

# JA しまね ひより

2025

4

April  
Vol.109

Shimane  
Biyori



特集

## 健康のために、全世代で もっとお肉を！



YouTube



Instagram



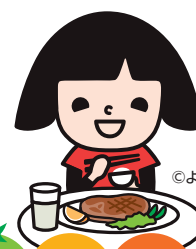
LINE



Facebook



SNSで旬な情報を  
投稿しています



農業のために 地域のために 明日のために  
JA共済の  
地域貢献活動



JALしまね 隠岐地区本部版



# しまねの ファーマーズ Shimane farmers

おみ かずひさ  
尾見 和久さん(52歳)

今月は隠岐地区本部。隠岐の島町伊後向ヶ丘で野菜苗や野菜などの生産に取り組む尾見和久さんにお話を伺いました。



## 少量多品目で

## 島内のニーズに合わせる

島根半島の北方、40〜80キロの日本海に浮かぶ隠岐諸島のひとつ、隠岐の島町。農業といえば水稲や畜産が中心で、本格的に野菜を生産する人は少数です。そのため、島内で売られている野菜は島外から



尾見さんのほ場とハウス

仕入れてきたものが多く、船の運航状況によっては流通が左右されることも。尾見和久さんは島内で求められているものを安定供給しようとニーズに合わせて、少量多品目で野菜や果樹、野菜苗などの生産に取り組んでいます。尾見さんは松江市の農業高校を卒業後、隠岐の島町に戻り土木建設会社で働いていましたが、母親が体調を崩したことや地元のために貢献できることはないかと考え5年ほど前に就農しました。現在は父親の博久さんとともに農業に取り組んでいます。

## できる限り農薬を抑えて

## 安心でおいしい野菜づくりを目指す

できるだけ農薬を使う回数を減らした生産を意識



白ネギを収穫する尾見さん。軟白部分を伸ばす方法を試行錯誤しているそう

しているという尾見さん。農薬を基準内で有効的に使いつつ、シュンギクを混植して害虫被害を防ぐなどコンパニオンプランツの力も借りています。この他にも太陽の熱を利用し、地温を温めて土の中の害虫や病原菌、雑草を抑える太陽熱消毒を行っています。土壌消毒をするようになったのはこんな経験が。タマネギ苗を育てる際に立ち枯れ病や発芽不良に悩んでいた際に、一度試してみたところ5割程度だった発芽率が8〜9割に改善したのだそう。それからは太陽熱消毒で土の状態をリセットするように。尾見さんは「特にキュウリなんかは根こぶ病になってしまうと回復することなく収量が落ちてしまう。一度、土をリセットすることで次に何か起きたときに対応に悩まずに済むんです」と話します。



伐採した木で作った炭を重機で移動させる尾見さん。炭は土壌に混ぜて病虫害避けや土の保湿に役立っています



## 加工品づくりも隠岐の島町産で



そば工房おみ。現在、店舗では事前予約制で隠岐そばを提供しています

尾見さんの畑の近くには

「そば工房おみ」の看板を掲げた建物があります。これは父親の博久さんが30年前に農業を行いながら立ち上げた郷土料理「隠岐そば」を提供する店舗兼加工場。「そば工房おみ」では、とにかく島のもので作ることにこだわり、尾見さんが種まきから収穫まで行ったソバと島内で生産されたソバを使い、隠岐の島町産100パーセントの蕎麦を製造。そのほとんどが島内で消費され、昨年末は約7000食分を作り多くの

人のお腹を満たしました。

また、昨年には加工場を整備して漬物の営業許可を取得し、漬物製造にも取り組んでいます。付加価値が付くことで単価があがった他にも良いことが。これまで、形の悪い野菜などは販売に向かないため、やむを得ず廃棄していましたが、漬物用として活用できるようになりました。「見た目が悪くても漬物にすれば気にならなくなりそうです。そのため廃棄する野菜がかなり少なくなりましたね」と尾見さんは話します。



今季最後のダイコンの酢漬けを仕込み中

## 「考えること」が忙しい毎日の息抜きに

年間を通して約70〜80種の野菜などを生産する尾見さんは、息をつく暇もないほど次から次へと作業に追われ休みのない日々を過ごしています。収穫や剪定などの作業で腱鞘炎になったこと



使いやすいように改良した荷台

も。そんななか、農機を修理したり野菜のコンテナを積みやすいように配達用の車の荷室を改良したりなど考えて手を動かすことが良い息抜きになっているそう。尾見さんは「結局作業になってしまいがちが、一番楽しめると言えば楽しみ。試行錯誤しながら次どうしようかなと考えるのが好きなんです」と笑みをこぼします。

## 島で作った新鮮な農産物を島の人たちに届けていく

たくさん野菜などを島内に流通させているなかでも、やはり普段使うことの多いトマトやキュウリ、ナス、タマネギなどの品目の需要が高いそう。島の中で求められているものを安定して供給できるように取り組む尾見さんの目標は地産地消。「ブランド化して島内から本土などへ出すのもひとつの考えですが、やっぱり原点は地産地消。島で作ったものを島

の人たちで消費しても

らい、中間コストのから新しい新鮮なものをお届けしていくのが一番の目標」と意気込みます。さらに、品種・品目を増やしていくこ

とを視野にいれている尾見さん。今年は収穫物が減る10月後半から12月にかけて収穫シーズンを迎えるキウイを商品として販売していきたいそう、樹を這わす棚づくりなどに挑戦しています。尾見さんは「トウモロコシや追熟のいらないサツマイモなど品種・品目を増やしていきたいですが年間の栽培計画のバランスを考えないといけない。これは今後の課題でもあります」と話します。

現在、隠岐の島町では関係機関が連携し、町内産の野菜を生産する新規就農者の募集に力を入れています。尾見さんの取り組みが、これから野菜生産を目指す人たちの道しるべになっていくことでしょう。取り組みが広がり、町内産の農産物であふれるのもそう遠くない未来かもしれません。

### 尾見さんが育てる農産物

尾見さんが栽培する野菜や漬物は、島内のスーパー「サンテラス」や港近くの直売所「あんき市」で販売されています。普段使いする野菜も人気ですが、中でも好評なのは8月頃に出荷するメロン。品種は「タカミメロン」で網の張りが良く糖度も高いのだそう！要チェックですね😊💡





## 健康長寿の道は お肉から！

厚生労働省の調査によると、70歳以上の5人に1人が「新型栄養失調」だそうです。これは加齢とともに栄養素の利用効率が悪くなるのに加え、食欲が衰えて動物性食品の摂取量が減ることも大きな要因。動物性タンパク質には体の機能を整える上で重要な、免疫力を高める「血清アルブミン」の材料が多く含まれていますから、摂取量が少ないとさまざまな病気のリスクが高まってしまいます。

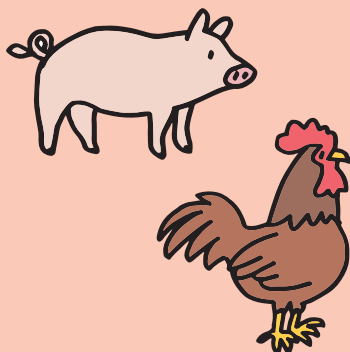
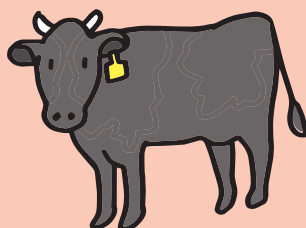


### 1日に100g前後を 目安に食べましょう

「日本人の食事摂取基準（2020年）」（厚生労働省）によると、1日当たりのタンパク質摂取目安量は体重1kg当たり0.8g。体重50kgの人なら1日当たり40gが目安です。シニアの方の場合は利用効率が低下しているため、60gから70gは必要と考えましょう。

肉に含まれるタンパク質は、その重量の5分の1程度ですから、100gの肉で取れるのは20g程度。私たちは肉以外のさまざまな食品からもタンパク質を摂取しています。卵や乳製品、大豆製品はもちろん、米にも多く含まれていますから、トータルで1日の摂取目安量をカバーできれば大丈夫です。100gの肉と100gの魚を、3食のどこかで食べるようにして、さらに牛乳や卵などで補うよう心がけましょう。

## 健康のために、 全世代で もつとお肉を！



### 必須アミノ酸を バランス良く 摂取できる

よく「良質なタンパク質を取りましょう」と言われますが、「良質」とはアミノ酸バランスが整っていることをいいます。肉に含まれる20種類のアミノ酸のうち9種類は人間が体内で作ることができない「必須アミノ酸」。大豆のタンパク質も良質ですが、必須アミノ酸のバランスという面では、動物性タンパク質の肉の方が優れています。

## 育ち盛りの子どもに 効率良く栄養補給

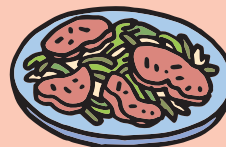
タンパク質は体をつくる基本的な栄養素であり、全世代で不足しないように取りたい栄養素です。1食分で比較すると牛肉200gに含まれるタンパク質が約60gなのに対し、アジ1匹（約170g）だと15g程度。肉の方が効率的にタンパク質を摂取できます。ただし、魚には動脈硬化を防ぐDHA（ドコサヘキサエン酸）やEPA（エイコサペンタエン酸）などが含まれていますので、肉と魚を1:1くらいで食べるのがいいでしょう。

## 若い女性の 貧血対策にも！

ビタミンB1は糖質をエネルギーに変換するのに必要で、不足するとエネルギーをうまく作り出せず疲れやすくなります。このビタミンB1が特に豊富なのが豚肉。肉には貧血予防に効果的な鉄分も豊富に含まれており、しかも、植物性の鉄分（非ヘム鉄）よりも吸収率が高いため、効率良く鉄分を補給できます。

## うつ病や 認知症を予防

「幸せホルモン」として知られるセロトニンの分泌が減少すると、うつ病になりやすいといわれています。セロトニンの原料になるのは、肉に多く含まれている必須アミノ酸の1つトリプトファンです。他にも肉に含まれるアラキドン酸という栄養素には脳の神経細胞の生成を促す働きがあり、認知症改善の可能性を持つと注目されています。アラキドン酸は、特に豚レバーに多く含まれています。





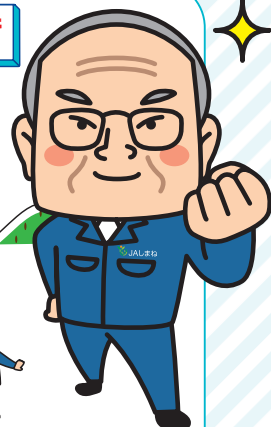
現場の声を  
もっと聞きたい

JＡしまねの石川寿樹組合長は本店常勤理事は、JA自己改革の一環として、地域の担い手・大型農業法人・集落営農組織等を訪問し、今後のJA運営に反映させるため各所で組合員の皆さまの貴重なご意見・ご要望を伺っています。

巡回の様子を収めた  
動画はコチラから



# 組合長が行く！



今回の  
訪問先

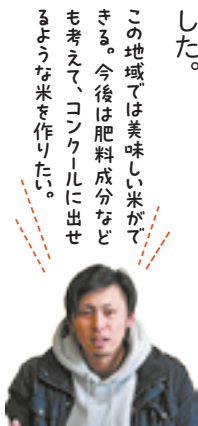
J Aしまね島根おおち地区本部管内

●新田良次さん・良作さん

●農事組合法人鹿子原、●服部信彦さん・眞典さん



良次さん（前列右から2番目）、良作さん（前列右）と  
日高専務（左）ら



良次さん

この地域では美味しい米ができる。今後は肥料成分なども考えて、コンクールに出せるような米を作りたい。

「米は日本の主食であり農地を守る面で一番向いている作物だが、大きな投資がある」と話し、これから米作りを目指す人材に向けた支援策を要望しました。

## 新田良次さん・良作さん

新田良次さんは、県外の大学を卒業後、島根県ふるさと財団の研修制度を活用し邑南町にUターン。父親の良作さんと有機米を生産し、昨年から事業承継を進めています。良次さんと良作さんとは、地域で農業の仲間を増やそうと研修生の受け入れを検討していることや関東圏での有機米需要、中山間地で作られた米の価格の在り方などについて意見交換しました。良次さんは「米は日本の主食であり農地を守る面



同法人の池本組合長（左から2番目）らと活発に  
意見を交わしました

## 農事組合法人鹿子原

農事組合法人鹿子原は、地域の農地保全のため平成27年6月に前身の営農組合を法人化し誕生。現在は、管内のブランド米「石見高原ハーブ米」や県オリジナルブドウ「神紅」の生産の他、水稻の作業受託をしています。鹿子原集落全戸で構成する同法人は、県無形民俗文化財に指定される「鹿子原の虫送り踊り」の継承や休日の草刈り作業などを通して地域の若い世代とも交流し結束力を強めています。同法人の池本義雄組合長と日野原利郎さん、森上寿さん、秋田弘昌さんとは、人手不足の課題や備蓄米放出の影響、今後の米価動向などについて意見を交わしました。



育苗ハウスで信彦さん（左）と眞典さん（左から3番目）、  
日高専務（左から4番目）ら



眞典さん

まずは技術承継や慣れることからだが、5年以内に法人化するのが夢。大きい会社になりたい。

服部信彦さんと息子の眞典さんは、JAやホームセンター向けの野菜苗を中心に生産する他、JA広域育苗施設の管理も請け負っています。今年4月には3月に邑南町の農業研修制度を修了した眞典さんへ事業承継する予定です。信彦さんと眞典さんには、Uターンし農業を継いだ経緯や野菜苗生産の魅力、人気の高い野菜苗などについてお話しいただきました。信彦さんは「子ども自らが野菜を育て収穫する喜びを感じるきっかけ作りとして、関係機関と連携しながら『食農教育』に力を入れてほしい」と要望しました。

## 服部信彦さん・眞典さん

3月4日に行った今回の訪問について、石川寿樹組合長は諸般の都合により欠席いたしました。このため、今月の「組合長が行く」に組合長の一言を掲載できませんこととお詫び申し上げます。





## 令和6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2月28日、「異常気象に負けない良質米生産・収量向上を目指して」をテーマに令和6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320人が参加しました。

基調講演では、月刊食糧ジャーナルの鶴田裕編集部長が今後の米動向や価格への消費者理解、産地戦略について説明。島根県農業技術センターは、令和6年産米の栽培状況を踏まえた健苗育苗やイネカメムシ対策など栽培の7つのポイント、土づくりなどについて情報提供しました。

その後、株式会社わなかの生越大地代表取締役が大会宣言を読み上げ、良いお米の安定生産・安定供給に向け意識統一を図りました。

また、「第63回島根県米品評会」と「令和6年産島根県飼料用米多収コンテスト」の表彰式を行いました。



令和6年産島根県飼料用米多収コンテスト

◆**島根県知事賞**

農事組合法人高松西部営農組合（出雲・653kg/10a）

◆**島根県農業協同組合代表理事組合長賞**

南高松営農組合（出雲・641kg/10a）

◆**島根県養鶏協会会長賞**

株式会社わなか（石見銀山・632kg/10a）



大会宣言をする株式会社わなかの生越代表取締役



第63回島根米品評会【島根米総合】

◆**農林水産大臣賞**

梅木達也（雲南・コシヒカリ）

◆**全国米麦改良協会会長賞**

農事組合法人中丁（雲南・ヒメノモチ）

◆**全農会長賞**

藤原昌弘（雲南・改良雄町）



## 第43回シマネセントラルショーを開催



県内の酪農家で組織するシマネ・ホルスタイン・クラブは3月22日、松江市の島根中央家畜市場でホルスタイン種牛の共進会「第43回シマネセントラルショー」を開きました。未經産部門と経産部門のグランドチャンピオンから選ばれる総合グランドチャンピオンには経産部門グランドチャンピオンの簸川地方乳牛改良研究会の河村保志さんの「リバービレッツジ サイドキツク プリティー」が、未經産部門のグランドチャンピオンには同研究会の和田健敏さんの「M」B サイドキツク フレーク」が選ばれました。

月齢や産次に応じて6部に分けられ、県内から20頭が出品。乳用牛らしい体型、乳房の発達具合やバランス、肋の張りなどをポイントに審査しました。

審査員を務めた一般社団法人家畜改良事業団岡山種雄牛センターの栗田篤次長は「首、肩の移行や肋の方向性が優れており、乳用性にあふれるチャンピオンにふさわしい牛だった」と講評。河村さんの息子の博文さんは「繋ぎ飼いで個体管理し、共進会に出す牛にはプラスでエサの量を細かく調整して体づくりをした。自信をもって出せる牛が出せたのでうれしい」と話しました。

同クラブの福岡聖治会長は「今年10月には北海道で第16回全日本ホルスタイン共進会が開かれ、県内酪農家をはじめ出雲農林高校も出品する予定だ。本日の共進会やさまざまな交流の場を通じて全日本ホルスタイン共進会への機運を高めていきたい」と話しました。



総合グランドチャンピオンに輝いた「リバービレッツジ サイドキツク プリティー」と河村博文さん（右）

各部の首席は次のとおり。

**未經産部門**

●カーフの部＝和田健敏（簸川地方乳牛改良研究会）

●第1部＝和田健敏（〃）

●第2部＝島根県畜産技術センター（島根県）

●第3部＝河村保志（簸川地方乳牛改良研究会）

**経産部門**

●第4部＝河村保志（〃）

●第5部＝河村保志（〃）





## 「1日も早く消費者のもとに」 たまごの生産再開へ



昨年10月に鳥インフルエンザが発生した有限会社旭養鶏舎は3月21日、当JAの石川寿樹組合長を訪れ、たまごの生産を再開したことを報告しました。

同社では鳥インフルエンザ発生を受けて約40万羽を殺処分。その後、鶏舎の洗浄・消毒を繰り返し行い、県や家畜保健所による検査、2月下旬のPCR検査を経てウイルスの完全消滅を確認したことで再開に踏み切りました。3月6日に若雌鶏2万羽、12日に初生雛4万羽を導入し、来年3月には以前よりも約5万羽多い45万羽を飼養する計画です。

また、衛生管理強化のため鶏舎の施設を改修し「二度と発生させない」という強い意識で生産にあたっています。

同社の竹下正幸会長は「鶏の殺処分に対する思い、消費者に対する感謝の気持ちを胸に役員・従業員の全員が早期再開に向け今日まで頑張ってきた。1日でも早く消費者の皆さんにたまごをお届けすることが私たちの使命だ」と言葉に力を込めました。



産み始めたばかりのたまごを石川組合長に手渡す竹下会長（左）

なお、JAグループ島根は2月下旬、これまで安心・安全な島根県産たまごを消費者に届け続けてきた同社を応援しようと役職員らで募った激励金250万円を贈りました。



## オレンジワイン第2弾 「橙雲 甲州 オランジュ」販売始まる！



株式会社島根ワイナリーは3月3日、オレンジワイン第2弾となる新商品「橙雲 甲州 オランジュ」を発売しました。

オレンジワインは白ワインのスッキリした味わいと赤ワインの渋みを持ち合わせ、どんな料理とも相性が良いのが特徴。同社は2年前に初となるオレンジワイン「出雲デラウェア オランジュ」を発売。アジア最大のワインコンクール「サクラアワード2025」で金賞を受賞するなど高い評価を受けています。

第2弾の「橙雲 甲州 オランジュ」は、県内で生産量の多い益田市産ブドウ「甲州」を100%使用し、赤ワインと同じ製法で醸造。フルーティーな香りとスッキリした甘みの爽やかな口当たりが楽しめるワインに仕上がりました。

同社製造課の倉橋直樹課長は「和食や肉料理とも相性が良いのでぜひ食事に合わせて味わっていただきたい」とPRしました。



新商品「橙雲 甲州 オランジュ」をPRする倉橋課長



## 令和6年産島根米求評懇談会を開催



JAしまねは2月27日、出雲市のラピタウェディングパレスで令和6年産島根米求評懇談会を開きました。関東から九州地区の主要取引先卸18社や島根県、JAなどから約60人が参加。取引先による令和6年産島根米の評価や令和7年産米の販売に向けた意見交換を行いました。

JA全農米穀部から全国の令和6年産米穀情勢について説明があった後、当JAから令和6年産島根米の生産・集荷状況や令和7年産に向け品種別作付目標、集荷対策、消費拡大対策などについて報告しました。

意見交換では、取引先卸から「集荷率を高め、希望数量をしっかりと出してほしい」「島根米は品質が安定しており高評価を得ている」「集荷率向上に向けできることがあれば協力したい」など意見・要望がありました。また、米を安定的に確保するため複数年契約の提案もありました。

当JAの日高光弘専務は「集荷率を向上させるため取引先卸の皆さんと一体となって取り組んでいきたい」と呼びかけました。



主催者を代表しあいさつする日高専務





（想いをひとつに🍀しまねの女性部！）



# 隠岐どうぜん女性部

JA女性組織3ヵ年計画

「JA女性 想いをひとつに かなえよう🍀」

つながろう🍀

まもろう🍀

かわらう🍀

の3つの具体的目標を掲げ活動します。

つながろう🍀

仲間と・地域と・他組織と・次代と



良い地域づくりに貢献していきたいと考えています。  
今後は新たな活動にも積極的に挑戦し、地域の活性化に努めていきます！



JAしまね隠岐どうぜん女性部は、現在62人で活動しています。また、海士町連合婦人会の会員としても活動に取り組んでいます。  
主な活動は、母の日の集い、産業文化祭でのお弁当の販売、海岸美化運動、健康教室、エコクッキングなどです。

これからも地域に広く目を向け、自分たちに出ることから楽しい活動を目指し頑張っていきたいと思えます。さらに、地域の方々と交流を大切に、助け合いの輪を広げながらより



一所懸命青年連盟



## 島根県農協青年組織協議会

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

委員 くらだ 黒田 慎さん



島根県農協青年組織協議会委員の黒田慎さん（36）は、地元の高校（普通科）を卒業後、他県で農業とは全く違う職業に就いていました。就農するにいたったのは、父親と一緒に農業をしていた叔父さんが亡くなり、父親から一緒に農業をしないかと誘われたことがきっかけでした。  
平成27年に就農し今年で9年目、有限会社黒田農場では斐川町直江を中心に耕作面積約70haで米・麦・大豆などを栽培しています。ドローンやトラクター・田植機に取り付けできる自動操舵を積極的に導入し、正確性や効率性に努めています。  
農青連には、就農後すぐに地元のJA職員から誘われて加入。黒田さんは「農青連の活動や交流を通じて、スマート農業の技術や情報を発信・共有し、島根の農業を盛り上げていきたい」と熱く語りました。





## 連作障害に注意

インゲンは中南米原産のつる性の野菜で、日本には17世紀に隠元禅師によって伝えられました。ベータカロテン、カリウム、ビタミンB群が豊富で、食物繊維もバランス良く含んでいます。比較的冷涼な気候を好み、生育適温は15～25度で、30度以上の高温と10度以下で生育が阻害されます。

### 【品種】

つるあり種とつるなし種があり、つるあり種は「いちず」（カネコ種苗）、「ケンタッキーワンダー」（各社）など、つるなし種は「ベストクロープキセラ」（雪印種苗）、「サクサク王子」（サカタのタネ）などがあります。

### 【畑の準備】

連作障害が出やすい野菜のため、1度栽培した後は同じ畑で3、4年間、他の野菜を作ります。種まき（植え付け）2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gをまいて耕しておきます。その後、つるあり種は畝幅120cm、つるなし種は90cmとし、施肥は1平方m当たり化成肥料（NPK各成分10%程度）200g、堆肥2kgを施用し、黒マルチを張ります（図1、2）。

### 【種まき】

つるあり種では条間60cm、株間40cm、つるなし種では条間45cm、株間30cmとし、3、4粒まいて本葉2、3枚で間引いて2本にします。発芽の頃の鳥害を避けるためにも不織布のべたがけをします。なお、育苗してから植え付けることもできます。この場合、9cmポリポットに4、5粒まいて初生葉（図3）が開いた頃に2本に間引き、本葉1、2枚のときに植え付けます。

### 【誘引】

つるあり種では支柱やネットを使ってお互いが絡み合わないようつるを誘引します（図4）。親づるは支柱の高さに届いたら摘心し、子づるは混み具合を見て摘心します。つるなし種では1m程度の棒を立てて倒伏を防ぎます。

### 【追肥】

草丈20cmの頃にマルチをめくって1平方m当たり化成肥料50gを施用し、株元に土寄せします。つるあり種では収穫始めにさらに同様に追肥をします。畑が乾燥すると花落ちや変形したさやが増えるため、灌水（かんすい）を行います。

### 【病害虫の防除】

つるなし種では防虫ネットでトンネル被覆をして害虫を回避します。葉縁が巻いたように縮む症状はアブラムシによる被害、葉の葉緑素が抜けて白くなる症状はハダニの被害なので、マラソン乳剤などの登録農薬で防除します。

### 【収穫】

開花後10～15日くらいで、子実の膨らみが目立たないうちの若いさを気温の低い朝に収穫します。

栽培カレンダー（サヤインゲン）

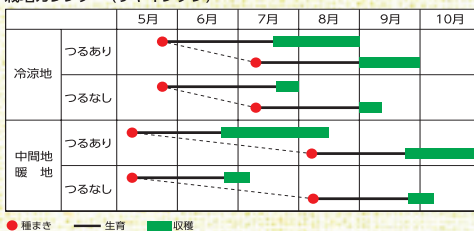


図1 畑の準備

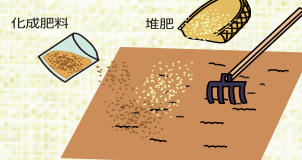


図2 畑の準備2

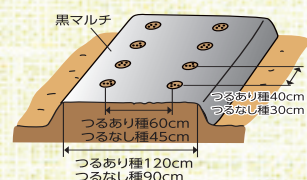


図3 葉の名称

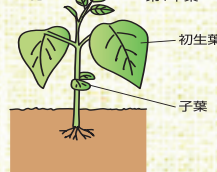
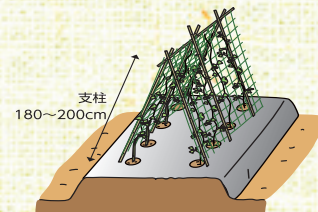


図4 支柱立て（つるあり種）



4月よりJAしまねホームページにて

「ベランダでも育てられる みんなのコンテナ栽培」の連載  
を開始いたします。ぜひご覧ください。今月は「葉ネギ（小ネギ）」!



## 理事会情報（2月28日開催）

- ①東・中部米集約倉庫の建設について
- ②令和6年度広域玉葱調製保管施設運営における収支見込み及び農業振興支援事業の予算枠超過の対応について
- ③自動車燃料事業会社化の今後の対応について
- ④信用事業方法書（為替取引）の一部改正について
- ⑤令和6年度末決算見込（第2次）について
- ⑥職制規程の一部改正について
- ⑦斐川地区本部 斐川西支店（仮称）の新設について

- ⑧大口貸出について
- ⑨組合と理事との取引（契約）の承認について（都度承認分）
- ⑩令和7年度における各種限度額について
- ⑪行方不明組合員等の脱退手続きに係る組合員資格の確認について
- ⑫令和7年度新規職員の採用方針について
- ⑬令和7年度内部監査計画について

## 理事会情報（3月28日開催）

- ①令和7年度県域品目販売手数料の設定について
- ②令和7年度「JAしまね農業振興支援事業要項・要領」について
- ③令和7年度補助事業の実施について
- ④令和5年度飼料用米の最終精算について
- ⑤令和7年度以降 島根米契約栽培取引への取組について
- ⑥島根米需要拡大事業の生産者拠出方法の変更について
- ⑦酪農家に対する「JAしまね独自支援」の継続について
- ⑧余裕金運用にかかる基本方針および令和7年度の年次運用方針について
- ⑨令和7年7月12日付 機構改革の実施について
- ⑩第4次中期経営計画および令和7年度事業計画について
- ⑪バーゼルⅢ最終化に伴う自己資本比率算出要領の改正について

- ⑫子会社等に関する各種協議・報告について
- ⑬令和7年度固定資産取得・処分計画について
- ⑭組合と理事との取引（契約）の承認について（都度承認分）
- ⑮令和7年度コンプライアンス・プログラムの設定について
- ⑯出資口数の減少（減口）の承認について
- ⑰行方不明組合員等の脱退手続きに係る組合員資格の確認について
- ⑱常勤理事の他の団体理事等への就任について
- ⑲令和7年度「JAしまね地域貢献活動」について
- ⑳令和7年度「JAしまね「家の光三誌」および「日本農業新聞」普及方針について
- ㉑育児・介護休業法の改正に伴う関連規程の一部改正について



# 隠岐地区本部は新築移転し新店舗にて 営業を開始しました！



隠岐地区本部が昨年7月から進めてきました隠岐地区本部新築移転工事が完了し、3月9日に同店舗において竣工神事及び竣工式を行いました。竹下克美常務や佐々木賢治本部長をはじめ、JA関係者、施工した(株)渡辺工務店や工事関係者など25名が出席し、建物の安泰と事業の繁栄を祈願しました。

続いて竣工式では、佐々木本部長が施主を代表して「この新店舗が、組合員並びに地域の皆さまに寄り添い、安心してご利用いただける施設となるよう努力して参ります」と挨拶し、一同完成を祝いました。

竣工式後には新店舗駐車場内において餅投げを行いました。大人から子供まで多くの皆さまにお越しいただき、盛大に行うことが出来ました。

また3月17日には、新店舗での営業開始に先立ち、関係者らによるオープニングのテープカットを行いました。新しくなった隠岐地区本部にて皆さまのご来店をお待ちしております。



## 隠岐地区本部新店舗事務所移転のお知らせ

〈新店舗営業開始日〉  
令和7年3月17日(月)

JAしまね 隠岐地区本部 移転先

〒685-0016 島根県隠岐郡隠岐の島町城北町681-3

企画総務部 TEL 08512-2-1131(代) FAX 08512-2-4320

営農経済部・営農課 TEL 08512-2-1133 FAX 08512-2-3717

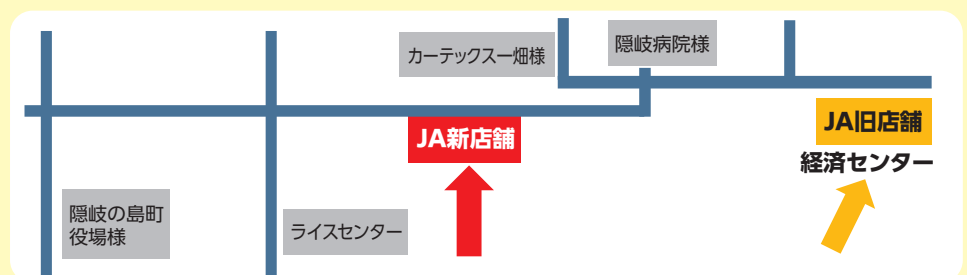
隠岐支店(金融・共済・渉外) TEL 08512-2-1132 FAX 08512-2-8101

※隠岐支店(金融・共済・渉外)のFAX番号が変更となりました。

〒685-0016 島根県隠岐郡隠岐の島町城北町151

営農経済部・経済センター TEL 08512-2-1133 FAX 08512-2-6529

※経済センターのFAX番号が新設となりました。





営農情報

子牛市場の状況について

3月11日(火)に開設された西郷家畜市場に於いて子牛117頭が上場されました。

平均価格が490,121円で前回11月市場より



平均価格が138,137円高値となりました。今回の市場は平均価格が大幅にUPいたしました。今後も予断を許さない状況に変わりはありませんので、引き続き購買者の方に安心して購買に来ていただけるように上場頭数を維持・向上していく必要があります。また、子牛の品質面においても①元気で発育良好な牛②余分な脂のついていない牛③肋張の良い牛④肢蹄のしっかりした牛を上場して購買者に好まれる市場となるよう努めていきます。

令和7年3月西郷家畜市場市況（子牛）

（単位：頭、円、kg）

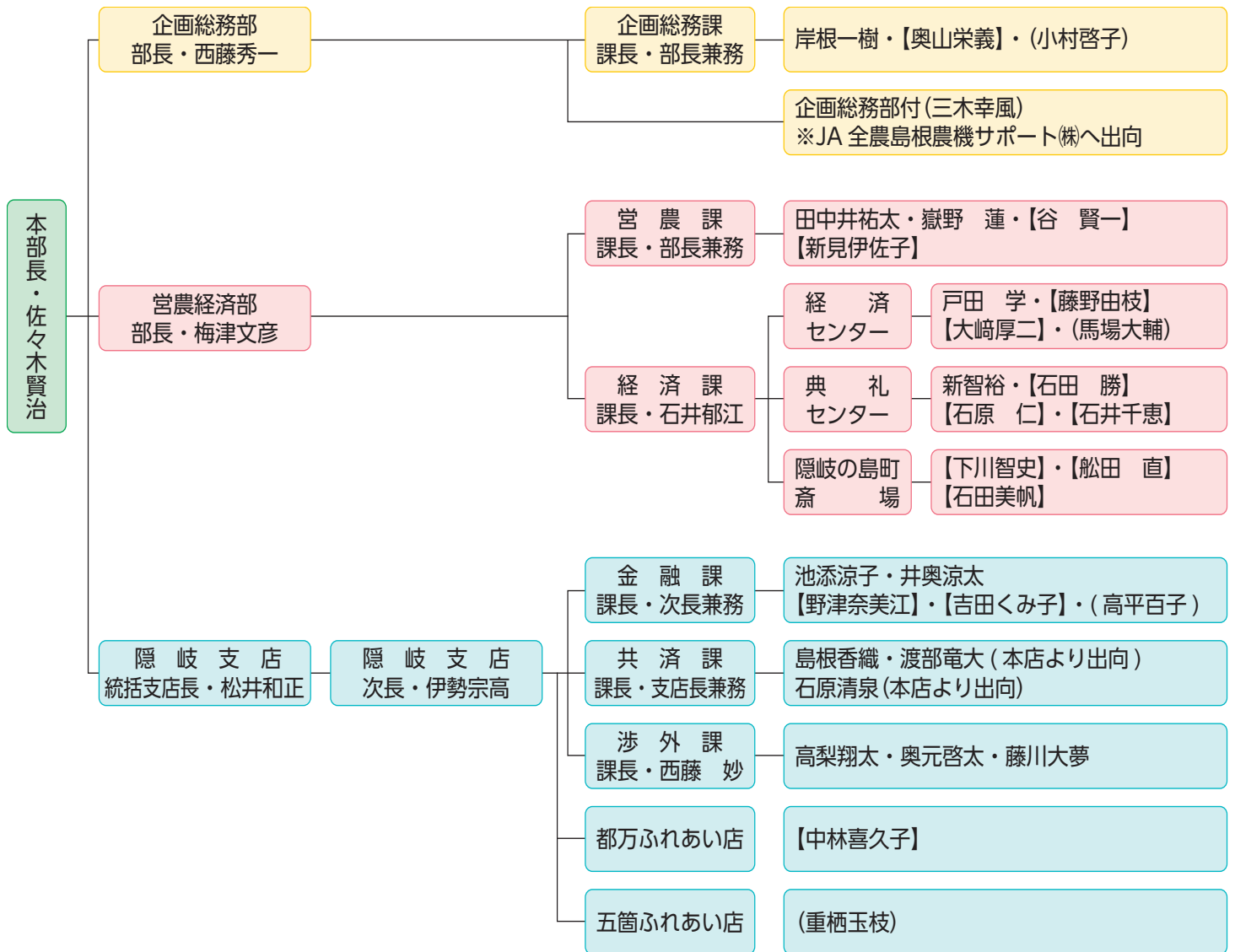
| 性別 | 入場頭数 | 取引頭数 | 1頭当価格   |         |         | 平均体重 | 平均日齢 | 前回比     | 前回      |
|----|------|------|---------|---------|---------|------|------|---------|---------|
|    |      |      | 最高      | 最低      | 平均      |      |      |         |         |
| ♀  | 46   | 46   | 548,900 | 202,400 | 450,378 | 223  | 240  | 136,583 | 313,795 |
| ♂  |      |      |         |         |         |      |      |         |         |
| 去勢 | 71   | 71   | 643,500 | 195,800 | 515,869 | 245  | 245  | 137,483 | 378,386 |
| 合計 | 117  | 117  | 643,500 | 195,800 | 490,121 | 236  | 242  | 138,137 | 351,984 |

※価格は税込みの価格となります。



# 島根県農業協同組合隠岐地区本部役職員配置図

令和7年3月1日



※ 【有期雇用職員】・(パート職員)

※ 職員数38人 正職員20人・有期雇用職員14人・パート職員4人  
※出向者含む

| 外部委託    | 委 託 者 |
|---------|-------|
| 原田給油所   | 山田眞次  |
| 大 久 店 舗 | 鳥井和江  |
| 布 施 店 舗 |       |





令和7年4月1日現在

JAしまね限定

キャンペーン期間 令和7年4月1日(火)～令和8年3月31日(火)

JAしまねの口座をお持ちの方へ

日頃の  
感謝をこめて

# 給与お受取キャンペーン

JAしまねを給与受取口座として新たに指定いただくと  
もれなく**6,000円をプレゼント!**

口座をお持ちの方で初めてJAしまねで5万円以上のお受取りが確認できた方が対象です。

【対象】個人の利用者でJAにお客様番号※を保有している既存利用者の方。(※お客様番号は、通帳の中面もしくはJAバンクアプリのメニュー画面で確認いただけます。)  
【特典にかかる留意事項】●特典はお一人様1回とします。また、全国のJAバンクで実施をする「JAバンクあなたのくらしに+JAプレゼント」の「給与」に関する特典の重複受取はできません。●特典を付与する際に口座解約された場合は特典対象外とします。●特典は一時所得と考えられ、確定申告が必要な場合があります。詳しくは税理士等の専門家にご相談の上ご確認ください。

手続きかんたん! JAしまね特典の申込は不要!



① 給与受取口座のご指定  
(給与振込依頼書のご提出)  
お勤め先で「給与振込依頼書」を  
お手続きください。

② JA口座へ給与が  
振込される  
給与のお受取実績は  
JAで確認いたします。

③ JA口座へ特典6,000円が  
振込される  
※初回給与振込から2ヵ月後を目途に給与  
受取口座へ6,000円お振込みいたします。

@よりぞう



JAバンクあなたの  
くらしに+JAプレゼント

JAしまねの口座をお持ちでない方はこちらがおトク!!

口座を開けて給与受取口座として  
ご指定いただくと  
**デジタルギフト(えらべるPay)  
6,000円相当プレゼント**

特典にかかる留意事項等はJAバンクHPまたは、  
専用チラシでご確認ください。口座をお持ちでな  
い方が対象です。



くわしくはこちら▼  
▲専用サイトは、令和7年4月1日から  
開設いたします

JAバンクアプリ プラスで

口座開設すると **さらに**  
**デジタルギフト(えらべるPay)  
1,000円相当プレゼント**



特典のお受取りには、専用サイトからのお申込が必要です。

※JAタウンまたはPayPayまたはamazon giftcard

お引出し・お預入れは便利な「JAのキャッシュカード」で

JAしまねで給与をお受取りいただくと、全国どこでもお引出しができて便利です。平日日中に無料で利用できる提携ATMがたくさんあります。

ATMご利用手数料一覧 (消費税込)

令和6年10月1日現在

| 金融機関名            | JA バンク     | 三菱<br>UFJ 銀行 | セブン銀行      | JF<br>マリンバンク | ゆうちょ銀行     | イーネット<br>ATM ※2※4 | ローソン<br>ATM ※3※4 | その他銀行・信金<br>等 (MICS 提携) |
|------------------|------------|--------------|------------|--------------|------------|-------------------|------------------|-------------------------|
| 無料 ATM 台数        | 約 10,700 台 | 約 7,000 台    | 約 26,200 台 | 約 600 台      | 約 32,000 台 | 約 12,400 台        | 約 13,500 台       | —                       |
| お取引内容            | 入出金        | 出 金          | 入出金        | 出 金          | 入出金        | 入出金               | 入出金              | 出 金                     |
| 平日※1 8:45～18:00  | 無 料        | 無 料          | 無 料        | 無 料          | 無 料        | 無 料               | 無 料              | 110 円 ※5                |
| 土曜日※1 9:00～14:00 | 無 料        | 110 円        | 無 料        | 無 料          | 110 円      | 無 料               | 無 料              | 220 円 ※5                |
| その他時間帯※1         | 無 料        | 110 円        | 110 円      | 無 料          | 110 円      | 110 円             | 110 円            | 220 円 ※5                |

上記は、JAしまねのキャッシュカードをご利用の場合です。祝日が土曜日と重なる場合は、日曜・祝日時間帯のご利用手数料となります。残高照会時間帯にかかわらず無料でご利用いただけます。  
※1：稼働時間はATMによって異なります。また、ATM稼働時間であってもJAしまねのキャッシュカードによるお取引ができない場合がございます。詳しくはお近くのJAまたはご利用ATMの掲示等でご確認ください。  
※2：イーネットATMはファミリーマート等のコンビニエンスストアに設置されています。※3：ローソンに設置されているローソン銀行ATM以外のATMはサービス内容が異なる場合があります。詳しくはご利用ATMの掲示等でご確認ください。  
※4：コンビニエンスストア等の一部の店舗においては、ATMが設置されていない場合、金融機関が直接ATMを設置している場合、他ATM運営会社のATMが設置されている場合があります。「イーネットATMマーク」「ローソン銀行ATMマーク」をご確認のうえ、ご利用ください。  
※5：ご利用の金融機関により、手数料が異なる場合がございます。詳しくはご利用ATMの掲示等でご確認ください。  
※6：改正利息制限法の施行に伴うCD・ATMご利用時の影響はJAしまねHPをご覧ください。

くわしくは、お近くのJAしまね窓口までお問合わせください





Check!

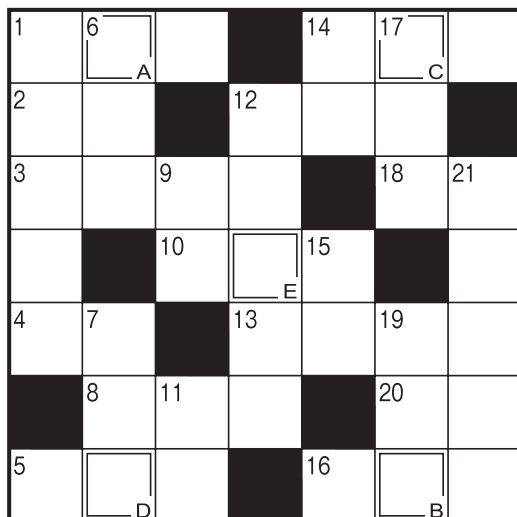
# クロスワードパズル

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 ひげそり前に顔に押し当てる人もいます
- ⑥ その泉は——的な空気に包まれていた
- ⑦ 日本には謙譲の——の精神があります
- ⑨ 周囲より小高くなっている土地のこと
- ⑪ 大きなビルが——のタケノコのごとく増えてきた
- ⑫ ひじをグッと曲げて出します
- ⑭ 雑穀の一つ。アワやキビと並んで知られています
- ⑮ ちらしやにぎりがありません
- ⑰ 大勢の人が床のあちこちで眠ること
- ⑲ 結んでお吸い物に入れることもある葉野菜
- ⑳ 5月の空を泳ぎます

## ヨコのカギ

- ① 端午の節句に——人形を飾った
- ② 鉛筆にもリングにもあるもの
- ③ 2018年ごろに大流行した——ミルクティー
- ④ 漢字などの読み方を示す小さな文字
- ⑤ 小学校で一番授業が多い科目
- ⑧ 福島県の——は浜通りと呼ばれます
- ⑩ カアカアと鳴きます
- ⑫ スロバキアと分離してできた国。首都はプラハ
- ⑬ フラダンサーの腰で揺れるもの
- ⑭ 初夏でも強く照りつけることがあります
- ⑯ 漢字では雲雀、日晴鳥などと書く鳥
- ⑱ 三毛、トラ、サバといえ
- ⑳ ギュッと押すと気持ちいい

## 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

〒685-0016 隠岐郡隠岐の島町城北町681番3  
JAしまね 隠岐地区本部 「クイズ」係  
2025年5月2日（金）（当日消印有効）

### ◆ 先月号の答え ◆

#### 「イースター」

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| ホ | タ | ル | イ | カ | エ |
| ク | ミ | ス | タ | ン | ブ |
| ウ | リ | ー | チ | リ |   |
| キ | ジ | ユ | ツ | マ | ル |
| イ | コ | ウ | ホ | ウ |   |
| レ | ハ | ル | ヤ | ス | ミ |

## 佳作

トランプ氏選びアメリカどこへ行く  
二重窓私の内緒浅らさない  
ありがどう素直に言えた今日も晴れ  
いつの間にか亡夫の年を越えていた  
君がいて朝の味噌汁具沢山

安来市 斎藤美重子様  
出雲市 佐野美和子様  
出雲市 多和田敬子様  
出雲市 渡辺 里枝様  
津和野町 田中とよし様

## 佳作

妻ながめ見えぬ自分の老いをみる

出雲市 榎井 伸幸様

春風とジャンプしているランドセル

出雲市 北村 功様

人生は信頼ありて生きられる

隠岐の島町 上川 晃一様

## 優秀賞

物価高自給自足にあこがれる

出雲市 西島 秀正様

## 最優秀賞

選句者 島根県川柳連盟会長  
竹治ちかし先生

川柳の広場

「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！



JAしまねよりは、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）5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。

がん共済

JAのがん共済が新しくなりました。

上皮内がんを含む  
さまざまな

“がん”や脳腫瘍  
の診断時や再発時、  
入院・手術・通院など  
幅広く保障します。



ライフイベントなどの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▲

※この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書（契約概要）」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には「重要事項説明書（注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

詳しくは、最寄りの支店へお問い合わせください。

25320320060



## JAしまね 令和8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8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7年5月7日（水）～5月30日（金）
  - 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2026よりエントリーのうえ、ご応募ください。
- ※採用情報など詳しくはJAしまねHP、マイナビ2026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  
JAしまね人事部人事課 担当：三上・梶谷・高尾  
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](mailto:jinji_saiyou@ja-shimane.gr.jp)

マイナビ  
2026マイナビで  
エントリー  
受付中

JAしまね限定

キャンペーン  
期間令和7年4月1日（火）～  
令和8年3月31日（火）

JAしまねの口座をお持ちの方へ

日頃の  
感謝を  
こめて

**年金お受取  
キャンペーン**

JALまねを年金受取口座として新たにご指定いただく  
と、もれなく**1,000円**を**プレゼント!**

【対象】個人の利用者がJAにお客様番号※を保有している既存利用者の方。  
（※お客様番号は、通帳の中間もしくはJAバンクアプリのメニュー画面で確認いただけます。）

【特典にかかる留意事項】●特典は一人様1回とします。また、全国のJAバンクで実施をする「JAバンクあなたのくらしに+JAプレゼント」の「年金」に関する特典の重複受取はできません。●特典を付与する際に口座解約された場合は特典対象外とします。●特典は一時所得と考えられ、確定申告が必要な場合があります。詳しくは税理士等の専門家にご相談の上ご確認ください。

JAしまね特典の申込みは手続きかんたん！

- ①年金受取口座をJA口座へご指定
- ②指定口座へ年金が振込まれる
- ③指定口座へ特典1,000円の振込み

※初回年金振込みから2ヵ月後を目途に年金受取口座へ1,000円お振込みいたします。

くわしくは、お近くのJA窓口までお問い合わせください。

シロアリ警報！  
床下無料調査実施中!!

取扱業者

JA全農基本契約業者「株児玉商会」特約施工店

（公社）日本しろあり対策協会正会員  
会員番号 島根県 002  
会員番号 島根県 002

株式会社 **コタマサイエンス**  
（本社）〒690-0048 島根県松江市西嫁島2丁目8-23  
<https://www.kodama-s.co.jp>

シロアリの予防・駆除は、確かな実績と安心のJAにご相談ください。  
床下の無料調査は、JAしまね取扱業者（株）コタマサイエンスが訪問いたします。



お問い合わせは、最寄のJA各支店へ。





## 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

## 春子しいたけでアワビの姿煮風

## 材料（4人分）

しいたけ…………… 6枚  
白ねぎ…………… 1本  
すりおろし生姜……………ひとかけ  
ごま油…………… 大さじ1  
中華だし顆粒…………… 小さじ1/4  
オイスターソース…………… 大さじ2  
みりん…………… 大さじ3  
しょうゆ…………… 大さじ1  
A 酒…………… 大さじ1  
酢…………… 小さじ1  
水…………… 100cc  
片栗粉…………… 大さじ1  
あすっこ…………… 1袋  
唐辛子（輪切り）……………お好みで

## 作り方

- ①しいたけは厚めに斜めスライス切り（1枚を3～4等分）にする。
- ②白ねぎは長さ7cmに切り、縦に切り目を入れて外側の白い部分をはぎとり、細千切りにして水にさらして白髪ねぎを作る。芯の部分は斜め1cmの長さのざく切りにする。
- ③あすっこは塩ゆでにして、色よくゆで、水にとって水気を絞る。
- ④フライパンにごま油とおろし生姜を入れて中火にかけ、温まったらしいたけを入れて油を全体に絡め、中華だしをふりかける。
- ⑤④に白ねぎの芯の部分を入れて軽く炒める。
- ⑥弱火にし、混ぜ合わせたAを回し入れ、かき混ぜながら、とろみがつくまで火を通す。
- ⑦皿に盛り、白髪ねぎをのせて、周りに塩ゆでしたあすっこを添える。
- ⑧お好みで唐辛子も添える。



## コメント

- ・しいたけの旬は春と秋。春は「春子」と呼ばれ、冬の厳しさに耐えて肉厚で柔らかく、旨味が増えています。
- ・しいたけを30分～1時間程度天日干しすると旨味も栄養価もアップします。

## アレンジ

- ・あすっこを青梗菜、レタス、スナップエンドウ、もやし、小松菜などに替えてもOK！
- ・しいたけをエリンギに替えても美味しくできます。
- ・ご飯の上にかけるとアワビの姿煮風しいたけ丼に早変わり！

## マヨネーズでパラパラ卵チャーハン

## 材料（2人分）

ご飯…………… 400g  
長ねぎ…………… 1/2本  
ハム…………… 4枚  
卵…………… 2個  
マヨネーズ…………… 大さじ2  
しょうゆ…………… 小さじ2  
塩こしょう……………少々  
乾燥パセリ……………適量

## 作り方

- ①長ねぎとハムはみじん切りにする。
- ②フライパンにマヨネーズを入れ、火にかけ、周りが溶けだしてきたら、ご飯を入れて、一粒ずつにコーティングするようほぐしながら炒める。
- ③①の具材を加え炒める。
- ④フライパンの端を空けて、溶き卵を加え、卵の縁が焼けてきたら全部を混ぜ合わせ、パラパラにする。（混ぜ過ぎるとご飯の粘りが出るので、一粒ずつ焼きつけるよう、時々返しながら炒める。）
- ⑤フライパンの中央を空けてしょうゆを注ぎ、焼けてきたら混ぜ合わせる。
- ⑥味をみてから、塩こしょうで味を調える。
- ⑦皿に盛り、パセリをかける。



## アレンジ

- ・ウインナー、ベーコン、ツナ缶、ちくわ、カニカマ、しらす、エビ、ピーマン、パプリカ、しいたけ、青しそなどいろいろな具材の組み合わせが楽しめます。
- ・大量に作る場合はホットプレートで作ると炒めやすいです。

JA 島根厚生連

## 健康散歩

## 春が来ました 心と体のバランスとれてますか？

春は、新たな始まりを感じさせる美しい季節ですが、同時に私たちの心と体に様々な変化をもたらす季節でもあります。気温や環境、日照時間の変化などが複雑に絡み合い、心身のバランスを崩しやすくなるのです。その対策として運動する、休息をとる、バランスのとれた食事が大切です。その中で今回は食事についてお話しします。

## 春にバランスのとれた食事をとる重要性

- ①**体調管理**：春は寒暖差が大きく、自律神経が乱れがちです。バランスの取れた食事は、自律神経を整え、体調を維持するのに役立ちます。
- ②**免疫力向上**：春は花粉症や風邪など、体調を崩しやすい要因が多い季節です。免疫力を高めるためにビタミンやミネラルを豊富に含む食事を心がけましょう。
- ③**気分の安定**：春は環境の変化によるストレスを感じやすい時期です。栄養バランスのとれた食事は、気分の安定にもつながります。

## 春にとりたい栄養素とおすすめの食材

- ①**ビタミンB群**：エネルギー代謝を高め疲労回復を助けます。

豚肉、レバー、玄米など

- ②**ビタミンC**：免疫力を高め、抗酸化作用があります。イチゴ、菜の花、ブロッコリーなど
- ③**ビタミンD**：免疫力向上や骨の健康維持に役立ちます。魚介類（鰯、鮭など）、きのこ類
- ④**食物繊維**：腸内環境を整え、便秘解消に役立ちます。旬の野菜、海藻類、きのこ類など
- ⑤**タンパク質**：体を作る上で重要な栄養素です。肉、魚、卵、大豆製品など

## 旬の野菜は栄養価が高く春の体調管理に最適です

ちなみに、春の野草には、冬の間に蓄積した毒素や老廃物を排泄して消化や血行、新陳代謝を促し、貧血や冷え症の予防になるものもあります。

春野菜：アスパラガス、タケノコ、新玉ねぎ

春の野草：よもぎ、つくし、タラの芽、こしあぶら など

春の食材を取り入れることで食卓を彩りながら、バランスのとれた食事で心身が健やかな毎日になるように過ごしましょう。



お詫びと訂正

広報誌JAしまねびより1月号「2025年も実(巳)を結ぶ1年になりますように!」におきまして、掲載内容に誤りがございました。心よりお詫び申し上げますとともに訂正させていただきます。

【誤】出雲市伊野町 正木原野さん  
【正】出雲市美野町 正木原野さん