

JA しまね ひより



2025

5

May
Vol.110

Shimane
Biyori



特集

JAグループ島根 AGRIMACHINE FAIR 2025 農業機械総合展示会 in出雲ドーム



YouTube



Instagram



LINE



Facebook



SNSで旬な情報を
投稿しています



©よい食P



JALしまね 雲南地区本部版

しまねの ファーマーズ Shimane farmers

ふるさとの出雲で新規就農

今年で29歳になる若きキュウリ農家・神田颯大さん。新規就農5年目を迎え、年間38トンを出荷しています。出雲市で育った神田さんは、両親は農家ではなく、野菜作りとはあまり縁がない環境で暮らしていました。大田市に住む祖父母は長年キャベツやお米などを生産していますが、「うちはあまり良い立地ではないから継がなくていい」と言われていたそうです。それでも大学進学の際は農学部を選択。「興味がある分野は何かと考えてみて、強いて言えば農業かなと思うたので」と笑いながら振り返ります。



採れたてのキュウリ

在学中に現役農家の話を聞き、本格的に就農しようと思うようになった神田さん。果菜類のハウス栽培を目指し、卒業後に出雲市内

かんだ
神田
そうた
颯大さん(29歳)

今月は出雲地区本部。出雲市でキュウリの生産に取り組み「たちかぜFARM」の神田颯大さんにお話を伺いました。



のキュウリ農家で研修。鳥根県定住財団に相談しながら土地を探す中で、日照量や水の確保、降雪量が少なく冬場も農業がしやすいこと、流通に乗せるルートなど、神田さんが希望する環境に最も適していたのがふるさとの出雲市でした。

自分も一緒に働く人も、 ペースを大切に

現在、神田さんは22アールのビニールハウスで二期作をしています。2月上旬に春作の定植をし、4〜7月上旬に収穫。キュウリの実はタイミングを逃



すとあつという間に大きくなり、わずか数時間で規格外のサイズになることも。適した状態を逃さないため、収穫期は一日中ハウスの中を歩き回り、非常に忙しいそうです。「でも成長が早い作物ということとは、それだけ植えてから収入になるまでの時間が短いということでもあります。そこがキュウリのいいところの一つですね」と神田さんは話します。

秋作の定植は8月に始まります。「春作から2〜3週ほど期間が空きますが、仕事を詰め込まず、土づくりをしながら休暇のつもりでゆったり過ごしています。その時期は週4日ぐらいしかハウスに行かない週も。しっかりと働く期間と体を休める期間のメリハリをつけたい

タイプなんです」と神田さん。アルバイトの方が子育て中のため、お子さんが長期休みになる間は家族で過ごす時間を大切にしてみたいという気持ちでもあります。

しかしゆったり過ごすとはいえず、



神田さんのハウス



キュウリの収穫シーズンが始まり大忙し

その期間の土づくりは手間暇のかかる作業。神田さんの農園があるエリアは砂地のため非常に水捌けが良く、湿度を好むキュウリを作るためには継続した土壌改良が必要になります。神田さんは「水を多めに与える必要がありますし、時には肥料が流れてしまふこともあるんです。時間をかけてキュウリに適した土を作っていきたいです」と話します。

秋作の収穫が終わるのは年末。その後もやはりゆっくり過ぎずそうです。春の定植の準備やハウスのメンテナンスなどをしつつ、思い立ったら旅行や近場の温泉などに出掛けてリフレッシュしています。

自分に合ったスタイルで 農業を続けたい

出雲地方のキュウリ農家では、マルチを張った畝に苗を2列植える栽培方法が主流ですが、神田さんはあえて1列を選択。県外の農家のアドバイスで取り組んでみたところ、1本の苗に手をかけた神田さんの思いにぴったり合ったそうです。

2列で定植するとツルが絡んで支え合うため、実が垂れ下がって地面につくことはありません。1列の場合には苗を2方向から挟むようにして紐を張り、実のついたツルを支える必要があります。「その分手間がかかりますが、苗にかかる費用は半分。1列で植えると肥料の吸収率もいいですし、味が良くなる気もします。お客さんに『神田さんのキュウリはおいしい』と言われると嬉しいですね」と神田さんは笑みを浮かべます。



1畝につき1列に苗を植える栽培方法を採用しています

丁寧にキュウリに向き合い、 おいしいものを作りたい

今後の目標は秀品率の向上。曲がりのない規格に沿ったキュウリにするためには、苗の着果負担を減

らす必要がありません。最適な実の数は天候、温度、湿度などによっても変わるので、1本1本の様子を見ながら調整しなければいけません。また、水分・肥料の微調整も。毎日キュウリを味見しては試行錯誤しているそうです。神田さんは「大変ですが、いいものを作っていきたいです」と話してくれました。

今後の目標を話す神田さん



おすすめの食べ方

味がしっかりしているおいしいキュウリは、何もつけずそのままかじるのがオススメ。浅漬けにして楽しむのも簡単でGOOD。「たちかぜFARM」のアルバイトの方は野菜炒めの具材に加えているそうで、お子さんも好んで食べるそうです。



「たちかぜFARM」のキュウリ



収穫を間近に控えたキュウリ

総合展示会

出雲ドーム 出雲市矢野町999

展示品、イベント内容等変更になる場合があります。ご了承ください。

ドーム

「展示会」について特集します。農機の展示はもちろん、他多方面の有益な情報など、何か一つでも来場者のイベントです！



農機セルフメンテナンス
コーナー

各種相談
ブース

青年連盟
マルシェ
※1日目のみ

自走式
草刈機
実演

転倒角度
体感トラクタ

加工品
販売

低価格
コンバイン
トラクタ

総合案内
入口

ドローン展示

共同購入
コンバイン

屋外ではドローン
実演も！



殺菌、殺虫剤及び除草剤散布はもちろんのこと、肥料、種子の散布など、幅広い用途に使用可能なドローンを紹介いたします。自動航行でヒューマンエラーが少ないドローンです。

自走式草刈機
の実演



草刈作業から解放!?自走式草刈機の実演

1万円以上購入
いただいた方には
島根県産品
が当たる
福引も!

来場者限定で
チップソー
耕うん爪の
特価予約
の実施

ぜひお越しください!

5日(土)には島根県農協青年組織協議会
によるマルシェが出店!
さらに5日(土)・6日(日)の両日には
キッチンカーも登場します😊

※詳細は6月号に掲載いたします。



トラクタの転倒角度を 体験!

農作業中の死亡事故で最も多い原因は、機械からの転倒・転落。そんなトラクタ事故が発生する時の転倒角度が体験できる「転倒角度体験トラクタ」をご用意! また、近隣のブースでは農業リスク診断や経営相談、農業融資、事業承継、新規就農など農業にまつわる相談ブースを設置して担当者がお待ちしております😊

期待に応え!!
6年ぶりの開催!!

JAグループ島根 AGRIM

農業機械

in 出雲

肥料・農薬・資材の
ご提案も

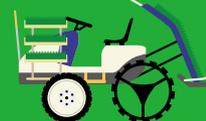


取扱商品紹介を始め省力化提案や高温対策、スマート農業の提案など、内容盛りだくさんで皆様のお越しをお待ちしております。メーカー担当者もブースにおりますので、お気軽にお声がけください。

今月号は7月5・6日に6年振りに開かれる「第10回農機総合ドーム内で実演も行います。スマート農業や有機農業、その皆さまの心をつかむ情報を発信・提案するJAグループの一大

車展示

農機展示



自動操舵
実演

肥料・農薬
コーナー

営農技術

農機展示

メイン
ステージ

自動操舵
を実演

スマート農業や作業の省力化、生産効率の向上を考えている方必見！自動操舵可能な田植え機やトラクタの実演を行います。



稲作生産者7000人超の声を反映
共同購入コンバイン

生産者の需要を取りまとめ一括発注することで製造コストを削減し、購入価格の引き下げを実現した共同購入コンバインの展示・紹介を行います！価格を抑えながらも、機体が左右に傾いても水平に保つ車体水平制御や湿田作業でもなめらかな旋回と安定した直進ができる常時駆動方式など作業性に優れた機能が採用されていますのでぜひご覧ください。



水稻高温障害対策や
鳥獣害対策



メインステージでは近年課題の農作物の高温障害対策や鳥獣被害対策を始め、農家の皆様にとって有益な各種セミナーを開催し、プロの視点から情報発信を行います。

ZMS JA全農島根農機サポート(株)

農機展示会や農業機械に関するお問い合わせやご用命は下記の営業所にご連絡ください。

- | | | | |
|--------------|------------------|--------------|------------------|
| ● くにびき営業所 | TEL.0852-55-3066 | ● 佐田サービスセンター | TEL.0853-84-0415 |
| ● やすぎ営業所 | TEL.0854-22-6900 | ● 斐川営業所 | TEL.0853-73-9620 |
| ● 隠岐営業所 | TEL.08512-2-1265 | ● 石見銀山営業所 | TEL.0854-82-8007 |
| ● 隠岐どうぜん営業所 | TEL.08514-2-2490 | ● 島根おおち営業所 | ☎ 0120-927-277 |
| ● 雲南営業所 | ☎ 0120-19-1739 | ● いわみ中央営業所 | TEL.0855-42-1687 |
| ● 出雲営業所 | TEL.0853-21-6046 | ● 西いわみ営業所 | TEL.0856-31-5255 |
| ● 平田サービスセンター | TEL.0853-63-3665 | | |



令和7年産島根ぶどう取引協議会を開催



J A しまねは4月8日、出雲市のラピタウェディングパレスで令和7年産島根ぶどう取引協議会を開きました。関東から九州まで18市場の関係者や生産者、J A ・行政関係者ら55人が出席しました。

令和7年産「島根ぶどう」の販売計画は、販売金額を前年比5%増の19億7,000万円、出荷量は同13%増の1,200トンに設定。5月下旬から6月中旬を重点販売期間に定め、試供品提供や試食宣伝販売を集中的に行い消費者にPRします。

意見交換では、取引市場から「他産地でも『デラウェア』の生産が減っており希少価値ができています。安定した生産量と食味があれば高単価での販売ができる」「『デラウェア』産地として生産維持対策があれば教えてほしい」「大粒系は益商戦に向けた安定的な出荷をお願いしたい」などの声があがりました。

会の最後には、産地を代表し出雲ぶどう部会の持田瞳さんが決意表明を読み上げ、本年産「島根ぶどう」の出荷に向け士気を高めました。



指定取引市場代表者(右)へ指定証を手渡す
当JAの日高光弘専務(左)



島根ぶどう出荷はじまる トップバッターは「デラウェア」から!



J A しまねは4月25日、益田市の喜阿弥ぶどう集荷所で「島根ぶどう」の初出荷式を開きました。主力品種「デラウェア」から始まり、大粒系など10月頃まで出荷します。当日は益田市の生産者1人が持ち込んだ「デラウェア」143キロを関係者が見守る中、県内や関西、東海など8市場へ送り出しました。

県産「デラウェア」は、ハウス加温栽培で国内トップクラスの早出し産地。令和7年産「デラウェア」は前年比16%増の850トンを出荷、同12%増の12億3,006万円の販売を計画し、6月上中旬をピークに8月中旬まで出荷します。3月末まで低温の日が多く生育の遅れが出ましたが、生産者の努力で糖度の乗った食味の良い高品質な「デラウェア」に仕上がりました。

当JAの坂本満常務は「産地として市場の要望にしっかりと応え目標必達を目指していく。物価高騰などで厳しい販売状況であるが、このような状況だからこそ関係者の皆さんと一丸となって精一杯『島根ぶどう』をPRしていきたい」と意気込みました。西いわみぶどう部会の大場耕造部会長は「今年も品質の良いものができたので、おいしく食べてもらいほっと一息ついていただきたい」とPRしました。



「デラウェア」の品質を確認する検査員ら

初出荷式の様子を
Youtubeで
配信中!



お米・おこめギフト券を子育て支援組織などへ贈る



J A しまねは2月から3月にかけて、県内の子ども食堂などの子育て支援組織や社会福祉協議会など86団体へ総額約684万円分のお米やお米と交換できる「おこめギフト券」を贈りました。

お米をはじめとした物価高騰の影響を受ける子育て支援組織などの活動に役立ててもらおうと実施。財源には令和6年12月末で失効したJAしまね「おさいふカード」のポイントを活用しました。

「おさいふカード」では貯まったポイントを
募金・寄付できます!

【寄付先】

- ・社会福祉法人 島根県社会福祉協議会
- ・公益社団法人 島根県緑化推進委員会
- ・公益財団法人 ヘルスサイエンスセンター島根(がん対策募金)
- ・島根県健康福祉部青少年家庭課
- ・特定非営利活動法人 フードバンクしまね あったか元気便

寄付お申し込みはこちらから





「元気な地域」も女性部の力で!

出雲女性部

JAしまね出雲女性部は、中部・東部・西部・河南・南部の5地区28支部で、地域や仲間とつながり、守り、関わりながら、JAを抛り所に「食と農」「地域活性化」「仲間づくり」「環境保全」など、さまざまなテーマに基づいた活動を行っています。

2月24日には、各地区から約500名の女性部員が集まり「出雲女性部まつり・家の光大会」を開催しました。当日は、各支部やサークルが手がけた手芸品などの作品展示が行われ、展示を鑑賞した参加者らは感心し、刺激を受けました。また、出雲女性部本部役員などによる「詐欺被害防止」の舞台発表では、出雲弁を巧みに使ったセリフや歌、踊りを通じて学びながらも、笑いが絶えない楽しい時間を過ごしました。さらに、日本農業新聞の鈴木祐子論説委員長らの講演もあり、部員同士の親睦や一体感を深める貴重な機会となりました。

今後とも部員一人一人が輝き、地域の仲間と思いをひとつにしなが、さまざまな活動にチャレンジしていきます。

学びあい



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。



一 所 懸 命 青 年 連 盟

JAしまね西いわみ青年連盟

たなか はるひさ
田中 晴久さん



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しまね西いわみ青年連盟益田支部(以下、農青連)の田中晴久さん(29)は、益田市美都町でイチゴやサツマイモ、水稲などを延べ63アールで栽培しています。

高校卒業後、2年ほど製造業で働いていましたが、実家のイチゴハウスの増設を機に両親の作業負担を軽減してあげたいと思い就農を決意。令和2年7月に就農し5年目を迎え、今年7月には両親からイチゴ部門を引き継ぎ、事業主として経営を開始します。

農青連活動には昨年から少しずつ参加し、普段の作業だけでは出会えなかった同世代の農業者から刺激を受けているそう。田中さんは「現状の経営を安定させていくことはもちろん、加工など新たな事業にも挑戦していきたい」と熱く語りました。



抑制キュウリ

園芸研究家 成松 次郎
※関東南部以西の平たん地を
基準に記事を作成しています。

順々に種まきして、長い間収穫を楽しむ

露地栽培のキュウリは春に種まき（晩春に植え付け）、夏に収穫するのが一般的ですが、家庭菜園でも6、7月に種まきすれば、春まきの収穫が終わる頃から新鮮なキュウリがなり始めます。ただし、盛夏期に種まき（または植え付け）するため、高温・乾燥で発芽や活着が不良になりやすく、病害虫の発生が多い時期であること、台風や干ばつなどの気象障害を受けやすいことなどに注意が必要です。

【品種】

耐暑性があり、ウイルス病などの病気に強い品種を選びましょう。「VR夏すずみ」（タキイ種苗）、「ときわ光明（こうめい）」（ときわ研究場）などが良いでしょう。

【畑の準備】

種まき2週間前までに1平方m当たり苦土石灰200gをまき、土と混ぜておきます。次に、1週間前に化成肥料（NPK各成分10%程度）200g、堆肥2、3kgを散布し、よく耕しておきます。幅約120cm、高さ約10cmの畝を作り、土壌水分が適度のときに白マルチを張って乾燥と地温の上昇を防ぎます。前作が果菜類のときは元肥をゼロでスタートし、収穫が始まった頃から追肥を開始します。

【種まき】

栽植方法は2条植えでは、条間80～90cm、株間60～70cm間隔にまき穴を作り、1カ所3、4粒をまきます（図1）。育苗する場合は9cmポリポットに2、3粒の種をまき、本葉2枚程度で植え付けます。

栽培カレンダー（抑制キュウリ）

	6月	7月	8月	9月	10月	11月
冷涼地	●	●	■	■		
中間地	●	●	■	■		
暖地	●	●	■	■		

● 種まき ● 生育 ■ 収穫

【誘引・整枝】

つるが伸び出す前に長さ2m以上の支柱にキュウリネットを張り、つるをネットに誘引します（図2）。下から5、6節までの子づると雌花は、全て早めに摘み取ります。6、7節以上の子づるは本葉2枚の上で摘心し、親づるは支柱の高さで摘心します（図3）。

【追肥・灌水（かんすい）】

肥切れさせないよう2週間ごとに収穫終了前まで追肥を続けます。1回目は果実が取れ始めた頃に1平方m当たり化成肥料30g程度を株の周りに施し、軽く土と混合します。2回目以降は同量を畝の肩に浅く溝を作って施し、薄く土寄せします。キュウリは特に水分が必要で畑が乾いていたら必ず灌水します。

【病害虫の防除】

べと病やうどんこ病は登録農薬で防除します。アブラムシには、粘着くん液剤などを散布します。

【収穫】

長さ21、22cm、重さ100～120gが収穫適期ですが、小さくても「もろキュウ」として楽しめます。最盛期は朝夕2回の収穫を心がけ、また草勢が弱ったときには若取りして株の負担を減らし回復を早めましょう。

図1 種まき

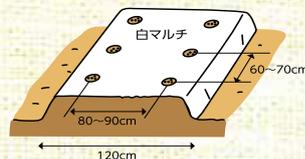


図2 支柱立て

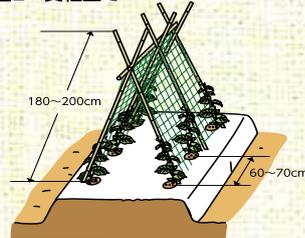
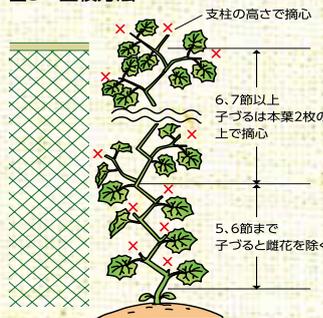


図3 整枝方法



「ベランダでも育てられる みんなのコンテナ栽培」
をJALまねホームページで連載中です。今月は「にんじん」!



JALまねはエネルギー価格・物価高騰等の影響により、経営の維持安定が困難となっている農業者の皆さまを支援します

令和7年度エネルギー価格・物価高騰等対策資金

資金使途

種苗費、肥料費、農薬費、素畜費、飼料費、諸材料費、小農具費、販売経費、雇用労賃等直接的経費など農業経営の維持に必要な運転資金

融資限度額等

- 年間経営費の12/12又は粗収益の12/12のいずれかが低い額（簿記記帳を行っていない場合は1,200万円）
- エネルギー価格・物価高騰等による農業経営への年間の影響額又は影響見込額を対象とします
- 島根県農業信用基金協会による原則無担保・無保証人の限度額 個人2,500万円 法人5,000万円
※ただし、「令和4、5年度新型コロナウイルス感染症及び原油価格・物価高騰等対策資金」並びに「令和6年度エネルギー価格・物価高騰等対策資金」との通算保証残高が個人6,800万円、法人13,600万円を超過する場合、担保または第三者保証人を徴求します
※なお、ご融資額については、融資審査後に決定いたします

融資利率

年0.30%
（当初5年間はJALまねの支援により無利子です）

信用保証料

年0.20%
（島根県農業信用基金協会による保証）ただし、（株）日本政策金融公庫（農林水産事業）の資金借入者は、島根県の保証料補給により実質不要です

償還期間

15年以内
（うち据置期間3年以内）

融資枠

10億円

取扱期間

令和7年4月1日から
令和8年3月31日（融資実行分）

お問い合わせ／島根県農業協同組合（JALまね）各支店窓口

理事会情報

4月の理事会は5月8日開催のため、6月号への掲載とさせていただきます。

胸部CT検診

肺がんだけじゃない、CTで見つかる肺疾患

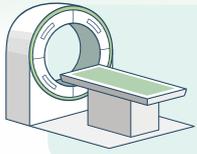
島根大学医学部附属病院

呼吸器・化学療法内科 磯部 威・濱口 愛

家族みんなの健康が
厚生連の願いです



JA島根厚生連



JA島根厚生連ではCT検診車による胸部CT検診を実施しています。CT検診車で撮影した画像データは島根大学医学部附属病院の呼吸器・化学療法内科へ送られ、呼吸器内科医2名で読影しています。



胸部CT検診車が各地を巡ってCT撮影を行います。



大学の呼吸器内科医2名で読影
→ 画像所見をJA島根厚生連へ返します。



JA島根厚生連より受診者の方へ結果送付

胸部CT検診で見つかる肺疾患

呼吸器内科医が読影することで、肺がんは元より臨床的に重要な肺疾患の早期発見にもつながっています。

肺がん



【胸部レントゲン写真】



【胸部CT画像】

胸部CT検診では、レントゲンで見つからない小さながんを早期発見することが可能です。

	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	2021年
受診者	3,903人	2,818人	4,052人	3,740人	3,766人	4,111人
肺がん発見数	10人	10人	5人	6人	7人	19人

以下のような方に特に胸部CT検診をお勧めします

- 40歳以上の方
- 現喫煙者あるいは過去に喫煙歴がある方
- 受動喫煙が気になる方
- 粉じん・石綿の吸入歴のある方
- 血縁者にがんになった人がいる方



COPD (慢性閉塞性肺疾患)

COPDは主にタバコ煙などを長年に吸入することで生じる肺の疾患です。進行すると息切れなどが生じますが、初期には咳・痰など非特異的な症状のみで、レントゲンでも気づきにくい病気です。
CTでは肺気腫（肺に空いた穴）を見つけることができます。
治療の基本は早期発見と禁煙、早期治療です。

間質性肺炎

間質性肺炎は様々な原因で肺に炎症が起きて肺が固くなる（肺活量が低下する）疾患です。初期は症状に乏しく、画像上もCTでしか見つからない微細な変化で発症します。
進行する前に早期診断・治療を行うことで肺活量の低下を抑えることが可能です。
肺がんを合併することもあるため、CTが有用です。

NTM (非結核性抗酸菌)症

NTM症は近年増加傾向にある肺疾患です。非結核性抗酸菌(NTM)は水や土壌に存在する菌ですが、吸入することで肺に感染し、咳・痰・血痰などの症状がでます。症状が無い場合も多くレントゲンでは陰影が見つけにくいため、CTが有用です。



肺疾患の早期発見のため、胸部CT検診をおすすめします！

JA島根厚生連の胸部CT検診は被ばく量を抑えた低線量で検査を行っています。

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~D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		11		16	20
2		9			17	
		10		14		
3	7			15		21
	8		12			
4			13		18	
5					19	

答え

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

タテのカギ

- ①漢字では紫陽花と書く花
- ④肌にできないように日焼け止めを塗りました
- ⑥剣道の試合のとき頭につけます
- ⑦植物を分厚い本にはさんで作ることも
- ⑨1年を基準としたときの3カ月
- ⑪inと表記する長さの単位
- ⑫神棚に供える植物
- ⑭サイン、——、タンジェント
- ⑯海の宝石とも呼ばれる生き物
- ⑱——に交われば赤くなる
- ⑳6月10日は——の記念日です
- ㉑じょうろやホースでおこないます

ヨコのカギ

- ①6~7月はしとしとと降る日が多い
- ②あの部長は——掌握術に優れている
- ③化学式ではH+やOH-などと表します
- ④「桃太郎」でおじいさんが刈りにいったもの
- ⑤旧暦6月の異称
- ⑧赤、青、黄、鮮やかな——の花々が咲いている
- ⑩渋谷駅前の待ち合わせ場所として有名な忠犬——像
- ⑪長女から見た次女や三女
- ⑬父の日に——をこめてプレゼントを送った
- ⑮生の魚貝などを薄く切った料理
- ⑰木の根と枝のあいだ
- ⑲オニ、テッポウなどの種類がある花

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

〒699-1395 雲南市木次町里方1088-6
JAしまね 雲南地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2025年6月6日（金）（当日消印有効）

先月号の答え

「シバザクラ」

ム	シ	ヤ	ヒ	ザ	シ
シ	ン	チ	エ	コ	
タ	ビ	オ	カ	ネ	コ
オ		カ	ラ	ス	イ
ル	ビ	コ	シ	ミ	ノ
	ト	ウ	フ	ツ	ボ
コ	ク	ゴ		ヒ	バリ

俳句の広場

最優秀賞

孫と祖母繋ぐ校歌で卒業す

浜田市 三沢 孝子様

優秀賞

突っ立って泣く一升餅の稚児の春

出雲市 藤江智恵美様

いつとなく妻の耳借る老いの春

安来市 青戸 渉様

金太郎よりも大きな鯉のぼり

兵庫県 小田 慶喜様

佳作

どの子にも広き空あり端午の日
出雲市 北村 功様
久闊の友も老けたり葱坊主
出雲市 藤江 堯様
嫁ぐ子に作りし父の木の芽和え
出雲市 加地 良子様
夜桜やあの日の君は今どこに
益田市 竹田 数字様
留学の生徒らと打つ茸菌
津和野町 田中とよし様

「家の光」でも俳句・川柳・詩・短歌を毎月募集しています。こちらへもぜひご応募ください！

「家の光」6月号 定価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）6月号は川柳を募集します。1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。

応募方法

俳句または川柳、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、ハガキ、FAX、Eメールのいずれかでご応募ください。
※応募作品は自作で未発表のものに限ります。
※応募作品の一切の権利は、JAしまねに帰属するものとします。
※受賞作品は地域名、氏名（または雅号）を掲載します。

あて先

〒690-0887 松江市殿町19-1
JAしまね ふれあい福祉課
「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。



令和7年度

地域貢献・地域活性化支援事業

地域住民やJAの組合員が構成員である
グループ・団体・非営利法人の
地域活性化・地域貢献活動を応援します

募集

支援内容 概要

① 地域活性化団体活動表彰 (副賞10万円)

募集期間 令和7年5月7日(水) ▶ 9月30日(火)

② フードバンク・子ども食堂活動支援
(活動に要する費用。上限10万円)

募集期間 令和7年5月7日(水) ▶ 10月31日(金)



詳細はこちら



JAのこども共済

学資応援隊



ご契約者さまがもしものとき※も安心!

ご契約者(親族)がもしものとき、学資金等の給付はそのままに、
共済掛金の払込みが免除されます。

※共済掛金払込免除不担保特例を付加する場合を除きます。

2025年4月から
給付率がアップ*
しました!

*契約日が2025年4月1日以降の
ご契約が対象

(ご契約例) こども共済 学資金型(大学プラン)/0歳加入/22歳満期/18歳学資金支払開始/12歳共済掛金払込終了/タイプ:基本型/
ご契約者:お父さま 30歳/主契約:共済金額 300万円/特約:指定代理請求特約

共済掛金(年払・口座振替扱い)	216,222円	給付率	
払込共済掛金総額	2,594,664円	(給付総額÷払込共済掛金総額)	
給付総額	3,000,000円	約115.6%	※2

※[もしものとき]とは、死亡、所定の第1級後遺障害の状態、所定の重度要介護状態または災害による所定の第2級~第4級の後遺障害の状態になられたときをいいます。
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。

25320320081



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▲



JAしまね組合員の皆様へ

ご来店の際は、本ご案内を必ずご提示ください。

JA×AOYAMAタイアップカード
ご登録・ご提示で

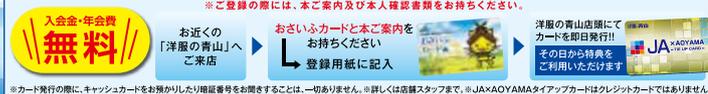
店内全商品 10%OFF



JA組合員様専用のカードが誕生しました。



「JA×AOYAMAタイアップカード」ご登録・ご利用の流れ



オーダースーツなら
Quality Order SHITATE
オーダースーツ 1着 ¥31,900~の品
JA×AOYAMAタイアップカードで提示
1着 ¥28,710~

洋服のお直し承ります
当社以外の購入品もOK!
ご相談ください!

3つのポイント全て貯まる! 使える!
ポイント 10%OFF
下取りOK!

青山タイアップコード

地区本部名	店舗指定	コード番号
くにびき		11673
やすぎ	生活燃料課	11674
やすぎ	赤江支店	11827
やすぎ	安東東支店	11828
やすぎ	安東南支店	11829
やすぎ	伯太支店	11830
やすぎ	広瀬支店	11831
雲南		11675
隠岐		11676
隠岐どうぜん		11677
出雲		11678
斐川		11679
石見銀山		11680
島根おち		11681
いわみ中央		11682
西いわみ		11683



えいのう情報

2025年
5月号



JAしまね雲南地区本部営農だより

水稻編

適正な水管理により、根の活力を維持し高温など気象変化の影響を和らげ、安定生産を図りましょう。

水管理の目安

生育時期	水管理	ポイント
田植え後1ヶ月以降	水の入替え、間断灌水 軽めの田干し	ガスワキによる根傷みを軽減
目標分けつ確保後	中干し開始	中干しの目安:7~10日間または、 軽くひび割れが入る程度
中干し終了後	数回の走水の後、湛水状態 間断灌水の実施	急激な還元状態による根傷み防止
幼穂形成期~出穂後25日	飽水管理 (自然減水・入水の繰り返し)	穂づくりの時期 田を乾かし過ぎない(登熟の向上)
出穂後25日~30日以降	完全落水	収穫7~10日前頃 早期落水による品質低下・胴割防止

重要ポイント! 中干し前の中間追肥(ケイ酸資材の施用)

近年、夏場の高温の影響により乳白粒、未熟粒等の格落ちが見られます。ケイ酸資材の施用は根の活性を高め蒸散を促進し、稲の葉面温度を下げる効果があります。特に稲はケイ酸を多く必要とする植物ですのでしっかり施用し、倒伏の軽減や品質の向上に努めましょう。(稲作暦P10~11参照)

おすすめ資材

けい酸加里プレミア34
[使用量] 20kg/10a
※田植え後30~40日頃の
中干し前の散布が効果的です!

中干しの方法

田植え後、地域や気象条件によって差はありますが、約20日を過ぎると分けつ期に入ります。畦畔から約1m位入ったところの平均的な株を数株確認しましょう。

- 60株植え... 15~17本程度
- 50株植え... 18~20本程度
- 45株植え... 21~23本程度

5月初旬
田植えの場合

約1ヶ月

6月初旬頃から
開始!!

中干しは、過剰な生育を抑え、土中に酸素を送り込むことにより、根の健全化、活力を高め、また耐倒伏性も高める効果があります。

「飽水管理」とは?

田面の足跡の底や溝に水が溜まっている箇所が見られたら再び入水する水管理。特に、田面を乾かさなことが重要で、登熟後期まで根の活力を維持し、登熟向上を図ります。



水を確保しましょう!
《湛水状態》水深3cm~5cm



来月のあなたの運勢 [牡牛座 4/20~5/20]
【全体運】頼み事を引き受けてもらいやすい良好運。感謝の気持ちはしっかり伝え、あなた自身もできるだけ人のお手伝いを
【健康運】前半は無理をしないように。後半は大きく上昇【幸運の食べ物】アスタバ



来月のあなたの運勢 [牡羊座 3/21~4/19]
【全体運】早めの行動が吉と出ます。状況が変わりやすいので優先順位を常に意識して。交渉は丁寧に進めましょう
【健康運】好調ですが後半は下り坂。休憩を忘れずに【幸運の食べ物】インゲン

地区版

農薬の正しい使い方の基本

ポイント1 ラベルの確認と使用基準の厳守

●登録されていない農薬や、登録された使用方法以外での使用は法律で禁止されています。農薬の表示をよく確認して、使用しましょう。(図1)

- ① **適用作物** 農薬を使用してもよい作物(トマト、きゅうりなど)
- ② **希釈倍率** 農薬をどれくらい水で薄めるか
- ③ **使用量** 作物1面積あたり、または一定の株数あたりに使う農薬の量
- ④ **使用時期** その農薬をどのタイミングで使ってよいかを示すもの
- ⑤ **使用方法** 農薬をどのように使うか(まき方、かけ方など)

(図1)

①作物名	適用病害虫名	②希釈倍率	③使用量	④使用時期	使用回数	⑤使用方法	Aを含む農薬の総使用回数
きゅうり	コナジラミ類 アブラムシ類	1,000倍	100~ 300ℓ/10a	収穫の前日 まで	2回以内	散布	3回以内



ポイント2 防護装備の着用

●農薬散布時期には、「マスク」「防護衣」「保護メガネ」「手袋」などの防護装備を適切に着用し、農薬の吸入や皮膚への付着を防ぎましょう。(図2)



(図2)

ポイント3 周囲への配慮

●住宅地や学校、公園などの近隣で農薬を使用する際は、飛散防止策を講じるとともに、事前に周囲の住民に対して農薬の種類や飛散日などを周知し、健康被害の防止に努めましょう。



ポイント4 記録の徹底

- 農薬の使用履歴を記録することで、使用基準の遵守を確認でき、不適切使用の防止にもつながります。
- 各営農経済センター、グリーンセンターに設置していますので、ご活用ください。(図3)

ポイント5 気象状況の確認

●農薬散布前後の気象状況に注意し、大雨などの降水量が多くなる恐れがある場合には農薬の使用を控えましょう。



(図3)

秋まき野菜栽培講習会のご案内

どなたでもご参加可能です!
多くの皆様のご参加をお待ちしております!

講習会
内容

- 秋まき野菜栽培管理講習(約60分)『猛暑を乗り切る!栽培のポイント』秋まき野菜の本圃準備や、暑さに負けない栽培管理についてご説明いたします! おすすめ資材の紹介や取りまとめも行います。
- 適正な農薬の使用について(約15分)

日時	6月26日(木)		6月27日(金)		7月1日(火)	
	9:30~	13:30~	9:30~	13:30~	9:30~	13:30~
場所	JA仁多支店	JA横田支店	JA雲南地区本部	JA大東支店	JA掛合支店	来島交流センター
お問合せ先	仁多生産センター 54-1355	奥出雲営農経済センター 54-1217	営農指導課 42-9115		中央営農課 42-9055	飯南営農経済センター 76-2967

えいのう情報

内容についての
お問い合わせ先 | JALまね雲南地区本部
営農経済部 営農指導課

TEL.0854-42-9115

ご意見募集中! 取り上げてほしい品目等あれば、クロスワードパズル応募のご意見に記入、または上記までご連絡ください。



来月のあなたの運勢 [蟹座 6/22~7/22]
【全体運】運勢は次第に勢いを増し大きく上昇。大変でも諦めずに継続を。勝利の女神がほほ笑みます。魅力もアップ!
【健康運】食べた分はしっかり運動を。スタミナが付きまます【幸運の食べ物】エダマメ



来月のあなたの運勢 [双子座 5/21~6/21]
【全体運】バツフルに過ごせます。ただ、やりっ放しになりやすいところには気を付けて。最後まで責任を持って動いて◎
【健康運】筋トレで体力増強を。下旬は休養に充てて【幸運の食べ物】オクラ



▲販売が行われた「カレーランド」の店舗

雲南地区本部の人気商品「奥出雲和牛カレー」が、4月4日～4月6日に神奈川県横浜市横浜赤レンガ倉庫で開催されたCURRY&MUSIC JAPAN 2025に登場しました。このイベントのフードエリアには、全国から約20店舗のカレー店が集まり、人気アーティストとのコラボカレーも販売されるなど多くの人で賑わいました。

「奥出雲和牛カレー」は都内のご当地レトルトカレー専門店カレーランドが販売し、人気を集めました。販売スタッフとして参加した当地区本部の大島裕司加工課長は「約10万人が来場する大きなイベントで、しっかりとPRができた。今後も色々なイベントでPRしていきたい」と話しました。

ふれあい
News
01
奥出雲和牛カレー
横浜で開催の
カレーイベントに出品



▲収穫作業をする組合員

加茂町の農事組合法人三代原ファームは4月上旬、アスパラガスの春芽の収穫を行いました。今年は3月の寒波の影響で例年より1週間ほど遅く収穫が始まりましたが、品質・収量ともに良好。連日40～50キロを収穫し、県内市場や管内の直売所などに出荷しました。作業は10月頃まで行う予定です。

アスパラガスは、水田園芸の品目では収益性が高く、需要拡大の見込みがあることから、県が「推進6品目」のひとつに指定しています。同法人は、3棟のハウス約12アールで栽培し、昨年の出荷量は約2・8トン。管内生産のほぼ全てを占めています。

錦織基樹 代表は「収量が期待でき、糖度が高く品質も良いので、ぜひ多くの人に食べてもらいたい」と話しました。



▲名生さんの研修を受講する参加者

木次町野菜加工品出荷組合は4月17日、木次町の斐伊交流センターで通常総会を開きました。組合員や関係者ら約40人が出席し、昨年度の事業報告や今年度の事業計画など議案を全て承認しました。

総会後の鳥獣被害対策研修会では、県東部農林水産振興センター雲南事務所の名生啓晃さんを招き、近年同町での被害が目立つニホンザルの対策を教わりました。ニホンザルの生態や柵の張り方、捕獲方法などを学び、名生さんは「個人ではなく、集落全員で山の奥まで追い払うことが重要」とポイントを伝えました。

ふれあい
News
02
春芽アスパラ本番
収穫好調

ふれあい
News
03
木次町野菜加工品
出荷組合総会
鳥獣被害対策学ば



来月のあなたの運勢【乙女座 8/23～9/22】

【全体運】出だしは厳しくても好転の兆しが見えています。味方になってくれる人が現れて状況は一変。伝える努力が【健康運】ぼんやりしがち。うっかりのけがに気を付けて【幸運の食べ物】キュウリ



来月のあなたの運勢【獅子座 7/23～8/22】

【全体運】予定の詰め込み過ぎに注意を。周囲との和を大切にしながらゆっくり進めるよう心がけましょう。急がば回れです【健康運】オーバーワークに気を付けて。ペース配分が重要【幸運の食べ物】シソ

地区版



▲播種機で作業を行う関係者

雲南管内では3月下旬から4月中旬にかけて水稲の播種作業が各地で行われました。三刀屋町のなべやまらいす株式会社では4月18日、農業・化学肥料不使用の「きぬむすめ」の播種作業を行いました。80箱に種をまき、6月上旬に田植えを予定しています。

同社はJAしまねが、生産資材高騰と米価低迷への対応として有機農業を推進していることをきっかけに、2年前から農業・化学肥料を使わない水稲栽培に取り組んでいます。昨年は約30アールで栽培し、反収が約370キロでした。

石原公夫社長は「暑さとイネカメムシの対策が今年の課題。県やJAと協力し、安定した収量を取れるようにしていきたい」と話しました。

News 04

田植えに向け各地で播種



▲多くの新鮮な野菜が並び、試食も行う店内

雲南地区本部は4月26日、広島県広島市のスーパーマーケット「フレスタアルパーク店」で、管内の水耕野菜ブランド「みどりちゃん」の販売イベントを開きました。県外での認知度を高め、消費拡大につなげます。

「みどりちゃん」は、管内農家10戸でサンチュや小ネギなど6品目を栽培しています。2023年には生産者で組織する「みどりちゃん委員会」が県版GAP（農業生産工程管理）の上位基準「美味しまねゴールド」の認定を受けるなど、安全・安心で高品質な農産物を消費者に届けています。今回のイベントでは、セロリやサラダホウレンソウなど3品目を販売。午前でセロリが完売するなど多くの人で賑わいました。

News 05

水耕野菜「みどりちゃん」
広島でアピール



▲参加者に見本を見せる みはらさん

雲南女子大学院「華凛」は4月18日、健康運動指導士のみはらすえこさんを講師に迎え、体改善講座を開きました。

みはらさんは、生活習慣病や介護予防のための安全で効果的な運動を実践するためのサポートを行う資格「健康運動指導士」を、1991年に民間指導者として県内で初めて取得され、各地で指導をされています。

講座では、みはらさんの長年の経験を交えたヨガによる体質改善を学び、参加者は体を動かしながら呼吸を意識して指先や足を使った運動で体をほぐし、無理のない動きで体の調子を整える方法を教わりました。参加者は慣れない動きに四苦八苦しながらも「体を動かしてスッキリした。合間にも少しづつでも体を動かしたい」と笑顔を見せました。

News 06

自分の身体と向き合う
体改善講座開催



来月のあなたの運勢【蠍座 10/24~11/22】

【全体運】苦しい状況に終わりを告げられそう。初志貫徹、自分のペースを大切に。時間がかかっても諦めないこと
【健康運】体調不良は改善の兆し。飲み過ぎ食べ過ぎは控えて【幸運の食べ物】ズッキーニ



来月のあなたの運勢【天秤座 9/23~10/23】

【全体運】用事を後回しにしていると大変なことに。やりたいことより、やらなければならないことを優先して。外出は吉
【健康運】血行を良くする食べ物や飲み物を取りましよう【幸運の食べ物】新ショウガ

令和8年4月 JALしまね雲南地区本部 中途採用職員募集のご案内

- 募集職種** 正職員(総合職) **採用人数** 若干名
- 応募資格** 高等学校卒業以上の学歴を有し、1986年4月2日以降に生まれた方
- 受付期間** 令和7年6月2日(月)～令和7年6月30日(月)
- 選考方法** 筆記試験(適性検査・論文)、面接試験
- 応募方法** 下記書類を雲南地区本部総務課へ持込または郵送のうえ、ご応募下さい。

- ①履歴書 1通(パソコン作成可)
- ②自己紹介書(様式・字数等は問わない)
- ③最終学校の学校卒業証明書 もしくは それに準ずるもの
- ④受験申込書(JALしまねHPを参照するか総務課 及び 支店窓口へお申し出下さい)

※詳細は、JALしまねHPまたは下記までお問い合わせ下さい。

お問い合わせ先

JALしまね 雲南地区本部 企画総務部総務課 (担当:田中・山根)

TEL:0854-42-9000

ホームページ

<https://ja-shimane.jp/unnan/>

FAX:0854-42-9100

E-mail

soumu.unn@ja-shimane.gr.jp

4月の

運営委員会

だより

4月15日開催

議題

- ①雲南地区本部 経営改革の実践状況について
- ②令和7年度事業計画について
- ③令和6年度業績還元実績報告について
- ④各事業部からの報告について

質疑応答

※当日出たご意見・要望の一部については要点をまとめて掲載しています。

Q みどり工房の運営について、現在、施設での処理量を調整し、業務を行っていると思う。仕事量をカットすることは人件費を減らして赤字部分を補填しているようなもの。従業員に対する説明はなされているのか。

A 収支改善の方策として、作業内容をネギの低い葉物を外注へという考えがあり、施設での仕事量が減少しています。運営方法の見直しについて、

目的を含めて充分な説明ができていなかったものと思われるので、しっかりと対応していきます。

Q JALしまねが導入する事業本部制について、今の地区本部の人数は減ってしまうのか。

A 管理部門を集約することで、管理部門の人数は減少しますが、人員やお金を支店や事業所へ再配置しますので、身近な支店や事業所の人員は減りません。

Q 肥育事業の事業継承について、牛を飼っている人が出資するかどうかという話を聞いたが、どのようにするのか。

A 畜産座談会で情報提

意見・要望

供しましたが、会社が設立され、1株1万円で設定されています。今後、畜産農家に向けて正式な依頼があると思いますので、詳しい内容については、その際にお伝えします。

米の価格の発表をなるべく早くしてほしい。掛合の集出荷センターの使用について、今後も、地元住民と市、JALが揃って話し合う場を継続的に設けてほしい。

昨年、イネカメムシ被害の情報発信が遅かった。今年は早い段階で発信していただきたい。

人事動向

●依願退職(4月30日付)

●細木聖司(企画総務部総務課)

●平野恵子(営農経済部加工課)

●人事異動(5月1日付)

※新部署・役職等、(旧部署)・氏名の順に掲載

●本店

●総務部総務課長(営農経済部営農企画課長) 小林慎一

●営農経済部

●営農企画課長(営農指導課長) 新田大治

●営農指導課長(営農指導課長補佐) 石原弘子

来月のあなたの運勢 [山羊座 12/22~1/19]

【全体運】もたつきがちだった状態が動き始めます。運勢は活発化。何度でもトライしていきましょう。諦めなければ成就へ

【健康運】スキンケアの方法をひと工夫。しっかりと肌に近づきます【幸運の食べ物】トマト

来月のあなたの運勢 [射手座 11/23~12/21]

【全体運】強く押した後はスローダウン。ゆっくり動くよう心がけましょう。相手の話をよく聞くことも大切。一步譲って

【健康運】前半はスポーツを楽しんで。後半は散歩が◎【幸運の食べ物】ゼンマイ

S席利用! 宝塚鑑賞日帰りの旅

昨年、大好評だった雲南女性部のイベント「ふれあいの旅」の開催が今年も決定しました!今年、宝塚鑑賞日帰りの旅。100年以上の歴史を持つ宝塚歌劇団を観劇し、支部を超えて交流を深めましょう!

- 日 時: 令和7年 8月19日(火) 7:00~19:00(予定)
- 行 先: ①宝塚歌劇団鑑賞(宝塚大劇場・兵庫県宝塚市)
②めんたいパーク神戸三田(兵庫県神戸市)
- 対 象 者: JAしまね雲南女性部員の方
- 代 金: [JAしまね雲南女性部員] 22,000円
- 募 集 人 数: 120名(先着順) ※最小催行人数70名
- 申 込 期 間: 5月20日(火)~6月13日(金)まで
- 申 込 方 法: 最寄りの各支店で「旅行申込書」をご記入ください
- お問い合わせ: JAしまね雲南地区本部 ふれあい課 TEL 0854-42-9053

旅行実施日 令和7年 8月19日(火)

旅行代金/大人お一人様 22,000円

26,800円

利用バス会社

LINEが友達集集中!

年金相談会



年金についてのご相談はJAで!

年金相談会のご案内

無料

- 仁多支店 6月 5日(木) 10:00~15:00
- 掛合支店 6月14日(土) 9:00~12:00
- 加茂支店 6月26日(木) 10:00~15:00

◎お一人おひとりの相談会です。できるだけご予約下さい。
◎お問合せは、各支店窓口までお気軽にどうぞ。

今後の大切な年金について、
JAと考えませんか?

日本農業新聞注目!

直売所 モリモリ奥出雲 (松江市)

4月27日の日本農業新聞の全国紙面で、イオンモール松江店内にある雲南地区本部管内の農産物を販売する直売所「モリモリ奥出雲」が特集されました。全国の直売所を取材してきた日本農業新聞の記者に感想を聞いてきました。

取材後記

モリモリ奥出雲では、農産物は生産者出荷に限り、雲南管内の新鮮野菜を揃えています。足りないものはイオンで買えるので「win-win」の関係を築いている点が良いと思いました。雲南管内にのべ40力所の集荷所があり、利便性が高いことや、自宅で商品用のシールを発行できることなど、生産者ファーストの仕組みづくりには感銘を受けました。

私は餅を買って帰ったのですが、米どころである雲南地域のおいしい餅が市街地で買えるのは魅力ですね!



地域の生産者が心を込めて作った商品が並ぶ直売所。スーパーではあまり見かけないものに出会えるかも

皆サトも直売所へGo!



雲南管内の直売所一覧はこちら

子牛市場成績表

中央“続伸”の相場展開

地区名	種別	取引頭数	最高価格	最低価格	平均金額	平均体重	キロ単価	前月価格比
雲南地区本部	雌	36	776,600	476,300	598,308	286	2,095	-5,326
	去	47	906,400	426,800	709,149	302	2,345	6,365
中央市場	雄	2	247,500	247,500	247,500	180	1,375	-654,500
	雌	123	954,800	387,200	597,032	288	2,070	8,073
	去	151	1,038,400	317,900	717,426	315	2,275	38,295

令和7年4月の全国主要子牛市場平均価格は、雌603,643円(前月比107%)、去勢735,843円(前月比105%)、計677,665円(前月比106%)で、続伸の取引となっています。

畜産 市況

4月



6月の外勤日 18水 19木 20金 ※支店によっては変更する場合があります。詳しくはお近くのJA窓口までお問い合わせ下さい。



来月のあなたの運勢【魚座 2/19~3/20】
【全体運】厳しい状況が緩和の兆し。イラッとしても冷静に。落ち着いて対処すれば改善へ向かいます。応援団も現れそう
【健康運】急な発熱に気を付けて。無理はしないこと【幸運の食べ物】レタス



来月のあなたの運勢【水瓶座 1/20~2/18】
【全体運】さまざまなことが動き出し、新しい目標も出てきそう。分からないことは調べて確かめて。フットワークは軽く
【健康運】不調を発見しやすいとき。健康診断や検査は受けて吉【幸運の食べ物】パプリカ

準備はお済みですか？

おすすめ本田防除農薬のご紹介

穂ばらみ期

ブラシントレバリダ粉剤DL

〔使用時期〕 収穫14日前まで
いもち・紋枯病、カメムシ類、ウンカ類を
この一剤で同時防除！

成分数：4(3) 〔店頭価格〕 3kg **2,995円**(税込)



ブラシントレバリダ水和剤

〔使用時期〕 収穫14日前まで
いもち・紋枯病、カメムシ類、ウンカ類を
この一剤で同時防除！

成分数：4(3) 〔店頭価格〕 400g **3,414円**(税込)



アミスタートレボンSE

〔使用時期〕 収穫14日前まで
いもち・紋枯病、カメムシ類、ウンカ類に
高い効果！

成分数：2 〔店頭価格〕 500ml **6,868円**(税込)



無人航空機
散布に使用可

穂ぞろい期

ノンブラストレボン粉剤DL

〔使用時期〕 収穫7日前まで
いもち病への予防・治療効果
カメムシ類、ウンカ類も同時防除！

成分数：3 〔店頭価格〕 3kg **2,731円**(税込)



トライKフロアブル

〔使用時期〕 収穫14日前まで
新規有効成分でいもち病に高い予防・治療効果
カメムシ類・ウンカ類にも高い防除効果

成分数：2 〔店頭価格〕 500ml **5,333円**(税込)



無人航空機
散布に使用可

ビームスタークル粉剤5DL

〔使用時期〕 収穫7日前まで
いもち病への予防効果
カメムシ類、ウンカ類も同時防除！

成分数：2 〔店頭価格〕 3kg **2,129円**(税込)



シロアリ警報！床下無料調査実施中!!

初夏は羽アリが出る季節。
気付かないうちに
住みついてくるかも。
早めの防除が
あなたの家を守ります。



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

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>

松江営業所 TEL 0852-26-6757 出雲営業所 TEL 0853-31-9600
益田営業所 TEL 0856-22-5390 江津出張所 TEL 0855-52-6852
隠岐営業所 TEL 08512-2-2471

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。

予約制

お電話でのご予約は 0120-093-691
ネットでのご予約は 新築そっくりさん 山陰



新築そっくりさん 高断熱リフォーム



2023年度 日本不動産学会業績賞 国土交通大臣賞受賞



住友不動産の新築そっくりさん

住まいのリフォーム相談会

6/28土・29日

【開催時間】
10:00
〜
16:00

会場 **Aコープ だいたう店**
雲南市大東町大東 2427-1

入場 無料
相談 無料



当日連絡先 TEL 090-6206-2848
※当日のみつながります。経原(フジワラ)までお気軽にご連絡ください。



住まいの(無料)お悩み相談会

困り事やお悩み解決の第一歩!
ぜひ、ご自宅の資料(図面、写真など)お持ちください!

カンタンな手描きでも大丈夫です!
ぜひ、お持ちください。

※内容・時間は変更になる場合がございます。予めご了承ください。

予約制 リフォームのご相談はショールームでも承っております。お客様のご都合にあわせてお気軽にお越しください。

松江ショールーム 島根県松江市玉湯町湯町1191-1



松江ショールーム外観 10:00~18:00 水曜日定休 駐車場あり



2025年 断熱・省エネリフォームを対象に **大型補助金が利用できます!**

今が **高断熱** リフォームの絶好のチャンス!

2025年版 住宅省エネキャンペーン **補助金最大280万円**

※補助金の併用は可能ですが、同じ工事内容で重複して補助金を受給することはできません。※諸条件により、補助対象にならない場合があります。※その他の受給要件等、詳しくはお尋ねください。※2024年11月29日時点の公表資料によります。

新築そっくりさんの **無料建物調査受付中!**

失敗しない・安心快適なリフォーム工場の第一歩は建物の現状を把握することです。
ご相談ください。この6つの項目を行います!

ご契約前のコンサルティングにつきましては、費用は発生しませんので、お気軽にご相談ください。

- 現況図面作成
- 耐震診断
- 屋根調査
- 建物調査
- 床下白蟻検査
- プランお見限り

高断熱 リフォームプランのすすめ

ニーズに合わせてお部屋単位から家1棟まるごとまで、新築同様の暖かく快適な住まいをリフォームでお気軽を実現可能!
新築そっくりさんは健康・快適でも新築水準の暮らしをお届けします。※1:平成28年省エネ基準

新築そっくりさんの高断熱リフォームプラン

リフォームで新築住宅の省エネ基準※に対応

- 1棟まるごと全体
- 1階層だけ
- お部屋単位でもOK!

リフォームで温度差解消 快適な暮らしと体感温度

結果 ●省エネかつ健康で快適に暮らすことができます。



JALしまね 雲南地区本部 生活課
〒699-1395 島根県雲南市木次町里方1088-6

TEL: 0854-42-9133

がん共済

仕組改訂のご案内です!!

JAの
「がん共済」が
新しく
なりました!!



【浜辺美波】

「手術」「放射線治療」
だけでなく
「薬物治療」にも対応

「がん」と診断された場合、
共済掛金の払込は不要に
(がん診断時共済掛金払込免除特別※1を付加した場合)

ご契約中の がん共済	入院	在宅医療 ^{※3}	三大治療		
			手術	放射線治療	薬物治療 (抗がん剤・ホルモン剤)
旧がん共済 ^{※2} ^{※4}	○	×	○	○	×
NEW! 新がん共済 ^{※4}	○	○	○	○	○

※1 がん診断時共済掛金払込免除特別による共済掛金の払込免除については、ご契約日からその日を含めて91日目から責任(保障)を開始いたします。
 ※2 旧がん共済は契約日が令和7年3月31日までの契約となります。
 ※3 在宅医療について、がん性疼痛等の緩和のための在宅医療を受けたときをいいます。 ※4 お支払いには所定の条件があります。

令和7年3月以前のJAの“がん共済”に加入されている場合
 在宅医療や薬物治療を行った場合にお役に立てないケースがございます。
 最新の保障内容への変更についてはご契約のJA支店へご相談ください!

※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。
 ※ご年齢や病歴および現在ご加入の契約内容によっては新しい保障内容への変更手続きができない場合がございますので、ご了承ください。

詳しくはお近くのJA(または担当者)にお問い合わせください。

地区版

太陽熱温水器で

あなたの暮らしを快適に

お風呂も心も
あったか♪



太陽エネルギーを効率よく集熱し、とても経済的！

地球にもお財布にもやさしい太陽熱温水器。

ぜひこの機会にお買い求めください！



CHOFU

太陽熱温水器 SW1-211L

集熱部総面積 3.5㎡

希望小売価格¥286,000(税込)

¥228,800(税込)

※別途、配管部材費、取付工事費がかかります。

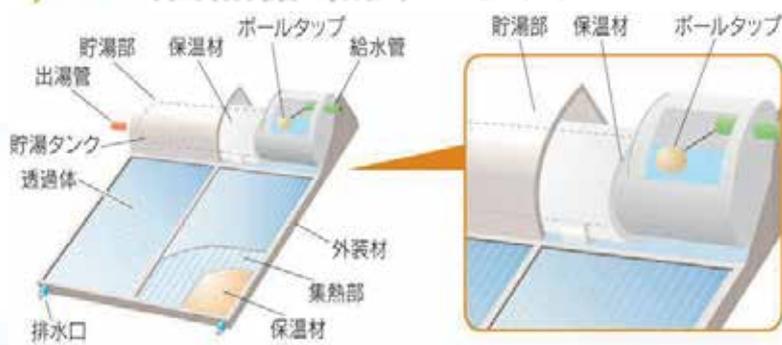


太陽熱温水器の撤去作業のみも承ります！

¥61,000(税込)

※撤去費、分別費込

太陽熱温水器 (自然循環形)のしくみ



ご相談・
お見積りは
無料です！

お気軽に
お問い合わせ
ください！

お問合せ

有限会社サンコープ雲南

雲南市三刀屋町三刀屋1129-5 (旧JA三刀屋支店)

☎0854-45-3336

フリーダイヤル 0120-420-078



リラクスパロ マッサージチェア E57
MINE-1

メーカー希望
小売価格 ~~294,800円~~ から

なんと!! 10万円値引き

組合員
特別価格 **191,500円**

さらに!! マッサージチェアの買替で

特別
価格 **180,500円** 税込

開梱設置費無料! 旧マッサージチェアの引取無料!

コンパクトでも
妥協を許さない機能性

新商品

フジ医療器

自宅で健康

プロジェクト



シンプル
LEDリモコン

ベージュ×ブラウン(色)

リラクスパロ マッサージチェア E57
MINE-1

医療機器認証番号:302ABBZX00057000 (家庭用電気マッサージ器・管理区受検器)

5種類の専用技

首ほぐし 肩ハード 肩甲骨
腰ハード 尻ほぐし

こだわりの全身マッサージをコンパクトな一台に

肩をしっかりとつかむようにほぐす

GRIP式メカ4.0

肩を上下から挟み込む
独自のつかみ機構



しっかり
つかむ

滑らかなもみ心地
360°回転もみ玉



360°
回転

背すじのカーブに沿った
S字フィットフレーム



身体に
フィット

肩はつかみほぐし、
背中も広範囲に、
腰は深くもみこみ、
お尻は押し上げる

コンパクトで置きやすい



エアーマッサージ



お問合せ 有限会社サンコープ雲南

雲南市三刀屋町三刀屋1129-5 (旧JA三刀屋支店)

☎0854-45-3336 フリーダイヤル 0120-420-078

商品提供メーカー:株式会社フジ医療器

島根うまれの食材レシピしまねうレシピ

新じゃがいものチーズガレット

材料（4人分）

- じゃがいも… 3個(300g)
- ピザ用チーズ… 40g
- 片栗粉… 大さじ1
- 塩こしょう… 少々
- サラダ油… 大さじ1

作り方

- ①じゃがいもはきれいに洗って、皮つきのまま、細せん切りにする。
- ②ボウルにAを全部入れて混ぜ合わせる。
- ③フライパンにサラダ油を中火で熱し、Aを入れてフライ返しなどで押さえながら丸く形を整える。
- ④蓋をして弱火にし、焼き色がついたら裏返して押さえ、再度フタをして火が通るまで焼く。

コメント

- ・じゃがいもを細く切って焼くだけ！冷めても美味しいのでおやつやお弁当にもぴったりです。
- ・新じゃがいもにはビタミン類が豊富に含まれ、フランスでは「大地のリンゴ」ともいわれています。

アレンジ

- ・ツナ缶やじゃこ、桜エビ、ベーコン、竹輪などを入れてグレードアップ！
- ・じゃがいもだけでなく、もやしやにんじん、小松菜、青しそ、オクラ、きのこなど、いろいろな野菜と組み合わせてもOK！



たけのこと青しその春巻き棒餃子

材料（4人分）

- 豚肉薄切り… 150g
- たけのこ（水煮）… 100g
- しいたけ… 2枚
- 青しそ… 20枚
- にんじん… 1/2本
- 春雨… 20g
- オイスターソース… 大さじ1
- ごま油… 大さじ1
- 酒… 大さじ1
- 小麦粉… 大さじ1
- 砂糖… 小さじ1/2
- 塩こしょう… 少々
- 餃子の皮… 20枚
- サラダ油… 大さじ1

作り方

- ①豚肉、たけのこ、しいたけ、青しそ、にんじんは長さ2～3cmの細切りにする。
- ②春雨は熱湯につけて戻し、水気をきって長さ2～3cmに切る。
- ③ボウルにAを入れ、Bも加えてしっかり混ぜ合わせる。
- ④③を肉のトレイに平たく入れて、20等分し、餃子の皮の中央に棒状に置き、皮を巻き付けて重なった部分を水で糊付けする。
- ⑤ホットプレートで予熱し、サラダ油を2/3量ひき、④を並べ入れる。
- ⑥焼き色がついたら、裏返して水50ccを加え、蓋をして3分間蒸し焼きにする。
- ⑦蓋を取って水気を飛ばし、餃子の間に残りのサラダ油を流し、皮がパリッとするとまで焼く。

コメント

- ・春巻きの具材を餃子の皮で棒状に巻くだけ！簡単餃子です。
- ・具たくさんで満足度もマックス！



アレンジ

- ・具材は旬の野菜を細切りにして混ぜ、豚肉も鶏肉や牛肉、エビなどに替えても美味しくできます。
- ・フライパンで何回かに分けて焼いてもOK！

JA 島根厚生連

健康散歩 五月病を乗り越えましょう

ゴールデンウィークが終わり仕事を再開する際に、心身のバランスを崩す方は少なくありません。これは「五月病」と呼ばれ、5月の連休後に心身の不調を感じる状態のことを指します。新しい環境に対する不安や、人間関係がうまくいかないことによるストレスが原因となり、症状として表れることが多いです。五月病を予防するためには、その原因となるストレスを解消することが大切です。今回は、五月病を乗り越え、ストレスを軽減する方法をご紹介します。

- 1.モヤモヤを吐き出す**：モヤモヤが溜まっていると感じたら、パートナーや友人などに話を聞いてもらいましょう。人に話にくい場合は、不満や不安を紙に書き出すだけでも気持ちが整理され、ストレスが軽減されます。
- 2.セロトニンを増やす**：セロトニンは心の安定や安心感を高めストレスを和らげてくれる脳内物質です。セロトニンを作る材料となる「トリプトファン」は、大豆製品、乳製品、穀類、ごま、卵などに多く含まれています。食事からしっかり摂ることを意識しましょう。

- 3.継続できる運動をする**：有酸素運動はストレス軽減に効果的です。ウォーキングや軽いジョギングなどを生活に取り入れてみましょう。本格的なスポーツでなくても、「近所を散歩する」「階段を使う」など、日常生活の中で身体を動かす習慣をつけることが大切です。
- 4.睡眠を改善する**：しっかり眠ることで脳が休まり、ストレスも緩和されます。睡眠時間が短くなってしまふ場合は、「質」でカバーできるよう工夫することが重要です。「寝室の環境を整える」「お酒を控える」「ぬるめの湯船にゆっくり浸かる」など、できることから始めましょう。
- 5.ひとりの時間を作る**：「ひとりの時間」はストレスから解放される大切な時間であり、ストレスからの回復にも効果があります。意識的にひとりの時間を確保し、リラックスできるよう工夫しましょう。

心にも体にも不調が出やすい五月病。もし五月病かもしれないと感じたら、心身とも健康に過ごすために、今回ご紹介した五月病の乗り越え方を参考にしてみてください。



組合員・利用者の皆様へ（お詫び）

このたび、当組合の出雲地区本部におきまして、葬祭センター職員による葬儀代金等の金銭着服が判明いたしました。組合員ならびに利用者の皆様に多大なるご心配とご迷惑をおかけしたことに對し、深くお詫び申し上げます。

今後、農業協同組合としての果たすべき役割と使命を深く認識し、綱紀粛正を図り、なお一層の法令遵守（コンプライアンス）の徹底を図ってまいります。

そして、信頼回復に向けて役職員一丸となり、誠心誠意、業務に邁進する所存でありますので、今後ともご指導、ご鞭撻を賜りますよう、よろしくお願ひ申し上げます。

令和7年4月23日
島根県農業協同組合
代表理事組合長 石川 寿樹

