

2023
6
June
Vol.87

SNSで旬な情報を
投稿しています



JAしまねびより

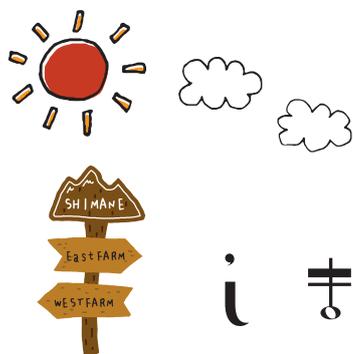
特集
有機農業への挑戦



町につけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers

殿山 正記さん
[石見銀山地区本部]

JALしまね いわみ中央地区本部版



つけた しまのファーマーズ

Shimane farmers



殿山さんが管理するメロンハウス

とのやま まさき 殿山 正記さん(55歳)

今月は石見銀山地区本部。大田市温泉津町井田地区でメロン栽培に取り組んでいる殿山正記さん(55)にお話を伺いました。

就農バスツアーがきっかけで メロン農家に

大田市温泉津町井田地区。山間部にあるのどかなこの地域は、知る人ぞ知る「ゆのつメロン」の生産地です。この地区で春・秋と1年に2回のメロン栽培を行っている殿山さん。10年前、出身地の神奈川県で会社員として働いていた際に、妻の裕子さんと「このまま会社員として働くのではなく、そろそろ次のステップに進もうか。できれば2人で一緒にできる仕事がいいね」と話していました。ちょうどその頃、立ち寄った東京都・銀座(当時)にある島根県のアンテナショップで、東京都と大阪府を発着とする島根県への就農相談バスツアーのことを知ります。「自分でメロンを作ることができるなんて」と興味を持った殿山さん夫妻。バスツアーに参加し現地を見学した際に、研修場所や補助金など新規就農に関する行政や地域の支援が手厚かったこと、そして地元の人々が歓迎してくれていることを実感。2013年に大田市へ移住しメロン栽培の研修を始めました。

メロンのトロ箱栽培

ここ温泉津町井田地区では、トロ箱栽培という方法でメロンを育てています。トロ箱とは、漁業用に使用する発泡スチロールのこと。少量の土が入ったトロ箱に苗を定植させ、チューブで栄養入りの水分を与えながら育てていきます。殿山さんが栽培しているのは、香り豊かで甘みがたっぷりの「アムスメロン」。この品種は木や実が弱いため病気にもなりやすく、他の品種より一層気を遣いながら育てる必要

があるそう。殿山さんはここ2、3年でやっと感覚が掴めてきたようですが、一筋縄ではいかない大変さも実感しています。

また、近年は高齢化に伴い農家は減少、さらに、悪天候なども影響して安定供給の難しさは課題の一つです。それでも殿山さんがずっと続けられているのは、メロン栽培が「おもしろい」から。需要と供給のバランスや栽培管理など、目の前の課題に立ち向かいながらも前向きに取り組んでいます。

都会地にはほとんど出回らない 幻のメロン

「アムスメロン」は出荷日から3〜4日で柔らかく食べ頃になります。そのため、関東・関西への輸送には向いておらず、ほとんどが中国地方の市場への出荷や直接配達される贈答用として取り扱われています。毎年、注文受付を始める、都会に住む子どもに送るといふ人や、地元の人を楽しみに待っている人たちが問い合わせが多く寄せられ、注文数に追いつかないこともあるほどの人気ぶり。

しかし市場では、ネット系のマスク(アールスメロン)に比べ、どうしても価格を低くつけられてしまう傾向があるといえます。「一般的なメロンのイ



発泡スチロールを使ったトロ箱栽培

メージであるネット系に負けないくらい、このメロンは「甘い」と胸を張ってアピールする殿山さん。さらに、所属している温泉津町施設園芸組合では、安心・安全な農産物を証明する県版GAP「美味しまね認証」を取得。「ゆのつメロン」の価値を上げていくことを目指しています。



まんまと実ったアムスメロン

猫との時間が癒し



殿山さんにとって、家で飼っている猫たちと戯れる時間が何よりの癒し。もともと、保護猫だった2匹を引き取って飼いはじめ、今では5匹に。「2匹だった時は、車で神奈川県の実家に連れて帰ったり、旅行にも出掛けていましたが、5匹だとそうもいかず…。最近はずっと遠出ができません」と笑いながら語る殿山さん。数年前に購入した家で、のびのびと猫たちとの暮らしを楽しんでいます。



殿山さんとともに暮らす猫たち

大切な地域を守りたい気持ち

移住を決めた理由の一つでもあるのが「井田地区の人のあたたかさ」。殿山さんの人柄もあって今ではすっかり地域に溶け込み、農業のことはもちろん、その他のことも気軽に教えてもらえる大切な存在です。その代わり、地域内でも若い方である殿山さんは、積極的に草刈りなどに参加し、お互い助け合える良い関係性が築かれているそう。また、妻の裕子さんは農業の傍ら地域タクシーや食堂、地域の農産品の商品開発などに関わり、地域活性化にも取り組んでいます。



取材をしていると自治会長さんからのどくろのお裾分けが…!

ゆのつメロンのおいしさを知ってもらいたい

現在管理しているハウスは7棟。夫妻で作業するのは手一杯で、殿山さんは「あとは品質を上げていくことに力を入れたい」と話します。今後は、自分たち



メロンの栽培管理に汗を流す殿山さん

プチっと情報!

ゆのつメロン

「ゆのつメロン」は大田市温泉津町のさわやかな気候の中で育った、香り豊かで自然な甘みがたっぷりのメロン。太陽の光をたくさん浴びせるために手間暇のかかる立体栽培で育てるなど農家の皆さんのこだわりが詰まっています。出荷から3~4日が食べ頃で、食べる前に冷蔵庫で3時間程度冷やすとより一層おいしく食べられるのだそう…。ぜひ皆さんも食べてみては…😊



今後の新たな展開にも注目です。

情報発信の方法やブランド化への構想も広げていきたい考えも持っています。「おそらく、島根でも『ゆのつメロン』を知っている人は少ないと思います。寒暖差が大きいこの井田地区で、手間暇かけて丁寧に育てられたメロンは、甘みが凝縮されていておいしいんです！」と、自信を持っておすすめする殿山さん。



ひとつひとつ手作業でツルを上へ誘引することで日当たりが良くなり、作業もしやすくなります

への挑戦



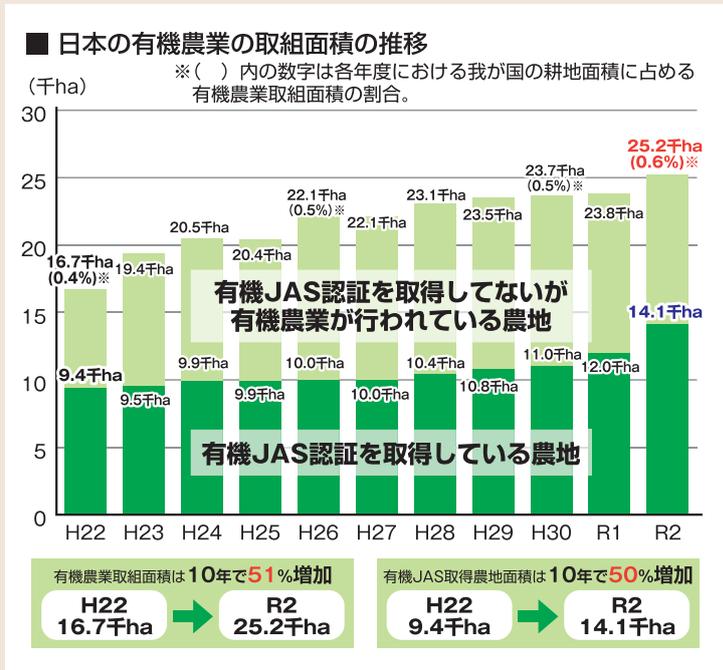
低減などを進める「みどりの食料システム戦略」や、肥料を始めとした生産資材高い品目を中心にモデル実証を行い、段階的に生産を拡大していきます。そこで、

まずは…有機農業って？

我が国において、有機農業とは「有機農業の推進に関する法律」で「化学的に合成された肥料及び農薬を使用しないこと並びに遺伝子組換え技術を利用しないことを基本として、農業生産に由来する環境への負荷をできる限り低減した農業生産の方法を用いて行われる農業をいう」と定義されています。

日本の有機農業の取り組み面積

日本の有機農業の取り組み面積は過去10年で約5割拡大し、有機JAS認証を受けている農地の取り組み面積が拡大傾向にあります。(出展：農林水産省「有機農業をめぐる事情」より)



有機食品の認証制度(有機JAS認証)について

有機食品の検査認証制度は、JAS法(日本農林規格等に関する法律)に基づいて、有機JASに適合した生産が行われていることを第三者機関が検査し、認証された事業者に「有機JASマーク」の使用を認める制度のこと。堆肥などによる土作りを行い、播種・植付け前2年以上及び栽培中に(多年生作物の場合は収穫前3年以上)、原則として化学的肥料及び農薬は使用しないことや遺伝子組換え種苗は使用しないことが生産方法の基準となります。

有機JASマーク



有機JASマークが付されていない農産物、畜産物、加工食品は、「有機〇〇」「オーガニック〇〇」と表示することができません。(例：有機ホウレンソウ、オーガニックトマトなど)

JAS法とは？

食品などに規格を定めて普及することで品質の改善を図り、適切な表示をして、消費者が食品などを選択する際の助けとなるようにする法律。



有機カボチャの取り組み

今年度から有機カボチャの実証試験生産が始まっており、出雲市と雲南市の生産者5名が合計約70アールで取り組んでいます。栽培されたカボチャは兵庫県の野菜大手総合商社への出荷が決まっており、販売先を確保した上での取り組みがポイントです。将来的には県内で100トン規模の産地化を目指します。

4月下旬にはパイヤーとともに産地巡回を行いました



関係者が集まり栽培・出荷に向け、研修会を開きました



ここに注目！

有機JASをチームで取得へ

有機JASは生産者(経営体)ごとに認証を受けることが一般的ですが、この取り組みでは生産者とJASしまねが一体となった「有機カボチャ生産団体」として、認証の取得を目指します。

そうすることで、生産者が各自で認証を取得する必要がなく、事務面や技術指導、出荷段階などでJASが責任をもって対応していくことができます。また、生産者の認証取得に係る経費負担が軽減されるメリットもあります。



有機農業

今月号の特集は「有機農業」について。JAしまねは、国が策定した環境負荷の急激な値上がりなどを背景に有機農業の推進に踏み出しました！実需者ニーズの今年度から本格的に始まる取り組みについて紹介していきます😊✨

有機米の取り組み



近年、消費量の減少などでお米の市場価格が低迷し厳しい状況が続いています。JAしまねでは、より付加価値が見込める有機米に着目。今年度は斐川、雲南、島根おおち地区本部管内の3か所に合計約70アールの実証試験ほ場を設置するとともに、有望な販売先の確保に取り組んでいます。来年度以降、県内全域での有機米生産の拡大を目指しています。



ここに注目！

最大の敵「雑草」

有機米を栽培する上で課題となるのは何と言っても「雑草対策」。近年は、さまざまな抑草技術や除草技術が取り入れられています。安定的な除草等の効果を得るためには、経営規模、水田ほ場や労働力などの状況から、適切な抑草技術や除草技術を選択することが重要です！



さまざまな水田除草機

関係機関との連携

産地づくりに向け、昨年12月には島根県と楽天農業、JAしまね、県内西部地域の9市町と「有機野菜の産地づくりに関する連携協定」を締結。楽天農業の参入に伴い、各関係機関や既存の有機農家と連携し、新規就農者など有機農業の人材育成を進めます。また、今年2月には、島根大学とも連携協定を結び、同大学の持つノウハウを活かした有機農業に関わる実証研究にも取り組みます。



JAしまねの有機農業への挑戦はまだまだ始まったばかり。数年後には、より多くの人に島根県産の有機農産物を食べてもらえるよう、JAしまねは、生産者や関係機関と連携し有機農産物の販路開拓、消費者への理解増進などに取り組み、有機農業の拡大を進めていきます！

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。



現場の声を
聞きたい

組合長が行く！



今月の
訪問先

- JAしまね島根おおち地区本部管内
- 農事組合法人小田営農組合
- おーなんアグサポ隊

今回の訪問先は、農事組合法人小田営農組合と「おーなんアグサポ隊」を石川寿樹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。

農事組合法人小田営農組合は、江津市桜江町で水稲や大豆、飼料用稲(WCS)、園芸作物などを栽培する同町唯一の大型法人。大規模区画で大型機械やヘリコプターを導入し、コスト低減と作業の効率化を図っています。また、島根おおち地区本部が取り組んでいる、水害が頻発する江の川流域での梅雨前に収穫が可能なタマネギ栽培にも今季から挑戦されています。

同法人の有田高士代表理事組合長は、水稲やタマネギの追肥作業などの労力を軽くするためドローンの導入を検討していることやタマネギ・大豆・飼料用稲(WCS)による2年3作のブロックローテーションに取り組んでいることなどを説明。同JAの石川組合長は「昨年、広域玉葱調製保管施設が完成し今年から本格的に始動する。ぜひ良いタマネギを



同法人の有田代表理事組合長(左から3番目)と石川組合長(左から4番目)ら



同地区本部が推奨するタマネギ機械化体系技術を導入し栽培管理されています



取り組み内容を説明する同法人の有田代表理事組合長(右)

作っていただきたい」と話ししました。おーなんアグサポ隊は、新規就農者の確保・移住促進に力を注ぐ。邑南町が行う独自の農業研修制度。研修生は地域おこし協力隊として同町で3年間生活し、任期中に就農に必要な栽培技術や経営の知識を学びます。研修では、管内の主要品目である白ネギやミニトマト、花の他、同町が産地化を目指す県オリジナルのブドウ品種「神紅」などを学ぶ「ぶどうコース」も設置。就農サポートとして、研修と同時に研修生ごとのリースハウスでブドウの定植・育成を行い、就農2年目から収穫ができるリースハウス事業を県と町、JAで展開しています。

研修施設を見学した後、今年3月に研修を修了し、4月からブドウで自営就農したおーなんアグサポ隊7期生5名との意見交換会を行いました。7期生からは「神紅」は着色が難しくどうしても規格外品がでてくるため、JAでの買い取りなど対策を考えてほしい」「リースハウスの着工を早めに取り掛かってほしい」など多くの意見をいただきました。

研修生が快適に過ごせるようにトイレ・シャワー・エアコンなどが完備されたコンテナハウスも設置しています

アグサポ隊の研修用ハウスで「神紅」の栽培方法について説明を受ける役員ら



活発に意見交換を行いました



研修生が快適に過ごせるようにトイレ・シャワー・エアコンなどが完備されたコンテナハウスも設置しています



アグサポ隊の研修用ハウスで「神紅」の栽培方法について説明を受ける役員ら

組合長から一言



令和5年度に入って、初めての地区本部巡回。今回は島根おおち地区本部の農事組合法人「小田営農組合」と「おーなんアグサポ隊」を訪問させていただいた。最初の訪問先は、江津市桜江町の農事組合法人「小田営農組合」。過去、幾たびの水害に見舞われたが、見事に復活され、水稲22.2haを中心に、大豆4.4ha、WCS5.6ha、園芸1.8ha(うちタマネギ1.0ha)の2年3作のブロックローテーションに取り組まれていた。次に訪問したのが「おーなんアグサポ隊」。邑南町では独自の農業研修制度を導入し、新規就農者の確保や移住促進に注力されている。特に、島根県が開発したブドウの新品種「神紅」の産地化を目指しておられ、令和2年度よりこの3年間で2.7haのリースハウスが整備され、今後10haを目指して整備が進められている。今回、3年間の研修を終え、今年4月より自営就農された5名のアグサポ隊卒業生さんと意見交換する機会を得た。いずれも県外からの移住者で、ブドウ作りにおける情熱は並々ならぬものがあった。今後、JAしまねとしても、地元の島根おおち地区本部と連携し、最大限の支援を行わせていただくことを約束し、意見交換会を終えた。



巡回の様子を収めた動画はコチラ

組合長より一言
葡萄づくり
に
賭ける若人
山若葉



topics
1

JAしまね女性部が通常総会を開催



JAしまね女性部は4月27日、出雲市の朱鷺会館で第6回通常総会を開きました。2022年度活動報告や収支決算、2023年度活動計画などの全5議案を承認しました。

2023年度は、部員らが玄米を持ち寄り子ども食堂やフードバンクへ寄贈する「米一握り運動」の継続や、同JA役員との意見交換会を通じたJA運営への女性参画などに取り組んでいきます。また、7月には松江市のホテル玉泉を主会場に「中四国地区JA女性組織リーダー研修会」を開きます。

役員改選では部長に高橋美佐子さん（再・雲南女性部）、副部長に諏訪智子さん（新・くにびき女性部）、元岡タツ子さん（新・西いわみ女性部）を選出。高橋部長は「今回の役員改選では、若い世代へ交代となった。担い手の育成を図るとともに、部員同士が手を携えて取り組んでいきましょう」と呼びかけました。

総会後は、同JA出雲女性部の今岡千恵子さんが『信頼、思いやり、感謝』手と手をつなげよう女性部活動」と題し活動を発表しました。また、世田谷目黒農業協同組合より床爪晋相談役を講師に迎え「安心な相続・贈与手続きについて」と題した講演も行いました。参加した女性部員は「相続についてまさに悩んでいたところ。とてもためになった」と話しました。



開会のあいさつをする高橋部長

topics
2

安来市、JAしまね、東洋ライスが包括連携協定を締結



安来市とJAしまね、東洋ライス株式会社は10日、同市の同市役所で三者による包括連携協定を締結しました。同市産を始めとした県産米を活用した農業振興や健康増進、食育の推進などを通じ、地域社会の発展に向けた取り組みを進めていきます。

協定には①農業振興②健康増進③食育④地産地消⑤環境保全⑥三者が必要と認める事項——に関する6つを盛り込みました。最初の取り組みとして、6月5日から同市内の全公立小中学校と幼稚園1園（計2,658人分）の給食に使う米を健康機能性に優れた「金芽米」に切り替えます。週4回の給食に登場し、年間約36トンの同市産「さぬむすめ」を原料とした「金芽米」を使う予定です。

「金芽米」は、東洋ライスが開発した独自の加工技術により、ビタミンやミネラルなどの滋養源である玄米の栄養を残したまま良味を兼ね備えているのが特徴。県内では同JAやすぎ地区本部の精米センターでのみ加工ラインを導入しており、年間350トンの「金芽米」を加工しています。

同日の締結式には、同市の田中武夫市長や同社の雑賀慶二代表取締役、同JAの石川寿樹組合長らが出席。石川組合長は「さらなる県産米の地産地消を進められるよう三者で協力していく。また、この輪が県内全域に広がるようしっかり取り組んでいきたい」と意気込みました。



協定を締結した雑賀代表取締役（左）、石川組合長（中央）、田中市長（右）

topics
3

島根中酪株式会社「中酪コーヒー」リニューアル



島根中酪株式会社は5月13日、同社商品「中酪コーヒー」のパッケージをリニューアル販売しました。パッケージは長年親しまれたパッケージのイメージを守りつつ、昨年度新たに誕生した同社オリジナルキャラクター「ちゅーちゃん」と「らくちゃん」を全面的に押し出しています。

同社はオリジナルキャラクターを活用して商品のブランド力を高めようと、昨年度から商品リニューアルに取り組んでいます。これまでに宅配を中心に販売していた2商品「ちゅーちゃん・らくちゃんシリーズ」としてリニューアルしています。



PRする角田部長

第3弾となる「中酪コーヒー」は、約40年ぶりにパッケージを一新。次世代の購買層である若い世代や子どもにも飲んでほしいとリニューアルを決めました。

また、焙煎されたコーヒー豆を仕入れ、その日の製造分のみを抽出する「自社ドリップ」の特徴が伝わりにくいといった声もあり、新たなパッケージでは特徴を伝えるメッセージを掲載し消費者へPRします。

同社営業部の角田祐子部長は「今回のリニューアルでさらに多くの方に地元の中酪コーヒーを飲んでほしい。今後はオリジナルキャラクターを使った販促物も作って認知度を上げていきたい」と話しました。



これまでにリニューアルした商品

目次情報

同社のホームページでは、商品紹介やギフトセットの購入ができます😊また、インスタグラム、Twitterでも情報発信していますのでぜひチェックですよ！



想いをひとつに✿ しまねの女性部!

西いわみ女性部

JA女性組織3カ年計画
「JA女性 想いをひとつに かなえよう✿」
の実践2年目です。

つながろう✿

まもろう✿

かがわろう✿

の3つの具体的目標を掲げ活動します。

つながろう✿

仲間と・地域と・他組織と・次代と

JAしまね西いわみ女性部は「みんなで楽しく仲間づくり」をモットーに12支部で活動しています。手作りのハム作りに取り組んでおり、美味しいハム作りが部員同士の交流や親睦につながっています。

女性部員が作った安全・安心で新鮮な季節野菜や山菜などを、毎週保育園や保育所に納入し、野菜、山菜についての紹介や食べ方などを説明し、園児たちとの交流を図っています。

また、JA役職員との意見交換会やグラウンドゴルフ親睦大会も行っており、JAと女性部が共通の認識を持つことで活性化と仲間づくりができています。

今年度はミニデイサービスなどを通して地域とのつながりを深めた活動をしていきます。



一所懸命青年連盟

JAしまねくにびき青年連盟

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

わたなべ たくや
渡部 卓也さん



JAしまねくにびき青年連盟（以下、農青連）の渡部卓也さん（45）は、松江市八幡町でイチゴを栽培しています。前職はコンビニ経営をしていた渡部さん。家族との時間を大切にしたいという思いから転職を決意し、3年間の研修期間を経て令和4年に就農しました。栽培を始めて一作物ということもあり、色々とうまくいかず苦労することも多い一方で、「出荷先や消費者から予想以上の反響をいただいている」と話します。

研修先の農家が農青連で委員長を務めていた縁もあり、就農とほぼ同時に農青連へ加入しました。イベントにも積極的に参加しており、盟友との情報交換の場として農青連に期待していると話します。

渡部さんは「就農したばかりでまだまだ知名度が足りていない。多くの方にファンになってもらえるよう、高品質のイチゴを安定して生産できるよう精進したい」と抱負を語りました。

開催案内

令和5年度 水稲生産者大会

～持続可能で売れる米づくりに向けて～

県内の水稲生産者を対象に「水稲生産者大会」を開催します。近年の温暖化による水稲の収量・品質低下などの課題に対して、土づくりや肥培管理のポイントについて、専門家による解説を行います。JAしまね本店斐川事務所をメイン会場にWEB会場も設けますので、生産技術の更なる向上による良質米の生産に向けて、ぜひご参加ください。

日時 令和5年 **7月6日(木)** **13時30分～16時00分**

会場 メイン会場：JAしまね 本店 斐川事務所 2階大会議室
WEB会場：県内10ヶ所（詳しくはお問い合わせください）

講演内容

○「温暖化に負けない土づくり・米づくりの要点」	講師：島根大学 松本真悟教授
○「収量・品質・食味を高める栽培のポイント」	講師：島根県農業技術センター
○「つきあかりの特性について」	講師：島根県農業技術センター

問合せ先 各地区本部の水稲指導担当部署



事業承継セミナー ～誰でもいつかは事業承継～

概略

事業承継の意味を理解して準備することで、後継者は事業承継を失敗せず、理想的な承継を実現することができるようになります。本セミナーでは、事例を検討しながら事業承継や後継者経営が失敗する理由を掘り下げ、事業承継の本質と全体像、事業承継に向けてやるべきことをわかりやすく学んでいただけます。

開催日時・会場

日時：2023年7月27日（木）13：30～15：30
会場：下記のいずれかでご参加（お申込）下さい。

- ①メイン会場：JAしまね 本店 斐川事務所（営農経済本店）
1階会議室（出雲市斐川町直江5030）
- ②WEB会場：JAしまね各地区本部会議室
（申込後別途連絡）

対象者

事業承継にご興味のある農業者の方であればごなたでも参加いただけます。

主催

島根県農業協同組合

共催

農林中央金庫 岡山支店

講師紹介

講師：大川原 基剛

【役割】

- 株式会社後継者の学校代表取締役
- 株式会社B G取締役
- 一般社団法人軍師アカデミー理事

【資格等】

- 中小企業診断士
- 経営者の軍師認定コンサルタント
- 中小企業事業再生マネージャー（TAM）
- PHP認定ビジネスコーチ
- SCP認定ビジネスファシリテーター

参加費無料

■参加申込に関するお問い合わせ先■

島根県農業協同組合 営農対策部 営農企画課
TEL：0853-25-8142 FAX：0853-25-8594
E-mail：ei-kikaku.hon@ja-shimane.gr.jp

提出いただいた個人情報は、当セミナーに必要な範囲でのみ使用いたします。

※①メイン会場の定員は20名までとなります。最寄りの地区本部会議室でのご参加にもご配慮願います。

理事会情報（5月2日開催）

【協議事項】

- ①安来市、JAしまね及び東洋ライス株式会社の包括的連携協定の締結について
- ②「令和6年度島根県農業政策および予算に関する要望」の進め方について
- ③令和5年産島根米 生産・集荷・販売方針について
- ④令和4年度島根米需要拡大事業取組み実績ならびに令和5年度の取組み計画について
- ⑤子法人（農機事業領域会社）の設立及び出資について
- ⑥島根県農業信用基金協会への特別出資について
- ⑦プロジェクト（①自燃会社化②HC連携③米粉・有機）メンバー及び協議のすすめ方について
- ⑧目的積立金の取崩について
- ⑨令和4年度決算について
- ⑩令和4年度決算にかかる剰余金処分について
- ⑪JA島根電算センターの事業改革（事業領域拡大）にともなう株式会社（子会社）の設立及び出資について
- ⑫組合と理事との取引（契約）の承認について（都度承認分）
- ⑬第2次運営体制検討委員会の設置について
- ⑭自己改革工程表の策定について
- ⑮島根県常例検査書（くにびき地区本部）の回答について
- ⑯島根県常例検査書（本店）の回答について

春の全国交通安全運動で一日署長

春の全国交通安全運動開始式が5月10日に江津市のパレット江津で行われました。

今回のセレモニーで、令和4年度交通安全ポスターコンクール（JA共済主催）で、全国約10万点の応募の中から農林水産大臣賞を受賞した、高角小学校の齊藤羽仁衣（さいとうはにい）さんが一日警察署長を務めました。

一日警察署長の辞令を受けた齊藤さんが大勢の参加者が見守る中、交通安全への決意表明を行い、セレモニー後はパトカーに乗って江津駅周辺で啓発活動を行いました。

JAは今後も交通安全活動を通して、組合員・地域の皆さんと共に安心安全な環境づくりに努力して参ります。



令和4年度 信用・共済合同表彰式

4月28日大社文化プレイスうらら館にて「JA-AWARDS 2022」と題し、信用・共済事業合同で優績表彰式が開催されました。令和4年度の活動において、組合員・利用者の皆様へ信用・共済事業を積極的に提案した渉外担当職員や支店・部署が表彰されました。

いわみ中央地区本部からは、LA1名・安心サポーター1名・出張所1店・部署1部署が見事に受賞しました。表彰式の最後に、受賞者を代表していわみ中央統括支店の長見ロインセンター長が「令和5年度も組合員・利用者の皆様に喜んでいただけるサービスを提案します。」と決意表明をして式典



は終了しました。今後も同地区本部の役職員が一丸となり、組合員・利用者の皆様の信頼と期待に応えるために努力して参ります。

受賞者写真左より

信用部門

○長見伸「いわみ中央統括支店ロインセンター」（ロインセンター表彰 セット推進部門）

共済部門

○畑岡将平（自動車共済損害調査サービ
ス優秀担当者表彰）

○中山春美（長期基盤いえ保障部門優
績表彰）

○山縣正治「雲城出張所」（クルマスター
認定支店表彰）



キャベツ栽培講習会開催



いわみ中央地区本部野菜生産振興協議会キャベツ部会は4月25日、栽培講習会をふれあいホールで行いました。11名が参加し、担当者から昨年の販売実績などの説明を受けた後、令和5年の栽培について西部農林水産振興センター須田大智普及員から施肥、防除、そして毎年課題になっている菌核病や根こぶ病対策について重点的に説明、指導をして頂きました。管内のキャベツ部会はベテラン揃いで、熱心な生産者が多く、たくさんのお質問が出てきて有意義な講習会になりました。キャベツは水田園芸6品目の中でも特に力を入れています。担当職員は、「キャベツを中心とした野菜生産振興を通じて少しでも生産者のために貢献出来るようにしたい」と話していました。



玉ねぎ収穫作業



上府農事組合法人は5月9日と11日に、早生玉ねぎの収穫を行いました。

水田園芸6品目の一つである玉ねぎを省力化も兼ねて、莖葉処理機（葉を切り、根を掘り上げる）、自走乗用ピッカー（玉ねぎ拾い上げ機）を他地区本部、農業技術センターから借り、収穫作業を行いました。9日は前日までの降雨などの影響もあり、機械の能力を最大限活かすことは難しかったですが、同法人は現場が好きでと



にかくやってみることがモットーとのこと、両日共、人と機械の二刀流で作業を行い、広域玉葱調製保管施設への出荷を完了することが出来ました。JAの担当職員は「今回すべてが成功とはいかなかったが、これから玉ねぎを広めたいくためにいい材料と経験になった」と話していました。



西条柿摘蕾講習会開催

いわみ中央西条柿生産組合（池田道成組合長）は、5月10日に西条柿の摘蕾講習会を浜田地区（追本氏園地）・三隅地区（東平原上集会所）の2会場で開催し、34名が参加しました。

西部農林水産振興センターから南山友花技師を迎え、主に「生育状況」「摘蕾」「新梢管理」「病害虫防除」について説明していただきました。令和5年産の着蕾数は例年並くやや多め、生育進度は例年に比べ7日〜10日前後早く進んでい



るため今後、適期防除に努めるよう説明を受けました。また、7月には摘果講習会を開催する予定です。



第2回ぶどう栽培講習会

いわみ中央ぶどう部会（塚本守部会長）は、5月12日に、浜田市大金町佐々木巖氏の圃場と金城町森川勇人氏の圃場で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農業振興部米山千尋普及員より、現在の生育進度の確認や摘粒から収穫前の管理について講習を受けました。管内のぶどう状況としては4月中旬までは平年より高温傾向が続きましたが、4月末は気温が下がり気温の変化が大きい天候となり、生育は約1週間程度前進しています。デラウェア、大



粒系ぶどうとも早期園で果粒肥大期を迎え、その他の作型では開花期前やGA処理期となっていて、昨年と比べ花ぶるいも少なく実止まりも良好となっており、目立った病害虫被害も少ない状況であると説明がありました。

講習会終了後は、現場を見ながら部会員同士で今後の栽培ポイントについて意見交換しました。いわみ中央ぶどう部会では、7月からデラウェアが出荷開始予定であり、続いてピオーネやシャインマスカットを中心とした大粒系ぶどうの出荷が予定されています。



5月15日三隅小学校5年生田植え体験
しろやま営農組合圃場にて



慣れない泥の感触に苦戦！泥まみれになった児童も…

5月15日三隅町上河内のしろやま営農組合の圃場で、三隅小学校5年生の児童34名による田植え体験が行われました。
今年も天気もよく田植え日和の中で開催ができました。
泥が苦手だったり、服が汚れて大変だった児童もいましたが、「まだやりたかった」「大変だけど楽しかった」「早く稲刈りがやりたい」など感想を聞くことができました。



お米のお話開始

また、集会所でお米の勉強が終わった後、三隅女性部河内支部の皆さんが準備したおむすびを食べました。実際に田植えをした品種の「きぬむすめ」のおむすびを味わうと、「まだ食べたかった。」「おいしかった。」などと感想を話しました。
今後の活動は、学校での「出前授業」と秋には「稲刈り体験」が行われる予定となっています。



元気いっぱい！ふれあい農業体験塾



田植え体験 開催!!

5月21日、浜田市上府町で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毎年この時期に開催しています。

今年は12組の家族（42名）の参加があり、JA営農指導職員から田んぼの生き物や苗の植え方について説明を受けた後、一列に並んで田んぼに入り、ひもに付けられた目印の赤い点に沿って苗を植えていきました。

途中、腰まで座り込んで植える子や泥で「ズボンが重くなった。」と泥遊びを楽しみながら植える子、おたまじゃくしやホウネンエビを見つけて生き物観察に夢中になる子もいて、にぎやかな田植えとなりました。



今回、昨年に引き続いて上府農事組合法人に田んぼの準備を手伝っていただきました。

秋にはまたみんなでお米の収穫（稲刈り）ができることを楽しみにしています。





え~のう ちょっと宮農!! 夏まきニンジンの育て方

家庭菜園で育てたニンジンってなんでこんなに可愛いのでしょうか。独特な葉のふさふさ感が良いのもありますが、根の色も豊富で、育ててみると必ずニンジンが好きになります。

愛らしさ満点のニンジンは、一般的な夏野菜・冬野菜とは播種（はしゅ）時期がズレるので、他の根もの野菜と比べてちょっとだけ敬遠されがちなのですが、虫も病気もつきづらく、栽培自体はとて簡単なので栽培してみましよう。

〈土作り〉

種まきの2週間前には1㎡当たり、完熟堆肥を5kg、苦土石灰を120g投入してよく耕し、1週間前には元肥に化成肥料60gほどを混ぜて畝をたてておきます。

〈種まき〉

7月中旬～8月にかけて夏まきニンジンが始まります。ニンジンの種まきから発芽までニンジン栽培の8割は種まきで決まります。種をまいて発芽までがうまくいけば、ニンジン栽培はほぼ成功と言ってしまっても過言ではないくらいに大切なのです。

基本的には一つの畝に2列程度がおすすめで、20センチほど間隔を空けておけば大丈夫です。2～3センチ間隔で並べておけば、この後の間引き作業もほとんど必要なくなります。

まず、ニンジンは好光性の植物です。真っ暗な環境では発芽しません。ダイコンなどの野菜は土中に深く埋めてしまっても条件が揃えば芽が出てきますが、ニンジンは日の光を感知しないと発芽ができません。

だからといって薄くしか土で覆っていないと、乾きやすくなり、発芽に失敗します。

目安としては、0.5～1センチ程度の覆土を心がけましよう。

〈間引き〉

発芽が揃うと一安心。もし10日経ってもあまり芽が出てこなかったら、思い切ってまきなおした方が良いでしょう。背の低すぎるもの、高すぎるものを優先して間引きます。

ニンジンとニンジンの間隔は、最終的には10センチほどあけられれば立派なニンジンになります。本葉が2～3枚出てきたら、除草もかねて間引きを開始します。

ニンジンは初期成育が遅く、このタイミングで雑草が見えていなかったとしても必ず土を中耕（表面を軽く耕す）しておくことが大切です。

〈追肥〉

中耕と同じタイミングで化成肥料を1平方メートルあたり50グラム程度、条間にパラパラと与えます。

〈収穫〉

収穫時期は、夏まきの場合は12～2月、春まきの場合は7月中だと考えておきましょう。収穫するのが遅れると、根が割れてしまいますので、この期間内でとり終わるように心がけましよう。

〈ニンジン栽培のよくある失敗・病害虫など〉

ニンジンが発芽したのになくなっていく

ニンジン栽培の失敗のほとんどは発芽までの問題です。二つ原因があるのですが、一つはネキリムシの被害。もうひとつの原因は水のやりすぎで蒸れてしおれている場合。「ニンジンはとにかく水やりだ」という意識が強すぎて、芽が出てからも水やりしすぎると、特に夏まきの場合は40℃近い高温で湿度が高い状態が続いて枯れてしまうこともあります。日中は水やりを控え、早朝か夕方に与えましよう。





ニンジンの肩が変色している

ニンジンの根が地上部にはみ出している部分が、緑色や紫色に変色していることがよくあります。色によって発色のメカニズムは違うのですが、対処方法はすべて同じです。

中耕の際に、ニンジンの根元に土寄せして、土で覆ってあげましょう。外気や日光に直接触れることで変色しますので、土をかぶせておけば大丈夫です。

水稻栽培ワンポイント

穂肥は、成熟期までの稲体の栄養状態を良好に保ち、高品質・良食味米生産と収量の安定化に必要な極めて重要な作業です。

発育ステージの把握は、圃場による差が大きいので出穂予想を考慮しつつ必ず幼穂長を確認して、適期に穂肥を施用してください。

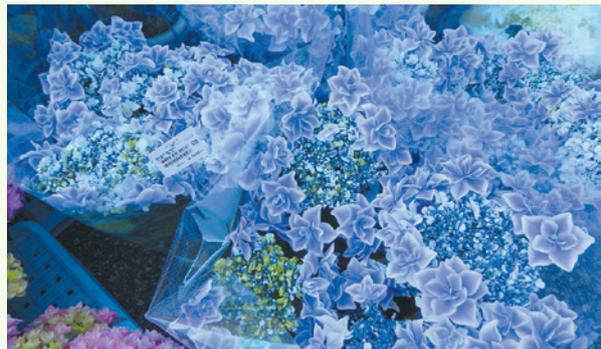
元肥一発を施用された方は、特に稲の状態を確認して、追肥をする場合があります。

きんさいトピックス



母の日にあじさい!

きんさい市場黒川店では5月11日、12日の2日間、母の日イベントとして島根県オリジナルのあじさい、「万華鏡」「銀河」「茜雲」「星あつめ」を販売致しました。今回は今年初の「月うさぎ」も売り場を飾り、日頃の母への感謝のプレゼントとして購入される方や、自分へのご褒美として購入されるリピーターの方もおられました。11日には、乾しいたけの詰め放題とトマトジュースの販売コーナーも設けられ、イベントをさらに盛り上げていました。





島根県西部農林水産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)」と「ドリフトの可能性がないか」を十分確認し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（収穫〇日前まで）、使用回数などが記載されています。メーカーの提供する最新情報より、農薬ラベルの内容が優先されますので、記載以外の使い方は絶対に止めましょう。
- 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「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

島根県西部農林水産振興センター農業振興部：0855-29-5614

第24回

JAしまねいわみ中央女性部通常総会開催

5月9日、いわみ中央女性部は地区本部ふれあいホールにおいて、各地区より31名の代議員の出席により第24回JAしまねいわみ中央女性部通常総会を開催しました。

開会にあたり徳田部長は「令和4年度は新型コロナウイルス感染防止の中、久しぶりに農業まつりへの参加やグラウンドゴルフ大会などで交流ができ、楽しい思い出となりました。また環境美化活動や雑巾1枚運動・米一握り運動など、多くの仲間と活動することで、より絆が深まったと感じています。これからも部員一人一人の思いを大切に、JAと力を合わせて沢山の仲間を増やしていきたい。」と挨拶しました。

また、総会では令和4年度活動報告や5年度の活動計画、役員改選など承認をいただきました。新しく部長に平川節美さん（江津女性部部長）、副部長には川平正子さん（旭女性部部長）が選出されました。



JAしまね いわみ中央女性部 役員紹介



部長
平川 節美
(江津女性部部長)



副部長
川平 正子
(旭女性部部長)



委員
平木 幸子
(浜田女性部部長)



委員
猪俣 房子
(三隅女性部部長)

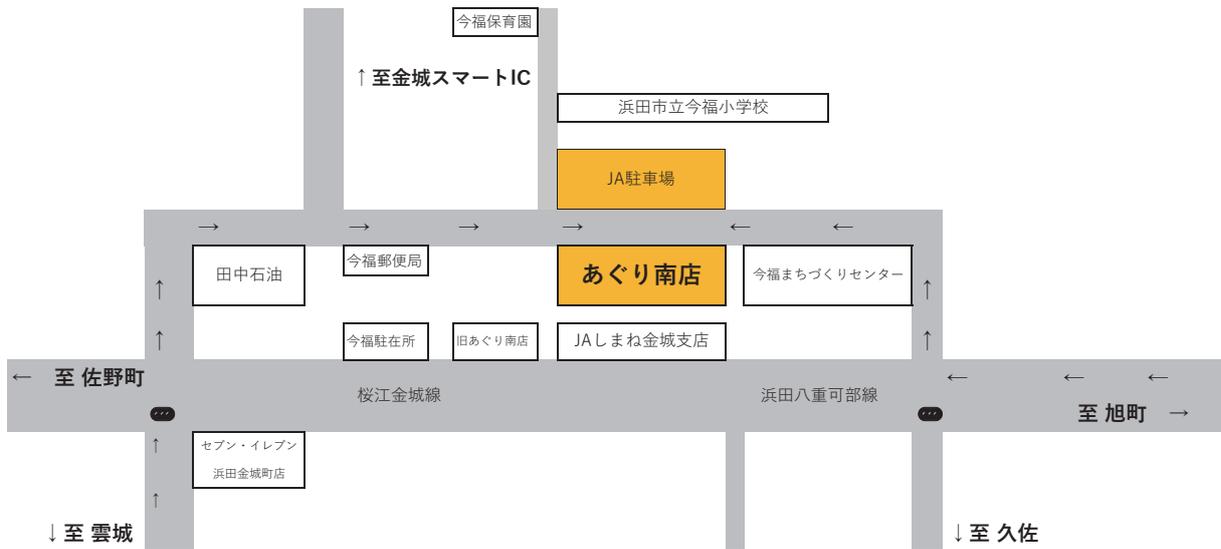


委員
宮本 美保子
(金城女性部部長)



委員
山根 ひとみ
(弥栄女性部部長)

あぐり南店によっちゃんさい。



生産資材店舗を移転
リニューアルオープンしました。

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	面積	備考
1	土地・建物	浜田市下府町 871-1 他	宅地	2926.89㎡	旧下府事業所

※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5年

7月3日(月)～7月31日(月)

令和5年

※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)

人事異動のお知らせ

【退職】

氏名	現部署・役職	備考
笹田 佳	企画総務部 総務課長補佐	依願退職
舟木 洋之	企画総務部 総務課付	依願退職
齋藤三智枝	営農経済部 経済課 S S 浜田店	依願退職

令和5年5月31日付



令和5年7月JA座談会 開催場所・日程のお知らせ



以下の日程で、JA座談会を開催いたします。
最寄りの会場にご参加いただき、皆様のお声をお聞かせください。

対象店舗	開催場所	開催日 令和5年	開始時間
浜田支店	JA地区本部2階ふれあいホール	7月21日(金)	9:30
浜田西支店	周布まちづくりセンター	7月10日(月)	9:30
〃(長浜地区)	旧長浜事業所	7月10日(月)	13:30
〃(美川地区)	美川まちづくりセンター	7月14日(金)	9:30
〃(美川地区)	美川まちづくりセンター西分館	7月14日(金)	13:30
浜田東ふれあい店	上府まちづくりセンター	7月21日(金)	13:30
江津支店	Aコープごうつ2階	7月12日(水)	13:30
	松平地域防災拠点施設	7月10日(月)	13:30
	松平地域コミュニティ交流センター	7月12日(水)	9:30
〃(江東地区)	都治地域コミュニティ交流センター	7月10日(月)	9:30
江津西ふれあい店	二宮地域コミュニティ交流センター	7月11日(火)	9:30
	跡市地域コミュニティ交流センター	7月6日(木)	13:30
	波子地域コミュニティ交流センター	7月6日(木)	9:30
三隅支店	JA三隅支店2階	7月7日(金)	9:30
	岡見まちづくりセンター	7月11日(火)	13:30
	井野みのり会館	7月7日(金)	13:30
金城支店	JA金城支店2階	7月4日(火)	9:30
	久佐まちづくりセンター	7月19日(水)	9:30
	美又まちづくりセンター	7月19日(水)	13:30
〃(波佐地区)	ときわ会館	7月12日(水)	9:30
	小国まちづくりセンター	7月12日(水)	13:30
雲城ふれあい店	みどり会館2階中集会室	7月7日(金)	9:30
	かたらいの家	7月7日(金)	13:30
弥栄事業所	JA弥栄事業所2階	7月5日(水)	9:30
	杵束まちづくりセンター	7月5日(水)	13:30
旭事業所	旭事業所2階	7月4日(火)	13:30
	木田生活改善センター	7月6日(木)	13:30
	和田まちづくりセンター	7月6日(木)	18:00
	都川高齢者活動促進センター	7月5日(水)	9:30
	市木生活改善センター	7月5日(水)	13:30

※座談会の時間は、おおむね2時間となっております。

※JAしまね 総合ポイントカード「おさいふカード」をお持ちの方は
お持ちください。

座談会出席ポイント(100ポイント)を付与させていただきます。



組合員の皆様へ

盆提灯

祖先を敬う…供養の心

30%から
50%引き
最寄りのJA支店で、
カタログを、
御請求下さい。

NO.1
12号保科黒塗絹二重
木製箱籠 36cm x 91cm 1個 50,000円
税込 **35,000円**



NO.2
11号けやき絹二重
木製箱籠 33cm x 87cm 1個 37,950円
税込 **25,000円**



超お買得品

NO.3
11号黒檀絹二重
木製箱籠 33cm x 87cm 1個 47,850円
税込 **33,000円**



NO.4
11号白雲本塗絹二重
木製箱籠 35cm x 87cm 1個 50,000円
税込 **36,500円**



NO.5
銘木紫檀霊前灯絹
木製30cm x 67cm 1対 対価
特別価格 **68,000円**
税込



5対限り

NO.6
陽光胡蝶蘭ワイン絹
木製13cm x 48cm 1個 23,000円
税込 **23,000円**



NO.7
彩雲芙蓉絹
木製14cm x 48cm 1個 35,200円
税込 **24,600円**



彩雲胡蝶蘭絹
木製14cm x 48cm 1個 35,200円
税込 **24,600円**

NO.8
11号景山黒艶消し絹二重
35cm x 87cm 1対 60,300円
税込 **56,000円**



NO.9
松川廻転PC
33cm x 83cm 1対 27,500円
税込 **19,000円**



NO.10
10号秋月本塗絹二重
木製33cm x 83cm 1個 60,500円
税込 **42,500円**



NO.11
8号住吉サン付色絵山水絹
木製23cm x 94cm 全長143cm 1個 50,000円
税込 **20,000円**

NO.12
9号住吉本塗芙蓉絹二重
木製27cm x 101cm 全長157cm 1個 46,750円
税込 **32,700円**



NO.13
9号住吉十二仏絹二重
木製27cm x 101cm 全長157cm 1個 47,850円
税込 **33,500円**



NO.14
9号住吉サン付山水絹二重
木製27cm x 104cm 全長162cm 1個 43,450円
税込 **30,000円**



□御問い合わせ先
経済課 ☎ 0120-489-937
あぐり中央店 ☎ 0855-22-8827
あぐり南店 ☎ 0855-42-1409

期 7月1日(土)~7月17日(月)
日 開催時間/AM9:00~PM5:00
(17日はPM3:00まで)

会場 JALしまね
いわみ中央地区本部
2Fふれあいホール

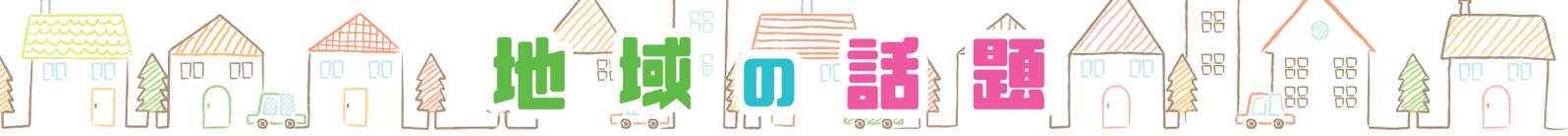
主催 JALしまね
いわみ中央地区本部

江津会場 (A コープごうつ店 2F)
6月15日(木)~6月27日(火)

浜田会場 (地区本部ふれあいホール)
7月1日(土)~7月17日(月)

金城会場 (あぐり南店)
6月5日(月)~8月中旬

(土日祝祭日は除く) AM 9:00 ~ PM 5:00 まで (最終日は PM 3:00 まで)



地域の話題

永久に聳える 大麻山



今回取り上げるのは、浜田市三隅町に聳える標高599mにもなる大麻山です。

山頂の展望台からの眺めは、まるで空を飛んでいるかのような光景が広がります。天気の良い時には、しまね海洋館アクアスや、山口県萩市まで見ることができます。

海岸近くに聳える大麻山は昔の人々が船の位置を確認する「やまあて」に利用されてきました。また山頂付近には大麻山神社があり、7月の最終日曜日には夏大祭が行われます。神社の参道沿いにはあじさいが並び、境内には立派なイチヨウやヒノキの樹があり、その凛とした姿に見入ってしまいます。神社の庭園は過去に当地を訪れた庭園研究家が「江戸時代初期を代表する枯山水庭園」と高く評価した場所で、巨石の石組みとその周囲に植えられたつつじとさつきの花が見事です。

自然豊かな浜田市ならではのスポットです。ぜひ一度訪れてみてはいかがでしょうか。



いわみ中央地区本部

いわみ中央地区本部 ローンセンター

ローン相談開催中 毎月 第2・第4土曜日

7月 8日・22日

受付時間 9:30~16:00

お問い合わせ

JAしまね いわみ中央統括支店ローンセンター
〒697-0024 島根県浜田市黒川町3741

Tel (0855) 22-8816 Fax (0855) 22-0203

いわみ中央地区本部1階
ローンセンターでお待ちしております!!



©よりぞう

年金相談会

7月7日(金)
三隅支店

午後3時から
午後7時まで

7月21日(金)
江津西ふれあい店

午後3時から
午後7時まで



メガネ・補聴器の専門店

PARIS MIKI パリミキ

1級眼鏡作製技能士

認定補聴器技能者

「移動型店舗 クーリエ号」



お問合せ、訪問のご相談は 090-6955-1612 まで クーリエ店長 狩野 昭弘

令和5年 7月度 JA巡回スケジュール

3日(月) 9時~12時	旧 上府事業所	18日(火) 9時~12時	旧 江東事業所
3日(月) 13時~16時	あぐり中央店	18日(火) 13時~16時	江津西ふれあい店
4日(火) 9時~12時	旧 長浜事業所	19日(水) 9時~12時	雲城ふれあい店
4日(火) 13時~16時	浜田西支店	19日(水) 13時~16時	金城支店
5日(水) 9時~14時	Aコープあさひ	20日(木) 9時~14時	Aコープあさひ
6日(木) 9時~14時	Aコープみすみ	21日(金) 9時~14時	Aコープみすみ
7日(金) 9時~14時	Aコープやさか		



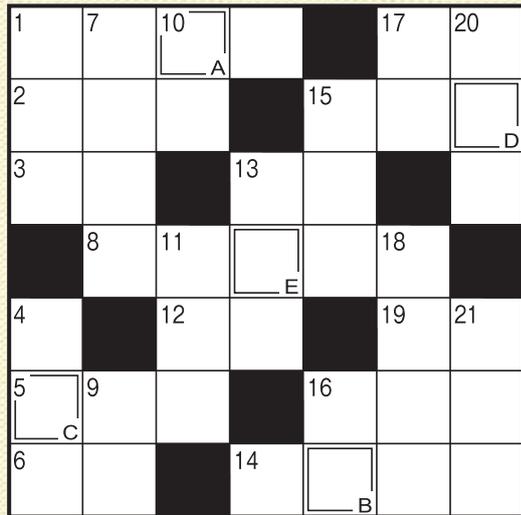
クロスワードパズル



CrossWord Puzzle

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

- ①河島英五のヒット曲『酒と泪(なみだ)と——と女』
- ④長針、短針、秒針が付いているもの
- ⑦元素記号はLi。電池にも使用される金属です
- ⑨騎手が騎乗時に持つもの
- ⑩手首と肩の間にある関節
- ⑪本に挟みます
- ⑬まだ夜が明けきらない頃のこと
- ⑮種から芽が出ること
- ⑯虫よけのために寝床の周りにつるします
- ⑰定規を当てて引くことも
- ⑱高校球児たちが地方大会で——を繰り広げています
- ⑳トップ・——・ボトム
- ㉑駅の券売機で買います

ヨコのカギ

- ①七夕伝説のヒロイン
- ②青島幸男氏や石原慎太郎氏が務めました
- ③手のひらや足の裏の反対側
- ⑤蚊取り線香から立ち上るもの
- ⑥——を聞いて十を知る
- ⑧ルーベともいいます
- ⑫兄弟姉妹の息子のこと
- ⑬チョウが花を巡って吸うもの
- ⑭テントを張ったりして野外活動を楽しみます
- ⑮——タオル、——ソープ、ゴッド——
- ⑰一時的に建てるもののこと。——住宅
- ⑱アブラ、クマ、ミンミンといえ
- ⑲地球の衛星です

応募要項

● 応募方法

ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・ご感想を記入して、下記宛先にお送りください。

● 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
2023年7月7日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「ミスマシ」



川柳の広場

最優秀賞

あてにされまだ余生とはゆかぬ農
益田市 伊藤世子様

（評）余生をゆつくりと過ごそうと思っていたのに、まだまだあてにされている。子どものためにもまだ頑張らないといけない。

優秀賞

懐をずばっと抉る物価高
出雲市 加本 精一様

瀬戸物に時がしみ込みい感じ
江津市 古今 里様

したつもりやったつもりで今日が過ぎ
隠岐の島町 上川 晃一様

佳作

ランチする庭に子鳥の来て遊ぶ
安来市 斎藤美重子様
物価高に財布は軽く気は重く
安来市 石倉 和子様
物価高血圧までも上がります
大田市 黒石 好枝様
桜散り汗ばむ陽気もはや夏
江津市 山形ゆうき様
今日もまたお世話になって日が暮れる
浜田市 沖田 邦子様

「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」7月号定価 922円
ご購入は、お近くのJAへお問合せください。



J Aしまねびよりは、皆様からの俳句・川柳を募集しています。締切は毎月14日必着です。（最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句）7月号は俳句を募集します。1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。

応募方法
俳句または川柳、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、ハガキ、FAX、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、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。



定期貯金

サマキアペ 2023

キャンペーン期間 2023.6.1(木) ▶ 7.31(月)

① 10万円以上新規または増額で定期貯金をご契約されると抽選で合計 **580名** 様にご希望のコースの島根の **特産品をプレゼント!**

<p>しまね和牛(焼肉用)</p> <p>Aコース (100名様)</p>	<p>プレミアムスパークリングローズ6本入り</p> <p>Bコース (120名様)</p>	<p>多久の里みそと加工品詰め合わせセット</p> <p>Cコース (120名様)</p>	<p>甘柿の干し柿(スライスカット) 6袋とお茶セット</p> <p>Dコース (120名様)</p>	<p>藻塩3点セット</p> <p>Eコース (120名様)</p>
--	---	--	--	---

② Wチャンス/大口

①に外れた方のうち、**100万円以上新規または増額**でご契約の方には抽選で **150名** 様に「**農協商品券1000円分**」を**プレゼント!**

③ Wチャンス/ATMまたはネットバンク

①,②に外れた方のうち、**ATMまたはJA ネットバンク**からお預入れの方には抽選で **70名** 様に「**農協商品券1000円分**」を**プレゼント!**



キャンペーン期間中、10万円以上新規または増額で対象の定期貯金をご契約いただいた個人の方へ「**よりぞうBOXティッシュ**」を**先着2,500名様にプレゼント!**



※写真はイメージです。※品切れの場合は他の粗品に代えさせていただきます。

ATMまたはJA ネットバンクからご契約された方はお近くの支店にその旨を申し出ていただくことで粗品をプレゼントいたします。くわしくは、お近くの支店までお問い合わせください。

応募対象者 / ①期間中、対象商品を新規または増額で10万円以上契約された個人の方。(期間1年以上)
 ②Wチャンス/大口
 ①に外れた方のうち、対象商品を新規または増額で100万円以上契約された個人の方。(期間1年以上)
 ③Wチャンス/ATMまたはネットバンク
 ①,②に外れた方のうち、対象商品をATMまたはJAネットバンクからお預入れされた個人の方。(期間1年以上)
 ※キャンペーン期間中にATMまたはJAネットバンクから定期貯金(期間1年以上)を新規または増額で10万円以上契約された方は自動的に本キャンペーンの対象となり、Aコースに応募したものとします。

抽選権の失効 / 抽選日の前日までに対象商品が中途解約されていた場合、抽選権は無効となります。

当選発表 / ご当選された方に対し、当選通知をお送りいたします。賞品は随時発送させていただきます。

個人情報の取扱 / 取得したお客様の個人情報は賞品の抽選・発送のためにのみ使用します。



自然災害 シーズン到来!

自然災害への備えは万全ですか?

自然災害は毎年やってきます。令和4年も、7月の豪雨、9月の台風により島根県でも多くの被害が発生しました。 **たくさんのお役立ちができました!**

令和4年7月豪雨および9月台風(台風11号・14号)における共済金支払実績	
件数	765件
共済金約	2億4,896万円

令和5年3月末時点、JA共済連島根調べ

自然災害発生前に、『今一度』建物・家財の保障内容を確認しましょう!

- 自然災害(特に一部損壊)に充分備えられる** 保障内容となっていますか?
- 家財・家具**も保障の対象となっていますか?
- 未保障の建物や物件**はありませんか?

ぜひ、お近くの支店・LA(ライフアドバイザー)までご相談ください!

JAしまね『いえ保障点検運動』実施中!

この資料は概要を説明したものです。詳細については「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。 [23320320100]



本誌は地球環境に優しい植物性インクを使用しております。



長芋と竹輪のふわふわ焼



コメント

- ・長芋がベースなのでふわわりと仕上がります。
- ・あともう一品という時、簡単にできて便利です！

材料 (4人分)

- A
- 竹輪……………5本
 - 細ねぎ……………2～3本
 - 塩昆布……………5g
 - 片栗粉……………大さじ1
 - 長芋……………200g
 - 片栗粉……………大さじ5
 - サラダ油……………小さじ2
 - ポン酢……………お好みで

作り方

- ①竹輪は厚さ5ミリの輪切りにする。細ねぎは小口切りにする。
- ②ボウルにAを入れてザックリと混ぜる。
- ③②のボウルに長芋をすりおろしながら入れ、片栗粉も加えてよく混ぜ合わせる。
- ④フライパンに油を熱し、③を流し入れて中火で焼き、焼き色がついたら、ひっくり返して反対側も焼く。
- ⑤④を切り分けて皿に盛り、好みでポン酢をつけて食べる。

アレンジ

- ・細ねぎの代わりにオクラ、ピーマン、枝豆など夏野菜に替えてもおいしいです。
- ・チーズやちりめんじゃこ、干しアミエビを入れてグレードアップ！

材料 (4人分)

- A
- 生姜……………100g
 - 豚ひき肉……………50g
 - 砂糖……………小さじ1
 - 酒……………大さじ2
 - みりん……………大さじ3
 - しょうゆ……………大さじ2
 - ごま油……………小さじ1
- 温かいご飯
…… 4膳分 (米2合分)

作り方

- ①生姜は3cmの長さに細せん切りにして、熱湯でさっと茹でてざるにあげる。
- ②フライパンにごま油を熱し、豚ひき肉を入れて中火で炒める。
- ③肉に火が通ったら、生姜を加えサッと炒め、Aを加えて汁気が少なくなるまで混ぜながら煮る。(汁は少し残す)
- ④温かいご飯と③を混ぜ合わせて、茶碗に盛る。

コメント

- ・冷房が入りだす季節です。夏の冷え対策に生姜で「食べる温活」を！
- ・生姜をたっぷり使う場合、そのままだと辛みが強いので、熱湯で下茹でします。

アレンジ

- ・生姜の茹で汁は炭酸で割って少し甘みを加えるとジンジャーエールとしておいしくいただけます。
- ・汁気を全部飛ばしてふりかけ風にするると保存も可能です。

生姜たっぷりそぼろご飯



JA島根厚生連

健康散歩

水を飲もう！

「健康のため水を飲もう」推進運動を知っていますか？ 私たちのからだの60～65% (成人の場合) は水分で作られており、水の摂取量が不十分な場合、熱中症や脳梗塞、心筋梗塞などの健康障害のリスク要因となることがあります。その予防のために水分補給をしようという厚生労働省が提唱している運動です。からだの水の関係を知って健康なからだを手に入れましょう。

体内の水分の主な働きは、胃液など消化液による栄養素の分解や消化吸収、血液などによる酸素や栄養物質の運搬、発汗作用などによる体温調節です。体内の水分を5%失うと、脱水症状や熱中症などの症状が現れます。20%失われると、筋肉の痙攣や失神などの循環不全が起こり、20%失われると死に至る場合があります。

普通に生活しているだけでも、尿や汗などにより1日に平均2.5ℓもの水分が失われています。しかし、食事や体内でつくられる水の量は1.3ℓと言われており、残りの1.2ℓは飲料水として摂取する必要があります。意識しなくても喉が渴けば水分をとっていると考えるかもしれませんが、喉の渴きを感じた時にはすでに脱水がはじまっています。

そのため、渴きを感じる前に意識的に水分をとることが大切です。

水分補給と聞いた時に、ビールなどのアルコールやコーヒーなどのカフェインを含む飲み物を思い浮かべた方も多いと思います。しかし、アルコールやカフェインは利尿作用があり、飲んでも体外へ排出されてしまいます。例えば、ビールを10本飲んだ場合、通常より尿の量を増やし、11本分の水分を排出してしまいます。また、スポーツドリンクは汗をかいた時に失われるナトリウムなどの電解質が含まれており運動時などには良いですが、糖質やカロリーも含まれるため摂取量には注意が必要です。

私たちは入浴中や就寝中にもたくさんの汗をかいているので、水分が不足しがちです。日頃からこまめに水分をとることが大切ですが、まずは「目覚めの1杯」「寝る前の1杯」のプラス2杯の水をとる習慣を取り入れて、元氣な毎日を過ごしましょう。



【編集後記】 雨が多い、蒸し暑い…など過ごしやすいつとは言い難い梅雨の季節がやってきました。梅の実が熟す頃に降る雨だから「梅雨」と呼んだ説があるのだそう。我が家にも梅の木があるので、毎年この時期には家族みんなで収穫しています。今年は雨や風で実が落ちないといいな～と願っています◎