

2024
1
January
Vol.94

SNSで旬な情報を
投稿しています



JAしまねびより



特集

2024年

も 農業の伸びしろたっぷり！

辰



可一つけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers
松本 悠太さん
[くにびき地区本部]

初春のお慶びを申し上げます

役員一同



代表理事組合長
石川 寿樹

新年あけましておめでとうございませう。謹んで新春のごあいさつを申し上げます。令和6年の年頭にあたり、組合員の皆様から旧年中に賜りましたご支援、ご協力に対し、厚くお礼を申し上げます。

さて、昨年5月に新型コロナウイルスの感染症法上の位置づけが5類に移行した結果、経済・社会活動はコロナ前の姿を取り戻しつつあります。JAしまねにおきましても、通常総代会や農業まつりなどの各種イベント、JA青年組織・女性組織や生産部会の総会等も通常開催となりました。一方で、コロナ禍やロシアのウクライナ侵攻といった世界の混乱による物価高騰や急激な円安によって、燃油や飼料・肥料などの生産資材価格の高止まりが依然として続いており、農家経営は非常に厳しい状況となっております。

こうした中、JAしまねでは各地区本部の営農担当者が国の肥料価格高騰対策事業の申請支援を行い、申請件数

5,128件、支援金額3億1千万円を受け付けました。今後も役員総力をあげて農家支援に取り組んでまいります。

一方、事業運営につきましては、令和5年9月末決算において、計画を上回る成果を上げることができました。しかしながら、当JAの収益を支えてきた信用・共済事業部門の収益は、年々減少傾向にあります。我々JAの使命である農業振興を実践していくためには、盤石な経営基盤を確立することが重要であり、引き続き事業改革の取り組みを進めていく必要があります。

特に、営農経済事業改革では、農機事業において、昨年7月に全農とJAしまねの共同出資による「JA全農島根農機サポート株式会社」を設立し、11月1日より事業運営がスタートしました。今後は、組合員の皆様からの多様な負託に応じていくため、職員の技術向上に努め、IT・スマート農機や大型機械にも対応してまいります。

また、今年度より立ち上げた3つのプロジェクトにつきまして、鋭意取り組みを進めております。

1つ目の「しまねの有機農業・米粉生産拡大検討プロジェクト」では、国の「み

どりの食料システム戦略」に呼応し、持続可能な農業の可能性を拡げるため、これまで有機カボチャや有機米の実証に取り組みしました。今後も有機農産物の生産拡大を目指して、取り組みを進めてまいります。また、米粉振興につきましては、中山間地の水田維持を実現するため、米粉専用品種の試験栽培や製粉事業の検討にも着手しました。

2つ目の「ホームセンター連携検討プロジェクト」では、昨年11月の理事会でジュンテンドーとの連携が決定いたしました。今後は、ジュンテンドーとの協議を進め、組合員の皆様にとってのメリットを最大化できるよう努めてまいります。3つ目の「自動車燃料事業の県域会社化検討プロジェクト」では、事業の継続性と専門性の強化を目的に、県域で一体となった事業展開を進めていくため、会社化準備室を設置し、具体的な検討を進めてまいります。

結びに、組合員の皆様にとりまして、本年が実り多く、健康で明るい年となりますようお祈り申し上げます。年頭の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

J A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に対しご理解とご協力をいただき心よりお礼申し上げます。

さて昨年を振り返りますと、ロシアによるウクライナ侵攻や円安が進んだことで国内ではさまざまな物価が上昇し国民の生活を圧迫しています。その一方で、新型コロナウイルス感染症が5類へ移行し、徐々にコロナ前の活気を取り戻しつつあります。

そのような中、私たち女性部の活動でも「〇年振り」という言葉が聞こえてくるようになりました。昨年7月には4年ぶりに中国四国地区J A女性組織リーダー研修会を、12月には5年ぶりにJ Aしまね女性大会を実開催することができました。これまでWEBでの開催を余儀なくされていましたが、こうして再び部員たちと顔を合わせて対話ができることの喜びを実感しました。

また、コロナ禍で困窮する学生や子どもたちを支援する目的で始めた“米一握り運動”も4回目を迎えました。今年度は2回に分けて行い、現在1回目が終了しました。J Aしまねや鳥根県農協青年組織協議会にもご協力をいただきながら、県内の子ども食堂・フードバンク事業者などに多くのお米を寄贈することができました。この運動にご協力いただいた多くの皆様に感謝申し上げます。

最後になりましたが、今年はいくまでの取り組みも大切にしながら、新しい時代の女性組織活動の実践を進め、ますます活力あるJ A女性部ならではの活動を目指してまいります。今年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共に皆様のご健康とご多幸をご祈念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

鳥根県農協青年組織協議会
会長 古川 敬



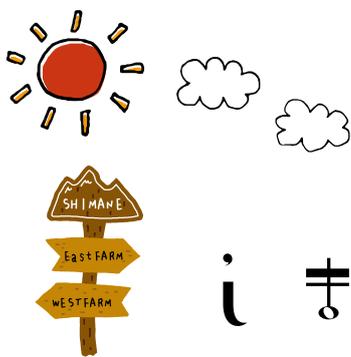
新年あけましておめでとうございます。

日頃より鳥根県農協青年組織協議会（以下、県青協）ならびに鳥根県内盟友の活動において、ご理解とご支援・ご協力頂いていることに対し厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、不安定な世界情勢が続き日本経済は深刻な影響を受け、多くの食料品や生活用品が値上がりいたしました。農業現場においても生産資材や飼料、燃料の高騰や農畜産物の需給ギャップ拡大が経営を圧迫してきております。

このような中、新型コロナウイルス感染症が5類に移行され「活動を活発に！」とも思いましたが、体力を消耗しているのは県青協も同じでした。各地区での活動も自粛や縮小傾向の流れは残っていましたが、それでも「各単組の総会への参加」、「鳥根県JA青年大会の開催」、「全国大会や中国・四国JA青年大会と研修視察への参加」、「鳥根県農林水産部・JAしまね・隠岐どうぜん若手畜産農家・鳥根県商工会青年部連合会との意見交換会の開催」、「国会議員への要請」など、WEBやLINE、SNSも活用しながら県青協として活動してまいりました。これからは農業青年の繋がりを基に、食や農業の大切さ・大変さ・魅力を発信していけるように幅広く意見協力を求め、農業振興や地域振興に繋げていきたいと考え、竜頭蛇尾にならぬよう県青協一丸となって取り組んでまいります。

最後になりますが、盟友の皆様と関係各位の皆様のさらなるご発展とご健勝を祈念申し上げますと共に、実り多き年でありますことをご祈願いたしまして新年の挨拶とさせていただきます。



つけた しまものファーマーズ

Shimane farmers



歴史ある八束町の牡丹栽培

まつもと ゆうた 松本 悠太さん(35歳)

今月はくにびき地区本部。松江市八束町で牡丹(ぼたん)の栽培・販売・普及に取り組む松本悠太さんにお話を伺いました。

伝統が途絶える危機感からの決意

島根県と鳥取県にまたがる汽水湖・中海に浮かぶ大根島。ここでは、生産量日本一を誇る牡丹の栽培が盛んです。島内の牡丹栽培は約300年前から始まったとされ、今も数力所の牡丹園が存在しています。

その中の牡丹園のひとつ「松本農園」で、すべての業務に携わる松本さん。20代前半の頃にデザインを学んだ後、地元会社に就職し、社内のあらゆる制作物のデザインをする仕事をしていました。

転職が訪れたのは、当時付き合っていた奥さんの実家へ挨拶に行った時。それまで家業のことは聞いていませんでしたが、松本さんは「服のボタンの工場かな？」と勘違いしていたほど牡丹について知らなかったそう。初めて花であることを知り、さらにお義父さんの「大根島の牡丹栽培は、高齢化によって衰退の一途を辿っている。後継者もおらず、このままでは日本一どころか、生産を続けることも難しい」という言葉に衝撃を受けたと言います。「長年の伝統が途絶える危機感を覚えた」と当時を振り返る松本さん。

その時働いていた会社も、自分たちで生産し、商品を生み出し、販売していく6次産業に取り組んでいたこともあり、今までの知識が何か役に立つかもしれないと、徐々に自分が受け継ぐ決意に変わっていききました。平成23年の結婚を機に大根島へ移住し、1年間の研修を経て、平成25年に松本農園の跡取りとして就農しました。

5年の歳月をかけて育てあげる牡丹

通常、春が見頃ですが、お正月に飾ると縁起が良いとされる牡丹。そのため、ちょうどお正月に花が

咲くよう、冷蔵庫などで寝かせておく抑制栽培を行い、年末に合わせ最も良い状態にする技術が必要とされます。また、牡丹は花を鑑賞できるようになるまで最短でも5年ほどかかり、非常に長い年月をかけて育てられています。

まずは芍薬の台木を2年かけて育て、3年目にその木と牡丹の穂(芽)の接ぎ木を行います。こうすることで、芍薬の力を借りて成長速度を何年も早めることができるそう。そして、さらに2年かけてやっと成木に成長します。松本さんは、「最初は理解するのが難しかったけど、5年の成長サイクルを一通り経験した時によやくコツがつかめてきた」と話しました。

それほど手間暇かけて作られる牡丹ですが、一輪の花を綺麗に鑑賞できるのは約3日間だけ。しかし、その一瞬の華やかな姿は、花火のようにインパクトが強く、ずっと人々の脳裏に記憶として残り続けます。そんな牡丹に魅了されたファンが全国に多くい



牡丹の接ぎ木苗を定植する松本さん



1年で一番忙しいのは年末の時期。お正月に綺麗な花を咲かせるため、気温などを確認しながら出荷作業を行います。

ます。「最初はお客さんに質問されても、答えられなかったんです。悔しさから猛勉強しました」と語る松本さん。今では、誰にも負けなくらい牡丹の知識を積み上げています。

感性と技術を活かしながら 情報発信を

松本さんが牡丹の栽培を始めてから身を持って感じたのは、牡丹に関する情報が圧倒的に少ないことだそう。どんな品種があつて、どういう育て方や管理をしたらいいのかわからないというお客さんも多いのだそう。その要望に応えたいと、ホームページをはじめ、インスタグラムやfacebookなどで情報を発信し続けています。それには、「花が美しく咲く3日間に至るまでの、牡丹のストーリーも知ってほしい」という思いも込められています。前職で培った技術を活かしながら、誰が見てもわかりやすい発信を心がけています。



362種が掲載されているデータベース本「牡丹名鑑」の制作にも参加。表紙は松本さんがデザイン。

体が資本の仕事だからこそ、 子どもと運動で体力作り

牡丹に携わるようになってから、頭の中は常に牡丹のことについてばいだという松本さん。プライベートでは2児の父として、休みがほとんどない中でも、作業の合間に子どもたちと関わる時間を大切にしています。近所の公園でサッカーをしたり、最近では親子でバドミントンクラブに加入したりして週1回汗を流しているそう。

県花をもっと多くの人に 喜んでもらいたい

島根県の県花として位置付けられている牡丹ですが、特に若い人たちにはあまり知られておらず、生産自体も徐々に衰退しています。松本さんは「もっとたくさんの人に見てもらいたい、喜んでもらいたい」と話しました。

最近では、JAと松江大根島牡丹協議会が行う「花育活動」に参加。先日は金沢と京都の小学校を訪問し、自分で作った紙芝居でわかりやすく紹介した後、児童たちと一緒に苗を植えたそう。こうして、周りの人たちとも協力し、全国への発信も積極的に取り組んでいます。今後は、新たな品種を増やし、1,000種類を



牡丹について話す松本さん

育てることが目標。その一方で、江戸時代から農家や愛好家によって伝え続けられた古典品種も大切にしたい気持ちも強い松本さん。「やはり昔の品種は、今の牡丹にはない良さがあるんです」とあらゆる所から古い品種を収集し、種を守り続けています。

長い年月をかけ、たくさんの方の手が加わることで、心を揺さぶるような情景を生み出す牡丹の花。春にはたくさんの方が咲き誇る牡丹園を楽しんでもらいたいと、松本さんは日々邁進し続けています。



松江大根島牡丹協議会の一員として「花育活動」にも積極的に参加し牡丹の魅力子どもたちへ伝えています。

松江八束大根島牡丹

島根県の県花にもなっている牡丹。八束町での牡丹生産の歴史は約300年と古く、1955年頃には新しい栽培技術が導入され生産量が増えました。現在、大根島では年間約250種類、150万本を生産しています。大輪で色鮮やかな花は国内にとどまらず台湾など海外でも人気を集め、島根県が誇る代表的な花となっています。



プチっと
情報!

辰

しろたっぷり!



功」する年とも言われているそう！
続く中、龍が空を昇るように力強く困難を乗り越え、目標に向かって突き
(辰) ぷりにお話しいただきます！

雲南市大東町 雲南地区本部

藤原 潤さん(37)

主に綿花を栽培しています。周年出荷ができる栽培体系をとるために、昨年からは綿花の他にカリフラワーなど3品目の野菜栽培を始めました。全ての品目が栽培期間中、農薬・化学肥料不使用です。今後は有機JAS認証取得を目指します。



隠岐の島町 隠岐地区本部

村上 淳一さん(42)

現在、島の香り隠岐藻塩米を生産しています。今年の目標は、味や品質面では決して他に引けを取らない島の香り隠岐藻塩米を皆さんに知っていただき全国区のブランドにすること。さらには海外の方にも食べていただいで、輸出にもつながっていきたいです。



斐川町 斐川地区本部

農事組合法人かわひがし
(井上富雄組合長)

米や麦、大豆の土地利用型作物を中心に、キャベツやサツマイモ、枝豆、たまねぎ苗など5品目の園芸作物にも力を入れています。所得の向上と水田園芸の振興につなげるため、今年産の収穫を目指し、たまねぎの生産にも挑戦を始めました。



大田市山口町 石見銀山地区本部

大國 裕紀さん(32)

祖父母の後継者として就農して7年。耕畜連携による稲わら利用促進に取り組みながら、繁殖和牛を25頭飼育しています。現在、家畜人工受精師資格の有効活用を目指して勉強中です。牧草地を拡充、増頭して、肥育にも挑戦したいです。



益田市遠田町 西いわみ地区本部

可部 泰成さん(24)

2020年に島根県立農林大学校を卒業後、益田市内の施設農家での研修期間を経て、昨年春から同市内の遊休ハウス4棟を借り受け、メロンとトマトの生産を始めました。学ぶことが多く不安はありますが、部会の先輩に教わりながら技術を身につけ安定経営を目指したいです。



2024年

も

農業の伸び

新年あけましておめでとうございます。

2024年は辰年🐉古くから縁起が良いとされている辰(龍)にちなんで「上昇」や「成
そんな2024年第1号の特集では、生産資材価格の高止まりなど厳しい状況が
進む農業者の皆さんをご紹介します😊将来の目標や頑張っていることなど伸びしろたっ

松江市八幡町
くにびき地区本部

渡部 卓也さん(46)

2022年1月に独立し、イチゴ農園を経営しています。よりおいしいイチゴを目指して、本来の甘味、酸味、香りが出せるよう、愛情たっぷりに育てています。「あそこに行けばおいしいイチゴがある」と思っていただけのようなイチゴを、末永く作っていきたいです。



安来市伯太町
やすぎ地区本部

長野 倫樹さん(28)

寺田農園で高品質な牛乳を生産し、地域の方々や学校給食の安心安全な健康と食文化を支えるため、日々頑張っています。厳しい酪農情勢ですが、次の世代に繋げていけるよう、さまざまな取り組みを通して、持続可能な酪農家を目指します。



西ノ島町
隠岐どうぜん地区本部

道前遼太郎さん(27)

東京農大卒業後、アメリカへの留学、鹿児島での農家研修を経て2023年7月に西ノ島町に帰郷しました。現在は家族で繁殖牛を約110頭飼育しています。学んできたことや同町の放牧を最大限活用しながら、500頭規模に拡大する夢を持って、頑張ります。



出雲市大社町
出雲地区本部

谷口 太一さん(39)

ぶどう農家として新規就農を目指し、現在は研修を受けています。自分が栽培した作物で食べた人を感動させたいという想いから、勤めていた会社を辞めて就農を決意しました。今年は就農に向けて研修最後の一年。自信を確信に変える年にしたいです。



美郷町
島根おおち地区本部

木村 陸さん(20)

島根県立農林大学校を卒業後、地元に戻り昨年の春から就農しています。これから失敗もしながら経験を積んで、経営の安定を図りたいです。そのため、今栽培しているミニトマトの収量アップを目指して、日々全力投球で頑張ります。



浜田市吉地町
いわみ中央地区本部

吉岡 健児さん(31)

岡山県で2年間、椎茸農家のもとでの修業を経てUターンしたのち、2023年に就農しました。僕には「伸びしろ」しかありません。生産者は減少していますが、産地復活に向けて微力ながら頑張っていきたいです。バモス！



topics
1

島根県協同組合連絡協議会学習交流会を開催



島根県内の協同組合5団体で構成する島根県協同組合連絡協議会は12月11日、松江市の島根県林業会館で令和5年度島根県協同組合連絡協議会学習交流会を開きました。構成団体の役職員ら41人が参加。県内外の事例などから、人口減少が続く地域の課題に対して協同組合間の連携で何ができるか探りました。

当日は、地域連携について研究する島根県立大学地域政策学部准教授の田中輝美さんが『共存同栄』の未来に向けて」をテーマに講演。田中さんは浜田市金城町美又地区で「農協さん」の愛称で親しまれていた同JAいわみ中央地区本部の建物を活用し、地域の拠点づくりに取り組んでいます。講演では、外の仲間（関係人口）とのつながりが、人口減少時代における魅力的な地域・組織づくりになると話しました。

また、日本協同組合連携機構（JCA）の青木寛さんが全国の協同組合連携の取り組みの他、同機構の調査により島根県は協同組合の加入率全国1位であったことを報告しました。



興味深く講演を聞く参加者ら

調査によると...	島根県は、もっとも協同組合が利用されている県	➔	このことから「島根県は、もっとも協同組合が地域とつながっている県」と評価されました
	島根県は、もっとも色んな協同組合が利用されている県		
	島根県は、もっとも協同組合が知られている県		
	島根県は、もっとも協同組合が役に立っている県		
	島根県は、もっとも協同組合の職員が親切な県		

topics
2

中国・四国地区JA青年大会に盟友2名が出場！



11月16日に広島市で「中国・四国地区JA青年大会」が開催され、県代表として「JA青年の主張」にくにびぎ青年連盟の野津喜洋さん、「JA組織活動実績発表」ではやすぎ青年連盟の佐藤明次さんが出場しました。

野津さんが発表した「委員長はつらいよ。でもやってよかった〜！」がJA青年の主張で優秀賞を受賞しました。

野津さんは、自身が9年間にくにびぎ青年連盟の委員長を務めた中で得たことを発表。人前に立つことが苦手だったが克服できたことや、大切な仲間ができたこと、経験値の向上と交友関係の広がりにつながったことを挙げ、他の人のために努めることは自身を成長させると呼びかけました。

佐藤さんは「食農でつながる持続可能な未来」をテーマにやすぎ青年連盟で取り組んでいる、「JA新入職員農業実習と女性部との連携による地元保育園児とのサツマイモ栽培体験」について発表。「なんかやろーやー」を女性部との合言葉に、より良い農業の実現や地域の発展を目指していることを伝えました。



自分の想いや青年部活動などについて発表した野津さん（写真左）と佐藤さん（写真右）

翌日の17日には3つのコースに分かれ、JA西日本営農技術センター、JA全農ひろしま和牛TMRセンター、生産者圃場などを視察しました。

topics
3

令和5年度産あすっこ出荷協議会を開催



JAしまねは11月14日、出雲市斐川町の同JA営農経済本店で令和5年度産あすっこ出荷協議会を開きました。山陰を中心とした6市場の関係者やJAアグリ島根、JA担当者らが出席し、本年度産の状況や市場情勢、出荷規格、出荷方法、販売対策などについて協議しました。

「あすっこ」はブロッコリーとビタミン菜を交配させて誕生した島根県オリジナル野菜。葉や茎など全て食べることができ、苦みやクセがないため子どもにも人気があります。

市場からは「年々認知度が高まっており、スーパーや学校給食、保育園などからの需要も多いが、出荷量が少なくお客様のニーズに応えられない。産地の作付けを増やしてほしい」と要望が集中しました。

同JA本店園芸販売課の西尾一俊課長は「もっと認知度が高まるよう試食宣伝など努力を続ける。併せて、ニーズに応えるため作付け増に力を入れていきたい」と意気込みました。



【あすっこ豆知識】

「あすっこ」は平成15年に誕生し、平成19年度産から本格的に販売を始めました。県オリジナル野菜として戦略的に取り組むため「あすっこ」の名称は商標登録され、他県への流出・使用を防止するという知的財産保護の措置を講じています。本年度産は11月中旬から出荷が始まっています。県内各地のスーパーなどで販売していますので、ぜひ手にとって食べてみてくださいね😊❤️

[あすっこレシピ動画はこちら](#) ▶

あなたもチャレンジ！

家庭菜園

春まきキャベツ

品種

とう立ちしにくい晩抽性と収穫期の高温を避けられる早生性を兼ね備えた品種を選びましょう。

柔らかくジューシーな春系の「春波」（タキイ種苗）、「中早生二号」（サカタのタネ）などがおすすめです。

苗作り

発芽温度は、おおむね5～35度で、適温は20～25度です。その後の温度は、日中15～20度、夜間5～10度を確保します。そのため、トンネル内に温床マットなどで温床を作り、最低10度を目安に加温しますが、日中は25度以上に上がらないように換気をします（図1）。7.5～9cmポリポットに3、4粒まきし、本葉2枚で1本とし、本葉5、6枚の大苗に仕上げます（図2）。

畑の準備

畑1平方m当たり苦土石灰100g程度をまいて、よく土を耕します。畝幅70～80cm、深さ20cmの溝を掘り、この溝1m当たり堆肥1kgと化成肥料（NPK各成分10%）100gを施し、土とよく混ぜて畝を立てます（図3）。

育苗管理が肝心

キャベツなどのアブラナ科野菜は夏まき栽培が一般的です。しかし、低温期に種まきをする春まき栽培では、早期に花茎が伸びて収穫できないことが起きます。適切な品種を選び、苗作りでの温度管理を上手にすれば、初夏に収穫する作型を成功させることができます。

植え付け

時期はソメイヨシノが開花する頃（気温10度以上）に、株間40cmに植え付けます（図4）。

追肥

結球期まで肥効が残らないように、定植後2週間程度で株の周りに化成肥料を1株当たり10gくらいまいて、株元に土寄せします。

病虫害の防除

気温が上がるとアオムシ、コナガの発生が多くなるので、BT剤などで防除します。

収穫

球が固く締まる前に早めに収穫します（図5）。

図1 加温育苗

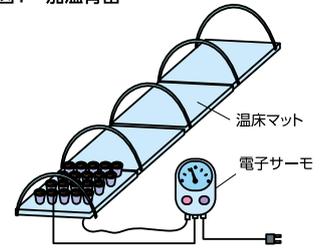


図2 苗作り

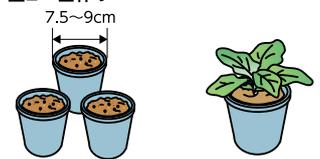


図3 畑の準備

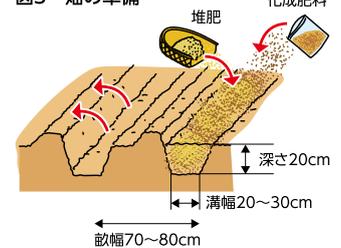


図4 植え付け

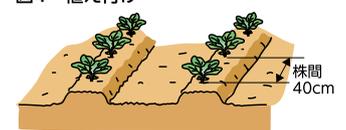


図5 収穫



栽培カレンダー（春まきキャベツ）

	1	2	3	4	5	6	7
冷涼地		●	▲	▲	▲	▲	■
中間地		●	▲	▲	▲	▲	■
暖地	●	▲	▲	▲	▲	▲	■

●種まき ●---●苗作り ▲植え付け ▲---▲生育 ■収穫

理事会情報（11月29日開催）

【協議事項】

- 令和6年産島根米生産に係る考え方について（品種別作付計画）
- 生産資材事業におけるHCCとの連携について
- 自動車燃料事業の会社化について
- 雲南地区本部の経営改革について
- 令和5年度末決算見込（第1次）について
- 中間期ディスクロージャー誌2023について
- 組合と理事との取引（契約）の承認について（都度承認分）
- 今後の役員体制について
- 総代定数のあり方にかかる 総代・組合員への説明について
- 役員視察研修の考え方について
- 確定給付企業年金規約の一部改正について
- 勤務管理システムの更新について
- 役員退職慰労金の支給について
- 新人事制度導入に向けた今後の進め方について

理事会情報（12月22日開催）

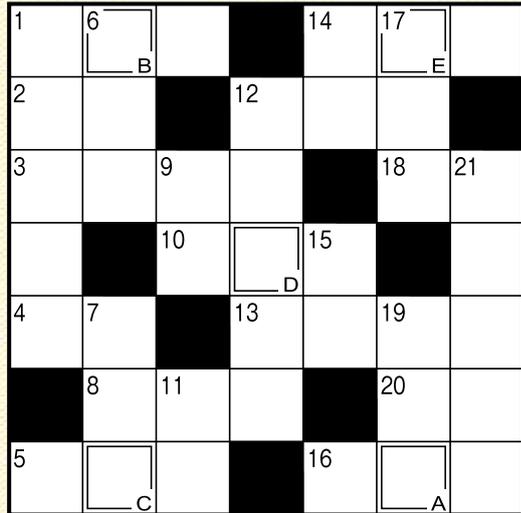
【協議事項】

- 東・中部集約米倉庫建設計画の見直しについて
- 有機多目的倉庫の新設について
- 令和5年産島根米の追加金について
- 広域施設利用玉ねぎの腐敗等による廃棄に対する生産者支援について
- 子会社等への役員の推薦及び派遣について
- 大口貸出について
- 第10回通常総代会および記念式典の開催について
- 令和6年1月からの専門委員会の委員選任について
- 島根県常例検査書（いわみ中央地区本部）の回答について



二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

出題 ● ニコロ



答え

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

タテのカギ

- ①フキの花茎のこと
- ⑥銀世界を眺めて楽しめます
- ⑦ガイド——を片手に観光地を巡った
- ⑨安倍川にして食べようかな、磯辺巻きもいいな
- ⑪日没のことを日の——ともいいます
- ⑫雪だるまを英語（片仮名語）でいうと
- ⑭佐渡島にはこの鳥の保護施設があります
- ⑮漢字には音読みと——読みがあります
- ⑰平方根を表す記号
- ⑲魚偏に「弱」と書きます
- ⑳中国や台湾の旧暦の正月

ヨコのカギ

- ①最低気温が0度より低い日
- ②現代人は電子——に囲まれて暮らしています
- ③水筒に入れます
- ④ヒヒーン!といもなく動物
- ⑤スマホに入れたり消したりします
- ⑧ベッドが2つある部屋
- ⑩頬のこと。——ダンス
- ⑫スラロームやモーグルなどの種目があります
- ⑬人がいっぱいに入っている状態
- ⑭西アジアの国の1つ。首都はアンカラ
- ⑯空気が乾燥しているので——器をつけた
- ⑰節分の豆を——の数だけ食べた
- ⑱実がなるまでの期間が短めの品種のこと

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。

● 賞品

正解者の中から抽選で40名（J A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

〒699-1395 雲南市木次町里方1088-6
J Aしまね 雲南地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2024年2月2日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「ハツヒノデ」



「家の光」2月号 定価629円
ご購入はお近くのJAへお問合せください。

佳作

賀状書く年に一度のラブレター
人生は片道列車秋風裡
日のあたる小庭眺めて蜜柑むく
簸川野を二重に巻きてしぐれ虹
白鳥の声に振り向く男かな

出雲市 北村 功様
出雲市 金山 陽様
邑南町 三宅伊知枝様
出雲市 小豆澤典子様
松江市 岩成 薫様

君ならば出来る大根引くことも

津和野町 田中とよし様

偕老の婦唱夫随や年の暮

出雲市 藤江 堯様

ココロと何やら楽し木の実かな

出雲市 中尾真紀子様

優秀賞

焼餅を一口母の口元へ

益田市 竹田 数子様

最優秀賞

（評）江戸時代石見の代官であった井戸平左衛門は、諸で飢餓より領民を救ったことがある。お母さんが病氣であるので、一口母の口元に焼餅をもった良い話であり、親孝行をなさっている。

選句者「白魚火」編集長・副主宰
安食彰彦先生

J Aしまねびより、皆様からの俳句・川柳を募集しています。締切は毎月14日必着です。（最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句）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、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、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。



家計の負担を抑えたい方必見! JA共済

JAの自動車共済にすると

島根県で約150,000台=約4台に1台が

選ばれてます!! JAの自動車共済です!!

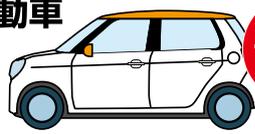
えっ!こんなに安くなるの!?

JAの自動車共済ならこの保障内容で
“えっこんなに安くなるの”と驚きのご提案ができるかも!?

※車種等によっては共済掛金が安くない場合もございます。

共済掛金例 **軽自動車**

日産 **デイズ**
自家用軽乗用車
型式: B43W



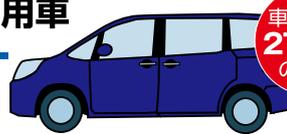
車両保障 **130万円**の場合

車両保障なし
月払 **1,790円** 一時払 20,070円

車両保障あり
全損害担保 月払 **3,490円** 一時払 39,100円

共済掛金例 **普通乗用車**

トヨタ **ヴォクシー**
自家用普通乗用車
型式: ZRR85W



車両保障 **270万円**の場合

車両保障なし
月払 **1,300円** 一時払 14,370円

車両保障あり
全損害担保 月払 **3,070円** 一時払 34,200円

(保障内容・ご契約例) 個人契約/共済期間: 12か月/等級: 20等級(事故有係数適用期間0年)/運転者年齢条件: 35歳以上限定保障/記名被共済者年齢階別掛金区分: 40~49歳/車両保障: 有(車両共済金額別掲)、免責金額5万円/対人賠償: 無制限/対物賠償: 無制限(対物超過修理費用保障付)、免責金額0円/人身傷害保障: 3,000万円(被共済者限定特約: 有)/傷害定額給付保障: 1,000万円(標準型: 被共済者限定特約: 有)/弁護士費用保障特約: 有/長期優良契約割引: 有(適用1年目)/ゴールド免許用掛金/自動継続割引: 有/自賠責共済セット割引: 有/新車割引: 有(初年度登録: 令和3年4月)/※各種割引の適用には一定の条件があります。※令和5年1月現在の共済掛金です。

お見積り依頼、お問合せはこちらから
お見積りは簡単! しかもJAなので任せて安心です!



お近くの支店・共済担当職員まで
お気軽にお問い合わせください!

※この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書(契約概要)」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には「重要事項説明書(注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。 23320320171



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・出雲浜山通店・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・島根大田店・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。

JAしまね

お問合せ / 本店経済課

TEL : 0853-25-8912

初春のお慶びも

申しあげます

年頭のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。皆様におかれましては、健やかに新しい年をお迎えの事と心からお慶び申し上げます。

また、旧年中に賜りましたご支援、ご協力に對しまして、厚く御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、長期化するロシアによるウクライナ侵攻や中東における紛争が勃発し、人命の尊さを考えると早期の停戦・平和を願わずにはいられません。また引き続き世界経済への影響は大きく、物価の高騰による生産費の上昇が続く、農家経営に大きなダメージを与え続けています。JAとしては飼料・肥料高騰支援対策事業の継続と国の肥料高騰対策の申請手続きを支援して参りました。

そして雲南地区本部の新たな役員体制から1年半が経過しました。人と人とのつながりを大事にして協同組合運動を実践し、農業振興に取り組んで参りましたが、支店機能見直しにおける金融店舗機能を持たないふれあい店化については、とりわけ該当地区への丁寧な説明、合意形成が不十分であったことから取り止めとしたところです。

辰

しかしながら、農業および地域経済、そして事業運営環境が厳しさを増すなか、将来にわたり持続可能な経営基盤を確立し、既存の事業および施設などを安定的に運営するために、新たに雲南地区本部経営改革プランを策定し実践することといたしました。

この内容は「収支改善」と「機能の再構築」を柱とした営農経済事業改革と信用共済事業改革に取り組む抜本的な改革プランであります。今後はプロセスを大事にして組合員の皆様により丁寧な説明に心がけ、経営改革および事業運営に取り組む所存でございます。

令和5年産米に関しては、概算金単価について、需給情勢や農家所得を確保するとの考えから前年を上回る単価に設定しました。4年産米より販売を本店に集約したメリットを発揮し、今後もしっかりと販売すること最終精算を行いたいと考えます。

子牛価格も低迷している状況であり、野菜価格もふくめ農畜産物の価格形成については、生産現場でのコスト高の反映が難しい中、農業者は苦しい立場に置かれ、まだまだ

我慢の時であると思います。

その中で今、国会では食料・農業・農村基本法の改正に向けて、食料安全保障面や再生産可能な適正価格形成を促す視点等を位置付けていますので、農業者への実効性のある施策等に期待をしております。

JAとして農業者の皆様の不安を一つでも多く取り除き、農業への意欲を繋ぎ止める取り組みを今後も継続して進めます。そして国民、消費者の皆さんに農家の危機、農業の危機を伝え、農業・国産農畜産物への期待感と重要性を高めていきたいと考えます。

事業を通じて組合員にメリットを出すのがJAの使命であります。組合員そして利用者にとって、必要とされる事業や機能を改革改善をもって維持できるように取り組んで参りますので、皆様の一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

本年が組合員の皆様、地域の皆様にとって良き年となりますようご祈念申し上げます。新たな年のあいさつとさせていただきます。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

JAしまね雲南地区本部
常務理事本部長

源之美



雲南地区本部 経営改革プランの策定 および 実施について(前編)

雲南地区本部では、農業および地域経済、そして事業運営環境が厳しさを増すなか、将来にわたり持続可能な経営基盤を確立し、既存の事業および施設などを安定的に運営するため、雲南地区本部経営改革プランを策定し実施することといたしました。

このプラン策定にあたっては同地区本部の厳しい収支見通しを踏まえた中で、総代の皆様をはじめ多くの組合員の意見を頂戴しまとめたものです。基本は改革により既存の事業および施設の存続を図る取り組みであります。

今月号では、ここに至る背景(経営環境および収支試算)と、経営改革の実施事項について説明します。

◆ 背景

- 管内の人口は、年間約1,000人ずつ減少
(管内人口 H27.4/57,532人 → R5.4/49,622人 8年間で▲7,910人)

- 雲南地区本部の事業量(利用高)は大きく減少
H28年度 事業総利益/3,836百万円 → R4年度/3,019百万円(▲817百万円)

要因

低金利下での信用収益の大幅減少、共済契約保有高の減少により共済収益の減、生産資材等購買品の供給高の減少、福祉事業からの撤退

- 事業利益の将来見通し(令和5年1月試算)

年度	R元年度実績	R4年度実績	R6年度試算	R7年度試算
事業利益	29百万円	32百万円	▲93百万円	▲116百万円

何もしなければ、なりゆきで事業利益がマイナスに転じる

* 事業利益 …… 一般企業でいう「もうけ」の部分であり、主たる事業で安定的に運営をするには、この部分の黒字化が基本となる

- 事業利益減少の要因・課題は何か
 - ① 信用・共済事業の収益の減少が今後も続く
 - ② 信用事業のシステム更新に多額の費用が発生する
 - ③ 営農経済部門の事業でも収益の減少は続く見通し
 - ④ 営農経済事業部門において、赤字である事業もあり、事業利益を押し下げる

◆ 経営改革(課題解決)の実施事項

- ① 農業振興に傾注できる持続可能な経営基盤の確立
- ② 営農経済部門の収支均衡に向けた収支改善
- ③ 中山間地域における持続可能な金融(支店)機能の再構築

次号では、具体的な経営改革内容である7つの項目について、説明します。





えいのう情報

2024年
1月号



JAしまね雲南地区本部営農だより



水稻編

営農計画の策定について(昨年の振り返りとその対策)

令和6年の営農計画の策定に向けて、圃場の条件や生育状況など昨年の結果を振り返り、圃場選定、品種選定、投入資材、薬剤の選定を行いましょ。また春作業に使用する機械器具について、早め点検を心がけ余裕を持った農作業の計画を立てましょ。

白未熟粒の発生と対策

昨年は、高温障害の影響により、広い範囲で未熟粒の発生や胴割れ粒の発生が多く見受けられました。対策として、ケイ酸質資材や、鉄分、苦土を多く含んだ土壌改良剤等の積極的な投入を心がけましょ。また品種によっては、遅植えをすることにより出穂の時期を高温期からずらすなどの作付け計画も検討ましょ。(詳しくは令和6年産稲作暦18～19ページをご覧ください。)

水田雑草の防除について

水田の保水力、水温、用水の水量など、圃場環境によって除草剤の効果は大きく異なります。昨年発生した水田雑草の種子は越年発生ましょので前年の発生状況を考慮し除草剤の体系を組み立てるようにましょ。特に保水力が低い水田については、初期剤・中期剤・後期剤などの体系除草も必要です。また、稲わら分解促進剤などを利用することにより雑草の発生を抑えることもできます。(詳しくは令和6年産稲作暦42～45ページをご覧ください。)

【上位等級比率】

12月27日現在

種類	仁多	横田	大東	加茂	木次	三刀屋
コシヒカリ	95.1%	98.7%	23.1%	25.9%	26.4%	32.0%
きぬむすめ	100.0%	100.0%	75.6%	67.4%	66.6%	78.0%
つや姫			87.6%	90.9%	97.6%	71.1%
うるち米計	95.1%	98.7%	56.4%	58.7%	52.8%	57.5%
酒米	82.1%	86.5%	44.0%			18.4%
もち米	82.8%	89.5%	59.3%	0.0%	0.0%	40.0%
産米全体	92.9%	97.7%	54.2%	58.6%	52.7%	54.8%

種類	吉田	掛合	嶺原	赤来	合計
コシヒカリ	72.5%	67.2%	97.3%	99.5%	85.2%
きぬむすめ	74.6%	99.8%	0.0%	100.0%	73.3%
つや姫	96.1%	79.9%	100.0%	100.0%	88.7%
うるち米計	78.0%	72.5%	97.0%	99.5%	82.8%
酒米	39.7%	75.5%	100.0%	93.5%	69.1%
もち米	71.9%	48.4%	86.4%	87.3%	85.3%
産米全体	76.8%	72.3%	95.5%	95.9%	81.9%

【集荷数量】

単位:30kg/袋

種類	仁多	横田	大東	加茂	木次	三刀屋
コシヒカリ	31,150	43,054	9,980	5,001	2,214	3,441
きぬむすめ	15	41	13,421	9,094	2,449	3,574
つや姫			1,962	4,227	468	1,019
うるち米計	31,214	43,148	25,954	19,310	5,253	8,061
酒米	3,236	1,272	5,778			591
もち米	3,375	3,618	344	35	19	10
合計	37,825	48,038	32,076	19,345	5,272	8,662

種類	吉田	掛合	嶺原	赤来	合計
コシヒカリ	2,459	3,364	13,861	17,808	132,332
きぬむすめ	469	666	0	257	30,028
つや姫	990	621	332	72	9,691
うるち米計	4,075	4,932	14,250	18,137	174,334
酒米	121	1,101	514	3,736	16,349
もち米	153	182	2,582	6,660	16,978
合計	4,349	6,215	17,346	28,533	207,661

畦畔と防護柵のメンテナンス

イノシシ対策について メンテナンスを行いましょ。

近年イノシシの生息地域が拡大し、農作物への被害が拡大ましょしています。対策として防護柵の設置場所の点検を行い、積雪によりワイヤーメッシュが倒れてる箇所などは早めのメンテナンス作業を行いましょ。また電気柵についても早めに通電確認を行い設置に備えましょ。

(詳しくは令和6年産稲作暦10～11ページをご覧ください。)



1月のあなたの運勢【牡牛座 4/20～5/20】

【全体運】活気があります。華やかなことにツキがあるので遊びに行く計画を立てて。作業はスピードより正確さ重視で

【健康運】脳トレがお勧め。パズルや手の運動で脳を刺激して【幸運の食べ物】エリンギ



1月のあなたの運勢【牡羊座 3/21～4/19】

【全体運】ピンチが接近中です。警戒を怠らないで。いつもより慎重に行動することで危険を減らせます。下旬からは上昇運

【健康運】体を冷やさないように。特に腰はしっかりケアを【幸運の食べ物】シュンギク

野菜作りの基本「土づくり」

美味しい野菜をつくるには、畑の土づくりから始まります。どんな良い種や苗を買っても、土壌がしっかりしていないと品質のよい野菜は作れません。そこで、「土づくり」について掲載いたします。これから野菜づくりを始められる方、既に野菜を栽培されている方も参考にいただければと思います。

① 土の性質（土質）と確認方法

ア.確認方法

一握り分の土に、少量の水を加えて、手の中で団子を作ってみましょう。そのときの土の状態でおおよその土の性質がわかります。

イ.土の性質について

種類	状態	特徴
砂質土	握っても団子状にならない	保水力に乏しく、乾燥の害を受けやすい 保肥力も小さく、肥料が流出しやすい
粘質土	団子状になる	保水力があり、水不足になりにくく保肥力が大きい 通気性が悪く、根に酸素が供給されにくい
火山灰土	団子状にはなるが、崩れやすい	土がやわらかく、野菜全般の栽培に向いている 土壌にリン酸分がとどまりやすいため、作物がリン酸分を吸収しにくく、リン不足になることがある

② 野菜が好む土壌環境5つの条件

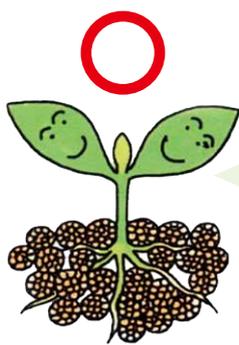
- ① 水はけと通気性が良いこと
- ② 水もち（保水力がある）が良いこと
- ③ 土の酸度（ph）が適正であること
- ④ 肥料分に富むこと
- ⑤ 病原菌や害虫が少ないこと

自分の畑の土が5つの条件に当てはまるか、確かめてみましょう!!



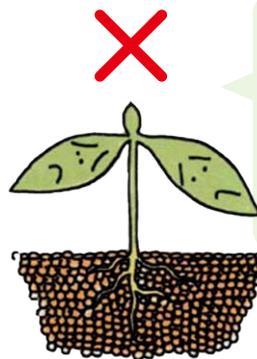
③ 土づくりの必要性

野菜にとって土はとても大きな役割を担っています。野菜が大きく育つためには、土中にしっかりと根が伸び、その根が十分に土中の養水分を吸収できるようになっていることが大切です。そのため、野菜が好む土（団粒構造）づくりをする必要があります。



団粒構造の土とは、**大小の粒が混ざり合った土のこと**をいいます。

粒と粒の間には適度な隙間がたくさんでき、排水、通気も良くなります。また、土の塊に水や養分を蓄えるので、水持ちがよく、肥料持ちも良くなります。



単粒構造の土とは、**粒子が集積し詰まってしまう土のこと**をいいます。土に通気や水が入り込む隙間がなく、作物の根が伸びなくなり、病害虫に弱くなります。

④ 野菜が好む団粒構造の作り方

土の団粒化を進めするには、**有機質資材（牛ふん、腐葉土など）を十分に施すことが必要**です。土壌中の微生物が有機物を分解する事により、土の団粒化がすすみます。

えいのう情報

内容についての
お問い合わせ先 | JALまね雲南地区本部
営農部 営農指導課

TEL.0854-42-9115

ご意見募集中!

取り上げてほしい品目等あれば、クロスワードパズル応募のご意見に記入、または上記までご連絡ください。



1月のあなたの運勢【蟹座 6/22～7/22】
【全体運】吉凶混合ながら華やかな運氣。気持ちを手上に切り替えポジティブ思考でいきましょう。吉運が強まります
【健康運】慌ててけがなどをしないように。浴室は暖めて【幸運の食べ物】ハクサイ



1月のあなたの運勢【双子座 5/21～6/21】
【全体運】一進一退のままならない運氣。急がずいつものペースを保つよう心がけましょう。下旬は作業も予定も挽回可能です
【健康運】寒さ対策を入念に。あつたがインナーは特に◎【幸運の食べ物】サツマイモ

ふれあいニュース

雲南管内の
旬な情報をお届け！



01 地域の利便性向上に コインランドリー開店

雲南地区本部掛合支店併設の遊休施設を活用したコインランドリーが12月8日にオープンしました。店内は大きさや用途の異なる洗濯・乾燥機が計11台の他、住民の憩いの場として創作物の展示スペースも用意。初日から洗濯物を抱えた利用者で賑わいました。

掛合町内には、これまでコインランドリーがなく、車で隣町まで行く必要がありました。また、2021年7月の豪雨災害で通行止めや断水が発生した際に洗濯に苦労した経験から住民らよりコインランドリーを設置してほしいとの声が上がっていました。

同地区本部は出雲市などでコインランドリーを展開する株式会社ふわわランドを誘致。この度、実現しました。



▲利用者で賑わうコインランドリー

利用者は「いつも隣町まで行っていて大変だったので、とても助かる」と笑顔を見せました。
同地区本部の源之美本部長は「遊休施設を活用し、住民の方の要望に応えることができ、良かった。この場所が地域の拠りどころとなることで、支店の利用拡大や地域の活性化に期待したい」と話しました。

02

スサマジ試合で奥出雲和牛贈呈 J.Aしまねシート



▲奥出雲和牛を受けとる当選者(右)と佐藤副本部長(左)

J.Aしまねはプロバスケットボールチーム島根スサノオマジックとのパートナー事業として、松江市総合体育館で開催のホームゲームにペア1組2名を招待する「J.Aしまねシート」を設置しています。

12月16日から31日までのホームゲーム4試合では、雲南地区本部の奥出雲和牛をプレゼントしました。16日の信州ブレイブウォリアーズ戦

では同地区本部の佐藤善雄副本部長が当選者に奥出雲和牛を贈呈し「これを機会に奥出雲和牛のファンになってほしい」と話しました。

当選者は「当たってとても嬉しい。食べるのを楽しみにしています」と笑顔で話しました。この企画は4月のホームゲームまで行われます。詳しくはJ.Aしまね公式HP・SNSをご確認ください。

03

奥湯谷の農業支える 記念式典開催

奥出雲町下阿井の農事組合法人おくゆだにが創立10周年を、奥湯谷営農組合が創立35周年を迎えたことから、12月3日に合同で記念式典を開催しました。組合員や

県、町などの関係者約50人が参加し、これまでの歴史を振り返り一層の団結と飛躍を誓いました。

同営農組合を母体に設立された同法人は、集落全体で

約27ヘクタールの水田を管理するなど農業生産の共同化を図ることで生産性の向上や集落の維持、耕作放棄地の防止で地域の農業を支えています。

同法人金倉弘美代表は「資材の高騰や後継者不足など厳しい情勢の中、地域の皆様と協力し、地域農業を守っていききたい」と話しました。



▲10周年、35周年を祝い記念撮影する参加者



1月のあなたの運勢【乙女座 8/23~9/22】

【全体運】好調です。本気を見せれば状況を変えられます。諦めずにチャレンジを。新年会やパーティーへの出席が吉
【健康運】体を動かすほど調子が上がります。スポーツが吉【幸運の食べ物】レンコン



1月のあなたの運勢【獅子座 7/23~8/22】

【全体運】もう少しで状況が変わります。面倒なことも手を抜かずに進めることが大切です。人との交流が開運のきっかけに
【健康運】胃腸をいたわって。消化の良い食事で元気に【幸運の食べ物】カリフラワー

FUREAI NEWS
04

ブランド米振興大会 生産者ら集い機運高める

雲南市水田農業担い手協
議会は12月25日、木次町の
チエリヴァホールで「令和5
年度雲南市ブランド米振興
大会」を開きました。

大会には生産者や関係者ら
約50人が出席。栽培8年目を
迎えた市認定のブランド米
「プレミアムつや姫たたら焰
米」の取り組み成果を確認し、

大会を通してさらなるブラン
ド力の向上と生産拡大や11月
に雲南市で開催予定の「全国
ブランド米産地生産者交流大
会」に向け機運を高めました。

昨年の夏は異常高温で難し
い気象条件の中、17名(個人・
法人含む)がブランド米認定
表彰を受賞。参加者で祝福し
ました。



▲受賞者のみなさんで記念撮影

FUREAI NEWS
06

感謝を込めて ご来店感謝デー開催

雲南地区本部の各支店は
12月13日から15日にかけて
「ご来店感謝デー」を開き、
日頃のご愛顧に感謝を込め
て様々な催しを行いました。

仁多支店では店内をクリ
スマスツリーや女性部の作
品で華やかに飾り付けまし
た。来店者には先着でたま
ごとパンをプレゼント。JA
アプリ、相続などが相談で
きる特設ブースの設置や奥
出雲和牛の特別販売を実施
しました。当日は多くの人が
足を運び、準備した奥出雲

和牛が完売するなど大好評
でした。

赤来支店では店内に女性
部や地元の保育所園児の作
品展示を見ながらくつろげ
るスペースを準備。たまごと
カイロのプレゼントの他、産
直市「ぼたんの郷」による野
菜販売や農事組合法人かわ
しりによる焼き芋販売でお
もてなしをしました。当日は
寒く、焼き芋を片手に作品
を見ながらくつろぐ来店者
が多くみられ、店内は賑わい
ました。

FUREAI NEWS
05

あぐりキッズスクール 餅つき体験



▲餅をつくスクール生

雲南地区本部は12月16日、
今期4回目の「あぐりキッズ
スクール」を開きました。

今回は、女性部員の協力の
もと、餅つきに挑戦。杵と臼で
餅をつき、つきたての餅を味
わいました。スクール生は「よ
いしょー」の掛け声とともに
にぎやかに餅をついていきま
した。最初は杵が重たく、思う
ように餅をつけない場面があ
りましたが、徐々に慣れてい
き、ついた餅はその場で丸め、
計200個が完成しました。

スクール生は砂糖醤油やき
な粉など好みの味にして食べ
ると「普段食べる餅よりおいし
かった」と笑顔で話しました。

今年度の講座は今回で終
了。企画した横山丈訓ふれあ
い課長は「地元には良いもの
がたくさんある。見たこと、学
んだことを今後の生活に活か
してほしい」と話しました。

公式Instagramでも写真
掲載しております。ぜひご覧くだ
さい。



▲笑顔で出迎える職員(仁多支店)



▲憩いの場となる店内(赤来支店)



1月のあなたの運勢【蠍座 10/24~11/22】
【全体運】コミュニケーション運が活発化。あなたが間に入れば問題は解決へ。情報収集をしっかりと冷静に対応しましょう
【健康運】友人との運動やおしゃべりが健康を保つコツ【幸運の食べ物】ゴボウ



1月のあなたの運勢【天秤座 9/23~10/23】
【全体運】家族や家の中のことを後回しにしないように。身の回りのことを優先させれば危険を回避できます。掃除は丁寧に
【健康運】無理は禁物。適度に休憩し疲れをためないように【幸運の食べ物】京ニンジ

うんなん 女子力

掲 示 板



各支部リレー紹介
No.8 今月は
掛合支部
☎0854-62-0085
担当：福岡

JAしまね雲南女性部の活動を中心に、
「女子力」あふれる楽しい話題を
お届けします。

雲南女性大学院「華凜」

～JAのお金の教室～

と き/12月13日(水) ところ/雲南地区本部

今期2回目は家の光協会稲村さんと雲南地区本部の職員を講師に迎え、お金に関する習慣の見直しや投資信託、共済について学びました。



講師を務めた共済課山崎職員

稲村さんからは冷蔵庫やクローゼット、財布をこまめに整理したり、買い物をしない日を作ったりなど少しの工夫で他のことに回せるお金が増えることを教えていただき、自分のお金の使い方を見直す良い機会になりました。

投資信託、共済については大まかな仕組みやなぜ必要かを学び、今後の資産形成について考えるきっかけになりました。

学生は「このような機会がないと考えるので、聞いて良かった。参考にしたい」と話しました。

掛合支部

～楽しみながら教養も身につきます!～

女性部と支店が一緒になって行う「おもてなしプロジェクト」。今年も花壇に色とりどりのお花を植えました。今回は営農部の職員を講師に招き、土づくりから育て方のポイント



土づくりから教わります

を教わり、みんなで楽しく植えました。

きれいに植えることができました!

また、生活に役立つ知識を深めるため「スマホ教室」や



みんなでスマホのお勉強

JA職員を講師とした「相続についての勉強会」を開催しました。

今後も楽しく、また、部員のためになる活動を行っていきます。

～第38回 JAしまね女性大会 並びに 第24回 島根県家の光大会～

と き/12月4日(月) ところ/ラピタウェディングパレス 鳳凰の間

同大会は県内の女性部員らが一堂に会し、各女性部の取り組みの発表や作品展示などを行っています。雲南女性部からは21名が参加し、他地区女性部と交流を深めました。

作品展示では赤来支部の「デコパージュのバッグ」が展示されました。他地区の女性部員から「どうやって作っているか」「販売しているか」など質問があり、とても好



好評だった「デコパージュのバッグ」

評でした。

「家の光記事活用体験発表」では雲南女性部を代表して高橋美佐子部長が発表。家の光記事が活動の取り組み方を変えるきっかけになったことや防災食やコンポスト導入などに取り組み、その活動が地域や行政に広がった経過を話しました。



最優秀賞に輝いた高橋部長

審査の結果、高橋部長が見事最優秀賞に輝き、2月に神奈川県で開かれる全国家の光大会に県代表として出場することになりました。



応援も力になりました



1月のあなたの運勢 [山羊座 12/22～1/19]

【全体運】勢いがあります。計画を実行に移しましょう。会合では発言を。あなたの意見が好結果につながります。周りへの協力が吉
【健康運】頭痛は早めにケアを。目の疲れに効くマッサージも◎【幸運の食べ物】芽キャベツ



1月のあなたの運勢 [射手座 11/23～12/21]

【全体運】あれもこれもと欲張ると取捨がつかなくなってしまう。あなたにとって大事なことを優先して。観劇にツキ
【健康運】おいしい食事で元気をチャージ。旬の食材が吉【幸運の食べ物】サトイモ

地区版

第30回 JAしまね雲南女性のつどい 並びに家の光大会開催!!

と き/11月25日(土)

ところ/雲南市加茂文化ホールラメール

4年ぶりの実開催で、234人の部員が集まりました。

今年のテーマは「**「歩」～一歩一歩共に進もう～**」

女性部員たちが共に前進し、地域の発展に取り組む決意をすするとともに、新たな未来に向けて進んで行くという想いから決定しました。

ホールは各支部の
展示品や販売で
賑わいました。



加茂町の
「ビストロオーブ」さん
にも出店いただき、
大盛況でした。

午前の部

午前は雲南吉田支部の立体紙芝居、フレッシュミズ活動発表、ゲストの活動写真弁士澤田四幸さんによる活弁が行われました。澤田さんは飯南町出身の中学3年生。小学4年生の時、地元の歴史や文化を学ぶ授業で活弁に挑戦したことがきっかけで、現在、各地で活弁を披露しておられます。

「桃太郎」と「かぐやひめ」を披露。大きな絵は迫力がありました。素早い場面転換はまさに職人技。



フレッシュミズの松島あゆみ部長が発表。楽しそうに活動する様子が伝わり、メンバーの仲の良さを感じました。



映像に合わせ、軽やかな語り口で解説をする澤田さん。ユーモアたっぷりの活弁に会場からも笑い声が上がりました。



午後の部

午後は「雲南女性部とJAしまね～共に歩んだ30年～」と題し30年間の振り返りと、JA役職員の発表、記念講演が行われました。今年の記念講演は出雲市出身の歌手出雲光一さんによるステージ。素敵な歌声と軽快なトークで会場は大盛り上がりでした。

JAしまね竹下克美常務理事に30年を振り返っていただきました。



役職員による「サライ」の合唱。



出雲さんの歌声を堪能しました。



デュエットの様子。出雲さんと横田支店木色支店長(右)は自衛隊で同じ部隊に配属されていたとのこと。すごすご縁です!



久々のラメールでの開催で、たくさんの方の笑顔を見ることができた大会になりました。今後も雲南女性部がもっと盛り上がるよう部員全員で楽しく活動していきます。



1月のあなたの運勢【魚座 2/19～3/20】

【全体運】良い風が吹いています。お誘いには乗ってみましょう。今まで気付かなかった新しい発見があるはず。会合につき
【健康運】やったことのないストレッチに挑戦を。脳も活性化【幸運の食べ物】イチゴ



1月のあなたの運勢【水瓶座 1/20～2/18】

【全体運】じっくり時間をかけるのが正解です。気持ちがいらいら深呼吸を。落ち着きを保つのが成功の鍵。美術鑑賞につき
【健康運】心の疲れに気を付けて。音楽や美しい景色が癒やりに【幸運の食べ物】ダイコン

申込不要!
だれでもご参加ください!

春まき野菜栽培講習会の開催について

月日	時間	地区	場所	お問い合わせ先
令和6年 1月29日(月)	9:30~11:30	雲南	雲南地区本部 第1会議室	中央営農経済センター ☎42-9055
	13:30~15:30			
1月30日(火)	9:30~11:30	奥出雲	JA仁多支店 会議室	仁多生産センター ☎54-1355
	13:30~15:30		JA横田支店 会議室	奥出雲営農経済センター ☎52-1217
1月31日(水)	9:30~11:30	雲南 飯南	JA掛合支店 会議室	中央営農経済センター ☎42-9055
	13:30~15:30		来島交流センター	飯南営農経済センター ☎76-2967
2月 2日(金)	9:30~11:30	雲南	大東交流センター	中央営農経済センター ☎42-9055

講習会 内容

●春まき野菜栽培管理講習(60分)

[JA営農指導課]

「春まき野菜の栽培管理」と売れ筋農産物の品種特性について紹介します。

●情報提供

[JA営農指導課]

●島根県東部

農林水産振興センター

雲南事務所からのご案内

※生産履歴簿の記載確認を行いますので、生産履歴簿をお持ちください。

(生産履歴簿は、JAが作成した産直用の「栽培履歴票(栽培日誌)」をご使用ください)

※小型シール発行機をお持ちの方はメンテナンス(掃除、登録変更等)を行いますので、お持ちください。(保守契約が無い方は有料となります)※シール発行機業者の直接対応となります。

◎小型シール発行機は、長期使用による消耗や老朽化

および砂埃等により、故障が続出しておりますので、定期的なメンテナンスと発行機業者との保守契約をお勧めいたします。

◎小型シール発行機 **barlabe KE** (右の写真)は販売終了から10年が経過し、メンテナンスおよび設定変更が出来ませんのでご了承ください。

小型シール発行機への追加登録や表示内容の修正が必要な方は、講習会開始時間より少し早めに会場へお越しくださいますようお願いいたします。



小型シール発行機 barlabe KE

●ご不明な点は… 営農部 営農指導課 **TEL.42-9115** または、各営農経済センター等までお問い合わせください。

地区版

科学で、着るを変えていく。 **JAしまね 組合員の皆様へ**

開催期間 **2024 3/31** 日まで 開催店舗 **島根県内のはるやま店舗にて**

春の特別販売会

セレモニー

あらゆるシーンで自分らしさを演出。

セレモニースーツ
税込43,890円~の品
割引クーポン+提携割引に利用で
28,728円~
(税込 31,600円~)

BRAND FORMAL

ブランドフォーマル

YUMI KATSURA
税込64,900円の品
割引クーポン+提携割引に利用で
42,480円
(税込 46,728円)

■クーポン券をお持ちでないお客様は割引しかねますのであらかじめご了承ください。■商品写真は「はるやま」店舗取り扱いの代表的な商品です。■超特価の商品を多数ご用意しておりますが、万一切れの際はご容赦下さい。■割引は2023年9月9日~2023年11月9日の期間の内、4週間毎の期間において販売した店舗通常販売価格です。

はるやま専用 スペシャルクーポン

1点税込3,190円以上の商品

20% OFF **10% OFF**

※本券(20%OFF)は他の割引券(下取り割引、アプリクーポン等)との併用はできません。【有効期限】2024.3.31まで

※一部ブランド、パターンオーダー、制服はクーポン対象外とさせていただきます。※クーポンは1人1枚1回限りとなります。※クーポンご利用の場合は、別途年会費入札と補正料金を承ります。※商品送料、送料、オーダー製品は対象外となります。※限にお買い上げの場合は恐れ入りますが、次回ご利用ください。

お客様相談室 【受付時間】平日10:00~18:00 フリーコール 0120-923-924

お買い上げプレゼント

2万円以上 お買い上げで **カジュアル1点**

5万円以上 お買い上げで **アウター1着**

(特設コーナー 内より1点 **プレゼント!**)

フレッシュアズ 応援フェア

「はるやま」はあなたの新生活を応援します

「卒業おめでとう」ございます。

スリム&キレイなシルエットが人気のレディーススーツ!

スタイルを良く見せる脚長スタイル ストレッチ生地が動きやすい。

脚長ブラックスーツ
税込43,890円~の品
割引クーポン+提携割引に利用で
28,728円~
(税込 31,600円~)

レディースブラックスーツ
(ジャケット+パンツ)
税込23,100円~の品
割引クーポン+提携割引に利用で
15,120円~
(税込 16,632円~)

必須アイテム全てが揃う! **選べる! 応援おまとめセット**

合計税込54,527円のセットが **10% OFF** で **税込 ¥26,910**

通常セット価格29,900円(税込)が

お好きなズボン (1着) 税込20,900円まで	ワイシャツ (1枚) 税込5,489円まで	ネクタイ (1点) 税込5,489円まで	タイピン (1点) 税込3,190円まで
お好きなスーツ (ジャケット+スカート) (1着) 税込20,900円まで	バッグ (1点) 税込8,580円まで	ストッキング (1足) 税込550円まで	パンプス (1足) 税込10,780円まで
ベルト (1本) 税込5,280円まで	ハンカチ (1枚) 税込550円まで	シューズ (1足) 税込13,200円まで	靴下 (1足) 税込429円まで

●割引クーポン券との併用はいたしません。●新社会人の方のみ対象とさせていただきます。●価格の上限金額を超える場合は差額を申し受けます。●別途年会費入札、補正料金を頂戴致します。●下取りセール、他のセットセール、他の割引券、割引特典との併用はいたしません。●写真はイメージです。

ご来店の際にはJAしまねの組合員であることをはじめに必ず店舗スタッフにお伝えください。

年金についてのご相談はJAで!

年金相談会のご案内

無料

●雲南さくら支店
2月20日(火)10:00~15:00

◎お一人おひとりの相談会です。できるだけご予約下さい。
◎お問合せは、各支店窓口までお気軽にどうぞ。

今後の大切な年金について、
JAと考えませんか?



農薬の店頭引取における
販売価格の改定^{*}について

農薬を店頭引取で
ご購入いただいた場合

は、予約価格にて販売いたします。

肥料の店頭引取でのご購入は
令和5年7月より予約価格にて
販売を開始しております。

(なお肥料・農薬以外の商品、
および肥料・農薬の当用配達
時の価格については、従来通り
通常価格が適用されます。)

今後ともご利用いただきます
よう、お願い申し上げます。

^{*}この価格改定は令和6年1月10日より実施
しております。

令和4年産米
最終精算について

令和4年産米の最終精算単価が決まりましたのでお知らせ
いたします。

単位:円(税込)/30kg

集荷区分	種類	区分	等級	単価
一般集荷分	うるち・モチ・酒米	JA米・一般米	1~3等	174円

※契約栽培等、一部該当しない場合がありますのでご承知おき下さい。

収入・支出項目		本精算	単位
精算対象袋数		152,615	袋
収入	販売代金	1,059,425,410	円
	その他	11,573,551	円
	合計 A	1,070,998,961	円
支出	概算金(生産者への支払済米代金)	934,852,171	円
	運賃・保管等に係る経費等	41,639,866	円
	販売・PR・電算に係る経費等	67,951,296	円
	合計 B	1,044,443,333	円
収入-支出 C=A-B		26,555,628	円
精算 D		26,555,190	円
精算金 26,555,190円 / 精算対象袋数152,615袋		174	円/30kg
翌年産共計繰越 C-D		438	円

●●●生産者の皆様へ●●●

令和4年産米の最終精算を行い、
令和5年12月22日に振込いたしました。

令和4年産米は、過年産米の持越在庫の消化が優先される厳しい
環境でありましたが、最大限の販売を行いました。

カンントリーエレベーター出荷分については、令和4年産三次払い
に精算単価を反映してお支払いいたします。

令和4年産米の精算端額438円については令和5年産共同計算
へ繰越いたします。

2月の外勤日 20火 21水 22木

※支店によっては変更する場合があります。
詳しくはお近くのJA窓口までお問い合わせ下さい。

●子牛市場成績表

中央“統伸”の相場展開

地区名	種別	取引頭数	最高価格	最低価格	平均金額	平均体重	キロ単価	前月価格比
雲南地区 本部	雌	48	1,003,200	167,200	430,627	277	1,557	-5,608
	去	59	750,200	353,100	543,363	297	1,831	57,078
中央市場	雄	3	495,000	495,000	495,000	303	1,634	—
	雌	152	1,003,200	72,600	421,857	277	1,524	-29,231
	去	188	906,400	55,000	532,640	303	1,761	44,325

令和5年12月の全国主要子牛市場
平均価格は、雌492,545円
(前月比105%)、去勢598,633円
(前月比103%)、計551,857円
(前月比104%)で、統伸の取引となっ
ています。

市況 畜産



毎日お乗りのお車の保障にご心配やご不安はありませんか？



自動車共済

お見積りキャンペーン実施中

雲南
地区本部
限定企画

JAの自動車
共済の保障内容を
知りたい！

JAの自動車共済の
掛金を知りたい

今入っている
保障（補償）内容
を確認したい！

更新時期はまだ先
だけど、保障や掛金が
気になる！

JAの自動車共済の
サービス内容を
知りたい！



期間中に自動車共済のお見積りをされた方には
粗品(箱ティッシュ5個セット)を進呈します。

※先着50名様とさせていただきます。



※写真はイメージです

お持ちいただくと
ご相談がスムーズです！！

- 現在ご加入の保険証書
- 車検証
- 免許証
- 自賠責共済（保険）証書

※ご検討にあたっては、「重要事項説明書（契約概要）」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書（注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

開催期間：令和6年1月10日（水）～3月29日（金）

実施支店：仁多支店 横田支店 大東支店 加茂支店 雲南さくら支店
雲南吉田支店 掛合支店 頓原支店 赤来支店

（本企画のお問い合わせは最寄りの支店までお問い合わせください。）

JALしまね雲南地区本部

JA共済
NO.23320320169

はじめてのNISA 応援特典



©よりぞう



最大3,000円プレゼント!

【NISA口座開設特典】

期間内にJAしまねではじめて
NISA口座を開設された方に
1,000円プレゼント!

【投資信託購入特典】

左記NISA口座開設に加え、NISA口
座開設が属する月の7か月後までに
合計30,000円以上ご購入いただくと
2,000円プレゼント!

◆本特典にかかる申込は不要です。

特典にかかる留意事項 (はじめてのNISA応援特典)

●特典対象の判定および、お振込み日については下記のとおりとなります。なお、特典判定日においてNISA口座が解約されていた場合、特典対象外とします。●確認できた方を対象にご指定の投信引落口座へお振込みいたします。●特典は一時所得と考えられ、確定申告が必要な場合があります。詳しくは税理士等の専門家にご相談の上ご確認ください。●本特典は申込状況に応じ、前倒して終了させていただくことがあります。●スポット購入は同月(約定日基準)に複数回成約した場合、同月の取引分を合算した金額を対象といたします。

NISA口座開設月	特典判定日	特典振込日	NISA口座開設月	特典判定日	特典振込日
令和6年1月	令和6年8月末	令和6年9月以降	令和6年9月	令和7年4月末	令和7年5月以降
令和6年2月	令和6年9月末	令和6年10月以降	令和6年10月	令和7年5月末	令和7年6月以降
令和6年3月	令和6年10月末	令和6年11月以降	令和6年11月	令和7年6月末	令和7年7月以降
令和6年4月	令和6年11月末	令和6年12月以降	令和6年12月	令和7年7月末	令和7年8月以降
令和6年5月	令和6年12月末	令和7年1月以降	令和7年1月	令和7年8月末	令和7年9月以降
令和6年6月	令和7年1月末	令和7年2月以降	令和7年2月	令和7年9月末	令和7年10月以降
令和6年7月	令和7年2月末	令和7年3月以降	令和7年3月	令和7年10月末	令和7年11月以降
令和6年8月	令和7年3月末	令和7年4月以降			

投資信託に関してご留意いただきたい事項

投資信託に関してご留意いただきたい事項 ●投資信託は預金とは異なり、元本の保証はありません。●投資信託は預金保険の対象ではありません。●JAバンクが取り扱う投資信託は、投資者保護基金の対象ではありません。●JAバンクは投資信託の販売会社であり、投資信託の設定・運用は投資信託会社が行います。●投資信託は国内外の有価証券等で運用されるため、信託財産に組み入れられた株式・債券・REIT等の値動きや為替変動に伴うリスクがあります。このため、投資信託資産の価値が投資元本を下回るリスク等は、投資信託の購入者に帰属します。詳しくは、契約締結前交付書面、投資信託説明書(交付目録見書)をご確認ください。●投資信託運用による利益および損失は、投資信託の購入者に帰属します。●一部の投資信託は、特定日にしか換金できないものがあります。●投資信託の購入から換金・償還までの間に、直接または間接的にご負担いただく代表的な費用等には以下のものがあります。なお、これらの手数料等は、ファンド・購入金額により異なるため、具体的な金額・計算方法を記載することができません。各投資信託の手数料等の詳細は契約締結前交付書面、投資信託説明書(交付目録見書)をご確認ください。○購入時:購入時手数料がかかるファンドがあります。○運用期間中:運用管理手数料(信託報酬・管理報酬等)が日々信託財産から差し引かれます。○換金時:信託財産留保額がかかるファンドがあります。また外貨に両替して購入・換金するファンドには、上記の各種手数料等とは別に為替手数料がかかります。●お申込みにあたっては、契約締結前交付書面、投資信託説明書(交付目録見書)を十分お読みいただき、内容をご確認の上、ご自身でご判断ください。

NISAに関してご留意いただきたい事項 ●NISA口座は同一年において1人1口座だけ開設できます。複数の金融機関で開設はできませんのでご注意ください。ただし、金融機関の変更は可能です。●NISA口座の申込書が複数の金融機関にそれぞれ提出されると、税務署における確認に時間を要し、NISA口座の開設に相当の期間を要する場合があります。NISA口座が開設できない場合があります。●口座開設の手続き・留意事項はJA窓口でお尋ねください。他の金融機関でNISA口座をすでに持っている場合は手続きが異なります。お手続き留意事項はJA窓口でお尋ねください。●NISA口座上の取扱い等については、最終的な判断はお客さまご自身で行っていただきますようお願いいたします。●具体的な取扱い上の取扱い等については、税理士や税務署等にご相談ください。

お問い合わせ先 (投資信託取扱店舗)

く に び き 支 店 (く に び き 統 括 支 店 内) …… ☎ 0852-55-3028	斐川支店(莊原支店内) …… ☎ 0853-72-0049	益田中央支店 …… ☎ 0856-24-1870
安来東支店 …… ☎ 0854-22-2243	大田北支店(石見銀山統括支店内) …… ☎ 0854-82-7333	本店証券管理課 …… ☎ 0852-67-7753
雲南支店(雲南統括支店内) …… ☎ 0854-42-9111	瑞穂支店 …… ☎ 0855-83-1131	※詳細は、お近くの投資信託取扱店舗へお問い合わせください。(隠岐、隠岐どうぜん地区にお住まいの方は、本店へお問い合わせください。)
出雲支店 …… ☎ 0853-21-6032	浜田支店 …… ☎ 0855-22-8825	

島根県農業協同組合 登録金融機関 中国財務局長(登金) 第170号

上記店舗以外は投信取扱店舗ではございません。詳細は、投信取扱店舗より説明させていただきます。

雪害による困ったをサポート します！



屋	根
外	壁
雨	と
水	い
	廻
	り

…で、お困りの方

ご相談・お見積りは無料です！



お住まいの修繕・補修はおまかせ下さい！

雪ずりによる瓦のずれ、屋根の傷みを点検します！



屋内補修もお気軽にご相談ください！



雨漏り放っておくと
家の躯体が傷みます

✓ 天井にシミがある

✓ 雨上がりの後、部屋がカビ臭い

✓ 窓サッシから雨漏りがする

✓ 強い雨のときポタポタ音が聞こえる

このような症状がある時は**早期に解決**が必要です。

放っておくと家の柱や梁が腐り家が傷んでしまいます。
そうなる前に雨漏り診断をしてまずは原因をみつけて修理を行いましょう。

有限
会社

サンコーフ雲南

サンコーフ雲南はJAしまねの子会社です。



0120-420-078

雲南市三刀屋町三刀屋 1129-5(旧JA三刀屋支店)

生活課TEL 0854-45-3336 FAX 0854-45-0081

2024年は
4年に一度の

「うるう年」

限定
企画!

一年全4回で
満願できます!

弘法大師御誕生1250年

逆打ち

四国八十八ヶ所巡礼の旅

人生は心の修行 四国お遍路さん大募集

はじめての方でも安心! お遍路説明会も実施いたします! (参加費無料)

- 松江会場: JALしまねくにびき地区本部 ● 出張会場: ラピタ本店 3F
San・san館 松江市西川津町1635-1 出雲市今市町87
 - 開催日: 令和6年3月13日(水) 開催日: 令和6年3月13日(水)
 - 時間: 午前10時30分～ 時間: 午後2時30分～
- ※参加費は無料ですので、どなたでもお気軽にご参加下さい。※説明会は約60分です。(事前予約が必要です)
● 説明会参加対象者 / 当旅行にご参加の方・当旅行及び四国八十八ヶ所巡礼にご興味のある方
※会場については、参加の皆様に改めてご連絡いたします。

- ### パルルートのご案内
- ① ラピタ本店西口
 - ② JALしまね雲南地区本部
 - ③ JALしまねくにびき地区本部

四国遍路とは
総行程1,400kmの旅、四国八十八ヶ所巡り。その歴史は今から約1,200年前、弘法大師が人々の災難を除くために開いた霊場が四国霊場です。後に高弟が遍歴したのが霊場巡りの始まりと伝えられています。人間には煩惱が88あり、霊場を八十八ヶ所巡ることによって煩惱が消え、願いがかなうと言われています。阿波・讃岐をめぐり、土佐で心落ち着け、伊予で信に入って、讃岐で諸願成就し、そして最後に、高野山奥之院参拝で大願成就すると言われています。「自分探しの旅」として老若男女問わず多くの方が参加されています。

第1回 讃岐と伊予の国めぐり 2泊3日

- 旅行実施日**
- 1班 令和6年4月15日(月)～17日(水)
(第2回～第4回すべて1班のご案内となります。)
- 2班 令和6年4月16日(火)～18日(木)
(第2回～第4回すべて2班のご案内となります。)
- 旅行代金** 89,800円(お一人様・定員利用・各地起点・税込)
- 募集人員** 各25名様(最少催行人員各20名様)
- 申込金** 各20,000円 **申込締切日** 3月25日(月)
(旅行代金に充当) (定員になり次第締め切ります)
- 行程** 88番札所から80番札所を選択します。

日程	JR・私鉄	航空機	貸切バス	入場観光	下車観光(施設等へは入場しません)	車窓観光	食事	
1	島根県中東部各地(4:50～6:00)	〇88 大窪寺	〇87 長尾寺	〇86 志度寺	〇85 八栗寺	〇84 屋島寺	〇83 一宮寺	昼食
		〇82 根香寺	〇81 坂出(泊)					宿泊/坂出 休暇村 讃岐五色台
2	宿	〇81 白峯寺	〇80 国分寺	〇79 天皇寺	〇78 郷照寺	〇77 道隆寺	〇76 金倉寺	朝食
		四国館(昼食)	〇75 善通寺	〇74 甲山寺	〇73 出釈迦寺	〇72 曼荼羅寺	〇71 弥谷寺	昼食
		〇70 本山寺	〇69 観音寺	〇68 神恵院				夕食
		琴平温泉(泊)						宿泊/琴参閣
3	宿	〇67 大興寺	〇66 雲辺寺	〇65 三角寺	りんりんパーク(昼食)	〇64 前神寺	〇63 吉祥寺	朝食
		〇62 宝寿寺	〇61 香園寺	〇60 横峰寺				昼食
		島根県中東部各地(21:00～22:30)						夕食

※集合・解散場所につきましては後日改めて場所・時刻をお知らせいたします。
(利用バス会社: 出雲観光又は仁多観光)

84番札所 屋島寺 イメージ

うるう年の四国お遍路は「プレミアム」が勢ぞろい!

- 弘法大師御誕生1250年記念事業期間中、納経帳に記念印押印や88大師カード(記念カード)が授与されます。(令和6年12月31日までの期間限定)
- 「逆打ち限定」納経帳の発売(説明会でのご案内をいたします)

納経帳 イメージ

- ### JAの「四国八十八ヶ所」の10大ポイント
- 1 出発前にお遍路のこと、巡拝用品のことなどご案内いたします。初めての方でも安心!説明会を開催します。
 - 2 宿泊は宿坊・ホテル・温泉旅館など四国遍路をご満足いただける施設をご用意しました。(2～3名様1部屋をご希望の場合、追加料金が必要となります。ご希望がない場合は、基本男女別相部屋定員利用となります。)
 - 3 バスが入らないところは、ジャンボタクシー又はマイクロバスに乗り換えて、お寺の近くまでご案内いたします。
 - 4 お遍路専門の添乗員と先達が同行し、皆様のお世話をさせていただきます。
 - 5 朱印取りは添乗員がいたしますので手間いらずです。
 - 6 弘法大師御誕生1250年を記念して、記念印の押印や記念カードの授与があります。
 - 7 令和6年、1年間で満願できます。
 - 8 JAの八十八ヶ所巡礼の旅では、2泊3日を4回に分けて実施することにより行き帰りの無駄をなくして行程を円滑に進めることができます。費用面でも4回合計で34万円を切る旅行代金となりお得になっております。
 - 9 ご参加の方に、お参りに便利な参拝地図をプレゼントいたします。
 - 10 お参りに必要な納札を参加者全員に200枚プレゼントいたします。

【お部屋希望追加料金】※ご希望がない場合は、男女別相部屋定員利用となります。

第1回	2泊とも:3名様1部屋をご希望の方は、お一人様5,000円でお部屋をご用意! 2泊とも:2名様1部屋をご希望の方は、お一人様8,000円でお部屋をご用意!
第2回	2泊とも:3名様1部屋をご希望の方は、お一人様3,000円でお部屋をご用意! 2泊とも:2名様1部屋をご希望の方は、お一人様5,000円でお部屋をご用意!
第3回	2泊とも:3名様1部屋をご希望の方は、お一人様5,000円でお部屋をご用意! 2泊とも:2名様1部屋をご希望の方は、お一人様8,000円でお部屋をご用意!
第4回	2泊とも:3名様1部屋をご希望の方は、お一人様4,000円でお部屋をご用意! 2泊とも:2名様1部屋をご希望の方は、お一人様6,000円でお部屋をご用意!

※但し、ご希望に添えない場合がございます。(お部屋は洋室の場合もございます)

巡拝に際してのご準備につきましては、出発前のご案内申し上げますが、概略を下記にご説明いたします。

- 本来は右図のような歩き遍路の白装束ですが、少し略される方は洋服の上に白衣を着け、下はトランパン(白)、白の運動靴も良いでしょう。
- 洋服でお参りの方も、上から「南無大師遍照金剛」と書かれた白衣を着けます。衣装を整える事で巡拝される気持ちや、心構えが随分と変わるものです。

国内旅行保険加入のすすめ お客様が国内旅行行程中に、急激かつ偶然な外来の事故でけがをした場合、多額の治療費、移送費等がかかることがあります。また、事故の場合、加害者への賠償金請求や賠償金回収が困難な場合があります。これらの移送費、また、死亡・後遺障害等を補償する国内旅行保険にお客自身でご加入されることをお勧めします。国内旅行保険については、弊社係員にお問い合わせください。



本誌は地球環境に優しい植物油インクを使用しております。



白菜と豚肉のミルフィーユ&かき玉スープ



コメント

- ・蒸し汁に溶けだしたうまみと栄養もスープにしておいしくいただけます。
- ・耐熱皿に白菜の重ねたものを乗せ、ラップを軽くかけてレンジ(600w)で12~15分加熱しても出来ます。
- ・白菜の厚みのある部分はすりこ木などで叩いておくとの熱の通りが早いです。

アレンジ

- ・豚肉を鶏ミンチに代えたり、薄切りにしたエリンギやスライスした人参、粉チーズをプラスして挟んだりしてもOK!
- ・土鍋に重ねた白菜を詰め合わせて入れ、日本酒またはワイン100ccを注ぎ、15分蒸し煮にすると鍋料理に。

材料(4人分)

- ◆ミルフィーユ
 - 白菜……………8枚(600g)
 - 豚バラ肉……………250g
 - 塩こしょう……………少々
 - 人参……………1本
 - しいたけ……………2枚
 - ブロッコリー……………1/2株
 - 水……………200cc
- A ねぎ(みじん切り)……………1本(50g)
- しょうゆ・酢・砂糖……………各大さじ2
- ごま油……………小さじ2
- ◆かき玉スープ
 - 白菜蒸し汁+水……………600cc
 - えのきたけ……………1袋
 - 青梗菜(小)……………1株
 - 卵……………1個
 - 塩……………小さじ1弱
 - しょうゆ……………小さじ1

作り方

- ◆ミルフィーユ
 - ①豚バラ肉は半分の長さに切り、軽く塩こしょうをふる。
 - ②人参は皮をむいて、7mmの厚さの輪切りに、しいたけは半分に、ブロッコリーは小房に分ける。
 - ③白菜1枚をまな板の上に置き、その上に豚バラ肉を広げて乗せる。半分量の豚バラ肉と白菜を交互に重ねて、手で軽く押しなじませ、4等分に切る。残りも同様に重ねて切る。
 - ④フライパンに③を並べ入れ、人参、しいたけも隙間に置き、水200ccを加えてフタをして火にかける。豚バラ肉に火が通るまで10~15分間蒸す。途中でブロッコリーも加え火を通す。
 - ⑤火の通ったミルフィーユを半分に切って皿に盛り付け、混ぜ合わせたAのねぎたれをかける。
- ◆かき玉スープ
 - ①えのきたけは根元を除き、半分の長さに切る。青梗菜は2~3cmの長さに切る。
 - ②白菜の蒸し汁と水を合わせた600ccとえのきたけを鍋に入れ、火にかけ沸騰したらアクを取ってから青梗菜を加え、塩としょうゆで調味する。
 - ③溶き卵を加えて、火を通す。

材料(4人分)

- 大根……………600g(2/3本)
- A 鶏がらスープの素……………大さじ1
- 水……………1カップ(200cc)
- エビ……………300g
- しめじ……………1袋
- ブロッコリー……………1/2株
- 生姜……………ひとかけ
- 塩こしょう……………少々
- 牛乳……………50cc
- 片栗粉……………大さじ1
- 水……………大さじ2
- ごま油……………大さじ1

作り方

- ①大根は皮をむいて1.5cm角に切り、耐熱皿に大根とAを入れ、ラップをしてレンジ(600w)で10分加熱する。
- ②エビは背中に切れ目を入れて、背ワタを取り洗って、水気をきる。
- ③生姜はみじん切りにし、しめじ、ブロッコリーは小房に分ける。
- ④フライパンに①の大根を汁ごと入れ火にかけ、軟らかくなるまで煮る。
- ⑤③を④のフライパンに入れ、火を通し、塩こしょうをふる。
- ⑥牛乳を加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑦最後にごま油を回し入れる。

大根とえびの中華風ミルク炒め



コメント

- ・大根に鶏ガラスープの素を振りかけてレンジで加熱すると、じゅくり煮込んだ『時短! 味シミシミ大根』に!

アレンジ

- ・エビをホタテ、タラ、鶏肉、豚肉、ハム、ウインナー、ベーコン等に代えても美味しいです。
- ・大根を蕪に代えたり、太ねぎ、人参、白菜、カリフラワーなどいろいろな野菜とも組み合わせたりして楽しめます。

健康散歩

带状疱疹

JA島根厚生連

近年、带状疱疹を発症する人が増加していますが、皆さんは带状疱疹がどういったものかご存じでしょうか。

带状疱疹の原因は、水疱瘡(みずぼうそう)の原因と同じ「水痘・带状疱疹ウイルス」です。初めてこのウイルスに感染した時は、水疱瘡として発症します。1週間程度で治りますが、治癒後もウイルスは神経節(末梢神経系の神経細胞が集まっている部分)内に潜伏します。加齢や、ストレス、病気などで免疫が低下するとウイルスが再活性化し、带状疱疹を発症するといわれています。特に50歳以上は带状疱疹の好発年齢です。

带状疱疹を発症すると、身体の左右どちらかに発疹や水疱が現れ、強い痛みを伴います。神経節に潜むウイルスが神経に沿って移動し症状を引き起こしますが、神経は全身に張り巡らされているため、様々な部位に症状が現れます。最も多くみられるのは胸から背中にかけてです。



また、顔面や眼の周囲も発症しやすい部位で、全体の半数以上が上半身に発症します。带状疱疹のほとんどは、早めに医療機関に受診し治療を受ければ(発疹が出てから

72時間以内に抗ウイルス薬を使うことが望ましいとされています)完治します。しかし、带状疱疹の治療が遅れた場合は、神経自体が傷つき、皮膚症状が治まった後も長期間にわたって痛みが続くことがあります。これを带状疱疹後神経痛といい、その痛みは極めて強いです。带状疱疹後神経痛を防ぐためにも、できるだけ早く治療を始めウイルスを抑えることが重要ですが、仮に皮膚症状が治まった後も痛みが続く場合は、医師に相談しましょう。

带状疱疹の予防として50歳以上を対象とした带状疱疹ワクチンの接種(予防接種)が推奨されています。予防接種をすることで免疫が強化され、発症をある程度予防することができます。仮に発症したとしても軽症で済むという報告があります。皮膚科などで接種できる場合があるため、50歳以上の方はワクチンの接種を検討するとよいでしょう(予防接種の対象者等は医師にご確認ください)。また、発症予防には免疫力を低下させないことが重要です。免疫力を低下させないことは、带状疱疹に限らず、様々な病気の予防にも大切なことです。食事や睡眠をしっかり取るなど規則正しい生活を心がけ、日々の体調管理に気をつけて過ごしましょう。

