

SNSで旬な情報を投稿しています



6月は
牛乳月間!

特集
知ってる?
牛乳の豆知識



国消国産
こくしょうこくさん

JALしまね 島根おおち地区本部版

みーつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers

松本 貴之さん
[西いわみ地区本部]

みーつけた

Shimane Farmers しまねのファーマーズ

まつもと たかゆき
松本 貴之さん(44歳)

今月は西いわみ地区本部。益田市飯田町でメロンの生産に取り組む松本貴之さんにお話を伺いました。



アムスメロンを手に笑顔を見せる松本さん

50年を超えて続くメロンの一大産地

益田市は鳥根県内最大のメロンの産地。県内産のアムスメロンの90%以上がこの地から出荷されています。同市の作り手たちのチャレンジが始まったのは1973年。JASしまね益田メロン部会副部会長兼技術部長を務める松本貴之さんは「私の祖父も当時メロン栽培に着手した一人。繊細な作物で大変手がかるため、あまり長くは続けられないだろうと思っていました」と語ります。

松本さんはメロン農家を継いで約20年。少しずつ

作付け面積を増やしなが、初夏に収穫するアムスメロンのハウスは40アール、夏・秋作のアールスメロンは25アールとなっています。就農して10年ほど経ったころ、農業の師でもあった父親が体調を崩し、その5年後に急逝。「うちのメロン栽培の中心は父で、私はサブ的な役割をしながら学んでいるところでした。そのため技術継承が不十分で、父がいなくなっただけからは失敗が続き、非常に困りました」と松本さんは当時を振り返ります。そんな時に助けてくれたのがメロン部会のみなさんでした。苗の育て方や水やりのコツなどを快く教えてくれたそうです。松本さんは「土地ごとに土の質や水はけが全く違うので、教えていただいたことをどのように自分の農地で活かすのか、試行錯誤が続きました。おかげさまで今ようやく質の良いメロンが作れるようになり、楽しくなってきたところですよ」と話しました。

暑さと闘い、 美しい網目と模様を育てる

春作のメロン栽培は真冬から始まります。1月下旬に種を蒔いて苗を育て、2月中旬から3月中旬にかけてハウスに植え付けます。4月に入り花が咲き始めるとミツバチをハウス内に放ち受粉を促進。ついた実は優良なものを1つの苗につき2つだけ残し



アールスメロンの花摘み

て摘果します。開花時期から25日ほど経つと実が太り、美しい網目模様になります。

ハウス内は高温多湿になり、まるでサウナのよう。実を大きく育てる時期の湿度はなんと90%以上。汗だくになりながら作業をします。

朝は高温多湿の環境にし、昼前から徐々にハウス内に風を通して実を乾燥させます。これを連日繰り返すことにより、メロンの肌に美しく細かい網目が広



ミツバチによって
受粉させます



網目模様が出てきたアムスメロン

「やるなら一番綺麗なメロンを作りたいんです」と松本さん。その努力が実り、昨年、毎年メロン部会で行う反収あたりの成績が最も優秀な生産者に贈られる優績者表彰で、部会初となる単年度における3部門（アムスメロン、夏作・秋作アールスメロン）全て受賞するという栄誉に輝きました。今年の出来を聞いてみると、「気温が急に上がり夜でも暖かく、雨も多い。昨年よりも網目が入りにくい年になりそうです。とはいえ妥協はしたくないので、できる限り綺麗なメロンを仕上げようと励んでいます」と話しました。

がつていきます。また、果肉も適度に柔らかくジューシーになり、濃厚な甘さになっていくそう。

新しい挑戦を続け、メロン産地を未来につなげる

20年かけ、高く評価される良質なメロンを作れるようになった松本さん。「農家としてはまだ若手と言われますが、これからは育成に力を入れたいです。50年続いた益田のメロンが100周年を目指して持続していくため、次の世代に技術を伝えなければいけません」と松本さんは話します。

明け方から日没後まで作業があり、ハウス内は暑く、湿度コントロールや実の状態の見極めなど繊細さも求められるのがメロン栽培。「メロンができれば大抵の作物はできる」といわれるほど難しい作物です。新規参入を促進するにはハードルを下げることも大切になってきます。松本さんは「少しでも負担が軽減できれば、若い人も挑戦しやすくなるはず。部会に参加している農家は20年前は120軒ぐらいありましたが、今は半分近くまで減りました。地域の農家が生き残っていくためには、新しい技術や機器を試し良いものをシェアしていくことも大切です」と話しました。



アプリによる自動給水システムを試験的に導入しているハウス



メロン産地を未来につなげるため新たな挑戦を続ける松本さん

があれば他の農家にも紹介したいと考えています。若い世代を育て、持続可能な農業の環境を整え、仲間と手を取り合って産地を支える。そんな志を胸に、益田のメロンを未来に繋げる取り組みをスタートさせています。

プチっと
情報!

松本家での楽しみ方

アムスメロンは切ってそのまま食べるのが一番おいしいのですが、松本家ではちょっと贅沢なメロンシェイクも楽しんでいます。冷凍した果肉と牛乳をミキサーで攪拌。益田市産のアムスメロンは味が濃厚なので、砂糖や蜂蜜なしで上品な甘さに仕上がるそうです😊✨

西いわみ地区本部管内では5月29日からアムスメロンの出荷が始まりました。初出荷の様子をYouTubeで配信中です!



6月は
牛乳月間

知ってる？ 牛乳の豆知識



現在、島根県内では65戸の酪農家が、皆さんに安全・安心な牛乳を届けるため日々奮闘しています🔥地元産の牛乳や乳製品を飲んで食べることが、そんな酪農家の皆さんを応援することに繋がります🌟今月は「牛乳月間」ということで、日常生活に取り入れたいかなるような牛乳の豆知識をちょっぴり紹介いたします！

そもそも牛乳にはこんな特徴が…！



牛乳は生命維持のため不可欠な三大栄養素である「たんぱく質」「脂質」「炭水化物」に加え、日本人の食生活に不足しがちなカルシウムなどの「ミネラル」や「ビタミンA」「ビタミンB₂」などを豊富に含んでいます。最近の調査によると、こんな効果もあることがわかっています。

高血圧を予防

メタボリックシンドロームのリスク低減

健康寿命が長くなる

骨や歯、筋肉の健康を保つ

食後の血糖値の上昇が緩やかな低GI食品

牛乳にまつわる豆知識 ①

筋肉づくりにぴったり

牛乳には筋肉をつくる上で重要なアミノ酸の豊富なたんぱく質が含まれるため、筋力の維持や向上など、身体づくりのサポートに最適！筋肉をつける上で効果的なのは、運動後にできるだけ早くたんぱく質をとること。牛乳のたんぱく質は大豆のたんぱく質と比べて、体内で筋肉をつくるスピードが上がりやすく、効果もより長く続きます。運動部で活動する子どもや日常的に運動をする方には「運動後の牛乳」がぴったりなのです！



牛乳にまつわる豆知識 ②

熱中症予防の強い味方

今年の夏も猛暑が予想される中、心配なのが熱中症🌡️暑さに強い身体をつくるためには、夏到来前の5～6月に「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる運動を1日15～30分間実施してみましょ。加えて、運動直後にたんぱく質と糖質を多く含む牛乳を摂取すると、体温調節のカギとなる血液量が増加して熱中症リスクを効果的に下げることができます！



牛乳にまつわる豆知識 ③

乳和食でおいしく減塩

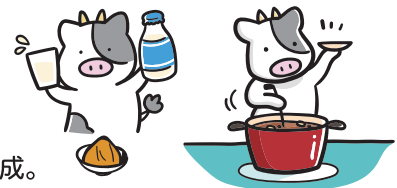
「乳和食」とは、味噌や醤油などの調味料に牛乳（成分無調整牛乳）を組み合わせることで、風味を損なわずに食塩やだしを減らしておいしく和食を食べてもらう調理法のこと。和食は米飯を主食に、主菜や副菜に魚介・野菜類を多く使い脂肪分も少ないことから健康的な食事と考えられていますが、食塩の摂取量が増えてしまう、カルシウムが不足しがちになるという側面もあります。そこを補うのが牛乳の持つ「カルシウム」と「旨味・コク」なのです！

たとえば… 「ミルクみそ」を使って減塩みそ汁

ステップ① いつも使う半分の分量の味噌を準備。

ステップ② 味噌と同量の牛乳を混ぜ合わせた「ミルクみそ」を作る。

ステップ③ 具材を煮立て、火を止めてからミルクみそを最後に入れて完成。



※一般社団法人「ミルク」ウェブサイトより



などなど、牛乳を飲む・使うことで身体に良いことがたくさんあります🌟ぜひこの機会に取り入れてみてはいかがでしょうか😊🌟

J Aしまねの石川寿樹組合長ら本店常勤理事は、J A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。



現場の声を
もっと聞きたい

組合長が行く!



今回の
訪問先

- J Aしまねやすぎ地区本部管内
- 株式会社LPCベジタリアファーム
- 農事組合法人のきの郷
- 農事組合法人福の郷下山佐
- 池田佳奈さん



巡回の様子を収めた
動画はコチラから

株 株式会社LPCベジタリアファームは、平成29年に株式会社農の郷として設立。現在はイチゴ30aとミニトマト15aを栽培し、観光農園も展開しています。同社総務課の遠藤隆宏課長とは、今後イチゴ栽培を90aまで拡大することや規模拡大に伴う体制整備、栽培品種などについて意見を交わしました。遠藤課長は「イチゴ狩りの年間来場者1万8000人を目標に取り組み、安来市の交流人口を増やしていきたい」と今後の展望を話しました。

農 農事組合法人のきの郷は、平成25年に前身の営農組合を法人化し、水稲や飼料用米、大豆、イチゴ、ブドウなどを栽培。また、県立農林大学の研修生受け入れなど担い手育成にも積極的に取り組まれています。同法人の河津一行組合長は「米の仮単価が分かるのが夏頃のため、費用の見通しが立たず不安がある」と米価支払いの仕組みについて要望された他、J Aしまね経営コンサルティング事業で明確になった課題解決に向けての取り組み、将来を見据えた人づくりなどについてお話をいただきました。

農 農事組合法人福の郷下山佐は、令和3年に設立。安



きの郷のイチゴハウスで河津組合長（前列左から3番目）と石川組合長（前列左から4番目）ら



遠藤課長から栽培する「紅ほっぺ」「よつぼし」「かおり野」の特徴について説明いただきました



池田さんが栽培するイチゴとイチゴサンド

池 田佳奈さんは、大阪からターナーし令和2年に就農。現在はハウス3棟でイチゴ「紅ほっぺ」「章姫」を栽培しています。「栽培したイチゴがお客様の口に入る最終段階まで見届けたい」という思いからカフェ「苺やkiritto」も運営。池田さんにはハウスを案内いただきながら、



池田さん（前列左から3番目）が経営するカフェ「苺やkiritto」の前で石川組合長（前列左から2番目）ら



福の郷下山佐のタマネギ圃場で池田組合長（前列左から4番目）と石川組合長（前列左から3番目）ら

内いただきながら、ターナー就農した経緯や当JA担い手支援センターでの農業研修、来年に向けてハウスを2棟増設することなどをお話いただきました。

組合長から一言



今回は、やすぎ地区本部管内の株式会社LPCベジタリアファーム（宙づり式ベッド施設によるイチゴ栽培）、2回目の訪問となった農事組合法人のきの郷（水稲を中心にブドウやイチゴなどを栽培）、農事組合法人福の郷下山佐、池田佳奈さん（イチゴ栽培と加工、カフェ「苺やkiritto」運営）を訪問した。このうち、農事組合法人福の郷下山佐について触れてみたい。池田義夫組合長によると、同法人は令和3年に設立され、圃場整備事業により約13ヘクタールを集積。現在、水稲を中心に飼料用米やタマネギを栽培されている。特にタマネギについては40アールで栽培し、定植や収穫に当JAが貸し出している機械を利用しているとのこと。また、当JAに対する要望としては、法人の経営指導をさらに強化してほしいとのことであった。

組合長より一言
河鹿鳴く
山佐の郷を
去りがたし





topics
1

島根県農協青年組織協議会が第70回通常総会を開催



あいさつをする古川会長

島根県農協青年組織協議会は4月25日、出雲市のJAしまね出雲地区本部で第70回通常総会を開きました。来賓や部員ら54人が参加し、2023年度活動報告・収支決算や2024年度基本方針・活動計画など全4議案を承認しました。

2024年度は、ポリシーブック（政策集）を活用した要請活動や各組織純増1人を目標に、JA新規採用職員研修、島根県立農林大学の講師対応による加入促進、青年組織の意見反映を目指したJA役員との意見交換の充実などに取り組むことを確認しました。また、創立70周年を節目に、記念事業の実行委員会を設置し準備を進めています。

同協議会の古川敬会長は「農業や農政にとって大変厳しい時代となった。まだまだ各地の問題や課題がたくさんあると思うが、本年度も引き続き、県青協の活動に一生懸命取り組んでいく」と意気込みました。

topics
2

JAしまね女性部が第7回通常総会を開催



開会のあいさつをする高橋部長

JAしまね女性部は4月26日、出雲市のラピタウェディングパレスで第7回通常総会を開きました。2023年度活動報告や収支決算、2024年度活動計画などの全4議案を承認しました。

2024年度はJA女性組織3カ年計画「JA女性 想いをひとつにかなえよう🍀」の実践最終年度。総会ではより一層、女性部一丸となって活動することを確認しました。

新たな取り組みとして、世代や地域を超え県内女性部同士のつながりを強化することを目的にフレッシュミズ部会との合同イベントを企画。また、子ども食堂やフードバンクなどへ寄贈する「米一握り運動」やJA役員との意見交換会を通じたJA運営参加、国消国産に関する学習も継続し取り組みます。

当JA女性部の高橋美佐子部長は「JAとともに地域に必要とされる存在になるよう私たちにできる取り組みを継続し、食と農や地域活

性化、仲間づくりの活動を進めていきましょう」と呼びかけました。

総会後は、当JAいわみ中央女性部の宮本美保子さんが「次世代に伝えたい干し大根」と題し女性組織活動を発表。また、NPO法人フードバンクしまねあったか元気便から大木理之事務局長を講師に迎え、同法人の取り組みや県内に支援を必要とする子どもが多くいることなどを聴きました。

topics
3

「島根たまねぎ」出荷始まる！



JAしまねは5月18日、出雲市斐川町の当JA広域玉葱調製保管施設で「島根たまねぎ」の出荷を始めました。初日は「七宝早生7号」約10トンを選果。本年産は出荷量2200トン进行し、9月上旬頃まで出荷が続きます。



タマネギを選果するスタッフら

初出荷の様子を
Youtubeで配信中!



本年産は9地区本部で約50ヘクタールで栽培し、6月中旬頃から出荷ピークを迎える予定です。当JAの担当者は「資材が高騰しているため、再生産価格を意識した販売をしていきたい」と話しました。

タマネギの県産地産地化を目指す当JAは、主産地の同町に県内全域のタマネギ調製保管拠点として令和4年度に同施設を建設。当JAが品質維持・出荷調製を請け負い生産者の作業負担減や各市場へ安定的に出荷することで有利販売にもつなげていきます。



想いをひとつに✿ しまねの女性部!

JA女性組織3か年計画

「JA女性 想いをひとつに かなえよう✿」の実践3年目です。

島根おおち女性部

つながろう✿

まもろう✿

かかわろう✿

の3つの具体的目標を掲げ活動します。



JAしまね島根おおち女性部は、「食」と「農」を基軸とした食農教育活動や国産産活動、地域活動に積極的に取り組んでいます。

島根おおち女性部が営農活動として取り組む「ケイトウ栽培」は

13年目を迎えました。4月に開催された2024年度ケイトウ種まき講習会では、実際に種まきを行い、細かな作業に部員らは「種まきも大分上手になった」など今年度の栽培に向けて希望に満ちた会話が弾みました。島根おおち地区本部の「ケイトウ」はお盆や彼岸に非常に需要が高く、今年度はさらなる増産を目指し、広島県を中心に、島根県内や岡山県の市場に出荷する予定です。

さらに、今年度は島根おおち青年連盟と協力し、新たに「有機的かぼちゃの栽培」に取り組みます。4月に定植5月下旬には受粉作業などを行い、収穫時には管内の保育園児を招いて収穫交流会を予定しています。

地域とつながり、部員同士、青年連盟、役職員との絆を大切に、今後女性部ならではの「楽しく、笑顔が輝く活動」に取り組みたいと思います。



一所懸命青年連盟

JAしまねくにびき青年連盟

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

ひろえ 廣江

だいすけ 大介さん



Instagramはここから!



JAしまねくにびき青年連盟(以下、農青連)の廣江大介さん(40)は、松江市竹矢町で「岡崎おうはん」という品種の採卵鶏400羽を飼育する養鶏農家です。母親が体調を崩したことをきっかけに「体に良いもの、おいしいものを食べさせてあげたい」という思いから平飼い養鶏に着目。広島県で1年間研修し、令和5年に就農しました。研修先で学んだ、本来廃棄される野菜くずやビールの搾りかすなどをエサとして利用し、鶏糞を栽培農家に利用してもらおう社会循環型農業を実践。黄身の色調整添加物を使っていないため、自然な色合いの「レモンイエロー」の黄身が卵の特徴です。また、鶏本来の行動をとれるような飼育環境を作ること、与えるストレスを軽減し、薬に頼らなくても済む健康な鶏に育ちます。廣江さんはSNSで積極的に情報発信を行っており、「消費者と直接会ってお話する機会が少ないので、SNSでコメントをいただくと嬉しく、今後の励みとなる」と話します。他にも市内の子ども食堂に毎月卵を提供するなど、地域貢献活動にも積極的に取り組んでいます。農青連には就農とほぼ同時に加入。農青連活動に積極的に参加し、交流の輪を広げています。廣江さんは「農青連を通じてさまざまなイベントを企画して消費者へ農畜産物をPRし、生産者とJAが一体となってこの地域を盛り上げていきたい」と今後の抱負を語りました。



令和6年産



「島根県飼料用米多収コンテスト」を開催します



飼料用米生産農家の生産技術の向上による増収を図り、以て需要に応えるため、島根県内で「飼料用米多収コンテスト」を実施します。

参加資格

- 飼料用米生産面積が50a程度あること。
- 飼料用米の単収が地域平均より高いことが見込まれること。
- 区分管理方式を行い面積と出荷数量が確認できること。

表彰区分

- 表彰区分に次の2部門を設けます。
1. みほひかりの部
 2. みほひかり以外の多収（専用）品種の部



褒章

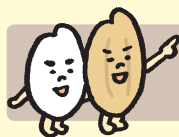
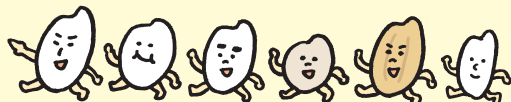
- 島根県知事賞
- 島根県農業協同組合 代表理事組合長賞
- 島根県養鶏協会会長賞

開催スケジュール

- 参加募集 令和6年8月1日～9月30日
- 収量の報告締切 令和6年12月末日
- 審査時期 令和7年1月中旬
- 表彰式 令和7年2月上旬（予定）

応募先及びお問い合わせ窓口

最寄りの地区本部
米穀担当部署へ御相談ください。



【主催】 島根県飼料用米推進協議会（事務局：JAしまね営農対策部営農企画課）
 【後援】 島根県養鶏協会 （公財）島根県畜産振興協会 JA全農くみあい飼料（株）

理事会情報（5月2日開催）

【協議事項】

- ① 令和6年度補助事業の実施と固定資産の取得について
- ② 令和6年度県域担い手サポート事業に係る活動計画について
- ③ 令和6年産島根米 生産・集荷・販売方針について
- ④ 令和5年度島根米需要拡大事業取組み実績ならびに令和6年度の取組み計画について
- ⑤ 目的積立金の取崩について
- ⑥ 令和5年度決算について
- ⑦ 令和5年度決算にかかる剰余金処分について
- ⑧ 固定資産取得計画 くにびき地区本部 東出雲支店の移転新築について
- ⑨ 情報セキュリティ基本規程の一部改正について
- ⑩ 自己改革工程表の策定について
- ⑪ 常勤理事の他の団体理事等への就任について
- ⑫ Iターン新規採用者支援要項の制定について
- ⑬ 島根県常例検査書（本店）の回答について

理事会情報（5月30日開催）

【協議事項】

- ① 令和6年度補助事業の実施について
- ② 令和5年産島根米買取価格の設定について
- ③ 自動車燃料事業会社化について
- ④ 振込手数料の改定について
- ⑤ JA住宅ローン変動金利型にかかる融資取扱手数料の導入について
- ⑥ 共済規程の一部変更について
- ⑦ 西いわみ地区本部 新営農センター構想 土地区画整備事業に伴う移転先の決定について
- ⑧ 農林中央金庫に対する後配出資の増資について
- ⑨ 令和5年度決算の承認について
- ⑩ 令和5年度決算を踏まえた財務調整の取扱いについて
- ⑪ 通常総代会にかかる「総会参考書類」および「議決権行使書」の取り扱いについて
- ⑫ 総代定数の見直しについて
- ⑬ 常勤理事の他の団体理事等への就任について
- ⑭ 令和6年度指導事業に要する経費の賦課及び徴収の方法の決定について
- ⑮ 役員報酬総額等の設定について

農薬使用者の皆さんへ

JＡしまね管内において、農薬の誤使用が確認されております。気温の上昇とともに、農薬を使用する機会が多くなる時期になっておりますので、農薬の安全かつ適正な使用方法、使用中の事故防止、環境に配慮した農薬の使用等について、今一度確認し農薬を使用してください。

《重要》

○農薬を使用する時は必ず農薬ラベルを確認し、
適用範囲内で使用しましょう。

ラベルを確かめよう！



- ✓ 適用作物：記載以外の作物には使用できない
別名、グループ名の確認
- ✓ 使用時期：移植前、収穫〇日前まで、など
- ✓ 使用回数：本剤の回数、有効成分毎の総使用回数（種苗期使用を含む）

(適用表イメージ)

●対象作物 使用できる作物名		●適用病害虫 防除できる病害虫、雑草名		●散布濃度・量 希釈倍数と散布量	
【適用害虫と使い方】					
作物名	適用害虫名	希釈倍数	10アール当り 散布液量	使用時期	総使用回数
〇〇〇	アブラムシ類 ハダニ類	1,000倍 1,000~1,500倍	200~300ℓ	7日	3回
【使い方】 散布					
<p>⚠【効果薬害等の注意】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●水産動植物に対して影響があるので注意する。 ●〇〇〇剤との10日以内の近接散布はしない。 <p>⚠【安全使用上の注意】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●蚕、ミツバチに対して影響があるので注意する。 ●散布の際は、農薬用マスク、手袋などを着用する。 					
●使用上の注意 薬害や魚毒性など		●使用時期 使用可能な収穫前日数 (この例では 7日前まで可能)		●総使用回数 同一成分を含む剤の総使用回数。 有効成分・作物毎に総使用回数が 決まっています。注意が必要です。	

※農薬散布は、風が強い時を避け、風向きに注意し、飛散(ドリフト)を防止しましょう。

ここに
注目!

島根県では、「安全な島根の農林水産物を消費者に送り届ける」ことを目的に、美味しまねゴールド(県の定めたGAP=農業生産工程管理)の認証取得を推進しております。JＡしまねも、引き続き美味しまね認証の取得を支援しております!!!

「島根おおちぶどう部会」が設立

5月
20

邑南町役場において同町でぶどうの栽培に取り組む生産者と、島根県西部農林水産振興センター・邑智農業部、邑南町ならびに島根おおち地区本部の関係者が集まり「島根おおちぶどう部会」の設立総会が開催されました。

同部会は、同町におけるぶどう生産の拡大とブランドの確立を図り、所得の向上を目指すことを目的に、農業法人4組織、新規認定就農者7名、既存生産者3名で結成され、部長には栽培経験が豊富な有限会社はらやま代表の三田誠氏が選ばれました。

部会員の栽培面積は476a。この内、令和2年度から同町で取り組みを進める「島根県オリジナルぶどう神紅」は300aを占め、本年度から本格的な出荷がスタートします。今後は、部会員相互の親睦と連携の強化、栽培技術の向上、出荷規格の統一、消費宣伝などに取り組み、所得の増大を目指します。

服部幸信本部長は「構成する生産者の皆さん自らが、生産計画・出荷規格・出荷検査のための目合わせなどを実施することで、自主・自立した生産部会を目指し、産地として誇りを持ち振興できる体制作りを、関係機関とともに支援したい」と設立の主旨を語り、三田部会長は「県内には先輩産地・部会があり、情報交換をしながら島根ぶどう神紅をブランド化し、部会員の所得向上につなげる活動をしていきたい」と意気込みを語られました。



設立総会時の集合写真 部会員（生産者）と関係機関でガッツポーズ

ふれあい水田 「田植え交流会」

5月
18

島根おおちハーブ米生産部会と島根おおち地区本部は、生活協同組合ひろしまから消費者など関係者約90名を招き、邑南町矢上にある「JAふれあい水田」で田植え交流会を開催しました。この活動は、特別栽培米「石見高原ハーブ米」の需要拡大を図ることを目的とし、一年を通して米作りの苦労や喜び、食べ物の大切さを生産者から直接学ぶ取り組みとして開催しています。田植えや田んぼの生き物調査などを体験し、特別栽培がエコフレンドリーな方法であることを実感してもらい生産者と交流を深めます。

服部幸信本部長は「今回で29回目の歴史がある交流会です。熱中症に気を付けて皆で協力して植えていきましょう」と話し、参加者は島根県西部農林水産振興センター・邑智農業部から田植えの方法を教わると田んぼの中へ入り、張られたロープを目印に、一步一步慎重に、泥だらけになりながら苗を植え付けました。参加した子どもは「足が抜けなくて難しかった」「生き物がいっぱいいて楽しかった」などと、弾ける笑顔を見せました。ハーブ米生産部会の三浦秀樹会長は「88の手間が掛かっていることから、米という字になっています。秋の収穫まで頑張りますよ」と声援を送りました。

今年も青空の下、JAふれあい水田に賑やかな笑い声が溢れました。次回は、草取り交流会を開催予定です。



田植えを終えて笑顔がいっぱい



横に並んで一斉に！！



あいさつする服部本部長

J A 共済自転車交通安全教室 「ルールを守れば、ルールがあなたを守ってくれる」

J A 共済連と島根おちち地区本部は、島根県川本警察署の協力のもと、プロスタントマンによる交通事故の再現スタントを取り入れた、自転車交通安全教室を川本町立川本中学校で開催しました。

危険な自転車走行に伴う事故や見通しの悪い道、大型トラックの内輪差による事故の再現スタントを同校生徒54名が見学しました。再現した事故事例に対して、未然に事故を防止するための正しい行動を学び、交通安全意識の向上と交通ルールの順守を呼びかけました。参加した生徒は「自転車通学のため、車や歩行者、標識に気を付け、事故に遭わないようにしたい」と話しました。

同校は、島根県警より「交通マナーアップモデル校・鍵かけ運動推進モデル校」に任命され、川本警察署の岩垣善保署長は「キラリ推進隊の活動を通して、川本町の交通マナーアップに繋がるよう大いに期待しています」と委嘱状を贈呈。島根おちち地区本部の服部幸信本部長は「今日からルールを守って事故に遭わないことを約束してほしいと思います」と話し、交通事故防止に役立ててもらおうと夜光反射材を寄贈しました。



自転車による事故の再現スタント



生徒が正しい交通ルールを実践



夜光反射材を寄贈
服部本部長(左) 石田和範校長(右)

J A 共済の
地域貢献活動

5月
7

ゆとり倶楽部開講式・ 「タネなっぴー」を育てよう!!

若葉のまぶしい季節、今年もシニア世代を対象とした「ゆとり倶楽部」を開講しました。この活動は「健康長寿100歳プロジェクト」の一環で、仲間作りや生きがいのもてる趣味、活動の場を提供することを目的に開講しています。

開講式では島根おちち地区本部の森田武吉統括部長の挨拶があり、受講生・聴講生26名が紹介されました。

開講式後の第一回講座「プランターで野菜栽培」では、営農企画課の横宮隆幸課長とピーマン界のヒーロー、ピーマン次郎

(指導販売課 前田晃弘指導員)が講師を務め、種無しピーマン「タネなっぴー(タネーラ)」という品種を教材に、プランターでの栽培について学びました。品種の特徴、植え付け、水管理、また日当たりとピーマンに最適な栽培環境、病害虫対策などの栽培ポイントの説明を受けました。ピーマン次郎による植え付けの実演がありました。ユーモアを交えた楽しい講義で、受講者からはたくさん質問があり、活気に溢れた講義となりました。受講生は「種がないピーマンが楽しみ」「種有ピーマンとどう違うのだろう」などと笑顔で話していました。



5月
15



水 稲

【水管理について…7月～8月】

(1) 幼穂形成期～穂揃期…根の活力を保つ!!

稲の一生で最も水の必要な時期になります。根ぐされや下葉の枯れ上がりを防ぐため、こまめな間断灌水を行いましょう。

(2) 穂揃期～登熟期…水田の夜間温度を下げる努力を!!

出穂後20日間は米の肥大が旺盛な時期なので、**土壌水分が不足しないよう間断灌水を行い、根の活力を保つために常時の灌水は避けてください。**また、夜間に高温が続く場合は心白粒対策のため、夜間の用水のかけ流しを行ってください。

(3) 落水…早期落水をしない!!

早期落水は玄米の充実不足や、未熟粒、死米を増加させます。また、胴割れ粒や過乾燥の原因となり品質を低下させるため、**落水は穂揃い後25日頃（熟れ色の着き始め）を目安にしてください。**

【病害虫防除…穂いもち、紋枯病、カメムシ、ウンカ】

○穂いもち防除

	薬剤名	10a当り薬剤量	使用上の注意
粉剤	ブラシン粉剤DL	3～4kg	穂ばらみ期～穂揃期 収穫7日前まで
液剤	ブラシフロアブル	1,000倍（薬剤150cc/水150ℓ）	穂ばらみ期～穂揃期 収穫7日前まで

○紋枯病防除

	薬剤名	10a当り薬剤量	使用上の注意
粉剤	バリダシン粉剤DL	3～4kg	穂ばらみ期～出穂期 収穫14日前まで
粒剤	モンガリット粒剤	3～4kg	出穂2～3週間前に湛水状態で使用 収穫30日前まで
液剤	バリダシン液剤5	1,000倍（薬剤150cc/水150ℓ）	穂ばらみ期～出穂期 収穫14日前まで

○稲こうじ防除

	薬剤名	10a当り薬剤量	使用上の注意
粉剤	Zボルドー粉剤DL	3～4kg	出穂20～10日前に散布 出穂10日前まで
粉剤	モンガリット粒剤	3～4kg	出穂2～3週間前に灌水状態で使用 収穫45日前まで
液剤	ドイツボルドー A	2,000倍（薬剤 75cc/水150ℓ）	出穂20～10日前に散布 出穂10日前まで

○カメムシ防除（基本防除）

		薬剤名	10a当り薬剤量	使用上の注意
粉剤	1回目	ビームトレボン粉剤5DL （穂首いもち同時防除）	4kg	穂揃期を中心 収穫7日前まで
	2回目	スタークル粉剤DL （エクシード粉剤DL）	3kg	1回目散布後10日後 収穫7日前まで

○カメムシ防除（液剤防除）

		薬剤名	通常散布	無人航空機による散布	使用上の注意
液剤	1回目	ビームエイトトレボンゾル （穂首いもち同時防除）	650倍（薬剤230cc/水150ℓ）	5倍（800ml）	穂揃期を中心 収穫14日前まで
	2回目	スタークル液剤10 エクシードフロアブル	1,000倍（薬剤150cc/水150ℓ） 2,000倍（薬剤 75cc/水150ℓ）	8倍（800ml） 16倍（800ml）	1回目散布後10日後 収穫7日前まで

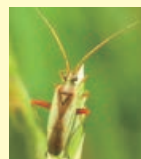
○フタオビコヤガ（イネアオムシ）・ウンカ・ツマグロヨコバイ防除

	薬剤名	10a当り薬剤量	使用上の注意
粉剤	スタークル粉剤DL	3kg	発生時随時防除 収穫7日前まで

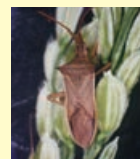
※ハーブ米及びつや姫生産者の方は使用できる薬剤が限られますので、防除にあたっては稲作ごよみ又は、各事業所へご確認ください。

○斑点米の原因となるカメムシ類と葉を食害するフタオビコヤガ

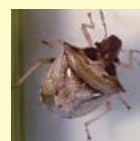
カメムシ類は、水田周辺の雑草で増殖し、稲穂が出るのと穂に集まり実を吸汁し、斑点米を発生させます。フタオビコヤガは幼虫が葉を食害し、葉にカスリ状の食痕が見られ、多発すると葉が食いつくされて中央の葉脈だけが残ります。



アカスジカスミカメ



ホソハリカメムシ



トゲシロホシカメムシ



フタオビコヤガ
(イネアオムシ)

○農薬散布については、使用時期、使用方法を守り、予防的防除を心がけましょう。詳しくは、営農指導員へご相談ください。また、右記二次元コードからJAしまね島根おおちのホームページからでも確認ができます。





重点品目野菜について病害虫の予防徹底を図りましょう！

☆白ねぎ☆

予防の時期	対象病害虫	農薬名	散布量	使用時期・回数
7月上旬 土寄せ前	ネギハモグリバエ・ネギアザミウマ	ダントツ粒剤 ※2回目の使用	3～6kg/10a	収穫3日前まで 4回以内
	ネダニ類		6kg/10a	
	軟腐病	オリゼメート粒剤 ※2回目の使用	6kg/10a	収穫30日前まで 2回以内
	白絹病・さび病・べと病	ユニフォーム粒剤	9kg/10a	収穫45日前まで 1回以内

※ユニフォーム粒剤使用の場合、同じ成分のためアミスター20フロアブルの使用回数4回⇒3回

※梅雨での根痛みの回復に努めるため「ホスプラス」1,000倍液を散布してください。

！注意！ 土寄せは気温が下がっている朝に行ってください。

！注意！ 7月中旬からの最高気温が30℃を超えるような時期に土寄せはしないでください！（軟腐対策）

（雑草対策）

7月上旬の土寄せ後、高温時は、土をなるべくかまいたくありません。（軟腐対策）よって除草剤を使用して雑草発生を抑えてください。しかし、ねぎの周りの草が生い茂ると軟腐病や害虫の発生が多くなります。草が小さいうちにねぎの根を傷めないように草刈りを行ってください

予防の時期	除草種類	農薬名	希釈倍率／散布量／使用回数
7月上旬 土寄せ後	一年生雑草 雑草発芽前	トレファンサイド乳剤	10a当たり薬剤 200～300ml/水100ℓ 収穫30日前まで 2回以内 ※土寄せ後等、草が無い状態で使用

！使用のポイント！ 土壌に湿り気がある時の散布が効果的です。乾燥圃場では効果が薄いです。

☆ナス☆

予防の時期	対象病害虫	農薬名	希釈倍率	使用時期・回数	混用可能
6月下旬～ 7月上旬	ハダニ類・ヨトウムシ・アザミウマ類	コテツフロアブル 劇物	2,000倍	収穫前日まで 4回以内	
	褐色腐敗病・すすかび病	プロポーズ顆粒 水和剤	1,000倍	収穫前日まで 4回以内	

※葉色が悪い時は「トミー液肥」300倍を混用してください。

※花が落ちる場合は「ホスプラス」1,000倍液を散布してください。

！注意！ 梅雨明け後、乾燥しないように通路に灌水を行きましょう。時間帯：夕方涼しくなってから。

！注意！ 日焼果防止のため黒マルチの上に敷き藁（草）等行ってください。

☆ミニトマト☆

予防の時期	対象病害虫	農薬名	希釈倍率	使用時期・回数	混用可能
6月下旬～ 7月上旬	アブラムシ類・コナジラミ類	ダントツ水溶剤	2,000倍～4,000倍	収穫前日まで 3回以内	
	ハモグリバエ類		2,000倍		
	すすかび病・うどんこ病	トリフミン水和剤	3,000倍	収穫前日まで 5回以内	
	葉かび病		3,000倍～5,000倍		

※ここ数年「すすかび病」が多く発生しています。予防の徹底をお願いします。

※尻腐れ（カルシウム欠乏症状）予防のため、カルシウム剤（カキパック）を定期的に散布してください。

農薬散布時に混用も可能です。

※梅雨明けから盆明けごろまで、遮光資材利用し、比較的単価が高い9月出荷を目指しましょう。

7月の花が9月に実になります。樹勢を維持して9月にたくさん収穫しましょう。

☆ピーマン☆

予防の時期	対象病害虫	農薬名	希釈倍率	使用時期・回数
7月上旬～ 7月下旬	アザミウマ類・オオタバコガ コナジラミ類・チャノコホコリダニ ハダニ類	グレーシア乳剤	2,000倍	収穫前日まで 2回以内

※尻腐れ（カルシウム欠乏症状）予防のためカルシウム剤（カキパック）を定期的に散布してください。

農薬散布時に混用も可能です。

※雨が多い時期はヘタの部分の傷みに注意して出荷をお願いします。

※あまり実を大きくして収穫せず、こまめな収穫をお願いします。 ※乾燥時に注意！ こまめに灌水を！！

○散布については、使用時期、使用方法を守り、予防的防除を心がけましょう。詳しくは、営農指導員へご相談ください。また、右記二次元コードからJAしまね島根おおちのホームページでも確認ができます。



ケイトウ 「定植後の管理」

今からの管理…ネット上げ
遅れないように！



ネットを10cm
上げます

今からの管理…下葉かき



下葉かき前



下葉かき後
20cm程度

ネット上げ

草丈が伸長するに従い、倒れやすくなるため適宜ネットを上げましょう。台風接近が予想される場合や強い雨が降る場合はネットを花首の下の位置まで上げる。また、補強の支柱を増やして対応します。草丈が高い部分低い部分でネットの高さを調整します。

灌水

活着まではたっぷり灌水します。活着後は干ばつがない限り灌水を必要としませんが、乾燥する圃場で、草丈が短くて花が見えている圃場では灌水を行い草丈を伸ばしましょう。生育後半は灌水を控えます。株の勢いが悪い、葉の色が黄色、葉がばんざいしている圃場では液肥（トミー液肥）500倍液を1週間おきに数回葉面散布しましょう。

病害虫対策は早期発見早期防除

葉っぱも商品なので病害虫防除を徹底しましょう。

輪紋病



◎葉が黒い斑点（輪紋病・斑点病・黒班病）

病害虫	対策農薬	希釈倍率	散布液量	使用回数
輪紋病	トップジンM水和剤	1,500倍～2,000倍	100～300ℓ/10a	5回以内
黒班病	ポリオキシシンAL水溶剤	2,500倍	100～300ℓ/10a	8回以内

◎アブラムシ防除（アリがいたら防除必要）

対策農薬	希釈倍率	散布液量	使用回数
アルバリン顆粒水溶剤	2,000倍～3,000倍	100～300ℓ/10a	5回以内
ベストガード水溶剤	1,000倍～2,000倍	100～300ℓ/10a	4回以内

!! みんなで注意して安全安心な作物づくりに取り組みましょう !!

☆出荷前には必ず防除日誌の提出を行ってください

- ！注意！ 農薬散布前にその作物の登録があるか、ないかの確認を必ずお願いします
- ！注意！ 農薬散布前と後には防除日誌の確認・記入をお願いします
- ！注意！ 高温時の農薬散布は夕方涼くなってから行いましょう
- ！注意！ 予防的な農薬散布は基本、出荷休みの前日（金曜日）の夕方に行いましょう
- ！注意！ 希釈した農薬の散布量は、登録範囲内とし、しっかり散布しましょう
- ！注意！ 毒劇物の購入については、印鑑が必要となります
- ！注意！ 風の向きに注意して他の作物にかからないよう注意してください



令和6年産米集荷対策について（お知らせ）

JAしまね島根おおち地区本部では、令和6年産米の集荷対策として集荷対策助成金を下記の条件において助成することとしましたので、**1袋でも多くの出荷をお願いします。**

米集荷対策助成金

令和6年産米をJAの米検査場へ出荷された米に対し、**1袋当り30円（税込み）**の集荷対策助成を行います。（但し、令和6年11月29日出荷分までとします）



お問い合わせ先 JAしまね 島根おおち地区本部 営農部 電話：0855-83-1623



令和6年度 水稲土壌改良材助成金 申請書受付について

高温障害により乳白米等が発生し品質低下の一因となっています。稲も高温に備えた対策が必要になります。令和6年水稲・園芸・畜産振興計画で新たに品質及び収量の向上を目的に土壌改良材の購入助成を行います。

助成金交付要件

- 令和6年産水稲栽培に使用するために購入した土壌改良材

助成金対象商品 (各基準量/10aを上限とする)

- ミネラルG・ケイカル・サンライム・ミネテツエースⅡ：200kg/10a
- ミネリッチ・田んぼの守・ミネガード：100kg/10a
- カキテツ：120kg/10a
- ホスピタ：40kg/10a

助成金率

- 購入金額（税別）の10%

交付申請額

- 100円未満は切り捨て（消費税は助成対象外）

助成対象期間

- 令和5年9月から令和6年5月までに購入した土壌改良材

助成金交付時期

- 令和6年12月末日（予定）

添付資料

- 土壌改良材の購入量及び購入金額が確認できる書類（購入伝票写しなど）

申請期間

- 令和6年6月1日～令和6年7月31日まで

申請用紙

- 申請用紙を各事業所に準備しております。
住所、氏名、電話番号、助成金受取口座番号、水稲栽培面積、購入商品名、購入数量（袋）、購入金額（税別）をご記入いただき提出をお願いします。

JAしまね島根おおち地区本部 堆肥センターからのお知らせ

JAしまね島根おおち地区本部堆肥センターでは、堆肥（バラ）の販売について、令和6年6月1日より月曜日～金曜日（休日は除く）の8：30～17：00とさせていただきます。

組合員の皆様におかれましては大変ご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

お問い合わせ先 JAしまね島根おおち地区本部 畜産課 電話：0855-95-0152

和牛情報



西部、中央「続落、

本県5月の子牛市場は、西部、中央で開設し412頭の取引があり、平均価格は西部計484,733円（前回比64千円安）、中央計498,575円（前回比17千円安）、で「続落」の取引となりました。

出荷牛については、特に雌で過肥の牛が散見されました。過肥の牛に関しては敬遠される傾向にあり、雌は特に価格が伸びない傾向が顕著です。これは、雌の肥えた牛が肥育にかけると、余分な脂が筋間や皮下についてしまい、使いにくい上に歩留まりも悪くなるため、肉屋さんに好まれず、枝肉単価が伸びないためです。このため、過肥の子牛にならないよう、粗飼料と濃厚飼料をバランスよく給与することが大切です。

価格は下がったものの、5月は購買者の来場が多く、県外購買者からは「島根の牛は、穏やかで、食べる癖がついているものが多く肥育しやすい。肉質や脂質もよいものが多い」とのご意見をいただきました。今後も購買者に好まれる「骨格と胃袋のできた子牛」を育成し、購買者に支持される「しまね和牛」子牛市場として、関係者が一丸となって「子牛の品質向上」に努めましょう。

県外移出率

■雌 58.88% ■去勢 41.63% ■合計 49.53%

令和6年5月子牛市場成績表

		頭数	最高価格	最低価格	平均価格
中央市場	メス	127	774,400	205,700	462,284
	又キ	147	792,000	188,100	529,826
	合計	274			562,147
島根おおち	メス	15	721,600	383,900	506,592
	又キ	18	792,000	360,800	554,206
	合計	33			533,573
瑞穂	メス	2	482,900	482,900	482,900
	又キ	4	792,000	536,800	631,125
	合計	6			601,480
羽須美	メス				
	又キ				
	合計	0	0	0	0
石見	メス	2	486,200	486,200	486,200
	又キ	3	564,300	460,900	516,267
	合計	5			508,750
川本	メス	3	513,700	383,900	462,000
	又キ	4	650,100	464,200	564,575
	合計	7			520,614
邑智	メス	5	721,600	407,000	568,700
	又キ	7	727,100	360,800	514,983
	合計	12			539,400
大和	メス				
	又キ				
	合計	0	0	0	0
桜江	メス	3	551,100	385,000	462,367
	又キ	0			
	合計	3			462,367

農業用廃プラスチックの回収を行います

■回収実施期間

7月22日(月)～26日(金)

■回収できるもの

農業用塩化ビニール(ハウスビニール)
農業用ポリフィルム(農ポリ・クリンテート等)
肥料等のポリ袋・畦畔板(畦畔シート)
育苗箱・農薬のポリ容器(注)等

■回収方法・分別

回収専用袋を各事業所で購入

- ・「農ビ専用」と「農ポリ専用」の2種類があり、1袋当たり約20kg程度の廃プラが入ります。

1袋 500円です。(消費税込)

購入時に(委任状)をお渡しします。

- ・回収専用袋には、市町名、氏名を記入してください。
- ・土砂など余分なものは除去してください。
- ・水分を良く切ってください。
- ・汚れのひどいものは袋を分けてください。
- ・ハウスビニールなど専用袋に入らないものは、約20kg程度にして結束してください。

(注)普通物農業の入ったポリ容器は、洗って半分に切った物は回収できます。



■持込み搬入



JA所定の場所へ持ち込みされる場合は、産業廃棄物運搬車の看板を表示し、委任状をお持ちください。なお、看板は各事業所にありますので、ご使用ください。

■JAへ委任状提出



■回収処理経費

回収・処理経費は、回収専用袋の販売金額に含まれています。

この分別回収にあたっては、島根県・管内各市町の支援をいただいています。

◎ご不明な点は各事業所又は、

地区本部生産資材課(☎0855-83-1762)にお問い合わせください。

大切なあの人に
しまねで育った

旬のふるさと味覚便 お届けします!! 2024



限定
450
ケース

商品番号 **1** トマト

●11個もしくは24個入り(約4kg) [締切]7月上旬
3,700円 全国一律送料込み 6月下旬~ 順次発送

鮮度に
こだわった
保冷発送



限定
1,000
ケース

商品番号 **2** スイートコーン

●12本 [締切]6月下旬
4,100円 全国一律送料込み 7月上旬~ 順次発送



限定
350
ケース

商品番号 **3** 温泉津町産アムスメロン

●2玉(1玉約1.2kg) [締切]6月上旬
4,300円 全国一律送料込み 7月上旬予定~



限定
150
ケース

商品番号 **4** 温泉津町産アールスメロン

●2玉赤果肉(1玉約1.2kg) [締切]7月上旬
4,700円 全国一律送料込み 7月下旬予定~ 8月上旬予定



限定
300
ケース

商品番号 **5** 邑南町産シャインマスカット

●1房(600~700g) [締切]7月上旬
4,900円 全国一律送料込み 9月中旬~ 順次発送



限定
50
ケース

商品番号 **6** 邑南町産神紅

鮮やかな赤色で20度以上の高糖度 島根オリジナルブドウ品種
●1房(600g~) [締切]7月上旬
6,100円 全国一律送料込み 9月中旬~ 順次発送

ご注文・お問い合わせ先

瑞穂事業所 ☎83-1132 ☎83-0098
川本事業所 ☎72-0330 ☎72-2040
桜江事業所 ☎92-8025 ☎92-8026

羽須美事業所 ☎88-0121 ☎88-0122
邑智事業所 ☎75-1861 ☎75-1862

石見事業所 ☎95-1224 ☎95-0374
大和事業所 ☎82-2557 ☎82-2898

組合員のみなさまへ



夏ギフト



心が響き合う、
夏ギフトのかたち

花かご館

お1つから
ご注文承ります



生産物賠償責任保険付

お得感がいっぱいの価格!



羽須美支部
「米粉料理を作ろう!!」

5月
9



羽須美支部の森光美佐子支部長は有志を募り、米粉の普及活動として島根県産「笑みたわわ」の米粉を使用して「米粉のチヂミ」を作りました。米粉をボールに入れ、卵、鶏がらスープの素、水を混ぜた液を少しずつ加え、ダマが無くなるまでよく混ぜ、切ったニラ、玉ねぎ、

人参、豚肉、キムチなどを混ぜ合わせ、フライパンでこんがり焼きました。もっちりとした食感とお米の優しい甘さと香り、野菜の旨味が引き立ち、部員からは「おいしい」と大絶賛でした。



完成した「お米のチヂミ」と「専用タレ」

瑞穂支部
グラウンドゴルフ大会を開催

5月
13

瑞穂支部の住金末子部長は、親睦グラウンドゴルフ大会を開催しました。集まった部員は3チームに分かれ、愛用の用具で試合に挑みました。当日は朝方まで降った雨でグラウンドの状況は良くありませんでしたが、ホールポットを打ち「あーっ! 水地獄にかかった」「靴の中がグチュグチュだあ」とか苦難を笑いました。



- 優勝 日野 秀子さん (前列中央)
2位 上田 山百合さん (前列左から2番目)
3位 荒田 妙子さん (前列右から2番目)
4位・ホールインワン賞 谷口 延子さん (前列右)
5位 服部 千津子さん (前列左)
住金 末子 部長 (後列右)



『家の光』
7月号の主な内容

特集

大災害時代 ~命を守るためにまずやるべきこと~

近年相次ぐ集中豪雨や大型台風、地震などにより日本各地で深刻な被害が起きています。

しかし、防災は準備がたいせつとわかっていながらも、備えが十分ではなく、被災時にうまく対処できなかったというケースも……。被災地の教訓も生かしながら、最低限の備えや「減災」の考え方などを取り上げ、いざという時のために優先して取り組むべき準備について伝えます。



定価/922円(税込み)

別冊付録

暑〜い夏を乗りきる
暮らしのひんやりアイデア

猛暑が続く夏。「健康」「料理」「手芸」の3方向から少しでも快適に過ごせるアイデアを紹介します。「健康」では、熱中症の予防と対策、運動や入浴、睡眠について。「料理」では体に熱をためない料理や、ひんやりスイーツ・ドリンクなどを。「手芸」では、夏に人気のカゴバックやピースのネックレス、スポンなどを提案します。暑い夏を元気に乗りきる工夫がいっぱいです。



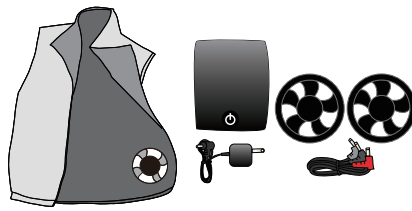
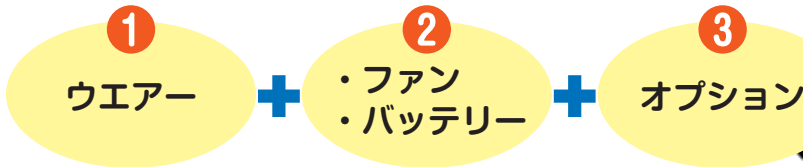
※企画・タイトルは変更することがあります。

【お問い合わせ】

島根おおち地区本部 企画総務部および各支店

農作業・猛暑対策に最適

空調風神服



ご相談・ご注文はJAしまね各事業所で承ります。

- 瑞穂事業所：83-1134
- 羽須美事業所：88-0121
- 石見事業所：95-1224
- 邑智事業所：75-1861
- 大和事業所：82-2557
- 川本事業所：72-0330
- 桜江事業所：92-8025
- 総合生活課：95-3601

お便り紹介



今月も皆さんからのおたよりがたくさん届いています。ありがとうございます。その他、JAに対するご意見・ご要望などもお寄せください。

◇表紙のデラウェアをおいしそうに手に持っておられる安達さんの笑顔に、ぶどうの季節なんだと思いました。頑張って品質にこだわってぶどうを作っておられる記事を読んで店で少々お高い値段段でも一度は食べてみたいと思いました。

●5月号表紙のデラウェアは本当に美味しそうでした！鳥根県産のデラウェアは、一粒一粒が大きく、房全体が甘く適度な酸味があり初夏に人気の代表果です。出荷が始まりましたので、機会がありましたらぜひご賞味ください。

◇ガス代が鳥根の補助があつて安くすんでいます。非常に助かります。ありがとうございます。

●物価高騰、燃料高騰は家計に直結！やりくりが悩みます。ガス代の補助は本当に助かりますね！早く物価上昇が落ち着くといいですね。

◇洋風夏野菜豚汁は是非作ってみたいです。寒い時の豚汁はよく作っているのですが、「女性部が行く」や「鳥根おちトピックス」は、農業に直にかかわっていない自身でもJAの活動を知ることができ「そうなんだ！」と読ませていただいています。

●いつもお読みいただきありがとうございます。しまねうレシビ「洋風夏野菜豚汁」は、食欲がなくなってしまう夏に、夏野菜の栄養をたっぷり取ることができる一品でしたね。これからも「そうなんだ！」と思っただけのような話題を掲載してまいります。

◇毎晩寒い日が続いていますが、予定通り田植えがおわりホッとしています。新入職員が配属されるまでの記事を読み、地域のためにスキルアップして農業に取り組んでもらいたいと思いました。

邑智支店管内 Tさん 60代

●天候が不安定で暑くなったり、寒くなったりと大変な中、田植え作業、本当にお疲れさまでした！新入職員過程をお読みいただきありがとうございます。「皆様のお役に立てるよう日々精進してまいります！」新入職員がお返事させていただきました。

J Aしまね 島根おおち地区本部

スマイルDAY開催日程

各支店でお役立ち情報・お得な情報をお届けして参ります。
ぜひ、お気軽に支店までお越しください！

支店	開催日
瑞穂支店	7月2日（火）、3日（水）
羽須美支店	7月4日（木）、5日（金）
石見支店	7月4日（木）、5日（金）
川本支店	7月4日（木）、5日（金）
邑智支店	7月4日（木）、5日（金）
大和支店	7月12日（金）
桜江支店	7月3日（水）、4日（木）、5日（金）

★お役立ち情報・お得な情報を
聞いていただいた皆様に、
『特別なプレゼント』を
ご用意しております！



J Aしまね 島根おおち地区本部
邑智郡邑南町下田所277
TEL : 0855-83-1803



年金びより



ご自身の年金記録について
確認されていますか？



毎年お誕生日月に「ねんきん定期便」がハガキで届きます。直近13ヶ月分の加入状況・見込額が記載されています。(全期間の詳しい加入状況は記載されていません)

35歳・45歳・59歳のお誕生日月に届く「ねんきん定期便」は水色の封書で届きます。全期間の加入状況・見込額が記載されています。封書の「ねんきん定期便」であれば、全期間の加入状況が載っているので、20歳以降の年金記録がつながっています。(20歳以前でも学校卒業後、厚生年金保険適用事業所に就職した時は、就職した月から厚生年金の加入になります)

空いている期間があって、その期間にお勤めをしていた。または、国民年金を納付していた期間があれば1度調べてみましょう！



年金は、ご自身が納付したからこそ受給できるものです！
記録漏れや請求忘れで本来受給できる年金の受給漏れがないよう
1度はご相談ください。



7月年金相談会

邑智支店 7/20(土) 9:00~12:00

年金に関する疑問・質問は
お気軽にご相談ください

JAlまね 島根おおち統括支店 金融課 TEL.0855-83-1803

7月の行事予定

7月17日(水) ゆとり倶楽部
「クラフトリーフ」

7月20日(土) 役職員研修

7月の外勤日 17日(水)・18日(木)・19日(金)



臨時休業のお知らせ

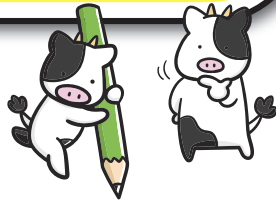
7月20日(土)は、役職員研修のため各事業所は臨時休業いたします。組合員・利用者の皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

クロスワードパズル

農協全国商品券をもらっちゃおう!!

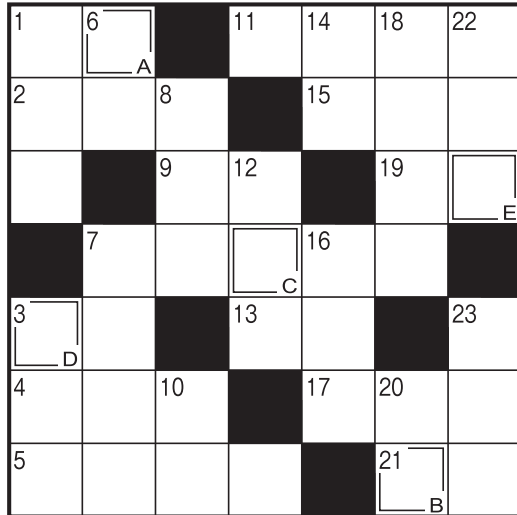
出典：(株)新聞連『JA広報通信』2024年6月号

CrossWord Puzzle



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小説を書く人をこう呼ぶことも
- ③貼り合わせて合板を作ります
- ⑥アジやイワシと並んでよく食べられる青魚
- ⑦天の川を渡って織り姫に会いに行きます
- ⑧春がスプリングなら夏は
- ⑩目に見える範囲のこと
- ⑫手首のこと。——バンド
- ⑭2024年の夏季五輪が行われる都市
- ⑯渡り——を——通って隣の校舎へ行った
- ⑰アウトターの反対語
- ⑲ウイスキーはこれの中で熟成します
- ⑳病気の治療や予防に使われます
- ㉑打ち上げ——、線香——

ヨコのカギ

- ①七夕の短冊を付ける植物
- ②鳥が羽ばたかせるもの
- ③東北地方で牛のこと
- ④だしじゃことも呼ばれます
- ⑤ひ孫の子どもです
- ⑦ロンドンの——空港は英国最大の国際空港です
- ⑨ボンボンと地面で突いて遊びます
- ⑪高校球児が試合をするときに履きます
- ⑬ピザにあるものは傾いていることで有名です
- ⑮シャンプーの後で使う人もいます
- ⑰侍が腰に差していたもの
- ⑲——ふり構わずがむしゃらに取り組んだ
- ㉑漢字などに付ける小さな文字

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。

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

〒696-0222 邑智郡邑南町下田所277

JAしまね 島根おおち地区本部 企画総務部 「クイズ」係
2024年7月5日（金）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆

「ナガグツ」



佳作

また鳴かぬ川の音符がダンスする
せつなかる母の居ない子母の日は
介護しつ母の笑顔に疲れとぶ
田植するもんべすがたがなつかしい
空を見る小さな自分わかるから

出雲市 今岡 健様
出雲市 今岡 健様
出雲市 今岡 健様
出雲市 今岡 健様
出雲市 今岡 健様

優秀賞

奮起して負けてなるかと我八十路
隠岐の島町 上川 晃一様

前向けば運と出会いに救われる
出雲市 北村 功様

ポケットに孫の未来の夢がある
出雲市 今岡 健様

最優秀賞

気が付けば八十路を駆けている自分
津和野町 田中とよし様

川柳の広場

選句者 島根県川柳連盟会長
竹治ちかし先生

（評）同窓会で、なつかしい友との出会いがあった。気が付けば私も八十路を過ぎていて、まったく年を取ったものだ。

「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」7月号定価 922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、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）7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。

<共済規程の一部変更について>

下記の通り、共済規程の一部変更について令和6年5月30日理事会において議決しました。

1. 変更内容 自動車損害賠償責任共済について、自賠責保険・共済の契約引受・管理等にかかる業界共同システムの導入に伴い、キャッシュレス決済手段を通じた共済掛金の収納が可能となるため、共済規程の一部を変更する。
2. 実施時期 令和7年1月1日

※詳細はJAしまねホームページをご覧ください。 [JAしまね](#) [Q検索](#)

**自然災害
シーズン到来!**

**万全ですか?
自然災害への備えは**

令和4年においても7月の豪雨、9月の台風により島根県でも多くの被害が発生しました。

たくさんのお役立ちができました!

令和4年7月豪雨および9月台風(台風11号・14号)における共済金支払実績	
件数 818件	共済金 約2億7,370万円

令和6年4月末時点、JA共済連島根調べ

自然災害発生前に、『今一度』建物・家財の保障内容を確認しましょう!

- 自然災害(特に一部損壊)に充分備えられる**保障内容となっていますか?
- 家財・家具**も保障の対象となっていますか?
- 未保障の建物や物件**はありませんか?

ぜひ、お近くの支店・LA(ライフアドバイザー)までご相談ください!

JAしまね『いえ保障点検運動』実施中!

この資料は概要を説明したものです。詳細については「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。
[24320320079]



JAタウン



のご紹介





**(株)JAアグリ島根では、
島根県産農畜産物・加工品
の全国発送を承ります。**

二次元コードを
スマホから読み込んで
簡単にご注文できます!



【決済方法】
クレジット・コンビニ決済等

<https://www.ja-town.com/shop/c/c6101/>
JAタウンはJA全農が運営する産地直送通販サイトです



株式会社 JAアグリ島根

アグリ販売部アグリ営業課
〒699-0641 島根県出雲市斐川町美南1666
TEL 0853-73-9577 FAX 0853-73-9578
営業時間 8:30~17:00(土・日・祝 休み)




Instagram JAAGRISHIMANE



夏野菜と豚肉の黒酢あん



コメント

・食材をそれぞれ炒め、一番いい状態で準備したものを一気にからめるとワンランク上の味わいに👍
・油で揚げていないのでヘルシーな仕上がります。

アレンジ

・豚肉を鶏肉やエビに替えてもおいしくできます。
・レンコン、ブロッコリー、ズッキーニ、カボチャ、オクラ、トマトなどいろいろな野菜と組み合わせてもOK!

材料 (4人分)

- 豚小間切れ…… 250～300g
- 酒……………小さじ2
- 塩こしょう……………少々
- 片栗粉……………大さじ2
- 新ジャガイモ……………2個
- ニンジン (小) ……1本
- タマネギ……………1玉
- ナス……………2本
- ピーマン (中) ……2個
- ごま油……………大さじ2
- 黒酢……………大さじ4
- しょうゆ……………大さじ2
- オイスターソース…大さじ1
- A 砂糖……………大さじ3
- 酒……………大さじ2
- 水……………大さじ2
- 片栗粉……………小さじ2

作り方

- ①ジャガイモは皮付きのままよく洗って、8等分に切り、水にさらす。
- ②ニンジン、ナス、ピーマンも一口大に切り、ナスは水につけてアクを取り、ザルに上げ水気を切っておく。
- ③ジャガイモとニンジン耐熱皿に入れ、ラップを軽くかけてレンジ (600w) で6分加熱し野菜に火を通す。(竹串を刺して確かめる)
- ④Aの調味料を混ぜ合わせておく。
- ⑤豚肉は酒と塩こしょうをもみ込み、片栗粉をまぶしつけて、一口大に丸める。
- ⑥温めたフライパンにごま油 (大さじ1) を入れ、豚肉を並べ入れ、上下を返しながらか4～5分中火で焼く。中まで火を通し両面に焼き色が付いたら取り出しておく。
- ⑦ナスにごま油 (大さじ1) をまぶしつけて、⑥のフライパンに入れて炒め、焼き色が付いたら、取り出しておく。
- ⑧切ったタマネギを⑦のフライパンに入れ炒め、途中でピーマンも加え、色よく炒めたら、取り出しておく。
- ⑨⑧のフライパンに④の調味料をよく混ぜて加え、混ぜながら2～3分煮詰め、とろみがついたら豚肉と野菜を加えて手早くからめる。

材料 (4人分)

- 小松菜……………1束
- もやし……………1袋
- サラダ油 (ゆでる時) ……大さじ1
- A 鶏ガラスープ (顆粒) ……小さじ1
- しょうゆ……………大さじ1
- ごま油……………大さじ1
- ニンニクすりおろし ……お好みで
- 白いりごま……………大さじ1

作り方

- ①小松菜は3～4cmの長さに切る。
- ②鍋にもやしとかぶるくらいの水とサラダ油を入れ、火にかける。
- ③沸騰したら、小松菜を加え、さっと湯通ししてザルに上げ、水気を切る。
- ④ボウルにAを混ぜ合わせ、③を入れてあえる。
- ⑤器に盛り、いりごまを振りかける。



小松菜ともやしの簡単ナムル



アレンジ

- ・小松菜は、ピーマンやホウレンソウ、オクラ、ニラ、ゴーヤ、キャベツに替えてもOK!
- ・ツナ缶やカニカマ、ちくわなどをプラスしてたんぱく質アップ!

健康散歩

カビを撃退しよう

JA島根厚生連

雨の降る日が続く、ジメジメとした日が増える梅雨。高温多湿な日本の気候、そして高気密・高断熱化の建物にカビも大喜びです。カビは呼吸器系の症状やアレルギー症状の原因とも言われており、私たちの健康とも切り離せません。

肉眼では見えないカビの菌 (孢子) は空気中のどこにでも漂っていますが、「湿度」「温度」「ホコリや汚れなどの栄養分」の条件が揃う下記のような場所を好んで繁殖し、カビという目に見える形になります。

【ぬれやすく、汚れやすいところ】

…キッチン・洗面所・浴室・洗濯槽など
調理時に飛んだ惣菜や汁、あるいは石鹸カスや人のアカなどの有機物はカビの栄養源になるため、それらがぬれた状態であればカビが繁殖します。

【風通しの悪い場所】

…クローゼット・納戸・収納BOX・家具の裏など
カビは環境が一定の状態のところによく育ちます。閉めきったところや家具の裏などは空気が動かず、環境の変化が少ないため、このような場所はカビにとって良い住みかとなります。

【湿気の多いところ】

…浴室、マットレスや敷布団などの寝具、室内の洗濯物干しなど
カビの生育には水分が必要ですが、水分は液体でなくても湿気 (水蒸気) があれば良いので、蒸気が多いほどカビがよく発生します。



カビの発生を抑えるには室内の湿度を40～60%に保ち、こまめな換気や浴室などの壁・窓の水滴 (結露) をふき取るなどの湿気対策をしましょう。また、必要に応じて除湿機を使ったり、カビに栄養を与えないように拭き掃除したりするのも効果的です。空気の流れを良くために、家具を壁や床にぴったりとつけないで、隙間を作ることもカビの発生を抑えることができます。

梅雨に限らず一年を通じて、定期的な掃除や換気、温度・湿気の調整を行うことで、カビの発生を防ぎ、健康的な生活環境を保つようにしましょう。

【編集後記】 今月は牛乳月間にちなんで牛乳の豆知識について特集しています☺普段何気なく飲んでいる牛乳ですが、熱中症予防になったり、減塩対策にもなったりなどさまざまな使い方ができることに驚きです☺本格的な夏を迎える前に運動+牛乳で暑さに強い身体を作っていきたいですね…! (古)