



SNSで旬な情報を  
投稿しています



YouTube



Instagram



LINE



# J.A.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



## 特集 がんへの備え



©よい食P

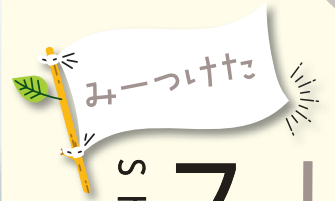


こくしょうこくさん

来月の  
外勤日は **6月17日(水)~19日(金)**



J.A.しまね 出雲地区本部版



みつけた

Shimane Farmers

# しまねの ファーマーズ



圃場は水上町と長久町稲用の2拠点



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。

**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。

## 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み、彩百景代表の芝尾充秀さんにお話を伺いました。



## 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、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。

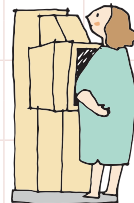
がんは早期発見が本当に大切。私も毎年必ず検診を受けています。



【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  
も大切な視点ですね。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。

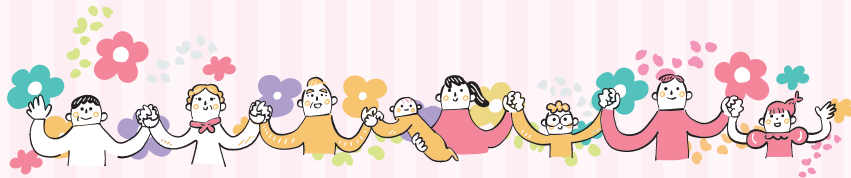
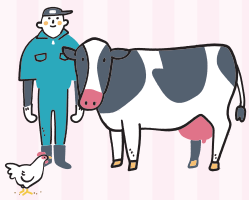
気象庁松江地方気象台の伊東航一氏は近年の気候変動について講演。気温の上昇や、雨の降り方の変化などについて説明し、注意を呼びかけました。島根県農業技術センターは令和8年産米の栽培に向けた土づくりや、イネカメムシの対策について情報提供しました。

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ら、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

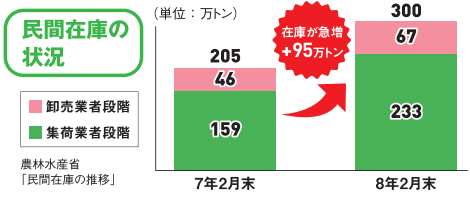
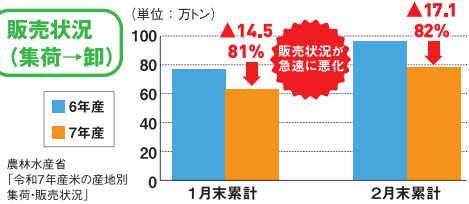
## 再生産可能な農業経営の実現のためには「需要に応じた生産」が必要です!

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

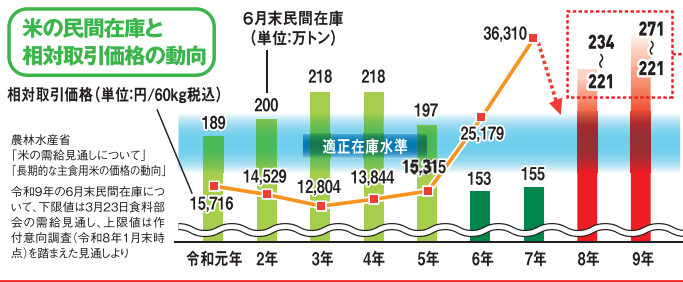
### 令和8年産米の過剰作付により、米価が大幅に下落する可能性が高まっています

**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

農林水産省「令和8年産第1回中間的取組状況(1月末時点)」



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。

## 「デラウェア」出荷始まる 粒張り、糖度も上々

JAしまねは4月24日、益田市で「島根ぶどう」の初出荷式を開き、令和8年産の「島根ぶどう」の出荷がスタートしました。JAしまね出雲地区本部管内では、4月29日に荒茅ぶどう集荷所で検査を開始。この日は生産者1人が約15kgの「デラウェア」を持ち込みました。

今年は2月の積雪による影響が心配されましたが、3月以降は平年並みの天候に恵まれ、生育はおおむね順調。生産者の細やかな栽培管理もあり、粒張りが良く、糖度の高い高品質な「デラウェア」に仕上がっています。

初検査に先立ち、JAしまね出雲地区本部の吾郷正人副本部長は「いよいよ令和8年産の出荷が始まりました。今年は中東情勢による重油や資材価格の高騰など厳しい状況が続いていますが、JAとしても皆さんの経営の安定と産地の発展に向けて精一杯サポートさせていただきます。長丁場となりますが、皆さん体調には十分ご留意いただきますようお願いいたします」と話しました。

※益田市での初出荷式の記事は7ページに掲載しています。



あいさつする片寄部会長



あいさつする吾郷副本部長



29日出雲市で出荷されたデラウェアの品質を確認する検査員

## おなじみ！「星空ガーデン」 ラピタ屋上バーベキュービアガーデンオープン

4月25日、毎年恒例になりました、ラピタ本店4階特設会場でラピタ屋上バーベキュービアガーデン「星空ガーデン」が始まりました。毎年多くの組合員、利用者の皆様にご来場いただいておりますが、今年は10月31日までの営業を予定しています。

これまで同様会場は、全天候型のテント128席に加え、お座敷席やアウトドア席など約280席をご用意しております。従来の「バーベキュープラン」をグレードアップし、ご満足いただける内容となっておりますが、今年特におすすめしたいのが、他店にはない「ラピタだから出来る「持込みプラン」です。「持込みプラン」とは、ラピタ本店1階の食品売り場で当日お買い上げいただいた食材等を持ち込んでいただけるプランのことです。それぞれがお好きな飲み物や食べ物をお持ち込み頂き、市街地を望む解放感あふれる星空ガーデンで時間を気にせずお楽しみください。

営業時間は午後5時30分から午後9時まで（午後8時30分ラストオーダー）。ただし、ラピタ本店1階の食品売り場は午後8時までの営業となっております。予約、その他詳細は左記の二次元バーコード（ぐるなび）か、パソコン、スマホから「ラピタビアガーデン」で検索、または050-5486-3296（電話による受付）時間は午前9時から午後5時までで受け付けております。皆様のご来場を心よりお待ちしております。



BBQプラン（中学生以上）  
肉盛合せ内容（別途焼用野菜付き）



## 出雲産きゅうり 初選果・初せり

JAしまね出雲きゅうり部会は、4月5日に出雲西部集荷所で春作きゅうりの初選果式を行いました。当日は生産者や選果人、JA関係者など約30人が集まり、初選果を祝いました。同部会の石飛政樹部会長は「いよいよ初選果を迎えました。これから長丁場となりますので体調にはしっかりと留意いただき、販売額目標1億2000万円の達成に向けて、部会員一丸となつて頑張りましょう」と話しました。

翌日の4月6日には、出雲大同青果で春作きゅうりの初せりが行われ、前日に選果されたきゅうり1,139kgが並びました。初せりに先立ち、同JA出雲地区本部の坂本満本部長は「今年も加温燃料や生産資材の高騰など厳しい状況ではありますが、生産者の皆さまの努力により立派なきゅうりが仕上がりました。安全安心なきゅうりを安定的に出荷させていただきますので、今後とも変わらぬお引き立てを賜りますようお願い申し上げます」とあいさつしました。



あいさつする石飛部会長



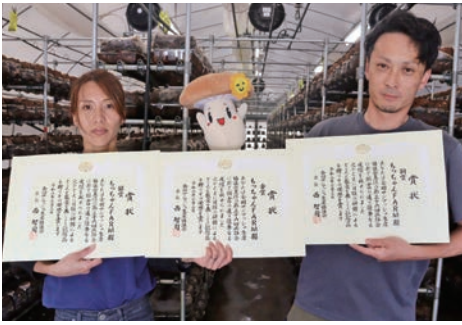
## 第36回サンマッシュュ品評会

### 森山智美さん金賞・銀賞・銅賞

第36回サンマッシュュ品評会が2月3日、栃木県宇都宮市で開催されました。この品評会は、菌床栽培による優良品質の生しいたけ『サンマッシュュ』の生産技術向上と品質の安定を図り、ブランド評価を高めるとともに、しいたけ産業の発展に資するため毎年開催されています。

当日は全国から出品があり、傘・柄の形状及び色沢、傘の大きさ、品揃え、水分などを基に審査。その結果、JAしまね出雲しいたけ部会の森山智美さんの出品した菌床しいたけが金賞、銀賞、銅賞を受賞しました。森山さんは「来年も金賞を受賞できるように日頃からの丁寧な栽培管理に努めたいです」と話しました。

出雲地区本部管内の受賞者は以下の通りです。  
【金賞・銀賞・銅賞】森山智美さん  
【奨励賞】合同会社Torch、合同会社工スペース、オールファーム、三島秀次さん、岡敏夫さん



金賞・銀賞・銅賞を受賞した  
森山智美さん

「JAしまね出雲しいたけ部会」  
公式Instagram



「JAしまね出雲しいたけ部会」  
では、Instagramでもさまざま  
な情報を発信しています

## 大きな梨ができますように 園児が梨の花粉付け体験

JAしまね神門梨部会は4月8、9日に、市内の園児を対象に「梨の花粉付け体験」を実施しました。同部会は食農教育にも積極的に取り組んでおり、作業を通じて特産の梨ができる過程を学んでもらうことを目的に開催。今年は市内3つの保育園から約100人の園児が参加しました。

4月8日には、なかの保育園の園児が同部会の小村靖部会長が代表を務める有限会社アグリコントラクターの圃場で「新星」の花粉付けを体験。園児たちは作業の手順を教わった後、大きな梨に育つようお願いを込めながら授粉棒で丁寧に花粉を付けていきました。秋頃には収穫体験も予定されており、園児たちは「花粉を付けるのが楽しかった」「梨ができるのが楽しみ」などと感想を話しました。今回指導に携わった同社の古浦雅人さんは「この体験を通して、普段食べている梨がどのように育つのかを知り、農業に興味を持ってくれるきっかけになれば嬉しいです」と話しました。



花粉付けを体験する園児たち

# J Aしまね 多伎いちじく生産部会 定期総会を開催

J Aしまね多伎いちじく生産部会は3月26日、多伎コミュニティセンターで定期総会を開催しました。総会では令和7年度の事業報告および令和8年度の事業計画など、4議案を承認しました。

同部会の立脇渉部会長は「昨年は猛暑と少雨の影響を大きく受けましたが、鳥害が少なかったことに加え、灌水や敷草を活用した高温・湯水対策といった生産者の努力により、出荷量を大きく回復させることができました。天候等を変えることはできませんが、令和8年産も県やJ Aと連携して対策を徹底し、出荷量のさらなる増加に向けて頑張りましょう」と部会員に呼びかけました。

令和7年産は出荷量93トン(前年比142%)、販売金額7,095万円(前年比123%)と前年を大きく上回る結果となりました。令和8年産では日々の栽培管理を一層徹底し、出荷量100トン、販売金額8,000万円を目指すこととしています。



あいさつする立脇部会長

## 令和8年度 経営所得安定対策申請について

経営所得安定対策等交付金の交付を受けるためには、営農計画書を提出していただくほか、別途申請が必要となります。

すでに提出いただいている営農計画書より交付対象の可能性があり、前年に申請実績がある方へは申請書一式を配布させていただきますが、それ以外で申請を希望される方については**6月5日(金)までに**最寄りのJ A各営農センターに申し出の上、お手続きくださいますようお願いいたします。

### ■ 申請時の提出書類

- 経営所得安定対策等交付金交付申請書(様式第1号)
- 振込通帳のコピー(通帳見開きのカナ氏名、支店番号、口座番号が記載されているページ) **【該当者のみ】**

### ■ お問い合わせ先

#### J Aしまね出雲地区本部

中部営農センター：電話(0853)31-9055  
 東部営農センター：電話(0853)62-9059  
 西部営農センター：電話(0853)53-2168  
 河南営農センター：電話(0853)43-7007  
 南部営農センター：電話(0853)84-0213



JAしまね  
出雲地区本部  
教育文化活動講演会

＼ 林修先生と /  
楽しく学べる  
国消国産講座



〔講演者〕 林修  
【(c)Takuya Igarashi】

林修 (はやしおさむ) プロフィール

1965年、愛知県名古屋生まれ、60歳。東京大学法学部卒。現在、東大特進コースなどの難関大学向けの講義を中心に授業を行い、抜群の東大合格実績を誇る東進ハイスクール東進衛星予備校の躍進に大貢献している。主なレギュラー番組は「林修の今知りたいでしょ!」「ボツンと一軒家」テレビ朝日系列、「日曜日の初耳学」TBS系列、「世の中お金で見てみよう」テレビ東京系列、など多数。主な著書「いつやるか?今でしょ!」宝島社、「受験必要論」集英社、「異端のススメ」宝島社 etc

「未来の食卓と暮らしを  
どう守り、どう育てるか」

2026  
**7.10** **FRI** 13:30~  
(金) (受付開始 12:30~)  
終了予定 15:30

地元産の  
お土産を  
ご用意

参加  
無料  
一般応募 事前申込制  
**400**名様

〔場 所〕ラピタ本店3階大ホール 出雲市今市町87 〔講演者〕林修

〔応募資格〕出雲地区本部管内にお住まいの方、応募多数の場合は抽選となります。

〔受付時間〕平日9:00~17:00

〔座席は...〕座席は抽選となります。座席指定番号の発送をもって当選とさせていただきます。  
「家の光三誌」「日本農業新聞」をご購読いただいている方には優先的に座席をご用意いたします。

〔主 催〕  JAしまね出雲地区本部 / 

〔協 賛〕 ・株式会社島根ワイナリー 〔後 援〕 ・JA全農島根農機サポート株式会社 ・一般社団法人家の光協会  
・島根中酪株式会社 ・有限会社協同サービス ・日本農業新聞  
・出雲大同青果株式会社 ・有限会社JAいずもアグリマート  
・JAいずもアグリ開発株式会社 ・有限会社JAアグリフードサービス

〔お問合せ先・往復はがき送付先〕

〒693-8585 島根県出雲市今市町106番地1 JAしまね出雲地区本部 ふれあい福祉課

●会場には駐車場が少ないので、当日は公共交通機関をご利用ください。 ☎0853-21-6013  
●申込は右記二次元コードもしくは、往復はがきにて受け付けております。 ☎0853-21-6013



お申込は  
コチラの二次元コードから



いま  
おか  
たか  
し  
**今岡孝吏さん**  
(61)

— デラウェア —

栽培面積

デラウェア

24 a

シャイン  
マスカット

14 a

水稲

11 a



大社町でデラウェアやシャインマスカットを栽培している今岡孝吏さん。長年、東京都で会社員として勤務したのち、親の代から続くデラウェア栽培を引き継ぐため、生まれ育った出雲市へUターンしました。令和8年3月に就農し、現在38aの面積で良質なぶどうの栽培に励んでいます。

**産地で受け継ぐデラウェア栽培**

今岡さんがデラウェア栽培を志すきっかけとなったのは、長年熱心な栽培を続けてきた両親の姿でした。そんな両親も高齢となり、作業負担が増している様子を見る中で、『両親が大切にしてきた圃場を守りたい』という思いから就農を決意。さらに、全国有数のデラウェア産地である出雲市で、生き生きと働く先輩農家の方々の姿も今岡さんの就農への思いを強めました。就農にあたっては、実家の圃場で作業を手伝いながら基本的な栽培管理を学びつつ、出雲市アグリビジネススクールや島根県立農林大学校で専門的な農業知識を習得。今年3月に両親から経営を引き継ぎ、おいしいぶどうを届けるため、日々丁寧な栽培に取り組んでいます。

**おいしいデラウェアを届けるために**

今岡さんが日々の栽培管理の中で特に注意を払っているのが、ハウス内の

温度管理です。昨年夏の猛暑による着色不良が生じた経験をもとに、今年はより一層管理を徹底。スマートフォンでこまめに温度を確認し、外気温に応じて換気や散水を行うなど、ハウス内を20〜28℃に保つよう努めています。「先輩方と同じように作業を進めるのは難しいですが、おいしいデラウェアを作るため様々な挑戦をしたいと思います」と話す今岡さん。部会の仲間や出雲市アグリビジネススクールの同期と積極的な情報交換を行い、新たな学びも取り入れながら、さらなる栽培技術の向上に努めています。

**安全と安心を**

「先輩方が築いてきた歴史をしっかりと受け継ぎ、安全安心で良質なデラウェアを作りたいです」と話す今岡さんは、誰もが安心して食べられるデラウェア栽培を心がけています。こうした日々の取り組みの結果として、島根県のGAP認証制度である「美味しまね認証」を取得。デラウェアを手にとってくださった方から「甘くておいしい」と声をかけてもらえることが何よりの喜びであり、日々の励みとなっています。これからも『地域の担い手の1人として、産地のさらなる発展に貢献したい』という思いのもと、安全安心でおいしいデラウェアの栽培に励んでいきます。





# 出雲市農政会議だより

令和8年5月

No.123

発行元：出雲市農政会議(出雲市今市町106番地1 JALまね出雲地区本部営農企画課内)  
発行責任者：事務局長 小川 卓哉

## 【活動内容報告】

### ○第50回地域農政リーダー研修会

第50回地域農政リーダー研修会が3月20日(金)、出雲市のラピタウェディングパレスで開催され、県内各地から約150人が集まり、出雲市農政会議からは20人が出席しました。

研修会では、株式会社日本総合研究所創発戦略センター・チーフスペシャリストの三輪泰史さんが「高市政権の農業政策を踏まえた国内農業の将来像」と題して講演。続いて、丸山達也島根県知事が県政報告、出川桃子参議院議員と東野秀樹参議院議員がそれぞれ国政報告を行いました。参加者らは熱心に耳を傾け、最新の農業情勢や国政・県政について理解を深めました。



## 農業者のみなさまへ

### 出雲市有害鳥獣被害 対策事業

(被害防止施設整備事業)

### 補助金のご案内

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 出雲市補助事業

#### 令和8年度からの変更点

- 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。

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 21-6279(直通)

#### 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(電柵の場合はカタログも添付)
- 5 位置図
- 6 現地写真
- 7 市税の滞納の無い証明
- 8 定款又は規約(設置前:2枚程度) (団体が申請する場合は不要) (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

詳しくはこちら▶

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、右記の二次元コードからご確認ください。



# 人間ドック・健康診断のご案内

症状がなくても、人間ドック・健康診断で見つかる病気があります。  
あなたと大切な人のために、受診してください。



詳しく調べたい

## 組合員人間ドック



項目数

44項目

料金  
(税込)

24,000円

右の助成条件に該当する方は健康保険の助成により安くなります

助成条件

今年度、医療機関等で特定健診・後期高齢者健診を受診していない方で、人間ドック当日に「特定健診受診券」を提出できる方

※医療機関等で受診済みの場合は助成がありません ※特定健診受診券はご加入の健康保険から送付されます(後期高齢者医療保険の方には発行されないため、マイナ保険証等での確認となります)

助成後の受診料金

- ◆ 出雲市国民健康保険の方(40~74歳) 15,700円
- ◆ 後期高齢者医療保険の方 16,100円
- ◆ 健康保険(被扶養者)の方(40~74歳) 約17,000円

※健康保険によって助成金額が異なります(助成措置のない健康保険もあります)  
※本人(被保険者)は助成対象となりません



少し詳しく調べたい

## 農業者・女性部健診



項目数

Aコース  
30項目  
Bコース  
29項目

料金  
(税込)

Aコース  
6,500円  
Bコース  
4,000円

検査内容リニューアル

腫瘍マーカー検査新規導入 (Aコース・Bコース限定)

男性…CEA 女性…CEA, CA125

がんのリスクを発見する手掛かりになり、診断や治療効果判定に役立ちます

※CA125は女性専用の検査となります  
※腫瘍マーカーのみの検査はできません(Aコース, Bコース限定の検査)



簡単な検査だけでよい  
(オプション検査は実費でセット)

## 組合員健診



項目数

18項目

料金  
(税込)

基本健診

- ◆ 出雲市国民健康保険の方(40~74歳) 0円
- ◆ 後期高齢者医療保険の方 0円
- ◆ 全国健康保険協会(被扶養者)の方(40~74歳) 820円
- ◆ その他健康保険(被扶養者)の方(40~74歳) 0円~1,000円程度

オプション検査…検査項目表をご確認ください

※健康保険の助成により料金が安価になります(助成対象に該当しない場合は全額負担8,120円になります)  
(助成対象に該当しない主なケース…当該年度に2回以上受診、健康保険の資格喪失したまま受診)

## 実施日程

### 組合員人間ドック

7月16日(木) 須佐コミュニティセンター  
8月25日(火) 出雲地区本部 (AM)  
8月26日(水) 出雲地区本部 (AM)  
11月13日(金) 荒木支店  
11月17日(火) 平田中央支店  
12月1日(火) 湖陵支店

### 農業者・女性部健診

10月13日(火) 出雲地区本部  
10月14日(水) 出雲地区本部  
10月15日(木) 出雲地区本部 (AM)  
11月20日(金) 出雲地区本部

### 組合員健診

7月6日(月) 平田中央支店  
10月9日(金) 荒木支店 (AM)  
10月15日(木) 出雲地区本部 (PM)  
10月16日(金) 出雲地区本部  
11月5日(木) 須佐コミュニティセンター (AM)  
12月7日(月) 平田中央支店 (AM)

※荒木支店は8月22日(土)以降、支店名が「大社支店」に変わります。

検査項目

●…標準セット検査 △…Aコースのみ実施する検査 □…オプション検査

検査項目		組合員ドック	農業者・女性部健診	組合員健診
尿検査	蛋白,糖	●	●	●
	潜血	●	●	●
身体計測, 腹囲測定, 問診, 血圧測定		●	●	●
血液(生化学)	尿酸(UA), クレアチニン(CRE), e-GFR	●	●	●
	TG, HDL-C, LDL-C, AST, ALT, γ-GT, Glu, HbA1c	●	●	●
	TC, ALP, 総蛋白, アルブミン	●	●	●
血液(免疫)	HBs抗原, HCV抗体, CRP	●	●	□
	ペプシノゲン検査, 前立腺検査(男性のみ), 甲状腺検査	●	●	□
血液(腫瘍マーカー)	CEA, CA125(女性のみ)	●	●	●
血液(貧血)	赤血球, 色素量, ヘマトクリット	●	●	□
	白血球, 血小板	●	●	□
内科診察		●	●	●
眼底検査, 心電図検査		●	●	□
眼圧検査, 視力検査, 聴力検査		●	●	□
大腸がん検査(便潜血), 肺がん検査(胸部X線), 胃がん検査(胃部X線)		●	●	□
骨密度検査		●	●	□
腹部超音波検査		●	□	□
胸部CT検査(40歳以上)		●	△	□
筋肉量測定		●	●	□
ヘリコバクター・ピロリ抗体検査		□	□	□
軽度認知障害スクリーニング検査(MCI)		□	□	□
前眼部OCT検査		□	□	□
頸動脈超音波検査		□	□	□
胃内視鏡検査(胃カメラ)		□	□	□

※未実施の検査項目がある場合も減額の措置はありません

**腫瘍マーカーについて** CEA 消化器がん(大腸・胃), 肺がん, 乳がん, すい臓がん, 子宮がん等で高値となります。慢性肝炎, 糖尿病, 喫煙者, 高齢者でも上昇します。  
CA125(女性のみ) 卵巣がん, 子宮がん等で高値となります。女性ホルモンの影響を受けやすく妊娠, 月経でも上昇します。

※がん診断の参考になる検査の一つであり, 腫瘍マーカーの値だけでがんの診断はできません ※良性腫瘍や炎症性疾患, 加齢や妊娠, 月経, 飲酒, 喫煙, 薬の成分等の影響を受け, がんとは無関係にマーカーの値が高くなる場合があります ※がんがあっても値が高くないこともあるため, 基準値内でもがんを否定できるものではありません

オプション検査 (別途料金)

組ド …組合員人間ドック 農女 …農業者・女性部健診 組健 …組合員健診

健診コース	オプション検査	料金(税込)	単独検診の可否	留意事項など
組ド 農女 組健	詳細健診(心電図, 眼底, 貧血)	1,900円	×	
組ド 農女 組健	ペプシノゲン<血液>	2,500円	○	
組ド 農女 組健	前立腺(PSA)<血液>	1,900円	○	
組ド 農女 組健	甲状腺(TSH)<血液>	1,650円	○	
組ド 農女 組健	肝炎ウイルス<血液>	無料	×	初回受診者のみ対象(過去に受診した方は受診不可)
組ド 農女 組健	ヘリコバクター・ピロリ抗体<血液>	2,100円	○	ピロリ菌を既に除菌した方または胃を全摘出された方は受診不可
組ド 農女 組健	軽度認知障害スクリーニング(MCI)<血液>	22,000円	○	
組ド 農女 組健	脳元気検診(65歳以上)	2,000円	×	10月15日, 16日のみ実施
組ド 農女 組健	骨粗鬆症(79歳以下)	1,400円	○	
組ド 農女 組健	腹部エコー	3,700円	○	
組ド 農女 組健	頸動脈エコー	3,650円	○	
組ド 農女 組健	前眼部OCT<眼科>	3,100円	○	
組ド 農女 組健	胃内視鏡検査(胃カメラ)<35歳以上>	人間ドック受診あり 5,500円 なし 10,500円	○	●組ド 農女 とは別日程での受診となります(申込書で確認ください) ●受診会場はJA島根厚生連 健康管理センター(斐川町美南)となります

医療保険者による特定保健指導について(お知らせ)

農業者・女性部健診は, 各医療保険者からの助成を活用することで受診料を安価に設定しています。そのため, 健診受診結果に基づき「特定保健指導(※1)」の対象(※2)に該当した場合, 受診者ご本人にご加入の医療保険者(健康保険)が特定保健指導に関する連絡をする場合があります。特定保健指導の受診は任意となりますが, 生活習慣の改善等にご活用いただけますようお願いいたします。

※1 特定保健指導…メタボリックシンドロームのリスクが高く, 生活習慣の改善が必要な方に行われる健康サポート ※2 40~74歳で国民健康保険にご加入の方または40~74歳で健康保険被扶養者の方のうち, 腹囲(BMI)・血圧・脂質・血糖の結果値が医療保険者が定める基準値を上回る場合

申込方法 申込書をご記入の上, お近くのJA出雲地区本部各支店にご提出ください。

お問い合わせ JАしまね出雲地区本部 ふれあい福祉課 TEL:0853-21-6013

輝け!  
いずもスマイル

長浜くにびき相撲甚句会の会員として活動する原一明さん。もともと音楽を聴くことが好きな原さんは、レコードで偶然耳にした相撲甚句に心惹かれ、約15年前から会の一員として活動を始めました。現在は11人の仲間とともに月2回、楽しみながら練習を重ねています。

相撲甚句とは、大相撲の巡業などで披露される七五調の伝統唄。楽器による伴奏はなく、「ドスコイ」「ホイ」といった合の手に合わせて、力士の特徴や思いなどを唄います。『相撲の元祖』とされる野見宿禰ゆかりの地『島根県』では、相撲甚句の各団体が活動し、伝統を守り続けています。

「唄を聴いてくださる方々に届くよう、声をしっかりと響かせることを意識しています」と話す原さん。ただ歌詞に沿って唄うだけではなく、歌詞に込められた思いを伝えるため、力強さも温かみのある声で唄うことを心がけています。「できる限り長くこの活動を続けていきたい」とも話す原さんは、日々の練習からしっかりと声を出すよう意識することで、発声の感覚を忘れないように努めています。このように練習を重ねた相撲甚句は、大相撲の地

出雲市小山町

はら かずあき  
原 一明さん (79歳)



方巡業や祝賀会、全国各地の大会など様々な場で披露。また、介護施設などに訪問し、相撲甚句を唄うボランティア活動にも力を入れています。来年の秋には、出雲市で相撲甚句の全国大会が開催される予定であり、大会に向けてさらなる練習に励む原さん。「より多くの方に相撲甚句の魅力を知っていただくと嬉しいです。出雲市での開催となりますので、少しでも興味のある方は、ぜひ会場へお越しください」と笑顔で話し、これからも仲間とともに楽しみながら、力強い唄声を届けていきます。

健康ライフかわら版

「5月から始めよう！熱中症対策」

熱中症といえば“夏に起こるもの”というイメージかもしれませんが、実は、梅雨入り前の5月頃から発生します。暑さに慣れていないと熱中症になる危険性が高まります。暑くなる前から熱中症の対策を行いましょう。

暑さに体を少しずつ慣らしましょう

暑い日が続く、体が次第に暑さに慣れて、暑さに強くなることを“暑熱順化(しょねつじゅんか)”といいます。日常生活の中で運動や入浴をして汗をかき、体を暑さに慣れさせましょう。

熱中症に関する情報はこちら

島根県ホームページ



個人でできる熱中症の予防法

1 暑さを避ける、身を守る

屋内では

- エアコン等で温度を調節
- 遮光カーテン、すだれを利用
- 室温をこまめに確認
- 暑さ指数(WBGT値)も参考にする

屋外では

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 天気の良い日は、日中の外出をできるだけ控える

からだの蓄熱を避けるために

- 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどでからだを冷やす

2 こまめに水分・塩分補給をする

室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分を補給しましょう。



お問い合わせ先 出雲保健所健康増進課 TEL 21-8785

## おたより広場

読者のみなさんからの投稿コーナーです。最近あった「楽しかったこと」「最近思うこと」「感動したこと」…ぜひお聞かせください。写真や絵手紙・イラストも大募集!!

〒693-8585  
出雲市今市町106番地1  
JAしまね出雲地区本部内  
「広報誌JAしまねびより」編集係 宛  
☑メールでの投稿も大歓迎!  
izumokouhou.izm@ja-shimane.gr.jp

●昔々！勤めている頃は『連休』が来ると嬉しくて、子どもたちも連れて出雲三十三観音霊場巡りに出かけたものです。

(多伎町 M・Gさん)

●もうすぐ待ち遠しい連休ですね。人混みの中へ出かけるのは億劫なので、のんびりと畑の準備をしたり、孫に会えるのを楽しみにしたりして過ごしたいと思います。

(佐田町 T・Oさん)

JA：しまねびよりを作っている4月末、大型連休を目前に控えて、私は毎日のように天気予報を確認して過ごしています…。さて、皆さん大型連休はいかがお過ごしでしたか。旅行に出かけられた方や家でゆっくりと過ごされた方、仕

事に勤しまれた方もいらつしやるかと思えます。楽しかったこと、面白かったことなど、皆さんからおたよりもお待ちしています♪



(塩治有原町 N・Yさん)

JA：先日、取材で平田地区に出かけた際、船川にたくさんの鯉のぼりが飾られている様子を見てとても感動しました。最近鯉のぼりを見る機会も少し減ってきたように感じますが、やはり色鮮やかな鯉のぼりが青空を泳ぐ姿は圧巻ですね!!

●島根のおいしいぶどうができるのを待っています。今年は油の値上がりで心配しています。

(大社町 S・Mさん)

JA：いよいよ待ちに待ったデラウエアの季節です!!しまねびよりも掲載しておりますが、出雲地区本部管内では4月29日に初出荷を迎えています。今年も甘くておいしいデラウエアに仕上がっています。皆さんぜひご賞味ください♡

●最近気温が高くなって、畑の生育が早くなってきました。じゃがいも約200本、玉ねぎ200本、5月連休過ぎには何とかなりそうです。焦らず様子を見ながら収穫しようと思っています。

(大津町 S・Kさん)

●暑い日が増えて、畑にも夏野菜を植えはじめました。我が家は9歳の母が畑仕事をしています。家に野菜があるととても嬉しいです。

(野郷町 T・Yさん)

JA：最近気温の高い日も増えてきて、一気に夏が近づいたように感じますね。私の家でも祖父母が汗を流しながら野菜を作ってくれています。季節の野菜が食卓に並び日常を当たり前のように感じてしまっていますが、おいしい食事が食べられることに感謝したいです😊

●新玉ねぎをたくさん買ってしまい、何を作ろうかと思っていたら、

新玉ねぎのレシピが出ていたので早速作ってみました。

(今市町 J・Yさん)

●ファーマーズの玉ねぎ作りの試行錯誤。近所の人からこやしなどを聞き、我が家の玉ねぎもやっとな普通の大きさになってきました😊

(灘分町 E・Iさん)



JA：火を通すと甘みが増し、どんな料理にでも合う玉ねぎ。私の好物です♡生で切るとツンと目にしみて、泣きながら料理をしている私ですが、出来上がった料理からは玉ねぎを探るように食べています。E・Iさんから素敵な絵もいただきました😊

●もうすぐ母の日なので、アジサイやアレンジメントのお花を見るのが好きです。種類が多くて良いです。

(塩治神前 K・Hさん)

JA：カーネーションや紫陽花、バラなど日頃の感謝をお花などのプレゼントにのせて伝えることができる『母の日』。とても素敵なプレゼントですよ♡母の日の前に、様々なお花を目にする機会が増え、つついっつい惹かれてしまいます。皆さんの好きなお花は何ですか??



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

1	5	8		14		21
		D				
	6			15	18	
					C	
2			12		19	
		9		16		
				A		
3	7		13		20	
4		10		17		
		11				
					E	

答え

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

タテのカギ

- ② 完成しました!
- ⑤ 成長した羊の肉です
- ⑦ ペンは——より強し
- ⑧ 彼は大舞台上で面目——を果たした
- ⑩ 手のひらや足の裏の反対側
- ⑫ 旬よりも時期が早いもの
- ⑭ この教科の時間にアサガオを育てた人も多いのでは
- ⑯ 古くから、夏バテ防止にも食べられてきた野菜
- ⑰ ウィッグや付け毛ではありません
- ⑱ クイズを出されて考えるもの
- ㉑ 中学校で教育——をおこなう大学生

ヨコのカギ

- ① 傘を忘れたときに軒先を借りてすることも
- ② 赤外線やX線もこれの一種
- ③ 梅雨入りすると、梅雨——がいつ頃なのか気になります
- ④ 簡単には意見を曲げません
- ⑥ 損の反対語
- ⑨ 親しいつきあいのこと。昔の——でなんとかしてよ
- ⑪ アメリカ原産の大きなカエル
- ⑬ 自宅を離れて観光などをします
- ⑮ ウメやブルーベリーの食べる部分
- ⑰ 合唱部が練習するもの
- ⑲ 一年で一番昼が長い日

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

〒693-8585 出雲市今市町106-1  
JAしまね 出雲地区本部 ふれあい福祉課 「クイズ」係  
2026年6月5日（金）（当日消印有効）

先月号の答え  
「レンキウ」

シ	ヨ	ウ	ブ	ハ	チ
マ	ク	ラ	ホ	シ	ユ
イ	ソ	カ	ー	ウ	
ウ	カ	ン	ム	リ	
バ	シ	ダ	ミ	ミ	
レ	イ	ワ	ウ	ツ	ド
エ	ヌ	ヤ	キ	トリ	

俳句の広場

最優秀賞

毛虫落つグラウンドゴルフのティータイム  
出雲市 花ばあば様

（評）葉桜の下でティータイムの楽しい語らいの場に小さな毛虫が肩の上に落ちてきた

優秀賞

春一番りハビリの手ににぎりしめ  
出雲市 加地 良子様

はれやかな笑顔のまま卒業す  
津和野町 潮 恵子様

姉と来て語らひうれし桜土手  
出雲市 小豆澤典子様

佳作

二人してばんぼりともす雛祭  
お裾分若夫婦より春野菜  
一人身の友を気遣ふ蓬摘む  
孫達の笑顔うれしや雛祭  
校塔のチャイムに別れ卒業す

出雲市 松本 弘子様  
安来市 斎藤美重子様  
津和野町 田中とよし様  
兵庫県 小田 和子様  
出雲市 藤江 堯様

「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」6月号 定価900円  
ご購入は、お近くのJAへお問合せください。



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）6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、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 ふれあい広報課  
「俳句の広場係」または「川柳の広場係」  
FAX：0852-67-7708  
Eメール：fureai.hon@ja-shimane.gr.jp



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

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



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

※ご登録の際には、本広告及び本人確認書類をお持ちください。



※カード発行の際に、キャッシュカードをお預かりしたり暗証番号をお聞きすることは、一切ありません。詳しくは店舗スタッフまで。  
※JA×AOYAMAタイアップカードはクレジットカードではありません。

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



今が旬!

島根県産

# デラウェア

# 祭り開催!!

期間

- 5月30日(土) 本店のみ
- ラピタ本店 センターコート
- 6月5日(金)・6日(土) (2日間開催)
- ラピタ全店

期間限定

デラウェア 2kg

特別価格にて販売!

※数量に限りがございますので、売切れの際はご容赦ください。出荷状況により、開催期間の変更もございます。

季節限定!!

なつかしい  
田舎の味を...



全国発送  
承ります!

奥出雲吉田町の澄んだ水と空気  
によつて育った餅米を使用し、香  
りよい笹の葉で二本一木手作業で  
巻き上げました。  
ほのかな笹の香りと、昔なつかし  
い味をご堪能下さい。

※自生している笹を使用しておりますので、笹の生育状況によっては発送が  
遅れる場合がございます。予めご了承ください。

※価格は送料込みです。  
(北海道(別途510円)、沖縄(別途1,220円))は別途送料を頂戴いたします。)

※着日の指定はできません。※笹の状況によっては早期終了する場合がございます。

**注文締切日** 2026年6月15日(月)

**商品発送開始日** 2026年5月11日(月)

**ラピタ全店承り中**

【製造者】(株)吉田ふるさと村  
〒690-2801 島根県雲南市吉田町吉田1047-2  
TEL 0854-74-0500 FAX 0854-74-0501

星空ガーデン  
LAPITA  
BBQ Garden



BBQビアガーデン  
ラピタ屋上

# 星空 ガーデン

2026

当日ラピタで  
購入した食材  
持ち込み  
**OK!!**

※購入レシートを確認  
させていただきます。

すべての  
プランに

島根県産きぬむすめ使用

ご飯・  
ソフトドリンク  
飲み放題付!



2026 **4/25** 土 → **10/31** 土

17:30 ▶ 21:00

【ラストオーダー】 食べ物 20:30    ドリンク 20:45

ラピタ本店 屋上

お席はテント席、座敷席、アウトドア席、  
オープン席より選べます。  
雨天の場合はテント席のみご利用が可能です。  
※炭火利用はテント席以外となります。  
テント内ではコンロをご利用いただく形式となります。



定休日 / 水曜日 (8/12, 9/23は開催)  
※詳しくはHPをご覧ください。

**バーベキュープラン**

事前予約あり  
**3,000**円税込

当日料金  
**3,500**円税込

**キッズプラン**

事前予約あり  
**1,700**円税込

当日料金  
**2,000**円税込

小学生以下

## 食材持ち込みプラン

中学生以上    小学生

**2,000**円税込    **1,000**円税込

※バーベキュープランまたはキッズプランをご利用にならない方はこちらのプランのご案内となります。  
※小学生未満のお子様は持ち込みプランの料金は無料です。  
※持ち込みプランにはバーベキューコンロ、食器、焼肉のタレがセットになっています。

アルコール飲料 **飲み放題**

お一人さま **+ 2,000**円税込

予約はこちらから  
24時間自動受付

インターネットでの予約は  
「ぐるなび」から ▶

検索はこちら ▶ ラピタバリアガーデン



お電話での予約・お問い合わせ先

☎ **050-5486-3296**  
(9:00-17:00 受付)

※17時以降は、お電話での予約・お問い合わせはできません。

# 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…………… 20 g
- 卵…………… 2 個
- A 牛乳…………… 100cc
- ピザ用チーズ…………… 40 g
- 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4～5 cm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ポ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）

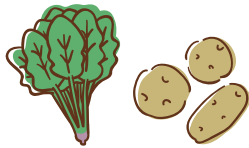


### コメント

- ・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!
- ・野菜はアロカシー、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（150 g）
- 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）…………… ひとつかけ
- 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ポウルに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を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)

しまねうレシピ



JALしまね  
公式ホームページ

JALしまね

検索



2026年5月13日付発行（月1回発行）  
編集/JALしまね ふれあい広報課・出雲地区本部  
発行/島根県農業協同組合 出雲地区本部 ふれあい福祉課  
〒693-8585 出雲市今市町106-1 TEL.0853-23-3311 FAX.0853-21-6005