

JAしまねひより



2025
12

December
Vol.117

Shimane
Biyori



特集

10年振りの開催!
全日本ホルスタイン共進会



SNSで旬な情報を
投稿しています



©よい食P



JAしまね 西いわみ地区本部版

しまねの ファーマーズ

Shimane farmers

農事組合法人おきす 代表理事
森脇康博さん
 もりわきやすひろ
 今月は斐川地区本部。出雲市斐川町で米やハトムギ、大麦などの土地利用型作物やキャベツなどの栽培に取り組んでいる農事組合法人おきす・代表理事の森脇康博さんにお話を伺いました。



斐川の“第4の柱”として導入

斐伊川に生み出された肥沃な大地が広がる出雲平野。四季を通じてさまざまな農作物が作られています。土地利用型作物としては米・麦・大豆が3本柱となつており、2年3作による循農体系が定着しています。

1970年代後半に導入が試みられたのがハトムギの始まりです。栽培実証が行われましたが、当時の品種「岡山在来」は成長すると草丈が2m以上になりました。風が強く吹いた程度で脱粒するなり、栽培が困難でした。さらにには台風によってほとんど脱粒してしまった事態に。湿潤な水田地帯でも育ちやすいというメリットはあります。だが、栽培普及を断念。2006年には品種改良が進んでワイヤクポイントが改善され、健康ブームも相まって斐川町では米・麦・大豆に加え、ハト

ムギを第4の土地利用型作物として位置付け、栽培が広まっています。

農事組合法人おきすでは、2006年からハトムギの生産を開始。代表理事の森脇康博さ



土地利用型作物として普及が始まり、今では斐川町の特産として定着しているハトムギ

んは「麦や大豆の播種機、汎用型コンバインがそのまま使えるので、設備投資があまりかからず始められるのが魅力でした」と振り返ります。ハトムギに含まれる「ヨクイニン」に美容・健康効果があるということことで需要が拡大していくことや2009年に当時のJA斐川町が大豆・ハトムギの乾燥調製施設を整備したことも追い風になつたといいます。

水と肥料がたっぷり必要なハトムギ

と“肥やし食い”。品種改良されたおかげでさほど難しい作物ではなくなりましたが、肥料がたくさん必要になるため、堆肥と化成肥料をバランスよくしつかり入れて土づくりをする必要があります。草丈が3センチ程度になるまでに1カ月半程度かかります。そこからは成長が早くなり、8月になる頃には1.5~2メートルほどになります。この期間の成長には水が大量に必



浸種→脱水→乾燥を経て種をまきます



10月中旬頃からコンバインでハトムギを刈り取ります

要になります。

今年は空梅雨だったのでパイプラインで水を入れていました。8月になると雨が少なくダムの取水制限が始まり、心配事の多い夏でしたね。なんとか乗り越えられましたか？」と森脇さんは振り返ります。

毎年気になるのは、アワノメイガの幼虫が茎の中に入つて枯れてしまう被害や白葉枯病です。7月末～8月に基幹防除を2回施しますが、草丈が1.5メートルほどになると畑に機械を入れることができないため、この時期に害虫が大量発生すると対処できないのが悩みどころ。今年は大きな被害はなく、10月中旬の収穫期を無事に迎え、まずはの収穫量が得られました。



ハトムギの生育状況を確認する森脇さん

産地の威信をかけて収量を保ちたい

健康ブームの波に乗り、作付面積を拡大し、多い時は23ヘクタールで60トン超生産していましたが、コロナ禍でニーズが減ったため抑制する方向にシフト。この2、3年でまた国産ハトムギが求められるようになつたため、同法人では増産を検討しています。しかし、「ここへきてまた新たな問題が。「令和の米騒動で米価が激しく上がりました。低米価から価



ハトムギの生育状況を確認する森脇さん

産地の威信をかけて収量を保ちたい

健康ブームの波に乗り、作付面積を拡大し、多い時は23ヘクタールで60トン超生産していましたが、コロナ禍でニーズが減ったため抑制する方向にシフト。この2、3年でまた国産ハトムギが求められるようになつたため、同法人では増産を検討しています。しかし、ここへきてまた新たな問題が。「令和の米騒動で米価が急激に上がりました。低米価から価

毎年気になるのは、アワノメイガの幼虫が茎の中に入つて枯れてしまう被害や白葉枯病です。7月末～8月に基幹防除を2回施しますが、草丈が1.5メートルほどになると畑に機械を入れることができないため、この時期に害虫が大量発生すると対処できないのが悩みどころ。今年は大きな被害はなく、10月中旬の収穫期を無事に迎え、ますますの収穫量が得られました。

脇さんは振り返ります。

たれなんとか
乗り越えられま
したが…」と森

が始まり、心配
事の多い夏でし
ハトムギの生

た。8月になつても雨が少なく、うの取く別良

だつたのでバイ
ラインで水を
入れていまし

要になります。
「今年は空梅雨

格が上がったのは生産者にとって好ましいが、これまで麦とハトムギ2作で米1作分を超えるくらいの販売金額を得られていきました。しかし、昨今の米価高騰を考えると、水稻の面積を増やした方が経営的には良いんですよ」と森脇さん。しかし、減産してしまうと、ハトムギなど国産を扱っていた卸や食品メーカーは輸入に頼らざるを得なくなります。「約20年かけて『斐川産のものがいいね』と需要が増え、扱つてもらえるようになつた中で減産すると今後相手にしてもらえなくなつてしまふ。さらに国の水田政策がどうなるのか…」と森脇さんは悩みを吐露します。

斐川町ハトムギ部会に所属している生産者・専農法人は10軒。害虫被害や雑草対策から単収が不安定となり、栽培面積が減少傾向にあります。森脇さんは「ハトムギのニーズは高くなつていいくでしよう。安定供給が望まれる中で、斐川町全体で収量を確保していくみたいです。今は46～48ヘクタールで80トン前後。産地としては100ヘクタールが理想です。

当面60ヘクター
ルを目標に仲間
を増やし、産地

の威信をかけて
生産量を守りた
いですね」「と話

します。森脇さん自身も、健全

な経営を維持しながら成長面積

を調整していく

たいと意欲を燃やしています。



ニーズの高い国産ハトムギ

ハトムギの食べ方

お茶として飲まれることが多いハトムギですが、そのまま白米に混ぜて炊いたり、雑穀スープにしたり、手軽にヘルシーに食べられます。ハトムギきな粉はクッキーやパウンドケーキに入れると香ばしく仕上がりります😊✿



J Aしまね斐川地区本部よい食工房が販売する
「精白はとむぎ」



今後について笑顔で語る森脇さん。

ホルスタイン共進会



10月25、26日に北海道で開催された全国規模の乳牛の品評会「第16回全日本ホルスタイン共進会」。前大会がコロナウイルス感染拡大で中止となり10年振りに開催された今大会は、全国から選りすぐりの乳牛386頭が出品。島根県からは代表牛3頭が出席しました！今月号は結果や当日の様子、出品者の皆さんのお話を届けします。



まずは結果報告！

未経産・経産	出品区	地域	出品者	成績
未経産	第2部	出雲市	和田 雅樹	2等賞12席
未経産	第2部	出雲市	出雲農林高校	2等賞14席
経産	第10部	出雲市	河村 博文	優等賞3席



開催地である北海道の出品牛が各部の上位を占めるなか、河村さんの出品牛は第10部で最上位グループである優等賞3席という成績をおさめました。この成績は島根県代表として過去最高、今大会では中国四国地区で最高となる快挙なのです！



出雲農林高校出品牛
「ホワイトムーン」号



河村さん出品牛
「リバービレッジ ハンコツクリスタル」号



和田さん出品牛
「MJB サイドキック フレーク」号

大会前日の24日には後継者育成プログラムも!
出雲農林高校生が参加しました 😊

出雲農林高校・武井 彩香さん

リードマンコンテストに出場しました。本番は緊張しましたが、入場する時に牛と歩くペースを合わせることができました。目標としていた順位入賞はできませんでしたが、他の部を見たり他県の牛を見たりして学ぶことが多くありました。出場するまでにたくさんの方に技術を教えていただき、酪農家の皆さんのすごさを改めて実感することができました。共進会で学んだことはこれから実習や授業に活かしていくたいです。



リードマンコンテストに
参加する武井さん



10年振りの開催!

全日本ホル



＼11月20日に県知事報告を行いました！／



河村博文さん・保志さん



河村 博文さん

今大会はレベルが高いコンテストでしたが、その中で優等賞3席という成績をおさめることができ非常に嬉しく思います。経産牛は乳房をメインに評価されるので、乳房調整に一番悩みましたが、結果的に良い選択ができました。皆さんの支えと協力があって出品できた1頭だったので結果で返すことができたかなと思います。

出品者は私の名前で出しましたが、牛自体は父が今まで作り上げてきたもので父の努力の賜物です。その牛を全共という大きい大会でリードマンとして引かせてもらえたことは良い経験となりました。また、他の部を見ていて、体作りや乳房の作り、どうしたら産次数を重ねてこの体形を維持できるのかなど刺激になりました。今後も今回の結果に満足せず、その上を目指していけるよう頑張っていきたいです。

河村 保志さん

日頃から体形の良さや乳量を出せる点などを重視して改良に取り組んできましたが、今大会はレベルが高くなっています。どう評価されるかわかりませんでした。当日は朝から気が張っていた一方で、今回は息子に管理を任せていたので気は半分楽でした。乳量が経営として一番大事なことなので、今後も乳量がもう少し確保できるよう、その上で体形も改良していきたいです。

出雲農林 高校

永瀬 琴葉さん

リードマンとして出場し、第2部2等賞14席という悔しい結果になりました



が、今まで指導いただいたことを出し切ることができました。大会では全国の酪農家さんの酪農に対する熱い思いを感じることができました。調教練習では思うようにリードできず苦戦することもありましたが、仲間とともに練習し、全国大会に出場できたことは一生の思い出になりました。

和田雅樹さん

第2部2等賞12席という悔しい思いをする成績となりました。他の牛と比べて体格



が小さく、これが現実なんだと感じました。父が20数年前に全共に出ており、今大会に自分が出ることができてやっと父親の背中に追いついたかなと思います。ですが、それだけでは満足せず、一から勉強し直し、今回学んだことを活かしながら次回も代表に選ばれるよう頑張っていきます。

今回の出品を先導！



シマネ・ホルスタイン・クラブ 福間 聖治 会長

この度の第16回全日本ホルスタイン共進会への出場に際ましては、島根県を始め関係機関・関係団体の皆さんに多大なる協力・支援をいただきましたことにお礼を申し上げます。

10年振りの開催で情勢・状況が大きく変わったなか、手探り状態の準備となりましたが、島根県酪農協議会・関係機関・

当クラブとともに『オール島根』で向かい、無事終えることができました。

出品者も後継者が中心となり、出雲農林高校も初出場を果たしました。成績はもとより多くの学びを得ることができ、当クラブとして島根の酪農に貢献できるように今後も活動を進めていきたいと思います。

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JA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しまね斐川地区本部管内

●農事組合法人求院まめなかファーム

●玉木真二さん



法人の取り組みなどについて話す矢野組合長（右）と才木副組合長（中央）、佐藤アドバイザー（左）

農事組合法人求院まめなかファームは、平成25年12月に設立。経営面積48・3ヘクタールで年間を通して、米・麦・大豆などの土地利用型作物やタマネギ、キャベツを栽培しています。同法人の矢野恵司組合長と才木和愛副組合長、佐藤伸夫アドバイザーと、法人の成り立ちや法人活動への女性参画、10年先の労働力確保策などについて意見を交わしました。また、高温化でハウスでのタマネギ苗栽培が難しくなっていることに対し、才木副組合長は「暑さ対策の遮光シートは毎年買いや替えが必要なことや風が強い立地ということもあり導入を見送った。苗を購入するにも費用がかかり悩ましい状況だ」と話しました。当JAの竹下克美組合長と日高光弘副組合長は、JA広域育苗施設



才木副組合長（中央）からタマネギ苗の説明を受ける
竹下組合長（左）と日高副組合長（右）

の利用検討や気温上昇に対応するための施設改修を対象とした緊急対策を創設するよう県へ要望したことを伝えました。
玉木真二さんは、ハウス11棟でミニトマトの周年栽培を中心に、野菜・花苗、スナップエンドウなどを栽培。ミニトマトは斐川町内で最大の作付面積を誇り、令和6年には指導農業士に認定されるなど地域の若手農業者を牽引しています。当日は、ミニトマトの新たな販路や価格動向、全国的にミニトマトは1年2作が増えていること、繁忙期の1日バイトデイワークの活用などについて活発に意見交換しました。玉木さんは「最近、農青連のような仲間作りが難しくなっていいると感じている。斐川では新規就農者が増えているが個人でSNSを利用した



斐川町のミニトマト栽培の歴史や
自身の就農経緯などを話す玉木さん（中央）



玉木さんのミニトマトハウスを視察しました

販売やグループ作りがされるようになつてきました。そのような人に向け、JAの強みを活かした接点作りやアプローチができるだろうか」と要望しました。



第43回島根西条柿「こづち」品評会を開催

J Aしまねは10月27日、出雲市の当JA営農経済本店で第43回島根西条柿「こづち」品評会を開きました。出雲やいわみ中央、西いわみなど4地区本部から24点の出品があり、石見銀山地区本部の農事組合法人いなぎが最優秀賞の農林水産省中国四国農政局長賞に選ばれました。

脱渋した1箱5キロ入りの西条柿を、審査員8人が色づきや外観、糖度、食味などを確認しながら入賞を決定。審査長を務めた島根県農業技術センターの中尾幸義所長は「今年は春先の凍霜害や梅雨明け後の猛暑・少雨など厳しい栽培環境であった。こうした中ですぐれた出品物が多く、申し分ない出来栄えになったのは生産者の努力と高い技術力のたまものだ」と全体を講評しました。

特に最優秀賞に選ばれた出品物は、着色や形状の揃いが良く、軟化もなく、食味が優れていたと評価されました。
その他の入賞者は次のとおり。

△優秀賞（島根県知事賞）=清水渡（出雲）△優良賞（島根県農業協同組合長賞）=寺戸伸郎（西いわみ）
△優良賞（島根県果樹研究同志会長賞）=清水英範（出雲）、山根秀俊（出雲）、水浦誠司（出雲）
△奨励賞（青果市場社長賞）=川瀬利治（出雲）、伊藤俊男（出雲）、小谷勇雄（石見銀山）、恩田幸一（出雲）



糖度計測や外観、食味などの審査を行いました



島根県農協青年組織協議会と県が意見交換会を開催

島根県農協青年組織協議会は11月13日、松江市のJAしまねくにびき地区本部で島根県職員との意見交換会を開きました。同協議会委員や各青年連盟の委員長、県の担当者ら40人が参加し、県が設定する農林水産基本計画の目標達成に向けた取り組みや連携などについて意見を出し合いました。

今回は、①担い手農家確保②農業収益確保③持続可能な農業・農村を創るーために必要なことを3グループに分かれて意見交換を実施。盟友からは「新規就農者の確保も大事だが、廃業する農家からの事業承継を真剣に考えていく必要がある」「規模拡大しようとしている農家やU・Iターンの就農希望者が、より簡単に農地などを取得できる仕組みを作ってほしい」など多くの意見があがりました。

島根県農林水産部の田中千之次長は「県が向かおうとしている方向性と同じところにある意見が多いと感じた。皆さんのが取り組みたいこと、伸ばしていきたいことを県として支援していきたい」と話しました。



テーマごとにグループに分かれ活発に意見を交わしました

理事会情報（11月28日開催）

- ①令和7年度補助事業の実施について
- ②令和8年産島根米生産に係る考え方について
- ③令和7年産島根米の追加金について
- ④令和7年12月1日付 機構改革の実施について
- ⑤令和7年度末決算見込（一次）について

- ⑥中間期ディスクロージャー誌2025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）
- ⑧自動車運行管理規程の一部改正について
- ⑨県内中学3年生への学業成就米の贈呈について

「元気な地域」を女性部の力で!



やすぎ女性部

これからも地域の皆さんと一緒に、楽しく元気に活動しています！

また、安来のPRにつなげようと、安来市の名物であるどうじょうにちなんだ「どじょうこんにゃく」の商品開発に取り組んでいます。冬の期間での販売を目指しています。

食農教育にも取り組んでおり、やすぎ青年連盟と連携し、保育園児とのサツマイモ作りを毎年行っています。本年度も開催し、子どもたちから元気をもらいました。

本年度は、「学びあい」から始めてみようと、原子力発電所見学へ出かけました。この他にも、「家の光」を活用して防災について学ぶ機会を作っています。「なんといっても集まって話すことが一番だけん！」と知恵を絞り、いざという時に女性部パワーを發揮できるよう活動しています。

やすぎ女性部



JA女性組織3カ年計画
「『あい♡』からはじまる『元気な地域』
をみんなの力で」の実践初年度です。



の3つの重点テーマを掲げ活動します。



JAしまねやすぎ女性部は、5支部とフレッシュユミズ部会の総勢261人で、地域の皆さんとの関わりを大切にしながらさまざまな活動を開展しています。

本年度は、「学びあい」から始めてみようと、原子力発電所見学へ出かけました。この他にも、「家の光」を活用して防災について学ぶ機会を作っています。「なんといっても集まって話すことが一番だけん！」と知恵を絞り、いざという時に女性部パワーを發揮できるよう活動しています。

やすぎ女性部

JAしまね隠岐青年連盟（以下、農青連）の勝部聰史さん

一所懸命青年連盟



J Aしまね隠岐青年連盟

かつべ
勝部
さとし
聰史さん



(31)は、8年前に県外の大学の農学部を卒業後、地元の農業にも取り組む会社に就職し農業を始めました。会社では、コシヒカリやきぬむすめ、山田錦などの水稻を中心に、そばやなたね、黒大豆など多くの農産物を栽培しています。農青連には設立当初より在籍し、今年から島根県農協青年組織協議会の県委員として活動に尽力しています。島根県内のJA青年組織活動だけでなく、島内での食育活動やお祭りなどにも積極的に参加し、隠岐の島での青年組織活動を盛り上げています。

勝部さんは「隠岐の若手農家の一人として、隠岐を盛り上げていく三十代の一人として頑張ります！インスタグラムやフェイスブックで発信をしているので応援よろしくお願いします！」と今後の意気込みを熱く語りました。

＼勝部さんのSNSはこちらから😊♪／



Instagram



Facebook

品種の使い分けに留意

シングルの生育適温は15~20度と冷涼な気候を好み、一般には春（3~5月）と秋（9~11月）が栽培適期ですが、早春まきのトンネル栽培では春から初夏の収穫を楽しめます。

品種

シングルの種類は、葉の大きさや切り込みの入り方により実用品種では中葉種と大葉種に大別されます。中葉種は切り込みがあり、香りが強く、摘み取り栽培に適した節間の伸びやすい品種（株立ち型）では、「さとゆたか」（サカタのタネ）、「わいわい中葉春菊」（タキイ種苗）などがあります。抜き取り栽培に適した側枝の発生の多い品種（株張り型）では、「さとしき」（サカタのタネ）、「菊次郎」（タキイ種苗）などがあります。大葉種は葉が大きく厚みがあり、切り込みは浅く、苦さが少ない品種で、「菊之助」（タキイ種苗）、「おたふく春菊」（中原採種場）などがあります。

畑の準備

種まき2週間前に、1平方m当たり苦土石灰100gを散布し、深く耕しておきます。

1週間前に化成肥料（NPK各成分10%）100gと完熟堆肥1、2kgを散布して土と混ぜ、ベッド幅70~80cmとし、高さ5cm程度の平畠を作ります。

種まき

条間20cm、深さ1cm程度の浅いまき溝を3条作り、約1cm間隔で種まきします（図1）。好光性種子のため、覆土はごく薄くかけます。種まき後、十分に灌水（かんすい）し、発芽まで乾燥させないように注意します。種まき後にトンネル被覆して、中に幼苗を保護するための不織布をべたがけすると良いでしょう。

トンネル被覆と換気

中間地や暖地の2、3月ごろはまだ夜温は低いですが、昼間のトンネル内は高くなるため、本葉1、2枚の頃から換

気を開始します。フィルムの裾を開閉する方法、フィルムに穴を開ける方法、穴開きフィルムを使う方法があります（図2）。生育後半にトンネル内の茎葉が繁茂する頃にはトンネルを除きます。

間引き・追肥

発芽後、本葉2枚の頃3、4cm間隔に間引き、株元に軽く土寄せします。この後、本葉5、6枚の頃に、株立ち型で10~15cm、株張り型で10cm間隔に間引き、1平方m当たり化成肥料50gを株元にばらまき、土寄せします。

収穫

中葉種の株立ち型は、草丈が25~30cm程度になったら、葉4、5枚を残し、摘み取り収穫します。以後、伸びてきた脇芽の葉を2、3枚残して切り取ります（図3）。中葉種の株張り型と大葉種では、草丈が20~25cm程度に育ってきたら、株ごと抜き取り、または株元から刈り取って収穫します（図4）。なお、このトンネル栽培では晩春になると長日・高温の気象条件からとう立ち・開花が早くなり、長い期間の収穫はできません。

栽培カレンダー（シングルのトンネル栽培）

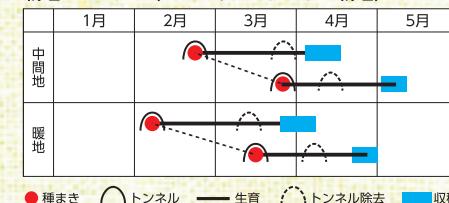


図1 種まき

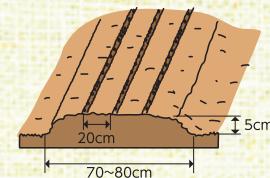


図2 トンネル被覆（穴開きフィルム）

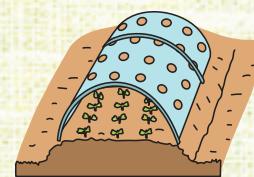


図3 摘み取り収穫

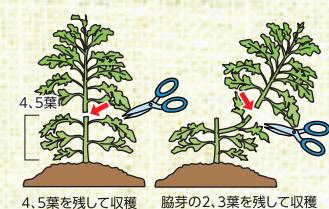


図4 抜き取り収穫
(中葉種の株張り型と大葉種)



※図は中葉種の株張り型

「ベランダでも育てられる みんなのコンテナ栽培」
をJAしまねホームページで連載中です。今月は「ミニトマト」！



島根のお茶とお米を使ったレシピを投稿しよう! #わくわく島根のお茶漬けコンテスト

応募期間：令和8年1月1日(木)～3月31日(火)

応・募・方・法

1

公式アカウント
【@sanchi.shimane】
をフォローする
（コンテスト詳細もこちらから）



2

レシピ通りに
調理し、完成した
「お茶漬け」を
撮影する



3

「お茶漬け」の写真、
レシピ名、材料、
分量（1名分）、作り方、
調理時間、アピール
ポイントを投稿する
※お茶とお米は
必ず島根県産であること



4

投稿する際には、
「#島根のお茶漬け」
のハッシュタグを
付ける



入賞した上位5名様には
豪華賞品を贈呈



主催：島根県茶業振興協会 お問い合わせ先：島根県茶業振興協会事務局（0852-222-5283）

まちむらネットワーク



JJAまつり・ 収穫祭を開催

JAしまね西いわみ地区本部は10月26日、津和野町日原の道の駅「シルクウェイにちはら」で、日原青空市場との共同企画による「JAまつり・収穫祭」を開催しました。会場となつた道の駅駐車場には鹿足郡や益田市内からの来場者に合わせ、休憩に立ち寄つた県外ナンバーの車も見られ、午前9時30分の開始と同時に多くの人で賑わいました。

島根県立津和野高校吹奏楽部による演奏と合唱に始まり、ダンスやマジック・石見神楽などが披露され、会場の皆さんには飲み物や軽食を摂りながら、次々登場するステージ上の出演者に拍手を贈つていきました。

ステージ周辺のクイズやゲームのコーナーも賑わい、メロン・トマト・西条柿など今が旬の農産物も完売することができました。



Sunbeamsの皆さんによる各種ダンスの披露



津和野高校吹奏楽部の皆さんによる楽曲の演奏と合唱でオープニング



西いわみ地区本部竹長隆本部長は、JAの事業に対するご理解とご協力に感謝の意を述べ、「今日一日を楽しく過ごしてください」と主催者を代表して挨拶をしました。



津和野町農業委員会も移動相談所を開設し、農地に関する相談対応にあたりました。

津和野高校の生徒の皆さんスマホの扱い方相談コーナーを開設しました。



変面俳優・マジシャン悠斗さんによる変面ショー&マジックに会場は大いに沸きました。



統括支店金融課・共済課考案のピンポンカツティングゲーム



キッズコーナー：子どもたちに人気のBIGエアードームも盛況でした。



おなじみ太鼓の達人。腕に覚えのあるゲーマーが次々に参戦しました。



ステージ前のシルクウェイ日原のエントランス付近は大勢の来場者で埋まりました。



営農経済部指導販売課ブースでは、西条柿をはじめアールスメロン・トマト・ミニトマトなどの販売も行いました。



おなじみゆずっこの試飲コーナーで、乾いた喉を潤していました。



フィナーレは感謝の気持ちを込めて餅まき。会場にお越しいただいた多くの皆様にこの祭りを盛り上げていただきました。ご来場誠にありがとうございました。



いよいよお待ちかねの大抽選会。JAが準備した賞品は、島根ワインや山葵の詰め合わせ、アールスメロンや西条柿など秋の農産物、更に島根和牛肉（焼肉・すきやき・ステーキ各3本）と多種多様、特賞は旅行券3本。



浜田市三隅町の岡見神遊座による最後の演目「八岐大蛇」。神楽好きの子どもたちでステージ前は埋まりました。



まちむらネットワーク

J Aしまね西いわみ地区本部 年金友の会「第42回寿ロード」

J Aしまね西いわみ地区本部は11月4日から1泊2日の旅行、年金友の会「寿ロード」を実施しました。天候にも恵まれ管内各地から76人の会員の方に参加いただき、大型バス2台に分乗し香川県内の観光地を巡りました。

早朝益田市と津和野町を起点としたバスに乗車を済ませた参加者は、岡山市内で昼食を済ませ岡山港からフェリーで小豆島を目指しました。

瀬戸内海を見下ろす小高い丘にある小豆島オリーブ園では、2000本のオリーブの木や130種類以上のハーブ、樹齢100年とも言われる日本最古のオリーブの原木の森を散策し、隣接する道の駅小豆島オリーブ公園で買い物を楽しみました。

この日の宿泊はエンジエルロードに最も近いホテルで、瀬戸内海に浮かぶ島々を眺め、露天風呂などで穏やかな波の音を聞きながら、ゆっくりと旅の疲れを癒やしていただきました。また宴会の会場において、古希・喜寿・傘寿・米寿と節目を迎える参加者の方に記念品を贈り、長寿のお祝いをさせていただきました。



初日の昼食は岡山プラザホテル



お泊りは小豆島国際ホテル



小豆島オリーブ園と道の駅オリーブ公園



翌朝出発前にホテル玄関前で2号車の皆さん



翌朝出発前にホテル玄関前で1号車の皆さん



こんびら表参道を散策



2日目の昼食は善通寺四國館



まちむらネットワーク



内谷地区とちの実交流会

村上代表から「へし」と呼ばれる道具を使って行う皮剥き作業の手ほどきを受けた児童たちは、慣れない道具の扱いに苦戦しながらも、きれいに剥けた実を家族や友だちに見せながら、掴みかけたコツや工夫した点等について話し合っていました。

皮剥きが終わった実はこの後木灰と混ぜ合わせ、最も重労働とされるアク抜きの作業（清流に浸す等）を経て風味のある山の食材へと変わります。



人口の減少と共に地区単位での活動が困難になるなか、内谷地区においてはこのイベントが人と人を結びつける大切な交流の場として定着し、主催する側も参加者もこの日を楽しみに心待ちにしています。標高500メートルの山間に子どもたちの元気な声が響いた一日でした。



昼食は朝早くから会の皆さんによって準備された、地元の食材を使った酢物・豚汁・炊き込みご飯と、平つきたての餅・餡子入りとち餅とヨモギ餅を参加者全員でいただきました。

益田市匹見町内谷地区のとちの実会（村上巴代表）は11月1日、石谷老人福祉センター・旧石谷小学校体育館を会場に「とちの実交流会」を開催しました。この交流会は今年で26回目を数え、益田市立匹見小学校や西益田小学校の児童とその家族などが参加し、とちの実の皮剥きや餅つきを体験しました。



1日の受け入れが最大で10トン前後となるピーク時は、集荷場付近は柚子の香りで覆われます。



チェックを終えて搾汁機に向かう柚子。衛生と安全が第一の搾汁施設です。



綺麗に洗浄された柚子が向かう先は横回転する2本のベルトの隙間。果実の持つ果汁の20%以内に搾汁量が設定され、果皮からの流出を抑えた圧搾方式で搾ります。

トゲを持つ柚子の収穫作業で最も注意を払わなければならない「傷」、生産者間では当初の申し合わせを遵守し、収穫の際は1つ1つ丁寧に摘み取り、果实を傷つけないように心掛けています。

集荷所に持ち込まれる黄玉柚子も荷受け担当者が検品し、搾汁に向かうライン上で再度傷等の有無をチェックしています。（傷や割れのある果実は洗浄の際に果実内に水が混入するため取り除いています）

J Aしまね西いわみ地区本部農経部指導販売課では、最も出荷が集中する時期を11月20日頃としており、このピーク時の日量を約10トンに想定し、12月中旬の荷受け終了までの総出荷量を130トン前後と見込んでいます。

搾汁された果汁の大部分は殺菌等の工程を経て一旦冷凍保存した後、隣接する株式会社美都において、お馴染みのゆずっこや美都ポン酢などの製品に加工され、市内外のスーパー・マーケット等小売店の店頭に並びます。

美都町柚子生産者組合（澄川晋二組合長）では、夏場以降の着果状況等の確認を踏まえ、今年産の黄玉柚子の出荷受け入れを11月初旬としたことに基づき、11月10日から受け入れを始め、翌11日から搾汁作業を開始しました。

島根県内最大の柚子の産地美都町で、町内の各所に植えられた約2万4千本の成木から黄色く色づいた柚子が収穫され、JAの美都集荷場へと出荷されました。

黄玉柚子初出荷・搾汁作業が始まる



まちむらネットワーク

J Aしまね匹見事業所は10月25日、事業所駐車場周辺を会場に事業所まつりを開催しました。

この日は、早朝から準備された豚汁が無料で振舞われたほか、来場者には漏れなく
ほうれん草（1袋）がプレゼントされました。

A photograph showing a woman wearing an orange apron with a white logo, standing behind a counter. On the counter are various items, including a large orange box filled with red onions. The background shows a red wall and another person partially visible.

西益田支店からも職員が応援に参加、健康相談コーナーに併設された輪投げコーナーを担当するなどまつりを盛り上げていきました。

匹見神楽社中の
よる全ての演目終
了と同時に、最後
まで会場で過ごし
ていただいた全て
の方がクジを引
き、西いわみ地区
本部の特産品や
様々な景品を受け
取つていきました。



農機具も展示した屋内では、新鮮野菜・加工品や島根和牛肉の販売も行いました。



冷たい雪が降り始める冬を前に、収穫の喜びを分かち合おうと始まったこの事業所まつり。生憎の雨模様の中ご来場いただいた皆様、誠にありがとうございました。

JIAしまね匹見事業所恒例のまつりを開催

第10回JAしまね 吉賀町グラウンド・ゴルフ大会開催

J Aしまね六日市支店は11月8日、吉賀町蔵木の蔵木グラウンド・ゴルフ場で、第10回J Aしまね吉賀町グラウンド・ゴルフ大会を開催しました。

親睦を目的とするこの大会に六日市支店・柿木事業所のJ A職員も参加、総勢89人が5～6人のグループに分かれて4ラウンドをプレーしました。

日頃の練習を兼ねたプライベートでも高スコアーでのラウンドが窺える参加者が多く、合計68本のホールインワンが出るなど順位も僅差での決定となりました。

成績を意識しながらも同じグループの参加者同士、賛辞や労りの優しい声が聞こえるなど、地域を越えた楽しい一日を過ごしていただきました。



優勝が秋山正志さん、準優勝は堀本和美さん、3位は久保千咲子さんでした。

まちむらネットワーク



第3回JAしまね 西益田・中西・匹見親睦グラウンドゴルフ大会



左から準優勝の岡崎晋太郎さん（中西）、優勝の岡崎陽子さん（西益田）、3位の青木博さん（西益田）

J Aしまね西益田支店は11月11日、益田市美都町のひだまりパークみとで、第3回西益田・中西・匹見親睦グラウンドゴルフ大会を開催しました。支店再編から始まった西益田・中西・匹見の皆さんによるこの大会も3回目を数え、日頃の練習成果の確認に50人がエントリーシ、10組に分かれ3ラウンドで成績を競いました。

開会式で佐々木暢支店長は日頃の感謝を述べた後、「ケガに気を付け豪華な賞品獲得に向けて好成績を目指して頑張って下さい」と挨拶を行いました。早朝の肌寒さも時間の経過とともに上昇し、快晴のスポーツ日和でベストコンディションの状態となり、ホールインワンの数も20本以上と好スコアーが続出。一人の選手が1ラウンドに3本のホールインワンを達成するダイヤモンド賞も飛び出しました。

ラウンド中は同伴者のプレーを称える「ナイス！上手！」といった声や、「惜しい」と気遣う声が聞こえるなど、続出した好成績以上に親睦の深まりを感じた大会でした。



津和野町農業青年クラブ（田中懸志朗会長）といわみ女性部津和野支部（中川美恵子支部長）は快晴の11月15日、太鼓谷稻成神社の秋季大祭に合わせ、JAしまね津和野支店前で餅つきの実演販売を行いました。

この日のために用意された地元津和野町産のモチ米45キロが15回に分けて蒸され、青年クラブのメンバーは休むことなく交代で杵を振り、重たい臼の音を響かせていました。仕上がった餅は待ち構える女性部との連携で素早く餡子餅や平餅などに仕上げ、出来上がりを待つ購入希望の皆さんに応えていました。

この日は秋季大祭とあつて支店前を通る参拝客も多く、杵を振り下ろす姿に足を止め興味深く眺める人や、中には自ら杵を持ち餅つきにチャレンジする観光客もありました。

この日を楽しみにしている地元のファンも多く、乗つて来た車をテント前に止め、予め注文しておいたつきたての餅を手に車に乗り込む人、餅が入った袋を手に町並みを散策する人と、この日仕上げた300パックの餅は全て完売しました。



境内には、米や野菜・果樹など各賞を受賞した農産物が展示されました。



地元や県内外から多くの観光客が訪れ、参拝を終えた皆さんは、駐車場に設置したテントで餅をつく音に足を止め、希望するつきたての餅を買い求めていました。



「楽しそう、やってみたい」この一言にメンバーは即OK。観光客の方に少しお手伝いいただきました。



この日は津和野高校男女二人の生徒も応援（体験）に駆けつけました。

津和野青年クラブ・女性部津和野支部は 大祭に合わせて餅つき



まちむらネットワーク



開会式で岡崎正照益田支部長は挨拶で「納得のプレーと納得のいくスコアで今日一日を楽しく過ごして下さい」と挨拶し、プレー上のルール説明の後、24組に分かれ一斉にスタートしました。

各グループとも同伴者のプレーを絶賛したり気遣つたりと和やかな雰囲気でラウンドを続け、自身がショットの順番になると真剣にボールと向き合い、納得のいく打数で上がるようを目指すホールポストを目指してボールを打っていました。

益田・美都・匹見各支部から115人の会員の皆さんのが参加し、ラウンド成績を気にしながらも親睦を図りながら楽しく3ラウンドをプレーしていただきました。



優勝の石橋真知子さん（中央）、準優勝の田中好江さん（右）、3位の村上吉助さん（左）

恒例の野菜苗も今年最後の販売とあって、キヤベツやレタス・サニーレタスといったプラグ苗の売り切れ御免の販売は、午前中の早い時間から人気が集まっています。

17日・18日の二日間は山陰種苗株式会社の大畑整社長を講師に招き、定植時期であるタマネギの栽培講習会を開催し、受講者は苗の移植から根の活着時期における管理上の注意点や、べと病など病気の予防方法について学びました。

プラグ苗のほか鉢植えのシクラメンや、植栽に適したこれらの時期に向けた柑橘類を中心とした苗木の販売も行いました。



年金や相続・資産形成などに関する相談コーナーも開設し、担当する職員が来場者の相談対応にあたりました。

タマネギの栽培講習会では、確実な収穫を目指そうと熱心な受講者の皆さんで席は満席になりました。

第11回JAしまね西いわみ地区本部年金友の会 益田地区親睦グランドゴルフ大会

JAしまね西いわみ地区本部は11月22日、益田市美都町のひだまりパークみとにおいて第11回年金友の会益田地区親睦グランドゴルフ大会を開催しました。

J Aしまね西いわみ地区本部益田グリーンセンターは11月17日から22日まで、秋の大感謝祭を開催しました。

1週間の感謝セール期間として実施したこの企画に、事前の開催チラシ等を目にした皆さんが訪れ、特別価格に設定された農業資材や生活用品を買い求めていました。

益田グリーンセンター大感謝祭開催

JAしまね西いわみ地区本部年金友の会 益田地区親睦グランドゴルフ大会

毎回安価なプラグ苗のコーナーは人気です。

まちむらネットワーク



「持続可能な農業の実現」などを訴え トラクター23台がパレード



吉賀町農政会議（斎藤一栄会長）は11月21日、昨年に続いて持続可能な農業の実現と、消費者の理解を求める行動「トラクターパレード」を行いました。パレードの出発地点となつたJAしまね六日市支店農産物集荷場には、中村芳信島根県議会議員、JAしまね西いわみ地区本部竹長隆本部長、西いわみ農政協議会永田寿秋会長、益田市農政会議岩本和雄会長等も応援に駆けつけました。



23台のトラクターは車列を成して町内へと出発して行きました。

令和7年産米の小売価格を受け、生産者と消費者お互いが納得できる価格帯への国による調整機能の發揮と、政府が勧める農業経営の規模拡大で、見失いかねない地域コミュニティーや伝統文化の継承など、中山間地域が抱える問題と率直に向き合う農政の実現等を訴え、町内約4・5キロを走行し、目的地である吉賀町役場本庁舎に到着しました。

全てのパレード参加者が庁舎前の駐車場に整列し、斎藤会長が「持続可能な農業、農村に向けた声明」を読み上げ岩本一巳吉賀町長に手渡しました。

岩本町長からは「農業（食料）を守れない国に未来はない。この国を支えているのは地方であり地方なくして日本なし」と、農家に寄り添つた農政の実現を訴えたこの行動に理解を示す挨拶がありました。

西いわみ農政協議会総会開催

西いわみ農政協議会（永田寿秋会長）は11月15日、西いわみ地区本部の会議室において丸山達也県知事、島根県農政会議山中康樹会長を来賓に迎え、第21回通常総会を開催しました。

令和7年度における活動の方針を、JAグループと連携し地域に根差した組織として鋭意運動に取り組むとし、具体的な取り組みに①各農政会議が提案する農業政策の実現、②中山間地域等条件不利地域の政策提言と要請活動、③地域農政リーダー等研修会へ積極的な参加、④青年・女性組織等との連携強化、⑤消費者理解のための統一行動、⑥フレーバンクへの取り組み支援などを掲げました。

第4号議案役員改選では、永田会長以下全役員の留任を全会一致で可決承認しました。

益田市農政会議が 益田市長・益田市議会へ要望書を提出しました



山本市長へ要望書の内容について説明を行いました。



佐々木議長・中島副議長へ要望書の内容について説明を行いました。





まちむらネットワーク

【脱穀・糊摺り】11月4日



天日干しを終えた稻わらから穂の部分だけを抜きました。
一粒も取り残すまいと真剣に取り組みました。



白の代わりは「すり鉢」、ロールの代わりは「ソフトボール」。糊摺りはすべて手作業です。この笑顔!立派な玄米が沢山とれたらんでしょう。



収穫までに要する作業と稻の生育について学習するバケツ稻づくり、米の出来やその収量を検証するものではありません。

米の生産にかかる時間や作業に少しでも関心を持ち、みんなが体験した取り組みの延長線上に、汗する農家の姿や食の大切さがあることへの理解に期待するものです。

【収穫・乾燥】10月21日

6月12日に植え付けした稻もいよいよ収穫の時を迎めました。

しっかりと根を張った稻株を引き上げると、バケツごと持ち上がりました。ゴシゴシと鋸を使うようにと教わりましたが、みんな様々。ケガをしないよう十分注意して上手に刈り取りました。



糊摺りができるまで簡易ハゼで天日干しです。



刈り取った自分の稻株をまとめ麻紐でしっかりと結びました。



令和7年産「吉田南米（コシヒカリ）」の収穫終了

吉田南小学校でバケツに実った稻を収穫

春から取り組みを開始した吉田南小学校のバケツ稻づくりもいよいよ収穫の時を迎え、刈り取り・乾燥、脱穀・糊摺り作業を行い、自分たちで育てた令和7年産「吉田南米」の出来を確認しました。

【西益田小学校】11月14日



透き通った青空のもと、豊田公民館や、西益田つろうて子育て協議会のメンバーの皆さんにご協力いただきました。

手強い芋も子どもたちのパワーに圧倒され、観念したように姿を現しました。



岩崎校長先生も参戦。芋に残ったツルを切り離してもらい行いました。



収穫後の芋苗の片づけも児童のみんなで行いました。



みんな立派なサツマイモが穫れて満足の笑顔!

【中西小学校】11月5日



6月に植えた畠に並んで、地域の方から示される場所の芋苗を、力いっぱい張りました。



正に「芋づる式」次々と立派なサツマイモが姿を現しました。



持ち帰つてお家の人に自慢できます。



最後は全員で記念撮影「お芋お~」

中西小学校、西益田小学校で芋掘り体験

益田市立中西小学校・西益田小学校の児童たちが6月にみんなで植えた芋苗（鳴門金時それぞれ100本）に育ったサツマイモの収穫を行いました。植え付け時同様に、公民館の皆さんや地元の方にお手伝いをしていただきました。

収穫の喜びを感じながら食の大切さを理解してもらう「食育」の取り組みは、JAの重要な活動と位置づけ、継続して地域への様々な協力を行っています。

まちむらネットワーク



西いわみ女性部が生活研修を開催しました

J Aしまね西いわみ女性部（大畠まさみ部長）は11月14日、二年に一度の開催で恒例となつている生活研修を行いました。

今回の研修の目的地は山口県長門市。早朝管内各地から3台のバスに分乗した部員79人は仙崎にある藤光海風堂本店で合流し、仙崎名物の蒲鉾の製造工程等について担当者から説明を受けました。できたての蒲鉾などを購入することもできる工場併設の店内では、多くの参加者がお土産など商品を買い求めていました。

藤光海風堂での研修を終え、パワースポットとしても有名な元乃隅神社に到着。100メートル続く123本の朱塗りの鳥居をくぐり終えた高台からの眺望は絶景で、高さ6メートルの大鳥居の上部に設置された賽銭箱に、賽銭を投げ入れることができると願いが叶うと言われ、ご利益にあやかろうとチャレンジする方もありました。

昼食を終え、童謡詩人として知られる金子みすゞが幼少期を過ごした記念館へと向かいました。わずか26年の短い生涯で遺した多くの詩は、感受性豊かな人柄があふれる優しい作品ばかりで、みすゞの詩の世界を音と光で体感できるギャラリーなどを見学しました。

その後お土産などの購入のため、山口県内最大級の交流拠点施設として長門仙崎の豊かな食材が並ぶ、道の駅「センザキッチン」へ向かうグループと、直接国道191号線を東へ向かうグループに分かれ、分乗した3台のバスはそれぞれの目的地に立ち寄りながら帰途につきました。



11月西部子牛市場成績（税込）

(単位：円・kg)

市町村	性別	頭数	最高	最低	平均	平均体重
益田市 (益田)	雌	35	742,500	587,400	666,726	316
	去勢	42	914,100	500,500	730,428	338
	計	77			700,700	328
益田市 (美都)	雌	1	598,400		598,400	332
	去勢	1	651,200		651,200	299
	計	2			624,800	316
益田市 (匹見)	雌	2	618,200	578,600	598,400	292
	去勢	3	718,300	623,700	657,067	308
	計	5			633,600	302
津和野町 (津和野)	雌	0				
	去勢	1	682,000		682,000	326
	計	1			682,000	326
津和野町 (日原)	雌	2	849,200	652,300	750,750	282
	去勢	5	700,700	683,100	690,360	322
	計	7			707,614	310
吉賀町 (柿木)	雌	1	639,100		639,100	279
	去勢	0				
	計	1			639,100	279
吉賀町 (六日市)	雌	1	667,700		667,700	302
	去勢	0				
	計	1			667,700	302
西部市場 総合計	雌	59	849,200	578,600	669,676	316
	去勢	81	914,100	500,500	726,869	338
	計	140			702,766	329

畜産



11月18日に雌59頭、去勢81頭、計140頭の上場により、令和7年最後となる11月の西部家畜市場が開設されました。年始から全国的な相場の上昇傾向が続いており市場価格の上昇が期待されました。平均価格が雌670千円（前回比106%）、去勢727千円（前回比103%）、計703千円（前回比104%）と、前回市場より平均価格が33千円ほど上昇しており、年末から年明けにかけての相場の変動が注目されます。今後も購買者に支持されるよう①発育良好な牛、②肋張りの良い牛、③肢蹄のしつかりした牛を目指して「子牛飼い方マニュアル」の実践に努めて頂きますようお願い致します。次回の市場開設日は令和8年1月20日（火）、セリ開始時間は9時30分からとなつております。出荷を予定されている方は寒冷対策などを起こない、事故や疾病等無いよう、お願い致します。



まちむらネットワーク

青木さんは「お米の価格が非常に高いと思われているが、肥料など必要な生産資材価格が高騰したままの状態が続いている。消費者の皆さんにこの状況を理解してもらい、お互が納得した価格で国産米の消費拡大につなげてほしい」と話し、生徒の皆さんからは「ありがとうございます。いたいなお米を大切に食べて勉強を頑張ります」とお礼の言葉がありました。

贈呈されたお米は同塾へ通う生徒のみなさんに夜食として振る舞われる予定で、青木さんは毎年新米を贈り続け今年で12年目になりました。



津和野町の青木和憲さんは食農教育の一環として、自らが所有する水田で収穫した新米「つや姫」を津和野町営英語塾「HANIKOH」へ贈呈しました。

HANIKOHへ新米を贈呈

米の出荷に関するお願い

JAへ追加出荷をお願いします！



- JAしまねは、単なる買い手ではなく、生産者の皆さまとともに島根の米作りを支えるパートナーです。
- たとえ全国的に米が過剰基調となろうとも、JAにご出荷いただいたお米は島根県産ブランドとして積極的に販売推進を行い、スーパーなどの小売店、大手外食チェーン店をはじめとし、学校給食、ふるさと納税等県内外への消費者の皆様へ販売し信頼を広げていきます。
- 今後は、生産者の皆さまの所得向上のため、精一杯の精算をいたしますので、ぜひとも追加のご出荷をよろしくお願ひいたします。
- なお、追加でご出荷いただける場合は、**年内の出荷**にご協力をお願いします。
(令和7年産米の年明け以降のご出荷は概算金が下がる銘柄があります)



お問い合わせ JAしまね西いわみ地区本部米穀課
TEL 0856-23-1911

お題 「餅つき」

読者の俳句・川柳

2月のお題は「絵馬」です

ご応募お待ちしております

◆締切◆
令和8年
1/15
(当日消印有効)

なつかしい 餅つきの音 足止まる
八十路つく 杵が重たや 息あがる
もちつきは 9日は避けて ペツタンコ
餅つけば 正月準備 終えた気に
陽に陰に 餅はつきもの 日本の文化
出来秋を 喜び餅搗く 三世代
来客を 笑顔で送り 尻餅つく
年末は となり我が家も きねの音
孫が待つ 餅をつくぞと ジジとババ
餅つきで 今年の感謝 粘り腰
石うすも 今じやメダカの 飼育箱
べつたんこ 白と杵で もちをつく
杵の音 遠い想い出 今機械
餅つき機 中でもち米 ブレイクダンス
つきたての 餅にはつちり おろし大根
臼と杵 夫婦仲良く 餅ついた
赤白の お餅で祝う 何事も
ペツタンコ となり餅つく 木ねの音
ペツタンコ 餅つき姿 今はなき
年一度 ウス・キネ・やる気の 出番です (津和野町)
若い頃 きねもちついで ぬりもちも
餅つきも いまわ機械で 白いらす
一病の 餅の嚙下に あをくなり
餅つきが 今年もできず 老い病い

(吉賀町) (吉賀町)

中村恵己子さん
(吉賀町)

応募
方法

●葉書に 俳句か川柳かを明記してください。 住所、氏名、電話番号をご記入ください。
●あて先 〒698-0024 益田市駅前町15-1 JAしまね 西いわみ地区本部 企画総務部 総務ふれあい課

『移動型店舗 パリミキカー』



1級 眼鏡作製技能士

認定補聴器技能者

移動型店舗 店長 狩野 昭弘

お問合せ、訪問のご相談は 直通番号 090-6955-1612 へ お気軽にどうぞ

メガネ・補聴器の専門店 PARIS MIKI

令和8年 1月度 JA巡回スケジュール

西いわみ地区

7日(水)	9時半～13時	匹見事業所	21日(水)	9時半～13時	匹見事業所
13日(火)	10時～13時	六日市経済C	23日(金)	9時半～13時	津和野経済C
14日(水)	9時～12時	西益田支店	27日(火)	10時～15時	パリミキフェア 美都事業所(会議室)
	13時～16時	益田中央支店	28日(水)	9時～13時	
16日(金)	9時～12時 13時～16時	中西事業所 益田グリーンセンター	29日(木)	10時～15時	Aコープラポ店前 (益田東支店)
20日(火)	9時半～13時	柿木事業所			

1月の無料年金相談会～お気軽にご相談を～

年金定期便、年金手帳、印鑑、裁定請求書、年金証書等をお持ちいただくと、より具体的な相談ができます。はじめての方や、現在受けている年金に疑問をお持ちの方もお気軽に相談でき、秘密は固く守られます。ぜひ会場にお越しください。

1月22日(木) 益田中央支店 10:00～18:00 JA年金相談員 ※日程・社会保険労務士は変更になる場合があります。

西いわみ地区本部 西いわみ統括支店 金融課 年金相談センター (0856-22-8680) は、平日 (8:45～17:00) いつでもご相談いただけます。



西いわみ地区本部からのおしらせ

年末年始業務のお知らせ

この一年ご愛顧いただきまして
ありがとうございました。

一般業務は12月31日から1月4日まで休業いたします。

信用業務

12月31日～1月4日 窓口業務は休業します。ATM稼働時間については下記の表をご確認ください。

共済業務

窓口業務は休業します。交通事故については下記へ連絡してください。

12月31日～1月4日

フリーダイヤル安心サービス

事故等の
場合には

[JA共済事故受付センター] ジコはクミアイ
0120-258-931

24時間
365日受付

レッカーモードや
故障時の応急対応が
必要な場合には
[JA共済サポートセンター] レッカーロードサービスはクミアイ
0120-063-931

グリーンセンター

益田・津和野・日原・六日市・柿木事業所

12月30日 休業（棚卸のため）

12月31日～1月4日 休業します。

1月5日 通常通り営業します。

店舗

Aコーパラボ・Aコーパますだ中央

12月29日～31日 営業します。（午前9時から午後7時まで。但し31日は午後6時まで）

1月1日～1月2日 休業します。

1月3日 初売り（午前10時から午後5時まで）

1月4日 通常通り営業します。

Aコーパラボ、Aコーパますだ中央とも、12月28日～30日はカードポイント10倍セールを実施します。（お酒は5倍）

めいぶる（匹見）

12月31日～1月4日 休業します。

1月5日 通常通り営業します。

給油所

ジャスポート西いわみ店・益田店

年末年始も通常通り営業します。（午前6時から午後10時まで）

匹見SS

12月31日午後1時～1月4日 休業します。

1月5日 通常通り営業します。

年末年始のATM稼動についてのお知らせ

月 日	曜日	稼動形態	稼動時間
12月30日	火	通常どおり	8:00～19:00
12月31日	水	年末の扱い	9:00～17:00
1月1日	木	年始の扱い	9:00～17:00
1月2日	金	年始の扱い	9:00～17:00
1月3日	土	年始の扱い	9:00～17:00
1月4日	日	通常どおり	8:45～17:00



*コーナー以外のJAしまねATMについては、ATMコーナーにより営業日、営業時間が異なります。
詳しくはJAしまねHPをご覧ください。

Check!

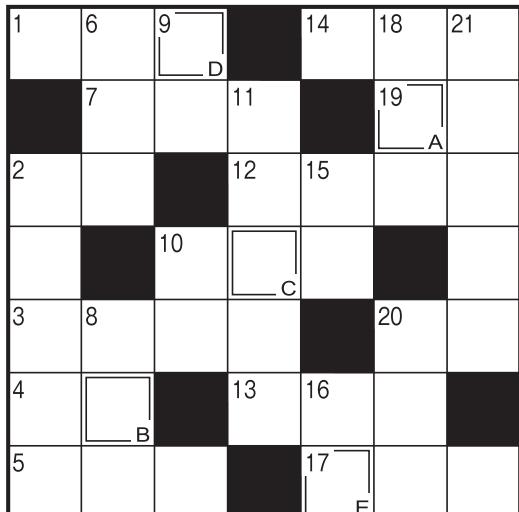
クロスワード パズル

農協全国商品券を
もらっちゃおう!!



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●ニコリ



答え

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

タテのカギ

- ②メレンゲを作るときに使う道具
- ⑥鍋料理の締めにも使う麺
- ⑧晴れかなあ、雨かなあ
- ⑨牛、豚、鶏のものがよく流通しています
- ⑩令和8年の干支です
- ⑪歯ブラシにつけます
- ⑯ダルメシアンは——模様の犬です
- ⑯書初め大会で——に選ばれた
- ⑰受験生が空欄に書き込んでいくもの
- ㉑単位はアンペアです

ヨコのカギ

- ①正月に食べる、モチ入り汁物といえ
- ②どら焼きに挟み込まれているもの
- ③おせち料理の定番の一品。卵が材料の一つ
- ④交差——、及第——
- ⑤右手が——、という人が多数派です
- ⑦本を読み終えること
- ⑩ガラガラとのどを洗います
- ⑫旅立つ人の——に駅のホームまで行った
- ⑬ワラや木やレンガの家を建てる童話があります
- ⑭漢字で書くと百足。足の多い生き物です
- ⑯椅子のこと。ロッキング——
- ⑯アルカリと混ぜると中和します
- ㉑焚くとよいかおりが広がります

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。

◆先月号の答え◆

「ボタンナベ」



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

〒698-0024 益田市駅前町15-1

J Aしまね 西いわみ地区本部 総務ふれあい課 「クイズ」係
2026年1月9日（金）（当日消印有効）

・先月号は、西いわみ地区本部管内で66人の方からご応募いただきました。

「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」1月号 定価 900円
ご購読は、お近くのJAへお問合せください。

佳作

具沢山鍋の野菜の品評会
米売り場米が並んでいる安堵
秋晴れや鬼の居ぬ間の障子張り
サンマより大根高い今のお
ついに来た後期高齢我にまで

故郷の歌が聞こえる山や川

出雲市 榎井 伸幸様

三姉妹そろつて越えた母の歳

松江市 加茂 京子様

あるがまま生きて米寿の花を抱く

出雲市 佐野美和子様

(評)わたしの人生も早いもので、早や八十を越えてきた。
それらの中には、苦労もあり楽な事もあった。それらを大事にして、八十路を越えなくてはいけない。

苦も楽も人生ありて八十路越え

隠岐の島町 上川 晃一様

最優秀賞

選句者 島根県川柳連盟会長

川柳の広場

竹治かし先生



J A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）
1月号は俳句を募集します。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ます。

※応募作品の一切の権利は、J A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

J A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ございません。

知って得する！農業者年金

農業者の方は、国民年金の上乗せの公的な年金
「農業者年金」に加入して安心で豊かな老後を！

農業者なら誰でも入れる「終身年金」です！

**一定の要件を満たす方には、
月額最大1万円の保険料補助**

**保険料は全額社会保険料控除の対象
など、生涯を通じて大きな節税効果！**



詳しくは… 農業者年金基金 **検索**
<https://www.nounen.go.jp>

※農業者年金に加入できる方の要件は以下の通りです。

- ・年間60日以上農業に従事している方で、
 - ・国民年金第1号被保険者（60歳未満）又は、
　　国民年金の任意加入者（60歳以上65歳未満）
- ※詳しくは、お近くの農業委員会、又はJAへ！



全国の旬のおいしさをお届けするJAグループの頒布会



旬鮮俱楽部

年1回のお申込みで、毎月カタログからお選びいただいた商品をお届けします。

毎月旬の味覚が届く1年間をお楽しみください。

果物、野菜、お肉といった国産農畜産物や、それらを使ったお惣菜やスイーツに加え、全国各地の名産品やお花も取り揃えています。毎の果物の味を楽しむ、遠方の名産品を旅行気分で楽しむ、お花を見て楽しむなど、様々な楽しみ方が可能です。



カタログは
こちらから



LINE 友だち登録キャンペーン

旬鮮俱楽部に掲載の商品情報や生産地の今を定期的に配信します。

果物の生育情報やおすすめの調理方法など、旬鮮俱楽部の魅力を
もっと伝えていきます！

《対象者》2026年度4月お届け商品に同封する文書に記載の二次元バーコードまたはLINEのIDから
アクセスし、友だち登録後のアンケートにご回答いただいた方。

《アンケートの回答期限》2026年5月31日(日)まで

《当選者発表》厳選なる抽選の結果、賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。
賞品の発送は2026年10月中旬～下旬の予定です。



友達追加後のアンケートに回答いただいた方
の中から、抽選で**400名**に

「北海道育いビーフハンバーグ」
をプレゼント！



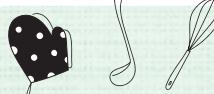
※お届けから消費期限：冷凍180日 賞味期限：冷凍

●内容量：90g×8

アレルゲン



「旬鮮俱楽部」のカタログのご希望、ご質問、お申し込みはお近くのJAへお問い合わせください。



大根ときゅうりのきぬた巻き

材料（4人分）

大根	4cm
きゅうり	2本
サーモン	2切れ
かにかまぼこ	4本
チーズ	2個
柚子の皮	適量
A〔塩〕	小さじ1
A〔水〕	200cc



作り方

- ①大根は皮をむいて厚めのかつらむきにし、きゅうりは1本をスライサーで縦にスライスして、Aの塩水に10分程度つけておく。
- ②もう1本のきゅうりは長さ4センチに切り、かにかまぼこと同じ太さの拍子木切りにする。
- ③チーズは縦に3等分に、サーモンはチーズと同じ太さに切っておく。
- ④①の大根を取り出し、拍子木切りにしたきゅうりとかにかまぼこが市松模様になるように大根に乗せて巻き、3等分に切る。
- ⑤①のきゅうりを取り出し、幅4センチになるよう、少しづつずらして重ねる。
- ⑥きゅうりの端（手前）に、サーモンとチーズが市松模様になるように乗せてそこを芯にして巻き、3等分に切る。
- ⑦巻きあがった大根ときゅうりを彩りよく皿に盛り付け、柚子の皮をのせる。



コメント

・かつらむきは厚めでもOK！食べ応えがあってシャキシャキと美味しいです。

アレンジ

- ・お好みでしょうゆや柚子胡椒マヨネーズをつけて食べてもOK！
- ・きゅうりヒ大根を甘酢漬けにしてから巻いてもいいです。
- ・中に巻く材料は、ハム、厚焼き玉子、エビ、ホタテ、干し柿、にんじん、アスパラガス、アボカドなど色々楽しめます。

ごぼうのみそつくね

材料（4人分）

合いびき肉	300g
ごぼう	150g
えのきだけ	1袋
A〔みそ〕	大さじ2
生姜(すりおろし)	…ひとかけ
酒	大さじ1
片栗粉	大さじ1
サラダ油	大さじ1
B〔みそ〕	大さじ2
みりん	大さじ4
砂糖	小さじ2
すりごま	小さじ2

作り方

- ①ごぼうは皮をこそげて取り、半分はすりおろし、残りはささがきにする。
- ②えのきだけはみじん切りにする。
- ③ボウルにひき肉と①②とAを入れて、粘りが出るまでしっかり混ぜる。
- ④③を16等分して丸め、少し押しつぶす。
- ⑤フライパンに油を中火であたため、④の肉を並べ入れて焼き色がついたら、裏返して少し火を弱めて蓋をして中まで火を通す。
- ⑥蓋を取り、混ぜ合わせたBを入れて、煮からめる。
- ⑦皿に盛り付ける。



コメント

- ・ごぼうの風味と甘じよっぱいみそだれがよくからんで美味しい一品です。
- ・えのきだけをみじん切りにして入れることで、ふんわりとした食感になります。

アレンジ

- ・串に刺せば、おせちやお弁当のおかずにぴったり！
- ・残ったみそつくねをパンに挟んでハンバーガーに！2度おいしいです。

JA 島根厚生連

健康散歩

タバコによる体への影響

この数十年で喫煙による健康被害が多くの人に認知されるようになりました。人々の意識は変わりました。国立がん研究センターがん統計の令和5年調査によると、習慣的に喫煙している人は15.7%（男性25.6%、女性6.9%）となっており、男女とも減少傾向です。また「改正健康増進法」の施行により、他者のタバコの煙を吸って健康被害を受けてしまう「受動喫煙」を減らすため、施設や店舗などが屋内全面禁煙になるなど、環境の整備も進んでいます。

「タバコは体に悪い」と、なんとなく感じている方は多いと思いますが、今回は具体的に体にどのような影響があるのかご紹介いたします。

(1) 喫煙者本人への影響

喫煙は、がんをはじめ、脳卒中、虚血性心疾患、COPD（慢性閉塞性肺疾患）、結核、糖尿病など様々な病気の発症リスクを高めます。肺がんは4～5倍、脳卒中は1.3～2倍、虚血性心疾患は3倍、COPDは6倍もリスクが高くなります。

(2) 受動喫煙による影響

受動喫煙との関連が指摘されている肺がん、虚血性心疾患、脳卒中、乳幼児突然死症候群の4疾患について、年間約1万5千人が死亡しており、健康への影響は深刻です。

(3) 女性の妊娠、出産への影響

女性の喫煙・受動喫煙による妊娠、出産への影響として、



早産、低出生体重、胎児発育遅延などがあげられます。加えて、妊娠中の喫煙・受動喫煙は、出生後に乳幼児突然死症候群を引き起こす要因となることが報告されています。

(4) 若者への影響

発育期の細胞は感受性が高いため、発がん性物質の悪影響を受けやすく、また動脈硬化を起こしやすくなるなど、喫煙開始年齢が早いほど健康被害が大きくなります。さらにニコチンの依存度も強くなります。

(5) 加熱式・電子タバコによる影響

加熱式・電子タバコは販売開始からの年月が浅いため、長期使用に伴う影響は明らかになっていません。ただし、発がん物質や有害物質が含まれるので既存のタバコ同様注意が必要です。

喫煙による影響をあげましたが、35歳までに禁煙すれば、総死亡リスクがもともと喫煙しなかった人と同様のレベルまで改善することがわかっています。また35歳を超えてからでも、禁煙により呼吸機能の改善、がんになるリスクの低下が確認されています。喫煙されている方は、禁煙できることが望ましいですが、自力で禁煙することが難しい場合は「ニコチン依存症」という病気の可能性があります。個人の意思の強さだけでは禁煙できない場合もありますので、禁煙外来を活用し薬物療法などを受けることも検討してみるとよいでしょう。