



2021

JAしまねびより 7

July
Vol.64



特集

災害から守る

防災・減災の意識を高めよう





森脇 淳宏さん(74才)

今月は、島根おちち地区本部。川本町でピーマンの生産に取り組む川本町園芸組合・会長の森脇淳宏さんにお話を伺いました。



早期退職して本気で農業を

島根県の中央に位置する川本町は、周囲を山々に囲まれたのどかな風景が広がる地域です。森脇さんは、55歳の時に約30年勤めた川本町役場を早期退職し、実家の農業を継ぎました。「農業を始めるなら早い方がやりがいも感じられ長く継続できる。父が元気なうちに習いながらやろう」と農業に向き合いたいという気持ちが強かったと当時を振り返ります。「自然の中でできる作業はとても気持ちが良い」と農業の魅力を語る森脇さん。しかし、近年そんな森脇さんをはじめ、この地域の人々を悩ませる問題が起こっていたのです。

農家が頭を抱える原因は

川本町では近年、野生のニホンザルが多数出没し、せっかく育てた農作物が食い荒らされるという被害が多発。昨年度はサルの捕獲数が過去最多となり、事態はどんどん深刻化していきました。森脇さんも同様に、一生懸命作った作物を食べられてしまい、困り柵やネットを張るなど、様々な対策を施してきました。それにかかる労力や費用はかなり大きく、このままでは野菜の生産量が減少することはもちろん、被害に遭った農家の生産意欲が減退していくことも懸念される状況でした。

川本が町全体で取り組む

「ピーマン大作戦」

そんな中、園芸組合の会長である森脇さんに、「Aの営農指導員から「川本でピーマンをもっと作ってみませんか」と提案を持ちかけられたのです。「ピーマン？何故今更？」と半信半疑でしたが、よくよく聞くと、白ネギやナス・スイートコーンなどの野菜はサルの被害を受ける一方で、ピーマンだけ

は食べられなかったという声が多数あったこと。また、市場からもう少し出荷数を増やして欲しいという要望があったこと。更に、実が軽く、高齢者や女性でも作業がしやすいという理由からでした。

鳥獣対策と言えれば生産者が補助金を申請して、自身でネット張りなどの作業をするのが当たり前でしたが、「行政も一緒になってみんなでピーマンを川本の特産にしていくと

ピーマン大作戦に期待を寄せる森脇さん



「この取り組みは素晴らしい」と森脇さんは、この取り組みに賛同。昨年度より「ピーマン大作戦」と称し、園芸組合と共に女性部や青年連盟、町、JAが一つになって生産拡大に向け活動をスタートさせました。

町営バスで「ピーマン大作戦」



町営バスを活用した集荷の本格始動に向けシミュレーションを行う生産者ら

「ピーマン大作戦」の一環としてメディアでも注目されているのが町営のバスを活用して集荷する貨客混載事業。免許を返納して運転ができません

いなどの高齢農家が多い地域だからこそ、出荷にかかる労力を減らそうと、町内2ヶ所のバス停で生産者がピーマンの箱を積み、最終地点でJA職員が降ろすという仕組み。県内初の試みで、7月からの本格始動に向けシミュレーションを行なったところ、雨の日や、一人が数箱出荷する際にはどうやってバス停まで運ぶかなど、いくつかの課題も見えてきました。立ち会った森脇さんは「本格始動したらもっと課題は出てくるはず」と今後に向けた対策を検討し、皆で更なる解決方法を模索しています。

江川太鼓で町を支える

ピーマンで町を盛り上げる森脇さんですが、元々音楽が好きだったこともあり、川本町の伝統芸能「江川太鼓」にも長年携わり町を支えています。江川太



江川太鼓で地域を盛りあげています

鼓は、昭和47年に起きた豪雨災害の際、壊滅的な被害を受けた町の復興を願って結成された団体で、国内はもとより海外での公演も実施しています。森脇さんは結成当初か

らのメンバーとして活躍し、長年会長も務めておられました。

週1回練習する趣味の尺八



今では、若い人にも受け継いでもらおうと地元の小・中学生に教えるワークショップを続けるメンバーを見守っています。その他にも週1回尺八の練習にも参加するなど、趣味でも地域の人の関わりを楽しんでいます。

町に元気を取り戻すために！

森脇さんはこの取り組みを通して、川本町のピーマンの生産量を増やすのはもちろん、生産者同士の連携が生まれることに期待を寄せています。「仲間ができれば、一緒になって問題点を話し合ったり相談できたりと、メリットがたくさんある。生産者が増

プチっと情報！

ピーマン

森脇さんがおススメするのは「ピーマンの肉詰め」「豚肉とピーマンの焼肉タレ炒め」。また肉団子の彩りとしてピーマンを小さく刻んで加えるのもおススメ。島根おおち地区本部のピーマンを購入するには「愛菜の郷」マークが目印。県内のスーパーで購入できます。ぜひ見つけてくださいね！



★お問い合わせ先★

J A しまね島根おおち地区本部
営農部米穀農産課 0855-83-1623



芽欠き作業をする森脇さん



7月の収穫に向け生育を確認します

えれば地域も盛り上がり、空気も変わる」と熱く語る森脇さん。そして、まだまだ元気に農業を続けた方々をサポートし、歳をとっても働ける」というモデルを作っていくたいの思いも。この「ピーマン大作戦」も「江川太鼓」も、どちらも川本の町を元気にするために始めた活動です。「周りが動いてくれるので、じっとしているわけにはいきません」と地域のために意欲的に活動を続ける森脇さんでした。



災害から守る

防災・減災の意識を高めよう



皆さん、災害への備えはできていますか？

近年、全国で多発している自然災害。島根県でも昨年7月に発生した「令和2年7月豪雨」で、県内を流れる江の川が氾濫し、大きな被害を受けました。

災害の発生を止めることはできませんが、被害を軽減させることは可能です。そのためには、今までの経験をしっかりと活かし、家族・地域を巻き込んで災害に「備える」ことが重要となります。

「備えあれば患いなし」。防災対策について今一度チェックしていきましょう。

写真=令和2年7月豪雨で被害を受けた江津市桜江町

日頃の生活から意識を

1 災害について話し合おう～避難場所や避難経路を確認～

災害時には家族全員が協力し合うことが求められます。定期的に家族で防災について話し合う機会を作りましょう。

例えば ①自宅は安全か ②避難場所はどこか ③地域の危険場所はどこか ④どの道を通って避難するか ⑤子どもやお年寄りはどうやって避難するか ⑥非常持ち出し品を準備しているか…など

さらに!! 避難ルートを歩いてみましょう。災害時の状況によっては避難経路が通行止めになることも！複数のルートを考えておくとう安心です。



2 非常時持出品を準備しよう

避難するときに持ち出す最小限の必需品です。重すぎると避難に支障が出るので必要最小限のものをまとめましょう。

- ①ヘルメット・防災ずきん ②懐中電灯 ③携帯ラジオ
- ④予備電池 ⑤非常食(乾パンやアルファ化米など火を通さず食べられるもの)
- ⑥水 ⑦救急医薬品・常備薬 ⑧貴重品
- ⑨生活用品(衣類・軍手・ナイフ・ライター・缶切り・簡易トイレなど)
- ⑩マスク・アルコール消毒液・体温計 など



3 ハザードマップを確認しよう

ハザードマップとは、自然災害による被害とその範囲を予測した地図のことです。

各市町村のHPで公開しています。また、こちらのQRコードからも確認できます。



島根県わが家の防災チェックBOOK：家庭で防災について話し合おう、非常時持出品より

防災 わが家の風水害対策

(1) まずは情報収集から！

台風や豪雨は、その接近や発生をある程度予想することができます。日ごろから気象情報を気かけ、注意が必要などときにはテレビやインターネットで最新の情報を収集しましょう。

(2) 平常時の備え

★家屋のチェックポイント

窓ガラス

ひび割れ・破損・ぐらつきはないですか。

雨どい

つなぎ目ははずれ、塗料のはがれはありませんか。



屋根

瓦やトタンのひび割れやズレはないですか。アンテナはしっかり固定されていますか。

屋外の設置物

プロパンガスのボンベはしっかり固定されていますか。

(3) 被害が心配されるときには…対策を確認しよう

屋内では…	路上では…	海辺では…
風圧や飛来物で窓ガラスが割れ、破片が吹き込む危険があります。内側からゴムテープを×にはり、カーテンは閉めておきましょう。	看板が飛んだり、街路樹が倒れたりする危険があるので、近くの建物の中に避難しましょう。ただし、大雨をとまぬ場合には、地下には逃げ込まないように。	転落や高波、高潮に巻き込まれる危険性があります。すぐに高台に避難しましょう。強風や豪雨のときにはサイレンなどの警報が聞こえないこともあるので十分に注意を。
屋内では…	車の運転中は…	河原では…
床下・床上浸水の危険があります。家具や貴重品などを2階へ移動させましょう。	豪雨で視界が悪く、操作ができなくなる危険もあります。水が少ない場所を選びながら、ゆっくりと高台へ避難しましょう。浸水でエンジン止まるときには、無理に再始動させるとエンジンを傷めてしまいます。	急な増水や土砂災害の危険があるので、川などには近づかず、すぐに避難しましょう。そこで雨が降っていなくても、サイレンなどの警報が聞こえたらすぐに逃げてください。
がけ崩れ	土石流	地すべり
<ul style="list-style-type: none"> ・がけからの水がにごる、音がある ・地下水やわき水が止まる ・斜面のひび割れ、変形がある ・小石がばらばら落ちてくる など 	<ul style="list-style-type: none"> ・近くで山崩れなどが発生 ・立木の裂ける音や岩の流れる音がある ・雨が降り続けているのに、川の水位が下がる ・川の水がにごったり、流木が交ざる など 	<ul style="list-style-type: none"> ・地鳴り、家鳴りがする ・根の切れる音がある ・地面が振動やひび割れをする ・家やよう壁、道路に亀裂が入る ・家やよう壁、樹木、電柱が傾く など

害発生

からには？

具体的な対策を確認しよう

風が強いとき

大雨のとき

土砂災害は前兆に注意を

防災

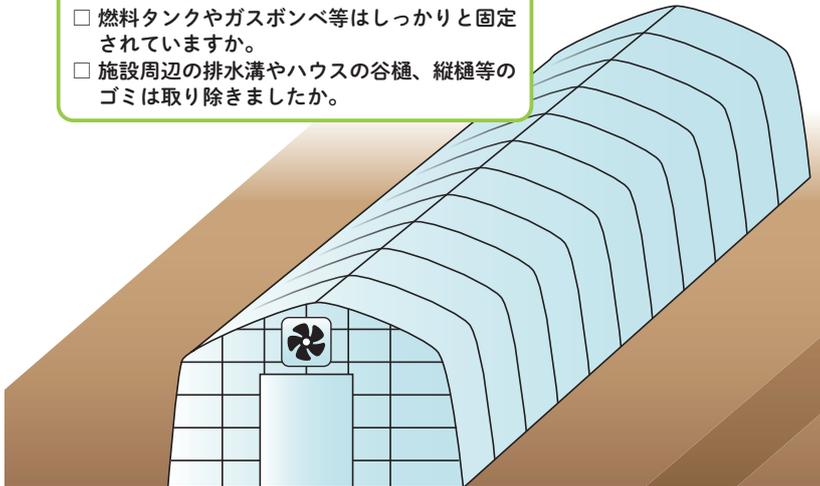
農業被害を起こさないために…

農業用ハウスを台風等の災害から守るため、保守管理や補強は重要です。常に気象情報を注視し、日頃からの点検・保守管理を実施しましょう。

【チェックリスト】

●**周辺整備**

- ハウス周辺の地面は、雨水の滞留やハウス内侵入を防ぐよう整備しましたか。
- ハウス周辺から飛来が予想されるものを片付けましたか。特にガラス温室周りは入念に行いましたか。
- 燃料タンクやガスボンベ等はしっかりと固定されていますか。
- 施設周辺の排水溝やハウスの谷樋、縦樋等のゴミは取り除きましたか。



排水溝

【チェックリスト】

●**破損・倒壊対策**

- 被覆材のたるみや破れはありませんか。
- 換気部（サイド部・谷部）、被覆材の隙間等の風の吹き込み口となる箇所はありませんか。
- ハウスバンド、被覆材の留め金具に緩みはありませんか。
- プレースや筋かいの留め金具に緩みはありませんか。
- 基礎部、接続部分、谷樋・柱に腐食・サビはありませんか。
- 準備していた斜材を設置するなど応急的な補強はしましたか。
- ハウスの出入り口の補強（かんぬき等）や戸締まりはしましたか。
- （換気扇のあるハウス）強風時は、開口部や吸気孔を塞いで換気扇を排気運転し、ハウス内を減圧していますか。

農業被害をおさえるには？

【チェックリスト】

●**停電対策**

- 寒冷紗等の設置で高温を防止し、タンクにかん水用水を貯水しましたか。
- 自動換気（天窓、側窓）・遮光カーテンの手動開閉の操作器具や足場は準備できていますか。
- （発電機を持っている場合）非常用発電機を養液栽培装置、環境制御装置に接続しましたか。また、事前に動作確認を行いましたか。

分野別の予防・減災対策はこちらで検索！



農林水産省 予防減災情報

検索

J Aとしての対策

J Aしまねでは、組合員の皆さまに巡回等を通じて、気象情報の今後の動きや注意点、今すぐできる対策例や対策時の注意事項などの情報を提供し、被害の未然防止に努めています。

また万が一、災害が発生した場合には、被害状況調査を行い、皆さまの営農がスムーズに再開できるよう、様々な支援を行います。

〔災害に強い施設園芸づくり月間〕の制定について（農林水産省）(<https://www.maff.go.jp/>) を加工して作成

自然災害
災害守る



©よい食P

J A建物更生共済にご加入の皆様へ

島根県内でも自然災害（台風・豪雨・地震等）が多発しています。自然災害によって家屋や家財に被害があった場合は、J Aにご連絡をお願いいたします。

例えば

- ① 台風によって屋根・雨樋が壊れた。
 - ② 豪雨により住宅が床上浸水した。
 - ③ 地震により家屋が半壊した。
 - ④ ご契約された建物や家財について発生した火災や自然災害によって、おケガをされた場合。
- ※共済金の支払いには、一定の要件があります。

●直近の自然災害共済金支払状況（島根県）

（共済金支払額5,000万円以上）

年・月	災害名	支払共済金額
2020	9月 台風9号・10号	9,100万円
	7月 7月豪雨	4億9,000万円
	12月 雪害	8,200万円
2018	9月 台風24号	8,800万円
	7月 台風7号・7月豪雨	10億8,300万円
	4月 島根県西部地震	29億4,200万円
	11月 雪害	11億円
2017	10月 台風21・22号	5,800万円
	6月 台風3号	7,900万円
	1月 雪害	4億5,000万円
2016	10月 台風18号	1億2,700万円
	1月 雪害	1億4,700万円
2015	8月 台風15号	6,900万円

※JA共済連島根調べ

ご存じですか？

令和3年5月20日から市町村が発令する「避難情報」が変更となりました。避難勧告は廃止し、「避難指示」に一本化。

“避難指示で必ず避難”

となります。詳細は右のQRコードをご確認ください。



くらしの保障、相談するなら



耕そう、大地と地域のmiraい。JAグループ



現場の声を
もっと聞きたい

組合長が行く！



今月の
訪問先

- JAしまねやすぎ地区本部管内
- 農事組合法人 **ファーム宇賀荘**
- 農事組合法人 **のきの郷**

JAしまねの石川寿樹組合長ら本店常勤理事は、JA自己改革の一環として、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。



「ファーム宇賀荘」は、水稲や大豆、ソバなどを栽培。無農薬で「どじょうの住める環境で育ったお米」として栽培する「じょう米」、減農薬・無化学肥料により環境に配慮し栽培する「エコ大豆」など、安心安全な栽培に取り組んでいます。岡田一夫組合長ら3人は、高齢化による担い手不足や、スマート農業のJA側のサポート体制、県の事業を活用して建設する水稲乾燥調製施設と有機JAS認証の取得について意見・要望を述べられました。また、既存の施設についても触れ、「米と大豆の乾燥調製施設の一部が共用のため、適期で大豆の刈り取りができない。なんとか改善していただきたい」と要望されました。



ファーム宇賀荘の岡田組合長

今回は、「農事組合法人ファーム宇賀荘」「農事組合法人のきの郷」の2法人を石川寿樹組合長や山根盛治副組合長ら本店常勤理事が訪問し、現場の「生の声」を伺いました。



ファーム宇賀荘の岡田組合長（右から2人目）らと意見を交わす石川組合長（左）ら

「ファーム宇賀荘」は、水稲や大豆、ソバなどを栽培。無農薬で「どじょうの住める環境で育ったお米」として栽培する「じょう米」として栽培する「ど

「のきの郷」は、水稲や大豆、麦やソバ、キャベツやトマト、なたねやイチゴなどを栽培。性別や年代に関係なく構成員が活躍できるよう、様々な品目を栽培し、菜種油の加工事業や観光農園にも挑戦されています。また、イベントや子ども達への体験学習を通じて地域の活性化や魅力を発信しています。山本耕一組合長ら2人は、現在までの取り組みや、今後予定している事業展開について、また構成員の青年部・女性部員の活躍や次世代の担い手について話されました。「たべものづくりはひとづくり。就農してもらうには魅力的で、一人ひとりが活躍する場がないといけない」と力強く話されました。



のきの郷の山本組合長（左から2人目）からイチゴ栽培について説明を受ける石川組合長（左）ら



★組合長から一言★



今回はやすぎ地区本部管内の2法人を訪問させていただきました。ファーム宇賀荘は、農水省が5月に打ち出した政策方針「みどりの食料システム戦略」よりも前から、無農薬栽培などの環境負荷軽減を行いながらの栽培に取り組んでおられます。先進例として、今後の取り組みにも大いに期待がもてる法人です。また、のきの郷は、多岐にわたった経営をなさっており、今後も新たな取り組みを考へておられるなど、挑戦心や熱意が大変素晴らしい法人です。後継者の育成にも積極的に取り組んでおられ、今後、若手の活躍にも期待しております。

組合長より一句
どじょうすくひの郷の青田にこふのどり



topics
1

花を贈り医療従事者へ感謝とエールを



“新型コロナウイルス感染対応の最前線で奮闘する医療従事者へ感謝と応援の意を示そう”と、JAしまねは「JAしまねThanks! フラワーエールプロジェクト」を開始しました。県内42カ所の医療機関へ5月後半から11月前半の毎月2回、県産花卉を使用したフラワーアレンジメントを贈り、同時に、コロナ禍で需要が落ち込む県産花卉の消費促進と産地維持を目指します。

6月2日には、同JAの石川寿樹組合長と同JA常務で島根の花振興協議会の石川薫会長が出雲市の県立中央病院を訪問。小阪真二病院長へ、県産の「ガーベラ」「カスミソウ」「カーネーション」「バラ」などを使用したフラワーアレンジメントを手渡しました。石川組合長は「コロナ禍で病院関係者の皆さんには日夜頑張っている。ささやかではあるが、花を贈呈し感謝の意とエールを送りたい」とあいさつ。小阪病院長は「花を見ると癒される。患者さんも来るたびにどんな花があるかと楽しみにする」と感謝を述べられました。



花は地元の花屋が趣旨のイメージに合うようアレンジメント

冠婚葬祭の縮小・中止や今回の緊急事態宣言の影響を受けている花卉（かき）業界。厳しいときには花の相場が半値程度まで落ち込み、2020年度の売り上げは、前年度比約2割減の約3億6,000万円でした。同協議会の石川会長は「コロナの影響を受けている花卉農家に対して何かできないかと思いがあつた。こうした活動が農家の下支えになれば」と話しました。



小阪病院長（左）へ花を手渡す石川組合長（中）と石川会長

JAしまねは7月31日～8月1日の2日間、出雲市のゆめタウン出雲で花のイベントを開催します。

場所 … ゆめタウン出雲 本館1階 X SELL前特設会場

- | | | |
|-----------------|--------------|-------------------------|
| 7月31日[土] | ★9:30～17:00 | しまね夏の花品評会に出品された県産花きの展示会 |
| | ★10:00～16:00 | 親子対象/フラワーアレンジメント教室 |
| 8月1日[日] | ★9:30～12:00 | しまね夏の花品評会に出品された県産花きの展示会 |
| | ★12:00～ | 品評会出品花きの即売会 |

イベントについてのお問い合わせは…本店米穀園芸部園芸課 TEL:0853-25-8694 まで
※新型コロナウイルス感染症の発生状況により内容が大きく変更する場合があります。



topics
2

JA運営に反映を 総代代表者との意見交換会を開催



JAしまねは6月4日、ウェブ会議で総代代表者らと意見交換会を開きました。各地区本部の総代代表者ら22名が参加し、営農経済や信用共済の事業改革についてなど、JA役員と活発に意見を交わしました。

この意見交換会は、組合員の意見や要望を聞き、JAの事業運営に反映させることを目的に、年2回開催しています。

JA役員が2020年度事業報告や2021年度事業計画、営農経済・信用共済事業改革の進捗（しんちよく）などを説明。石川寿樹組合長は「安定した経営基盤を確立し、組合員の皆さんの期待にこたえていくためにも、先を見据えて事業改革を進めていく」と話しました。

総代の代表者からは、20年産米の在庫状況によって21年産の価格にも影響がでるのではないかと危惧する声が上がった他、コンプライアンス体制や内部統制システムの取り組み状況、産直事業の取り組みへの期待、支援事業の継続要望などの意見が上がりました。



ウェブを活用し実施

topics
3

お知らせ 次回8月号は総代会特集!

6月27日（日）に開催した第7回通常総代会の様子は、8月号の特集面にてご紹介いたします。本来であれば7月号にて皆さまにお繋ぎすべきところですが、作成スケジュールの都合から8月号への掲載とさせていただきます。

なお、総代会情報は、先行して当JAのホームページへ掲載していますので、ぜひご覧ください。



QRコード

輝く50万パワー☆ しまねの女性部！

やすぎ女性部

地域のみなさんや、
女性部員が元気になる
楽しい活動を行っています

やすぎ女性部では、『JA女性 地域で輝け 50万パワー☆』の活動方針をもとに様々な活動に取り組んでいます。

令和2年度は新型コロナウイルス感染症の影響を受け、残念ながら思うような活動ができませんでした。

そういった中ではありましたが、今年の12月には4回目の開催となったグラウンドゴルフ大会を実施し、体を動かして楽しみながら活動することができました。

また、3月にはフレッシュミズ部会「かぐやひめ」主催の開運だるま作りを行い、女性部員も参加して交流を図りました。

今年度も新型コロナウイルス感染症の影響はあると思いますが、「できない」ではなく「できること」を考え、女性部とフレッシュミズの活動が充実するよう取り組んでいきます。



一所懸命青年連盟

JAしまね出雲青年連盟

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

JA YOUTH

こまつ まさし
小松 正嗣さん



JAしまね出雲青年連盟（以下、農青連）に加入している小松正嗣さん(39)は、出雲市平田地区で柿9haを栽培しています。島根大学へ進学し、20代後半で地元兵庫に戻り就職。その後再び島根に1ターンし、出雲市で就農されました。

30代目前まで、地元のコンピュータシステムソフトウェアの会社で働いていた小松さん。今まで全く接点のない農業を志すきっかけとなったのが、東日本大震災でした。被災地へのボランティア活動に参加し、日常にある当たり前のことの大切さ、生きることの大変さに触れ、「食べること、生きること」に直結した仕事をしたい！」と就農を決意しました。現在は、「平田の西条柿を全国に発信する」という目標をかかげ、日々柿栽培に励んでいます。

農青連に加入して8年目。現在は平田支部の役員を務めイベントへの参加や、食農教育などを実施しています。

「農青連は、地域のこれからの担う農業者とJAが一同に集まれる組織。自分たちの経営方法や課題などを共有することで、新たに気づけることも多くあり、地域内でのつながりを密にすることもできる。活動を通して、地域農業をより活発にし、新規で就農する人達が今以上に増えるよう働きかけたい」と話しました。



あなたもチャレンジ!
家庭菜園
シュンギク
収穫後に花も楽しもう

シュンギクの生育適温は15～20度と冷涼な気候を好み、春(3～6月)と秋(9～11月)が栽培適期です。カロテンの含量が多く、ビタミンC、カルシウム、鉄分なども豊富です。

品種

シュンギクの種類は、葉の大きさや切れ込み方により、大葉種、中葉種、小葉種に大別されます。大葉種は葉が大きく、切れ込みは浅く、えぐ味が少なく、「おたふく春菊」(中原採種場)、「菊之助」(タキイ種苗)などがあります。中葉種は切れ込みがあり香りが強い品種で、株立ち型では、「さとゆたか」(サカタのタネ)、「きわめ中葉春菊」(タキイ種苗)など、株張り型では、「菊次郎」(タキイ種苗)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(図1)、ベッド幅1～1.2mとし、高さ5cm程度の平畝を作ります。

種まき

条間20cm、深さ5mm程度の浅いまき溝を4条切り、1cm間隔で種まきします(図2)。好光性種子のため、覆土はごく薄く掛けます。種まき後、十分に灌水(かんすい)し、発芽まで乾燥させないこと。また、幼苗を保護するために不織布をべた掛けすると良いでしょう。

間引き・追肥

発芽後、本葉2枚までに3～4cm間隔に間引き、株元に軽く土寄せします。その後、本葉5～6枚の頃に、10～15cm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(図3)。

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、伸びてきたわき芽の葉を2枚残して切り取ります(図4-1)。株張り型と大葉種では、草丈が20～25cm程度に育てきたら、株ごと抜き取るか、株元から刈り取って収穫します(図4-2)。なお、春に咲く黄色い花は美しいので、株を残しておきましょう。

図2 種まき

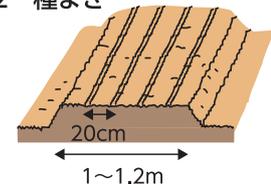
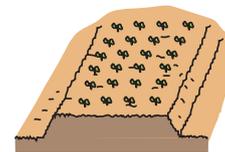


図3 間引き



2回に分けて間引きをし、最後は株間を10～15cmにする

図4-1 摘み取り収穫

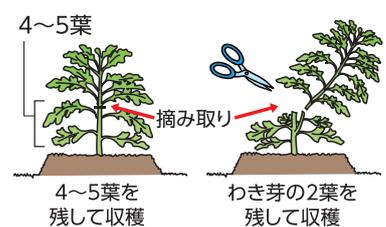
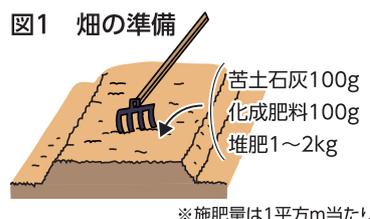


図4-2 抜き取り収穫



図1 畑の準備



※施肥量は1平方m当たり

園芸研究家 成松 次郎

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

理事会情報 (5月28日開催)

【協議事項】

- ①職制規程(機構図)の変更について
 - ②農産物検査業務規程の一部改正について
 - ③令和2年産島根米買取価格の設定について
 - ④令和2年度決算の承認について
 - ⑤令和3年度業績還元額の取り扱いについて
 - ⑥第7回通常総代会への附議議案について
 - ⑦本店子会社等の役員への派遣及び推薦について
 - ⑧JA全中による「取組指標を満たしていないJA」への再指定に伴う「JAしまね不祥事再発防止策(兼体制整備計画)」の再策定について
 - ⑨組合と理事との取引(契約)の承認について
 - ⑩系統団体および関連団体等への役員就任について
 - ⑪新型コロナウイルスの対応を踏まえた第7回通常総代会の開催について
 - ⑫通常総代会にかかる「総代会参考書類」および「議決権行使書」の取り扱いについて
 - ⑬JAしまねの「不断の自己改革」の実践に関する特別決議について
 - ⑭今後の本店施設整備にかかる検討について
 - ⑮役員報酬総額等の設定について
- (紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)

裂果・病害について確認
ぶどう栽培講習会開催

いわみ中央ぶどう部会（佐々木巖部会長）は、5月25日江津市後地町石田政司氏の圃場にてデラウェアと大粒系ぶどうの栽培講習会を開催しました。

デラウェアの仕上げ段階での作業や大粒系ぶどうの摘房・摘粒作業から着色までの管理について講習を受けました。今年産は例年より1週間程度、生育が進んでおり早い園ではデラウェア、大粒系ぶどうとも果粒肥大期を迎えており実止まりも良好です。現在のところ病害虫発生はないものの、梅雨入りが早いことにより降水量が多い見通しであることから裂果や病害、生理障害に向けての対策等のポイントを参加者で再度確認しました。

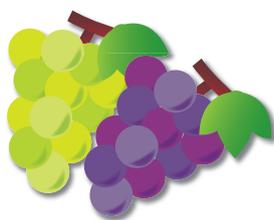
デラウェアは6月末、大粒系ぶどうは7月中旬出荷を目指し慎重な管理が続きます。



ぶどう産地ツアー開催

いわみ中央ぶどう部会（金城支部塚本守支部長）は新たな担い手・ぶどう作業サポーター確保、ぶどう産地認知度向上を目的に、5月29日西川正恒氏圃場（金城町新開団地内）でぶどう産地ツアーを開催しました。この取り組みは、部会産地振興ビジョンPJメンバーが中心となり一昨年からの計画してきた内容で、今年で2回目の開催となり浜田市・江津市内より10名の参加がありました。

参加者は、JA担当者よりぶどう産地の概要、栽培の流れを聞き、作業体験では部会員が講師となり将来的に房の形となる花穂を調整する意味やポイントの説明を受けながら、花穂整形作業を体験しました。参加者からは「店頭に並ぶまでの作業管理の苦労がよく分かった」と、ぶどうができるまでの過程や作業の大変さを感じ、また「来年、再来年も続けて参加し勉強したい」と意欲ある感想もいただきました。



芽かき・摘心作業確認
いちじく栽培講習会開催

5月26日、浜田市いちじく生産組合（川端久幸組合長）は浜田市日脚町河野洋氏の圃場にて、いちじくの栽培講習会を開催しました。

当日は、西部農林水産振興センター藤江普及員を講師に迎え、芽かき・摘心作業について講習を受けました。特に摘心については、参加者と一緒に葉の枚数を数えながら確認を行いました。



今後向こう一ヶ月の気温は、ほぼ平年並みで、降水量は多い見通しとなっています。病害虫の発生状況や生育進度を確認し、作業が遅れないよう参加者で再度確認を行いました。

いちじくは8月中旬の出荷を目指し日々の管理が続きます。

いわみ中央産直振興協議会 第7回総代会が開催

6月11日、いわみ中央産直振興協議会総代会がいわみ中央地区本部にて開催され、島根県西部農林水産振興センター、浜田市、江津市3名の来賓よりご祝辞をいただきました。また、産直会員891名の中から令和2年度努力された方を3部門上位3名に販売表彰を行いました。



総会では令和2年度事業・決算報告及び令和3年度事業・予算などの提案があり、すべて承認されました。また、役員改選では会長に峠田等（三隅支部長）氏、副会長に野田忠雄（江津支部長）氏が承認されました。

今年度は菅農塾（5期生）、育成塾（3期生）の開講。来年度の協議会設立20周年記念大会に向けての取組み。販売エリアの拡大、きめ細かな商品管理などを目的とした、島根県下統一JANコードへの取組み。支部活動では、生産者所得の向上、栽培技術の習得、会員相互の親睦など目的意識を持った活動を進めて行く事を確認しました。

いわみ中央地区本部

医療機関にエール フラワーアレンジメントを贈る

JASいしまねではコロナ禍で業務が増大している県内医療機関に、県内産の花を使ったフラワーアレンジメントを贈りました。

「JASいしまねThanks!フラワーエールプロジェクト」は、新型コロナウイルスへの対応で業務が増加している医療機関を応援するとともに、イベント中止等で需要が減少している花の消費拡大が目的としています。いわみ中央地区本部では5月21日、佐々木豊地区本部長が浜田医療センターへフラワーアレンジメントを贈りました。

正面玄関に展示いただく予定で、病院を訪れた人々の癒しになればと願っています。



全職員で地域貢献 ボランティア活動

5月～6月にかけて地域貢献活動の一環として全職員によるボランティア活動を行いました。各支店ごとに計画し、女性部と合同で海岸清掃、地域のまちづくりセンター内の清掃や草刈りなどを2時間から3時間かけて行いました。道路沿いや敷地の草刈りでは草刈り機がフル回転、館内の窓もきれいになりました。毎年の取り組みで地域の理解もあり、お礼の言葉をいただくことも多くなりました。さらに地域貢献できることを検討したいとの意見もあり今後全職員で取り組んで参ります。



異常気象に負けない稲づくりを ～水稲青空講習会～



5月31日～6月3日にかけて水稲青空講習会を開催し、44会場で300名の参加をいただきました。JA営農指導員より今年の生育状況と天候をふまえ、6月の管理のポイントとして「水管理・除草対策」「スタミ

ナ肥」「病害虫対策」について説明を受けました。また、今後の管理として、間断灌水とスタミナ肥の施用を行ない、中干しをしっかりと行うことで異常気象に負けない稲づくりを呼びかけました。



地域の話

小学校で田植え体験

5月18日、浜田市立雲城小学校の5年生16名が米作り体験学習を実施しました。この日は小雨が降る肌寒い天候ではありませんでしたが、金城町小国にある学習田「すくすく田んぼ」に集合し、地域のボランティアの皆様の指導のもと、約10アールの面積に「コシヒカリ」の苗を丁寧に植えていきました。少ない人数で最後まで自分たちで植えることができ、ボランティアの方も感心しておりました。秋には、稲刈りや収穫祭を開催する予定です。



5月19日、浜田市立波佐小学校で田植え体験学習会が行われました。全校生徒13名と波佐まちづくりセンターの協力で、地域の方にもお手伝いいただき一緒に「きぬむすめ」の苗を植えていきました。はじめにさんばいさん（田の神様）にお花をあげて、豊作を祈ってよいよ



田植えのスタート。横に1列になつて、地域の方に指導いただきながら植えていきました。途中では、波佐保育園の園児による可愛い田囃子による可愛い田囃子による応援があり、見学に来ていた家族や地域の方もほっこり笑顔！終了後はランチルームで、昨年収穫したお米と生徒が育てた黒豆で作ったおむすびをみんなでいただきました。



ふれあい農業体験塾

～第1回 田植え～

5月23日浜田市周布町、6月6日江津市川平町の2会場にて田植え体験を開催しました。

この活動は子どもたちに「食」と「農」の大切さを学んでもらおうと田植え、稲刈り、収穫祭など年間を通して計画しています。

今年も多くのご家族の参加希望がありましたので、新型コロナウイルス対策として3密を避けるため2班に分けての作業としました。



両日とも晴天に恵まれ田植え日和となった中、JA営農職員から苗の植え方などの説明を受けたあと一列に並んで田植えが始まりました。初めて田んぼに入る子、何度か体験している子と様々ですが、尻もちをついても泥の感触を楽しみながら、丁寧に一生懸命植えていきました。

また、お米ができるまでの過程を身近に見てもらおうとバケツ稲を用意しました。各自で一束の稲を植え、家に持ち帰り「小さな田んぼ」を育ててもらうことにしました。水の管理や中干しなどを体験し、秋には一合ほどのお米ができる予定です！



～第2回 さつまいも・大豆苗植え～

6月20日浜田市上府町の畑でさつまいもと大豆の苗植えを行い、20家族が参加しました。

今回も2班に分け、JA営農職員より勉強会と畑に植える作業を交互に行いました。勉強会では芋の種類や植え方によって芋の大きさや数が違ってくことなどを学びました。



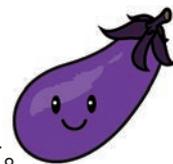
前日までの雨で畑はぬかるみ状態。長靴をとられる子、尻もちをつく子など大変な作業となりましたが、一つ一つ丁寧に植えていきました。「大豆を植えるのは初めてなので成育を見に来たい、泥だらけになったけど楽しかった」などの声が聞こえました。

9月下旬にさつまいも、10月下旬から大豆が収穫を迎えます。

きんさい市場消費者交流会 参加者募集!



～夏野菜下漬物色々!～



夏野菜を通して、浜田の農産物をもっと知って味わってみませんか?
産直きんさい市場を利用したことがある人もない人も是非お待ちしております。

日 時：令和3年8月5日(木) 9:30～12:00(受付9:00)

場 所：JAしまね いわみ中央地区本部 ふれあいホール

内 容：夏野菜を使って漬物作りに挑戦!

講 師：農家生産者(いわみ中央産直振興協議会会員)

人 数：20名(申込先着順)

参加費：無 料

エプロン、筆記用具持参

申 込 み：電話またはFAX(住所、氏名、電話番号)

申込期間：令和3年7月20日(火)～令和3年7月30日(金)



【お問合せ・申込先】

JAしまね いわみ中央地区本部

営農経済部 営農企画課

TEL: 0855-22-8812

FAX: 0855-22-0679

農業用廃プラスチックの回収を行いました。

6月16日、17日の2日間6会場にて廃プラスチックの回収を行いました。昨年6月には全体で約4,100kgでしたが、今回は約6,900kgの廃プラスチックの回収があり、昨年に比べて、約2,700kg多く持込みされました。

今回はハウスピニールが多くあり、その他にも空の肥料袋、育苗箱と多種にわたり回収を行いました。次回は11月に予定しており、作業の中で使わなくなった物があれば案内を行いますので、ぜひご持参ください。併せてどれが回収できるものかご不明なことがあれば、お近くの営農経済センターまでご相談ください。



生活科授業で野菜を育てよう

浜田市立石見小学校2年生60名は、4班に分かれきんさい市場黒川店を訪れ、野菜苗を購入しました。この活動は生活科の授業の一環で、育てる野菜は事前に家庭で聞いたり図書館で調べたりしました。そして、トマトやピーマンなど育てる野菜を決め、苗の購入に出かけました。どの苗がいいかなと、一つ一つの鉢をよく見ながら、お気に入りの鉢を選びました。

学校に持ち帰り早速、苗を鉢に植えました。「早く育て、おいしく食べてあげたいな」「家族にも食べてもらいたいな」など、会話からもワクワクする様子が見られました。また、「水はどの位やればいいのか」「水やりの時間はいつがいいのか」など、1年生の時にアサガオを育てた経験を思い浮かべながら、世話の仕方を考える様子も見られました。

今後は観察記録をつけながら成長過程を学びます。



産直トピックス

5月の営農塾

【第5回 5月26日】

座学：島根県西部農林水産振興センター 橋本順也技師による「農薬の特性・使用方法・病害虫防除」について説明を受けました。



【座学】

・農薬の特性①用途別分類②毒性等③農薬の関係法令④購入・保管⑤農薬の形態について。特に「毒物、劇物」の管理には施錠を十分注意を払うなど。
 ・使用方法①使用薬剤のラベル内容確認②希釈の仕方③散布時の服装・注意④散布後の薬剤処理
 ⑤農薬使用の記録をする、特に農薬の散布には農薬登録上の作物名、適用害虫名、希釈倍率、使用時期、使用回数などラベルを確認して使用すること。

・病害虫防除については①病害虫の発生要因②主因への対策について説明があり、特に発生要因には、主因・病原菌や害虫の存在、素因・作物の体質（生育不良など）、誘因：好適な環境（高温、多湿など）の3つの円の重なる面積が大きいほど大発生するなど。
 塾生からは、「かぶ」と「こかぶ」では、大きさが違うが農薬は違うのか？などの質問もあり大変有意義な講義でありました。

圃場実習：ミニトマト、中玉トマトに支柱を立てて誘引作業と次回（6月9日）のさつまいもの定植準備として畝立てを行いました。



【圃場実習】

6月の営農塾

【第6回 6月9日】

座学：島根県西部農林水産振興センター 静野誠子鳥獣対策専門員による「有害鳥獣被害防止について」

野生動物をとりまく状況について、近年、荒地や作物を作っていない所に野生動物が住みやすい環境になっていくため、竹林や果樹などに餌となるものが沢山あり有害鳥獣の被害が多くなっているとのこと。被害を最小限にする3大柱として①環境整備
 ：畑に近づきにくくする②防護柵：作物を食べられないようにする③有害捕獲：犯人を捕える。管内の身近な被害を例に説明され、恐ろしくもあり分かりやすい講義でした。今後は畑の周りの草刈りや柵も地際までしっかりと固め、野生動物が近づかないように管理し、農産物の収穫に努めてください。



【座学】

また、アライグマが益田市の方から繁殖し浜田市の方へも来ているようなので足跡を見かけたら連絡を下さいと説明がありました。
 塾生からは、自分の畑も被害があり、大変勉強になったと喜んでおられました。
 圃場実習：さつまいも（紅あずま）の定植とミニトマト、中玉トマト、スイートコーンの追肥と草取りを行いました。



【圃場実習】

6月の育成塾

【第2回 6月15日】

第1部では、島本宏委託講師による「肥料と堆肥の種類と使い方」の講義を受けました。

1. 肥料成分の主要な動きと欠乏・過剰の症状について
 2. 肥料の位置づけについて、肥料の種類には、無機質肥料（化学肥料）、単肥（尿素、塩化カリなど）と複合肥料（化成肥料、配合肥料など）があること。
 3. 作物に合った施肥時期について
- 第2部では、島根県西部農林水産振興センター 橋本順也技師による「播種・育苗について」の講義を受けました。

1. 種子について
- (1) 種子の種類について
- (2) 発芽について：発芽のプロセスや蒔き方、発芽確認後の管理と定植

最後に：一粒万倍（全ての植物の原点は種子です）、苗半作（良い苗が立てられれば、栽培の半分は上手くいったも同然）を学び、実習も行いました。
 塾生からは、多くの質問が出るなど熱心に聞き入り有意義な講義となりました。





教えて野菜作り!

2021年7月号

地這いキュウリ (ウリ科) (露地栽培) 原産地：インドヒマラヤ山麓



買ったキュウリの苗。「よく見るとポットに小さく地這いキュウリとあり普通のキュウリと間違えて買ってしまったようだが、普通に支柱栽培が出来るのだろうか？」との相談。みなさんならどう思われますか？

実は、地這いキュウリにも蔓がありますが、敷きワラなどにつかまるためでしょう。特に暑さには強く、地面に這わせるので風にも強いのですが、病害虫の被害に遭いやすいのも事実です。地這い品種を支柱立てにすると収量が少ないと言う人もいますが、支柱に絡ませての栽培も可能です。(カボチャ、スイカを棚で栽培しているのと同じ)

地這い品種は主枝(親ヅル)より側枝(子ヅル)の方が沢山成る品種です。親ヅルは途中でカットし、子ヅルを伸ばすことにより次から次へ脇枝が出てきて、そこにキュウリが出来ていきます。そうして全体がジャングルになります。ですから、地を這わすだけのことなんです。

4~5月に植えられた支柱栽培でのキュウリも今年は乾燥や、急な雨などで、すでにあまりこの先収穫が見込めないという方もおられるのではないのでしょうか？

少し広い場所が確保できれば、地這い栽培は誘引などの手間もいりませんので、誰でも簡単に栽培が出来ますし、9月でも収穫できるというのはいいですよね。

〇作型

月	7月			8月			9月			10月		
	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下
主な作業	○			○			—			—		
	播種			定植			収穫					

※「鞍つき」は直径30cmほどの丸い畝のことです。(写真1)



植え付けの準備	<ul style="list-style-type: none"> 種まきの1週間前に、サンライムを1㎡当たり150gを入れ、深さ30cmくらいまでよく耕します。 種まきの1週間前に、1㎡当たり堆肥3kgと野菜美人100g、油粕80gをまいて土とよく混ぜておきます。 <p>※鞍つきを作る。(写真1)</p>
種まき・間引き	<ul style="list-style-type: none"> 鞍つき1カ所に深さ1cm、5~6粒ずつ種を播きます。(※横平まき) ホットキャップをかけ保温します。気温が高くなるにつれてホットキャップの先端に少しずつ大きな穴を開けていきます。 本葉が1~2枚になったら、1カ所2本に間引きます。 本葉が4~5枚の時さらに最終1本に間引きましょう。
管理	<ul style="list-style-type: none"> 親ヅルが伸び始めたら7~8節で摘芯します。 子ヅルは3~4本ほどを均等に配置し、これも7~8節で先端を摘みます。 孫ヅルの先は面倒でなければ、2節目で摘むようにしますが一般には放任しても良いでしょう。
追肥	<ul style="list-style-type: none"> 蔓が伸び始めたところから1㎡当たり30gのS604を株の近くに播き、それ以後も20日に1回の割合で追肥をします。
収穫	<ul style="list-style-type: none"> 開花後7~10日して、長さ20~23cmほどで収穫します。 葉の陰に隠れた果実を取り残さないようにしましょう。

※「横平まき」種を植え溝に平になるように撒くこと。

※親ヅルが伸び始めたら7~8節で摘芯します。

(写真2)



〇ポイント

・マルチを株元に敷くとウリハムシ(ウリバエ)の幼虫を防ぐ事ができます。(成虫が根元に卵を産めないようにします。)(写真2)

・敷きワラがあれば栽培は楽ですが、最近ワラも手に入りやすく、価格も高いので、ホームセンター等でスタレを安く売っていますので、適当な幅に切ってキュウリの蔓の下に敷けばOKです。敷きワラならぬ、敷きスタレです。是非お試しを!





島根県西部農林振興センターからのお知らせ

農薬は必ずラベルを確認して適正に使いましょう

ここ数年、小売店や産直市の店舗に陳列されている農産物から登録外農薬や基準値を超える残留農薬が検出され、保健所からの出荷物回収命令や産地が出荷物を自主回収する事案が全国的に起きています。その原因には以下のような場合があります。

- ★ 農薬の登録内容を確認せずに使ってしまった
- ★ 隣の作物にかけた農薬が、対象作物にかかってしまった
- ★ 器具の洗浄不足で、前回使った農薬が混ざってしまった

農薬は、病害虫の防除だけでなく除草作業等の労力軽減に欠かせないものとなっており、正しく使えばとても便利ですが、使い方を誤ると重大事故につながります。

農薬散布の際には、「登録内容（ラベル）の確認」と「飛散（ドリフト）防止」に十分に気を付けて適正に使用しましょう。

また、農薬散布後は「防除器具の十分な洗浄」を行うとともに、「ほ場毎に防除履歴をきちんと記帳」しておきましょう。

※水稲箱処理剤は残効性が非常に長いため、水稲育苗ハウスでの育苗後、野菜などの後作栽培を予定している場合は以下のことに注意しましょう。

- ① 水稲箱処理剤は育苗ハウス内で使用しない
- ② 播種同時処理した育苗箱をハウス内に置かない

農薬使用前に農薬ラベル内容を必ず確認しましょう！

- 農薬ラベルには、作物名、病害虫名、希釈倍率、使用量、使用時期（収穫前〇日まで）、使用回数などが記載されています。記載以外の使い方は絶対に止めましょう。
- また、農薬にも使用期限があります。必ず期限内のものを使いましょう。

農薬散布時には飛散（ドリフト）させないようにしましょう！

- ドリフトとは、農薬を散布する際に対象作物以外に農薬が飛散してしまうことです。
- ドリフトが原因で様々な問題が起こる可能性があります！
 - ・他作物への付着による農薬の残留
 - ・近隣住民や公共施設等への危害 など

【ドリフト防止ポイント】

- 風が強い時の散布は行わない（風向等にも注意）
- 散布圧力を上げ過ぎず、できるだけ作物に近い位置で散布する
- ほ場が隣接する耕作者間等で防除情報を共有する

令和3年8月1日(日)



虹のホールはまだ

人形供養祭

人形供養祭

人形受付 (虹のホールはまだ・JA江津葬祭会館)

7月26日(月)~30日(金)

13:00~16:00

7月31日(土)

13:00~17:00

人形受付(当日)

8月1日(日)

8:30~10:00

供養祭

8月1日(日)

10:30~11:00



葬儀事前相談会

8月1日(日)

9:00~12:00

★お願い

不燃物(ガラス製 金属製 陶器製 土製等)はお受けできません。
ケースは、はずしてお持ちください。

開催場所 虹のホールはまだ

主催：株式会社 いわみ中央 JA葬祭センター

電話：☎ **0120-522-354** (JA江津葬祭会館)
江津市和木町1136-35

☎ **0120-222-532** (いわみ中央 JA葬祭センター)
浜田市下府町1821-5 (石央物流団地内)



もっと身近に。JAバンクアプリ。



アプリの4つの特徴

1	カンタン登録!	2	口座残高をチェック!	3	明細の照会がらくらく	4	ネットバンクへ手軽にアクセス
<p>キャッシュカードがあればすぐに利用開始可能。郵送や店舗への来店は必要なし!</p>		<p>口座残高を好きな時にアプリでチェックできる!</p>		<p>アプリをひらけば入出金の明細がすくに確認できる!</p>		<p>アプリのサービス画面から、ネットバンクにアクセス!* ※別途、JAネットバンクの契約が必要です。</p>	

JAバンク <https://www.jabank.org/app/>

JA所有土地売払いのお知らせ

次の財産を売払い致します。

No.	区分	所在地	登記地目	地積	備考
1	土地、建物	江津市渡津町626-1他	宅地	986.00㎡	旧渡津支所

※面積については実測と異なる場合があります。

〔申込受付期間〕 令和3年7月26日(月)～令和3年8月25日(水)

※受付の先着順でお話しを承ります。

お問い合わせ先 JAしまね いわみ中央地区本部 企画管理課 TEL 0855-22-0202
 受付時間 午前9時～午後5時(土日祝祭日を除く)



朝市「や市」
浜田市弥栄町

弥栄のみらい創造会議（まちづくり推進委員会）では、弥栄の朝市「や市」を、毎月第3日曜日の午前9時から弥栄町長安本郷にある弥栄会館で開催しています。

地元の若者農家グループの野菜販売コーナーや、弥栄の食材を使ったライスバーガー、漬物など加工食品のお店が並びます。

また、「や市」に合わせて、神楽や音楽会、とんど焼きなど、様々なイベントも同時開催され、賑わっています。



福祉センターからのお知らせ

電動四輪車（シニアカー）について

簡単操作

排気ガスを出さない

100Vコンセントで充電

今回は車いすの種目に入る電動四輪車について簡単にご説明します。電動四輪車は買い物や散歩など日常の移動手段としてご利用いただける「ハンドル形電動車いす」です。動くスピードは最高で時速6kmで成人の早歩きする程度の速さになります。機種にもよりますが1回の充電での連続走行距離は約20km～30kmです。充電した電気を使いモーターで動くため、音も静かで、まるで歩くように外出を楽しむことができます。歩行車扱いになりますので、歩道と車道の区別のある道路は歩道を通行しましょう。歩道がないところは道路の右端を通行しましょう。しかし、電動四輪車は歩行者から見るとバイクなどと変わらないと感じると思います。歩行者のそばを通る時は十分気を付けて通行するようにしましょう。

歩行車として扱われます。

非課税で消費税はかかりません。

免許は必要ありません。



（介護保険レンタル：1割負担で月々約2,000円 購入：定価約350,000円～500,000円）

お問い合わせは 福祉センター 其原まで 0855-22-8918

人事異動

【退職者】 令和3年6月30日付

氏名	現部署	区分
江川 裕子	浜田支店 業務課	依願退職
中田 達也	営農経済部 経済課 SS浜田店	依願退職
坂野亜耶子	営農経済部 営農企画課	依願退職
植野 明美	企画総務部 福祉センター	依願退職

【異動】 令和3年7月1日付

氏名	新部署	旧部署
前原 逸子	浜田支店 業務課	三隅支店 業務課
永澤 和恵	旭支店 業務課	雲城出張所 業務課

【正式採用】

氏名	配属部署
長岡 渉	三隅支店 業務課
松浦 樹香	浜田支店 業務課
下谷 佳大	営農経済部 特産課
本田記美佳	江津支店 業務課
大江 啓太	雲城出張所 業務課

メガネ・補聴器巡回スケジュール

開催日	時間	会場
8月3日(火)	午前9時から午後5時まで	浜田営農経済センター前
8月4日(水)	午前9時から午後3時まで	浜田営農経済センター前
8月6日(金)	午前9時から午後5時まで	金城支店
8月7日(土)	午前9時から午後3時まで	金城支店
8月12日(木)	午前9時から午後3時まで	Aコープあさひ前
8月13日(金)	午前9時から午後12時まで	Aコープやさか前
8月23日(月)	午前9時から午後3時まで	江津西支店
8月24日(火)	午前9時から午後3時まで	浜田西支店
8月25日(水)	午前9時から午後3時まで	三隅支店
8月26日(木)	午前9時から午後3時まで	雲城出張所
8月27日(金)	午前9時から午後3時まで	江東事業所

ご自身・ご家族のメガネ調整、補聴器点検等気軽にお立ち寄り下さい!!

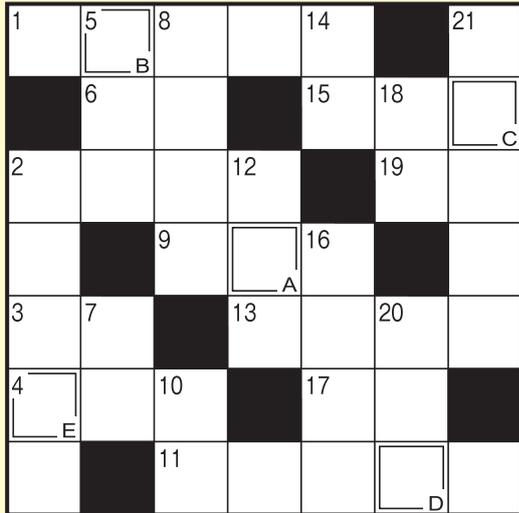
年金相談会

8月26日(木) 浜田支店
午後3時から午後7時まで
8月27日(金) 雲城出張所
午後3時から午後7時まで



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 鉱石を高温でドロドロにする装置。高炉とも呼ばれます
- ⑤ 川や池の土手のこと
- ⑦ 信号機で「止まれ」を示す色
- ⑧ 家屋を壊して新しく造り直すこと
- ⑩ 墨も料理に利用する魚介
- ⑫ 大きな魚はこの形でパック詰めされていることが多い
- ⑭ 令和3年の——の日は8月8日。国民の祝日です
- ⑯ ねぶた祭で知られる県
- ⑱ 「五七五七七」などの形式で作られます
- ⑳ 飛行機で人や荷物を運ぶこと
- ㉑ 井戸端会議中に楽しむもの

ヨコのカギ

- ① 最低気温が25度以上の夜のこと
- ② 寺子屋では字の——やそろばんを教えました
- ③ 地球の中心部にあります
- ④ 長良川で有名な伝統漁法
- ⑥ 親戚の——を頼って仕事に就いた
- ⑨ 高速道路のサービス——で一休みした
- ⑪ 親潮は千島——とも呼ばれます
- ⑬ 帰る客を玄関まで——に行った
- ⑮ 力士が腰に締めます
- ⑰ 割、分、厘の次
- ⑲ 虫が入ってこないように布団の周りにつるします

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・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

〒697-0024 浜田市黒川町3741 番地
J A しまね いわみ中央地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2021年8月6日（金）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆

「サンダル」



俳句の広場

最優秀賞

声までもかろやかになり更衣

浜田市 三沢 孝子様

優秀賞

立ちこめる霧に溶けこむしじみ舟

出雲市 石橋 厚様

生きもののをらぬ水田の代を掻く

津和野町 田中とよし様

心地良き夫の相槌初夏の朝

出雲市 竹田喜久子様

佳作

上蔭の徹夜の構 遠き日に
日盛りや傘のフリルの風に揺れ
更衣破れをかがる妻のあて
落担ぐ肩に大地の香りあり
チューリップクレパスの色使いきる

浜田市 小川美砂子様
出雲市 小豆澤典子様
出雲市 藤江 堯様
兵庫県 小田 和子様
邑南町 三宅伊知枝様

「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」8月号 定価629円（税込）
ご購入は、お近くのJAへお問合せください。



J A しまねよりは、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）8月号は川柳を募集します。1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。

応募方法

俳句または川柳、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、ハガキ、FAX、Eメールのいずれかでご応募ください。
※応募作品は自作で未発表のものに限ります。
※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」
F A X : 0852-67-7708
Eメール: fureai.hon@ja-shimane.gr.jp



最優秀賞、優秀賞の4名様には「農協全国商品券1,000円分」をお贈りします。

・お預かりした個人情報は、プレゼントの抽選・発送のみに使用し、その他の目的で利用することはありません。



利用期間 ~2021年8月31日まで 除外日：8月10日~8月14日

島根県在住の方対象！ 1日10組限定

島根県在住の方必見！

しまねの食材を主に使用した！
地元応援プラン

1泊2食付 通常販売価格
17,600円(税込)

25%OFF

地元応援プラン価格

13,200円(税込)

更に #WeLove山陰キャンペーン利用で
8,200円(税込)

1室大人2名様以上 お1名様 ※部屋タイプの指定は承りません

上記の金額は、サービス料・消費税込となります。別途入湯税150円をお預かりいたします。

8月31日宿泊迄

#We♡山陰 キャンペーン

1名様につき
5,000円割引適用

しまねっこクーポン
8月31日宿泊迄

2,000円分付与

島根県内の飲食店、土産物店、
交通機関などで利用可

隠岐産



鯛のこじょうゆ
茶漬

大田産



銀山赤どり
シルク鍋

地産地消会席



地産地消会席
地魚3種盛り

さらに！

ホテル玉泉利用助成

助成対象 J A し ま ね 共 済 加 入 者
組 員 員 お よ び そ の 家 族

宿泊 **3,000円助成!!**

※1人当たりの利用金額が3,500円以上の場合適用致します。
※割引が適用できない場合がございます。詳しくは、お問
い合わせください。

※詳細につきましては専用パンフレット
をご用意しております。下記販売店ま
でご請求下さい。
満室などの理由により、ご希望に添え
ない場合があります。
予めご了承下さい。



しまね和牛ステーキ



江津産
白いハムサラダ
まる姫ポーク



大東産
玄米麺

写真はイメージとなります

●お問い合わせ・お申し込み

J A し ま ね 旅 行 セ ン タ ー 本 部 TEL.0853-25-8907 (株) 農 協 観 光 山 陰 統 括 支 店 TEL.0852-26-2600



J A し ま ね 総 合 ポ イ ン ト カ ー ド 「お さい ふう カ ー ド」会 員 様 へ

おさいふカード
会員募集中!!

優待割引 のお知らせ



J A し ま ね ×



メガネの三城

メガネ一式
10%OFF!!

補聴器
5%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 島根県内メガネの三城全店 ※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。

お問合せ



J A し ま ね 本 店 経 済 部 生 活 課 [TEL] 0853-25-8907

夏野菜肉じゃが



コメント
・ひき肉を使ったり、じゃが芋や南瓜をレンジで軟らかくしたりする事で、煮込み時間を短くしました。
・トマトの酸味が肉のうまみを引き立て、さっぱりとしたお味です！
・生で食べることの多い夏野菜ですが、火を通すことでより栄養の吸収を高めます。

アレンジ
・ズッキーニやゴーヤ、ピーマン、きゅうり等の夏野菜も使えます。
・残った肉じゃがを卵としにし、ご飯にかけて肉じゃが丼に！

材料 (4人分)

牛ひき肉…………… 150 g
 南瓜…………… 250 g (1/4個)
 じゃが芋…………… 300 g (2個)
 玉ねぎ…………… 200 g (1個)
 オクラ…………… 8本
 トマト(大)…………… 1個
 酒…………… 100cc
 A 砂糖…………… 大さじ3
 濃口醤油…………… 大さじ1.5
 B 塩…………… 小さじ1/2
 水…………… 150cc
 C 片栗粉…………… 小さじ2
 水…………… 大さじ2

作り方

①南瓜は種とワタを取って、一口大に切る。
 ②じゃが芋は皮をむいて、一口大に切る。
 ③①と②を耐熱皿に入れ、ラップを軽くしてレンジ(600w)で4分間加熱する。
 ④オクラはヘタの先を切り落とし、ガクをむいて熱湯でさっとゆで、水に取ってから、斜め半分に切る。
 ⑤トマトはヘタを除いて一口大に切る。玉ねぎはくし形に切る。
 ⑥鍋に牛ひき肉を入れ、肉にAの調味料をかけ、ひと混ぜしたら火をつけ、炒るようにして火を通す。
 ⑦肉の色が変わったら、③のじゃが芋と南瓜、玉ねぎ、Bの調味料を加えて5～6分間蓋をして中火で煮る。
 ⑧トマトとオクラを加え、トマトに火が通ったら、Cの調味料を加え全体を混ぜて煮て、火を止めたら完成。

材料 (4人分)

冷凍しじみ…………… 150 g
 絹ごし豆腐…………… 200 g
 ニンニク…………… ひとかけ
 油…………… 小さじ2
 酒…………… 大さじ2
 A 水…………… 大さじ2
 薄口醤油…………… 大さじ1
 葉ネギ…………… 2本

作り方

①豆腐は軽く水気をきり、1.5cm角に切る。ニンニクはみじん切りに、葉ネギは小口切りにする。
 ②フライパンにみじん切りにしたニンニクと油を入れ、弱火にかける。
 ③香りが立ってきたら、凍ったままサツと水洗いしたしじみ(生のしじみでも良い)を入れて中火で軽く炒める。
 ④Aを加えひと煮立ちさせ、豆腐を加えて蓋をして、しじみの口が開くまで蒸す。
 ⑤器に盛り、葉ネギを散らして完成。

土用しじみと豆腐のスタミナ蒸し



コメント
・夏に旬を迎えるしじみは栄養価が高いため、夏バテ予防や疲労回復効果が期待できる食材です。
・「土用しじみ」を食べる習慣は、夏土用に鰻を食べる前からあったと言われています。
・冷凍保存したしじみは、うま味が凝縮してさらに美味しくいただけます。

アレンジ
・スタミナ蒸しをパスタに絡めてオリーブ油を回しかければイタリアンに！
・豆腐の代わりに茹でた冬瓜を使っても美味しいです！



健康散歩 早口言葉に挑戦しませんか？

JA島根厚生連

世界中で広がる新型コロナウイルス感染症により、私たちの生活環境は大きく変わりました。マスクを着け外出することが日常となり、今までのように友達に会って食事をしたり、地域活動や趣味の集まりへの参加も減ったりしたのではないのでしょうか。

自粛生活が続くことによって、要介護状態の一步手前である「フレイル」が悪化してしまう人が増えているようです。よく耳にするようになった「フレイル」という言葉ですが、「オーラルフレイル」という言葉はご存じですか？

「オーラルフレイル」とは、口(オーラル)の虚弱(フレイル)という意味です。嚥んだり飲み込んだりする口腔機能が衰えることによって、むせたり食べこぼしたり、噛めないものが増えたりする状態のことをいいます。この状態が進行すると、低栄養や誤嚥性肺炎などを引き起こしてしまうため、口腔機能を維持させることは、健康維持と密接にかかわっているのです。

まだまだ終息の兆しのない新型コロナウイルス感染症。今後も自粛生活によって人との会話が減り、口を動かすことが減ると、口や舌の周りの筋肉は、どんどん衰えてしまいます。

そこでおすすめは、早口言葉です。みなさん一度は人と競い合った経験があるのではないのでしょうか。早口言葉は、唇、頬、舌の巧みな動きを必要とするため、口と舌の体操になります。姿勢を正し、できるだけ大きくしっかり口を動かして声に出しましょう。速さだけでなく、はっきりと発音することも大切です。

オーラルフレイルを予防するために、早口言葉に挑戦して、意識して口を動かすようにしましょう。

【早口言葉の例】

- ・赤巻紙 青巻紙 黄巻紙
- ・隣の客は よく柿食う客だ
- ・坊主がびょうぶに
上手に坊主の絵を描いた
- ・東京特許許可局

