

JA しまね ひより

2025
7

July
Vol.112

Shimane
Biyori



特集 知ってる?しまねの夏の花



YouTube



Instagram



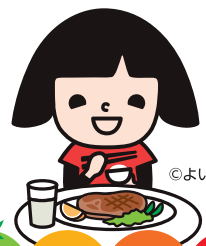
LINE



Facebook



SNSで旬な情報を
投稿しています



JAしまね いわみ中央地区本部版



飯南町で生産される「いいなんパプリカ」

みつけた

しまねの ファーマーズ Shimane farmers

とだ しゅんすけ
戸田 瞬介さん(37歳)

今月は雲南地区本部。飯南町で「いいなんパプリカ」の生産に取り組んでいる戸田瞬介さんにお話を伺いました。



飯南町のブランド野菜・パプリカ

きれいな水と空気に恵まれた高原地帯・飯南町。豊かな風土をいかして多様な農作物が作られる中、近年特に注目されているのがパプリカです。新規就農を応援するリースハウス事業や選果場の開設など、町が地域をあげてパプリカ作りを後押し。この10年で栽培農家が増え「いいなんパプリカ」として県内外に出荷しています。農業への志を抱き移住した人たちもパプリカ栽培に注力。現在は、地元農家と新規就農者を合わせて10軒ほどで生産されています。

戸田瞬介さんもパプリカ農家の一人。飯南町の農家に産まれましたが、外の世界を見るために大学進学は県外を選択。卒業後は別の仕事をしていました。長男としての使命感から家を継ぐことを決め、20代半ばで島根県立農林大学校に入学。のちに奥さんとなる佳代さんと在学中に出会い、一緒に飯南町へ。父親の所有する農地にハウスを建て、夫婦で農業を始めました。

J Aの働きかけで市場を県外へ拡大

就農してすぐに作り始めたのはトマト。農業研修の際に地元のトマト農家でお世話になったことがきっかけでした。しかし作業の手間に対して単価が見合わな

い状況が続く、ハウスを増設するタイミングでパプリカの栽培にシフト。現在は9棟のハウスでマベラ、アルサモラ、ボリダーノなどの4品種を育てています。

「パプリカはひとつの株から30個程度しか収穫できません。ピーマンと比べて圧倒的に効率が悪いです。スーパリーなどに出回るパプリカは韓国などからの輸入ものがほとんど。国産は全体の5%程度で、競合が少ないのもポイントだそうです。戸田さんが栽培を始めた当時は、飯南産パプリカの市場は県内が中心でしたが、JAが働きかけ2020年頃から大阪市場でも取り扱われるようになりました。戸田さんは「他の産地で収穫しない時期にも飯南町からは出荷できるので、結構頼りにされているみたいですね」と話します。



パプリカ栽培について説明する戸田さん

夏の暑さに耐えながら 高品質の実を育てる

毎年2月に種をまき、育苗をスタート。苗は自家栽培用だけでなく地元農家が使うものも作り、JAに卸しています。

戸田さんは「健康な苗を育てなければならぬので最も気をつかう作業です。水の管理など慎重に行っています」と話します。

4月中旬から定植、5月に芽かき、梅雨入り前後に誘引作業。出荷は7月中旬から11月までと長期にわたります。

最近の悩みは夏の暑さ。「早い時期から気温



余分な蕾を取り除く摘花作業をする戸田さん



誘引作業が始まったパプリカ

が上ると花が落ちてしまいます。梅雨明け頃からハウスを遮光しますが、それでも暑い！一方で、きれいな色に育てるためにはある程度高温も必要です。ハウスの中がサウナ状態になるので本当に大変です」と戸田さんは話します。暑さがピークを迎える時期は、収穫作業を明け方からスタート。気温が高くなる昼前から休憩に入り、午後2時頃から再開しています。

戸田さんの父親は今も現役農家で、戸田さん夫婦とは全く別の作物を手掛けていますが、最近はどうやら栽培を一緒に進めています。露路での栽培ができてあまり手がかからないのが魅力だそう。出雲市に住む佳代さんのご両親も時々手伝いに来てくれるそうです。

地道な努力で収量アップ、 仲間と地域を支えたい

年々パプリカ農家が増え、産地として盛り上がっている飯南町。戸田さんに今後の目標を聞くと、「とにかく収量を増やすことですね」と実直な答えが返ってきました。「若い新規就農の人たちは、ブランドینگなど新しい取り組みに力を入れています。私はそういったことはできないので、たくさん出荷すること地域

のパプリカ生産を支えたいです」と意気込みを語ってくれました。

取材時に戸田さん夫婦が着ていたの



実がつきはじめたパプリカ。実が大きくなり3週間ほどかけて緑から赤・黄色に色づいていきます。

プチっと情報！

おすすめの食べ方♪

戸田家では味噌汁、ポトフ、炒め物などいろいろな料理にパプリカを使います。赤と黄色が鮮やかなので食卓のアクセントに。これからの季節のオススメは揚げ浸し。ナスやピーマンなどと一緒に揚げ（揚げ焼きでもOK）、麺つゆに浸すだけで完成します。



佳代さんと「いいなんパプリカ」のエンブレムが入ったポロシャツ

は「いいなんパプリカ」のエンブレムが入ったポロシャツ。飯南町がデザインを公募して作ったブランドのシンボルで、パプリカの袋にもプリントされているそうです。佳代さんは「町をあげてこんなに応援してもらえるんですから、頑張らないといけませんね！」と笑顔を見せました。

てる？ ねの な 花

島根県花き生産者協議会とは？

県内の花き生産者で構成されており、花きの生産拡大、栽培技術や品質向上を目的に、研修会の開催や、イベントを通して花きのPR活動等に取り組んでいます。



会長 樋ヶ隆行さん
アスター、ストック、
トルコギキョウを約3万本生産。

こぼれ話

同じ品種でも花色が違えば咲くタイミングはバラバラ。同じ時期に色違いの花を出荷するために、それぞれ時期をずらしながら育てています。

アスター

ケイトウ

なお花が生産されている
はこれからの夏の時期に
てご紹介していきます🌻



副会長 下垣克夫さん
ケイトウ、ストックを
約2万本生産。

こぼれ話

需要期に継続的に出荷できるよう少しずつ時期をずらしながら植えつけます。下垣さんの場合(お盆)は、1週間ずつ6回に分けているそう。

お盆のお花として有名ですが、近年は品種改良でさまざまな花の形や花色を楽しめるようになりました。

特にアスターは連作を避け、土の消毒を徹底します。比較的暑さに強い花ですが、品質を保つため収穫後すぐに水につけて出荷します。とにかく花は“見た目が命！”なので防除や草姿バランス、また、どの花にも共通することですが根をしっかり張らせることに気を付けています。その分、花をプレゼントして喜んでもらったり大事に手入れをして綺麗に飾っていただいたりするのを見るととてもうれしくなりますね。

県内では赤を中心に、オレンジやピンク、黄などの花色が生産されています。

ケイトウは育てやすく比較的虫の発生が少ないため露地での栽培ができます。花が咲くまでは茎が柔らかいため、風に負けないようネット張りや防除、適期の定植を心掛けています。また、ケイトウに限らずですが、品種を選んだり肥料をあげたりして茎の長さがでるよう生産に取り組んでいます。生花には葉のツヤや花の色彩など“生きているもの”の魅力があります。ぜひ1本でも家に飾っていただくと生産者としてもうれしいです。

夏場の切り花のお手入れ方法

取材協力：島根の花振興協議会／
しまね花商組合・松本潤組合長
(松江市・まつもと生花店)

ポイント1. 茎をカットする



memo
水の中で茎を斜めに切りましょう！乾燥や道管への空気の侵入を防ぐ効果があります。切れ味のいいハサミを使うとGOOD◎

茎の切り口が乾いたり柔らかくなったりすると、うまく水を吸い上げられなくなります。花をいける時や水替えのタイミングで茎をカットして水を吸いやすい状態に整えましょう。

ポイント2. こまめな水替え



memo
夏場の水道水は水温が高いため、氷を入れるなど冷たい水を使いましょう。

夏場は花瓶の水温が上がり、水に浸かっている茎がふやけてぬめりがでてきます。長持ちさせるには毎日の朝晩に水替えがおすすです。

ポイント3. 花器を清潔に



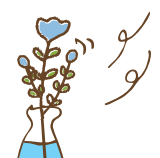
雑菌の繁殖を防ぐため、使用前や水替え時に花器をしっかりと洗いましょう。

ポイント4. 余分な葉を取り除く



葉が水に浸かると水のぬめりの原因になります。水につかる部分の葉は取り除いておくとし水がきれいに保てます。

ポイント5. エアコンの風に注意



エアコンの風が直接当たる位置に置いておくと花や葉が乾燥し、しおれてしまう原因に。

気軽に花を飾ってみませんか？

花を飾ってみたいけど花瓶がなくてハードルが高い…そんな経験はありませんか？実はジャムの空き瓶、ピッチャーやグラスなどの身近なキッチン雑貨でも素敵にお花をいけることができます！もちろんお気に入りの花瓶をみつけて楽しむのも◎ぜひ、お家にあるものを使って気軽にお花のある暮らしを楽しんでみてくださいね😊



県内全域で生産され、中でも島根県オリジナル品種（SO）は暑い時期でも日持ちが良く、オリジナル性の高い花色が特徴です。

トルコギキョウは、お盆や彼岸、ブライダルなど幅広い場面で使えるオールマイティな花です。多様な花の形や色があるため、自分のお気に入りを見つけて楽しめます。私は適期に適切な作業を行うことを心掛けており、苗作りから納得のいく生産を目指しています。花を飾ると季節の移り変わりを家にいながら感じることができます。習慣や花瓶がなくても始めやすいと皆さんにぜひ知っていただきたいです！

こぼれ話

うす黄色の花粉がおしべに付いていないトルコギキョウは、咲き始めで新鮮な証拠！



副会長 佐藤明次さん
トルコギキョウ、ラナンキュラス、アスターなどを約6万本生産。



しまねの夏を代表する
4種のお花をご紹介
それぞれのお花について
島根県花き生産者協議会の
皆さんに聞いてみました！

知っ しま ねの 夏

県内の切り花の中で、栽培面積が最も多い品目です。茎の太さ、花のボリューム・揃いから高い評価を受けています。

蕾を摘んで一輪だけを大きく育てたものを輪菊と言います。茎が真っ直ぐで太く、節間が詰まっているものが良いものとされています。私は生産に取り組んで5年目になりますが、より多くの秀品を出荷できるよう作り方や品種を試行錯誤しています。また、輪菊は花だけではなく葉にも商品価値があるため防除が欠かせませんし、夏場はハウス内が危険なほど暑くなるため、まずは花を管理する自分が体調を崩さないように気を付けています。



副会長 糸賀治さん
輪菊を約10万本生産。

菊 (輪菊)

こぼれ話

菊は花が咲いたあとに収穫すると日持ちがよく、1か月も咲き続けることもあるのだとか…！



皆さんは島根県内でどんな花を大切にしていますか？今月号の出荷が始まるお花について

その他にも
こんな夏の花も
ありますよ～！



スプレー菊



カラー



ヒマワリ



リンドウ

しまね夏の花展示会を開催します

JＡしまねと島根県花き生産者協議会は、右記の日程で花のイベント「しまね夏の花展示会」を開催します。皆さまのご来場をお待ちしています🌻

① 私たちが選んだ花賞～来場者投票～

あなたがお花の審査員

来場された皆さまに審査いただく「来場者投票」を実施します。会場に展示された花の中から「これが一番」と思ったお気に入りの花に投票してください！

【投票時間】7/26📅 9:30～17:00、7/27📅 9:30～12:00

【特典】投票いただいた皆さまに花のプレゼントを用意しています🍀

※なくなり次第終了(両日合わせて先着300名様を予定しておりますのでご了承ください)

両日
合わせて
先着
300名様

開催期間：令和7年 7/26📅～27📅

場 所：ゆめタウン出雲

本館1F エクセル前特設会場（出雲市大塚町650-1）

問い合わせ：JＡしまね本店園芸販売課 0853-25-8694

② 親子ミニブーケ作り体験教室

来場した親子先着50名様を対象に実施します。
7/26📅 10:00～16:00

先着
50名様

③ 島根のお花を飾りましょう

来場した先着50名様を対象にミニ花束作りを実施します。
7/26📅 10:00～16:00

先着
50名様

④ お花の即売会

展示されたお花を特別価格で販売します！
7/27📅 12:00～15:00

特別価格
で販売

EVENT



牛乳×車！ 県牛乳普及協会と島根トヨペットが協定締結

島根県牛乳普及協会と島根トヨペット株式会社は6月1日の「世界牛乳の日」に合わせ、「島根県産牛乳普及に関する協定」を締結しました。同社各店舗でのタイアップイベントなどを通じて牛乳の持つ価値や魅力を発信し、県産牛乳の理解醸成や消費拡大を目指します。

車に頼る生活が多い県内でいつまでも健康で安全に車を運転できるよう、また、県産の牛乳消費を促進し地域の応援につなげる目的で協定を締結。

同社出雲店で調印式を開き、同社の勝部道成社長と同協会の久保田英治会長（有限会社クボタ牛乳）、木次乳業有限会社や島根中酪株式会社、県、JAしまねなどの関係者が出席。久保田会長は「協定によって新たな普及活動が実現できる。車も牛乳も県民になくてはならないもので、県民に安全・安心で快適な暮らしを提供したい」と話しました。



協定を締結した勝部社長（左）と久保田会長（右）



今後のタイアップイベントで活用する模擬搾乳牛



令和7年度島根県乾椎茸品評会を開催

島根県椎茸生産者組合協議会とJAしまねは6月13日、出雲市の当JA本店斐川事務所で令和7年度島根県乾椎茸品評会を開きました。県内から40点が出品され、審査の結果、門脇正美さん（安来市）の「天白どんこ」が最高位となる島根県知事賞を受賞しました。

4日に行った審査会では、審査員4人が傘の形状や大きさを規格に照らして揃っているか審査し、優秀賞・優良賞・佳良賞の合計21点を決定。門脇さんの「天白どんこ」について、審査委員長を務めた島根県農林水産部林業課の舟木宏統括林業普及員は「傘の表面が白くはっきりとひび割れており『天白どんこ』特有の品格があり、規格に忠実で大きさが揃っている良品だった」と講評しました。

門脇さんは「収穫時の天候に恵まれ、色の揃った『天白どんこ』を出品できた。評価をいただき大変うれしく思う」と話しました。

上位6点は全国品評会へ出品されます。

その他の主な受賞者は次のとおりです。

- ・全農麦類農産部長賞＝芳野正彦（隠岐の島町・こうこ）
- ・日本椎茸農業協同組合連合会会長賞＝岩地正男（浜田市・こうしん）
- ・（一財）日本きのこセンター理事長賞＝松田直美（川本町・茶花どんこ）
- ・森産業株式会社社長賞＝森井和朝（浜田市・どんこ）
- ・島根県農業協同組合長賞＝谷尾富重（浜田市・こうしん）



品評会で入賞した出品者の皆さん



JA運営に反映を 総代代表者等との意見交換会を開催

JAしまねは5月30日、ウェブ形式で総代代表者らとの意見交換会を開きました。各地区本部の総代代表者ら18人が参加し、JA役員と活発に意見を交わしました。

当JAでは、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、年に2回意見交換会を開催しています。

意見交換会では「高齢化が進むなかドローンを使ったイネカメムシ対策を展開してほしい」「新しい運営体制に対し具体的なシミュレーションをした上で丁寧な説明が必要だ」「職員採用数が少なく辞めていくばかり。将来的な職員不足を心配している」「米農家の所得安定には消費者理解が欠かせない。対外的な広報活動をお願いしたい」など、さまざまな意見をいただきました。



総代代表者からの意見・要望に回答する本店常勤理事ら



「元気な地域」も女性部の力で！

石見銀山女性部

また、自宅で避難する際のポイントやハザードマップの見方、防災情報の確認、非常持ち出し品や各種災害に対する心構えなどを学んだ他、非常食の試食も行いました。

いっどこで起こるかかわからない災害に備えて部員同士の情報交換や防災研修会などを開催し、いざという時に女性部の力を発揮できるように、これからも防災意識を持って活動していきます。

JAしまね石見銀山女性部は、毎年6月に防災研修会を開催しています。今年度も6月23日に、大田市役所危機管理課の職員を講師に迎え、ゲーム形式でいざ災害が起こった時のシミュレーションをしたり、講師が実際に被災地に出向いた話を聞いたりすることで、災害はとも恐ろしいことだと改めて考えさせられました。



JA女性組織3カ年計画

「『あい♡』からはじまる『元気な地域』をみんなの力で」の実践初年度です。

助けあい♡

学びあい♡

育てあい♡

の3つの重点テーマを掲げ活動します。

学びあい♡



一所懸命青年連盟



JAしまね島根おおち青年連盟

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

にしもり
西森

ひろたか
浩隆さん



JAしまね島根おおち青年連盟瑞穂支部（以下、農青連）に加入している西森浩隆さん（42）は、邑智郡邑南町の農業研修生アグサポ隊に入り、実際に野菜栽培をしながら栽培方法を学び、その後、2016年に就農し今年で9年目を迎えました。年間を通じて旬の白ネギ、サニーレタス、ブロッコリー、エダマメなどを延べ約130aの露地で栽培しています。

近年は異常気象による高温で従来の栽培方法では植物が負けてしまうことから、肥料の量を調整したり、バイオステイミュラント資材を使ったりして暑さに負けないように工夫して栽培。今後はさらに、栽培面積を広げていきたいと考えています。

また、農青連の活動には積極的に参加し、情報交換の場として活用しています。西森さんは「農業研修生アグサポ隊の後輩に加入の声をかけていき、仲間を増やしていきたい」と意気込みました。



個性的で爽やかな味と香り

地中海沿岸が原産地で、肥大した茎は特徴のある香りがします。主に肉や魚料理に使われ、葉はハーブとして魚の臭い消しにも使われます。
「フェンネル」は英語、イタリア語では「フィノッキオ」、和名は「イタリアウイキョウ（茴香）」です。生育適温は10～20度で冷涼な気候を好み、耐寒性のある野菜です。栽培が容易な作型は、中間地では7月中下旬から8月下旬に種まきし、晩秋以降に収穫期を迎えます。春まきも可能ですが、種まきが遅くなると生育後半の高温長日で花芽が形成され開花します。

品種

株元が肥大するフェンネルには「フロレンスフェンネル」(各社)、または単に「フェンネル」(各社)と呼ぶ品種があります。「ナポリ」(トキタ種苗)は日本で改良され、茎の肥大に優れ作りやすい品種です。スティックタイプの「スティッキオ」(トキタ種苗)は小指ほどの肥大した茎は歯切れの良い食感を楽しめます。

畑の準備

植え付け2週間前に1平方m当たり苦土石灰200gをまいてよく耕します。1週間前に堆肥約2kg、化成肥料(NPK各成分10%)約200gを土とよく混合します(図1)。その後、ベッド幅70～80cmの平畝を作り平らにならしておきます。

種まき・苗作り

苗作りでは、25連結ポットなどのセルトレイに5、6粒まき、本葉3枚の頃に間引いて1本立ちに、本葉4、5枚までポットで育てま

す(図2)。じかまきではベッド幅70～80cmとし、条間を45cm2条として、株間約25cmで1カ所5、6粒まきます。じかまきの場合は、種まき後は不織布で覆い、強雨・強風対策をしておきます。

植え付け

ポットで育てた苗はベッドに条間45cm2条、株間25cmで植え付けます(図3)。徒長気味の苗はやや深植えにし、株元を土でしっかり押さえましょう。植え付け後は虫害や強風雨対策に透明寒冷しゃなどのトンネルがけをしておくとお心です。

追肥・灌水(かんすい)

追肥は月に1回、化成肥料を1平方m当たり約50gを与え、土寄せします。畑の乾燥が続くときは、十分に灌水をします。

収穫

収穫は肥大した茎の太さが7、8cm(約300g)の頃が目安です。

夏まき秋冬取りでは約500g(こぶし大)の大きさのものも収穫できますが、取り遅れて裂球しないように注意してください(図4)。

図1 畑の準備

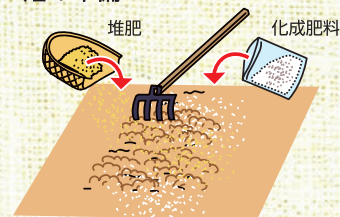


図2 苗作り

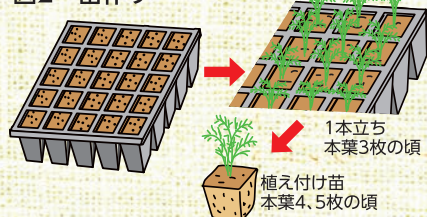


図3 植え付け

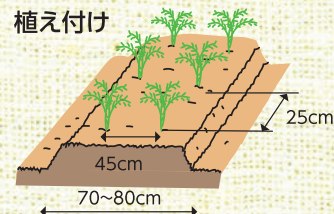


図4 収穫



栽培カレンダー(フェンネル)

まきどき	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
冷涼地		●	▲	▲	▲	■	■					
中間地	●	▲	▲	▲	▲	■	■					
暖地					●	▲	▲	■	■	■	■	■

● 種まき --- 苗作り ▲ 植え付け — 生育 ■ 収穫

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



理事会情報 (6月18日開催)

【協議事項】

- ①第11事業年度業務報告書について
- ②大口貸出金の承認について①
- ③大口貸出金の承認について②
- ④(協議) 元金・利息減免について(報告) 遅延損害金免除について
- ⑤食料・農業・地域政策の推進強化に向けた基本農政の確立に関する特別決議について
- ⑥益田での核ごみ文献調査報道に対するJAしまねの考え方について
- ⑦常勤理事の他の団体理事等への就任について



次回8月号は総代会特集!

J Aしまねは6月22日、第11回通常総代会を開催しました。当日の様子は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、作成スケジュール上、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J Aのホームページへ掲載しておりますので、ぜひご覧ください。



組合員からの情報提供窓口の明示について

当組合の監事は、経営の健全な発展に資するため、農協法（法第35条の5）および農協法施行規則（第81条）に基づき、理事の職務の適正な遂行を阻害する行為に関する情報（組合経営に関する事象に限る）の提供を受付けています。

当組合理事の組合経営に関する気になる行為について、封書またはEメールにて下記宛に連絡くださいますようお願いいたします。

島根県農業協同組合 監事会

連絡先：住 所 〒690-0887 松江市殿町19番地1
Eメールアドレス kanji.hon@ja-shimane.gr.jp
部 署 名 監 査 部
受付監事 常勤監事

※当組合の業務に関する一般的な苦情については、担当部署または支店で受付けていますのでご利用ください。

※ご厚意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する内容のものは受付いたしかねますので、予めご了承ください。

ジュンテンドー利用による「おさいふカード会員」特典について

★会員特典を受け取る準備

会員特典を受け取るためには、ジュンテンドー会員カード「いきいきポイントカード」とJ A「おさいふカード」の連携登録が必要となります。ご希望の方は、カードを持ってお近くのジュンテンドー店舗にてお手続きください。

★会員特典（対象商品：ジュンテンドー取扱全商品）

お買い物時にジュンテンドーの「ポイントカード」をレジにて提示してください。

1. ジュンテンドー「いきいきポイントカード」へのポイント付与

通常1取り引き200円(税抜)につき1ポイント付与のところ、**会員は200円(税抜)につき2ポイント付与**となります。…**会員ならポイントが通常の2倍!!**
ただし、ポイント付与は、現金、J Aカード(クレジット)支払いの場合のみとなります。

2. J Aしまね「おさいふカード」へのポイント付与

J Aしまねの「おさいふカード」には現金、クレジットカード、Q R決済のお支払い方法でも、**年間購入金額10,000円(税抜)につき30ポイント付与**します。(組合員以外は15ポイント付与)

3. J Aカード(クレジット)「わいわいポイントカード」へのポイント付与

J Aカード(クレジット)にてお買い物された場合、J Aカードの「わいわいポイント」に、通常ポイント付与に加え、別途ご利用金額1,000円につき20円(2%)を原則ご利用月の翌々月にポイントで還元します。

【いきいきポイントカード】



【おさいふカード】



お問い合わせ先：J Aしまね本店経済部資材課 TEL：0853-25-8745

第22回いわみ中央

乾椎茸品評会を開催



いわみ中央原木乾椎茸生産組合は5月22日、「第22回いわみ中央乾椎茸品評会」を開催し生産者たちの技術と情熱が結集しました。

その中から選ばれた優秀な作品が表彰されました。

近年島根県原木椎茸の生産量が少なくなっており、品評会への出品数が減少傾向にありますが、生産者様の努力により数多くの出品をすることができました。

今回の品評会には、普通物25点と箱物3点の出品があり、

【箱物の部】

(敬称略)

	副賞	地区	氏名	規格
最優秀賞	浜田市市長賞	旭	岩地 正男	こうしん
優秀賞	江の川下流域林業活性化センター会長賞	旭	岩地 正男	どんこ
優秀賞	森産業株式会社社長賞	金城	谷尾 富重	こうしん

【普通物の部】

(敬称略)

	副賞	地区	氏名	規格
最優秀賞	J A 地区本部長賞	弥栄	奥本 一徳	こうしん
優秀賞	西部農林水産振興センター所長賞	旭	森井 和朝	こうこ
優秀賞	いわみ中央原木乾椎茸生産組合長賞	旭	森井 和朝	どんこ
優秀賞	一般財団法人日本きのこセンター理事長賞	旭	岩地 正男	茶花どんこ
優秀賞	J A 地区本部賞	旭	岩地 正男	こうしん
優秀賞	J A 地区本部賞	金城	笹後 貞夫	どんこ
優良賞		弥栄	やさか共同農場	茶花どんこ
優良賞		旭	岩地 泰裕	茶花どんこ
佳良賞		旭	吉川 秀喜	こうこ
佳良賞		浜田	吉川 幸雄	どんこ

おいしいお米栽培のために ～水稻青空講習会2025

5月27日～5月30日にかけて水稻青空講習会を開催し、全40会場で総勢228名の方に参加いただきました。JA指導員より田植え後の生育状況と天候をふまえた管理のポイントとして「水管理・除草対策」「スタミナ肥」「病害虫防除」について説明を行いました。今年も、田植え時期から気温が例年と比べ低かったこともあり生育が遅れています。スタミナ肥の施用から中干まで注意が必要です。また、梅雨明け後は気温の高い日が多くなると予測されます。水分補給と暑さ対策をしっかり行い作業を行ってほしいことを伝えました。



異常気象に負けないために間断灌水とスタミナ肥の施用、中干をしっかりと行いましょうと呼びかけ豊作を願いました。

いちじく栽培講習会を開催



5月23日、浜田市いちじく生産組合（川端久幸組合長）は、いちじく栽培講習会を日脚町河野洋氏の園地で開催し8名が参加しました。講師に西部農林水産振興センター重行洋美普及員を迎え、主に「芽かき」「病害虫の防除」などにつ

いて説明を受けた後、意見交換しながら、芽かき作業の実演指導を受けました。

また、特定外来種であるヌートリアをはじめとする獣害も各地で発生しており、その対策などについても指導を受けました。

今年は春先の気温があまり上がらず少し遅めに生育しています。これからの降雨や、気温の状況次第で出荷量が変わってくるので今後の気象状況には注意していきます。



JAくらしの活動



食農教育

出前授業

お米の勉強

三隅小学校で田植え体験

5月14日、三隅町上河内のしろやま営農組合（玉田一組合長）圃場において、浜田市立三隅小学校5年生31名による田植え体験を行いました。ほとんどの児童が田植えが初めてでしたが、協力しながら熱心に植えていました。

田植え後は会場を変えクイズを交えたお米の勉強をし大変盛り上がりしました。また、三隅女性部河内支部（玉田みどり部長）の皆さんが準備したおむすびをいただきました。

この活動は毎年、しろやま営農組合・三隅女性部河内支部・三隅支店が協同で開催し営農経済部の職員も参加しています。今後の活動は、学校での「出前授業」と秋には「稲刈り体験」が行われる予定です。



旭小学校でミニ棚田で田植え体験

今市まちづくりセンターと地域の方が連携し、講師となっていく「共育」の一環として6月2日、浜田市立旭小学校5年生18名がミニ棚田で田植え体験を行いました。

児童たちは事前に旭育苗センターを見学し、苗について学習。当日は校庭横に作られたミニ棚田で田植えに挑戦しました。

はじめに岡本裕次農産課長の「お米の一生」と題した紙芝居を見たあと、2班に分かれてきぬむすめの苗を植えていきました。3段式の給水・排水の付いたミニ棚田は、より多く植え付けができ、毎日の観察・管理がし易くなりそうです。児童たちからは「初めての田植えだったけど楽しかった」「今度はもっと大きな田んぼで挑戦したい」と感想が聞かれ、充実した体験となりました。





えのう ちよっと宮農!! ハクサイの育て方・栽培方法

ハクサイは代表的な冬野菜で、霜にあたるとうま味が増す野菜です。癖もなく自然な甘みがあるので、鍋料理や漬物などのほか、様々な料理に活用することができます。また、ビタミンCやカリウムなどがバランスよく含まれていて、風邪の予防や健康維持にも効果があるとされています。

栽培スケジュール ● 種まき ▲ 苗植え付け ■ 収穫

月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
露地栽培								●	●	▲	▲	■



1. 土づくり

白菜は日光を好むため、日当たりの良い場所、排水性の良い場所を選びます。水はけの悪い土壌の場合は、15cm以上の高畝を作り水はけを良くします。

連作障害の回避のため、同じアブラナ科の作物を前作に栽培していない場所を選びます。直まきまたは定植の2週間以上前までに苦土石灰、植え付けの1週間前に完熟堆肥、化成肥料を元肥として入れ、100cm幅の畝に条間50cm×株間40cmの千鳥2条植とし、高さ10cmの畝高とします。(生育期間中に地温が低下して生長が遅れることを防ぐため黒マルチも一つの手です。)

施肥例 1㎡当たり

肥料名	元肥	追肥	備考
苦土石灰	150g		サンライムでも可
完熟堆肥	3kg		
野菜美人	100g		播種前
S 604		80g × 2回	本葉6枚頃

2. 育苗・定植

種まきは、直まきとポット（7～9cm）まきいずれの場合も直径5cm、深さ1cm位の穴を作り、5～6粒をお互いに離してまき、覆土を5mm程度にして軽く押さえます。

3. 追肥

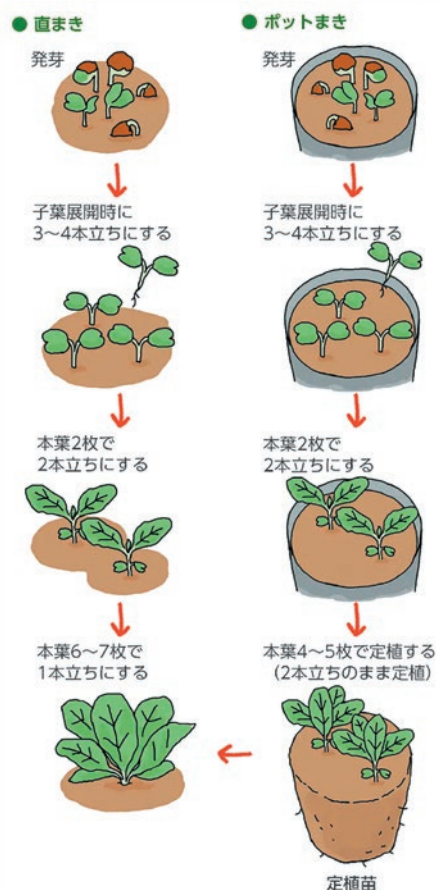
追肥の1回目は1本立ちに間引いたあと、1握り（約80g）ほどの化成肥料を株の周りにばらまきます。そして、株がぐらつかないように株元に軽く土寄せします。その後、2週間おきに1握りを合計2～3回施し、除草もかねて軽く土寄せします。

4. 病害虫対策

病害では、軟腐病、べと病、根こぶ病などが重要です。なかでも軟腐病は結球間近になって茎の地際から腐り始めて悪臭を放つようになります。発生してからでは防除できないので、予防的な薬剤散布が大切です。害虫はアオムシ、アブラムシ、コナガ、ヨトウムシが発生しますが、早期防除につとめましょう。

5. 収穫

収穫は頭を押さえてみて固くしまっていて十分結球したものから収穫します。種まきしてから早生種で60日前後、晩生種で100～120日で収穫できます。収穫時期のハクサイは地面にぴったりくっついていきますので、球を斜めに押して外葉との間にできたすき間に包丁を入れて芯を切断します。





島根県西部農林水産振興センターからのお知らせ

初夏の熱中症にご注意ください！

- 熱中症とは、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指し、症状が悪化すると様々な健康被害を発症する危険性があります。
体温が上昇すると、発汗量の増加等によって体温調整が行われますが、汗をかきすぎると体内の水分不足による「脱水状態」となり熱中症になる危険性が増加します。
- 令和6年度の夏期（5～9月）において、田畑等で農作業中に熱中症によって救急搬送された人数は、全国で2,332人と直近5年で最多となっており、まだ身体が暑さに慣れていない梅雨明け後に急増する傾向があります。
- 令和7年2月の気象庁の発表によると、夏季（6～8月）の平均気温は平年より高いと予想されており、熱中症警戒アラートの発表に注意するなど、より一層の熱中症対策が必要です。

* 予防のポイント *

暑さを避ける

高温時の作業は極力避け、日陰や風通しのよい場所で作業



こまめな休憩と水分補給

喉の渇きを感じる前に、こまめに水分・塩分を補給



単独作業は避ける

複数名で作業を行う、時間を決めて連絡をとり合う



熱中症対策アイテムの活用

帽子や吸湿速乾性の衣服の着用、空調服や送風機の活用



～もしも熱中症が疑われる場合は～

- ①作業の中断
- ②応急処置 …涼しい環境へ避難、衣服をゆるめ体を冷やす、水分・塩分を補給
- ③病院へ……………応急処置をしても症状が改善しない場合は医療機関で診察を受けましょう！

〈代表的な症状〉

汗をかかない、体が熱い、吐き気、頭痛、倦怠感、判断力低下

参考元：農林水産省「熱中症対策研修テキスト・パンフレット」

島根県西部農林水産振興センター農業振興部（TEL：0855-29-5615）

産直

黒川店 お盆の市

8月10日 日 きゅうり詰め放題

8月11日 月 玉ねぎ詰め放題

8月12日 火 ぶどう販売



※9時よりイベント開始。なくなり次第終了します。



和牛肉販売は10~13日



以上の予定で開催いたします。
是非ともご来店下さい。



西条柿選果場・加工場 パート・アルバイト募集!!!

日程 選果場：9月下旬～11月下旬
加工場：10月中旬～12月下旬

場所 浜田市内村町内

時間 午前8時30分～午後5時

作業内容 選果場：選果、箱詰め等
加工場：皮むき、梱包等

申し込み方法 令和7年9月26日(金)までに下記の問い合わせ先にご連絡下さい。

お問合せ先 JAしまね いわみ中央地区本部
営農経済部 特産課 森川

TEL 0855-22-8818

なかの はるひろ
中野晴啓氏に聞く!!

参加
無料

長期投資の極意と正しい資産運用戦略

～みんなで豊かな人生を送るために～

昨年、大好評だったあの資産運用セミナーが今年も帰ってきました!!
夏の暑さとお金の不安に負けない、ビタミンたっぷりのセミナーです。
みなさまのご参加、お待ちしております!!

日
時

2025.8.9 土
14:00 - 16:00

定
員

先着 80 名
※要予約

会
場

JAしまね
いわみ中央地区本部
2F ふれあいホール
〒697-0024 島根県浜田市黒川町 3741

お
申
込
み

お近くの JA 窓口へお電話、右記 QR コード※より
お願いいたします。



※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

【お問合せ先】 JAしまね いわみ中央統括支店 金融課
TEL : 0855-22-8853
担 当 : 青笹、遅越

講 師 中野 晴啓(なかの はるひろ)

なかのアセットマネジメント株式会社 代表取締役社長

【プロフィール】

1987 年、明治大学商学部卒業。旧セゾングループ内投資顧問会社にて外債ポートフォリオを中心に資産運用業務に従事した後、2006 年セゾン投信株式会社を設立、2023 年 6 月に代表を退任。同年 9 月なかのアセットマネジメント株式会社を設立、2024 年 4 月にアクティブ運用の長期投資ファンド「なかの日本成長ファンド」「なかの世界成長ファンド」の 2 本の運用をスタートさせた。全国各地で講演やセミナーを行い、長期投資の普及に尽力するとともに、積み立てによる資産形成を広く説き「つみたて王子」と呼ばれる。

公益社団法人経済同友会幹事他、投資信託協会副会長、金融審議会市場ワーキング・グループ委員等を歴任。著書に『誠実な投資 お金から自由になれる「長期投資」の鉄則』(徳間書店)『ほったらかし投資はやめなさい』(宝島社)『1冊でまるわかり 50 歳からの新 NISA 活用法』(PHPビジネス新書)等多数

会場でお会いしましょう!!



5月号…俳句の広場での

『一升餅』へのコメント

●一升餅を背負い這い這いする初孫に、九州のおじいちゃん はびつくり。とてもオモシロイ行事と喜ばれました。

comment

赤ちゃんの1歳のお祝いとして『餅踏み』や『餅背負い』『転ばせ餅』などがあるようです。九州地方で多いのは餅踏みで、赤ちゃんに一升餅を足で踏ませることで「地に足をつけて歩めるように」という願いが込められているそうです。

一升餅は、昔から「一生食べ物に困らないように」「健やかに成長しますように」と願いを込めて行われてきた、素晴らしい日本の伝統行事ですね。

こうした大切な風習を、これからの世代へ受け継いでいきたいものです。

寿



メガネ・補聴器の専門店



PARIS MIKI

1級 眼鏡作製技能士

認定補聴器技能者

移動型店舗 店長 狩野 昭弘

運転用、読書用、パソコン用、遠近両用でも

メガネ一式

¥13,200~税込

『移動型店舗
パリミキカー』

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

令和7年

8月度 JA巡回スケジュール

いわみ中央地区本部

1日(金)	9時～17時	あぐり南 展示会 金城支店2F	14日(木)	9時～14時	Aコープやさか
2日(土)	9時～14時				
4日(月)	9時～12時	阿刀の里(跡市) P	25日(月)	9時～14時	Aコープあさひ
	13時～16時	江津西ATM店舗	26日(火)	9時～14時	Aコープやさか
5日(火)	9時～14時	Aコープあさひ	27日(水)	9時～14時	Aコープみすみ
7日(木)	9時～14時	Aコープみすみ	28日(木)	9時～12時	波佐まちづくりセンター ときわ会館 前 P
12日(火)	9時～14時	浜田西支店			

年金相談会

8月1日(金)
金城支店

15:00から19:00まで

8月8日(金)
浜田支店

10:00から18:00まで



ローン休日営業 開催中!

第2・第4土曜日開催!

いわみ中央地区本部
1階浜田支店で
お待ちしております!!

令和7年 8月 9日・23日

受付時間/9:30～15:00

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



©よりぞう

Check!

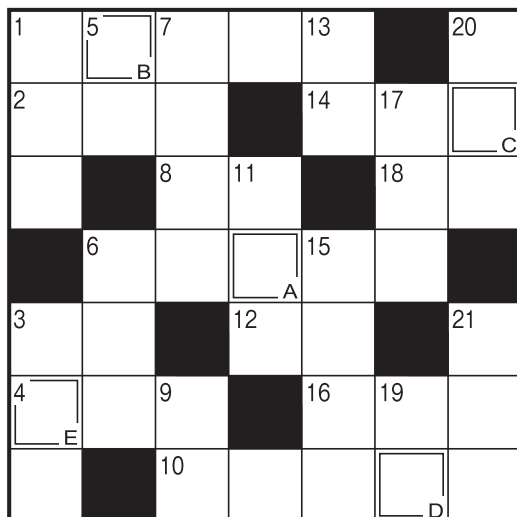
クロスワード パズル

農協全国商品券も
もらっちゃおう!!



二重マスの文字をA～Eの順に並べて
できる言葉は何でしょうか？

出題 ● ニコリ



答え

A B C D E

タテのカギ

- ①国際博覧会（万博）には——各国が出席します
- ③朝顔に——とられてもらひ水（千代女）
- ⑤官の対義語
- ⑥合格を目指して受けることも
- ⑦二十四節気のひとつ。令和7年は8月23日です
- ⑨悪夢を食べるといわれる想像上の動物
- ⑪旧国名のひとつ。今の滋賀県あたり
- ⑬人が並んで作るもの
- ⑮コイン——に荷物を入れた
- ⑰紙幣のすかしは——防止策のひとつです
- ⑲魚などの内臓のこと
- ⑳あぶく。ソーダ水からたくさん出ます
- ㉑半透明でプルプルした洋菓子

ヨコのカギ

- ①ミーンミン、シャワシャワ、カナカナ……
- ②物事にかかわりを持つこと
- ③代金は今度まとめて払うね
- ④西田佐知子のヒット曲、『コーヒー——』
- ⑥さだまさしの名曲『——流し』で歌われているのは、長崎県などですお盆の行事
- ⑧スイカにかけられる人もいます
- ⑩2分の1がハーフなら4分の1は
- ⑫チョウが吸うもの
- ⑭台木にくっつけたり挟んだりして育てます
- ⑯もう一杯、お——!
- ⑰鼻の長い動物

応募要項

応募方法

ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・ご感想を記入して、下記宛先にお送りください。右記の二次元コードからもご応募いただけます。



賞品

正解者の中から抽選で30名（JAしまね全体）の方に「農協全国商品券」をお贈りします。

当選者発表

賞品の発送をもってかえさせていただきます。

宛先・締切

〒697-0024 浜田市黒川町3741番地
JAしまね いわみ中央地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2025年8月1日（金）（当日消印有効）

先月号の答え

「ネガイゴト」

ラ	ジ	オ	タ	イ	ソ	ウ
ゴ	ビ	バ	ス			
ト	ク	カ	ラ	ウ	マ	
リ	テ	ガ	キ	リ		
オ	オ	ナ	ミ	キ	モ	
ア	ン	ハ	ネ			
ソ	フ	ト	ド	リ	ン	ク

佳作

雨上がり雲の上には虹の橋
保育園に大きな苺りけり
北山より水の音して花菖蒲
野に満つる光の中に若葉摘む
堂舞ふふるさと友と語らひぬ

安来市 青戸 涉様
西ノ島町 川上 茂様
出雲市 小豆澤典子様
邑南町 三宅伊知枝様
兵庫県 小田 慶喜様

闇といふ脇役ありて螢の灯

浜田市 三沢 孝子様

開校の学び舎かこむ植田かな

出雲市 森脇 英徳様

色を愛で舌で転がす新茶かな

出雲市 北村 功様

優秀賞

（評）筏だから「流れる」となるが実際には川や池などの水面を「漂う」情景がうかんできくる。その花筏は大海の波は知らないのであらうな……。

花筏まだ大海の波知らず

津和野町 田中とよし様

最優秀賞

俳句の広場

選句者「白魚火」編集長・副主宰
安食彰彦先生

「家の光」でも俳句・川柳・詩・短歌を毎月募集しています。こちらへもぜひ応募ください！



JA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）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です。
※応募作品の一切の権利は、JA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
JAしまね ふれあい福祉課
「俳句の広場係」または「川柳の広場係」
FAX：0852-67-7708
Eメール：fureai.hon@ja-shimane.gr.jp



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

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

しまねの農畜産物を応援!

JALしあね 定期貯金キャンペーン 2025夏

当JAへ新たな資金で、お預入れいただくと

2025 6.2[月] ▶ 7.31[木]

金利特典 お米特典 しまね和牛肉特典

からえらべます!

くわしくはお近くのJA窓口までお問い合わせください 検索 詳細はホームページよりご確認ください

JALしあね

まかせて安心 お見積りキャンペーン

キャンペーン期間 令和7年6月1日 ▶ 令和8年2月28日

応募要件 下記のいずれかの返済シミュレーション または お見積り をいただいた方

- 教育ローン
- 住宅ローン (リフォームローンを含みます)
- マイカーローン
- 生命総合共済
- 建物更生共済
- 自動車共済

※生命総合共済・建物更生共済の転換・乗換・切替契約、自動車共済の継続契約のお見積りは除きます。
※島根県在住の方。

JAで年金受取をご予約いただいた方

※島根県在住の方で、55歳以上の方とします。

特典 毎期、抽選でステキな賞品をプレゼント!

A賞 もりもりセット 島根県産 米5kg

B賞 まんぷくセット しまね和牛モモしゃぶしゃぶ用400g

C賞 だんらんセット 出雲あす 6個セット

※写真はイメージです。

詳細は最寄りの支店にお問い合わせください。

くらしのこと ヌーワークキャンペーン

簡単なアンケートに答えるだけで豪華賞品が当たるチャンス!

応募はこちら▲

JALしあね 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

JALしあね × PARIS MIKI

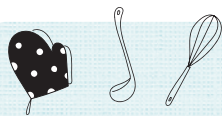
メガネ一式 10%OFF!! 補聴器 5%OFF!!

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 島根県内パリミキ全店

※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 JALしあね 本店経済部経済課 [TEL] 0853-25-8912



島根うまれの食材レシピしまねうレシピ

島根県『家の光』講師
飯塚生美子 先生

豚肉とレタスの重ね蒸し焼き

材料（4人分）

豚バラ薄切り肉……………250g
 塩こしょう……………少々
 レタス（小）……………1玉
 しめじ……………1株
 コーン缶……………大さじ3
 A ポン酢……………適宜
 ごまドレ……………適宜

コメント

・フライパンに重ね入れたら、あとはお任せ！忙しい日にササッと仕上がるうれしいレシピです。
 ・レタスのシャキッとした食感と豚肉の凝縮した旨味にしめじの旨味がプラス！夏バテ防止の一品です！

作り方

- ①豚肉は長さを半分に切る。レタスは洗って、手でちぎり、しめじは小房にばらしておく。
- ②フライパンに①の豚肉の半分を広げて並べ入れ、軽く塩こしょうを振る。
- ③②の肉の上にレタスを全部入れ、その上に豚肉を広げて並べ入れ、軽く塩こしょうを振る。
- ④フライパンの空いたところにしめじを入れ、蓋をして中火にかけ、肉に火が通るまで蒸し焼きにする。
- ⑤皿に汁ごと盛り付け、粒コーンを盛る。
- ⑥好みでAをかけて食べる。（そのままでもあっさり美味しいです）



アレンジ

・レタスはもやし、白菜、ズッキーニや玉ねぎのスライスまたは千切り、チンゲン菜、キャベツ、ピーマンに替えてもOK！
 ・残った時は、卵とじやチーズをのせてチーズ焼きに。またはスープのネタに早変わりします！

だしトマト

材料（4人分）

トマト……………2個
 青しそ……………10枚
 スライスチーズ……………3枚
 A 砂糖……………小さじ2
 オリーブ油……………大さじ1
 めんつゆ……………大さじ2
 ポン酢……………大さじ2
 ※めんつゆは3倍濃縮

コメント

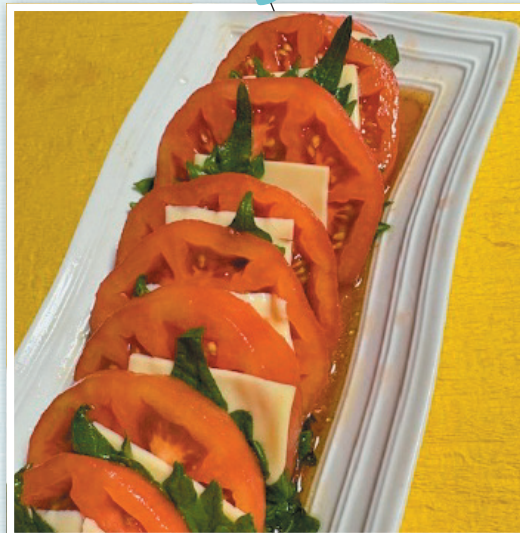
・ひんやりと冷えたトマトは暑い夏の一品にぴったり！
 ・2～3日冷蔵保存できます！

作り方

- ①トマトはヘタを取り、4～5等分の輪切りにする。
- ②チーズは1枚を1/4に切る。
- ③トマトとチーズを重ね、青しそで包み、深さのある皿に並べ入れる。
- ④Aを混ぜ合わせて、③にかけ、ラップをして1時間以上冷蔵庫で冷やす。
 ※めんつゆは2倍濃縮の場合大さじ3

アレンジ

・ラー油や豆板醤を加えて、ピリ辛大人味に。
 ・トマトの旨味が溶けてだし汁はそうめんつゆに使っても最適！
 ・チーズをハムや生ハムに替えてもOK！



JA 島根厚生連

健康散歩

熱中症



熱中症とは、暑さが原因で起こる体調不良の総称です。人は熱の産出や放散をすることで体温が37℃前後になるように体調管理をしています。しかし熱中症になると、そのバランスが崩れ、急激に体温が上昇して、さまざまな症状を引き起こしてしまいます。

熱中症が起こる要因として「環境」「からだ」「行動」の3つがあります。

- ・「環境」…気温・湿度が高い、風が弱い、急に暑くなった など
- ・「からだ」…高齢者・乳児・肥満体型、持病（糖尿病、心臓疾患）がある
脱水症状（下痢・発熱等）、体調不良（二日酔い・寝不足） など
- ・「行動」…激しい運動、慣れない運動、長時間の屋外作業、水分不足 など

以下のような症状が出たら、熱中症にかかっている危険性があります。

- ・軽症（応急処置で対応可能）
めまい、筋肉痛・筋肉の硬直、手足のしびれ、気分不良
- ・中等症（病院への搬送が必要）

頭痛、吐き気・嘔吐、倦怠感、虚脱感
 ・重症（入院して集中治療が必要）
意識障害、痙攣、手足の運動障害、高体温

〇熱中症にならないための5つの行動

- ①衣服を工夫する：ゆったりとした通気性の良い服、涼しい服装を心がける
- ②日差しを避ける：日傘や帽子で直射日光を避ける
- ③こまめな水分補給：のどが渇かなくても、意識的に給水をする
- ④暑い日は頑張りすぎない：適宜休憩をとり、行動する
- ⑤十分な睡眠を取る：睡眠不足だと体温調節機能障害のリスクあり

個人で熱中症対策を行うことはもちろんですが、令和7年6月1日より企業に対して職場で適切な熱中症対策を取ることが義務づけられました。具体的には、「熱中症の自覚症状がある人やおそれがある人を見つけた場合の連絡体制を整備すること」「身体を冷やして医療機関に搬送するなど、重症化を防ぐ手順を定めること」などが求められています。
 熱中症について正しい知識を身につけ、周囲にも気を配り、予防と対策を行いましょう。