

JA しまね びより



2026
2

February
Vol.119

Shimane
Biryori



みつけた
しまねの
ファーマーズ
Shimane farmers
佐々木真紀さん
いわみ中央地区本部

特集

1日農業バイトアプリ 「daywork (デイワーク)」



YouTube



Instagram



LINE



SNSで旬な情報を
投稿しています



©よい食P



しまねの ファーマーズ Shimane farmers

ささき まき 佐々木 真紀さん

今月はいわみ中央地区本部。江津市で菌床シイタケ栽培に取り組んでいるGOGOファームの佐々木真紀さんにお話を伺いました。



両親の一言で就農を考えるように

GOGOファームの佐々木真紀さんはUターン就農者。生まれも育ちも江津市ですが、大学進学をきっかけに

県外へ出て福岡県で就職し、家庭を持ちました。ある時、兼業農家をしていた両親の「もうやめたい」の一言から就農を検討するようになった。夫の純さんの後押しもあり、令和5年に夫婦でUターンしました。

「父が『米

GOGOファームの看板と菌床シイタケのハウス



づくりは赤字』と言っていたこともあり、就農するなら別の作物への転換が現実的だと考えました」と佐々木さん。リサーチする中で出会ったのが、ハウスで栽培する菌床シイタケとキクラゲだったそうです。佐々木さんは「季節を問わず栽培でき、病気や虫の害によるリスクが低く、設備さえあれば失敗しにくい品目。『これならできる!』と思いました」と話します。

受け継いだ農地で

新しい農業をスタート

江津市の担当職員とJAに相談し、実家の田んぼがあった場所にハウスを建設。佐々木さんは「栽培や出荷方法のアドバイスだけでなく、地元のスーパーに同行してもらったり販売ルートの確保にも尽力いただきました」と当時を振り返ります。現在は、秋から翌春にかけて5,000菌床のシイタケを、夏は2,000菌床のキクラゲを栽培。生のものだけではなく、ハウス内の機械で乾燥させたものも出荷しています。

シイタケ

の品種は肉厚系の「705」。ハウス内温度は、日中は20℃前後、夜間は15℃前後に調整され、生育に最適な環境に保たれています。前職が建設関係だった純さんが、仕事で培った技術を生かして配水管を自ら設置しました。



菌床に水をやる純さん

夫婦でリフレッシュしながら

シイタケと向き合う

菌床にシイタケが発生すると、生育状態をよく確認し、大きくプリツとした形になった段階で収穫します。

理由として考えられますが、浸水の作業に慣れていないことが大きな原因だと思います」と佐々木さん。



発生が落ち着いたら汚れを取り除き、菌床をパックの中でひっくり返して浸水。異変を見落とさないように慎重に観察し、夫婦で1日中収穫と世話、乾燥、出荷作業をしています。



シイタケを収穫する佐々木さん

大変だと感じることを聞いてみると、「と

にかくずっと世話と収穫をしなければいけないため、休みがないこと！正月も元旦から収穫です」と話してくれました。また、菌床シイタケ栽培に欠かせない電気代が高くなっている困っているそう。一方で、苦勞を語りながらも、佐々木さんの表情は明るく晴れやかです。

忙しい毎日を送っていますが、時間をやりくりして朝市やイベントにも参加しているそうです。夫婦共通の趣味である卓球でリフレッシュも。

地域に愛される農園を目指して

これからの目標は、気軽に立ち寄ってもらえる農園にすること。敷地内には純さんが倉庫を改造した無人販売コーナーが設置され、オリジナルのエンブレムが入った手作りの看板も。出荷する商品にはオリジナルのキャラクターをあしらひ、親しみやすくしています。



倉庫を改造した無人販売コーナー

おすすめの食べ方

佐々木さんのおすすめは「みそマヨチーズ炙り焼き」。シイタケの石づきを取って5ミリ幅にスライスし、フライパンで素焼きに。香り付けにごま油を入れて、味噌とマヨネーズで味付け。チーズを乗せてトースターで焼き、小ネギを散らせば完成！おつまみにもおかずにもぴったり♪



外から人がやってくる。そんな場所になるのは、遠い未来ではないかもしれません。

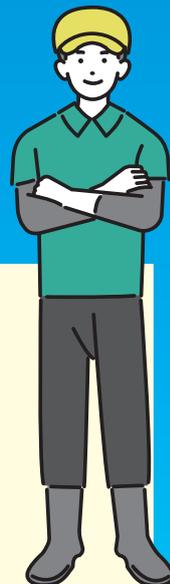
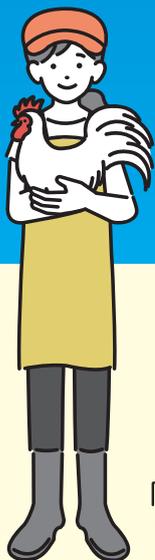
ちょっとでも人の手を借りたい

と

ちょっとだけ働きたい

をつなぐ

1日農業バイトアプリ 「daywork(デイワーク)」

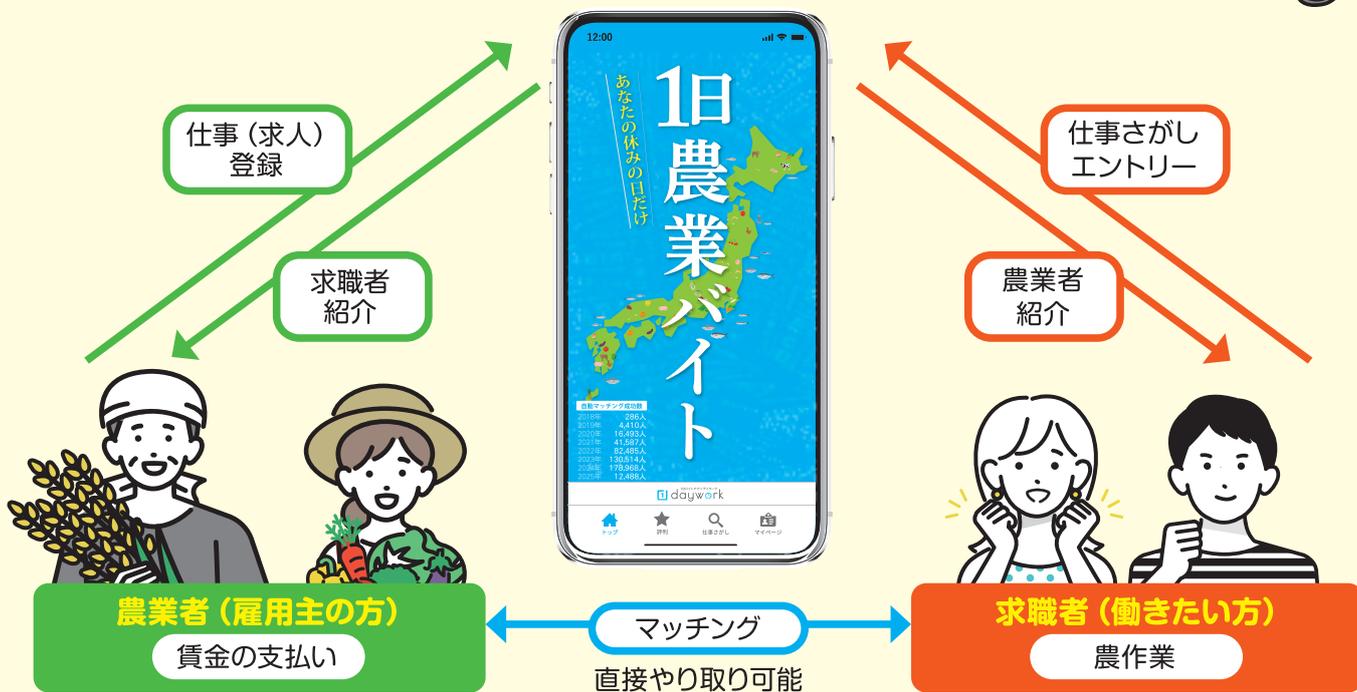


1日農業バイトアプリ「daywork」とは、アプリを通じて生産者と農作業をしてみたい人を1日単位で結びつけるサービスのこと。

登録から募集まで完全無料で利用でき、

必要な時だけに必要な労働力を確保できるのが大きな特徴です 😊 ✨

「休日に副業がしたい」「スキマ時間に働きたい」「体力的に毎日は無理でも週に2・3日なら…」など、“1日単位”だからこそ参加しやすく、働きに来てくれる人が見つかる画期的なサービスなのです 🤖



島根県内での取り組み状況

労働力の確保が課題になるなか、JAしまねでは令和5年からデイワークの普及に取り組んでいます。各地で説明会を開き、徐々に登録生産者数が増えてきています。

島根県内利用状況

| | 令和6年度 | 令和7年度 (令和7年4月~12月末時点) |
|--------------------|--------------|--------------------------|
| 登録生産者数 (利用生産者数) | 58人 (14人) | 79人 (22人) |
| 募集人数 | 940人 | 1,397人 |
| 応募人数 | 993人 | 1,534人 |
| 成立人数 | 837人 | 1,219人 |
| マッチング率 | 89.0% | 87.0% |
| リピーター率 | 78.9% | 71.3% |

令和7年度はこんな募集がありました



畑の草取り、
マルチ張り、
トレー洗い



ブドウの
枝切・袋掛け・
糖度確認



米袋の
ハンコ押し・
袋詰め



柿の収穫・
皮むき・
干し柿作り

などなど…

デイワークを活用する生産者の声



Oku Fruits Farm
(オクフルーツファーム)

奥 敏昭さん

出雲市で西条柿などの柿、
デラウェア、モモ、スモモ
を栽培

繁忙期に労働力の確保が難しいことがあり、求人サービスを検討する中、利用料がかからず取りかかりやすかったデイワークを令和4年から活用し始めました。アルバイトの方には、主に柿の収穫やブドウの選果などの作業を依頼しています。

始める前は「本当に人が応募してくるのか?」と思っていましたが、募集してみるとマッチング率がかなり高く、アルバイトの方は農業への興味ややる気をもって参加してくれます。忙しい時にちょっとだけ来てもらえるのがありがたいです。

初めましての方を受け入れるので、募集をかける時に作業内容を分かりやすく書き、誰にでもお任せしやすい作業環境づくりなどを心がけています。



これからはデイワークを求人活動のひとつに利用してみよう!

まずは
アプリをダウンロードして
登録!

iphone



android



1.タップ

画面下にある
「仕事の募集」をタップ



2.日を選ぶ

カレンダーから募集したい日を選び、
仕事登録をタップ



3.タップ



4.タップ

必要事項の入力が済んだら、
ページ最下部の「OK」を
タップして仕事登録完了!

あなたも農業バイトしてみませんか?

「ちょっとだけ働きたい」「新しいことに挑戦してみたい」「ちょっと農業に興味がある」そんな方におすすめなのが1日農業バイトデイワーク🍎🌟いつもの日常にちょっとだけ“農業”をプラスしてみませんか?

日本の農業は、少子高齢化や後継者不足などで、労働力不足が大きな課題となっています。皆さんの「ちょっとだけ」が農業の大きな力になります!ぜひデイワークをご利用ください!



J A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J A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。

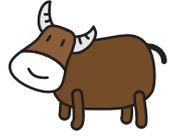
農業の現場から声をつなぐ ～ふれあい訪問記～



今回の訪問先

J Aしまね くにびき地区本部管内

●くにびきキャベツ部会 ●畑ほし柿生産組合



矢野部会長（右）からキャベツ栽培について説明を受ける竹下組合長

くにびきキャベツ部会は、松江市東出雲町に広がる中海干拓地で「くにびきキャベツ」を生産しています。当日は、同部会の矢野雄一郎部会長と藤井秀樹さん、鶴原守さんが圃場を案内しながら、部会の概要やキャベツの生育状況、栽培管理などについて説明。意見交換会では、①猛暑に対応した先進的な育苗技術や設備の導入による良質な苗の提供②老朽化が進む灌水パイプの更新に向けた支援③J A貸出農機への個人導入が

難しい作業機の導入④病害虫情報のリアルタイム発信—を要望し、考えや意見を交わしました。当J Aの日高光弘副組合長は「育苗に関して、J Aしまねとして適地栽培を考えていかなければならない」と答えました。畑ほし柿生産組合は、古くから干し柿作りが受け継がれてきた松江市東出雲町畑地区で「まるはたほし柿」を生産しています。当日は、同生産組合の廣江暢稔組合長や富士本数彦副組合長らと、近年の資材価格高騰、高級スーパー向けに販売する魅力や苦労、後継者作りにおける技術継承の課題などについて意見交換しました。富士本副組合長は「所得向上につながるよう、販路拡大や有利販売に力を入れていただきたい」と要望。当J Aの竹



くにびきキャベツ部会との意見交換会

下克美組合長と日高副組合長は「大消費地へアプローチしていかなければならないと考えている」今後10年を見据え、販路拡大や有利販売について改めて検討していきたい」と答えました。



畑ほし柿生産組合の廣江組合長（右）から柿の生育状況を聞く竹下組合長ら



畑ほし柿生産組合との意見交換会



topics

1

新たな道に進む生徒にエールを！ 県内中学3年生へ「学業成就米」を贈呈

JAしまねは、卒業を控えた生徒たちに新たな進路で力強く羽ばたいてほしいという願いを込め、県内全ての中学3年生に「学業成就米」を贈りました。

寄贈したお米は島根県産「きぬむすめ」で、昨年12月に学問の神様である菅原道真公を祭る松江市の菅原天満宮で祈禱。オリジナルパッケージに300グラムずつ詰め、約6,000袋を各地区本部から107校へ届けました。

1月8日には、県内を代表して松江市立第一中学校で贈呈式を開き、当JAくにびき地区本部の中村隆副本部長らが同校生徒会の奥原颯真生徒会長と陰山侑夏副会長、矢野匠副会長にお米を手渡しました。奥原生徒会長は「お米など食事からエネルギーをもらい、1回1回の学習をしっかりと頑張りたい」と話しました。



中村副本部長（右から2番目）らから学業成就米を受け取った奥原生徒会長（中央）と陰山副会長（右から4番目）、矢野副会長（左）

topics

2

集落営農の後継者づくりに向けて研修会を開催

島根県とJAしまねは12月17日、出雲市で集落営農の後継者づくり研修会を開き、集落営農組織や関係機関などから120人が参加しました。

この日は、大分県から農事組合法人グリーン法人中野・代表理事の和田梢さんを講師に招いて講演。和田さんは、法人のリーダーを失ったことで経営が悪化する中、①労働力確保②生産技術の向上③商圈拡大一で経営を立て直したと説明。さらに、法人間連携で機械の共同購入や労働力と年間計画を共有することでコスト削減・効率化、近隣の集落営農の経営譲渡を受けて収入を伸ばしたと報告。担い手確保について、和田さんは「子どもを大学まで育てられる収入を生み出すことが重要」と話しました。

また、島根県から集落営農人材確保支援事業、美郷町からは担い手確保に向けた集落営農組合の事例紹介などを行いました。



和田さんの講演を真剣に聞く参加者ら

topics

3

島根県農協青年組織協議会が JAしまね役職員との意見交換会を開催

島根県農協青年組織協議会とJAしまねは12月19日、松江市のJAビルでJA役職員との意見交換会を開きました。同協議会や各地区本部の青年連盟、JA役職員ら38人が出席。2つのグループに分かれ、JAへの意見・要望や日頃の営農活動での思いなど、活発に意見を交わしました。

意見交換会では「概算金の提示をもう少し早めにしてほしい」「財務面からも積極的に営農支援をしてほしい」「青年組織や女性部と連携した食農教育イベントの推進や企画立案などをお願いしたい」など、さまざまな意見があがりました。

また、令和8年産以降の米価の動向を心配する声に対し、JAは「令和7年産米より、島根米契約栽培取引を実施している。再生産可能な価格が維持できるよう、販売努力をしていきたい」と答えました。



盟友とJA役職員が活発に意見を交わしました



「元気な地域」を女性部の力で!



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。

雲南女性部

み、離乳食調理のこつや育児などさまざまな会話が弾みました。今年も、女性部のファンを増やせるよう活動に励んでいきます。



育てあい♡

12月下旬には、地域の子育て支援団体と雲南地区本部が共催する、母子同士の交流の場「赤ちゃん食堂」に参加し、調理を手伝いました。赤ちゃんには離乳食、母親にはほぼ同じ食材を使った料理を振る舞いました。調理後は一緒に食事を楽し

JAしまね雲南女性部は、「食」を通じて幅広い世代との交流を図り、女性部組織のさらなる発展につなげようと活動しています。

フレッシュユミズ部会では、若い世代に女性部活動への興味を持ってもらうと管内のママを対象に、子どもを抱っこしながら参加できる料理教室を年4回開いています。料理をしないデモンストラーション形式やスイーツ中心の料理教室で、子育て中の母親でも参加しやすい人気を集めています。



一所懸命青年連盟

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

JAしまねやすぎ青年連盟

いたもち
板持

たかゆき
隆之さん



JAしまねやすぎ青年連盟(以下、農青連)の板持隆之さん(36)は、安来市久白町で梨を栽培しています。

地元の梨専門農家に生まれ、島根県立松江農林高等学校、島根県立農業大学校(現在の島根県立農林大学校)を卒業し、島根県中海干拓宮農センターで約2年間働いた後、平成23年1月に就農しました。

梨栽培は、剪定、棚への枝の取り付け、人工交配、2回ある果実袋の被覆作業、収穫調整、選別と一連のたくさんの手作業をこなさなければいけません。さらに、昨今の異常気象の中で収穫を迎えた梨に触れると「まさに手塩に掛けて育てたな」と実感します。

板持さんは「農青連では、作っている品目は違えど、同じ成果の体現を分かち合う同志の集まりとして、さまざまな情報を共有・意見交換しながら互いに助け合い、地域の農業の振興に寄与したい」と話しました。



適切な整枝で着果を増やす

シロウリ(白瓜)は「越瓜(えつうり)」とも呼ばれ、インドから東南アジアにかけてが原産で、暑さに耐え強光を好みます。カリウムが比較的多く含まれ、余分なナトリウムを体外に出す作用があり、高血圧の予防に有効です。

栽培時期

発芽適温は28~30度、生育適温25~30度と高温が適するため、主に初夏に種をまき、夏に収穫します。

品種

地方品種として各地で固有の品種があります。いずれの品種も200~300gほどで若取りすれば浅漬用になります。家庭菜園では比較的入手しやすい「沼目白瓜」(タキイ種苗など)、「白はぐらうり」(サカタのタネなど)、「青はぐら」(トキタ種苗など)などがお勧めです。その他、東京の「東京早生白瓜」、京都の「桂白瓜」、香川の「讃岐白瓜」などが伝統野菜として受け継がれています。

苗作り

苗作りをする場合は、培養土を詰めた9cmポリポットに3粒ずつ種をまきます。本葉が出始めた頃に生育が良いものを残して間引いて1本にし、本葉5、6枚まで育てます。なお、遅霜の心配のない時期には、じかまきをすることができます。

畑の準備

植え付け2週間前までに1平方m当たり100g程度の苦土石灰を散布し、土とよ

栽培カレンダー(シロウリ)

| | 3月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 |
|-----|----|----|----|----|----|----|----|
| 冷涼地 | | ● | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ |
| 中間地 | | ● | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ |
| 暖地 | ● | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ | ▲ |

● 種まき ▲ 苗作り ▲ 植え付け ○ トンネル
— 生育 ▲ キャップ ■ 収穫

く混ぜておきます。1週間前に幅30cm、深さ20cm程度の溝を掘り、溝1m当たり化成肥料(NPK各成分10%)100gと堆肥2kgを施し、土を戻してこの溝を中心に幅90cm、高さ10cm程度の栽培床を作ります(図1)。

植え付け

風のない暖かい日に、深植えにならないよう、株間を約1mにして植え付けます。

保温

低温に弱いため、トンネル栽培やキャップ栽培を行います。トンネルは夜間の保温と日中の換気のため裾の開閉で温度調節を行います。キャップ栽培は、ビニールで約30cm角のあんどんやドーム状のキャップをかぶせます。トンネルやキャップの中が茎葉でいっぱいになるくらいまで育ったら取り外します。

整枝

シロウリは孫づるに着果する性質があるため、摘心して孫づるを多く出させます。まず、親づるは本葉5、6枚でつる先を摘み、上の節から出る子づるを4本伸ばします。その後、子づるを8~10節で摘み、それぞれの孫づるは2葉を残して摘心します(図2)。つるは左右に振り分けて重ならないように配置します(図3)。つるが伸びていく場所に、つるが絡むためのわらを敷きます。

追肥

子づるが盛んに伸びだしてくる頃、1株当たり化成肥料50g程度

を畝の両側に散布して土寄せします。さらに、孫づるが伸びだす頃に、同様に追肥・土寄せをします。

収穫

若取りは200~300g(開花後20~25日)で収穫します。かす漬けなどの加工用は1kg程度(開花後40日程度)で収穫します(図4)。

図1 畑の準備

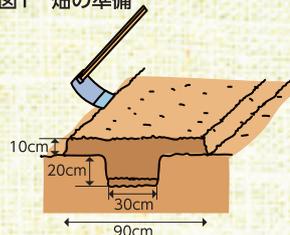


図2 整枝1

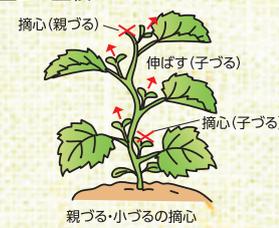


図3 整枝2(4本整枝)

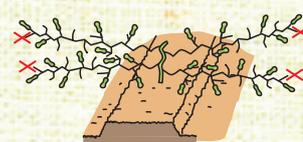
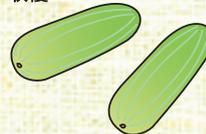


図4 収穫



「ベランダでも育てられる みんなのコンテナ菜園」
をJAしまねホームページで連載中です。今月は「ハツカダイコン」!



理事会情報 (12月24日開催)

- ①米共同利用施設収支改善P」における施設再編の考え方と進め方の承認及び中間報告について
- ②信用手数料の一部廃止について
- ③令和8年3月1日付 機構改革の実施について
- ④島根中酪(株) 本社敷地の取得について
- ⑤ラビタシステムの更新について
- ⑥大口貸出金の承認について
- ⑦島根県常例検査書(やすぎ地区本部)の回答について
- ⑧島根県常例検査書(隠岐地区本部)の回答について

理事会情報 (1月30日開催)

- ①(株)島根県食肉公社へ肉牛販売課の一部業務移管について
- ②信用手数料の一部廃止について
- ③令和8年4月1日付および令和8年8月22日付 機構改革の実施について
- ④管理部門集約のすすめ方について
- ⑤令和8年度事業計画の策定について
- ⑥大口貸出金の承認について
- ⑦組合と理事との取引(契約)の承認について-都度承認分-
- ⑧組合と理事との取引状況について-定期承認分-
- ⑨ベースアップ実施と給与規程細則の改定について
- ⑩カムバック制度およびリファラル採用の導入にかかる要項類の制定について
- ⑪人事ローテーション実施要項の一部改正について
- ⑫令和7年度仮決算監事監査報告書 整備改善を要する事項(個別意見)への回答について

西いわみ地区本部 総代説明会を開催

JＡしあね西いわみ地区本部は1月17日、益田市遠田町のジュンテンドージャストホールで、令和7年度第2回西いわみ地区本部総代説明会を開催しました。

当日は、竹長隆本部長をはじめ西川友史理事・大場尚俊理事・中村力監事が出席し、令和7年12月末事業実績等について報告を行い、総代の皆様から貴重なご意見をいただきました。



竹長本部長挨拶

主な発言内容と回答

齋藤 正明総代(美都地区)

Q 米の買取り価格が上がって大変助かっている



一方で、有機米などを栽培している農家は苦労して栽培する意味がなくなるのではないかと思う。米の価格だけで成り立っている職業というのも不安であるが、米の価格がそのまま続くとも思えない。農協が多少損をしても維持していく気持が必要なのではないか。

竹長本部長

A 米の買取り価格2万8,400円については過去最高であり、これは今までの農家の苦労や集荷率をあげるといったことを目指して行った。この値段についてはずっと続かないと思われる。

また、JAの米の買取りはJAが儲けるために行っているといった誤情報もある。

県の農政会議を通じて国会議員にも要望している。その内容は、消費者目線に立った一方的な行動や、昨今の米の小売価格の高騰はJAが儲けるために行っているといった誤った情報は、生産者対消費者それからJA対民間企業といった対立構造を助長し、上記要請の実現の阻害の要

因となっており、食料安全上も極めて危険である。そのような国益に反する報道についても国として毅然とした対応をとるよう要望している。また、中山間地農業の支援の拡充についても要望している。今の質問の回答になっているかはわからないが、ご理解いただけたらと思う。

大谷 寿一総代(匹見地区)

Q 地域ラインを指す方向性の事業所にある匹見事業所について匹見SS、めいぶるの業務委託契約終了に伴う検討とあるが、廃止する可能性があるのか。



匹見地区は益田市内から遠隔地にありぜひとも存続を希望したい。

竹長本部長

A 昨年6月の役員改選時に本店の役員が西いわみ地区本部に訪問された際に、常勤役員へ訴えた内容が何点かある。選果場のこと、新営農センターのこと、そして匹見地区のことについて訴えた。

匹見支店は事業所にしたが、基本的にガソリンスタンド、購買店舗、ATM等について存続していかねばならないと伝えた。めいぶるとガソリンスタンドそれから事業所とATMなどこれらを一体として何とかやっていけないかと協議をしてい

るが、現在はまだ進んでいないということ。廃止するという考えは無い。今一度お時間をいただけたらと思う。

御神本 康一総代(益田地区)

Q 益田市は人口がどんどん減少しており、農業者人口についても減少している。島根県立大学や農業大学とも連携をし、農業に前向きな情報発信をもっとしてほしい。



益田市は人口がどんどん減少しており、農業者人口についても減少している。島根県立大学や農業大学とも連携をし、農業に前向きな情報発信をもっとしてほしい。

竹長本部長

A JAによる情報発信というものはもっとしていかねばならないと前から考えていた。農業に目を向けていただくためにも食農教育ということをもっとやっていく。充実した体制でそれらを行っていくための土台作りを行ってきた。

こどもに農業の大切さを教えるだけでなく、こどもを通じて親世代にもしっかりと伝えていくことも大事だと思ひ、他の農協の取り組みを参考に今後も継続した情報発信を行っていく。

佐々木 孝子総代(美都地区)

Q 12ページの地域貢献・地域活性化活動表彰について、どのような

に組合員や地域の皆さまへお知らせがされているのか。



また、様々な取り組みが本部を中心に出版されているが、組合員あつてのJAであり、女性部や総代などと一緒に地域を住みよいものにしていくという前向きな気迫を感じたい。

本部長のあいさつにあつた通り、この会議においても前に座っている方がしめつ面であるのではなくもっと笑顔で対応いただきたい。

楢本統括部長

A 安全地域活性化活動表彰の関係については、上期に広報誌で募集し9月末を締め切りとしている。毎年応募が少なく、こちらから声掛けを行っている年もある。

JAしあねの11地区本部より各地区本部で1団体を表彰することになつており、複数応募があれば、内容を判断し表彰者を決めるかたちとなる。

竹長本部長

A 私が就任後、最初に職員へ向けたいのは、親切丁寧な組合員へ対応してほしい、そうするとその輪が広がってJAを利用する方が増えていくのでそれに尽くすよう伝えた。

笑顔で大事にして、皆様と一緒に事業運営をしていければと思う。



セリ開始直後から積極的な取引が行われ、前回（11月）・前年同期と比較しても、会場内に表示される金額は高く、生産者は納得の表情で落札価格を見守っていました。



この日も、西いわみ地区本部営農経済部職員による約150人分の牛汁が用意され、早朝から牛の搬入等準備に追われた生産者をはじめ購買者や市場関係者の皆さんは、手渡された暖かい牛汁入りの器を手に冷えた身体を温めていました。

この取り組みは、平成14年初セリから25年間（コロナ禍で2年中断）継続して行われており、始まりは平成13年の国内初のBSE発生に伴う需要の急激な落ち込みの影響から、子牛の取引価格が保証基準価格を下回るなど、畜産業界全体が厳しい環境下に置かれ、当時のJA西いわみ営農部の職員が地元畜産農家を元気づけようと始めたものです。



竹長本部長の音頭で3本締め



セリ開始直前には畜産農家の女性などで構成する“めんだクラブ”の皆さんが、購買者へ缶コーヒー等のサービスを行い初セリを盛り上げていました。



新たな年の始まりにあたり畜産農家の安定経営と健康を願
い、JAしまねいわみ中央地区本部佐々木豊本部長の開会の挨拶に続いて、西いわみ地区本部竹長隆本部長の音頭による3本締めで初セリを祝いました。

益田市遠田町の西部家畜市場で1月20日、令和8年初となる子牛のセリが行われました。

**令和8年子牛の初セリを開催
（平均取引価格は80万円超え！）**

西部家畜市場

1月西部子牛市場成績（税込）

（単位：円・kg）

| 市町村 | 性別 | 頭数 | 最高 | 最低 | 平均 | 平均種 |
|---------------|----|-----|-----------|---------|---------|-----|
| 益田市 (益田) | 雌 | 29 | 861,300 | 550,000 | 758,166 | 316 |
| | 去勢 | 55 | 1,125,300 | 469,700 | 832,456 | 332 |
| | 計 | 84 | | | 806,499 | 326 |
| 益田市 (美都) | 雌 | 1 | 727,100 | | 727,100 | 292 |
| | 去勢 | 2 | 729,300 | 496,100 | 612,700 | 287 |
| | 計 | 3 | | | 650,833 | 289 |
| 益田市 (匹見) | 雌 | 2 | 710,600 | 633,600 | 672,100 | 283 |
| | 去勢 | 0 | | | | |
| | 計 | 2 | | | 672,100 | 283 |
| 津和野町 (津和野) | 雌 | 1 | 742,500 | | 742,500 | 341 |
| | 去勢 | 6 | 881,100 | 711,700 | 779,900 | 318 |
| | 計 | 7 | | | 774,557 | 321 |
| 津和野町 (日原) | 雌 | 5 | 729,300 | 650,100 | 696,740 | 282 |
| | 去勢 | 4 | 910,800 | 749,100 | 837,925 | 325 |
| | 計 | 9 | | | 759,489 | 301 |
| 吉賀町 (柿木) | 雌 | 0 | | | | |
| | 去勢 | 1 | 663,300 | | 663,300 | 301 |
| | 計 | 1 | | | 663,300 | 301 |
| 吉賀町 (六日市) | 雌 | 0 | | | | |
| | 去勢 | 1 | 596,200 | | 596,200 | 262 |
| | 計 | 1 | | | 596,200 | 262 |
| 西部市場 総合計 | 雌 | 55 | 861,300 | 504,900 | 739,260 | 309 |
| | 去勢 | 97 | 1,125,300 | 469,700 | 843,643 | 334 |
| | 計 | 152 | | | 805,623 | 325 |

次回の市場開設日は3月16日(月)です。出荷を予定されている方は寒冷対策などを行い、事故や疾病等ないよう気を付けてください。また、3月市場は月曜日の開催となりますのでご注意ください。

取引となりました。1月の西部家畜市場が開設されました。全国的に雪の予報で当日の天気が心配されましたが、気温は低下したものの出荷牛の搬入等、事故もなく無事開催されました。昨年からの全国的に相場が上昇傾向にあったことから堅調な取引が期待され、平均価格が雌739千円(前回は110%)、去勢843千円(前回は116%)、合計805千円(前回は114%)となり、最高取引額は去勢の1,125千円と、全体的に前月を上回る取引となりました。

1月の子牛市場

西部畜産課報告

雌55頭・去勢97頭合計152頭の上場により、令和8年最初となる1



第47回みどりをまもる 小学生作文コンクール特別賞

吉賀町立六日市小学校 5年生・2年生 兄妹で受賞

JAしまね女性部（高橋美佐子部長）は、子どもたちに自然・環境・農業・食料・地域行事等に関心を持ってもらうことを目的に、昭和54年から「みどりをまもる小学生作文コンクール」の作品募集を行っています。今回も県内の小学校から95作品の応募があり、吉賀町立六日市小学校の上山瑛大さん・上山柚季さんの兄妹が特別賞に入賞しました。



上山瑛大さん5年（左）、上山柚季さん2年（右）



島根県教育委員会教育長賞

「ぼくの家の米作り」

上山 瑛大さん（5年）

今年は、米不足のニュースでいっぱいだった。ぼくの家では、毎年夏休みになるとお米の注文が入るが、今年は注文が入るのがとても早かった。五月ごろから、どんどん注文の電話がきて、今も注文は、増え続けている。日本中がお米がなくて大変だったから、早く注文するのだろう。

「農家の時給は十円」というビックリするニュースを見たのも今年だ。米は、日本の食に欠かせないものなのに農家は高い化が進み、米を作る人がへつていく。米を作る人がいなかったらどうなるのだろう。

ぼくの家では、家族みんなで米作りをしている。おじいちゃんとお父さんが主にやっていた。しかし、今年の春、おじいちゃんやがけがしてしまい農業ができなくなってしまった。いつもは、おじいちゃんがあらおこしをして、お父さんが田植えをする。田植えは、たくさんの仕事があるので、みんなが手伝って、協力してやる。でも、

今年はおじいちゃんがあらおこしができないので、その分、お父さんがあらおこしも田植えもすることになった。

それからのお父さんは大いそがしだ。朝五時から働き、仕事に行って、帰ってきたら、草かきをしていた。お父さんはとても働き者だ。どうしてそんなに働くのか聞いてみた。「上山のお米をまっている人がいるから」と、お父さんは、ほこらしげな顔で答えた。

そんなお父さんを助けたいと思って、ぼくは、今まで以上に手伝うことにした。今年のもみまきの土入れは、いとこといっしょに協力して手伝った。二十キ口ある土を持ち上げるぼくを見て、おとうさんは、「たのもしい。助かるなあ。」と言ってくれた。その言葉がうれしくて、ぼくは、はりきって手伝った。田植えをした時には、なえ箱をお母さんと妹といとことあらうた。だれが早くあらえるか競争しながらあらうと楽しかった。

大変な仕事だけど、みんなできると楽しい。

田植え後も仕事はたくさんある。水の量を見てまわったり、草かきをしたりするのだ。ぼくは、田んぼの中の草をとる仕事を手伝うことにした。学校から帰ると田車おして歩いた。暗くなるまでの手伝いは、とてもつかれたけどお父さんも仕事の後にやっているから、ぼくもがんばろうと思った。たんぼの中を歩くのは、とても大変だったが、お父さんが喜んでくれるので、ぼくもうれしくなった。

だれかが喜んでくれると、力がわいてくる。お父さんもたくさん注文してくれる人たちが「おいしいお米をありがとう。」と言ってくれるからこんなに大変な仕事ができるのだと思った。

夏休みの終わりごろからは、いねかりが始まる。今まで以上にお父さんの力になり、上山の米を待っている人に届けたい。





まちむらネットワーク



島根県農業協同組合長賞

全国農業協同組合中央会



第50回「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール
作文部門 優秀賞

「おじいちゃんのおこめが大ピンチ」

上山^{うえやま} 柚季^{ゆずき}さん（2年）

四月四日、おじいちゃんが頭をぬう大けをした。頭は何日かすると、なおったようであんしんした。でも頭のきずがよくなったら、こんどは、こしがいたいといいました。びょういんにいってみると、こしのほねをあっぱくこっせつしたらしい。

それからは、おじいちゃんは、ねてすこすこが多くなった。今まで元気に牛かいをしたり、田んぼでお米を作ったりしていたのに、こしがいたくて何もできなくなってしまった。

わたしのいえでは、たくさんのおこめを作っている。まい年たくさんのお人がおじいちゃんのおいしいおこめをかいに来る。おじいちゃんがけがをしたので、今年のおこめ作りは、どうなるのかな、としんぱいになった。

おとうさんは、いままでよりたくさんのおこめをするようになった。おにいちゃんもいとこみんながつたいをするので、わたしもできる

ことをしようと思った。

わたしは、きょうもやったなえばこあらいをたくさん手つだつた。今年、おかあさんにしあげをしてもらわなくても、上手にあらえるようになった。三百ばこいじょうあらつたと思う。みんなであらうと早くおわつた。わたしは、おじいちゃんがかがをした分、手つだおうと思つた。田うえをする時、おかあさんがみんな分のおひるごはんをつくる。十一日分のごはんをつくるのをわたしも手つだつた。わたしは、おにぎりをつくるのをがんばつた。みんながおいしいと言つてくれると、うれしかった。

おじいちゃんがけがをした分、みんながきょう力して田うえをした。おいしいおこめが今年もできそう。みんなにおいしいおこめをどけるために、これからもお手つだいをがんばりたい。そして、おいしいおこめをたべておじいちゃんが早く元気になってほしい。

恒例 津和野経済センター歳末感謝祭 開催

J Aしまね津和野経済センターは12月26日、毎年恒例の「津和野経済センター歳末感謝祭」を開催しました。

売り場に並ぶ豊富な地元野菜や加工品の多くは、つわの野菜生産部会（木村大輔部会長）の協力で準備され、一般の小売店等の価格に比べ安価で、地元の人たちには大変喜ばれています。

この日は寒波の影響もあって雪が降るあいにくの天候となり、例年みられる開店を待つ人々で成す長蛇の列は少なく、毎年の混雑を想定し訪れた方は、テント内の豊富にある商品に安堵した様子で、「今年はずっくりと選ぶことができうれしいです」と話していました。

この感謝祭の歴史は古く、新鮮な野菜を買い求めるだけではなく、餅やしめ飾り・切り花といった正月用品などを調達する師走の風物詩として、地元の人にとっては大変馴染みの深いものとなっています。



開店からしばらくすると、年の瀬の買い出しはこの日と決めていた皆さんが次々にテントを訪れ、年越しに必要な食材などを買求めていました。



開店時間を迎えても雪の降り方は弱まる様子もなく、客足に大きく影響を及ぼしました。



令和7年を締め括る 「わんぱくらんど餅つき」 津和野町農業青年クラブ

津和野町農業青年クラブ(田中懸志朗会長)は12月23日、津和野町民体育館で同町内の保育園の園児や保育士、園児の保護者など70人を招き、恒例となったわんぱくらんどの餅つきを行いました。

この日の餅つきには、園児たちが春に田植えを行った農事組合法人なばら(米原孝男代表)の圃場で収穫したモチ米が使用され、蒸しあがったモチ米を園児全員が3回に分けて順番についていきました。



園児たちがつく餅がきれいに仕上がるよう、大切なポイントは青年クラブのメンバーが力を発揮。



つき上がった餅はみんなで丸餅に仕上げていきました。



つき手を応援する園児たちの「ヨイショ、ヨイショ」の掛け声が館内に響き渡りました。



最後は餅まき! 園児たちは袋を手に餅をめがけて一目散。



餡子やきな粉、醤油の味付けをして全員で食べました。

恒例となったこの取り組みは、幼い頃に自然の中で土に触れ楽しく過ごした想い出が、成長の過程で農業や食の大切さの理解につながるよう期待するものです。
津和野町農業青年クラブと園児たちの一年を通した、令和7年のわんぱくらんど農業体験が終了しました。



天候の都合上令和7年の稲刈り体験はできませんでした。
写真は令和6年9月26日



春の田植えでは初めて田んぼへ入る園児もいました。
令和7年5月21日





西いわみ女性部美都支部 新鮮野菜朝市&JAからクリスマスの贈りもの

JAしまね西いわみ女性部美都支部（佐々木孝子支部長）は12月25日、JAしまね美都事業所（片廻篤志所長）で恒例となった年末朝市を開きました。

販売開始前から会場入り口付近は始まりを待つ人で賑わい、10時丁度に会場となった会議室の扉を開くと、来場者は一斉に購入を希望する品物の前へ進み、次々に買い物かごへ入れていました。

出品物の多くは会員とその家族が生産した新鮮野菜や加工品で、通常の小売店等で販売されている単価と比較しても安価な価格に設定されています。この日を楽しみに来店された皆さんは「新鮮で安い」と、希望する野菜や加工品で一杯になった買い物かごを手を支払いの列に並んでいました。



準備を終えて販売開始前に完売を祈念して。



椎茸や黒豆、餅やジャム・干しタケノコ等加工品も沢山販売。



この朝市を楽しみにしていた皆さんで会場は賑わいました。



この日に合わせて練習したハンドベル、見事な「きよこの夜」でした。



JA美都事業所店舗内では町内の保育園児を招いて、職員が工夫を凝らしたクリスマス会が行われました。



最後はみんなで記念撮影。



待ちに待ったサンタクロースの登場です。肩に担いだ袋を降ろし中に入ったプレゼントを園児のみんなに渡しました。

JA美都事業所メリークリスマス！





令和7年産秋作トマトの生産を振り返って

J Aしまね西いわみ地区本部と益田トマト部会（金山千年部会長）は1月23日、同地区本部会議室において令和7年産秋作トマトの出荷反省会を行いました。

開会の挨拶で営農経済部大崎弘康部長は「年々気温の上昇によって生産過程で様々な苦労があると思う。選果場の問題等課題はあるが、生産者の皆様にご迷惑をかけることがないように必ず整備していきたい。そのためにも新施設における利用率確保等ご理解いただき、引き続きの出荷をお願いしたい」と話しました。

金山千年部会長は挨拶で「昨年の秋作トマトを振り返ってみると、近年の猛暑に合わせ9月の長雨等で生育に様々な影響があったものの、販売高・出荷量共に前年を大きく上回る良い成績を残すことができた。特に販売高については近年で最高の金額となり、各生産者の日々の努力の結果の現れであると思う。秋作は今後においてもチャンス・伸びしろがあり、しっかりと情報共有し来季に向けてご努力いただきたい」と話しました。

優秀な成績を納めた生産者表彰では、養液・土耕それぞれの優績者の表彰を行い、養液の部最優秀賞に金山千年さん、土耕の部の最優秀賞に又賀直樹さん、土耕の部優秀賞に瀧谷記幸さんが選ばれ賞状が手渡されました。

各市場・J Aしまねにおける販売状況の報告に続いて、3名の優績者から年間を通して感じた点や改善点等について報告が行われました。

令和7年産秋作トマトの販売実績は、総出荷量36,379ケース（4kg）・145,514kg、販売金額92,749千円でした。



令和7年益田メロン部会通常総会開催 「基本は土づくり、安全・安心なメロン生産で信頼のある産地づくり」

益田メロン部会（世良竜一部会長）は1月29日、J Aしまね西いわみ地区本部会議室において、令和7年益田メロン部会通常総会を開催しました。

開会にあたって世良部会長は「昨年は年明け早々からの積雪や4月の降雪等の影響で、栽培管理にご苦労があったと思う。J A市場の努力のお蔭で春には順調な販売がスタートしたものの、夏に向けての落ち込みが課題として残った。先ほど夏場高温対策の研修会も行ったが、対策等事前に準備することも重要で、万が一被害が発生した場合は早急に復旧できる体制づくりを整えたい。G I登録2年目となった益田アムスメロンを前面に打ち出し、部会員一人一人の収益向上につなげたい」と挨拶しました。

続くJ A挨拶で竹長隆本部長は「先日県内の営農指導員アンビション大会が開催され、西いわみを代表して鳥山正博職員が益田メロンについて発表した。その中で自分自身勉強になった部分もあり、改めて益田メロンの歴史や魅力について再認識することができた。竹下克美組合長をはじめ本店役員も最前列に席を取り、鳥山職員の発表に耳を傾けてくれた。選果場の施設整備に向けて協議している中でもあり、現場の意見を直接本店執行部へ届ける良いタイミングとなった。部会員の皆様には健康にご留意いただき、引き続き令和8年産益田メロンの生産にご尽力を賜りたい」と話しました。

島根県西部農林水産振興センター益田農業部の鶴永建治課長、益田市産業経済部農林水産課大庭健志課長の来賓挨拶に続いて、令和7年産の共励会表彰式を行い、年間販売高最優秀賞に芝田支部の宅野和樹さん、優秀な成績を収めた支部に贈られる最優秀支部に、芝田支部（アムスメロン・秋作アールスメロン）、町屋支部（夏作アールスメロン）が選ばれ表彰状並びに副賞が贈られました。

議長に中吉田支部の大場尚俊さんを選任し議案審議を行い、全ての議案を可決承認しました。

安全・安心で高品質なメロンの安定供給を目的に、生産記録台帳の管理・提出を徹底すると共に、品質及び出荷率向上に向け、責任ある産地として取り組むべき具体策を改めて確認し、令和8年産益田メロン全体の出荷数量102,000ケース、総販売金額4億円を目標に掲げ、更なる消費者の信頼獲得と需要拡大に向けて取り組むこととしました。



竹長本部長挨拶



世良部会長挨拶



第2回全役職員会議を行いました

J Aしまね西いわみ地区本部は12月20日、益田市元町の益田市立市民学習センター1多目的ホールで第2回全役職員会議を開催しました。



竹長隆本部長挨拶

はじめに全員で「JA綱領・基本理念・基本目標・職員行動規範」の唱和を行い、本部長就任後初めての全役職員会議出席となった竹長隆本部長は挨拶で、当時の津和野町農協へ入組した経緯と経歴、自身の体験をもとにした病気に関することなど、職務中や日常生活の中で感じたことについて話しました。

今回は3人による発表が行われ、まず初めに令和7年度島根県JA青年大会青年の主張で発表した、益田市美都町出身の青木界人さんが、就農に向けて始めた研修の中で得た体験を基に、「地域に貢献できる一人の農家として頼られる存在となり、自分を育ててくれた全ての人々へ恩返しをしたい」と、自分が果たすべき将来ビジョンについて語りました。

次に、令和7年度JA戦略型中核人材育成研修を終了した、統括支店の長島昭夫職員・営農経済部の大賀俊司職員が終了弁論の発表を行いました。

続いて椋木鉄也統括部長が令和7年度事業実績等について報告した後、DVD視聴を交えた人権同和研修を行い、西川友史理事の閉会の挨拶で第2回全役職員会議の全日程を終了しました。



青木界人さん

中山間地域で農業と向き合う決意と、かつて父が愛した車スバルフォレスターを自分も購入し、「燃費を気にすることなく思い切り走らせたい」と、若者らしい夢についても紹介がありました。

令和8年産水稻生産実施計画書 (兼水稻共済変更届出書) についてお知らせ

水田を所有、管理、耕作されている全ての方あてに、ただいま「令和8年度水稻生産実施計画書(兼水稻共済変更届出書)」を郵送させていただいております。この「水稻生産実施計画書(兼水稻共済変更届出書)」は1年間の作付計画や各種交付金の支払い、水稻共済の引受や損害評価等の**基礎資料となる大変重要な書類**です。

水稻生産実施計画書がご自宅に届いた方で、まだ提出されていない方は、内容をご確認ください。記載内容を変更する場合、同封の記入例を参考に修正し、ご提出いただきますようお願いいたします。

ご不明な点がございましたら、お近くの地域農業再生協議会にお問い合わせください。



問い合わせ先

- 益田市農業再生協議会
- 津和野町農業再生協議会
- 吉賀町農業再生協議会

- (益田市農林水産課) : 0856-31-0316
- (津和野町農林課) : 0856-72-0653
- (吉賀町産業課) : 0856-79-2213



『移動型店舗
パリミキカー』



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

メガネ・補聴器の専門店 PARIS MIKI

令和8年 3月度 JA巡回スケジュール 西いわみ地区

| | | | | | |
|--------|---------|---------------|--------|---------|-----------------------|
| 4日(水) | 9時半～13時 | 匹見事業所 | 16日(月) | 9時半～13時 | 津和野経済C |
| 6日(金) | 9時半～14時 | 中西事業所 | 18日(水) | 9時半～13時 | 匹見事業所 |
| 7日(土) | 9時～15時 | 柿木 事業所 展示会 | 19日(木) | 10時～13時 | 六日市経済C |
| | | | 20日(金) | 9時～16時 | 益田グリーンセンター 展示会 |
| 9日(月) | 9時～12時 | 西益田支店 | 30日(月) | 10時～15時 | パリミキフェア 美都事業所(会議室) |
| | 13時～16時 | 益田中央支店 | | | |
| 10日(火) | 9時半～13時 | 日原経済C | 31日(火) | 10時～15時 | Aコープラポ店前 (益田東支店) |

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

読者の俳句川柳

お題「絵馬」

4月のお題は「筍」です
ご応募お待ちしております

※締切※
令和8年
3/15
(当日消印有効)

- ポルシェ買う 開運絵馬に 託す夢 (益田市 加藤 富之さん)
- 幸せを 絵馬に託して 奉納する (益田市 竹田 雅子さん)
- 絵馬に書く めざせ一日 七千歩 (益田市 野村 芳子さん)
- 願い絵馬 お礼参りも 忘れずに (益田市 岡崎 雄一さん)
- 午年に 絵馬におねがい 家内安全 (益田市 佐々木いと子さん)
- 絵馬に書く 今年こそはの ダイエット (益田市 中尾 公子さん)
- ひやくする わが午年に 絵馬をかう (益田市 吉村 芳江さん)
- 絵馬頼み 今年もウマく 行けるよう (益田市 村上登美子さん)
- 絶対に 平和な年ヨ 絵馬奉納 (益田市 喜村 信江さん)
- 神前に 孫の合格 祈願絵馬 (益田市 田中千代子さん)
- 孫たちが 絵馬を集めて 干支を知る (益田市 小笠原かよみさん)
- 受験生 大きい絵馬を 空港で (益田市 両見かすみさん)
- 神仏に 奉納馬変化 今にいたる (益田市 加治イトヨさん)
- 歳重ね 健康願い 絵馬奉納 (益田市 初山 敏子さん)
- 書きすぎて にじんで読めない 絵馬の札 (益田市 齋藤 照平さん)
- 夫婦仲 良い事願い 絵馬に書く (津和野町 大井 守さん)
- 将来の ゆめを絵馬に ひ孫たち (津和野町 日熊 春子さん)
- 願い事 多くて絵馬を 2枚買う (津和野町 斎藤 久衛さん)
- 初詣 絵馬に頼りし 福を呼ぶ (津和野町 古山 包子さん)
- 絵馬に書く 元気でいれば あすは来る (津和野町 藤井 礼子さん)
- 制服の 乙女の祈り 絵馬に込む (吉賀町 竹中 和博さん)
- 足腰の 痛み吹飛ば 絵馬を買う (吉賀町 田村 民子さん)
- 老いの今 絵馬に願うは 病気平癒のみ (吉賀町 中村恵己子さん)

応募方法

● 葉書に 俳句か川柳かを明記してください。住所、氏名、電話番号をご記入ください。
● あて先 〒698-0024 益田市駅前町15-1 JAしまね 西いわみ地区本部 企画総務部 総務ふれあい課



確定申告は **e-Tax** で完了！

マイナンバーカードで**自宅**から！

- ▶ 国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」から、スマホ等で申告書を作成し、マイナンバーカードでオンライン提出！
- ▶ マイナポータル連携で、給与、年金のほか、控除証明書等のデータが自動入力！



▲「確定申告書等作成コーナー」

e-Taxのメリット

- ▶ 自宅から申告可能
- ▶ 24時間利用可能 ※メンテナンス時間を除く
- ▶ 申告書がデータで確認可能
- ▶ 添付書類提出不要 ※一部書類は除く
- ▶ 早期還付（3週間程度で還付）

マイナンバーカード、電子証明書の有効期限にご注意を！

- ▶ 有効期限を過ぎた場合、e-Tax 手続が利用できません。
- ▶ 確定申告期は、窓口（市区町村）の混雑が予想されます。お早めに更新手続を。



▲詳細はこちら「デジタル庁公式note」

キャッシュレス納付が便利です！

- ▶ 便利な「振替納税」がおススメ！

令和7年分の振替日

- 【所得税及び復興特別所得税】4月23日（木）
- 【消費税及び地方消費税（個人事業者）】4月30日（木）
- ▶ 5つのPay払い（〇〇ペイ）からも納付可能。



▲詳細はこちら



申告と納付の期限

| | |
|----------------------|--------------|
| 【所得税および復興特別所得税、贈与税】 | 令和8年3月16日（月） |
| 【消費税および地方消費税（個人事業主）】 | 令和8年3月31日（火） |

詳しい情報は国税庁ホームページへ **国税庁** で **検索**

問い合わせ先／益田税務署 TEL(0856)22-0444(代表)



KOGOMI

味わう 採る 旬のさきどり



URUI



TARANOME

にちはらの山菜

試食会 令和8年3月8日(日) 10時～11時

山菜栽培に興味のある方は営農相談とセットで収穫体験に参加できます。

要予約

11時集合(先着10名 5名ずつ2か所)
QRコードまたはお電話にてご予約ください



開催場所

道の駅シルクウェイにちはら 島根県鹿足郡津和野町池村1997-4
予約：JAしまね西いわみ地区本部 日原集荷場 0856-74-0882
主催：日原タラの芽生産組合



春の農機フェア開催



みなさまのお越しをお待ちしています。

とき

令和8年
3月5日(木)・6日(金)
時間 9:00~16:00 9:00~15:00

ところ

JA全農島根農機サポート(株)
西いわみ営業所
六日市サービスセンター
鹿足郡吉賀町六日市407-4



益田グリーンセンター



春の大感謝祭セール



みなさまのご来場をお待ちしています。

3月20日(金)開催
時間 9:00~16:00

JALしまね
益田グリーンセンター
益田市中吉田町1001-1
お問い合わせ先 0856-23-0908



西いわみ地区本部からのお知らせ

ご家族の

お葬式についてあらかじめ考えておきたいとお考えの方

ご自分の

安心して納得できるお葬式のための

事前相談会開催

とき

毎月第3金曜日

ところ

「虹のホールますだ」 益田市遠田町967-1

事前のお申込は
必要ありません

お気軽に
お越しください

ご家族、ご本人が安心して、内容も費用も納得できるお葬式を実現するために、
家族の想い、自分の想いをしっかり伝えるためにも、ぜひ事前相談をお勧めします。

事前相談会以外でも、ご相談のご希望があれば、随時ご相談ください。
ご連絡、お越しいただければ対応いたします。

もしもの時は
なにをすれば
いいの？

葬儀費用って、
どのくらいかかるの？

疑問や不安に
思っていることは、
どうすればいいの？

終活

についてのご相談も
受け付けています。

エンディングノート
プレゼント



事前相談
特典1

事前相談のお客様
専用特典プランを
ご用意してお待ちしております。

事前相談
特典2

事前相談していただき、
ご葬儀受注していただいた方には
特典があります。

JALまね 西いわみ地区本部 メモリアルセンター
「虹のホールますだ」

0120-121-860

〒699-3676 島根県益田市遠田町967-1
TEL:0856-31-7080 FAX:0856-31-7081

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

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

答え

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

タテのカギ

- ②卒業生代表が壇上で卒業——を受け取った
- ⑥チューナーで選局して聞きます
- ⑧わんこそばやじゃじゃ麺で知られる県
- ⑨精算するために並びます
- ⑩アルファベットの7番目
- ⑪通知表ともいいます
- ⑮走ること。ウイニング——
- ⑯日本庭園の池に似合う魚
- ⑱熱波師が活躍しているところもあります
- ⑳糖度計の——を読み取った
- ㉑夫婦——で旅行に行った

ヨコのカギ

- ①お雛様にひな——をお供えした
- ②力士が土俵にまくもの
- ③オーストリアの首都
- ④眉間に寄せるもの
- ⑤スケジュール帳に書き込みます
- ⑦——は小説よりも奇なり
- ⑩——、雷、火事、親父
- ⑫タロットカードや水晶玉などを使っておこないます
- ⑬出身校をこういふことも
- ⑭パーが紙ならチョコキは
- ⑰ショートケーキの真っ赤な彩り果実
- ⑲鳴門海峡には大きなものが発生
- ⑳神社の参拝時に鳴らすこともあります

応募要項

応募方法

ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・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

〒698-0024 益田市駅前町15-1

JAしまね 西いわみ地区本部 総務ふれあい課 「クイズ」係
2026年3月6日（金）（当日消印有効）

・先月号は、西いわみ地区本部管内で69人の方からご応募いただきました。

先月号の答え

「ゴウカク」

| | | | | | |
|---|---|---|---|----|---|
| エ | ホ | ウ | マ | キ | ツ |
| コ | エ | ソ | ツ | ク | |
| ア | リ | マ | サ | カ | リ |
| キ | フ | ブ | キ | カ | |
| ハ | ゴ | イ | タ | カ | タ |
| バ | ザ | ー | フ | ナ | |
| ラ | ト | ラ | ク | ター | |

川柳の広場

選句者 島根県川柳連盟会長
竹治ちかし先生

最優秀賞

嫌な事忘れ明日の風を待つ

出雲市 佐野美和子様

優秀賞

嘘つけぬ女で世間狭く生き

安来市 斎藤美重子様

人生の終着駅はわからない

隠岐の島町 上川 晃一様

日々感謝ひとりボツチの夕ごはん

浜田市 岩本 静代様

佳作

騒がしい世間に揺れる我が暮し
出雲市 榎井 伸幸様
平凡な日々が宝と知った朝
出雲市 北村 功様
役者よりこつちがうまい出雲弁
出雲市 佐藤 晃一様
拭えない昔心に負ったきず
津和野町 田中とよし様
今の世に身もふたもない老い二人
松江市 後藤 竹子様

「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」3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）3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、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、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。



島根をもっと元気にしたい 一緒にJAで働きませんか

JALしまねは「農業振興」「地域振興」「地域貢献」を積極的に展開し、大地の恵みと食文化の尊さを次世代に継承していきます。



JALしまね 令和9年4月採用職員募集のご案内

- 募集職種 正職員
- 応募資格 ①令和9年3月大学院・大学・短大・高専・専修学校卒業見込の方
②大学院・大学・短大・高専・専修学校を卒業して3年以内の方
- 受付期間 令和8年3月1日(日)～令和8年3月31日(火)
- 選考方法 WEB上での筆記試験・適性検査・面接試験
- 応募方法 マイナビ2027よりエントリーください。

※採用情報など詳しくはJALしまねHP、マイナビ2027または下記までお問い合わせください。

お問い合わせ

〒690-0887島根県松江市殿町19-1
JALしまね人事部人事課 担当：三上・渡部
TEL: 0852-67-7711 FAX: 0852-67-7714
ホームページ <https://ja-shimane.jp>
E-mail jinji_saiyou@ja-shimane.gr.jp

マイナビ2027

マイナビで
エントリー
受付中



JABANKを装う偽メールに注意!!

JABANKを装いあなたの大切な“お金”や“情報”を狙う偽メールが
島根県内で多数確認されています!!

手口は『JAネットバンク』や『JABANK』など実在する金融機関名などを使い
あなたの個人情報などを不正に盗み取ります!!

怪しいメール内容の一例

- 『期限』を設けている内容のメール
- 『専用ページ』へ誘導する内容のメール



※ 携帯電話に届いたメールの内容が少しでも怪しいと感じたら、そのメールの指示に従わずご家族や最寄りのJAにご相談ください。



©よりぞう



お問合せ先

JANETバンク ヘルプデスク
0120-058-098

緊急時の利用停止 24時間365日

平日 9:00~21:00

土日祝 9:00~17:00



※ 個人情報等を入力してしまった場合、速やかにお取引のJA店舗またはJAネットバンク ヘルプデスクにご連絡いただき、JAネットバンクの利用を停止してください。



JALしまね 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しまね

×



PARIS MIKI

メガネ一式 10%OFF!! 補聴器 5%OFF!!

(令和8年3月末まで)

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



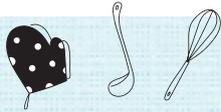
JALしまね

本店経済部経済課 [TEL] 0853-25-8912

謹んで地震災害のお見舞いを申し上げます

1月6日に発生した島根県東部を震源とする地震により被害を受けられました皆さまに心よりお見舞いを申し上げますとともに一日も早い復旧をお祈り申し上げます。

島根県農業協同組合 代表理事組合長 竹下 克美



島根うまれの食材レシピしまねっレシピ

島根県『家の光』講師
飯塚生美子 先生

もやしとにらのそぼろあん炒め

材料（4人分）

- 豚ひき肉……………250g
- もやし……………1袋（200g）
- にんじん……………1/2本（60g）
- にら……………1袋（100g）
- にんにく……………ひとかけ
- オイスターソース… 大さじ1
- 豆板醤…………… 小さじ1/2～
- しょうゆ…………… 小さじ1
- A 砂糖…………… 小さじ1
- 鶏ガラスープの素… 小さじ1
- 片栗粉…………… 大さじ1
- 水…………… 大さじ3
- ごま油…………… 大さじ1

作り方

- ①にらは3cm長さに、にんじんは3cm長さの細切りにする。
- ②にんにくは包丁で押しつぶしてから皮をとり、みじん切りにする。
- ③Aを混ぜ合わせておく。
- ④フライパンにごま油とにんにくを入れ、中火で加熱する。
- ⑤香りが立ってきたら、にんじんを加え、油をまわし炒める。
- ⑥豚ひき肉も加え、さらに炒める。
- ⑦肉の色が変わったら、もやしとにらを加えて炒め、もやしが生んじりしてきたら、③を加えて炒め合わせる。
- ⑧肉に火が通り、とろみがついたら火からおろし、皿に盛る。



コメント

- ・10分で完成！ボリュームたっぷりでお財布にやさしいスピードおかず！
- ・ビタミンB1が豊富な豚肉とβカロテンが豊富なにらやにんじんで元気をチャージ！

アレンジ

- ・丼にして温泉卵をのせたり、ラーメンや焼きそばにのせたり、残ったら春巻きの具材にもなります。
- ・きくらげやピーマン、青梗菜を入れたり、豆板醤を増減したり、お好みの味でお楽しみください！

腸活！冬野菜クリームシチュー

材料（4人分）

- 鶏もも肉……………300g
- 塩麹（又は塩少々）… 大さじ1弱
- オリーブ油…………… 大さじ1
- 白かぶ……………1玉（250g）
- さつまいも……………1本（250g）
- にんじん……………1本（150g）
- A キャベツ……………1/4玉（300g）
- しめじ……………1袋（100g）
- 顆粒コンソメ…………… 小さじ2
- 水…………… 1000cc
- 豆乳（又は牛乳）…………… 300cc
- 長ねぎ……………1本（100g）
- B 酒粕…………… 100g
- 味噌…………… 大さじ3
- ブロッコリー…………… 1/2株（150g）

作り方

- ①鶏肉を3×4cm大に切り、塩麹をもみ込んでしばらく置く。
- ②ブロッコリーは色よくゆでて、水を切っておく。
- ③白かぶ、さつまいも、にんじんは皮付きのまま1cm厚さのいちよう切りに、キャベツは3cm角のざく切りに、しめじは小房に分ける。
- ④長ねぎは2～3cm長さに切る。
- ⑤大きめの鍋にオリーブ油を中火で熱し、①の鶏肉の皮目を下にして並べ入れ、両面色よく焼き、取り出しておく。（焦げやすいので注意！）
- ⑥⑤の鍋に準備したAの野菜と水、コンソメを加えて、野菜が柔らかくなるまで蓋をして煮る。
- ⑦⑥が沸騰したら弱火にし、Bの酒粕と味噌を野菜スープ（鍋の煮汁適量）で溶かしておく。
- ⑧野菜が柔らかくなったなら、鶏肉、長ねぎ、豆乳を加え、沸騰する直前で火を止め、溶かしたBを加えて混ぜる。
- ⑨器に盛り、ブロッコリーを添える。



【アルコールの飛ばし方】

- ①酒粕を厚み1cm以下、3cm角以内にカットして、皿に入れ、水を少量加えてレンジ（600W）で5分加熱。
- ②加熱後、蒸気と共にアルコールが抜けるまで5～10分放置する。

コメント

- ・酒粕と塩麹の発酵パワーで、市販のルー無しでもコク深いクリーミーなシチューが出来上がります。
- ・豆乳を加えてから煮立たせると分離することがあります。優しい火加減で温めてください。

アレンジ

- ・鶏肉を鮭やウインナー、豚肉、手羽元などにかえても美味しくできます！
- ・野菜やきのこは何でもOK！

JA 島根厚生連

健康散歩

脂質は低ければ安心だと思いませんか？

脂質異常症という言葉を知ると、「コレステロールや中性脂肪が高い」状態を思い浮かべる方が多いのではないのでしょうか。しかし、脂質異常症は数値が「高い」場合だけが問題ではなく、「低い」場合も問題になります。

それではコレステロールや中性脂肪が低いとなぜ問題になるのでしょうか？

コレステロールは、体の細胞や主要なホルモンの材料となるほか、脂肪の消化吸収を助ける胆汁酸や、骨を強くするビタミンDをつくるために必要な成分です。また、中性脂肪は体を動かすためのエネルギー源となり、体温を保つ、皮下脂肪として内臓を守る役割があります。

このように、コレステロールや中性脂肪は体に必要不可欠なものです。そのため、極端に少なくなると体力の低下や免疫力の低下などにつながり、体調を崩してしまう恐れがあります。

脂質が低くなる原因として、食事量が減少し、脂質を作り出すのに必要な栄養素が不足している場合があげられます。一方で、肝臓の機能が低下している場合や甲状腺機能亢進症、糖尿病（インスリン異常）などの病気が原因で脂質が低下する場合があります。

このように、脂質異常症は、数値が高い場合だけでなく、低い場合にも注意が必要です。健康診断などで脂質が低いと指摘されたときは、「問題ない」と自己判断せず、早めに医療機関を受診し、医師の指示に従いましょう。

【編集後記】2月号では菌床シイタケなどを栽培する佐々木さんをご紹介！子どもの頃は苦手だったシイタケですが、大人になった今ではモリモリ食べてしまうほど好きな食べ物のひとつに。プच्छと情報にあるおすすめ食べ方をさっそくトライしてみると味噌とマヨネーズの相性が抜群でした♡🍄ぜひ皆さんも作ってみてください♡（古）

JAしまね 公式ホームページ JALまね 検索

2026年2月17日付発行（月1回発行）
編集/JALまね ふれあい福祉課・西いわみ地区本部
発行/島根県農業協同組合 西いわみ地区本部 総務ふれあい課
〒698-0024 益田市駅前町15-1 TEL.0856-22-1589 FAX.0856-23-0788

Shimane Bayour
本誌は地球環境に優しい植物インクを使用しております。
VEGETABLE OIL INK