



SNSで旬な情報を
投稿しています



YouTube



Instagram



LINE



JALしまねびより



2026

5

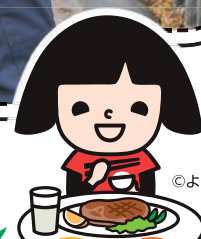
May
Vol.122

みーつけたしまねの
ファーマーズ
Shimane farmers
芝尾 充秀さん
石見銀山地区本部



来月の
外勤日は 6月18・19・22日

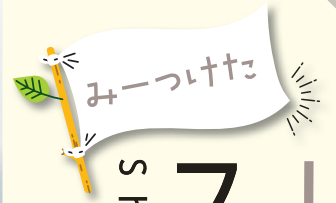
特集 がんへの備え



©よい食P



こくしょうこくさん



みーつけた

しまねの ファーマーズ

Shimane Farmers



圃場は水上町と長久町稲用の2拠点

しばお 芝尾 充秀さん

今月は、石見銀山地区本部。大田市でアスパラガスの栽培に取り組む、彩百景代表の芝尾充秀さんにお話を伺いました。



瓦づくりから、アスパラガス栽培へ

若い頃から家業の現場が身近にあった芝尾さん。高校卒業後は愛知県の瓦製造機械メーカーで約3年間勤務し、その後、実家の株式会社シバオへ。社員として瓦事業に携わってきました。

転機が訪れたのは2020年頃。瓦の需要が落ち込む中、近隣のアスパラガス農家との交流や、兼業農家だった社員の話をきっかけに、アスパラガス栽培での農業参入を模索し始めました。補助金申請を進めながら、農業への一歩を踏み出していきました。



アスパラガスは朝夕2回収穫。最盛期には1日で8箱以上取れることも。

火災を乗り越え、動き出した農業部門

そんな矢先の2022年、瓦工場で火災が発生。操業不能となり、社員の多くを解雇せざるを得ない状況に追い込まれました。それでも、農業計画を続行することを決意。「兄と話し、ここでやめるという選択肢はなかった」と振り返る芝尾さん。前向きな決断の裏には、「本当にできるのか」という不安もあったといいます。

そして2024年、瓦事業の再建とともに、事業は三部門に分社化。瓦部門を「瓦百景」、粘土部門を「古百景」、農業部門を「彩百景」として新たにスタートを切りました。芝尾さんが彩百景の代表に、楯部さんが現場リーダーに就きました。

自分たちで挑戦した、ハウス建設

楯部さんが一足先に近隣のアスパラガス農家へ通い、栽培方法を学び始めました。まずは、水上町の土地に5棟のハウスを整備。2棟は業者と一緒に、残り3棟は社員たち10人で建てま

した。芝尾さんは「想像以上に大変だった」と振り返ります。それでも、仲間とともに完成させていく過程は、次第に楽しさへと変わっていききました。その後、長久町にもハウスを建設。現在は、合わせて70アール以上を、パートを含めた11人の体制で管理しています。



収穫の基準は長さ28.5センチ。長さを測れるハサミを使いながら、一本ずつ丁寧に揃えて切っていく。

アスパラガスの収穫は、時間との勝負

アスパラガスは伸びが速く、朝夕2回の収穫が必要で、「放っておくとすぐに伸びて、品質が落ちてしまう」と話す芝尾さん。昨年は要領がつかめず、朝から晩まで収穫し続け



長さをそろえるため、一度長めに切り、さらに切りそろえる「二度切り」を行うこともある。現場では目測と手作業の細かな判断が欠かせない。

たこともあったのだとか。今年は効率だけでなく、一本一本の長さを揃えて切ることを全員に徹底。丁寧な作業を心がけています。

失敗があったから、今がある

昨年は、褐斑病が発生し、圃場は大きな被害を受けました。マニュアル通りの防除だけでは足りず、天候を見ながら対応するタイミングが必要だと知りました。そういう臨機応変さが足りなかったと振り返ります。

冬の間は茎や葉の刈り取り、排水や土の整備にも取り組みました。「もう絶対に病気させたくない」と楯部さん。失敗を次の1年へつなげる時間になりました。



日常の中にある時間

以前は毎週のように三瓶山に登っていた芝尾さんですが、今はなかなか時間が取れません。その代わりに、息子さんのスポ少（野球）の応援が息抜きだそう。自分も野球経験者で口を出したくなるけれど、「あまり言わないように気をつけています」と笑います。

製造業で培ったノウハウを、農業へ

芝尾さんが農業を始めて感じたのは、体力的な負担が大きいこと。だからこそ目指すのは、持続可能な農業です。「私たちはずっと製造の現場で、機械



今後について笑顔で語る芝尾さん

化、自動化をやってきました。それを農業にも活かしたい」と芝尾さん。アスパラガスの高畝栽培はその入口でもあります。腰を曲げて作業するより、体への負担が少ない。今後は収量を安定させ、利益を出すことが目標。「できることは自分たちでやる。素人だからこそ、経験して、失敗して。それが良いアイデアにつながる」。その積み重ねが、2人の新しい農業の形をつくっていきます。

「高畝栽培」で産地振興

石見銀山地区本部管内のアスパラガス生産で取り入れられている「高畝栽培」。畝と畝の間が広く光が入りやすい、作業効率が良いなどのメリットがあり、収量増、高品質栽培に大きく貢献しています。



プキッと情報

特集
REPORT

がんへの備え

2つのポイント

“がん”のリスクに先手を打とう！

ポイント
1

いつ・どのぐらいを確認して
正しくがん検診を受けよう

日本人の2人に1人が診断を受けるといわれる「がん」。不治の病と呼ばれていたのは昔の話。現在は、早期発見・治療することで、治る可能性が高まっています。しかし、注意すべきは「早期がんは自覚症状がほとんどない」ということ。早期発見のためには、定期的な検診を受けることが大事です。早期発見できれば、命に関わる前の段階で根治できる可能性も高まりますし、「異常なし」と診断されれば安心して生活ができますよね。

もちろん、検診結果が必ずしも絶対というわけではありません。がん検診には、がんを見逃して発見が遅れる「偽陰性」があります。その反対に、がんではないのに、がんの疑いありと判定される「偽陽性」になり、本来必要のない精密検査を受け、心身の負担になってしま

うことも。また、1回の検診で確実にがんを発見できるとも限りません。だからこそ適切な年齢と間隔でがん検診を受診することが大切です。すし、気になることがあれば医療機関を受診してください。

記事下では、国が推奨する「がん検診」をご紹介します。検診は、「忙しいから」「元氣だから」と、先延ばしにしてしまいがちですが、自分はもちろん家族のためにも、適切に受けるようにしましょう。

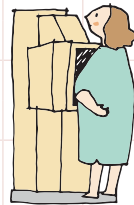
がんは早期発見が本当に大切。私も毎年必ず検診を受けています。



【監修(ポイント1)】
国立がん研究センター
中央病院
検診センター長
小林 望さん

がん早期発見のチャンス!

国が推奨するがん検診



罹患者数※1	種類	検査項目(問診含む)	受診間隔	対象年齢
男女ともに第4位	胃がん	胃部X線検査※2または胃内視鏡検査	2年に1回	50歳以上
男女ともに第2位	大腸がん	便潜血検査	1年に1回	40歳以上
男女ともに第3位	肺がん	胸部X線検査および喀痰細胞診※3	1年に1回	40歳以上
女性第1位	乳がん	マンモグラフィ	2年に1回	40歳以上
女性第5位	子宮頸がん	細胞診※4	2年に1回	20歳以上

※1:国立がん研究センター がん情報サービス「がん統計」(全国がん登録) ※2:当分の間、胃部X線検査については40歳以上、1年に1回の実施も可とされています。 ※3:喀痰細胞診の対象は、50歳以上で、喫煙指数(1日本数×年数)が600以上の方です。 ※4:自治体によっては「HPV検査単独法(原則5年に1回)」も実施可能。くわしくはお住まいの自治体のホームページ等でご確認ください。
出典:厚生労働省「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」

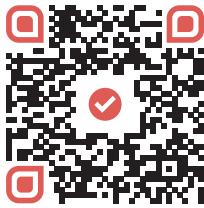


ナビゲーター
増田 明美さん

安心と満足をお届けするため…

ライフイベントなど
皆さまの暮らしのことお聞かせください！

聞かせて!!
暮らしのこと
アンケートキャンペーン



アンケートの
回答はコチラから！

簡単なアンケートに答えると
抽選で合計600名様に

豪華賞品が当たるチャンス！

さらに/
W チャンス！
その場で当たるデジタルクーポン
合計100,000名様

がん治療の今

3大治療法に加え、緩和ケアも検討！

治療は基本的に「がんの3大治療法」と緩和ケア等を
組み合わせ、体の負担も考慮して治療方針を決めます。

[がんの3大治療法]



手術

がんやがんの
ある臓器を切
除して取り除
く治療法。



放射線治療

放射線でがん
細胞にダメー
ジを与えて治
療します。



薬物療法

抗がん剤・ホルモ
ン剤などで治癒
や症状緩和を目
指します。

+

緩和ケア

がんに伴う体の苦痛・気持ちの辛さを
和らげるための、医師・心理士など専門
職によるケア。

緩和ケアで辛さを和らげること
も大切な視点です。治療の
幅が広がり、心強いです。



ポイント
2
知っていますか？
がん治療の今
がん治療について理解を深め、適切な備えを。

そこで！

がん共済

＼がんの3大治療に対応！/
上皮内がんを含むさまざまな
“がん”や脳腫瘍を保障します。

Q.1

入院や
手術以外にも
保障してくれるの？



安心1

入院・手術・放射線治療だけで
なく、抗がん剤治療やホルモ
ン剤治療、がん性疼痛等の緩
和のための在宅医療まで保障
します。

Q.2

治療が
長期化しても
大丈夫？



安心2

通算の支払限度なく、所定の
治療を受けた月ごとに共済金
を受け取れます。

Q.3

自分に
合った保障が
あるの？



安心3

まとまった一時金が受け取れ
る診断保障*1やがん診断後の
共済掛金の払込みを免除する
保障*2など、保障内容を自由
に設計できます。

*1:診断保障ありの場合 *2:がん診断時共済掛金払込免除特別を付加した場合 *この共済には、解約時の返れい金、死亡時における保障はありません。 *がんに関する責任(保障)の開始は、ご契約日からその日を含めて91日目からとなります。これより前に被共済者ががんと診断確定された場合には、共済金はお支払いいたしません。また、がん診断時共済掛金払込免除特別が付加されている場合におけるがん診断による共済掛金の払込免除はありません。 *所定の後遺障害等の状態による共済掛金の払込免除についてはご契約日から保障いたします。 *お支払いには所定の条件があります。 ●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。

JA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

JAしまね 西いわみ地区本部管内 ●山本仁成さん、又賀直樹さん

山本仁成さんは、農業大学校を卒業後、10年前に就農しました。現在は益田市のハウス16棟で特産のメロンを栽培するほか、水稲栽培や、露地でブロッコリーなどの生産にも取り組んでいます。メロンは益田市を代表する特産で「益田アムスメロン」は、地理的表示（GI）の保護対象として登録されています。当日は、メロンの新規就農者を確保するための課題や、夏の暑さ対策について活発に意見が交わされました。山本さんは、秋はアールスメロンと水稲栽培の作業が重なる苦労にも触れつつ、「春はまだ面積が増やせる」と意欲を示し、「JAもメロンの作付面積拡大への取り組みを強化してほしい」と要望しました。

又賀直樹さんは、益田市でトマトやミニトマト、メロン、キュウリなど多品目を栽培。ご家族4人で経営を行う傍ら、益田ミニトマト部会の部会長として、産地を牽引しています。益田特産のトマト生産でも生産者の減少が課題となっています。又賀さんは「益田地区国営農地開発地（開パイ）でも後継者がいないところがあり、そちらでやりたい気持ちもある」と話します。また、住宅地に隣接する場所では、刈り取った雑草の処分にコストや手間がかかるなどの問題もあります。都市近郊農業の課題について、積極的に意見を交わしました。



益田市でメロンなどを栽培する山本さん



収穫されたブロッコリーを前に意見交換をする山本さんと常勤役員ら



又賀さん（右）から話を聞く竹下組合長（左）



トマトのハウス内でお話を伺いました



topics
1

東中部米集約倉庫竣工 経費削減・有利販売につなげる

JAしまねは、出雲市斐川町の当JA斐川本店敷地内にJAしまね東中部米集約倉庫を建設しました。最新の機能を備えた米集約倉庫を活用して有利販売の実現、コスト削減を図り、生産者の所得向上につなげます。4月3日に執り行われた竣工式にはJA役職員、関係者ら約60人が参加。関係者への感謝を示すとともに、倉庫の完成を祝いました。

倉庫は国、県の補助事業を活用して建設。5026トンの収容が可能です。移動式ラックと入出庫管理システムの組み合わせにより、保管能力の向上、作業の効率化を図りました。大ロット取引、品質保持など、取引先からのニーズに応えることで、有利販売を実現する考えです。

また、紙袋と比べて荷造り、運搬でメリットが大きいフレコン集荷への対応を強化。生産者のコスト削減につなげていきます。

当JAの竹下克美組合長は「これからも農家はもちろん、国、県、市町村とも連携を深め、農家所得の向上、地域農業の発展に取り組めます」と意気込みを語りました。



テープカットをする関係者ら



フレコンが整然と収納された倉庫

topics
2

島根ぶどう出荷はじまる トップバッターは「デラウェア」から！

JAしまねは4月24日、益田市の喜阿弥ぶどう集荷所で令和8年産「島根ぶどう」の初出荷式を開催しました。主力品種「デラウェア」をはじめ、大粒系などを10月頃まで出荷します。同日は、益田市の生産者が持ち込んだ「デラウェア」197キロを山陰、名古屋、大阪、九州、広島の9市場へ送り出しました。

県産「デラウェア」は、ハウス加温栽培で国内トップクラスの早出し産地。令和8年産は、重油の高騰など厳しい栽培環境でしたが、日照に恵まれ順調に生育し、糖度の高い高品質な「デラウェア」に仕上がりました。

JAの日高光弘副組合長は「有利販売、計画必達に向け精いっぱい努力する」と意気込みました。JA西いわみ地区本部ぶどう部会の大場耕造部会長は「天候に恵まれ、粒張りが良く、糖度の高いブドウができた。ぜひ多くの方に食べていただきたい」とPRしました。



デラウェアの品質を確認する検査員

topics
3

令和7年度水稻生産者決起集会を開催

島根県と島根県農業振興協会、JAしまねは3月24日、「気候変動に負けない島根米の生産を目指す」をテーマに令和7年度水稻生産者決起集会を開きました。出雲市の当JA営農経済本店をメイン会場に、県内10会場とウェブでつなぎ、生産者や県、JAの担当者ら約300人が参加しました。

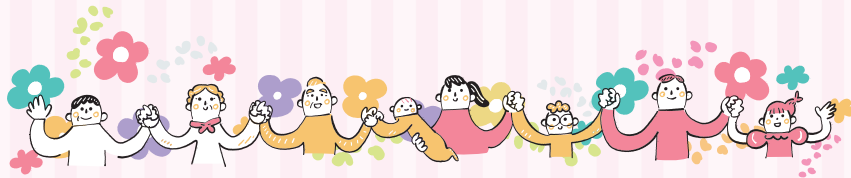
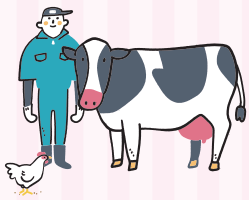
気象庁松江地方気象台の伊東航一氏は近年の気候変動について講演。気温の上昇や、雨の降り方の変化などについて説明し、注意を呼びかけました。島根県農業技術センターは令和8年産米の栽培に向けた土づくりや、イネカメムシの対策について情報提供しました。

また、「第64回島根米品評会」と「令和7年産島根県飼料用米多収コンテスト」表彰式を行いました。それぞれの主席は以下の通りです。

- ▼島根米品評会 農林水産大臣賞 家本賢さん
- ▼島根県飼料用米多収コンテスト みほひかりの部 株式会社いすこ
- ▼同 多収（専用）品種の部 農事組合法人意宇の杜



農林水産大臣賞を受け取る家本さん（左）



「元気な地域」を女性部の力で!

出雲女性部

JAしまね出雲女性部は、中部・東部・西部・河南・南部の5地区28支部で、地域や仲間と「助けあい、学びあい、育てあい」を重点テーマとし、JAを拠り所に「食と農」「地域活性化」「仲間づくり」「環境保全」など、さまざまなテーマに基づいた活動を行っています。

2月21日には、各地区から約400名の女性部員が集まり「出雲女性部まつり・家の光大会」を開催しました。当日は、各地区で行う活動の発表展示のほか、各支部やサークルが手がけた手芸品などの作品展示が行われ、参加者はその多様性に感心し、刺激を受けました。また、国富女性部のグループによる「玉木家の晩ごはん」の舞台発表では、出雲弁を巧みに使ったセリフの劇に笑いが絶えない楽しい時間を過ごしました。さらに、LCC株式会社代表取締役の坂本裕太氏の講演もあり、部員同士の親睦や一体感を深める貴重な機会となりました。

今後も部員一人一人が輝き、地域の仲間と思いをひとつにしなが、さまざまな活動にチャレンジしていきます。

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2年目です。



の3つの重点テーマを掲げ活動します。



約400人が参加した「出雲女性部まつり・家の光大会」



「玉木家の晩ごはん」の舞台発表

地産地消に取り組み、農業を通じて、地域に貢献していきたい

一所懸命青年連盟

JA YOUTH

JAしまねくにびき青年連盟

JAしまねくにびき青年連盟は、上山根有史委員長のもと、人口約20万人の県庁所在地、松江市で活動しています。会員数は令和8年4月1日現在、68名です。

農業を通じた食農教育をはじめ、地域イベント出店による盟友農産物のPR、組織基盤強化としての新規就農者との交流（仲間づくり）、スキルアップに繋がる研修会開催など幅広い活動を展開しています。

その取り組みの一つが、管内小学校、幼稚園にて毎年実施している「出前の授業」です。盟友が講師となり、「いちご」「米（農業体験あり）」「野菜」をテーマに授業を行っています。また、親子いもほり大会に参加し、地産地消のPRに努めています。

活動についてはJAを通じてSNSで発信していく予定です。



田植え体験



新規就農者との交流勉強会

生産者の皆さまへ 米価の大幅な下落が懸念されます

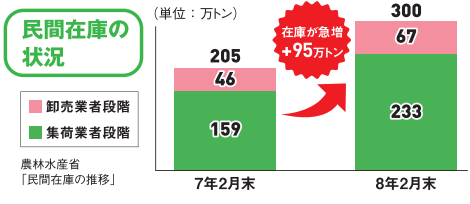
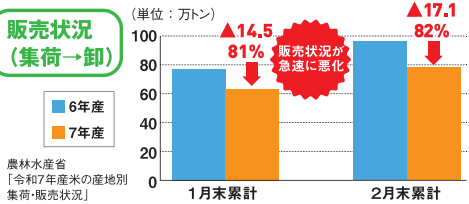
再生産可能な農業経営の実現のためには「需要に応じた生産」が必要です!

4月から食料システム法がスタートしましたね。コスト指標*によって米価がコスト割れすることはなくなるの？
*生産段階のコスト指標は20,535円/60kg(税込、令和8年4月時点)



コスト指標は適正な需給環境において機能するものです。需要を無視して生産が行われた場合、再生産可能な価格を下回ってしまう懸念があります

令和7年産米の販売・在庫状況は悪化しています



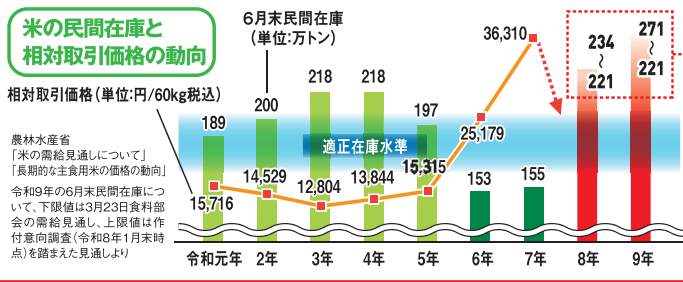
一方で、業務用銘柄は堅調

令和8年産米の過剰作付により、米価が大幅に下落する可能性が高まっています

令和8年産の作付意向 (単位: 万トン)

政府の需給見通し	711
1月末時点作付意向	732*

需給見通しを21万トン上回る



備蓄米の買戻し(59万トン)を実施しても、適正在庫水準に収まらない恐れ

再生産可能な農業経営の実現のためにチェック!

✓ご自身の産地の販売・在庫状況を確認しましたか?

島根県の主食用米の販売・在庫状況(2月末時点)

販売状況		在庫状況(出荷+販売段階)	
数量	前年同月比	数量	前年同月比
7.2	54%	26.1	154%



農林水産省「米穀の取引に関する報告」注)在庫状況は1年古米を含めた出荷+販売段階の数字

✓主食用米を昨年通り、または増やして作付けしようとしていませんか?

▶販売・在庫状況は全国的に悪化しています。事前に販売先を確保していますか?

- ▶販売先が確保されていない場合は下記に取り組みましょう。
- ① 備蓄米
 - ② 水田活用米穀(加工用米、輸出用米、米粉用米、飼料用米等)
 - ③ ブレンド米や業務用米などニーズの高まっている米
 - ④ JAとの出荷契約や販売先との事前契約などの安定的な取引

✓需要のある水田活用米穀、麦、大豆の作付けを減らそうとしていませんか?

▶減らした場合の実需との取引やご自身の農業経営への影響を検討しましたか?

▶失った需要は簡単には戻りません。産地交付金などの政策支援を最大限活用し、水田活用米穀(加工用米、輸出用米、米粉用米、飼料用米等)、麦、大豆等に取り組めば、所得はしっかり確保できます。

生産者ひとりひとりが「需要に応じた生産」に取り組みましょう

理事会情報

4月の理事会は5月7日開催のため、6月号への掲載とさせていただきます。

残草処理除草剤一覧

※「つや姫」「きめむすめ特別栽培米」の後期除草剤については、使用剤(黄色の部分)と使用回数に制限があります。詳しくは栽培指針をご覧ください、間違いのないようご注意ください。

薬剤名	適用雑草名	使用量・希釈倍数 (10aあたり)	使用時期	散布方法	使用回数
ウィードコア 1キロ粒剤	一年生雑草、キシュウスズメノヒエ、多年生広葉雑草	1kg	移植後7日～ノビエ4葉期 但し、収穫60日前まで	湛水散布又は 無人航空機による散布	2回
ソニックブームZ 1キロ粒剤	一年生雑草、多年生広葉雑草、アオミドロ・藻類による表層はく離	1kg	移植後14日(稲4葉期以降) ～ノビエ4葉期 但し、収穫 60日前まで	無人航空機による 散布	1回
ソニックブームS ジャンボ	一年生雑草、ミズカヤツリ、マツバイ、ホタルイ、ヘラオモダカ、ウリカワ、ヒルムシロ、オモダカ、クログワイ、セリ、シズイ、アオミドロ・藻類による表層はく離	小包装(パック) 20個(500g)	移植後14日(稲4葉期以降) ～ノビエ4葉期 但し、収穫 60日前まで	水田に小包装 (パック)のまま 投げ入れる	1回
ロイヤント乳剤	一年生広葉雑草、ノビエ、マツバイ、ミズガヤツリ、ウリカワ、セリ、アゼガヤ、オモダカ、エゾノサヤヌカグサ、シズイ、ナガエツルノゲイトウ	200mL/ 水25～100L	移植後20日～ノビエ5葉期 但し、収穫45日前まで	落水散布、ごく 浅く湛水して散 布又は湛水散 布	2回 以内
クリンチャー 1キロ粒剤	ノビエ、キシュウスズメノヒエ、アゼガヤ	1kg	移植後7日～ノビエ4葉期 但し、収穫30日前まで	湛水散布又は 無人ヘリコプ ターによる散布	2回 以内
クリンチャー ジャンボ		1.5kg	移植後25日～ノビエ5葉期 但し、収穫30日前まで		
		小包装(パック) 20個(1kg)	移植後7日～ノビエ4葉期 但し、収穫30日前まで		
クリンチャー ジャンボ	小包装(パック) 30個(1.5kg)	移植後25日～ノビエ5葉期 但し、収穫30日前まで	水田に小包装 (パック)のまま 投げ入れる	2回 以内	
クリンチャーEW (展着剤使用)		100mL/ 水25～100L	移植後20日～ノビエ6葉期 但し、収穫30日前まで	湛水散布又は 落水散布	2回 以内
バサグラン粒剤	一年生雑草(イネ科を除く)、マツバイ、ホタルイ、ウリカワ、ミズガヤツリ、ヘラオモダカ、オモダカ、クログワイ、エゾノサヤヌカグサ、シズイ	3～4kg	移植後15日～収穫45日 前まで		1回
バサグラン液剤	一年生雑草(イネ科を除く)、マツバイ、ホタルイ、ウリカワ、オモダカ、ミズガヤツリ、ヘラオモダカ、クログワイ、コウキヤガラ、エゾノサヤヌカグサ、シズイ、クサネム	500～700mL/ 水70～100L	移植後15日～収穫45日 前まで	落水散布又は ごく浅く湛水 して散布	2回 以内
クリンチャーバスME 液剤 (展着剤は使用しない)	一年生雑草、マツバイ、ホタルイ、ウリカワ、ミズガヤツリ、ヘラオモダカ、オモダカ、セリ、クログワイ、コウキヤガラ、シズイ、キシュウスズメノヒエ	1000mL/ 水70～100L	移植後15日～ノビエ5葉期 但し、収穫50日前まで		2回 以内
トドメMF 1キロ粒剤	ノビエ、キシュウスズメノヒエ、アゼガヤ	1kg	移植後14日～ノビエ5葉期 まで但し、収穫50日前まで	湛水散布又は 無人航空機による 散布	3回 以内
トドメMF乳剤	ノビエ、キシュウスズメノヒエ、アゼガヤ	200mL/ 水25～100L	移植後14日～ノビエ7葉期 まで但し、収穫50日前まで	湛水散布又は 落水散布	2回 以内
トドメバスMF液剤	一年生及び多年生雑草	1000mL/ 水70～100L	移植後15日～ノビエ6葉期 但し、収穫50日前まで	落水散布又は ごく浅く湛水 して散布	2回 以内
ノミニー液剤	クサネム	50～100mL/ 水100L	移植後30日～クサネムの草 丈40cmまで但し、収穫60 日前まで	落水散布又は ごく浅く湛水 して散布	1回
	イボクサ	50～100mL/ 水100L	移植後30日～イボクサの茎 長30cmまで但し、収穫60 日前まで		

※上記の薬剤には、無人航空機(無人ヘリ・ドローン)での散布登録も含まれるため、使用する際には、必ず登録内容をご確認いただきご使用ください。

藻類(アオミドロ)対策について

近年、5月の気温が高いことから藻類(アオミドロ)の発生が見受けられます。発生量が多いと、水温や地温の低下、苗のなぎ倒し等により初期生育を抑制することがあります。アオミドロは以下の条件が揃うと増殖しやすくなります。

- 発生条件**
- ①地力が高い(土中の有機物や窒素、リン酸が多い場合に多発)
 - ②水温が生育に適している(水温が20～25℃程度になると増殖する)
 - ③日射量が多い(日照時間が長くなると光合成量が増加する)

- 対応策**
- ①一時的な間断灌水(水の入替え)により軽く干し土壌表面に落着かせる
 - ②除草剤の土壌処理層が形成された後は、浅水管理(2～3cm程度)とする(深水にしていると藻類の発生密度が高まり苗のなぎ倒しの原因となる)
 - ③発生量が多い場合は藻類(アオミドロ)に登録のある除草剤「モグトン粒剤」を散布する

※つや姫では「モグトン粒剤」を1回のみ使用可能です。

薬剤名	適用雑草名	使用時期	使用量	使用回数
モグトン 粒剤	藻類 (アオミドロ、 アミドロ) ウキクサ類	藻類、ウキクサ 類の発生始～発 生盛期但し、収 穫45日前まで	2～3 kg	3回 以内

花の町斐川町 春爛漫

春の斐川の田園風景を彩る花々は、菜の花から桜、チューリップ、つつじへと春の景色を引き継ぎながら、田園に豊かな彩りをもたらし、訪れる人々の目を楽しませました。

菜の花のじゅうたん

伊波野地区では、農事組合法人トムTOMファーム(山田康弘組合長)が栽培する菜の花畑が、3月下旬の暖かな陽気に誘われて一斉に花開きました。10haにも広がる鮮やかな黄色のじゅうたんが、地域にひと足早い春を



届けています。

この菜の花畑は、斐川地域で春の訪れを最も早く感じられる風物詩として親しまれており、連日多くの人々が訪れています。来場者は、香り豊かな菜の花に包まれながら散策を楽しんだり、写真撮影に夢中になったりと、思い思いに春の景色を満喫しています。

4月5日には、トムTOMファームと伊波野コミュニティセンターの共催による「菜の花まつり」が開催されました。10回目を迎えた今回は、昨年の約5ha程度から10haへと大幅に規模を拡大し、より多くの来場者の目を楽しませるイベントとなりました。

菜の花の見頃は4月下旬頃まで続き

桜

まず。咲き誇った花のうち5haは6月初旬に菜種として収穫され、菜種油へと加工されます。また残りは緑肥として土に混ぜ、おいしいお米に生まれ変わります。

美しい景観として楽しめるだけでなく、地域の特産品としても活用されており、伊波野地区の魅力づくりに大きく貢献しています。

桜のつぼみがほころび始めたのは3月末。斐川のまちが淡い桃色に染まり、4月5日頃には見事な満開を迎えました。



斐川西中学校付近 五右衛門川土手

休日には、斐川公園や、約2kmにわたって続く五右衛門川土手の桜並木が多くの人でにぎわい、散歩を楽しむ家族連れや、ゆつくりと花を眺める人の姿があちこちに見られました。

週末には小中学校の入学式もあり、桜がまだ枝先に残る中で新入生を迎えることができました。しかし直前の雨や大風で花は散り急ぎ、当日もあいにくの空模様となりました。

チューリップまつり

35年の歴史に幕

ありがとう

かずさん・ひろこさん

4月11日・12日、斐川町今在家の北村一夫さんのチューリップ圃場で「斐川チューリップまつり2026」が開催されました。色鮮やかなチューリップが咲き誇るこのまつりは、毎年1万人を超える来場者でにぎわう春の風物詩として親しまれてきましたが、今年限りで35年の歴史に幕を下ろしました。

会場となった約70aの圃場には、花色や形も多彩な50品種・25万本以上のチューリップが一面に咲きそろいました。

天候の影響で開花はやや遅れたものの、まつり期間中にはほぼ満開となり、約10日間にわたり見事な花景色が広がりました。県内外から多くの花見客が



訪れ、過去最高の人出となったとい
ます。
11日のオープニングには飯塚俊之出
雲市長、丸山達也島根県知事も来場し、
北村さんご夫妻へ労いの言葉を贈りま
した。来場者には花の苗が一人ひとり
に手渡され、会場は温かな雰囲気にか
まれました。





また、アレンジフラワーや切り花、球根の販売、地元農産物の直売に加え、屋台やキッチンカーも並び、最後の開催を盛り上げました。

まつりは1991年に福富地区で始まった「斐川チューリップフェスティバル」が前身で、2017年以降は北村さんが唯一の生産者として花畑を守り続けてこられました。しかし、夏場の高温による球根の保存難や採算性の低下、体力面の負担などから、今年で栽培を終了する決断に至ったといいます。

北村さんは「来場者の笑顔が支えだったが、続けるのは難しくなった」と話されていました。

長年にわたり地域の春を彩ってきたチューリップ畑。その裏には、北村一夫さん・宏子さんと夫妻のたゆまぬ努力と、花を愛する多くの人々の思いがありました。
これまでのご尽力に、心より感謝申し上げます。



斐川公園 つつじが花盛り

直江地区の斐川公園では、桜の季節が終わり4月中旬過ぎからつつじが色鮮やかに咲き始めました。



前半は遅咲きの八重桜の並木も満開を迎え、家族連れや友人グループが次々と訪れました。

バーベキューハウスでの談笑や、広場ではキャッチボールに興じる子どもたち、ゆったりと散策を楽しむ人々の姿が広がり、穏やかな春の日差しの中、公園全体が笑顔に包まれていました。

土に触れ、農を知る JA新入職員 5日間の実習

4月21日から27日までの5日間、出東地区にある常松種苗株式会社で、



鉢上げ作業を体験

JAしまね斐川地区本部の新入職員2名が農作業体験実習を行いました。
同社では現在、野菜苗の生産・出荷が最盛期を迎えており、実習ではハウス内での野菜苗の鉢分け作業や、ポットへの鉢上げ作業などを体験しました。
職員は、「大学では農業を専攻していたが、品目によって作業内容が大きく異なることを実感した」「今回の経験を活かし、組合員の皆さんのお役に立てるよう頑張りたい」と意気込みを語りました。



カラーリング体験
4月22日、斐川第一体育館で、女性倶楽部ソレイユ、第10回講義として「カラーリング体験」を行いました。カラーリング協会から講師に来ていただき、3人1組で競技を学びました。
初めての体験の方もありましたが、講師の方に丁寧に指導をいただき、回数を重ねるうちにコツをつかみ、徐々に狙い通りにジェットローラーを滑らせられるようになりました。
参加者からは「気軽に楽しめるスポーツで、またやってみたい」との声もあり、楽しく体験することができました。



女性の元気でいきいきJA /



第64回通常総会を開催
4月25日、営農総合センターに女性部員、関係者を含め約90名が参集し、第64回通常総会を開催しました。令和7年度の活動報告と令和8年度の活動計画、が承認されました。
活動計画では、JA女性組織3カ年計画『「あい♡」からはじめる「元気な地域」をみんなの力で』の実践2年目として共通の認識を持ち、これまでの活動をさらに発展させ、JAを抛り所に仲間と共に「元気な地域」づくりに貢献する決意を新たにし、実りある組織活動に取り組むとともに、魅力ある楽しい女性部を目指して活動していくこととしました。



	5月27日(水) 9:00~ ひまわりグループ	6月10日(水) 10:00~ いきいきグループ
	5月28日(木) 9:30~ 書道グループ	6月15日(月) 9:30~ パッチワークグループ
	6月 8日(月) 13:30~ 絵てがみグループ	6月18日(木) 9:00~ 手芸グループ
	6月 9日(火) 9:30~ ちぎり絵グループ	6月25日(木) 9:30~ 書道グループ
	新規加入 大歓迎!! 待ちっよーよ!	

我が子自慢・孫自慢
今月の「わが子自慢・孫自慢」はお休みします。皆さまのご応募お待ちしております

大募集!! 「我が子自慢・孫自慢」
あなたが撮った写真をご応募ください。掲載された方にはささやかなお礼の品を差し上げます!
JAしまね斐川地区本部 組織広報課
☎73-9605 Eメール:kouhou.hik@ja-shimane.gr.jp
※写真にはコメント、住所、お名前、連絡先を付けて応募してください。

営農企画課から TEL 73-9615

野菜づくり講座 受講生募集について

お申込み 問合せ JALしまね斐川地区本部 営農部 営農企画課
TEL (0853) 73-9615
FAX (0853) 73-9074

詳しくはホームページをご覧ください。

総務課から TEL 73-9603

斐川地区本部 運営委員会情報
令和8年4月23日(木)

報告事項

- (1) グリーンセンターで販売した野菜苗の品種相違について
- (2) 令和7年産米販売進捗等について
- (3) 石油情勢及び石油課実績について
- (4) 貯金・貸出金実績(令和8年3月末)について
- (5) 令和8年度4月採用職員配属部署について

資材課から

TEL 73-9619

農薬

ダズバン剤 回収のお知らせ

農薬メーカーのアグロカネショウより以下の製品について回収を行っております。回収理由としては該当農薬の成分「クロルピリホス」が使用禁止となったためです。万一、回収対象製品をお持ちの方は資材課（73-9619）までご連絡ください。

- ダズバン乳剤40
- サンケイダズバンバイト
- ダズバンDF
- 日産ダズバン微粒剤F
- ダズバン粒剤
- ダズバンくん煙剤
- ダズバン水和剤25
- レピスター水和剤D



野菜作りの前に土作り!!

牛糞完熟堆肥をご紹介します

野菜などの作物づくりに欠かせない牛糞堆肥。園芸をされる前に堆肥を畑や田んぼに入れて、土づくりをされてはいかがでしょうか?



品名	農場名	規格	税込価格	備考
牛糞堆肥 (完熟)	(有)島根農場	3t車	7,000円	おがくず
		4t車	9,180円	
	(有)糸川牧場	2t車	7,500円	もみがら・バーク・おがくず等
	エコプラント佐田(有)	2t車	10,000円	おがこ・廃白土等

農薬を使用する際はラベルをしっかりと確認しましょう!!

作物によって使用できる農薬や、使用できる回数、希釈倍率が違います。使用前にラベルを確認しましょう!

**農薬を適切に使用して
安心・安全な作物をつくりましょう!!**



グリーンセンターから

TEL 73-9070

野菜等出荷者協議会

新規会員説明会

とき 令和8年 5月19日(火) 14:00~

ところ JALまね斐川地区本部 営農総合センター

内容 ・出荷者協議会の会員になるためには
・活動内容についての説明

皆さんお気軽にご参加ください!!

※会員資格は男女問いません



ご自宅でできた自慢の野菜・花・果物などを、自分のペースで出したい時にしながら、仲間と楽しく元気に活動しています!

電気温水器・灯油ボイラーをお使いのお客様へ

お悩みを

ガス給湯器が解決します!

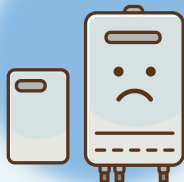
電気温水器



こんなお悩み

- お湯切れが心配…
- 電気代が高くつく…
- シャワーが弱い…

灯油ボイラー



こんなお悩み

- 場所をとる…
- 燃料補給・水抜きが手間…
- 匂いや運転音がうるさい…
- シャワーが弱い…



ガス給湯器



ガス給湯器が解決!

- 湯切れの心配なし!
- 高効率だから電気代も割安に!
- 水道直結でパワフルシャワー!
- タンクがないからスッキリ!
- 燃料補給・水抜きの手間なし!
- 排気の匂いはほとんどなく、静か!

使用中の機器を
特別引き取り!

ガス給湯器・取り替え工事を
特別価格にて!

給湯器ご使用のお客様の
割引プラン有り!



今月のおすすめの一品

ウルトラファインバブル給湯器

“超微細泡” という新習慣。

シャワーも
洗面も
キッチンも

給湯器を買い替えるだけで
家中のお湯が
ウルトラファインバブルに!



Rinnai

給湯+追い炊き

RUF-UE240ESAW(A)
MBC-240V(A)

メーカー希望価格

税別 489,000円 (税込 529,100円)



税別 **190,000円**
(税込 209,000円)

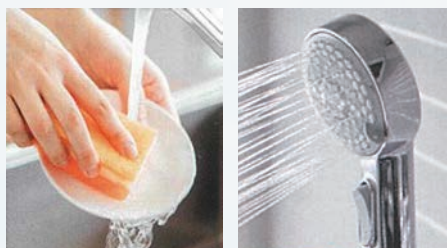
リースなら 10年リース(120ヶ月)

1ヶ月 (税別) **2,200円** (税込) 2,420円

※工事費・その他必要部材が別途かかります。

ウルトラファインバブルとは?

毛穴の1/100以下の“超微細泡”で細かい隙間にある汚れをおとす効果があり、また乾燥しがちな肌のうるおいを持続させます。



水回りの清掃・洗浄力アップ!!

ご注文・お問い合わせは…… ガス住宅課まで TEL 72-3304

ウィル給油所から

TEL 73-9626

水そのものの洗浄効果を高めた、新しい洗車のカタチ
ウルトラファインバブル搭載

最新鋭 ドライブスルー 洗車機導入



ウルトラファインバブルとは？

直径1マイクロメートル未満の目に見えないほど小さな微細気泡で、洗浄対象と汚れの隙間に入り込みます。また、気泡表面はマイナスに帯電しており、プラスに帯電した汚れなどの吸着作用があるため、水自体の洗浄効果を高めます。



**ティアラコート
ロイヤル**

水スベリ効果 ★★★★★
 極ツヤツヤ ★★★★★
大満足度 200%



高濃度ガラス系コーティング
鏡面光沢



**ティアラコート
プログレス**

水スベリ効果 ★★★★★
 極ツヤツヤ ★★★★★
大満足度 150%



JAしまね ウィル給油所

出雲市斐川町莊原 100-2
 TEL 0853-73-9626

洗車営業時間 7:00~19:50



JALしまね斐川地区本部 ウィル給油所限定企画

大好評実施中!!

レシートを集めるだけで

感謝感謝のお客様還元元素!!
WOW!!



1000%

**衝撃
企画!!**

**あげちゃろ!
キャンペーン**

キャンペーン
期間

2026
4/1
水

2026
7/31
金

対象商品のレシート合計金額に応じて
 お好きな景品おひとつプレゼント!

オイル交換 及び 洗車フリカ ご購入のレシート金額は

倍額チャンス!! **なんと 2倍**

景品交換期限 2026年

8/16日 まで



当店のお買上レシートで
 貯められます!



全油種



タイヤ



バッテリー



OIL
 オイル交換



洗車



その他

※配達分は除く

有斐川農協自動車整備工場から

TEL 73-9627



今月のおすすめ中古車情報!



全車修復歴なし

掲載車は令和8年5月8日現在のものです。当日迄に売り切れの場合はご容赦ください。表示価格は総支払価格です。



DAIHATSU
ハイゼット多目的PTOダンプ
4WD・5MT・AC・PS・ラジオ

総額 **128万円**
(車両121.8万円/諸費6.2万円)

- 年式:平成27年5月
- 走行距離:5.2万キロ
- 車検整備付



SUZUKI
キャリイトラック KC農繁
4WD・AT・AC・PS・PW

総額 **125万円**
(車両119.9万円/諸費5.1万円)

- 年式:令和7年2月
- 走行距離:2千キロ
- 車検:令和9年2月



SUZUKI
キャリイトラック KC
4WD・AT・AC・PS・PW

総額 **123万円**
(車両117.9万円/諸費5.1万円)

- 年式:令和7年3月
- 走行距離:1.1万キロ
- 車検:令和9年3月



SUZUKI
スーパーキャリイX
4WD・MT・AC・PS・PW

総額 **113万円**
(車両107.6万円/諸費5.4万円)

- 年式:令和3年12月
- 走行距離:4.2万キロ
- 車検:令和9年12月



DAIHATSU
ハイゼットトラックスタンダード
4WD・MT・AC・PS・ラジオ

総額 **109.8万円**
(車両103.5万円/諸費6.3万円)

- 年式:令和4年7月
- 走行距離:1.4万キロ
- 車検整備付



SUZUKI
キャリイトラック KC
4WD・AT・AC・PS・PW

総額 **73万円**
(車両66.4万円/諸費6.6万円)

- 年式:平成21年4月
- 走行距離:5.3万キロ
- 車検整備付



DAIHATSU
ハイゼットトラックスペシャル
4WD・MT・AC・PS・ラジオ

総額 **65万円**
(車両59.9万円/諸費5.1万円)

- 年式:平成21年12月
- 走行距離:6.3万キロ
- 車検:令和9年12月



SUZUKI
キャリイトラック KC
4WD・MT・AC・PS・PW

総額 **55万円**
(車両48.6万円/諸費6.4万円)

- 年式:平成17年7月
- 走行距離:6.3万キロ
- 車検整備付



HONDA
N-VAN Lセンシング
4WD・4AT・AC・PS・PW

総額 **158万円**
(車両151.8万円/諸費6.2万円)

- 年式:平成31年4月
- 走行距離:1.3万キロ
- 車検整備付



NISSAN
NV100クリッパー DX
4WD・5AGS・AC・PS・PW

総額 **108万円**
(車両101.7万円/諸費6.3万円)

- 年式:令和4年1月
- 走行距離:5.7万キロ
- 車検整備付



DAIHATSU
ハイゼットカーゴSクリーン
4WD・AT・AC・PS・ラジオ

総額 **93万円**
(車両86.6万円/諸費6.4万円)

- 年式:平成30年3月
- 走行距離:7.9万キロ
- 車検整備付



MITSUBISHI MOTORS
ミニキャブバン M
4WD・5AGS・AC・PS・ラジオ

総額 **92万円**
(車両85.6万円/諸費6.4万円)

- 年式:平成29年12月
- 走行距離:6.2万キロ
- 車検整備付



HONDA
N-BOX GLセンシング
2WD・AT・AC・PS・PW

総額 **108万円**
(車両101.7万円/諸費6.3万円)

- 年式:平成31年3月
- 走行距離:2.5万キロ
- 車検整備付



SUZUKI
スペーシアカスタムZ
2WD・AT・AC・PS・PW

総額 **88万円**
(車両81.6万円/諸費6.4万円)

- 年式:平成29年1月
- 走行距離:6.5万キロ
- 車検整備付



MITSUBISHI MOTORS
EKワゴンE
2WD・AT・AC・PS・PW

総額 **53万円**
(車両46.5万円/諸費6.5万円)

- 年式:平成29年2月
- 走行距離:5.7万キロ
- 車検整備付



人気のセニアカー

SUZUKI
セニアカー ET4D9
2WD・AT

総額 **23万円**
(車両23万円/諸費0万円)

- 年式:令和3年3月

買取価格保証

～軽自動車2万円以上・登録車3万円以上～

金融課から

TEL 73-9609

年金に関するあらゆる質問にお答えします **相談無料**

お気軽にお越しください!

JA年金個別相談会

開催日時 **5月30日(土) 9:00~12:00**

会場 **斐川地区本部 斐川統括支店 2階 金融課**

住所 **出雲市斐川町荘原2172-3**

当日はセミナー形式ではなく個別相談形式で行っております
ご予約状況によっては、お待ちいただく場合もございます

1. 事前にご予約をしていただきますと優先してご案内させていただきます
2. ご自宅等への訪問相談も実施しております 当日ご都合のつかない方はご連絡ください



年金相談会にお持ちいただくもの

- ①ねんきん定期便
- ②年金請求書(お持ちの方)
- ③年金手帳(ご本人+配偶者)、または年金証書(すでに受給している方)
- ④雇用保険被保険者証
- ⑤厚生年金基金加入員証(加入歴のある方)
- ⑥印鑑(認印)

お問い合わせ・ご予約は 各支店または 金融課 ☎73-9609 まで

JALしまね 斐川地区本部

農業者のみなさまへ

出雲市有害鳥獣被害対策事業 補助金のご案内 (被害防止施設整備事業)

市では、野生鳥獣による農作物等への被害を防止するため、侵入防止柵等の設置及び更新に係る資材購入経費に対し補助金を交付します。

令和8年度からの変更点

令和8年度 出雲市補助事業

- 補助金の上限額を15万円から30万円に引き上げました。
- 新たに電気柵の電圧遠隔監視システムを追加しました。

補助対象者

市内で農地等を有し、若しくは維持管理する農林業者等、又は農林業者等で組織する団体

要件

資材購入経費4万円以上(税込)
※資材購入前に申請が必要です

対象施設・補助率

- 侵入防止柵(防護ネット、電気柵、金網防護柵、トタン板防護柵)
【資材購入経費1/2以内、補助金額上限30万円】
- 電気柵の電圧遠隔監視システム
【資材購入経費1/2以内、補助金額上限30万円】
- イノシシ又はカラス捕獲檻
【資材購入経費2/3以内、補助金額上限なし】
ただし、イノシシ捕獲檻は2基、カラス檻は1基を上限。
- 北山山系のシカ被害の場合、又は中山間地域内で団体申請をお考えの場合は、別途ご相談ください。



申請に必要な書類

- ①申請書
- ②事業計画書
- ③収支予算書
- ④見積書(電牧の場合はカタログも添付)
- ⑤位置図
- ⑥現地写真(設置前:2枚程度)
- ⑦市税の滞納の無い証明(団体が申請する場合は不要)
- ⑧定款又は規約(個人の場合は不要)

申請受付期間

令和8年4月1日(水)~令和9年2月26日(金)
(予算がなくなり次第終了します)

補助条件

申請は同一年度につき1回限りです。

申請方法

申請書は、出雲市役所森林政策課及び各行政センターに備え付けてあります。市HPからダウンロードすることもできます。詳しくは、この二次元コードからご確認ください。

詳しくはこちら



【申請書の提出・お問い合わせ先】 出雲市役所森林政策課(5F) TEL 0853-21-6279(直通)

組合員・利用者のみなさまへ

©よりぞう



JAしまねからのお知らせ



相続 贈与のご相談は 安心・無料のJA相談窓口へ

※専門家に正式依頼する際は、別途報酬がかかります。

こんなご心配を解決します！



事前の心配

- 遺言書の作成ってどうするの？
- 相続税ってかかるの？
- 生前贈与・節税対策を検討したい
その他いろいろ

相続・贈与

事後の心配

- 不動産の名義変更はどうすれば？
- 遺産分割協議って何？
- 相続税の申告って必要なの？
その他いろいろ

ワンストップサービスだから手間いらず！

JAしまねでは各専門家と連携し、このような問題に対し総合的にサポートします。

各種手続きのお手伝いいたします。

- 相続・税金・法律のご相談
- その他、何でもご相談ください。

秘密厳守いたします。

おまかせください!!



いろいろな困ったがある...

お問い合わせ

お近くのJA支店窓口までお問い合わせください。
※ご相談の際は、事前にお電話をいただきますようお願いいたします。



JALしまね 組合員の皆様へ

ご来店の際は、本広告を必ずご提示ください。
(モノクロ印刷または、本広告のコピーでも可)

※ みんなのスーツ



みんなのスーツ JA×AOYAMA
税込 ¥12,980の品 タイアップカード
ご提示で 税込 ¥11,682

JA×AOYAMA
タイアップカード
ご登録・ご提示で

店内全商品 **10% OFF**

入会金 無料 「JA×AOYAMAタイアップカード」
年会費 無料 ご登録・ご利用の流れ



JA組合員様専用の
カードが誕生しました。

タイアップカードからの切り替えを
お願い致します。



暑くなる前に揃えておきたい

夏の
エレガント
フォーマル

サマーフォーマル 税込 ¥43,890~の品 JA×AOYAMA タイアップカードご提示で 税込 ¥39,501~	フォーマル 税込 ¥21,890~の品 JA×AOYAMA タイアップカードご提示で 税込 ¥19,701~	サマーフォーマル 税込 ¥32,890~の品 JA×AOYAMA タイアップカードご提示で 税込 ¥29,601~	フォーマル 税込 ¥21,890~の品 JA×AOYAMA タイアップカードご提示で 税込 ¥19,701~
---	--	---	--

AOYAMAポイントと更に
3つのポイントを選んで
使える! 貯まる!
※いずれか1つお選びください。

POINT dPOINT POINT

仕事服にお悩みの方必見!
ビジネスウェア情報や
店舗検索はこちら▶▶▶

ご来店確認用バーコード

4 0 2 9 2 0 0 4 3 5 2 1

広告有効期間本日より2026年10月31日(土)まで

※掲載商品はイメージです。※本広告掲載内容は、2026年4月時点の内容です。セール内容および割引内容などが変更になる場合がございます。※オンラインストアを除く全国の洋服の青山でご利用いただけます。※補上げ・ネーム・その他お直しにつきましては、別途補正料金を頂戴いたします。※補正料金・送料は割引対象外となります。ご了承ください。※詳しくは店舗スタッフまで。

青山タイアップコード

地区本部名	店舗指定	コード番号	地区本部名	店舗指定	コード番号	地区本部名	店舗指定	コード番号	地区本部名	店舗指定	コード番号
くにびき		11673	やすぎ	安来南支店	11829	隠岐		11676	石見銀山		11680
やすぎ	生活燃料課	11674	やすぎ	伯太支店	11830	隠岐どうぜん		11677	島根おち		11681
やすぎ	赤江支店	11827	やすぎ	広瀬支店	11831	出雲		11678	いわみ中央		11682
やすぎ	安来東支店	11828	雲南		11675	斐川		11679	西いわみ		11683

令和8年度

地域貢献・
地域活性化支援事業

募集

地域住民や
JAの組合員が構成員である
グループ・団体・非営利法人の
地域活性化・地域貢献活動を
応援します

支援内容
概要

- ① 地域活性化団体活動表彰(副賞10万円)
募集期間 令和8年5月7日(木) ▶ 9月30日(水)
- ② フードバンク・子ども食堂活動支援
(活動に要する費用。上限10万円)
募集期間 令和8年5月7日(木) ▶ 10月30日(金)

詳細はこちらから



島根うまれの食材レシピしまねうレシピ

キッシュ風ほうれん草とじゃが芋のオーブン焼き

材料（4人分）

- ほうれん草……………1束
- じゃが芋……………1個
- 玉ねぎ（小）……………1個
- バター……………20g
- 卵……………2個
- A
 - 牛乳……………100cc
 - ピザ用チーズ……………40g
 - 顆粒コンソメ……………小さじ2
 - 塩こしょう……………少々

作り方

- ①鍋にお湯を沸かし、ほうれん草を茹でて水に取り、水気を絞って4～5cmの長さに切る。
- ②じゃが芋は皮をはいで縦に半分に切り、5ミリの厚さの半月切りにして、耐熱皿に乗せ、ラップを軽くかけてレンジ（600w）で2分加熱する。
- ③フライパンにバターを入れて火にかけ、玉ねぎを炒める。火が通ったらじゃが芋も加えて炒め、火を止め、粗熱を取る。
- ④ボウルに卵を溶きほぐし、Aを加えて混ぜ合わせ、ほうれん草を入れて混ぜる。更に、粗熱のとれた③も加え、よく混ぜる。
- ⑤深さのある耐熱皿に④を入れて平らにする。
- ⑥オーブントースターで15分加熱する。焼き色がついて中まで焼けたら出来上がり！（焼き時間は機種によって加減してください）

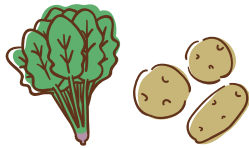


コメント

- ・生地無しで炒めた野菜を混ぜてあとはトースターで焼くだけ!!簡単キッシュです。
- ・ホイルカップに入れて焼けば、お弁当のおかずにもぴったり!

アレンジ

- ・ツナ缶やベーコン、ウィンナーを追加してグレードアップ!
- ・野菜はアロココリー、小松菜、ミニトマト、アスパラ、茄子など季節の野菜に替えても美味しいです。



カルパッチョきのこソースかけ

材料（4人分）

- お好みの刺身……………1さく
- 新玉ねぎ……………1個（150g）
- しめじ……………1袋
- しいたけ……………2枚
- オリーブ油……………小さじ2
- A
 - にんにく（すりおろす）……………ひとかけ
 - 玉ねぎ（すりおろす）……………1/6個
 - 醤油……………小さじ1
 - 塩……………小さじ1/3
 - こしょう……………少々
 - レモン汁……………大さじ1
 - オリーブ油……………大さじ2
 - パセリ……………適量

作り方

- ①刺身は薄切りにする。
- ②新玉ねぎは薄くスライスする。（辛みが気になるなら水にさらして水気をきる。）
- ③しめじは小房にし、しいたけは薄くスライスする。
- ④フライパンにオリーブ油を小さじ2と③のキノコを加えて炒め、火が通ったら皿に取り出して冷ます。
- ⑤ボウルにAを混ぜ合わせ、熱が取れた④と、①の刺身を加えて和える。
- ⑥皿にスライスした玉ねぎを広げ、その上に⑤を中高く盛り付け、パセリを散らす。



コメント

- ・いつものお刺身にひと手間加えて、レモンの爽やかな風味の洋風お刺身に!
- ・野菜やきのこもたっぷり摂れ、おかずにもおつまみにも最適です。

アレンジ

- ・ミニトマトやパプリカ、セロリ、きゅうり、青しそ、水菜などいろいろな野菜と組み合わせ!
- ・かつおのたたき、サーモン、タコ、ホタテやローストポークや肉の冷しゃぶでも出来ます。

健康散歩 For Your Health

身近なヘルペスと帯状疱疹

JA島根厚生連

新緑がまぶしい季節になりました。春から初夏へと移り変わるこの時期は、環境の変化や忙しさから疲れが出やすい時期でもあります。こうした疲労やストレスをきっかけに症状が現れることがあるのが「ヘルペス」です。

ヘルペスはヘルペスウイルスによる感染症の総称で、いくつかの種類があります。例えば、唇や口の周りに水ぶくれができる「口唇ヘルペス」は単純ヘルペスウイルス1型が原因で起こります。体の片側に痛みと発疹が現れる「帯状疱疹」は水痘・帯状疱疹ウイルスが原因で起こります。ヘルペスウイルスは一度感染すると体内の神経に潜み、普段は症状がなくても、疲労やストレス、体調不良などで体の抵抗力が弱くなったときに再び症状が現れることがあります。

なかでも帯状疱疹は、子どもの頃にかかった水ぼうそう（水痘）が原因で起こります。水ぼうそうにかかった覚えがなくても、知らないうちに感染していることが多く、多くの大人の体内にはこのウイルスが潜んでいるといわれています。水ぼうそうが治った後もウ



イルスは体内の神経に潜んでおり、加齢や疲労、ストレスなどをきっかけに再び活動して発症します。はじめは体の片側にピリピリとした痛みや違和感が現れ、その後、赤い発疹や水ぶくれが帯状に広がっていくのが特徴です。

日本では、約3人に1人が生涯で帯状疱疹を経験するといわれており、特に50歳以上で発症しやすくなります。多くの場合は数週間で皮膚症状は治まりますが、人によっては皮膚の症状が治った後も神経の痛みが長く続くことがあります。そのため、痛みや発疹など気になる症状が現れた場合には、医療機関を受診することが大切です。治療は抗ウイルス薬が中心で、発疹が出てから72時間以内に飲み始めることが望ましいとされています。また、帯状疱疹には予防のためのワクチンもあり、発症や重症化を防ぐ方法の1つとして注目されています。

日頃から十分な休養や栄養をとり、無理をしない生活を心がけましょう。忙しい時期ほど体調の変化に目を向け、気になる症状があれば早めに医療機関へ相談しましょう。

【編集後記】 ぶどうは秋の季語ですが、ハウスで加温栽培をする島根ぶどうはこれからがシーズン! 先日は益田の初出荷式取材してきましたよ☺️丁寧に育てられたデラウェアはまるで紫の宝石のよう! 初出荷の様子はJAしまねのYouTube、インスタグラムにも載せていますので、ぜひ表紙のQRコードからご視聴くださいませ!! (児)