



特集
島根の畜産と
獣医師



「安心の未来」のために

新年あけましておめでとうございます。

ご家族お揃いで輝かしい新年をお迎えのこととお慶びを申し上げます。

新型コロナウイルス感染症の影響も続く中、昨年2月にはロシアのウクライナ侵攻という暴挙が行われ、世界に大きな影響を与えています。ガソリンをはじめあらゆるものが値上がりし、先行き不安な年末を迎えました。一方、農業分野においても肥料・飼料等資材価格の高騰や、鳥獣被害の深刻化で、農家は大変なご苦勞をされています。

そのような厳しい中でも、鹿児島県で行われた全国和牛能力共進会で島根和牛が部位別首席獲得など好成績を収め、島根和牛の名声を再び高めていただいたことは大きな喜びでした。

さて、農業の持続的発展が喫緊

の課題となっている中、農業経営収入

保険は、自然災害だけでなく農作物価格の下落

や収穫ができないなど個人の努力で対応できない収入

減少も補償の対象となっており、改めて注目されています。

NOSAIでは加入条件である青色申告ならび

に、加入者負担金の一部助成を各自治体に要請する活

動を行っています。農業経営のセーフティネットとし

てぜひご加入をお願いいたします。

「NOSAIに加入して良かった」と言っていただけ

るように役員員一丸となって努力してまいります。本

年もよろしくお願いいたします。

組合長理事 堀江 真



第12回 全国和牛能力共進会 鹿児島大会

20年ぶりの快挙!

島根和牛が肉質部門で日本一!

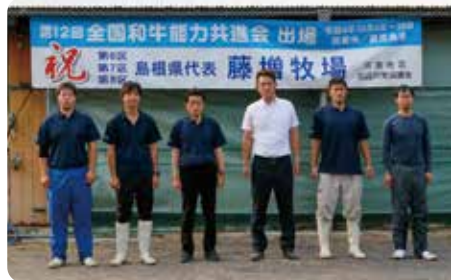
第12回全国和牛能力共進会(以後、全共)で、島根県は肉質を審査する部門で20年ぶりに1位を獲得しました。産地の総合力が評価される第6区では3位という輝かしい成績を残し、今後の畜産業界や若手の活躍にさらなる期待が高まっています。

まさか全共の大舞台で日本一になれるとは思っておらず、驚きと喜びでいっぱいです。
日頃からの皆さんの支援のおかげでこのような成績が収められたと思います。
これからも藤増の最高級のお肉を皆さんに食べてもらえるように頑張っていきたいです。

第6区 肉牛の部

出雲市
藤増牧場

場長 三登達也さん



藤増牧場のみなさん(左から2番目が三登場長)

藤増牧場とJAしまね吉田肥育センターから組出品された3頭が、「肉牛の部」の肉質で1位を獲得。そのうち肥育センターの1頭は、脂肪の質も評価され特別賞も受賞しました。
今年新設された高校・農業大学校が対象の「特別区」では出雲農林高校から「すずらん」号が出場し、全国5位という成績と、美しい顔に与えられる「顔品賞」を受賞しました。

第6区 肉牛の部

雲南市
JA吉田肥育センター

場長 日野勇人さん



受賞した「霞久茂 432」号と並ぶ日野場長(後列)とJA吉田肥育センターのみなさん

受賞できてうれしいですね。何よりも期待以上の結果で驚いています。
全共という場で評価されて自信につながりました。
日本一になったという意識を持って肥育していかなければなりませんと思います。

特別区

出雲市
出雲農林高校

小中 桃夏さん 橋本 寧々さん
落合 七海さん 岡田 百夏さん
竹下 楓恋さん



左から小中さん、橋本さん、落合さん、岡田さん、竹下さん

生まれた時から飼育してきたすずらの受賞をつれしく思います。
共進会を通して、愛情を注いであげれば、その分牛たちとの距離も近くなることを改めて実感しました。



「すずらん」号

特集

島根の 畜産と 獣医師

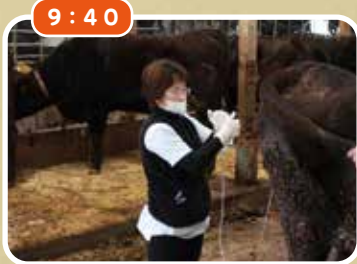
県内9か所の家畜診療所（駐在含む）には、36名の獣医師が在籍しており、家畜臨床技術センターには、臨床検査技師が1名在籍しています。家畜診療所の業務は家畜共済加入家畜の診療業務と家畜臨床技術センターが中心になって実施する損害防止事業であり、日々畜産農家のため家畜の疾病と格闘しています。

また、関係機関と連携協力することで島根の畜産農家を支えています。さらに、獣医系大学や農業高校の学生実習受入れを積極的に行っており、将来の産業動物獣医師や畜産の担い手の育成に協力しています。



※1 令和4年11月1日時点のNOSA1島根家畜診療所の獣医師数
 ※2 その地域内で診療している産業動物開業獣医師数
 ※3 家畜診療所管内の家畜共済（疾病傷害共済）に加入している頭数・戸数（令和3年度実績）（NOSA1島根調べ）

獣医師の1日に密着！



9:40

掛合町
繁殖障害のため、
子宮洗浄、
排卵促進剤の注射。



8:30~9:00

診療所で受付・医薬品の
積み込み

10:15

掛合町
8月に授精した牛の
妊娠鑑定。

11:30

飯南町
死亡牛の確認、子牛に
ワクチン注射など。



13:30

飯南町
初産牛の難産介助など。

12:00~13:00

お昼休憩

14:50

吉田町
妊娠鑑定をしたところ
不妊だったので
ホルモン注射。



16:00

診療所でカルテの入力。
この日の往診件数は5件。多いときは
1日10件、移動距離は100kmにな
ることも。診療所に到着後、カルテを
作成して業務は終了。

牛の代弁者である農家さんの観察力や言葉を大切に、日々診療をしています。農家さんは私たち獣医師よりも牛と過ごす時間が長いため、飼育している牛のことをよく理解しておられます。農家さんとの会話の中で、情報や気づきを引き出せるよう心がけています。

獣医さんって どんなことしてるの？



雲南家畜診療所
赤来駐在
飯南町(乳牛)、吉田、掛合地区担当
板井 恵子 主幹

獣医師を目指すあなたに 修学資金制度 があります！

獣医学を履修する課程に在学する学生で、将来、島根県農業共済組合家畜診療所職員として働いていただける方に対して、修学資金を貸与します。

くわしくはこちら！



産業動物獣医師の 魅力とは？

自然豊かな地域でドライブをしながら診療できるのは産業動物獣医師の魅力の一つですね。獣医師のアドバイザーを積極的に受け入れてもらえるように、農家さんとの信頼関係を日々築くことを大切にしています。その結果、牛に良い変化が現れるとやりがいを感じます。

産業動物は小動物と違って経済性を考えながら診療するため、それが難しさでもありおもしろいところですね。農家の経営にも影響を与える仕事なので、責任がありますが、島根の牛乳、肉を支えているという誇りをもって仕事をしています。



石見家畜診療所
邑智郡駐在
岩谷 裕 主幹



農機具
共済

令和4年から

農業用

ドローンの加入ができます。



農薬の空中散布などの分野で農業用ドローンの活用が増えています。最近では、機能の進化で播種や施肥なども行えるようになり、作業負担の大幅な省力化に繋がると更なる普及が見込まれています。農機具共済では、令和4年4月から補償対象に農業用ドローンを追加し、ご加入いただけるようになりました。作業中の方が一の事故に備えて、農機具共済をおすすめします。

補償対象

回転翼が3つ以上のマルチコプター型農業用ドローンで、機体及び通信機器、コントローラー、農薬積載タンク、液剤・粒剤散布装置、充電器、バッテリーを含む装置一式を補償します。

補償対象になる事故

火災、衝突、墜落、盗難など

補償対象にならない事故

- ・ローターまたはブレードで単独に生じた損害
- ・バッテリー単独に生じた損害
- ・機体の燃料不足、またはエンジンオイル不足によって生じた損害など

◆ 1年間の掛金

100万円あたり(総合共済・臨時費用特約付き)

37,419円



ご注意ください!

損害賠償(対人・対物補償等)は対象外です。国土交通省の飛行承認を受けた操作者、機種以外は加入ができません。

詳しくはお近くのNOSAーまでお問合せください。

収穫後の備えは万全ですか？

保管中の農作物を補償する

保管中農産物

補償共済

建物に保管中の農産物や、運送中の事故で損害を受けた際に共済金をお支払いします。

補償対象

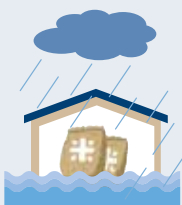
農作物共済、果樹共済、畑作物共済に加入している農産物の内から農家が選択

補償額

農作物1品目、10100万円から加入ができます。

補償対象となる事故

風水害、火災、雪害、地震、盗難及び運送中の事故



★補償内容や掛金などは、お近くのNOSAーまでお問合せください。



収入保険

はじめてみませんか？

青色申告

そうだ、
青色申告をしよう



青色申告承認
申請書の提出期限

3月15日

そうだ、収入保険にも
加入しよう！

- ・ **最高65万円の特別控除**
 - ・ **収入保険に加入できる！**
 - ・ その他にもメリットがあります。
 - ・ 専従者の給与を必要経費にできる
 - ・ 損失額の繰越しと繰戻しができる
- ※簡易な方式では最高10万までの特別控除になります。

いいことたくさん、青色申告

白色申告から収入保険加入までの流れ

令和4年 5年 6年 7年

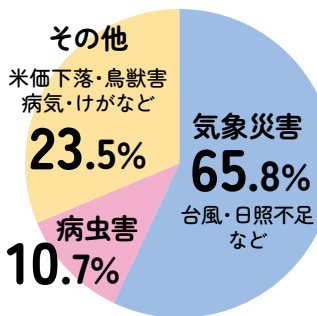
白色申告

青色申告

加入申請

保険対象

令和3年度 被害割合
(11月30日現在)



詳しくはNOSA-島根までお問い合わせください。

自然災害等で減収



市場価格が下落



倉庫の浸水被害



取引先の倒産



災害で作付不能



けがや病気で収穫不能



盗難や運搬中の事故



為替変動で大損



※イラストはイメージです。

さまざまなりスクから農業経営を守ります。

収入保険は、



水稲共済

ぜんそうさい 全相殺方式に

白色申告の方でも加入できるようになりました

何が必要？

税務申告用の帳簿データ

(米の収穫量がわかるもの)

があればOK!

今年・・・

1,500kg

←

平年の収穫量

2,000kg

▲300kg は補償対象

▲200kg
平年の収穫量の1割減までは補償対象外

帳簿で確認

- ・米の収穫日ごとの収穫量
- ・収支内訳書の販売金額

全相殺方式とは？

農家の作付け圃場すべての収穫量が平年の収穫量より減少した場合に補償する加入方式です。税務申告用の帳簿データに記載されている収穫量を用いて損害評価を行います。

※ただし、何が原因による被害かを特定するために必ず刈取前に被害申告をしていただきます。被害圃場が一部でも刈取された後での被害申告は損害評価ができませんのでご注意ください。

メリットは？

① 補償が手厚い！

全相殺方式の場合、最高で平年収量の9割まで補償します。

② 損害査定が明確！

損害査定は、出荷資料やご自身が記帳した帳簿の収穫量により行うため明確です。

(注)被害発生時の野帳提出は必要です。

③ 圃場ごとの

補償にも対応！

1筆だけ大きな被害(半損以上)があった場合に補償することができの特約(1筆半損特約)を付けることができます。

加入をご検討の方は
お気軽にNOSAーまで
お問い合わせください。



チェックしよう!

雪害対策



本格的な冬の季節がやってきました。

異常気象の多い昨今、例年以上の大雪になるかもしれません。強風や積雪の備えとして、ハウスの点検をしっかり行いましょう。

積雪への対策

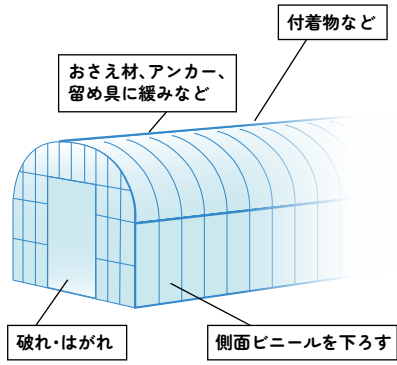
★ハウス内の気温が外気温より高くなるようにして、積雪が滑りやすいようにする。

(側面ビニールを下ろす、もみ殻燻炭を散布、加温設備の活用、二重被覆は開放し屋根面を温めるなど)

★雪の落下の妨げになるものがないか確認。

(被覆材のたるみ、破れや付着物、防風ネットなどの確認)

★バンドなどの押さえ材やアンカーに緩み・切れがないか点検する。

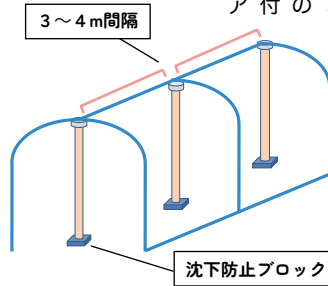


ハウスの補強

積雪対策として、パイプの補強がおすすめです。

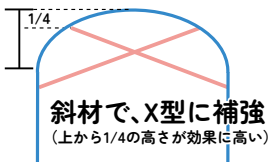
スノーポール(中柱)

竹や丸太を3〜4m程度の間隔で取り付け、強度をアップ。



斜材X型補強

斜材でX型に補強し、強度アップ。(上から1/4の高さが効果的)



その他補強

タイバーや筋交い(横動きに対する補強)で補強。

チェックリストを参考に、損害防止に努めましょう。

降雪前のチェックリスト

情報収集

- 最新の気象情報、警報、注意報を常にチェックしていますか。

融雪準備

- 暖房機の動作確認は完了していますか。
- 燃油残量は十分にありますか。

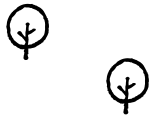
補強対策・雪の滑落促進

- 押さえ材・留め具などに緩みがありませんか。
- 基礎部や接続部分などに腐食やサビがありませんか。
- 谷樋や排水路などのゴミや残雪は除去してありますか。
- 被覆材表面に雪の滑落を妨げるようなものはありますか。



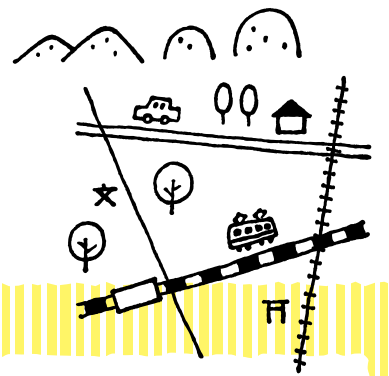
強風や積雪中の作業は大変危険なので、身の安全を第一に考えて早めの対策をお願いします。

このほかに、妻面や側面などへパイプ・引っぱり資材追加など、破損しやすい箇所を重点的に補強して、ハウス全体の強度を高めましょう。
ハウスが水に浸かると基礎部分のパイプが抜けやすくなるので、周辺の排水対策をし、設置場所の風向きなどを考慮して補強をするとさらに効果的です。
積雪などの自然災害への備えとして、園芸施設共済への加入をおすすめします!



ピックアップ!

しまね情報便



夕陽を眺められるカフェ

雲南市木次町 倉田カフェ



店内の様子

自家製デミグラスソースを使ったオムハヤシライス



雲南市木次町で「倉田カフェ」を営む石田知治さん(36)、貴子さん(36)夫妻は、結婚と同時にお店を開き、今年で8年目を迎えました。店内では大きな窓から広がる田園風景と夕陽を眺めることができ、人気を集めています。手作りピザの他、ディナー予約時では自家製麺の生パスタなど多彩なメニューを取り揃えており、丁寧な作られた料理を楽しむことができます。また、料理に使用する食材は地産地消型の仕入れをしており

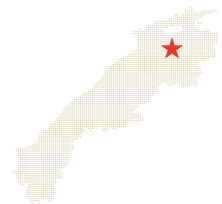
倉田カフェ
雲南市木次町寺領534-13
営業時間/11:00~19:00
(ラストオーダー18:00)
ディナー営業時(予約時のみ)/~21:00
☎(0854)42-0743
定休日/火曜日、第二・第四月曜日



石田さん夫妻と
去年生まれた瑞季ちゃん



地元で採れた旬の野菜を味わえます。店内には、ハイローチェアなどが設置され、子ども連れでも安心して入店できるのも魅力の一つです。お店は農村部にあり、地の利を生かした経営を目指す石田さん夫妻は「田舎ならではのゆっくりとした時間を過ごしてもらい、倉田カフェが地域に根付いたカフェであり続けられるように頑張りたいです」と話します。



杵つき草もちが大人気!!

津和野町 bluebowl

津和野町にそびえる青野山の麓の地域に地産の店「bluebowl」が今年8月にオープン。店名は天然記念物に指定された青(ブルー)野山が由来で、お椀(ボウル)を逆さまにした形のような山からの命名です。「地域の人たちには出店の協力をさせていただき、感謝しかありません」と話すオーナー兼店長の上田裕貴さん(29)。店内は、人脈を活かした津和野町産品が並びます。生産者が持ち込む野菜などの農産物や加工品、ハンドメイドなど雑貨が約200点、地産まめ茶など飲食もできます。

「今の一番人気は朝につく地元の米を使用した草餅です。午前中には完売します」と上田さん。また旬の食材ブルーベリー、栗、ブドウなどを用いた大福も好評。太鼓谷稲荷神社など観光地の近くという立地の良さもあ



空き店舗を活用した解放的な空間。寒い時期はあたたかいおでんを準備します

bluebowl(ブルーボウル)
鹿定郡津和野町直地216
営業時間/10:00~18:00
☎080-(6118)-8273
定休日/火曜日、水曜日、木曜日

上田さん



様々な地元産品が陳列されています!



餅つきの様子

り、週末には多くの人が立ち寄りまわす。「津和野へお越しの際は気軽ににお立ち寄りください」とニコニコ。



地元の魅力が詰まってるね!





Pick Up! Local News



○ 大自然の贈り物

安来市伯太町 有限会社わたなべ牧場

有限会社わたなべ牧場では「みなさんの健康を応援します」をモットーに、乳製品を生乳の生産から製造・販売まで一貫体制で取り組み、化学合成物質を極力使用せず、創業から34年間安心・安全な商品を提供し続けています。同牧場では、ホルスタイン種3頭、ジャージー種12頭を飼育し、搾乳した牛乳をヨーグルト、プリン、ジェラートなどの商品に使用しています。本社工場には直売店「みるくハウス」が併設されており、店舗限定で購入できる米粉プリンには、同牧場の牛乳、ネツ力卵、きぬむすめ米粉、鹿児島県種子島産の粗糖のみを使用。カラメルも三温糖のみを煮詰めたもので、別添にしているのも同社のプリンの特徴です。



商品に描かれている牛は渡邊さんがデザインしたものです

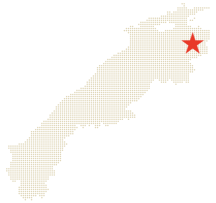


わたなべ牧場で飼育されている牛



渡邊さんはNOSAI島根で獣医師として勤務していた経歴の持ち主です

「米粉プリンは素材を生かした、固めのプリンです。上はなめらか、下はもちもちとした食感をお試しください」と代表の渡邊太郎さん(55)は話します。



○ 地元産米粉でアレルギーフリーのケーキ

大田市 米粉cakeお菓子工房 きいちご

「アレルギーのある方にも安心して食べてもらいたい」と話すのは、大田市にある米粉100%のスイーツを作る「米粉cakeお菓子工房きいちご」代表の福島光治さん(39)。海と山があつて、新鮮な食材がすぐ手に入る魅力的な場所と父親の実家がある大田市に、東京から2020年にイターンしました。

「アレルギーフリーのケーキも注文を受けています。販売日を書いたチラシを配布し、注文があつたケーキを配達しています。このシステムを全国に広げていきたいですね」と福島さんは話します。

東京では小麦粉のケーキも作っていましたが、同じ工房で両方を完全に分けて作ることが難しいことと、三瓶町のファーム浮布(株)の良質な米粉を使用していることから米粉のみのケーキ



地元産の栗などの季節の果物を使っています

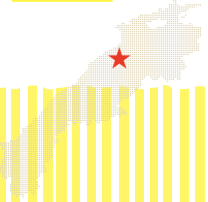


9号線沿いのこの看板が目印です



米粉cakeお菓子工房 きいちご
大田市久手町波根西2355-1134
営業時間/9:00~18:00
☎(0854)81-1001
定休日/火・水曜日
HP <https://komeko-cake.com/>

「全国にネット通販もしています」と福島さん





法人の垣根を越えて協力体制

しまねの農業人 Vol. 21

人との絆を大切に農地を守る

農事組合法人いいとも (邑南町)

「法人名『いいとも』の由来は『いい友達』で、モットーは『絆を大切にすること』です」と話すのは、農事組合法人いいとも代表理事の住田孝重さん(67)。後継者不足による耕作放棄を防ぎ、集落の土地を守ることを目的に設立された同法人は水稲(約30%)とホウレンソウやブロッコリー、広島菜など野菜(約60%)を栽培しています。

法人と地域の人の隔(へだ)たりができないよう構成員の圃場(ほ)でなくても、獣害防止柵などは共同で設置作業をしています。最近では他の法人と共同で機械を購入し、収穫の手伝いや、情報交換するなど交流を深めています。

作業員として携わって2年目になる杉本峻平さん(33)は「みんな楽しい人たちで、家族的で働きやすい良いところです。これからも皆さんの役に立てるように頑張りたい」と意欲的です。

「杉本さんが作業に来てくれてとても助かっています。設立して12年目になりますが、こういう若い人に後継者になってもらえる環境をつくるのが我々の使命です」と住田さんは話します。

収入保険に加入しており、これから新たな作物にチャレンジしていく上で安心できるという住田さん。

「高齢化が進み農地の維持が難しくなってきましたが、今後も絆を大切に、若い人を雇用しつつ集落の土地を守っていきたくて」と笑顔で話します。

2	1
3	

- 1 杉本さん(右から2番目)と従業員の方皆さんみんなで和気あいあいと作業しています
- 2 丹精こめて作ったホウレンソウ
- 3 「集落の農地を荒らさないように頑張ります」と住田代表

おしえて！
しまめちゃん



もしかして
花粉症？

重症化予防のために 早めの対策を!!



協会けんぽ島根支部キャラクター
しまめちゃん

全国健康保険協会島根支部 保健グループ 保健師

来春(2023年)のスギ・ヒノキ花粉は関東から西日本では2022年よりも多くなる予想が出されています。2022年の夏の気象状況と年ごとの花粉飛散量から山陰でも前年の1.5倍から2倍の飛散量の予想が出ています。

Q. 花粉対策はいつから始める？



花粉症の診断をされている方は症状が出る前に治療を始めましょう。

基本的には薬は症状が出た時に使うもので、予防としては使いません。しかし、花粉症については他の病気と異なり、毎年同じシーズンに症状が現れることがわかっていて、原因もはっきりとしています。そのため薬による初期予防治療が認められています。花粉のシーズン前に薬を飲み始めれば、発症を遅らせたり、軽い症状で抑えたりすることができます。

以前は2~3週間前から薬を飲み始めるとされていましたが、現在は薬が改良され、約1週間前からでも間に合うようになりました。花粉情報を小まめにチェックし、飛散時期がくる前に診察を受け、症状に応じて処方してもらいましょう。

普段の生活でできる対策もしておきましょう!!



マスク、メガネ
を用いて花粉が体内
に入るのを防ぐ



加湿器を使用
するなど住環境を
工夫する



規則正しい生活、
バランスのよい食事を
心がけ免疫力を下げ
ない



外出時花粉が人間に
付着しやすいのは顔と髪。
外出時は帽子などで避
けましょう



出雲市美談町
飯塚農園代表 飯塚広光
<https://puu-san.jp>
0900-1655-0606

『冬支度
始めましょう』
朝晩の気温が下がってくると多肉植物も紅葉を始めています。
よく陽に当てて風通し良く、乾いたら晴れた日に水遣りを行います。
本格的な寒さが来たら夜は室内に取り込んで凍結を避けて育てます。



多肉植物の
ちょっとした
アドバイス



これからは
ちよっと自分時間も

主に西条柿と水稲の栽培をしています。秋は稲刈りと生柿の出荷に干し柿作りと大忙しですね。

近年カビが生えて廃棄する干し柿が出ていましたが、今年は順調に寒くなったおかげで乾きが良く、ほとんど廃棄せずに良い干し柿を作ることが出来ました。

退職後、本格的に農業に取り組みよつになつてから、目まぐるしく日々を送つて来ました。年男を迎える今年はずいぶん時間を引きがいい魚と出せるのが楽しみです。

松江市
はまだ かずふみ
濱田 和文さん
損害評価会委員

年男 年女

組合員さん
ひとこと
くださ〜い!



雲南市
ほりえ まゆみ
堀江 真由美さん



笑顔の溢れる一年を

吉田町のサークル「鶴亀」でしめ縄づくりに取り組んでいます。

「鶴亀」は3年前に小田和子さんを代表として発足し、稲わらで鶴と亀をつくる吉田町の伝統技術を継承しています。

週に1回、メンバー8名が工房に集まり、和気あいあいとした雰囲気で作業しています。一つひとつ丁寧な仕事が求められますが、みんな協力して作成しています。今年もみんなと一緒に楽しく過ごして、病気がなく、笑顔の溢れる良い年にしたいですね。



毎年6月に開催される水源祭り



鹿足郡吉賀町

「水源公園」



映画「高津川」の舞台にもなった高津川は、全長約81kmの一級河川で、日本で唯一ダムもなく、水源が判明している珍しい河川となっています。

その水源は「大蛇ヶ池」と呼ばれる小さな池で、畔には樹齢1000年以上になる一本杉がそびえ立っています。

大蛇ヶ池を中心として公園が広がり、郷土資料館の「水源会館」もありさまざまな資料が展示されています。

水質日本一に輝いた高津川の水源公園にぜひ一度足を運んでみてはいかがでしょうか。



「水源会館」
12月～3月までは冬季休みとなっています。



-5℃でも凍らない水源「大蛇ヶ池」

島根県消費者センターです！

消費生活の様々なトラブル解決のお手伝いをしています。

その注文「定期購入」ではないですか？

お試したと思ったのに翌月分が届いた。解約の電話が通じない。「定期購入」に関する相談が多く寄せられています。



作：柏屋コッコ

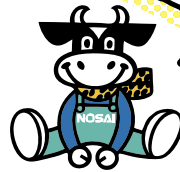
ご相談は **消費者ホットライン**
局番なしの **188**
泣き寝入りは **いやや**

▼掛金は口座振替で

水稲、麦、ぶどう共済金をお支払いしました。
水稲共済金 47,187,997円
(支払日 令和4年12月16日)
麦共済金 1,818,146円
(支払日 令和4年10月7日)
ぶどう共済金 232,990円
(支払日 令和4年12月16日)

▼変更や事故の報告はお早めに
ハウスの被覆期間の変更や事故、建物の物件および農機具の機種変更や事故があった場合は、お近くのNOSAIまでお早めにご連絡ください。

▼共済金の支払いについて



NOSAI からの
お知らせ

No.24号

の徹底を図るため、共済掛金等を口座振替で納入していただくようお願いしています。手続きには、所定の口座振替依頼書の提出をお願いします。

▼家畜の異動報告について

家畜の導入・譲渡や子牛が生まれたときは、異動の報告をお願いします。(家畜を預ける際にも同様)

▼変更や事故の報告はお早めに
連絡がない場合、共済金の一部または全額が免責される場合があります。

営農や暮らしに役立つ情報が満載
農業共済新聞を購読しませんか。

見本紙無料キャンペーン

農業共済新聞は農業の専門紙として農業情勢、最新技術や日常に役立つネタなど満載です。

- ◎発行日 / 毎週水曜日 (月4回)
- ◎購読料 / 年間 5,520円 (税込)
- ◎申込み / 購読を希望される方は、NOSAI までご連絡ください。

見本紙を無料で
お届けします



ほほ、
耳寄りな情報が
たくさん
載ってるな！

応募方法

宛先面	693-0004	通信面	答え
	出雲市渡橋町748-1		住所
「NOSAI」島根	「NOSAI」クイズ係	氏名	年齢
		電話番号	
		NOSAIや広報紙への意見や感想	

ハガキに答えと住所、氏名、年齢、電話番号、NOSAIや広報紙への意見や感想などを書いてご応募ください。(下記のFax、Eメールでも可)

正解者の中から、抽選で20名の方に2,000円分の図書カードを進呈いたします。

応募締切: 令和5年1月31日(当日消印有効)

Fax (0853) 21-1619
Eメール shimane@nosai-shimane.jp



- * 今月号の表紙の構成はシンプルなのに真っ赤で大きなパプリカ、白くて小さな米、ページで大きな卵と緑色の小さなブドウという対比が目を引きました。どれも手をかけて作られたものですね。(雲南市 女性)
- * 美味しまね認証取得者のみなさんの笑顔から安心安全な食材ということが伝わってきました。学校給食でも使用させていただきました。我が家でも取り入れていきたいと思えます。(安来市 女性)
- * 津和野ポンポンは味付けの開発等ご苦労があったと思えます。お米の消費拡大の為に頭が下がります。(松江市 女性)
- * ぶらり島根散歩楽しみに読んでいます。大好きなコスモスが一面に広がるフラワーバレーにぜひ行きたいと思えます。(雲南市 男性)
- * 「かぼちゃとベーコンのカレー味」はカボチャがたくさんとれてピーマンもあり、カレー味でさっぱりと時短で作れておいしかったです。(出雲市 女性)



出雲農林高校から全国和牛能力共進会に出場し、「顔品賞」を受賞した和牛の名前は何でしょうか？

答え。 ○○○○

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1652番地5
TEL (0854) 82-0656
FAX (0854) 82-0898

石西支所

〒698-0003 益田市乙吉町1598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 INFORMATION MAGAZINE

発行/令和4年12月 (No.24)

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
塩ちよっぴり
お手軽 時短レシピ
Vol.15



根菜汁

冬が旬の野菜は根菜が多いのが特徴です。
土の栄養をしっかりと吸収して強く育ち、寒さにも耐えて甘みを増します。
白菜も霜が降り始めると水分と甘みが増してきます。
鍋物や、煮物料理で体を温めてくれます。



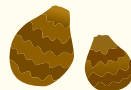
監修

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)

- 牛薄切り肉 ……100g ⇒2cm幅に切る
- 里いも ……4個 ⇒1cm幅のいちょう切り
- こんにゃく…1/4枚(50g) ⇒3cm長さの短冊切り
- ごぼう ……50g ⇒皮をこそげて薄い輪切り、水にさらす
- 人参 ……50g } ⇒5mm幅のいちょう切り
- 大根 ……5cm(100g) }
- サラダ油 ……大さじ1
- だし ……1100cc
- しょう油 ……大さじ1
- A 塩 ……小さじ1/2
- みりん ……大さじ1/2
- 長ねぎ ……10cm ⇒小口切り



作り方

- ①鍋にサラダ油を熱し、牛肉とごぼうを炒め、残りの材料も入れて炒め合わせる。
- ②だし汁を加えて強火で煮て、煮立ったらあくを取る。中火にして17~18分煮てAを加えて調味し、そのまま5分煮て長ねぎを加えて仕上げる。

Point! ◎野菜の甘み、うま味を生かして味付けは薄味に仕上げ、ボリュームもありおかず代わりに一品です。

うれしい
もう一品!

白菜の甘酢あえ



材料(作りやすい分量)

- 白菜 ……1/4株(300g) ⇒7mm幅に切る
- 塩 ……小さじ1
- 酢 ……大さじ1
- 甘酢 砂糖 ……大さじ1/2
- 塩 ……小さじ1/4
- ちりめんじゃこ ……大さじ1 ⇒ごま油と一緒に耐熱容器に入れてラップをかけずにレンジに1分かける。
- ごま油 ……大さじ2

作り方

- ①ボールに白菜、塩を入れてもむ。10分以上おき、出てきた水けを軽く絞る。
- ②ボールに甘酢と①を入れ、よく混ぜ、器に盛る。ちりめんじゃこを、ごま油ごとかける。

Point!

◎甘酢味は和洋どちらのおかずにも合う箸休め。
白菜をつぶしながら塩もみすると、味の入りがよくなります。

