

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



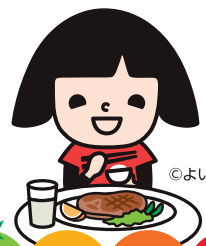
LINE



Facebook



SNSで旬な情報を
投稿しています



©よい食P



こくしょうこくさん



JALしまね くにびき地区本部版



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 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」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、プランニング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 ナ イ 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。

アスター

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。

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つけています。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。

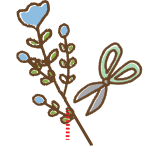
夏場は花瓶の水温が上がり、水に浸かっている茎がふやけてぬめりがでてきます。長持ちさせるには毎日の朝晩に水替えがおすすです。

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ことで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。



トルコギキョウ

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こかご存じですか？今月号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分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本立ちにし、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安いです。

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

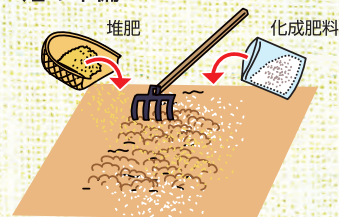


図2 苗作り

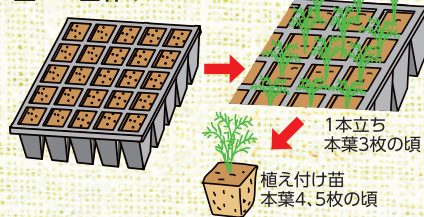


図3 植え付け

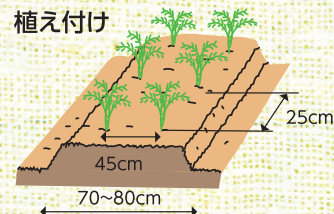
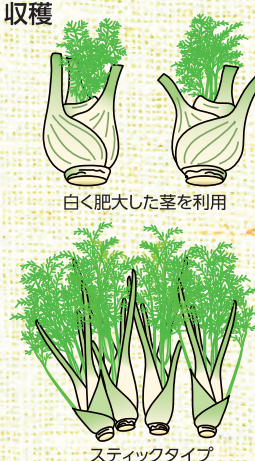


図4 収穫



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

お知らせ★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

組んでいます。

～くにびき地区本部の取り組み～

令和7年産米水稻指導会を実施

くにびき地区本部は6月6日・7日の両日、3会場（Aコープたまゆ・中海干拓研修センター・営農総合センター）で、令和7年産米水稻指導会を実施し、合計70名の米生産者が参加しました。

同指導会は、米の品質向上と安定した収量確保を目的に実施。夏場の高温対策や病害虫防除等、今後の栽培管理について、近年の状況を踏まえて、営農指導員が説明しました。また、今年の6月から義務化となった「労働者を雇用する農業者に対する熱中症対策」などについて情報を提供。

生産者からは、けい酸加里を追肥するタイミングについての質問があり、営農指導員は「水にほとんど溶けないため、中干し前の土が柔らかい時に散布し、土に潜り込ませて根に触れさせることが大切です」と説明。また、「ナガエツルノゲイトウについて、島根での情報がないか」という質問には「2年くらい前に宍道湖西岸で目撃されています。再生力が高いため、見つけた場合は草刈りで刈り取らずに報告してください」と呼びかけました。



指導会の様子（中海干拓研修センター）



指導会の様子（Aコープたまゆ）

西条柿夏季圃場巡回指導会を実施

くにびき地区本部は6月11日・12日の両日、4地区（大庭・宍道・本庄・秋鹿）で、西条柿夏季圃場巡回指導会を実施し、合計34名の柿生産者が参加しました。

同指導会は、良質な柿の安定した生産を目的として実施。島根県農業技術センター技術普及部東部普及指導課の山根一佳課長と同東部農林水産振興センター農業振興部の伊東小波普及員を講師に招き、これまでの生育状況とこれから行う摘果や新梢管理などについて講義を受けました。

生産者は「今のところ順調に生育しているので、これからの摘果や新梢管理もしつかり行い、良質な柿を作りたい」と話していました。



圃場で説明した内容を確認する山根課長（左）と生産者（本庄地区）



指導会の様子（本庄地区）

※新梢管理
新しく伸びた枝（新梢）の生育を調整し、樹全体のバランスを保つための作業。

タマネギ収穫実施

「ファームおおの未来」

農事組合法人ファームおおの未来（玉木克廣代表理事組合長・148名）は6月12日、タマネギの掘上げ作業を開始しました。

同法人は令和5年2月に設立。高収益作物の取り組みとしてタマネギを選定し、本年産は20aの面積で栽培。今後は面積を3ha、収量は10a当たり5トンを目標にしています。

当日は、同法人の構成員や島根県東部農林水産振興センター職員、当地区本部営農指導員などが上野町の圃場を訪れ、昨年11月に移植した中生品種「ターザン」の掘上げ作業を確認しました。

同法人の石倉正治園芸事業部長は「今年は思っていたよりも玉太りも良く、病気の被害もなかったため、収穫量も見込めるのではないかと思います。美味しいタマネギを皆さんに味わってほしい」と話しました。また、園芸特産課の石倉精治課長補佐は「法人設立後、初めての収穫となり喜びもひとしおに思う。今後関係機関と連携をとり、支援を続けていきたい」と話しました。

収穫したタマネギは専用の鉄コンテナに入れて斐川にある広域玉葱調製保管施設へ出荷し、保管、調製作業を経て、順次「島根たまねぎ」として県内外の各市場へ出荷されます。



農業者の所得増大・農業生産の拡大に向けて取り

乾椎茸の品質競う！

最優秀賞は狩野晴美さん

くにびき椎茸協議会（小豆澤正美会長・32名）は5月27日、営農総合センターで令和7年度くにびき乾椎茸品評会を開催し、狩野晴美さん（宍道町）の「どんこ」が最優秀賞に選ばれました。

当日は「どん



審査の様子

こ、「こうしん」など5点が出品され、日本きのこセンター、当地区本部などから審査員4名が参加しました。事前に提出された乾椎茸を県の品評会基準に基づき、規格や色、形状などを入念にチェックし、入賞3点を決定しました。

日本きのこセンター鳥取事務所の影井和男所長は「今年は2月下旬まで気温の低い期間が続き、雨量も少なかったことから小葉系の比率が高い中で、4〜5cm規格の椎茸を揃えたのは素晴らしい」と講評しました。今回出品された乾椎茸は、6月4日に開催された県乾椎茸品評会へ出品され、小豆澤正美さん（宍道町）の「こうしん」が、島根県椎茸生産者組合協議会長賞（優良賞）を受賞しました。

審査結果

最優秀賞	どんこ	狩野 晴美（宍道町）
優秀賞	どんこ	小豆澤正美（宍道町）
優良賞	どんこ	永江 久夫（宍道町）

（敬称略）

松江市和牛改良組合総会開催

松江市和牛改良組合（藤原薫組合長・25名）は6月6日、教育文化センターSan・san館で令和7年度総会を開催しました。当日は、組合員や関係者など約35名が出席。冒頭、藤原組合長が「厳しい状況が続きますが、今年度も関係機関と連携し、効率的な生産を行えるよう取り組みましょう」と挨拶。また、永年飼育農家として畜産事業に取り組まれてきた三島一成さん（東出雲町）と藤原美都穂さん（上大野町）に、松江市から功労者表彰が授与されました。



功労者表彰を受ける三島さん（右）と藤原さん（左）



JAグリーンつだ・かわつ営業時間の変更について

令和7年8月1日（金）より、販売機会の増加による産直振興を図るためJAグリーンつだの定休日を廃止し、4月～9月の営業時間を30分短縮します。

また、JAグリーンかわつについても営業時間を変更し、JAグリーンつだと同一にします。

店 舗	変更内容	旧	新
JAグリーンつだ	定休日	6月・8月・9月・11月・12月・2月の第1火曜日	定休日なし
	営業時間	4～9月の営業時間 8時30分～18時30分	4～9月の営業時間 8時30分～18時00分
JAグリーンかわつ （みしまや東川津店内）	営業時間	4～9月の営業時間 9時00分～18時30分	4～9月の営業時間 9時00分～18時00分

※JAグリーンつだ・かわつの10月～3月の営業時間は、これまで通り18時00分までとなります。

取り組んでいます。

～くにびき地区本部の取り組み～

松江市農政会議が総会を開催



祝辞を述べる
越野本部長



挨拶をする
清水会長

松江市農政会議（清水秋廣会長・2、650名）は6月10日、営農総合センターで第15回通常総会を開催し、来賓や代議員など約100名（委任状出席89名）が出席しました。

当日は、上定昭仁松江市長、勝部喜政島根県農政会議副会長、福田正明島根県議会議員、野々内誠同市議会議員、

越野浩昭当地区本部長をはじめ、同会議推薦議員などが来賓として参列。冒頭、清水会長が「JAと一緒に、松江市へ有害鳥獣対策に係る要望書を提出した結果、補助の拡充という形で満足いく回答をいただくことができた。これで終わらず、補助率がもっと拡充されるよう、市と協議を進めていきたい」と挨拶。また、越野本部長が「松江市の都市政策と農業政策は車の両輪であり、持続可能な農業は永久に不滅でなければならず、万全な農業予算の確保や、農業生産現場に寄り添った力強い農政が必要だと感じている。推薦議員の皆さまと農政会議、JAで一体となって、食と農と地域を未来につないでいくよう取り組んでいきたいと思います」と祝辞を述べました。

その後、東出雲支部の三島武美議員が議長に選任され、令和6年度の活動報告と令和7年度の事業計画など、全議案が承認されました。また役員改選があり、副会長の前田保典さんが会長に、金田純市さんと木村邦之さんが新たに副会長に選任され、清水会長は顧問に就任しました。

- 【会長・副会長】（敬称略）
- ▲会長 前田保典（八雲支部・新任）
 - ▲副会長 藤原 薫（川津支部・再任）
 - ▲副会長 金田純市（大野支部・新任）
 - ▲副会長 木村邦之（玉湯支部・新任）



農政会議 美保関支部が新設！



挨拶をする
大西支部長

松江市農政会議 美保関支部が発足し、6月5日に農事組合法人ちくみで、設立総会を開催しました。

当日は会員8名が出席し、来賓として出席した新宮紀彦営農経済部長が「美保関支部が新設され、8つ目の支部組織が誕生しました。設立にあたっては、農事組合法人ちくみの皆様にご協力賜り感謝申し上げます。様々な問題解決に向けて組織一体となり、今後取り組んでまいります」と祝辞。議事では、規約や活動計画および収支予算、役員選任などについて承認しました。



総会の様子

支部長には大西三郎さん（千酌地区）が就任。大西支部長は「近年、農業を取り巻く環境は大変厳しい状況ですが、美保関町の農業活性化のために設立しました。これから皆さんと協力しながら活気ある組織をつくり、地域農業の発展に向けて取り組んでいきたいと思います」と抱負を語りました。

「ファミリーマート+Aコープしんじ店」リフレッシュオープン

5月31日（土）より改装工事を行ってありました「ファミリーマート+Aコープしんじ店」がリフレッシュオープン。6月23日（月）にAコープ役職員やJA役職員、工事関係者などが集まり、改装工事の引渡しを受けました。翌日24日（火）の午前7時に開店。数量限定の記念福袋も用意され、多くの来店者で賑わいました。



店内の「くにびきサンサン市場」では、これまでと変わらず新鮮な地元野菜を取り揃えて、皆さまのご来店をお待ちしております。ぜひお立ち寄りください。

組合員のアクティブメンバーシップ確立に向けて

**秋の収穫に向けて！
サツマイモの苗植えで交流**

くにびき青年連盟×女性部×サンサン女子大

JA共済の
地域貢献活動

くにびき青年連盟（上山根有史委員長・74名）は6月7日、10月に開催予定の「ふれあい親子いもほり大会」に向け、東出雲町の中海干拓地にある圃場にサツマイモの苗を植えました。同大会は当地区本部と共催し、親子で農業の魅力を広く知ってもらおうと毎年開催しており、今年で34回目を迎えます。

今年はサンサン女子大の第13回講座「サツマイモ苗の植え付け」を同時開催し、当日は、学生と盟友、女性部員やJA職員など約35名が参加。20アールの畑に並ぶ100メートルの畝に、「紅はるか」の苗2千本を植え付け、秋の収穫までに大きく育つようお願いを込めました。

上山根委員長は「今年は女子大の講座も兼ねていたので、今回の苗植えと秋の収穫体験を通して、農業への魅力を感じ、関心を高めてもらいたい」と話しました。



告知

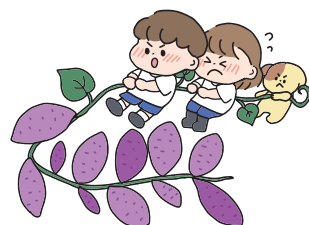
第34回 ふれあい親子いもほり大会開催

くにびき青年連盟とくにびき女性部、サンサン女子大が植えたサツマイモを収穫いただきます。

開催日 令和7年10月11日（土）

開催場所 受付：JA中海干拓集出荷場
会場：中海干拓地
開会式終了後、徒歩にて移動

※参加費、申し込み方法等は
「JAしまねびより8月号」にて
告知いたします！



**宍道支店運営委員が
サツマイモの苗植えを実施！**

宍道支店運営委員会（伊原幸俊委員長）は6月7日、元支店運営委員である狩野和由さんの圃場（来待）で、サツマイモの苗植えを実施しました。

この活動は、運営委員と支店職員の繋がりを強めるとともに、農業経験の少ない支店職員が農業体験を行うことを通じて、農業の理解を深めるために企画。当日は、運営委員や支店職員など11名が参加しました。

初めに、永江久夫副委員長が「金時」苗の植え方について説明した後、一斉に植え付け作業を開始。和やかな雰囲気の中で作業が進みました。伊原委員長は「活動を通じて、運営委員と職員



の関係性を深め、地域の方々に喜ばれる支店にしていきたい」と話しました。

体験した榎野亘係長は「運営委員の方々に親切丁寧にご指導いただき、とても充実した時間となりました。秋の収穫がとても楽しみです」と感想を述べました。

今後は、運営委員と支店職員が協力しながら圃場管理をし、秋には収穫作業を行う予定です。



組合員のアクティブメンバーシップ確立に向けて取り組んでいます。

～くびき地区本部の取り組み～

小泉八雲とセツの歴史を学ぼう
～文化歴史・趣味グループ活動～

挨拶をする川下代表

くびき女性部文化歴史・趣味グループ（川下千寿子代表）は6月23日・27日、営農総合センターで、講話「小泉八雲とセツ」を開催し、部員74名が参加しました。

当日は、今秋から放送予定のNHK連続テレビ小説『ばけげん』のモデルである小泉八雲の妻・セツについて、山陰中央新報社文化センターの協力により、元島根県古代文化センター長の宍道正年氏を講師に招き受講。

冒頭、川下代表が「秋から始まる『ばけげん』の放送をより一層楽しめるよう、今日の講話をしっかりと聞いて予習をしましょう」と挨拶。その後、宍道講師が史実を基に、小泉八雲とセツの出会いから八雲没後のセツの活動、言葉の壁があった2人が独自のコミュニケーションとして使用した「ヘルン言葉」などについて説明しました。



講話の様子

参加した部員は「講師の方も明るく、次々と話に引き込まれ、楽しく聞くことができた」とてもわかりやすく、秋からのドラマがますます楽しみになった」と話しました。

いざという時の「食」から考える防災
～『家の光』記事活用～

挨拶する峠代表

くびき女性部役員（29名）は6月17日、教育文化センターS an・san館で、「防災食レシ

ピ」を学ぶ講座を開催し、12名が参加しました。この取り組みは、近年各地で発生している災害に対して、簡単にできる防災食作りを学び広めることを目的に、まずは役員が率先して学習しよう」と企画。同グループである「さんさん・クッキンググループ」が講師となり、『家の光』2020年9月号別冊付録の「もしも・・・に備える災害食レシピ」に掲載されているレシピを参考に「サバ缶とワカメのゴマ和え」「緑茶でもどした切り干し大根塩昆布和え」「ツナ缶とニンジン旨煮」に挑戦しました。

冒頭、同グループの峠洋子代表が「災害はいつ起こるか分からず、備えが大事。今日経験されたことを支部に持ち帰り、皆さんと一緒に作ってみたり広めてほしい」と挨拶。その後各テーブルに分かれて、用意された具材とレシピを基に調理を進めました。また市販の乾燥米飯を用意し、完成した料理と一緒に全員で試食しました。

参加した役員は「島根は災害が少ないと言われているが、異常気象によっていつ災害が起こるか分からない。しっかりと対策したい」と話しました。



料理の様子



完成した料理

「いのちをいただく」ジビエ料理教室
～フレッシュミズ部会～

くびき女性部フレッシュミズ部会（池田琴恵部会長・20名）は6月28日、教育文化センターS an・san館で、「ジビエ料理教室」を開催し、11名が参加しました。



完成したジビエ料理

当日は、合同会社式百円の森脇香奈江代表社員を講師に招き、猪肉を使った料理に挑戦しました。初めに、森脇代表社員が大きな1本のウデ肉から丁寧に骨を切り離す作業を見学。普段目にするのではない作業に、参加した部員は熱心に見入っていました。切り離れた肉はミンサーでミンチ状にし、各テーブルに分かれて調理を開始。猪肉のタコライスと取り外した骨からじっくり出汁を取ったスープ、さらに『家の光』掲載レシピの中から「細切りキュウリのゴマだれかけ」を作りました。

その後、完成した料理を楽しみながら、有害鳥獣対策やジビエ利用事業などの講義を受け、いのちをいただくことへの理解を深める時間となりました。部員は「特別な工程もなく、猪肉の特徴に合わせた調理方法も教えていただいたので、自宅でも挑戦してみたい」と話しました。



ウデ肉から取り外した骨を見せる森脇代表社員（右）

各支店で感謝を込めて企画

ねんきん感謝デー開催!

当地区本部の各支店は6月13日、JAで年金を受給されている方とご予約の方へ、日頃の感謝を伝える「ねんきん感謝デー」を開催しました。

当日は、各支店で企画したプレゼントを職員が感謝の言葉とともに贈呈。古江支店では「スズキセニアカーの展示試乗会」を同日開催し、支店の中だけでなく外も賑わう1日となりました。また東出雲支店では、女性部東出雲支部の協力により、新設されたコミュニティスペースで女性部員手作りのゼリーと珈琲を提供しました。来店者は「今日はとても暑かったので、冷えたゼリーと珈琲で、涼しく一息つくことができて良かった」と笑顔で話していました。



スズキセニアカー展示試乗会の様子



プレゼントを受け取る来店者(古江支店)



コミュニティスペースでの様子(東出雲支店)

年金のお受取り・受取予約はJAで



©よりそう

次回の「ねんきん感謝デー」は10月15日開催予定です。

お知らせ

ATMコーナーでの「現金封筒」設置終了について
設置終了日: 令和7年8月末日

当地区本部では、紙資源削減の観点からATMコーナーへの現金封筒の設置を終了させていただくこととなりました。皆様にはご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。



©よりそう

お礼『くにびき女性部ひとり一品運動』

くにびき女性部員が1人1品以上食品を持ち寄り、フードバンクしまねあったか元気便へ寄贈し支援する「ひとり一品運動」。5月26日(月)から6月6日(金)にかけて取り組みをお願いしたところ、多くの食品が集まりました。ご協力いただいた皆様に厚く御礼申し上げます。

JAしまねくにびき女性部 部長 諏訪 智子



『家の光』12月号のテーマは“あたらしい防災”です
モシモ、イツモ化生活。

外出先の「もしも」に備えて
「いつも」持ち歩く

たとえば「マイ防災ポトル」

家の光 購読申込受付中!

お申し込みはお近くのJAへ
定価 900円(税込)

JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区中仏町1-1 TEL:03-5266-9029 <https://www.sankai.net/>

読んで納得! 備えて安心!
読むだけで防災力アップ!!



家の光協会 小出 繁 副局長

くにびき地区本部 New Face

くにびき地区本部の新しい顔!
中途採用職員をよろしくをお願いします。

- ① 趣味・特技
- ② 好きな言葉
- ③ 自己PR

(令和7年7月1日付)



さかね こうた
坂根 晃太

- ① スポーツ観戦
- ② 感謝
- ③ 組合員の皆さま・地域の方々と信頼関係を築けるように頑張ります。

営農経済部
園芸特産課



やまだ まゆみ
山田 真弓

- ① 旅行・買い物
- ② ほがらかに
- ③ 笑顔を忘れず、明るく元気に頑張ります。

松江西ブロック
乃木支店

作ってみませんか？

くにびき女性部からのおすすめ料理



川津支部のみなさん
(前列左から)

今月の
料理人

・片寄千都子さん
・足立 裕子さん
・是津千恵子さん

(後列左から)

・野津 正子さん
・松本由美子さん
・津森 巴さん



ナスとモッツアレラチーズのトマトパスタ、夏野菜のイカ明太サラダ

夏野菜をたくさん使ったイタリアンメニューに、ピリツと辛みの効いたさきゅうり漬けで、暑い夏をのりきりしましょう！

ナスとモッツアレラチーズのトマトパスタ（4人分）

パスタ……………	400g	ニンニク……………	1片	イタリアンソルト……………	少々
ナス……………	中2本	イタリアンパセリ……………	少々	ブラックペッパー……………	少々
タマネギ……………	1/2個	モッツアレラチーズ……………	100g	オリーブオイル……………	少々
トマト……………	2個	パルメザンチーズ……………	大さじ3		
ブラックオリーブ……………	4個	コンソメキューブ……………	1個		

作り方

- ①ナスは1cmの輪切りにして水にさらす。
- ②ニンニクは粗みじん切り、タマネギはスライスする。
- ③トマトは湯むきにしてザク切りにし、鍋に入れて弱火で20分煮詰める。（時々アクを取る）
- ④フライパンにオリーブオイルを入れて②を炒め、香りがついたらナスを加えて炒める。
- ⑤③とコンソメキューブを入れて少し煮詰め、輪切りにしたブラックオリーブを加える。
- ⑥イタリアンソルトとブラックペッパーで味付けをする。
- ⑦モッツアレラチーズ2/3を大切りにして加え、溶けるまで混ぜ合わせる。
- ⑧モッツアレラチーズが溶けたら、パルメザンチーズも加え、混ぜ合わせる。
- ⑨トマトに塩少々（分量外）を入れ、記載の時間より1分程度短い時間でパスタを茹でる。
- ⑩⑦に茹でたパスタを入れて混ぜ合わせ、器に盛りつける。
- ⑪角切りにした残りのモッツアレラチーズとみじん切りにしたイタリアンパセリで飾りつける。

ポイント

・トマトはカットトマト缶（400g）、イタリアンソルトとブラックペッパーは塩・こしょうでも良いです。

夏野菜のイカ明太サラダ（4人分）

刺先イカ……………	1杯	ズッキーニ……………	1本	サラダ油……………	200cc
バナメエビ（殻付き）……………	100g	卵黄……………	1個	塩・こしょう……………	少々
明太子……………	50g	白ワインビネガー……………	小さじ2		
トマト……………	1個	粒マスタード……………	大さじ1		
キュウリ……………	2本	塩……………	小さじ1/2		

作り方

- ①イカは胴と足を分けて内臓を取り、胴は6～7mmの輪切りに、足は4～5cmに切って、火が通るまで湯がく。
- ②エビは湯がいて殻を剥き、明太子はしごいて皮をとる。
- ③トマトはザク切りにし、キュウリ・ズッキーニは輪切りにして塩もみをする。
- ④②を混ぜ合わせ、サラダ油を分離しないよう少しずつ加えてよく混ぜ、マヨネーズを作る。
- ⑤①～④を合わせ、塩・こしょうで味付けをする。

ポイント

・イカ・エビはシーフードミックス、白ワインビネガーはお酢でも良いです。・明太子は辛いものでも良いです。

きゅうりの鬼がらし漬け（4人分）

キュウリ……………	2～3本	塩……………	9g
鬼がらし（粉）……………	10g	砂糖……………	35g

作り方

- ①ビニール袋に鬼がらし、塩、砂糖を入れてよく混ぜ合わせる。
- ②①に5mm程度の厚さに斜め切りにしたキュウリを入れて、全体にまぶす。

ポイント

・鬼がらし粉が溶けるまで数回揉むと良いです。
・冷蔵庫で保存し、2～3日中に食べるようにしましょう。

JALしまねくにびき年金友の会 日帰り旅行

～島根の魅力を再発見～

浜田観光と石見神楽鑑賞

旅行実施日 令和7年 9月26日（金）

募集人員 80名様（最少催行人員70名様）

申込締切日 令和7年8月15日（金）※但し定員に次第締切とさせていただきます。

申込金 6,000円 ※旅行代金に充当します。

食事条件 朝食0回、昼食1回、夕食0回

添乗員 同行いたします

利用バス会社 仁多観光 又は同等クラス
（バスガイドは同行いたします）

旅行代金（大人お1人様）

旅行代金（年金友の会会員価格）

14,800円（税込）

旅行代金（一般価格） 17,800円（税込）

JALしまねくにびき地区本部にて年金を受け取られている方（予約者含む）は、年金友の会会員価格でご参加いただけます。会員以外の方は一般価格となります。

イメージ 石見神楽・大蛇



イメージ 島根県立しまね海洋館『幸せのバブルリング』

行程

出発	休憩	観光	食事
松江市内各地	道の駅 ぐいせ仁摩	◎島根県立しまね海洋館 アクアス	朝×
6:45～7:15発			
昼食・石見神楽鑑賞（60分）		見学	昼○
島根 浜田ワシントンホテルプラザ	◎浜田市立石正美術館		
	休憩	到着	夕食×
道の駅 サンピコどうつ	道の駅 キラ多岐	松江市内各地	
		17:45～18:15着	

★交通機関の都合により行程スケジュールが変更になる場合があります。
★集合場所・出発時間は出発の1週間前にお届けする最終日程表にてご案内いたします。

JALしまねくにびき年金友の会に関するお問い合わせは

くにびき統括支店 金融課 ☎ 55-3028

旅行企画・実施・お申し込み・お問い合わせ先

一般社団法人日本旅行業協会正会員 観光庁長官登録旅行業第939号

Tour 株式会社 農協観光 山陰支店

☎ 0852-26-2600

〒690-0065 松江市瀬町1-7 松江プラザビル6F
総合旅行業務取扱管理者 / 中尾 吉徳・鎮波 康二

※お客様の状況によっては、当初の手配内容に含まれていない特別な配慮、措置が必要となる可能性があります。詳細は別途お進しする「旅行取引条件説明書」の「3.お申込み条件」を確認のうえ、総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取り扱う支店の取扱いに関する責任者です。このご旅行に関してご不明な点がございましたらご連絡ください。

夏の紙上展示会



■ベース車:KCエアコン・パワステ

農繁仕様

660 4WD 5MT

99,350円(税込)
お買得!

合計1,329,350円のところ

123(税込)万円

※写真はイメージです。



車輦本体価格 1,305,700円(税込)

【主な装備】

- 運転席・助手席SRSエアバッグ
- AM/FMラジオ(スピーカー内蔵)
- ビニールレザーシート表皮
- アンクルポスト(ガードバー付)
- アンクルポストプロテクター
- みち板引3掛式リヤゲート
- 高低速2段切替式パトタイム4WD
- デフロック(5MT車)
- バックブザー



JAキャリイ特別装備 23,650円(税込)

- フロアマット(ラバー)
- ドアバイザー
- 荷台マット(3mm)

デュアルカメラ
ブレーキサポート
装着車

装着車

EVERY
エブリイPA
goodjob
スペシャルデュアルカメラ
ブレーキサポート
装着車便利なキーレス
エントリーを
装備!!113,700円(税込)
お買得!

■ベース車:エブリイPAリミテッド

660 4WD CVT

車輦本体価格1,478,400円
フロアマット 9,350円
ドアバイザー 15,950円
合計1,503,700円のところ

139(税込)万円

※写真はイメージです。



夏のタイヤセールも開催中!



※写真はイメージです。



JALしまね

生活総合課 自動車センター

TEL 55-3077

〒690-0823
松江市西川津町1635-7
FAX 0852-55-3088
営業日/平日・土曜(第1・3・5)
営業時間/8:30~17:00

自動車センター
休業日のお知らせ右記の期間を休業と
させていただきます。

休業期間: 8月9日(土)~8月17日(日)

お車の
トラブル等の
連絡先

【自動車事故等の場合】

JA共済(24時間 365日受付)

JA共済 事故受付センター ☎ 0120-258-931

【レッカー移動や故障時の応急対応が必要な場合】

①JA共済 サポートセンター ☎ 0120-063-931

②JAFロードサービス・救援コール(24時間年中無休)

☎ 0570-00-8139(有料)または#8139局(有料)

8 月くにびき地区本部 各種相談会カレンダー (税・ローン)

※各相談とも無料で
お受けしています。

日	曜日	相談会内容	場所・予約先電話番号・時間
6	水	税務相談会	津田支店 (TEL: 24-1818) 10:00~12:00
7	木	税務相談会	くにびき支店 (TEL: 55-3028) 10:00~12:00

※事前にご予約をお願いします。予約先:開催会場となる支店

〇くにびき統括支店ローンセンターでは、土曜日(10:00~15:00)に休日住宅ローン相談を実施しています。要予約。

※8月の土曜営業日は9日です。

◆お問い合わせは

☎ 0120-988-380

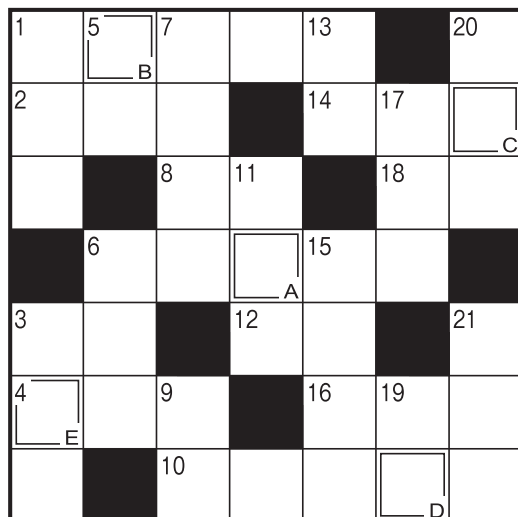
8月 ふれあい訪問日

8月19日(火)・20日(水)

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

タデのカギ

- 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

〒690-0823 松江市西川津町1635-1

JAしまね くにびき地区本部 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」8月号 定価629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）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

からえられます!

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 出雲あいう 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 アソートキャンペーン

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

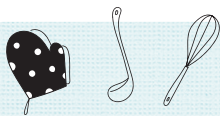
メガネ一式 10%OFF!! 補聴器 5%OFF!!

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替えても最適！
 ・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。

【編集後記】今月号は夏の花について特集🌺夏場はどうしても室内で過ごすことが増える季節ですが、そんな暮らしの中にお花があると癒されますよね！7月26、27日には県内の夏の花が集まる展示会がありますので、ぜひこの機会にお花にふれてみてはいかがでしょうか？🌺🌼(古)