うなど、事前対策を充分に行いましょう。

## 積雪への対策

◆降雪時にはハウス内の気温が外気温より高くなるようにして、雪を落としましょう。



(側面ビニールを下す、加温設備の活用、二重被覆を開放して屋根面を温めるなど)  
◆雪落下の妨げになるものがないか点検しましょう。  
(被覆材のたるみ、破れや付着物、防風ネットなどのチェック)

### 加入者の声

奥出雲町八川  
野菜農家(ホウレンソウ)  
ビニールハウス10棟所有



例年より早い4月上旬にビニールを被覆しましたが、予期せぬ降雪によってハウス1棟が全壊しました。これまで10年で3度、6棟のハウスに被害を受けました。季節外れの降雪は本当に恐ろしいものです。  
共済金をいただき助かりましたが、全壊したハウスを再建するには至りませんでした。ハウス



降雪により全壊したハウス

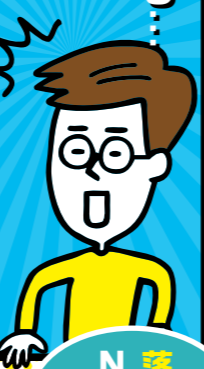
### 補償拡充のすすめ

令和2年9月より園芸施設共済の補償が拡充されました。この機会に加入内容をさらに充実させてみてはいかがでしょうか。詳しくはNOSAIまでお問い合わせください。

## 建物共済

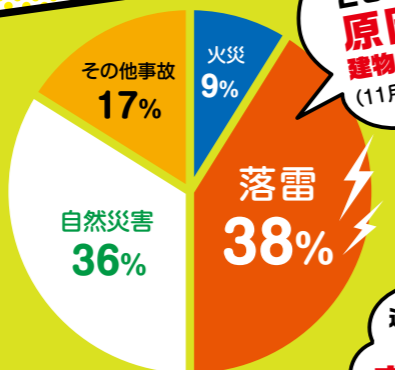
# 雷は突然落ちます!

今まで落ちたことが無くても...



落雷事故はNOSAIの

2020年  
原因別  
建物共済事故件数  
(11月末)



過去5年の  
落雷での  
支払実績

年度	件数	支払金額
2016年	228件	14,479,863円
2017年	345件	19,781,564円
2018年	172件	16,119,660円
2019年	136件	11,530,820円
2020年(11月末現在)	123件	14,582,741円

近年、県内で落雷の事故が多発しています。11月末現在で、落雷事故の支払い件数は123件、支払共済金額は約1400万円、建物共済事故件数の約40%となっております。落雷被害を受けた品目別では、エアコン、テレビなどの家電製品が多くの割合を占めています。テレビや電話機などの家電製品の事故は、建物共済の「家具類」に加入している場合に共済金の支払い対象となります。

「家具類」とは、建物の外部に持ち運びができる動産のことをいい、テレビや電話機などが該当します。持ち運びができないエアコンや給湯器などは「建物」に該当します。



— 1,000万円あたり 8,400円(年間掛金) —

- 1 火災
- 2 落雷
- 3 破裂・爆発
- 4 建物外部からの物体の飛来・落下  
自然災害による事故は除く
- 5 建物内部での車両衝突・接触
- 6 給排水設備の事故による水漏れ
- 7 盗難によるき損汚損
- 8 騒乱による破壊行為
- 9 水道管の凍結による損害  
(R2.4月より新設)

## 建物共済で安心!

火災共済は、安い掛金で左図の事故の補償をします。



雷が落ちると、一つの家電製品のみならず、多くの家電製品が被害を受けることがあります。万が一に備えて、建物・家具類ともに評価額いっぱい加入をおすすめします。

## 水稲共済

大きな補償で、  
大きな安心!

## 半相殺方式への移行を

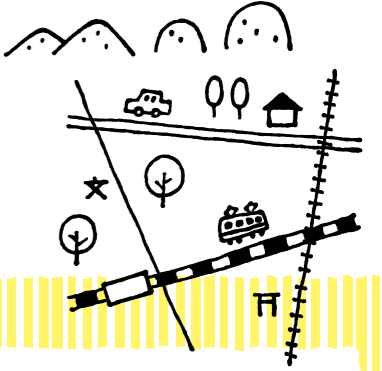
お願いいたします。

水稲共済の一筆方式は、令和4年産から廃止となります。NOSAIでは、一筆方式に代わる引受方式として、半相殺方式をおすすめします。半相殺方式は一筆方式よりも補償割合が高く設定されており、広い範囲で被害があった場合により大きな補償を受けることができます。

### 半相殺方式とは?

被害ほ場ごとに算定される減収量の合計が、全ほ場の基準収穫量の2割を超えた場合に共済金をお支払します。一筆半損特約を付ければ、一筆でも半損以上の被害を受けたときに共済金を受け取ることができます。





旬の食材を味わって

出雲市 桃源市場ドーム店

2010年、農業生産法人(株)桃源が出雲ドーム前にオープンした「桃源市場」では、300名以上からなる会員が生産した新鮮な野菜や果物、花きの他に手作りマスクなどの手芸品が店内を彩ります。

法人の代表を務める山崎貴之さん(41)は「ぜひお越しいただき、豊富な品揃えと旬の食材を楽しんでもらいたいです」と笑顔で話します。



店内では多岐に渡る商品が並びます。



同敷地に焼肉レストランと洋菓子工房が併設されています。



山崎代表(左)と店員の石飛さん(真中)、嘉藤さん(右)「地元の方だけでなく、遠方からのお客さんも大歓迎です」

桃源市場ドーム店  
出雲市矢野町920-1  
営業時間/9:00~17:30  
金、土のみ9:00~14:00  
☎(0853)23-8600  
定休日/1月1日~3日



天然素材猪まるごとリゾット

益田市 タケダ精肉店

「真っ先に避難する高齢者や子供たちに美味しく食べてもらいたいです」と話すのはタケダ精肉店の竹田尚則代表。昨年8月から販売している猪肉を使ったカレー風味のリゾットが好評で、家庭の備蓄食のほか災害避難先の非常食として注目されています。

開発まで2年を要した同商品は、夏に捕れる猪肉を使用。脂成分が少なく、鉄分などの栄養価が高いのが特徴で、レトルト食品として常温長期保存が可能。昨年は5千食ですが、今年



天然素材猪まるごとリゾット  
1個510円(税抜)  
(ネット販売あり)



「市や地域の自治組織へ寄贈して、避難場所の公民館などへ備蓄しています」と話す。

タケダ精肉店  
☎0856-29-0181



「自然災害の報道を見るたびに、非常食の重要性が高まっている」と話す竹田代表(右)と従業員竹内さん(左)



集落の農業を盛り上げる

邑南町 東國雄さん、玉枝さん夫妻

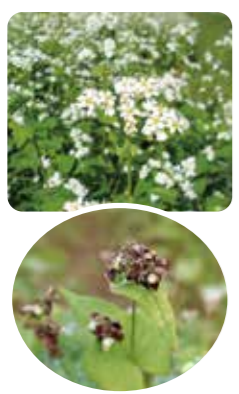
東國雄さん(79)は、妻の玉枝さん(75)と共に50年以上農業を営んでいます。現在は、ソバやゴボウの栽培を行い、地域振興に力を注ぎます。その活動が評価され、昨年には「山陰中央新報社地域開発賞」を受賞しました。

東さん夫妻は「食べておいしいと言われるのが励みになります。集落の農作物がなくならないように、これからも、夫婦仲良く頑張っていきたいです」と今後についても意欲的です。



「おいしいソバができました」と東さん夫妻

また、地域の農業が末永く続くことを願う東さんは「将来を担う子供たちに、少しでも地域の農業や農産物に興味を持ってもらいたいです」と、春のさくら祭りにはソバを販売、年末には地域の小学生を招いてソバ打ち体験なども行って地域を盛



参拝後には、お供え神在餅を

松江市 佐陀乃だんだん家

文献上もとても古くから神在祭が執り行われていた佐太神社。その目の前にある「佐陀乃だんだん家」では同社の禰宜だつたオーナーの岸悟さんと由紀子さん夫妻が、参拝客や常連さんに料理を提供しています。

ねと岸さん。初詣の帰りにほっと一息暖を取ってはいかがでしょうか。



木のぬくもりの感じられる店内とオーナー夫妻人気の「お供え神在餅」甘さの調節は好みです。



佐太神社内に建てられた庵風の外観が特徴

佐陀乃だんだん家  
松江市鹿島町名分1348-1  
(佐太神社駐車場内)  
営業時間/10:00~16:00  
☎(0852)82-1104  
定休日/不定休





おしえて!  
しまめちゃん

# 百薬の長を有効に!



全国健康保険協会島根支部 保健グループ 保健師 松坂 由貴子

協会けんぽ島根支部キャラクター  
しまめちゃん

## Q. 今年はコロナも心配だし、家でお酒を飲みながら正月を過ごそうかな。

お酒は、適量なら血行促進やリラックス効果のある「百薬の長」だけど、飲みすぎると胃や肝臓などの消化器系だけでなく、心臓や脳など全身にさまざまな影響を及ぼすよ! どんなお酒でも飲みすぎれば逆効果。お酒を健康の味方につけるためにも、適量を守ろうね。

それから、お酒は意外と高カロリーなんだ。ビール500mlまたはお酒1合は、ごはん軽めの1杯分と同じ約200キロカロリーに相当するんだよ。これを消費するには体重60kgの人だと、45分ぐらいのウォーキングが必要だよ。塩分や脂肪分の多いおつまみにも気を付けてね!

## Q. 飲みすぎたら肝臓によくないとは聞くよね。気を付けるよ。

そうだね! お酒の飲みすぎで肝臓に負担がかかり中性脂肪をため込んでしまって、肝臓は脂肪肝になるんだ。この状態は、お酒の飲みすぎや食べすぎを控えたり、運動したりして改善できるけど、放っておくと、肝臓がだんだん硬くなり、肝硬変や肝がんになる可能性があるよ。

でもそれだけじゃないんだ!

高血圧も心配! 血圧はお酒を飲めば飲むほどあがって、血管の弾力がなくなり、硬く厚くなる動脈硬化を引き起こすよ。

ビールなどの糖質の多いお酒や、高カロリーのおつまみの食べすぎで、血糖値も高くなるよ。それに、アルコール自体に血糖値のコントロールを乱す作用があるから、種類を問わずほどほどが大切だね!

中性脂肪、血圧、血糖値はメタボリックシンドロームの判定基準にも入っていて、一つ一つの数値がギリギリでも、互いに影響し合って血管をぼろぼろにして動脈硬化をすすめ、心筋梗塞や脳梗塞などの突然の病を引き起こす原因にもなるんだ。これらの数値が高い人は、特にお酒はほどほどにしてね。

それから尿酸値は、プリン体の多いビールを敬遠しがちだけど、アルコールそのものが尿酸値を上げる原因だよ。肥満のある人は、減量すると基準値内に戻ることが多いよ。減量して内臓脂肪が減るといろいろな数値も改善するから、お腹がぼっこの人は少し減量するのがおすすめだよ。



## Q. ほかに気を付けることはあるの?

そうだね...個人差があるけど、ビール(500ml)1缶のアルコールが血液中からなくなるのには3~4時間かかるよ。たくさん飲んだ翌日は、自分では酔いが覚めたつもりでも、アルコールが残ったまま運転をしている可能性があるから気を付けてね!

それと、寝酒をしても一時的な効果しかなく、睡眠の質、量を悪くするよ。脳は肝臓にアルコール分解の指令を出し続け、肝臓はそれに従い働き続けるといけないから、眠りが浅くなるんだ。

最後にお酒と上手に付き合うポイントを紹介するね!

### お酒と上手に付き合うポイントとは?

- ① 食べながら適量をゆっくり楽しむ
- ② 週に2日は「休肝日」をつくる
- ③ アルコール度の強いものはうすめる
- ④ 水分補給をしながら飲む

### お酒を飲むならこのくらい

1日のアルコールの適量 男性 20g 女性 10g ★個人差あり

ビール	日本酒	ワイン	焼酎	チューハイ
中ビン1本 500ml	1合 180ml	ダブル 60ml	コップ半分 100ml	2杯 200ml
				500ml 350ml

※飲酒習慣のない人に対してこの量を推奨するものではありません。



## しまねの農業人

Vol.11

### 「食べられる押し花」で食卓に彩りを

色鮮やかな花たちを、いつもの食卓、いつもの料理に添える。そしてその花が飾りではなく食べることでできたら...。

奥出雲町のきれいな水、きれいな空気の中で育った花を「食べられる押し花」として生産、販売を行うのは有限会社トムの八澤豊幸代表取締役(34)。

当初は知名度が低く、花を食べる文化が根付いていないことから、理解を得られず苦労したといいます。しかし、「需要は必ず増える」と確信し、自ら販売ルートを開拓していきました。

現在、ハウス3棟でバーベナやビオラ、バラなどの6品種、18色の花を栽培。自社で開発した押し花機で乾燥と圧縮を短時間で行うことで、鮮やかな発色の高品質な商品に仕上がります。加工は自社で行うほか、高齢者をはじめとした委託先へ依頼

ドライエディブルフラワー「乾燥食用花」  
仁多郡奥出雲町 有限会社トム 八澤豊幸さん

出荷先は県外のレストランやホテルが主ですが、ヨーロッパやアジア、オセアニアなど海外にも及びます。「コロナウイルスの影響で一時期出荷が途絶えた国もありました。日本でも同様に影響がありました。おうち時間が増えたことで個人の方からの注文が増えました」と話します。

「生まれ育ったこの奥出雲町をドライエディブルフラワーの町として広めるとともに、食育を通じて子供たちにも伝えていきたいです」と夢を広げます。

お問い合わせ  
有限会社トム  
仁多郡奥出雲町三成 663-1  
TEL 0854-54-0577  
FAX 0852-35-5115



- 1 「約1年の長期保存が可能。無味無臭で料理の邪魔をしません」と八澤代表。
- 2 お菓子、料理、デザートなど使い方はさまざま。
- 3 化学肥料、化学農薬は不使用なので安全・安心です。

### ちょこっと、多肉植物



### 「多肉植物の寄せ植え」

今回は寄せ植えのご紹介です。小さな苗を使っていろいろな種類で寄せ植えしていきます。初心者の方でも楽しめる、強くて可愛いくて殖えやすい品種ばかりです。今の時期は紅葉も進んで、色とりどりで可愛い寄せ植えが楽しめます。

出雲市美談町  
飯塚農園代表 飯塚広光  
☎0990・1355・0693







お問い合わせ・ご相談は  
最寄りの各支所・事務所まで  
お気軽にご連絡ください。



#### 本所/各支所

##### 本所/出雲支所

〒693-0004 出雲市渡橋町748番地1  
TEL(0853)22-1478  
FAX(0853)21-1619

##### 東部支所

〒699-0109 松江市東出雲町錦浜474番地3  
TEL(0852)52-6727  
FAX(0852)52-5380

##### 石見支所

〒694-0064 大田市大田町大田イ652番地5  
TEL(0854)82-0656  
FAX(0854)82-0898

##### 石西支所

〒698-0003 益田市乙吉町イ598番地1  
TEL(0856)23-1950  
FAX(0856)23-1927

#### 各事務所

##### 雲南事務所

〒690-2404 雲南市三刀屋町三刀屋110番1  
TEL(0854)45-3635  
FAX(0854)45-3673

##### 仁多郡事務所

〒699-1822 仁多郡奥出雲町下横田277番地1  
TEL(0854)52-2470  
FAX(0854)52-2428

##### 隠岐事務所

〒685-0104 隠岐郡隠岐の島町都万2016番地  
TEL(08512)6-9152  
FAX(08512)6-3330

##### 邑智事務所

〒696-0101 邑智郡邑南町井原1286番地5  
TEL(0855)95-1034  
FAX(0855)95-1035

##### 浜田事務所

〒697-0006 浜田市下府町350番地7  
TEL(0855)22-1622  
FAX(0855)22-3857

**NOSAI** 島根  
SHIMANE AREA  
INFORMATIONAL MAGAZINE

発行/令和2年 12月 (No.14)

編集発行/島根県農業共済組合  
mail:shimane@nosai-shimane.jp

ホームページ

http://www.nosai-shimane.jp/

元気の源は食生活から  
**野菜**たっぷり  
しお塩ちよっぴり  
お手軽 時短レシピ  
Vol.7



## ほうれん草の 中華風炒め

今回は「旬の食材をおいしく食べる」をテーマにしました。ほうれん草や大根は1年中出回っていますが、11月から2月頃までの寒い時期はとておいしくなり栄養価も高い食材ですので、たくさん食べて身体に免疫をつけましょう。

#### 監修

島根県食生活改善推進協議会  
会長 宮本 美保子さん

健康づくりのアドバイザーとして、バランス食の普及や企業を訪問しての食育教室を通じて食から人を元気にする活動を行う。また、郷土料理スペシャリストの資格を持ち食文化の継承と地産地消にも取り組んでいる。

#### 材料(4人分)

ほうれん草……………320g	サラダ油……………大さじ2
卵……………2個	A 塩……………小さじ1/2 醤油……………大さじ1 酒……………小さじ2
春雨(乾燥)……………20g	
長ネギ……………20g	
ショウガ……………少々	

#### 作り方

- 1 ほうれん草は固めに茹で、4cmの長さに切る。
- 2 春雨は熱湯で戻し、食べやすい長さに切る。
- 3 フライパンに油1/2量を熱し、炒り卵を作り取り出す。
- 4 残りの油を入れてみじん切りにした長ネギ、ショウガを炒め①を加えて炒める。Aで調味をし②の春雨、③の炒り卵を入れて混ぜる。

#### point!

◎ほうれん草は、鉄分、カリウム、ビタミンC、カロテン、食物繊維等の栄養素が豊富です。寒い時期は甘くなり、栄養素も3倍になりおいしいです。



うれしい  
もう一品!

## 大根と肉の簡単煮

#### 材料(4人分)

大根……………500g	
豚肉(切り落とし)…250g	
サラダ油……………大さじ1	
A 水……………200cc 砂糖……………大さじ2 みりん……………大さじ2 酒……………大さじ2 醤油……………大さじ2	
	ネギ……………適量
	ショウガ……………少々

#### point!

◎大根はビタミンA、C、食物繊維、ジアスターゼを含んでおり、胃の消化を助けます。様々な料理方法がありますが、レンジを使うと時短料理ができます。大根葉も捨てないで食べましょう。



#### 作り方

- 1 大根は皮をむき1cmのいちょう切りにし耐熱皿に入れラップをして、レンジで4分加熱する。
- 2 鍋に油を入れ、ショウガの千切りと豚肉を炒め、火が通ったら大根を入れて炒める。
- 3 大根が透明になったら、Aの調味料を入れ沸騰したら中火にして5分煮る。アルミホイル等で落とし蓋をする。
- 4 全体を混ぜて、火を少し強めて5分煮る。火を止めて味を含ませて、器に盛り、ネギを散らす。

