

JA しまね ひより

2026

1

January
Vol.118

Shimane
Biyori



来月の
外勤日は 2月18日(水)～20日(金)

特集 2026年も島根の食を支えます!!



YouTube



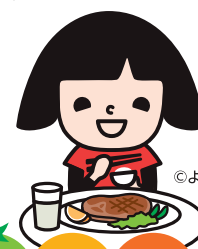
Instagram



LINE



SNSで旬な情報を
投稿しています



国消国産
こくしょうこくさん

JALしまね 出雲地区本部版



初春のお喜びを申し上げます 役職員一同



代表理事組合長
竹下 克美

新年あけましておめでとうございます。謹んで新春のご挨拶を申し上げます。

組合員の皆様には、平素よりJAしまねの各事業に格別のご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

昨年6月の役員改選において、統合10周年の節目を迎えたJAしまねの代表理事組合長に就任いたしました。新たな役員体制のもと、組合員・利用者の皆様のために、さらなる努力を重ねてまいる所存です。

さて、農業や地域社会を取り巻く環境は、生産基盤の弱体化や生産資材価格の高騰・高止まり、気候変動に伴う高温障害の拡大・自然災害の多発化など、さまざまな課題に直面しており、農業経営は非常に厳しい状況にあります。

そのような中、JAしまねでは農家の生産意欲や次世代への継承を後押しする思いを込め、過去最高額となる60kgあたり28,400円の概算金をいち早く決定いたしました。さらに、生産者の営農の継続性と出荷契約数量の増加につなげるため、今までの単年契約に加え、新たな取り組みとして複数年契約を導入し、米の集荷拡大に努めてまいりました。

一方で、過剰生産による価格の下落を不安視する生産者も多く、適正価格での安定供給が消費者・生産者双方にとっていかに重要であるかを改めて認識しております。今後も、こうした課題に対応するため、政府に対して適切な政策の実現を求めるとともに、消費者の理解醸成に取り組んでまいります。

また、島根県の農業の多くは中山間地域で営まれております。地域ごとに異なる課題に向き合い、多面的な価値を評価しながら、政策的な支援や環境保全も含めて事業を展開してまいります。農家・組合員との直接の対話や共感を大切にし、スマート農業やデジタルトランスフォーメーション（DX）化にも積極的に取り組みます。JAコネクトという情報共有アプリを活用し、組合員とJAをリアルタイムで結びつけることで営農活動の向上、業務効率化や生産現場の省力化を図ってまいります。

そして、我々の最大の使命である農業振興を実践するためには、引き続き事業改革に取り組んでいかなければなりません。地区本部制の評価を踏まえつつ、管理部門の効率化・集約により人的資本の再配置を進め、地域ごとの営農振興と全体最適の両立を目指します。令和10年4月の「新たな運営体制」への移行に向け、組合員・利用者の皆様に丁寧な説明を重ね、ご意見をいただきながら合意形成を図ってまいります。

結びとなりますが、組合員の皆様にとりまして本年が実り多く、健康で明るい一年となりますよう心よりお祈り申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。



新年のごあいさつ

JAしまね女性部
部長 高橋 美佐子



新年あけましておめでとうございます。

日頃より女性部の活動へご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

私たちJAしまね女性部が掲げる三か年計画は、「あい♡」からはじまる「元気な地域」をみんなの力で創ることです。これまでの活動をさらに発展させ、JAを拠り所に仲間とともに「元気な地域」づくりに貢献する決意を新たに、組織活動を実りあるものにしてまいります。

また、女性リーダー育成の推進や地域の子育て支援など、次世代につなぐ取り組みも強化してまいります。私たちの活動はSDGsそのものであり、日々の取り組みが日常生活の課題解決へ向けた一歩になることを、一人一人が意識しながら展開していきます。

最後になりましたが、今年も皆様が笑顔で過ごせるよう、地域や生活に密着したJA女性部ならではの活動を目指してまいります。今後とも私たち女性部に変わらぬご指導・ご協力をお願いするとともに、皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げまして、新年のご挨拶とさせていただきます。



新年のごあいさつ

島根県農協青年組織協議会
会長 村上 淳一



新年あけましておめでとうございます。

日頃より島根県農協青年組織協議会の活動に対し、ご理解とご協力を賜り、心より厚く御礼申し上げます。

さて、当協議会は令和6年に創立70周年という節目の年を迎え、本年度記念事業を実施し、関係各位の皆様の多大なるご理解とご協力により、無事成功裏に終えることができました。この場をお借りして、心より感謝申し上げます。これまで先輩方が築き上げてこられた歴史と実績に敬意を表するとともに、その思いを必ず次世代へつないでいきたいと強く決意しているところでございます。

また、令和の米騒動、備蓄米の放出など変化の激しい農業情勢の中で、島根農業の持続的な発展には、次世代を担う人材の育成が不可欠です。子どもたちや地域住民の皆様に農業の魅力や大切さを伝える地域に根ざした食農教育の充実を図り、「食」と「農」を身近に感じてもらえる活動を盟友一丸となり推進してまいります。

加えて、青年組織の原点でもある仲間づくり活動を大切に、世代や地域をこえて島根の大地にしっかりと根を張り、絆を深めることで、ともに夢を描き、学び、磨き、挑み続け、島根農業の未来を創る原動力となるような組織づくりを進めていきます。こうした取り組みを通じて、農業に直接携わる人だけでなく、農業を応援し、関わる関係人口の増加にもつながっていきたいと考えております。

本年も、地域の皆様、JAとともに歩み、島根農業の未来を切り拓く青年組織として、挑戦を続けてまいります。皆様の変わらぬご指導、ご支援をお願い申し上げますとともに、本年が皆様にとって実り多き一年となりますことを心より祈念し、新春のごあいさつといたします。

しまねの ファーマーズ Shimane farmers

地域の農地を守るために

三瓶山のふもと、山あい広がる三瓶町志学地区。昔から農業が営まれてきたこの地区では、少子高齢化が進むにつれ、「この先の農地をどう守っていくか」という課題が意識されるようになってきました。10年以上前から、地域で助け合いながら農地を維持してきましたが、令和元年に任意の営農組合を設立。

国の制度を活用しながら圃場整備を進め、環境を少しずつ整えてきました。その土台に、令和7年に「農事組合法人志学みなみ」として新たな一



山あい広がる白ネギ畑では収穫作業が進んでいます

歩を踏み出しました。

組合員は土地所有者も含め20人以上います。が、実際に活動できるのは10人ほど。ほとんどの人が仕事をしながら法人の活動に参加しています。同法人の代表を務める寺本辰男さんもその一人。これまで地元の職場で働いてきましたが、現在は引き継ぎの時期を迎え、少しずつ農業の時間を増やしています。



一年をかけて育てる、白ネギ

栽培の中心は水稻で、白ネギは全体の1割ほど。それでも白ネギは、秋から冬にかけて同法人を支える欠かせない作物です。

寺本 辰男さん
たつお
今月は石見銀山地区本部。大田市の山間部で白ネギと水稻の栽培に取り組んでいる「農事組合法人志学みなみ」代表の寺本辰男さんにお話を伺いました。



収穫は11月上旬から1月中旬と限られた期間ですが、3月から定植が始まり、夏は病害虫防除を重ね、秋には土寄せを行うなど、ほぼ一年を通して畑と向き合っています。



白ネギを収穫する寺本さん

機械化は「続けるため」の工夫

同法人の営農を支えているのが、積極的に取り入れてきた機械化です。定植には、チェーンポットの苗を引っ張って植え付ける道具を使用。収穫時には、機械で横を掘って抜きやすくしてから、手作業で抜いていきます。かつては鍬で一本ずつ掘り起こしていたことを思うと、

体への負担は大きく軽減されました。

一方で、トラクターを動かせるように畝間を広く取る必要があるり、植え付け本数が少なくなるという課題も。それでも、「体が楽

でないと続かない」と寺本さんは話します。年齢を重ねる中で、農業を続けていくための選択です。

野菜作りは、毎日向き合う仕事

農業は、天候に大きく左右されます。特に露地野菜である白ネギは、山に囲まれた立地による日当たりの制限に加え、気温や雨の影響も受けやすく、育てるのが難しい作物です。防除は、適切な時期を逃せば、その後の生育に大きく影響します。収穫のタイミングについても同様。「今日は仕事だから」と対応を後回しにすると、後々まで響き、出荷できなくなることもあります。毎日の変化を見ながら手を入れていかないと、良いものは作れ



収穫した白ネギは根と葉を切り、外皮を剥く出荷調製が行われます

ないため、寺本さんは「野菜作りは、兼業ではなかなか難しい」と語ります。

さらに悩まされているのが、鳥獣害です。イノシシは柵である程度防げるものの、厄介なのは猿。群れで現れ、白ネギの白い部分だけを狙って食べてしまします。「甘いところしか食べないんだよね」と苦笑いの寺本さん。自然と向き合いながら、その都度対策を重ねています。



白ネギを結束機で束ねる寺本さん

生産性を高め、次へつなぐ

法人化を経て、寺本さんが意識しているのが「生産性を上げること」です。新しいメンバーを迎えたい気持ちはあるものの、まずは安定して良いものを作り、出荷できる体制を整えることが先決だといいます。当初は、定年を迎えたら手が空くメンバーが増える想定でしたが、働き方の変化でそうもいかず。それでも「ここから数年で、毎日畑に関わる人は増えていく

と思う」と期待を込める寺本さん。毎日作業ができる体制が整えば、作物の状態を見極めやすくなり、結果として生産性の向上につながっていく可能性が大きくなります。そうした展望を視野に入れながら、同法人の営農は続いています。寒さが増すほど甘みを蓄える冬の白ネギ。地域の人の手と努力が重なり、この冬の食卓へと届けられています。



石見銀山白ねぎ

大田市では三瓶のふもとから海に近い平地で「石見銀山白ねぎ」が栽培されており、この標高差を活かしたリレー出荷が行われています。寺本さんの好きな食べ方は鴨鍋！白ネギと甘い出汁との相性が抜群なのだとか…♡鴨肉は豚肉などで代用してもGOOD👍



2026年

島根の

食を支えます!!

今年は午年🐎。馬の力強く、活発に駆けまわる姿から、新しいことに挑戦したり、積極的に行動したりするのにぴったりな年と言われています。1月号の特集では、島根の食を支える生産者の皆さんに、今後の目標や頑張っていることなどを聞いてみました😊✨

やすぎ地区本部



安来市広瀬町 角 慶斗さん

安来市に1ターンし、2年間の研修を経て令和6年9月に就農。2年目となり、ハウス2棟でイチゴを栽培し、JA共選出荷を目指して、安定した栽培基盤の確立に取り組んでいます。地域の皆さんや先輩イチゴ農家の皆さんに支えてもらいながら、安定的に出荷できるよう頑張ります。



くにびき地区本部



松江市八束町 松尾 京亮さん

松江市へのUターンにあたり、食や生き物への関心が強かったことから農業に興味を持ち、就農しました。現在は八束町特産のハマボウフウを施設で、トウモロコシなどを露地で栽培しています。就農1年目の経験を糧に、2年目からは規模を拡大し、農業に取り組もうと考えています。



隠岐地区本部



隠岐の島町 有限会社村上建設 寿畜産

たくさんの人に隠岐の牛の良さが伝わるよう、元気いっぱい活動していきたいです。また、隠岐の牛を通して、隠岐の島を全国の人に広く知ってもらえるきっかけ作りができるような取り組みも行っていきたいです。



雲南地区本部



雲南市三刀屋町 板倉 菜摘さん

令和5年から島根県立農林大学校で学びながら、一昨年は雲南市内の農家で研修し、昨年1ターン移住し新規就農しました。白ネギやナスを中心に栽培しています。今年から6月どりの白ネギ栽培を始め、長期間出荷の体制を整えます。今後は土壤医の資格取得も目指し、栽培知識の向上に努めていきます。



出雲地区本部



出雲市湖陵町 石飛 葵惟さん

今年で就農2年目を迎えます。農業を営む父の背中を見て育ったことが農業の道を選ぶ大きなきっかけとなりました。作物の生育をしっかりと観察し、対話するような気持ちで日々サツマイモと白ネギの栽培に取り組んでいます。これからも安全安心な農産物を届けられるよう頑張ります。



石見銀山地区本部



大田市久手町
株式会社農援隊清滝牧場
中原 一馬さん・野笑さん

肉用牛を中心に父のもとで兄妹と従業員で力を合わせ、400頭を飼育しています。耕作放棄地で放牧するなど、豊かな自然の中でストレスを極力与えない環境づくりに取り組み、畜舎の事務所では精肉の販売も行っています。今後も品質管理に重点を置き、厳しい情勢が続く畜産業界を少しでも盛り上げたいです。



いわみ中央地区本部



浜田市旭町 上野 尚也さん

令和7年に滋賀県からUターンし、浜田市旭町のふるさと農園で梨の栽培に取り組んでいます。この他にも、出荷される梨の梱包や選定作業など栽培から出荷まで行っています。今後はさらに旭町の梨を盛り上げるため、自身で梨園を運営していけるよう、ふるさと農園で研修を頑張っていきます。



隠岐どうぜん地区本部



海士町 大人の島留学
農業プロジェクト

作、果樹栽培に取り組んでいます。自分たちで育てた野菜を島内各所に卸して地産地消への貢献や特産品の魅力発信に力を入れています。島の農業を未来につなぐため、若者が農業に触れたいくなる仕組みを作りたいです。



大人の島留学制度で来島した16人の島留学生が農家さんの指導のもと、稲作や畑

斐川地区本部



出雲市斐川町 田代 稔さん

に1ターン。島根県立農林大学校を卒業し平成30年4月に就農しました。先輩からたくさんの技術を学び、就農して5年後には経営も軌道に乗りはじめました。品質をさらに向上させ、島根のおいしいブドウを届けられるよう頑張ります。



東京で立ち寄った就農フェアでブドウ作りに魅力を感じ、妻の故郷である島根県

島根おおち地区本部



美郷町 木村 蓮さん

マトを中心にサヤインゲンや葉物野菜、メロンを組み合わせで栽培しています。水稻の栽培にも力を入れ、多角化経営を図り、経営の安定を目指して日々全力投球で頑張ります。



島根県立農林大学校を卒業後、昨年4月に地元で就農しました。ハウスで中玉ト

西いわみ地区本部



益田市飯田町 都野守 彬人さん

います。特にイチゴは土耕栽培にこだわって、自然の土の力で味の濃いものを生産し、産直コーナーなどで販売しています。ハウス面積を拡大するため連棟ハウスを建設中で、今後はメロンの栽培面積を増やしていきたいです。



令和4年から祖父が遺したハウスでメロンやミニトマト、イチゴなどを生産して

J Aしまねの竹下克美組合長ら本店常勤理事は、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。

農業の現場から声をつなぐ ～ふれあい訪問記～



今回の
訪問先

J Aしまね やすぎ地区本部管内

● おおもりファーム合同会社

● 農事組合法人とねの里SAWA



「おおもりファーム合同会社」の大森代表社員

「おおもりファーム合同会社」は、イチゴを中心にブドウやメロンを生産する他、イチゴ狩りを展開しています。夏場の高温化で苗作りが難しくなっていることを受け、令和5年から標高の高い広島県庄原市高野町にハウスを借りて育苗や夏イチゴを栽培するなど新たな取り組みにも挑戦しています。同社の大森雄介代表社員と、イチゴの高設栽培を活用したメロン栽培や生産したイチゴをロスが出ないように売り切る取り組み、ハウス建設費が高騰する中でのJ Aに向けた事業展開の提案など活発に意見を交わしました。大森代表社員は「貯金に比べて貸出が少ないのはJ Aの大きな課題の一つと考えている。若い世代に投資し、農業が産業として成り立つような使い方はでき



大森代表社員にイチゴの高設栽培や取り組みについて説明いただきました

ないだろうか」と要望しました。「農事組合法人とねの里SAWA」は、「収量を上げる」「担い手の確保」「農地を守る」の3点を重点事項として掲げ、令和6年2月に前身の沢宮農組合を法人化し誕生。水稻を中心に大豆やタマネギなどを生産しています。同法人の作野幸憲組合長、勝部量夫副組合長、作野喜美機械担当理事、細田弘一事務局長は、法人の概況や昨年からの導入した緑肥（レンゲ）を活かした祭りの開催の他、農業用ヘリ・ドローンの活用や湛水直播の実施、営農支援システム「アグリノート」の導入など営農組合時代からスマート農業を積極的に取り入れていることを説明。その後、令和8年産米の作付方針や需給動向、スマート農業導入による効果や今後



写真左から「農事組合法人とねの里SAWA」の作野組合長と勝部副組合長、作野機械担当理事、細田事務局長



「農事組合法人とねの里SAWA」の皆さんと意見交換を行いました

の課題、担い手確保に向けた同法人の取り組みなどについて意見交換しました。

topics
1女性大会＆家の光大会を開催
最優秀賞にくにびきの中島さん

想いを込めて発表する中島さん

ＪＡしまねとＪＡしまね女性部は12月4日、出雲市のラピタウェディングパレスで第39回ＪＡしまね女性大会並びに第26回島根県家の光大会を開きました。『家の光』愛読者や女性部員、ＪＡ役職員ら約220人が参加。家の光記事活用体験発表ではくにびき、隠岐、石見銀山の3地区本部が発表し、最優秀賞にくにびき地区本部の中島和子さんが輝きました。

中島さんは、「地域の子どもは地域で育てる」という願いで立ち上げたくにびき女性部の読書グループ「ゆりかごの会」で、『家の光』記事を活用しながら読み聞かせ活動を女性部や地域に根差した活動に発

しまね和牛の特別抽選を行う
珍部誠専務（中央）

展させていったと発表。中島さんは2月の都道府県代表体験発表大会に県代表として出場します。

また、当日は家の光三誌普及実績表彰や『家の光』記事を活用した作品展示、アーティストの汰生喜さんと澤田利明さんによるクリスマスライブなどを行いました。

topics
2

令和7年度水稻有機栽培研修会を開催

ＪＡしまねは12月12日、出雲市の当ＪＡ営農経済本店で令和7年度水稻有機栽培研修会を開き、生産者や島根県、ＪＡの指導員ら約60人が参加しました。

研修会では、ＪＡ全農や島根県、当ＪＡから水稻有機栽培で最大の課題である雑草対策や雑草に負けない苗作り、ＪＡによる栽培試験結果、島根県の支援事業などについて情報を共有しました。島根県農業技術センターの安達康弘さんは、イトミミズのフンが堆積し作られる「トロトロ層」によって雑草の種や茎葉部が埋まり、雑草の発生や成長が抑制されると解説。さらに冬期湛水や早期湛水をする事で土壌中のイトミミズが増え、「トロトロ層」が形成されやすくなると説明しました。

参加者から「慣行栽培から有機栽培に変えた水田にもイトミミズは生息しているのか」「秋起こしの際に稲わらの分解を促進するために入れた方がいいものがあるか」など質問があり、活発な意見交換が行われました。



雑草対策について耳を傾ける参加者ら

topics
3中国・四国地区ＪＡ青年大会で
出雲青年連盟の正木さんが最優秀賞に輝く！

11月27日に鳥取県で令和7年度中国・四国地区ＪＡ青年大会が開催され、島根県代表として「ＪＡ青年の主張」に出場した、出雲青年連盟の正木原野さんが最優秀賞に輝きました。

正木さんは「農業は未来を創る仕事だ！！！！」と題し、自身の農業の歩みとその中での苦労や気付きを発表。「農業は一人ではできない。家族や仲間、地域、ＪＡ、自然があってこそ。このつながりを大切にしながら農業の道を歩んでいく」と想いを伝えました。

「ＪＡ組織活動実績発表」では、斐川青年連盟の坪内雅さんが「耕せ 斐川～食農教育・農政活動で持続可能な農業を～」と題し、青年連盟の主な活動や今後は食農教育と農政活動を発展させていくことを発表しました。

正木さんは2月に東京で行われるＪＡ全国青年大会に地区代表として出場します。

中国・四国地区ＪＡ青年大会で
堂々と発表する正木さん

謹賀新年

令和八年の新春を迎え

JＡしまね出雲地区本部は

地域農業の振興と地域の皆様の

うるおいある生活の向上をめざし

全力をあげて取り組みます

皆様のご支援とご協力を

お願い致します。



島根県農業協同組合 出雲地区本部

常務理事本部長

坂本 満

常務理事副本部長

吾郷 正人

理事

鎌田 英男

理事

山本 直樹

理事

神田 真里

理事

石川千恵美

理事

伊藤 康浩

青年連盟委員長

河原 剛

女性部部长

浦部えつ子

出雲地区本部役職員一同



新年のご挨拶



島根県農業協同組合

出雲地区本部 本部長

坂本 満

新年明けましておめでとうございます。組合員の皆様には、健やかに新春をお迎えのことと、お慶び申し上げます。旧年中は、当地区本部の事業運営に対し、格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、近年は高齢化や人口減少、気候変動に伴う自然災害の頻発化など、地域社会や農業を取り巻く環境が大きく変化しています。農業現場では、肥料・飼料・燃料などの資材価格の高騰・高止まりは依然として続いており、持続可能な農業経営は非常に厳しい状況が続いております。昨年は、基幹作物である米についても、異常気象による猛暑やカメムシ被害などの影響により一等米比率の低下がさらに顕著となったほか、その他の農産物でも出荷量が減少するなど厳しい農業情勢となりました。

このような情勢下で、JAしまねでは令和7年産島根米の概算金を前年比で1袋あたり5,700円〜5,900円高い過去最高水準とし、将来にわたり生産者の皆様が希望を持って米作りを続けていけるような価格に設定させていただきました。

また、当地区本部が農業振興の一環として取り組んでいる「出雲農業未来の懸け橋事業」では事業予算1億3,800万円を確保し、農業経営の安定や生産拡大に取り組んで参りました。引き続き行政等と連携をとり、持続可能な農業の実現に向けて、農家支援に全力で取り組んで参ります。

業績還元につきましては、令和6年度の決算状況に基づき、前年より300万円多い1,800万円を還元させていただくこととし、営農支援とする肥料価格高騰対策、畜産消費拡大対策および通信アプリ「デイワーク」等の普及拡大対策、グリーンセンターでの正組合員感謝セール、ラピタでの家計応援セール、ガソリン値引券の配布、各地区農業まつりへの助成等を実施させていただきました。改めて、各事業のご利用に感謝するとともに、皆様の暮らしの向上や地域の活性化に寄与できる

ことを願っております。

迎えた令和8年につきましても、JAを取り巻く環境は依然として厳しく、我々の一番の使命であります農業振興を実践するために、引き続き事業改革を推進し進め、新たな取り組みにもチャレンジしながら健全経営に努めていく必要があります。令和8年2月にはラピタのレジシステムを更新するなど、組合員・利用者の皆様の信頼にお応えできるよう、より良いサービスの実現に全力を尽くしてまいります。今後もJAとしての使命を果たし、地域の農業と暮らしになくてはならない存在であり続けるため、『持続可能な農業の実現』、『豊かで暮らしやすい地域共生社会の実現』、『協同組合としての役割発揮』を目指す姿に掲げ、役員一丸となつて取り組んでまいります。今後とも、皆様のご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

結びに、組合員の皆様にとりまして、この一年が実り多く、健康で明るい年となりますよう、お祈り申し上げますとともに、本年も変わらぬお引き立てを賜りますようお願い申し上げます。年頭のご挨拶とさせていただきます。

地域貢献・地域活性化団体活動 2団体を表彰

JAしまね出雲地区本部は12月26日、令和7年度地域貢献・地域活性化団体活動の表彰式を行いました。

この取り組みは、JAしまねが県内各地域の活性化に繋がる活動を行う組合員や地域住民が構成員の団体等を表彰し功績を称えるとともに、継続的な活動を支援する目的で毎年行っています。

出雲地区本部では今年度、『さくらロード見々久町観光協会』、『笑によば会』の2団体を表彰し、同地区本部の坂本満本部長が各団体の代表者へ表彰状と目録を贈呈しました。



JAしまね出雲ブロッコリー部会 出雲市長へ「出雲フォルテ」贈呈

JAしまね出雲ブロッコリー部会は、12月23日に出雲市役所を訪問し、飯塚俊之市長に特産品である「出雲フォルテ」を贈呈しました。また、令和7年産の出荷最盛期を前に、生育状況や出荷状況についての報告を行いました。

「出雲フォルテ」は抗酸化作用のあるスルフォラファンという機能性成分が従来のブロッコリーより豊富に含まれている高機能性ブロッコリーです。平田地区を中心に、生産者9人が約4・8haの面積で栽培しています。今年産は、夜温の低下により生育に遅れが見られたものの、病害虫被害は少なく、高品質な仕上がりとなっています。出雲フォルテを試食した飯塚市長は、「歯ごたえがあり、甘みもしっかりしている。何もつけず、そのまま食べてもとてもおいしい」と感想を話しました。



左から安田副部長、飯塚市長、山根部会長、周藤副部会長

山根康生部会長は「出雲フォルテはくせもなく甘みも強いので、子どもから大人まで多くの方においしく食べていただけたらと思う。ブロッコリー本来の味を味わっていただきたい」と話しました。

デイオッサ出雲FC報告会 JAからお米250キロ贈呈

出雲市をホームに活動する女子サッカーチーム『デイオッサ出雲FC』の2025年シーズン報告会が12月10日に行われました。報告会には同チームを支援する市や企業・団体などが出席。出席者に今シーズンの戦績を報告するとともに、監督、選手たちが1年間の支援、応援への感謝を伝えました。

JAしまね出雲地区本部と同JA斐川地区本部からは、今後のより一層の活躍を期待し、お米250キロを贈呈しました。

『デイオッサ出雲FC』は「神話の国出雲から日本のなでしこへ」をキャッチフレーズに活動。なでしこリーグ2部2季目を12チーム中2位で終えた今シーズンは、前季から勝ち点を17増やし、順位を6つ上げました。



左からJAしまね斐川地区本部錦織主已統括部長、伊藤明里選手、同JA出雲地区本部高野真哲統括部長

入れ替え戦による1部昇格にはあと一步届きませんでした。が、堅い守備を礎に得点力を高め大きく飛躍。また、皇后杯JFA第47回全日本女子サッカー選手権大会ではベスト16という素晴らしい成績を収め、今後のさらなる活躍が期待されます。



浦部部長(右)から出雲市社会福祉協議会へ贈呈



コミュニティフリッジ出雲へ贈呈

JAしまね出雲女性部は、「米一握り運動」で集まったお米を出雲市社会福祉協議会、フードバンク「コミュニティフリッジ出雲」へ寄贈しました。同運動は、JAしまね女性部として令和2年度から行っているもので、同女性部が取り組むSDGsの基本理念である「誰一人取り残さない」という想いのもと実施。各女性部員のほか、島根県農協青年組織協議会、JA職員などにも協力を呼び掛け、集まったお米をフードバンクや子ども食堂等へ毎年寄贈しています。

出雲女性部では令和7年11月17日から21日に同運動を実施。多くの方のご協力により、出雲地区本部管内で約434キロの玄米が寄せられました。

米一握り運動で集まったお米を贈呈



左から優秀賞1席有限会社藤増さん、優秀賞2席西尾さん

島根県肉牛枝肉共進会開催 (有)藤増さん、西尾さんが優秀賞

令和7年度第2回島根県農業協同組合肉牛枝肉共進会が12月2日、大田市の株式会社島根県食肉公社で開催されました。共進会は肉用牛肥育技術の確立と、しまね和牛の肉質向上を目的にJAしまねが毎年、年2回開催しています。

今回は県内の農場から20頭の出品があり、枝肉重量、歩留、肉質、霜降り度合いを示すBMS(牛脂肪交雑基準)などを基に審査。その結果、出雲地区本部管内から出品された枝肉のうち、優秀賞1席に有限会社藤増さん、優秀賞2席に西尾功夫さん出品の枝肉が輝きました。



強盗対応訓練で犯人役に対応する藤井チーフ

また、特殊詐欺被害防止訓練では、パソコンウイルス感染の偽警告画面やウイルス除去費用の請求通知を信じ、電子マネーカードを購入しようとする来店客を想定。スタッフは「詐欺の可能性があるので注意が必要」などと声がけを行ったうえで警察へ連絡し、被害を未然に防止しました。

訓練に参加した藤井大地チーフは「常に店内に強盗が入ってくる可能性があるという意識をもって仕事をしたい」と話しました。

強盗対応・特殊詐欺被害防止訓練 ファミリーマートJAいずも稲岡店

有限会社JAいずもアグリマートが運営する、ファミリーマートJAいずも稲岡店で12月16日、強盗対応訓練および特殊詐欺被害防止訓練を行いました。万一の際に適切な対応ができるよう確認することを目的として出雲警察署と連携して実施。

強盗対応訓練では、警察官が扮する刃物を所持した強盗犯が店員に対して現金を要求し、現金強奪後に逃走するという想定で行われました。犯行後、スタッフは直ちに警察に通報するとともに、駆けつけた警察官に犯人の特徴や犯行状況、逃走手段などを伝えました。

J Aしまね多伎いちじく生産部会 多伎いちじく振興大会を開催

J Aしまね多伎いちじく生産部会は12月22日、多伎コミュニティセンターで令和7年度多伎いちじく振興大会を開催しました。部会員をはじめ、県や市、市場関係者、J Aなど約50人が出席。今年産の生産・出荷販売結果が報告されたほか、来年度に向けた課題と対策について確認しました。

今年産は病害虫被害や鳥による被害は極めて少なかったものの、夏場の高温や降水量不足により果実の肥大が十分に進まず、小玉での出荷が多くなりました。また、出荷ピークの集中、長期化により販売単価は1,153円/kgと前年より低くなった一方、出荷量は生果54・9トン、加工原料38・3トン、合計93・2トンと前年を大きく上回る結果となりました。



あいさつをする立協部会長

同部会の立協部会長は「今年も天候に左右される1年だったかと思っています。来年も部会員同士で横の連携をさらに強めて頑張りましょう」と呼びかけました。

農業情報イベント ミニアグリミーティング開催

J Aしまね出雲地区本部は12月18日、同地区本部4階会議室で水稻生産者を対象に、農業情報イベント「ミニアグリミーティング」を開催しました。同イベントは、米の品質や収量アップを目指して、生産者の抱える課題解決を図るため毎年実施しているもの。

当日は、午前と午後の2回に分けて実施し、農機・肥料・農薬などの各メーカーが約20のブースで商品展示や農業技術紹介を行ったほか、食味分析やお米の食べ比べも行われました。さらに、会場内では米穀情勢やスマート農業、高温・ゴマ葉枯れ病への対策など4つのテーマでセミナーも開催。多種多様な展示やセミナーが行われ、多くの来場者で賑わいました。



セミナーを受講する来場者



各ブースでの商品展示や農業技術紹介

J Aしまね湖陵支店 特殊詐欺被害防ぎ感謝状

J Aしまね出雲地区本部湖陵支店の上田支店長代理が特殊詐欺被害を未然に防いだとして、12月11日出雲警察署から感謝状が贈られました。11月初旬、「ATMでうまく振り込みをすることができない」と窓口にて振り込みをしようとした男性客に対応。振込目的や内容を確認したところ、「振り込みの名目や金額は伝えられない。振り込み先の相手と電話をつないだ状態で車の中に置いている」などと話したことから詐欺を疑い、直ちに警察へ連絡し被害を未然に防ぎました。上田支店長代理は「特殊詐欺を未然に防ぐことができて良かった。これからも詐欺を未然に防げるよう地域の皆様への声かけを行いたい」と話しました。



左から遠藤警察署長、上田支店長代理、金弦生活安全課長

出雲警察署の遠藤敦生署長は「近年色々な特殊詐欺の手口が増えていく中、水際阻止をしていただき本当にありがとうございます。今後被害を未然に防ぐため協力をお願いします」と話しました。

冬期座談会の開催について

冬期座談会を1月下旬より管内各地区で開催いたします。当会は、皆様からのご意見をJA事業に反映させる貴重な場となっておりますので、多くの皆様のご参加をお願いいたします。開催日程・会場につきましては、お近くの支店よりお知らせいたします。

なお、1月下旬より座談会資料を各支店窓口準備いたしますので、事前に確認を希望される方は窓口までお申し出ください。また、資料はJAしまねホームページにも掲載を予定しております。



出雲市農政会議だより

令和8年1月

No.121

発行元：出雲市農政会議（出雲市今市町106番地1 JAしまね出雲地区本部 営農企画課内）
発行責任者：事務局長 小川 卓哉

【活動内容報告】

○出雲市社会福祉協議会へお米を寄贈

12月10日、出雲市社会福祉協議会（金築真志会長）にお米25袋を寄贈しました。

寄贈に際し、足立会長は「地元で収穫されたお米をたくさんの方に食べていただきたい。これからも地域振興の一環として、出雲市農政会議は米消費拡大運動を展開していきます」と挨拶されました。

金築会長は「たくさんのお米を頂き感謝します。生活に困窮する方々に有効に活用させていただきます」と述べられました。

なお寄贈したお米は、12月12日から出雲市社会福祉協議会が主催する『歳末だんだんフードドライブ』を通じて、生活にお困りの市民の方に無償提供されました。



左から金築会長、足立会長

令和6年産島根米の精算結果について

生産者の皆様から出荷いただいた「令和6年産島根米」について、共同計算方式による会計管理を行った結果、以下の概要報告書の通り精算可能な財源が確保されましたので、最終精算金を令和7年12月19日にお支払いいたしました。

JAしまね出雲地区本部 令和6年産島根米精算概要報告

(消費税込)

JAしまね本店扱い販売数量		トン	4,930.6
収 入	販売代金	円 / 俵	19,532
	その他	円 / 俵	440
	合計 A	円 / 俵	19,972
支 出	仮単価・追加金支払い	円 / 俵	17,907
	流通・保管等に係わる経費	円 / 俵	559
	事故処理経費	円 / 俵	3
	手数料	円 / 俵	15
	生産・集荷・販売等に係る経費	円 / 俵	101
	需給調整経費	円 / 俵	0
	監査委員会費用	円 / 俵	1
	その他	円 / 俵	69
合計 B		円 / 俵	18,655
収入ー支出 C = A - B		円 / 俵	1,317
地区本部への精算 D		円 / 俵	521
共計事業預り金残高 E = C - D		円 / 俵	796
翌年産共計繰越 F		円 / 俵	10
最終精算金 G = E - F		円 / 俵	786

※ 1 円未満については四捨五入

最終精算金額は **785.56円／俵** です。

生産者の皆さまに、令和6年産米の最終精算金一覧表の通り振り込みを行った際、13,535円（倉庫932円、カントリー12,603円）の残金が発生いたしました。

この残金は令和7年産島根米共同計算へ繰り越しいたします。

令和6年産米の最終精算金額一覧表

JAしまね出雲地区本部米穀共同計算基本要領に基づき、
令和6年産米の精算明細についてお知らせ致します。

(共同計算品目) 単位：30kg袋、円 (税込)

流通区分	品種	等級	規格	概算金	追加金	最終精算金	生産者手取額
JA しまね米	コシヒカリ	1	上	8,400	600	389.61	9,389.61
		1		8,300	600	389.61	9,289.61
		2		8,100	600	389.61	9,089.61
		3		7,600	600	389.61	8,589.61
	きぬむすめ	1	上	8,300	600	389.61	9,289.61
		1		8,200	600	389.61	9,189.61
		2		8,000	600	389.61	8,989.61
		3		7,500	600	389.61	8,489.61
	つや姫	1	特別栽培 ST 上	8,700	600	389.61	9,689.61
		1	特別栽培 ST	8,600	600	389.61	9,589.61
		2	特別栽培 ST	8,400	600	389.61	9,389.61
		3		7,650	600	389.61	8,639.61
	つきあかり	1		7,950	600	389.61	8,939.61
		2		7,750	600	389.61	8,739.61
一般米	その他うるち	3		5,800	600	389.61	6,789.61
一般米 酒 米	五百万石	1		8,500	600	389.61	9,489.61
		2		7,950	600	389.61	8,939.61
		3		7,450	600	389.61	8,439.61
一般米 もち米	ヒメノモチ	3		6,300	600	389.61	7,289.61
	ヤシロモチ	1		7,250	600	389.61	8,239.61
		2		6,800	600	389.61	7,789.61
		3		6,300	600	389.61	7,289.61
	ココノエモチ	3		6,300	600	389.61	7,289.61
	ミコトモチ	2		6,800	600	389.61	7,789.61
		3		6,300	600	389.61	7,289.61

(カントリー米)

種別	品種	一次払い	二次払い	三次払い (最終精算金)	生産者手取額
JA しまね米	コシヒカリ	7,590	600	894.90	9,084.90
	きぬむすめ	7,980	600	702.00	9,282.00
	つや姫	8,400	600	400.20	9,400.20



本田

JAしまね出雲しいたけ部会
副部長 兼 販売対策部長
ほんだ

尚志さん

(48)

— 菌床しいたけ —

栽培規模

・約1万7千菌床

宇那手町で菌床しいたけを栽培する本田尚志さん。菌床しいたけは無農薬で安全安心な栽培ができることに加え、ハウス内の棚に菌床ブロックを並べることで小さい土地面積でも収量を確保できる場所に魅力を感じ、平成30年から栽培を始めました。現在は年間約1万7千菌床で栽培。多くの方に安全安心なしいたけを届けたいという想いのもと、良質な菌床しいたけの栽培に励んでいます。

高品質なしいたけを栽培するために

品質・収量ともに確保できるよう、本田さんが栽培する際に特に気を付けていることが温度と湿度の管理です。中でも、しいたけの品質低下や収量減少の要因にもなり得る乾燥対策には細心の注意を払います。「菌床の状態をしっかりと見て判断することを大切にしています」と話す本田さん。ハウス内は空調の影響で乾燥しがちになるため、エアコンの風向きによって特に乾燥しやすい棚の一部に幕を付けたり、床に水をまくなどして湿度を保てるよう調整。菌床の上面の色を観察しながら温度・湿度を管理し、ハウス内環境を最適に保つことで高品質な菌床しいたけを栽培できるよう努めています。

丁寧で効率的な作業を行う

奇形のしいたけを防ぐため、重な

生えた芽や菌床の横に生えた芽を1つ1つ丁寧に取り除くなど、きめ細かな品質管理を行う本田さん。一方で、そうした丁寧な作業を大切にしながらも、出荷規格を守り適正時期に収穫できるように作業の効率化にも力を入れています。菌床ごとに作業サイクルをずらすことで作業負担の分散を図るほか、灌水チューブからの散水が自動で止まるオリジナルのタイマーを設置するなどさまざまな方法を実践。その結果、効率的に栽培することで作業時間を削減し、出荷量や品質の安定にもつながっています。

出雲産のしいたけを多くの人に

JAしまね出雲しいたけ部会の副部長および販売対策部長も務める本田さん。同部会は令和2年に「美味しまねゴールド」を取得しており、本田さんは「出雲産のしいたけは肉厚で巻きも良く、県内外の市場から高い評価を得ていることを誇りに思います」と話します。また、部会のインスタグラムでは、出雲産しいたけの魅力や新規就農者向けの動画なども積極的に発信しており、「新たな仲間を増やし、出雲をしいたけの産地としてさらに盛り上げていきたい」と意欲を話す本田さん。これからも安全安心なしいたけを多くの人に届けたいという魅力と、出雲産しいたけの魅力を広く発信し、産地のさらなる発展を目指していきます。



JＡしまね女性部主催の「第47回みどりをまもる小学生作文コンクール」の審査会が11月13日に開催されました。同コンクールは、児童に自然や環境、農業などに関心をもってもらうことを目的に毎年開催しており、今年度は県内30校から95名の応募がありました。

審査の結果、出雲地区本部管内から大津小学校6年生の松浦遥音さん、湖陵小学校4年生の森山雄太さん、北陽小学校3年生の新宮稚菜さん、伊野小学校1年生の山崎琥太郎さんが特別賞に選ばれました。

受賞された4名の方の作文をご紹介します。

島根県知事賞

「世界にひとつだけのみそ」

出雲市立大津小学校 六年 松浦 遥音
まつうら はると

私は、四年生の秋、大豆の収穫体験に参加しました。今まで、大豆畑をじっくりみたことがなかったの、とても興味がありました。大豆畑に行く、と、茎と葉とさやがおいで色で、かれかけた大豆が畑一面に広がって「こんなにかれていて大丈夫？」と不思議に思いました。でも、このかれ始めた時が収穫の時期だそう。また、大豆の収穫は、さやから一つ一つ実を取り出すのではなく、株ごと根元から引きぬいて収穫することにも驚きました。根がすぐく張っていて、引きぬくの、すぐく力がいり、時間もかかりました。収穫した後、稲と同じように株のまま「はぜ干し」をしました。大豆を収穫するためには時間も労力もかかることが分かりました。

その年の冬、みそ作り体験に参加しました。この日のために、私はちが収穫した大豆を大切に保管してくださっていました。私たちはゆでた大豆をミンチミキサーでつぶし、こうじと塩、大豆の煮汁を加えて混ぜました。そして、混ぜ合わせたものをおにぎりのように丸め、たの中に入れて入れました。空気をとばし、こうじぎんの働きをよくするための工夫と知りました。このたるを家に持ち帰り、みその上に重しを置き、秋まで冷暗所で大切に保管しました。みそのことが気になって、時々、ふたを開けて中を見ると、汁がたたくさん出ていました。心配になって調べてみるとそれは、「たまり」といって、発酵が進んでいるという証拠だと分かり安心しました。

一年後の秋、ドキドキしながら、みそたろのふたを開けました。じゅく成したみそのいいにおいがしてきました。私は、そのみそでとん汁を作りました。今まで食べたみそ汁の中で最高の味と香り、ご飯が進みました。

そして、私が作ったみそを、たくさんの人に食べてもらい、とても好評でした。学校の先生方にも食べてもらい、私が作ったみそは、「やわらかくて溶けやすい」「みそのよい香りとこくのある味わいがある」「塩味がきいていてキリッとした味」と感想をもらいました。手作りのみそは、みそ汁を引き立ててくれると言ってもらえて、とてもうれしかったです。手作りのよさを感じました。

手作りのみそは、大豆の種植えから始まり、およそ二年の年月がかかります。手作りのみそがおいしいのは、長い時間と多くの手間をかけて作った世界でたった一つしかない味だからです。お店にたくさん野菜がならんでいます、みそ作り体験を通して、今まで同じように見えていた野菜も、それぞれの生産者の気持ちがかもって、一つ一つ形や大きさ、色、味がちがう個性豊かなものに見え

てきました。作る立場のことを知ることで、毎日の食事がもっとおいしくなると思いました。私たちに安心安全でおいしい食品を作ってくださいみなさんに感謝して、これからの食事をよりおいしくいただきたいと思います。



松浦通音さん(右)と出雲女性部 浦部えつ子部長

JAしまね女性部長賞

「ぼくとミニトマトと夏」

出雲市立湖陵小学校 四年

もりやま ゆうた
森山 雄太

ぼくは、ミニトマトが大好きです。かむと「じゅわっ」とトマトのあまさとすっぱさが口に広がり、すごくおいしいです。だからたくさん食べたくて、今年、ミニトマトを畑で育てることにしました。い前、何度か育てようとした

けれど、毎日水をやるのが面倒くさくなったりわすれたりして水をやらない日があったので、からしてしまいました。今年も水やりがちゃんとできるか心配だったけれど、今年こそはがんばって最後までせきにんをもってやろうと決意しました。

四月の終わりごろ、ホームセンターでミニトマトのなえを買い、お母さんと畑に植えました。植えるときに、

「今年こそはちゃんと水やりをするから、元気に育ってね。」

と、声をかけました。

学校から帰ると、ぼくは毎日水やりを続けました。たまにわすれた日もあったけど、水やりのたっせいりつは九〇パーセントをこえていたと思います。少しずつ葉がふえて、大きくなつてつぼみができ、黄色く小さな花が咲きました。ぼくが水やりをしていることにミニトマトが応えてくれているように感じ、うれしく思いました。

一番大変だったのは、暑い中水やりをすることです。水やりを夕方にしていても、すごく暑いんです。蚊にさされてかゆかったです。でも、ぼくはがんばって水やりを続けました。ざつ草をぬいてもすぐ生えてきてしまうので、お母さんもういっしょにざつ草をぬいてくれました。

夏が近づくと、ミニトマトはぐんぐん成長していきました。びっくりするほどの成長の速さ

に、(人間も、こんなに大きくなるのびていったらいいなあ)と、思いました。そして、とうとうミニトマトが実をつけました。青い実です。ぼくはそれを見て、(明日は赤くなっているかな)と、次の日に水やりをするのが楽しみになりました。それから、ミニトマトが赤くなるのを楽しみに、暑さにも負けず、蚊にも負けず、水やりを続けました。

とうとうミニトマトが赤くなりました。三つとれたので、ぼくとお兄ちゃんとお母さんで食べました。いつもよりあまく感じました。自分で育てたミニトマトだと思うと、食べるのもったいないと思ったけど、一口で食べました。ミニトマトは食べてしまつてすぐになくなったけど、今まで水やりを続けたぼくに、ミニトマトが応えてくれたような気がして、(ありがとう)と、思いました。(これからも水やりを続けるからいっぱい実をつけてね)と、心の中で話しかけました。

今度は、お父さんにも食べさせてあげたいです。



森山雄太さん(左)と出雲女性部 布野富枝副部長



JAしまね女性部長賞

「野さいのあじって不思議」

出雲市立北陽小学校 三年 新宮 稚菜 しんぐう わいな

「うわあ、またこれだ。」

と、私は毎日のようにごはんの時に思っています。だって私のお母さんは、私がきらいな野さいのりよりした物を食べないのを分かっている、わざと私のさらの上にのせてくるからです。

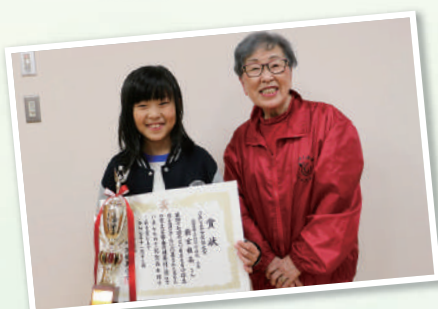
夏の休みの日、お母さんときょうだいとおばあちゃんの畑に歩いて行きました。畑につくとおばあちゃんはいなくて、畑の一部のハウスの中にいました。ハウスの中は40℃をこえていました。あつすぎて息もしづらいです。おばあちゃんに近づく、おばあちゃんは、びっくりするくらい沢山汗をかいていました。服もびしょびしょでした。その中で沢山の野さいのお世話をしていました。私はあつくあつく、ハウスの中で育っているトマトをとってかぶりつきました。おばあちゃんってすごいなと何回も思いました。

その日は庭でみんなでバーベキューをしました。お母さんがかかってきたお肉と、おばあちゃんが畑で育てた野さいをやきました。もちろん私はお肉を沢山食べるつもりでした。でも、いつの間にか私は、

「あつ、これ今日おばあちゃんがお世話していた野さいだ。」

と言って沢山食べていました。きつとおばあちゃんがあんなにがんばって野さいのお世話をしていると知らなかったら食べていないと思います。そんな会話をしながらバーベキューをしました。お店で売れている野さいも沢山の人がいっぱい汗をかいて作っていると思うけど、私にとっては、おばあちゃんが作った野さいが一番おいしくて、今まできらいだった野さいも食べられるようになりました。おばあちゃんの大変さを知って野さいの味がかわりました。野さいの味の不思議です。

でもおばあちゃん、熱中症には気を付けてね。野さいもおばあちゃんも水分とってね。



新宮稚菜さん(左)と出雲女性部 錦織文子副部長

島根県農業協同組合長賞

「おばあちゃんのはたけ」

出雲市立伊野小学校 一年 山崎 琥太郎 やまさき こうたろう

ぼくのおばあちゃんは、まいにちはたけしご

とをしています。はたけではすいかやにんじんやかぶなどいろいろなやさいをそだてています。ぼくは、まいとしジャガイモほりのおてつだいをしています。ながそでながズポンをきて、ながぐつとてぶくろをしてはたけへいきます。おじいちゃんがスコップでほると、ぼくのてのひらよりもおおきなジャガイモがどんどんできます。ぼくはそれをあつめます。バケツいっぱいにいれてうんぱんしゃまではこぶのはすぐくおもたてたいへんです。でも、さいごまでがんばりました。とちゅうでへびがでてきたときはとてもびっくりしました。ミミズやカメムシがでてきたときはさわってあそんでとてもたのしかったです。おてつだいのあとにおじいちゃんくれるごほうびアイスはいつもよりおいしいです。みんなでしゅうかくしたジャガイモは、にくじやがやカレーライスやコロツケにしてみました。じぶんのてでしゅうかくしたジャガイモは、とてもおいしかったです。らいねんもみんなでジャガイモほりをやりたいとおもいました。



山崎琥太郎さん(左)と出雲女性部 山形由紀副部長

輝け！

いずもスマイル

大社町で春からの本格的な就農に向けて、日々意欲的に作業に取り組む川上貴弘さん。もともと会社員として働いていた川上さんが農業を志すきっかけとなったのは、趣味で育てたブルーベリーを家族が嬉しそうに食べてくれたことでした。自分の手で育てたもので誰かが喜んでくれることにやりがいを感じ、「自分の作ったものでもっと多くの人に喜んでもらいたい」という思いから就農を決意。大社町で生まれ育った川上さんは、幼いころから親しんできたデラウェアを栽培品目に選び、令和6年には出雲市が開講する「出雲市アグリビジネススクール」を受講。現在は、研修先であるiaiファーム株式会社から紹介された圃場で来年度の収穫に向けた作業に励むとともに、島根県立農林大学校にも通いながら、さらに農学や栽培に関する知識を深めています。

「人に喜んでもらえるぶどうを作りたい」と話す川上さん。栽培に関する知識や技術の習得はもちろん、農業に携わる仲間とのつながりも大切にしています。「人それぞれ得意なことが違うので、お互いに

出雲市大社町

かわかみ たかひろ
川上 貴弘さん(47歳)



刺激し合い、助け合いながら日々取り組んでいます」とも話す川上さん。仲間との関わりを大切にしながら、『出雲市の特産品であるデラウェアを栽培することで地域にも貢献したい』という想いを胸に、おいしいぶどう作りを目指して日々作業に励んでいます。

健康ライフかわら版

何か変だな…と思ったら、もしかして『脳卒中』かも!?

脳卒中ってどんな病気?

脳の血管が詰まったり(脳梗塞)、破れたり(脳出血)する病気をまとめて脳卒中と言います。脳卒中は高血圧と深い関係があり、出雲圏域で脳卒中を発症した人の約7割が高血圧でした(令和5年島根県脳卒中発症者状況調査より)。

塩分のとりすぎ・肥満・運動不足などの不健康な生活習慣が続くと、高血圧や糖尿病になりやすくなります。これがさらに進むと血管が硬くなり、脳卒中や心臓病を発症し、寝たきりや介護が必要な状態になることもあります。

こんな症状がでたら“すぐに119番”しましょう

次の症状が出たら脳卒中の可能性があるので、ためらわず **すぐに119番**、しましょう。

症状が出てから**4.5時間以内**の受診が必要です。早く受診し治療するほど、後遺症は軽くて済みます。また、症状は1つだけでなく重複して起こることもあります。症状がすぐに消えても放置せず、必ず受診してください。

ポイントは
突然と片側



救急車を呼ぶときは
「いつごろから」「どんな症状か」
伝えてください。

ろれつがまわらない
体の片方がしびれる
突然の激しい頭痛



笑うと顔の片方が
ゆがむ
視野に違和感が
ある



・いつも飲んでいる薬・マイナ保険証・お薬手帳
などを準備しましょう。
・かかりつけ医にも連絡しましょう。

お問い合わせ先

出雲保健所 健康増進課

TEL 21-8785



農業のために 地域のために 明日のために

JA共済の地域貢献活動

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!!

〒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

●2025年歳末謝恩大抽選会!!白玉・赤玉しか出たことないです!今年こそせめて黄玉でも出したい(笑)無料抽選券使わせていただきます!金賞の方のおたより広場投稿待っています!もし私が当たればご報告します😊
(武志町 C・Tさん)

●「JAしまねびより」毎月楽しみにしています。大抽選会の無料抽選券で「赤」が出ました!点数券を集めて景品交換しようと思えます。他の色も出ますように笑)
(大社町 T・Eさん)

JA:歳末恒例の大抽選会。ラピタの抽選会が始まると年末だな〜と感じられる方も多いのではないのでしょうか!!ちなみに私はラピタでの

抽選会はもちろん、他の抽選会でも欲しい景品を手に入れることはできず...。ぜひ、みなさんからの結果報告お待ちしております😊

●秋の農業まつりは雨天でしたが、毎年「お肉」を楽しみにしていた昨年もおいしいお肉を購入することができました。また来場できるように、おいしい物をたくさん食べ、健康で頑張りたいと思います。
(上塩治町 Y・Sさん)

JA:農業まつりへご来場いただきありがとうございました!!2025年の農業まつりは朝からあいにくの空模様...。しかし、多くの方々にご来場いただき大変嬉しく思いました😊Y・Sさんのおっしゃる通り、食べることは健康にとっても大切なこと。おいしい物をたくさん食べて、今年も健康で元気に過ごしたいですね♥

●牛の共進会、孫が農林で牛にふれていたので思い出します。今年も頑張っている姿を見て嬉しく思いました。
(小境町 K・Sさん)

●全日本ホルスタイン共進会で、優等賞3席に輝いた河村さん、おめでとうございます!出品者の声で、河村さん父子と和田さんの

コメントは親子の絆の強さを感じさせ素晴らしい。出雲農林高校の生徒さんの声も前向きで、将来が期待されます!
(東園町 M・Kさん)

JA:『全日本ホルスタイン共進会』まずは、島根県代表として出場された皆さん、本当におつかれさまでした!!また、河村さんの優等賞3席という成績は島根県代表として過去最高。おめでとうございます!!皆さんの頑張っておられる姿やコメントに励まされた方も多いのではないのでしょうか。皆さんの今後のさらなるご活躍を期待しています😊

●令和8年良い年でありますように!
(里方町 T・Yさん)

●正月はのんびり過ごそうと思っています。
(松寄下町 K・Kさん)

●好天続きでチャンスだと思い、大根・カブ・人参とかバットに並べて干しています。先日はいいたけをいただいたので、これも干しました。お正月に使います。
(今市町 K・Iさん)

JA:あけましておめでとうございませう!!皆さん、年末年始はどのようにお過ごしになりましたか?私

はこたつでのんびりと、家族の作ったおいしいごはんを食べながら過ごしていました😊今年も楽しく良い1年になることを願うばかりです。しまねびよりでは、今年も様々な情報や話題をお届けしていきます。今年もどうぞよろしく願います😊



Check!

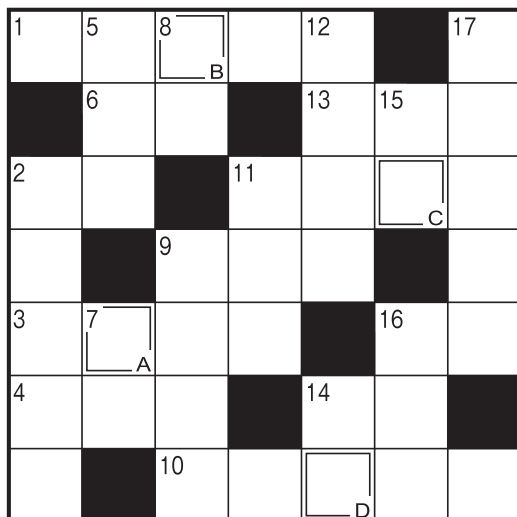
クロスワード パズル

農協全国商品券も
もらっちゃおう!!



二重マスの文字をA～Dの順に並べて
できる言葉は何でしょうか？

出題 ● ニコリ



答え

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

タテのカギ

- ②東京にある、昔は電気街、今はポップカルチャーの街
- ⑤はたきで払うもの
- ⑦い草などで編んだ敷物
- ⑧天井や空がある方向
- ⑨長さの単位のひとつ。記号はft
- ⑪眠くなると下がってきます
- ⑫外湯めぐりで知られる兵庫県北部の温泉地
- ⑬鬼は外、——は内
- ⑮日本刀の手で握る部分
- ⑯すべては忘却の——だ
- ⑰チョコレートケーキの——をスマホで調べた

ヨコのカギ

- ①節分にまるかぶりします
- ②働き者のイメージがある昆虫
- ③羽根つきに使う道具
- ④保育園の——に手編みの帽子を出品した
- ⑥張り上げたりひそめたり
- ⑨強い風に雪が舞います
- ⑩作業機をけん引してさまざまな農作業をこなします
- ⑪金太郎が担いでいるもの
- ⑬ドアをコン、コン
- ⑮魚へんに付と書く魚
- ⑯寒いとこりやすくなる人もいます

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

〒693-8585 出雲市今市町106-1

JAしまね 出雲地区本部 ふれあい福祉課 「クイズ」係
2026年2月6日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「サンガニチ」

ソ	ウ	ニ	ム	カ	デ
ド	ク	ハ	サ	ン	
ア	ン	ミ	オ	ク	リ
ワ	ウ	ガ	イ	ユ	
ダ	テ	マ	キ	コ	ウ
テ	ン	コ	フ	タ	
キ	キ	テ	チ	エ	ア

佳作

六人の修学旅行爽やかに
神集ふ北山高の高舞へり
神宿る注連縄太し神在月
販売機の冬の水買うドイツ人
小春日やけんかをしてはすぐ忘れ

出雲市 金山 陽様
出雲市 小豆澤典子様
安来市 岡本 礼治様
西ノ島町 川上 茂様
浜田市 小川美砂子様

「ちゃん」で呼ぶ竹馬の友とおでん酒
出雲市 藤江 堯様

初日記余白に一句書き添へる
出雲市 北村 功様

顔洗ふ水の変化に秋感ず
浜田市 中田 徹様

優秀賞

（評）大晦日雪や雨で汚れている地蔵に笠をかぶせた善行により爺が福運をさずかるという話を子どもに読み聞かせをする作者。すばらしい拍手。

笠地藏選び師走の読み聞かせ
浜田市 三沢 孝子様

最優秀賞

俳句の広場
選句者「白魚火」編集長・副主宰
安食彰彦先生

「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」2月号 定価900円
ご購入はお近くのJAへお問合せください。



JAしまねびよりは、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）2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、E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です。
※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は、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。

えっ!こんなに安くなるの!?

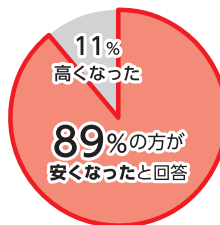
共済掛金の安さ!

●JA自動車共済を選んだ理由を教えてください!

島根県の方に
お聞きしました

- 1 掛金が安い
- 2 保障内容が良い
- 3 契約者対応が良い

●JAの自動車共済にして
どのくらい安くなりましたか?



島根県JA自動車共済
新規契約者向けアンケート
(令和6年12月末時点)



島根県で 約145,000台 = 約4台に1台 がJAの自動車共済です!!

選ばれてます!!

令和6年9月末時点 JA共済連島根調べ

25320320137



簡単なアンケートに答えるだけで

豪華賞品が
当たるチャンス!



応募はこちら▲

この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては、「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。

ジュンテンドー利用による「おさいふカード会員」特典について

★会員特典を受け取るためには

ジュンテンドー会員カード「いきいきポイントカード」とJA「おさいふカード」の連携登録が必要となります。(既に登録されている方は必要ありません。)

ご希望の方は、カードを持ってお近くのジュンテンドー店舗にてお手続きください。

★会員特典(対象商品:ジュンテンドー取扱全商品)

お買い物時にジュンテンドーの「ポイントカード」をレジにて提示してください。

1. ジュンテンドー「いきいきポイントカード」へのポイント付与

通常1取り引き200円(税抜)につき1ポイント付与のところ、会員は200円(税抜)につき2ポイント付与となります。…**会員ならポイントが通常の2倍!!**

ただし、ポイント付与は、現金、JAカード(クレジット)支払いの場合のみとなります。

※法人名義のクレジットカード払いはポイント付与対象外となります。

2. JAしまね「おさいふカード」へのポイント付与

JAしまねの「おさいふカード」には現金、クレジットカード、QR決済のお支払い方法でも、年間購入金額10,000円(税抜)につき30ポイント付与します。(組合員以外は15ポイント付与)

3. JAカード(クレジット)「わいわいポイントカード」へのポイント付与

JAカード(クレジット)にてお買い物された場合、JAカードの「わいわいポイント」に、通常ポイント付与に加え、別途ご利用金額1,000円につき20円(2%)を原則ご利用月の翌月にポイントで還元します。

※法人名義のクレジットカード払いはポイント付与対象外となります。

お問い合わせ: 本店資材課 TEL: 0853-25-8745

【いきいきポイントカード】



【おさいふカード】



JAしまね 総合ポイントカード
「おさいふカード」会員様へ

優待割引のお知らせ

JAしまね×洋服の青山・はるやま



店内全商品 割引後価格から更に

10%OFF!!

ご利用の際には、提携店舗にておさいふカードをご提示ください。

提携店舗

〈洋服の青山〉松江店・島根斐川店・出雲浜田通店・浜田店・米子本店・三次店

〈はるやま〉松江店・島根三刀屋店・出雲店・浜田店・益田店・米子店・三次店

※他の割引が併用できない商品・サービスが一部ございます。詳しくは係員にお尋ねください。 ※洋服の青山ではAOYAMAタイアップカード入会(入会無料)が必要となります。



お問い合わせ/ 本店経済課 TEL: 0853-25-8912



牡蠣食べ放題

90分

要予約(予約無し不可)

お1人
さま

4,500円

税別



宴会セット

予約あり

お1人
さま

4,000円

税別

予約なし

お1人
さま

4,500円

税別

アルコール飲料

お1人
さま

2,000円

税別

飲み放題

すべてのプラン

- ◆ ご飯 ご飯は島根県産きぬめゆめ使用
- ・ 白ご飯・店長おすすめの週替り味ごはん
- ◆ 味噌汁 ◆ ソフトドリンク

おかわり
自由

焼肉ではありませんのでバーベキューコンロはありません。
食材の持ち込みはできません。

予約はこちらから 24時間自動受付

インターネットでの予約は「**ぐるなび**」から

検索はこちら ▶ ラビタ かんかん焼 🔍



お電話での予約・お問い合わせ先

050-5486-3296 (9:00-17:00 受付)



Instagram
もチェック!!

住まいの 床下断熱 リフォーム

冬でも
足元快適



床下の断熱

調査・お見積
無料!!



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

■本社 / 島根県松江市西陣島2-9-23
☎0852-43-0852

取扱
業者

Kodama 株式会社 **コタマサイエンス**

12月1日現在 島根県内 12支店営業中 (島根県内 12支店営業中)

■松江営業所

■出雲営業所

■益田営業所

■江津出張所

■隠岐営業所



2026年の恵方
南南東



2月3日火
節分

福をまるかぶりつかめ福の神

恵方巻

ご予約
承り中

節分の日に、「恵方」と呼ばれるその年の福徳をつかさどる歳徳神(としとくじん)という神さまが居る方向に向かって巻き寿司を切らずに丸かぶりすると、その一年は無病息災に過ごせ、福を呼び込めると伝えられています。

すし日本海



「えび、うなぎ、サーモン、いか、玉子、干瓢、椎茸、胡瓜、大葉」など、たっぷりの厳選した具材を巻いた贅沢な逸品です。
直径7.5cmの極太巻寿司
食べ応えじゅうぶん!!

〈日本海〉しょうゆ・わさび付
200本限定
歳徳神巻
(1本・直径約7.5cm×長さ約18.5cm)
本体価格 **1,750円**
(税込価格1,890円)



〈日本海〉100本限定
開運 日本海巻
(1本・直径約4cm×長さ約18.5cm)
本体価格 **1,200円**
(税込価格1,296円)

〈日本海〉100本限定
開運 あなご巻
(1本・直径約4cm×長さ約18.5cm)
本体価格 **1,200円**
(税込価格1,296円)

創業八十有余年 まるこ寿司

海苔・海苔は瀬戸内海最上級使用
米・奥出雲仁多米使用



〈まるこ寿司〉
七福神巻
(1本・直径約5cm×長さ約19.5cm)
本体価格 **1,100円**
(税込価格1,188円)



〈まるこ寿司〉しょうゆ・わさび付
海鮮巻
(1本・直径約5cm×長さ約20.5cm)
本体価格 **1,800円**
(税込価格1,944円)

〈まるこ寿司〉しょうゆ・わさび付
海鮮巻ハーフ
(1本・直径約5cm×長さ約10cm)
本体価格 **900円**
(税込価格972円)

〈まるこ寿司〉わさび付
特選うなぎ巻
(1本・直径約5cm×長さ約20.5cm)
本体価格 **1,800円**
(税込価格1,944円)

〈まるこ寿司〉わさび付
特選うなぎ巻ハーフ
(1本・直径約5cm×長さ約10cm)
本体価格 **900円**
(税込価格972円)



大惣

3つの味が楽しめる
ハーフ3本セットです。



〈大惣〉150本限定 しょうゆ・わさび付
**恵方巻&海鮮巻&
サラダ巻ハーフ**
3本アソートセット
(3本・各直径約4.5cm×長さ約10cm)
本体価格 **1,480円**
(税込価格1,598円)



〈大惣〉100本限定 しょうゆ・わさび付
人気の海鮮巻
(1本・直径約4.5cm×長さ約20cm)
本体価格 **980円**
(税込価格1,058円)



〈大惣〉100本限定
焼鯖巻
(1本・直径約4.5cm×長さ約20cm)
本体価格 **950円**
(税込価格1,026円)

JAアグリフードサービス

願い事、噛みしめろ!
大判玉子巻寿司



30本限定
しょうゆ付
〈JAアグリフードサービス〉
縁むすび
(1本・長さ約20cm)
本体価格 **1,700円**
(税込価格1,836円)



80本限定 しょうゆ・わさび付
〈JAアグリフードサービス〉
トロたく巻
(1本・長さ約18cm)
本体価格 **1,000円**
(税込価格1,080円)



60本限定
〈JAアグリフードサービス〉
旨ダレ牛カルビ巻
(1本・長さ約18cm)
本体価格 **1,500円**
(税込価格1,620円)

山岡屋 お引渡し日:2/3限定



〈山岡屋〉100本限定
**エビカツ
ガーリック巻
オーロラソース**
(1本・直径約5cm×長さ約19cm)
本体価格 **950円**
(税込価格1,026円)



山岡屋オリジナルチキンを使った
おすすめの一品です。
〈山岡屋〉150本限定
鶏親子巻
(1本・直径約5.5cm×長さ約19cm)
本体価格 **850円**
(税込価格918円)

横山食品 お引渡し日:2/3限定



また食べたくなる美味しさ!
手作り玉子焼きが
自慢の恵方巻です。

※この商品は1本でのお渡しとなります。

〈横山食品〉数量限定
須佐の太巻

(1本・直径約5cm×長さ約18cm)
本体価格 **848円**
(税込価格915円)

ご予約

各店サービス
カウンターにて **1月25日** まで承ります

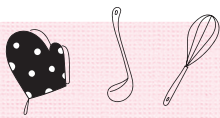
※お申し込みは、ご予約用紙にて各店サービスカウンターまたは担当者までお申し込みください。
※写真はイメージです。実際の商品と異なる場合がございます。



お引渡し日

2月2日月・3日火

・午前を希望(午前11時～)・午後を希望(午後4時～)
※必ずお引渡し日・時間をご指定ください。



島根うまれの食材レシピしまねうレシピ

島根県『家の光』講師
飯塚生美子 先生

シャキシャキ野菜と春雨のエスニックサラダ

材料（4人分）

白菜……………3枚（300g）
 サラダ水菜… 1/2袋（80g）
 パプリカ（黄）…………… 1/2個
 むきえび…………… 12尾
 春雨…………… 60g
 レモン汁…………… 大さじ2
 にんにく（すりおろし）…………… 1/2かけ
 ごま油…………… 小さじ1
 鶏ガラスープの素… 小さじ2
 薄口しょうゆ…………… 大さじ1
 塩……………ひとつまみ

コメント

・いつものサラダと一味違う、アジアン風味のサラダです。

作り方

- ①白菜は5～6cm長さの細切りにし、ボウルに入れて塩を少々ふり、しんなりするまで置き（10分間くらい）、水気を絞る。
- ②サラダ水菜は4cm長さの細切りに、パプリカは細切りにする。
- ③むきえびは背ワタを取る。鍋にお湯を沸かし、春雨を入れてほぐし、火を止め、4分間そのまま放置する。春雨をザルに取り、残ったお湯を再び沸かして、えびを入れ、中火で2～3分ゆでてザルにあげ、水気を切る。
- ④大きめのボウルにAを混ぜ合わせ、準備した材料を加えて和える。



アレンジ

- ・野菜はキャベツ、きゅうり、たまねぎ、大根、にんじん、ラディッシュ、パクチー、セロリ、もやしなど組み合わせは自由です！
- ・えびをほたて、鶏肉、豚肉、ハム、ウィンナー、ベーコン、スモークサーモンなどにかえても美味しいです。
- ・唐辛子やラー油などの辛みをプラスしたり、しょうゆの代わりにナンプラーを使ったりすると、よりエスニックな仕上がりになります。

鶏肉とブロッコリーと豆腐のナゲット

材料（4人分）

鶏ももミンチ…………… 250g
 豆腐…………… 150g
 ブロッコリー…………… 150g
 ピザ用チーズ…………… 15g
 中華だし（顆粒）… 小さじ2
 片栗粉…………… 大さじ3
 オリーブ油…………… 大さじ1
 あすっこ…………… 1袋
 塩こしょう……………少々
 トマトケチャップ… 大さじ4

コメント

- ・フライパンの中で材料を混ぜるため、洗い物が少ない簡単料理です。
- ・冷めても美味しい！お弁当のおかずにぴったりな一品です。

作り方

- ①ブロッコリーはみじん切りにする。（ゆでてからみじん切りしてもOK！）
- ②あすっこは、4～5cm長さに切る。（軸の硬いところは皮をむく）
- ③フライパンに鶏ももミンチと豆腐をよく混ぜ合わせたら、残りのAの材料を全部入れ、しっかりと混ぜ合わせる。
- ④フライパンの中で適当な大きさの小判型に形成して並べ、縁にオリーブ油を流し入れ、中火で蓋をして5分間くらい焼く。
- ⑤焼き色がついたら裏返して、蓋をして3分間焼く。
- ⑥両面色よく焼けたら、皿に取り出す。
- ⑦空いたフライパンにあすっこを入れて炒め、塩こしょうで味をつける。
- ⑧⑥の皿に⑦とケチャップを添える。



アレンジ

- ・トマトケチャップにマヨネーズを混ぜてオーロラソースをついても美味しいです。
- ・ブロッコリーを太ねぎ、もやし、にんじん、カリフラワー、きのこなどにかえてもOK！

JA 島根厚生連

健康散歩

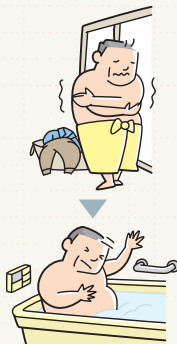
新しい年は、安全な入浴習慣から

1月は1年の始まり。気持ちを新たに、生活習慣を見直したい時期ですね。

寒さが堪える冬、体の冷えや疲れを感じている方も多いのでは。こうした寒い季節には、入浴が体調管理の助けになります。入浴は体を温め、疲れを癒してくれる効果があります。一方で、冬は入浴事故が増える季節でもあります。

厚生労働省人口動態統計（2023年）によると、全国で6,541人が浴槽内での溺死により亡くなっており、その9割以上が高齢者でした。同じ2023年の統計では交通事故による死亡者数は約2,116人。つまり、浴槽内での死亡者数は交通事故の約3倍にのぼり、家庭内入浴事故がいかに多いかが分かります。

入浴事故の背景にあると考えられているのが「ヒートショック」です。暖かい部屋から寒い脱衣所へ移動し、さらに熱い湯につかることで血圧が急激に変動し、心筋梗塞や脳梗塞、失神などを起こすことがあります。



高齢者の事故が多い一方、若者も油断できません。スマホを見ながらの長湯や、飲酒後の入浴による脱水により、めまい・意識障害の事故も報告されています。

安全に入浴時間を過ごすためにも、次のポイントを意識してみましょう。

- ① 温度差を小さくする
脱衣所へのヒーターの設置や、浴槽内を蒸気で暖めるなどしましょう。
- ② 38～40℃のぬるめのお湯に、10～15分かかる
急激な血圧上昇を防ぎ、心身をリラックスさせることができます。長湯は避けましょう。
- ③ 入浴前後に水分をとる
冬でも汗をかくため脱水状態になりやすいです。意識しましょう。
- ④ 飲酒後や、体調が悪い時は入浴を避ける
意識障害により、転倒などの事故につながる危険があります。

入浴には体にも心にも嬉しい効果があります。健康に一年を過ごすためにも、安全に配慮しながら楽しみましょう。

【編集後記】明けましておめでとうございます。新たな年を迎えると、ひとつの区切りを感じて新たな気持ちになりますね。漠然と過ごしていると1年があっという間に過ぎてしまうので、毎年自分なりに目標を立てています。その一つが皆さんに楽しんでいただける広報誌を作ることです。今年もよろしくお願いいたします。☺️✦（古）