



SNSで旬な情報を
投稿しています



JALしまねびより

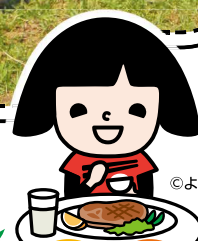


2026
7
July
Vol.124

みーつけたしまねの
ファーマーズ
Shimane farmers
亀澤 哲則さん
隠岐どうぜん地区本部



特集 島根県産メロンの魅力に迫る！



©よい食P





かめざわ
亀澤 哲則さん
てつり
今月は、隠岐とうぜん地区本部。西ノ島町
産馬会に所属し、馬の繁殖・生産に取り組
む、亀澤哲則さんにお話を伺いました。



大工が始めた馬との暮らし

古くから馬と共に暮らしてきた西ノ島で、馬の繁殖・生産に取り組む亀澤哲則さん。本業は大工で、島内の住宅のリフォームや修理をてがけるかたわら、県内でも珍しい「馬専門」の農家として活動しています。

馬との出会いは11年前。父が趣味で1頭購入したことがきっかけでした。しかしその頃、周

囲の農家の廃業に伴い馬を譲り受けることが続き、気づけば10頭に増えていたそうです。亀澤さんは8年前、当歳馬（0歳の馬）の飼育を任されたことを



出産や子馬の世話をする厩舎は
亀澤さんとお父さんと2人で建てました。

きっかけに、本格的に馬に関わり始めました。「飼ってみるとすごく面白かった」と振り返る亀澤さん。かわいいただけではなく、人に慣れさせる難しさも魅力だったといいます。その後少しずつ頭数を増やし、現在は当歳馬を含め33頭を飼育しています。

生後10日間の信頼づくり

亀澤さんが飼育するのは、農耕馬や食肉用として知られる重種馬です。出産シーズンは3〜6月。乳房の張りや乳首の向き、乳汁のにじみで出産を見極め、産みそうになったら厩舎



生まれたばかりの子馬たちが過ごす厩舎の隣にある運動場

に連れ帰ります。西ノ島は崖が多く、そのまま放牧場で出産すると転落の危険があります。厩舎で産ませるようになってから、事故はゼロになったそうです。

生まれた直後から始まるのが、人に慣れさせる作業です。生後10日間が勝負。毎日少しずつ触れながら、人は怖くないことを教えていきます。「砂糖をなめさせたらもうこっちのもの」と笑う亀澤さん。その後、子馬は放牧場で飼育管理します。朝夕の見回りで名前を呼ぶと、自分から寄って来る馬もいるそうです。

生後半年を迎える10月頃には初めてロープやモクシ（頭絡）を付け、人に引かれて歩くことを覚えさせます。抵抗する馬とも、根気よく向き合い続けます。大変な作業ですが、馬を安全に管理するために欠かせない過程です。

11月頃になると、オスは肥育農家へ売却されます。約1年半育てられた後、食肉になります。一方、多くの雌は繁殖牝馬として西ノ島に残ります。



馬の飼育の面白さ、大変さを語る亀澤さん

もっと大きな馬を育てたい

現在の課題は馬の体格です。亀澤さんが北海道や九州の馬を見たとき、その大きさに驚いたといいます。亀澤さんの馬は大きくても700キロほどですが、北海道や九州では900キロ〜1トンになることもあるそうです。体格が大きいほど高値がつくため、産馬会でも馬を大きくしていく方針に。J Aを通じて、北海道からブルトンという品種の大型の種馬を導入し、少しずつ大きな馬が生まれているそうです。



馬と戯れる亀澤さん。オスは売るのが辛いので、愛着がわかないよう意識的にあまりかわいがらないようにしているそう。

難しいから、面白い

毎日馬の世話をする亀澤さん。唯一の趣味は釣りに行くことだそう。「出産を控えた馬に『お前、今は産むなよ』といいながら釣りに行く」と笑う亀澤さん。冬がシーズンで、グレなど釣れた魚は近所へも配るのだとか。

大変なのは夏の渇水。ここ2〜3年、西ノ島では日照りの夏が続いています。昨年は朝晩毎日、水を運び続けました。その量約40トン。80回も車で家と放牧地を行き来したそうです。

水を運び、餌代に頭を悩ませ、時には蹴られることもある。それでも続ける理由を尋ねると、答えはシンプルでした。

「とにかく面白いから。難しいけど、それが余計面白い」

どう無事に出産させるか、どうすればもっと大きく育つのか。試行錯誤を重ねながら馬たちと向き合う時間が、亀澤さんの何よりの楽しみです。



趣味は釣り。大漁です！

島根県産

メロンの魅力に迫る!

高級感があり、贈答用としても人気の高いメロン。島根県の代表的な特産のひとつで、夏の訪れを告げる特産品として、毎年楽しみにされている方も多いのではないのでしょうか。今月は、そんな島根県産メロンの魅力に迫ります!



島根県で主に栽培されているのは「アムスメロン」と「アールスメロン」。いずれもハウスでの立体栽培で育てられ、品質が良いのが特徴です。益田市を中心に、各地で栽培され、県内での栽培面積は「アムスメロン」が約115ヘクタール、「アールスメロン」が約35ヘクタール(令和8年4月末現在)となっています。

立体栽培
って?

1本のつるから1つのメロン



立体栽培は、メロンのつるを上から吊るし、果実を空中で育てる栽培方法です。地面に接しないため傷がつきにくく、1本のつるから1つのメロンしか育てないため、太陽の光をたっぷり浴びて、美味しさが凝縮されたメロンに仕上がります。

「アムスメロン」は地這いで育てられることが多い品種でしたが、これを立体栽培で育てて高品質を追求したのが「島根県産アムスメロン」の特徴です。

旬の
時期

今が旬!!

6月中旬に最盛期を迎えます

	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月
アムスメロン							
アールスメロン							

7月上中旬に最盛期を迎えるほか、
盆前の需要期に合わせ多く出荷されます。

アールスメロンは
秋作も栽培されています。

アムスメロン

主な産地：益田市、大田市、雲南市、出雲市 など
緑色の縦縞模様が特徴的な「アムスメロン」。立体栽培で育てられるため外観にも優れ、贈答用にもぴったりです。糖度は14度以上。肉厚でなめらかな食感、濃厚な甘みが特徴です。5月下旬～8月上中旬に出荷されます。



アールスメロン

主な産地：益田市、安来市、雲南市、出雲市 など
「アールスメロン」は、「マスクメロン」と総称されるメロンの一種で、果実を覆う細やかな網目が美しく高級感にあふれています。こちらも糖度は14度以上。上品な香りとさわやかな甘さが味わえます。夏作は7月初旬～8月上中旬、秋作は10月初旬～11月上中旬に出荷されます。

主産地
益田市

益田市でのメロン栽培



益田市の飯田選果場

【地理的表示（GI）保護制度】

その地域ならではの特性を有する産品の名称を、地域の知的財産として保護する制度です。メロンとしては、北海道の「夕張メロン」に次いで2例目の登録となっています。

益田メロン部会 世良竜一部会長からひとこと

生産者は減っていますが、部会には若手も多く、意欲のある人がたくさんいます。法人化など、産地維持のためにできることを考えていきたいです。

益田市の益田メロン部会では、現在49人の部会員が「アムスメロン」を約88ヘクタール、「アールスメロン」を約30ヘクタールで栽培。島根県産メロンの大部分を占める産地です。

メロン栽培が始まったのは約50年前。地域を挙げて収益性の高い農産物を栽培しようと試行錯誤し、「アムスメロン」にたどり着きました。「アムスメロン」では珍しい立体栽培を採用するなど、工夫を重ねながら産地を拡大。昨年1月には「益田アムスメロン」が農産物などの地域ブランドを守る地理的表示（GI）保護制度の対象として登録されました。





中東情勢で資材懸念 島根県知事へ緊急要請

JAしまね、JA島根中央会、島根県農政会議は6月6日、JAしまね石見銀山地区本部で、中東情勢の緊迫化に伴う農業生産資材の安定供給確保と物価高騰対策を求める緊急要請書を丸山達也県知事に提出しました。JAの竹下克美組合長、県農政会議の山中康樹会長らは肥料や燃料などのさらなる価格高騰や流通停滞による農業経営への打撃を懸念し、県独自の支援強化や国への働きかけを強く求めました。

3団体は、ビニールやポリ資材などで3割から4割の値上げや発注数量制限が生じている現状を報告。紛争が長期化すれば、飼料を含めたあらゆる資材の入手が困難になり、地域農業の生産基盤が揺らぎかねないと強い危機感を示しました。

主要要請項目は、資材の安定供給に向けた予算確保および価格高騰の影響緩和策の創設です。また、共同利用施設の再編や機械導入計画の見直しに関し、現場の実情に即した柔軟な対応を求めました。

加えて、農畜産物の適正な価格形成に向けた取り組みも盛り込みました。資材コストの上昇分を販売価格に転嫁できるよう、消費者や流通業者に対して農業経営の実態を伝える情報発信を強化するよう県に働きかけています。

丸山知事は「政府に現状をしっかりと伝え、県としても対策を考えていきたい」と話しました。



丸山知事（左から2人目）へ要請書を手渡す竹下組合長（左から3人目）ら



ぶどう生産部会の代表者が「神紅」を副知事へ贈呈

赤系大粒の島根県オリジナルぶどう品種「神紅」を栽培するJAしまね各地域のぶどう生産部会の代表者5名が6月19日、松江市の県庁で石原恵利子副知事へ「神紅」を贈呈しました。

出雲ぶどう部会の片寄厚部会長は「国内各地に赤系のぶどうがある中、市場関係者からは一段高い評価をいただけている。出荷基準に沿って厳選した高品質な味わいを多くの消費者に楽しんでもらいたい」と報告しました。

試食した石原副知事は「食感が良く、みずみずしく甘く、爽やかな味わいです。いくらでも食べられますね」と絶賛しました。

JAしまねによる「神紅」の共販は令和2年に始まりました。本年産は9月下旬まで59名の生産者が約22トンの出荷を計画し、販売金額約9100万円を目指しています。



石原副知事（左から4人目）に「神紅」を贈る片寄部会長（左から3人目）ら



JA運営に反映を 総代代表者等との意見交換会を開催

JAしまねは6月3日、ウェブ形式で総代代表者らとの意見交換会を開きました。各地区本部の総代代表者16人が参加し、JA役員と活発に意見を交わしました。

当JAでは、組合員の意見や要望を聞き、JAの事業運営に反映させることを目的に、年に2回意見交換会を開催しています。

意見交換会では「米について、関連する組織が一体となって需給安定に繋がる流れを作してほしい」「職員数がどんどん減少しており、対策が必要だ」「新規就農者の募集について、分かりやすく情報提供をしてほしい」など、さまざまな意見をいただきました。



総代代表者と意見を交わすJA役員ら

令和8年度島根県乾椎茸品評会を開催

島根県椎茸生産者組合協議会とJ Aしまねは6月16日、出雲市の当J A本店斐川事務所で令和8年度島根県乾椎茸品評会表彰式を開きました。県内から49点が出品され、松田直美さん（川本町）の「こうこ」が最高位の島根県知事賞を受賞しました。

2日の審査会で、審査員4人が傘の形状や大きさなどを審査し、優秀賞・優良賞・佳良賞の合計13点を決定。松田さんの「こうこ」について、審査委員長を務めた島根県農林水産部林業課の公田達雄統括林業普及員は「厚肉でボリューム感があり、特有の形状で大きさが揃っている良品だった」と講評しました。

50年以上前からシイタケを栽培しているという松田さんは「今年もシイタケ約2万枚に袋をかぶせるなど、品質の良いものを作るために手をかけている。受賞できて嬉しい」と話しました。

上位5点は全国品評会へ出品されます。

その他の優秀賞受賞者は次の通りです。

- ・全農麦類農産部長賞＝岩地正男さん（浜田市・こうしん）
- ・日本椎茸農業協同組合連合会会長賞＝（株）藤若農産（浜田市・こうこ）
- ・（一財）日本きのこセンター理事長賞＝河瀬正輝さん（隠岐・茶花どんこ）
- ・森産業株式会社社長賞＝松田美知子さん（川本町・どんこ）



品評会入賞者の皆さん

広島でトップセールス 島根県知事や組合長らが試食販売

島根県の丸山達也知事、J Aしまねの竹下克美組合長らは6月6日、広島市のスーパー「スパーク中山店」でトップセールスを行いました。

同店舗の山陰フェアに合わせて実施したもので、島根県、出雲市、J Aしまねの関係者や生産者、合わせて約20人が参加。島根ぶどう「デラウェア」や「アムスメロン」など、旬を迎えた島根県の農産物を販売しました。

試食販売で店頭に立った竹下組合長は「生産者の努力によりご覧の通り立派な農産物が揃いました。ぜひ島根県産品をご愛顧ください」と来店客にアピールしました。



試食販売で店頭立つ
丸山知事と竹下組合長

組合員からの情報提供窓口の明示について

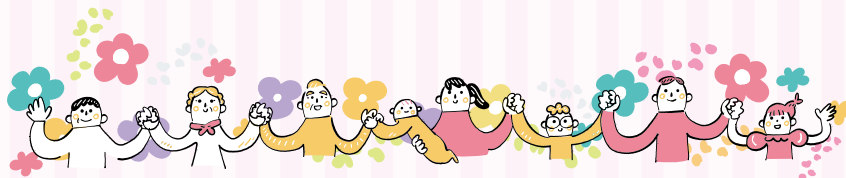
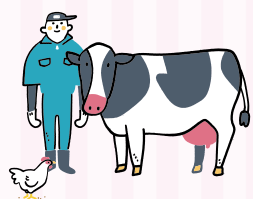
当組合の監事は、経営の健全な発展に資するため、農協法（法第35条の5）および農協法施行規則（第81条）に基づき、理事の職務の適正な遂行を阻害する行為に関する情報（組合経営に関する事象に限る）の提供を受付けています。

当組合理事の組合経営に関する気になる行為について、封書またはEメールにて下記宛に連絡くださいますようお願いいたします。

島根県農業協同組合 監事会

連絡先：住 所 〒690-0887 松江市殿町19番地1
Eメールアドレス kanji.hon@ja-shimane.gr.jp
部 署 名 監 査 部
受付監事 常勤監事

※当組合の業務に関する一般的な苦情については、担当部署または支店で受付けていますのでご利用ください。
※ご厚意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する内容のものは受付いたしかねますので、予めご了承ください。



「元気な地域」を女性部の力で!

石見銀山女性部

私たちJAしまね石見銀山女性部は、地元の世界遺産である石見銀山遺跡の歴史や文化の影響を受け、それを日々の活動に活かしています。

石見銀山には、古くから伝わる伝統料理「箱寿司」のように守り継ぐべき食文化や、銀山の開発と同時に植樹を行い、山林を守り抜いた「自然との共生」という先人の素晴らしい精神が息づいています。私たちは、このふるさとの宝について積極的に学び、理解を深めています。

去年は、大田市教育委員会のガイドを招き、「代官所周辺魅力再発見講座」と題した街並み散策を開催しました。当日は部員39人が参加。環境に配慮しながら銀山運営を行っていた先人の知恵と、美しい街並みの魅力を改めて再確認する貴重な機会となりました。

今後も地域の歴史や文化への理解を深め、石見銀山の魅力を次世代につなげる活動を続けていきます。

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2年目です。

「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 YOUTH

JAしまね雲南青年連盟

JAしまね雲南青年連盟は、会員が26名（令和8年4月1日現在）で、西尾和廣委員長のもと、雲南市・奥出雲町・飯南町で活動しています。管内では、様々な農畜産物が盛んに栽培されており、盟友は米・ブドウ・ネギ・畜産など様々な生産者で構成しています。

活動のひとつである食農教育では、ブドウハウスや牛舎の見学、昔ながらの田車押し体験など盟友によって特色のある授業をしています。出前授業をすることもあり、幅広い世代に農業・食の大切さ、楽しさを伝えています。

自分たちのスキルアップにも積極的に取り組み、昨年度は高温対策として注目されるBS資材の研修会を開きました。新たな技術を取り入れ、課題解決に向けた先進的な取り組みを展開しています。

研鑽を積みつつ、農業を通じた交流やPR活動で、地域全体の活性化を目指します。

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



マメ科の連作を避け、酸性土を改良する

エンドウには若いさを食べるサヤエンドウ、実が大きくなり、みずみずしいさやのスナップエンドウ、若く充実した豆を取る実とりエンドウがあり、それぞれ目的に応じた品種を使います。発芽適温は18～20度、生育適温は15～20度で、冷涼な気候を好みます。

【品種】

サヤエンドウでは「ニムラ白花きぬさや」（ヴィルモランみかど）、「砂糖エンドウ白星」（松永種苗）、「あずみ野30日絹莢PMR」（サカタのタネ）など、スナップエンドウでは、「ニムラサラダスナップ」（ヴィルモランみかど）、「スナック753」（サカタのタネ）などがあります。

【畑の準備】

エンドウは同一の畑で連作すると生育障害が出やすくなります（いや地現象）。土壌酸度はpH6・0～6・5が適しているため、4、5年はマメ科を作っていない畑を選び、酸性土を改良しましょう。

種まき2週間前に畑1平方m当たり苦土石灰100gを全面に施し、土とよく混ぜておきます。次に、1週間前に畝幅120cmを取り、幅約30cm、深さ約20cmの溝を掘ります（図1-1）。この溝1m当たり化成肥料（NPK各成分10%）100gと堆肥1kgを入れ、土とよく混ぜて幅40～50cmの畝を作ります（図1-2）。

【種まき】

中間地では10月中旬～11月上旬が適期で、それより早まきすると年内に生育が進み過ぎ、寒害を受けることがあります。じかまきでは、株間約30cm、深さ2、3cm、1カ所4、5粒をまきます（図2）。発芽の頃に鳥害を受けやすいため、防寒を兼ねて不織布をべたがけして保護します。発芽がそろったら2本を残し、他は間引きします。なお、6～9cmポットで育苗する場合、1ポット3、4粒を深さ2、3cmにまき、間引いて2本にします。根鉢が形成された頃（本葉3、4枚）に植え付けます。

【支柱立て・ネット張り】

草丈が約10cmの頃、約180cm間隔に高さ約180cmの支柱を立て、キュウリネットを張り、できるだけ早く巻きひげをネットに絡ませます（図3）。

【追肥】

春先に生育の勢いが良くなり始めた頃と開花始め頃、畝の両肩に化成肥料を畝1m当たり約10g与えます。スナップエンドウ、実とりエンドウでは収穫期にも同様に追肥しましょう。追肥後は株元に土寄せをします。

【病虫害防除】

さやができる頃からハモグリバエが多発します。登録農薬などを使用基準に従って防除します。うどんこ病も登録農薬で予防します。

【収穫】

適期に合わせて収穫しましょう。サヤエンドウは、子実の肥大が始まる開花後15日前後に収穫します。スナップエンドウは、開花後25日前後に収穫します。さやが鮮緑色で厚みが約1cm、豆が肥大してさやの断面が円形に膨らんだ頃が目安です。実とりエンドウは、さやをむいたときに子実が軽く離れる頃に収穫します（図4）。

図1-1 畑の準備1

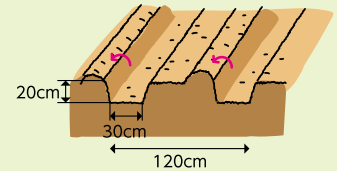


図1-2 畑の準備2

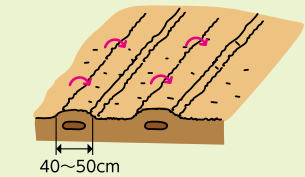


図2 種まき

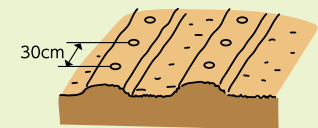


図3 支柱立て・ネット張り

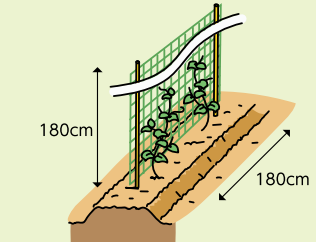
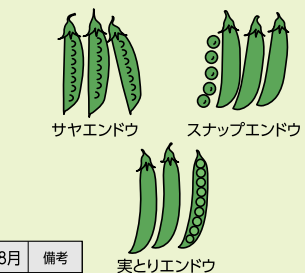


図4 収穫



栽培カレンダー（エンドウ）

気候帯	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	備考
冷涼地						●	▲	■	■	■		早まきは 苗作りを する
中間地	●	■	■	■	■	■	■	■	■	■		苗作りも できる
暖地		●	■	■	■	■	■	■	■	■		

● 種まき ■ 苗作り ▲ 植え付け — 生育 ■ 収穫

「ベランダでも育てられる みんなのコンテナ菜園」をJALまねホームページで連載中です。今月は「タマネギ」!



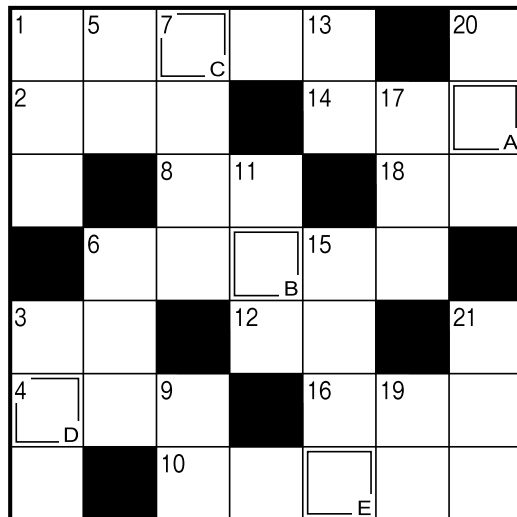
理事会情報（6月30日開催）

- ①機構改革の実施について
- ②第12事業年度業務報告書について
- ③子会社等への役職員派遣について
- ④大口貸出先の承認について①
- ⑤大口貸出先の承認について②
- ⑥理事の個別役員報酬額の決定について
- ⑦執行役員の個別報酬額の決定について



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飛行機が飛び立つこと
- ③田んぼでゲロゲロ鳴きます
- ⑤土地の広さをあらわす単位のひとつ
- ⑥シャワシャワと蝉——が降り注ぐ
- ⑦パールともいいます
- ⑨ヒヨコのための栄養が豊富な部分
- ⑪小銭入れに入れます
- ⑬ブイもこの仲間
- ⑮北海道と青森を結ぶ——トンネル
- ⑰野球の出場メンバーのこと
- ⑲金づちで打ち込みます
- ⑳嘘から出た——
- ㉑盆——、阿波——

ヨコのカギ

- ①令和8年は8月7日。暦の上ではもう秋です
- ②髪に結わえるもの
- ③タンスや机などのこと
- ④——ギターは電気信号で音を奏でます
- ⑥8月15日は——記念日。平和を祈念します
- ⑧初対面の人に——紹介をした
- ⑩ハンバーグに入れるタマネギの切り方
- ⑫多くは殻を持つ生き物。実はウミウシもこの仲間
- ⑭炒った大豆をひいたもの
- ⑯分度器で測ります
- ⑰納豆が引くもの

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

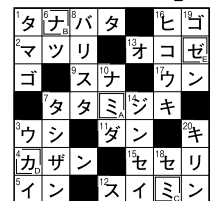
賞品の発送をもってかえさせていただきます。

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
2026年8月14日（金）（当日消印有効）

先月号の答え

「ミナミカゼ」



俳句の広場

選句者 「白魚火」編集長・副主宰
安食彰彦先生

最優秀賞

包みこむ大きな掌柏餅

出雲市 金山 陽様

優秀賞

べったりと肌にまつはる野良の汗

出雲市 藤江 堯様

白内障手術後の目に夏の星

兵庫県 小田 慶喜様

鳴き声と糞を残して燕かな

安来市 斎藤美重子様

佳作

初音聞く急勾配をぬけた先
根比べ負を承知の草むしり
紫陽花に埋もれさうなり無人駅
閑校碑見守る庭の桜かな
名人も解禁初日アユ一尾

出雲市 石川 式子様
浜田市 三沢 孝子様
兵庫県 小田 和子様
出雲市 森脇 英徳様
浜田市 中田 徹様

「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」8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）8月号は川柳を募集します。1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。

応募方法

俳句または川柳、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、ハガキ、FAX、Eメールのいずれかでご応募ください。
※応募作品は自作で未発表のものに限ります。
※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 ふれあい広報課
「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。

ジュンテンドー・J Aしまねのカード連携強化キャンペーン！

7月～9月末まで連携強化キャンペーンにつき、
新規登録の方にジュンテンドーオリジナルトートバッグをプレゼント！

ジュンテンドー「いきいきポイントカード」とJ Aしまね「おさいふカード」を連携登録するだけで、いつものお買い物グンとお得に！

登録はカンタン！お手持ちの2枚のカードをお近くのジュンテンドー店舗サービスカウンターへ！

★【特典1】

ジュンテンドーレジで「いきいきポイントカード」を提示するだけで、通常200円（税抜）ごとにいきいきポイント1ポイントのところ、2ポイント付与！ポイントが**2倍**に！

★【特典2】

「おさいふカード」には、現金・クレジット・QR決済いずれのお支払いでも、年間10,000円（税抜）ごとにおさいふポイントを組合員は**30ポイント**、組合員以外は15ポイントをプレゼント！

★【特典3】

J Aカード（クレジット）なら、ご利用金額1,000円ごとに通常ポイントに加え20円分（2%）をわいわいポイント還元！※法人名義のクレジットカード支払いは対象外です。

※ポイント付与は県外店舗を含めて、ジュンテンドー全店舗が対象です。



【いきいきポイントカード】



【おさいふカード】



お問い合わせ：J Aしまね営農経済本店経済部資材課 TEL：0853-25-8745



J A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



J Aしまね



PARIS MIKI

メガネ一式 **8%OFF!!** 補聴器 **5%OFF!!**

ご利用の際には、提携店舗にて
おさいふカードをご提示ください。

提携店舗 島根県内パリミキ全店

※他の割引が併用できない商品・サービスが一部ございます。
詳しくは係員にお尋ねください。

お問合せ



J Aしまね

本店経済部経済課

TEL 0853-25-8912

あれ？
こんな時に限って
お薬がない…

そんな時のために
備えて安心。
いつでも便利。
クミアイ家庭薬です。



協同薬品工業株式会社

〒699-0631

出雲市斐川町直江3951-1

島根営業所

お問い合わせ先 平日9時～17時

TEL (0853) 25-9166

水稻 編

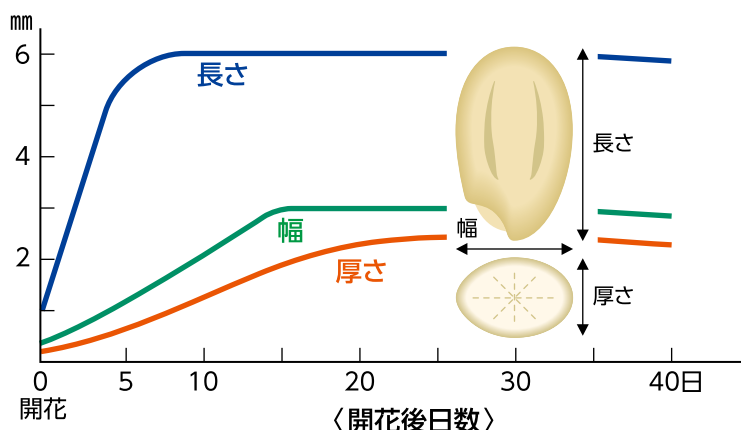


1. 登熟期の水管理

① 穂揃期後も「飽水管理」を継続しましょう

米粒は、「長さ→幅→厚み」の順に肥大充実していきます（出穂後7日～30日）。粒張りの良い健全な米粒の発育にはこの時期に水が必要です。出来るだけ遅くまで水を供給するようにしましょう。

- 出穂から1週間 … 穂揃い、開花
- 出穂から1～2週間 … 玄米の長さ
- 出穂から2～3週間 … 玄米の幅
- 出穂から3～4週間 … 玄米の厚み



② 完全落水は、刈取りの約7日から10日前としましょう

早期の完全落水は、白未熟粒（乳白粒、心白粒、基部未熟粒等）、胴割粒の発生を助長します。（令和8年産稲作暦P70をご参照ください）

2. カメムシ防除

斑点米被害防止に向けてしっかりと防除を行いましょう。また、イネカメムシの被害もあるため、早期の防除が必要です。

（令和8年産稲作暦P49・74をご参照願います）



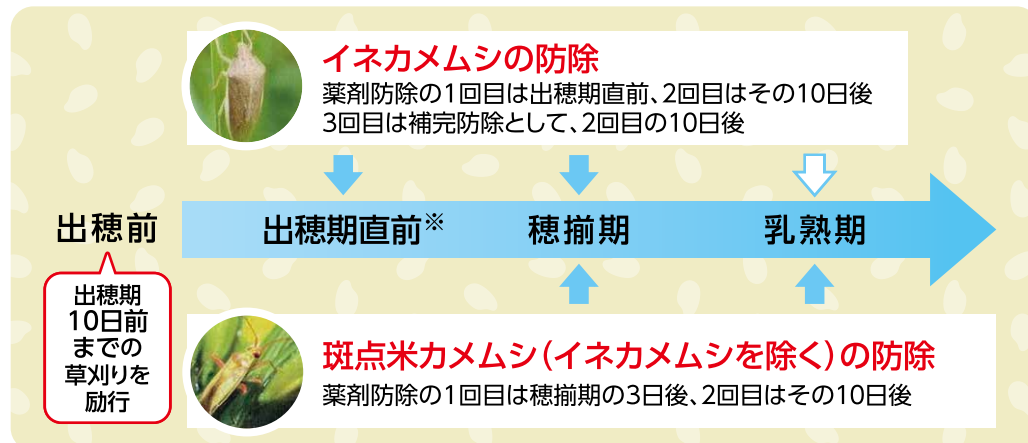
高温になると
カメムシの行動が
活発になります

イネカメムシ

- 成虫の体長／13mm
- 主な加害時期
 - ・出穂期（不稔籾）
 - ・出穂1週間後～2週間後（斑点米）

【草刈り作業】 【薬剤防除】

畦畔等の草刈りは、**出穂期の10日前まで**に行い、圃場へのカメムシの侵入を防ぎましょう。（出穂期間近の草刈りは圃場へカメムシを追い込むことになります）



※出穂期直前：圃場全体の3割程度が出穂した状態



来月のあなたの運勢【牡牛座 4/20～5/20】

【全体運】スムーズに物事が進まないとき。あえてペースダウンをしてゆっくり進めればミスを減らせます。下旬は上昇運

【健康運】喉に痛みを感じたら早めにケアを。喉あめが◎【幸運の食べ物】葉ショウガ



来月のあなたの運勢【牡羊座 3/21～4/19】

【全体運】夏ならではのレジャーを楽しむと運気がアップ。人の和を大切に。出会いが日々を豊かにします。旅行が吉

【健康運】体調の変化に敏感に対処して。外出時には帽子を【幸運の食べ物】エダマメ

春植え野菜の高温期の管理ポイント

トマト、きゅうり、ピーマン、ナスをより多く収穫するために

春に植えた野菜は、高温期の管理が大変重要です。この時期の管理が収穫量に大きく左右します。暑い時期ですが、体調管理に気をつけながらしっかり管理をしましょう!!

1 主要野菜の育てるコツと管理ポイント

野菜

育てるコツ

トマト



- **わき芽**／わき芽が大きくなると養分が分散します。より質の高い良い果実をたくさん収穫するため、早めに手で摘み取りましょう。
- **高温対策**／梅雨明け以降、夏の強い日差しが果実に直接あたると「日焼け」を起こすため、対策として**果実の上のわき芽の葉を1枚または2枚残し**、日陰をつくりましょう。

きゅうり



- **水やり**／果実の90%以上が水分です。また、根が浅いため、圃場が乾燥しすぎないように注意しましょう。
- **収穫**／成長が劇的に早いため、「若いうちの早め収穫」が株を長持ちさせるポイントです。お化けきゅうりを作ると食感が落ちるだけでなく、株の体力も落ちるため、見つけ次第、すぐに収穫をしましょう。

ピーマン



- **収穫**／たくさん実を付けるピーマンは収穫が遅れると株の体力を著しく低下させるため、収穫適期を逃さないよう気をつけましょう。
- **追肥**／収穫が始まると、株に負担がかかるため草勢が弱くなります。草勢を見てこまめな追肥を行いましょう。

ナス



- **水やり**／「ナスは水で育つ」と言われるほど多くの水分を必要とする野菜です。夏場は乾燥を避け、**夕方、日が陰ってからしっかりと水やり**を行いましょう。
- **更新剪定**／株の勢いが落ち、株が疲れてきたら枝を短く切り落とす更新剪定が有効です。更新剪定の目安は8月上旬です。夏の日差しと高温で、ナスの株は「なり疲れ」を起こし、品質が落ちます。一旦休ませることで、おいしい「秋ナス」が収穫可能です。

◎共通の対策

管理ポイント

日中の炎天下で水やりを行うと、土の中で水がお湯になり根を傷めてしまうため**厳禁**です!!

夕方、日が陰るまで待ち、**畝間に一時的に水がたまるくらいまでしっかりと水やり**（翌朝には水が溜まっていない程度）を行ってください。

また、野菜（植物）は**風通しが悪いと病気が出やすい**ため、**株元の病気にかった葉は早めに切り落としておきましょう**。

2 発生しやすい病害虫と対策

うどんこ病



きゅうり、トマト、カボチャ など

- 特徴** 葉の表面に白い粉のような斑点が現れる症状です。
- 対策** 患部の除去、剪定と間引きを行い、風通しと日当たりを良くします。広範囲に広がっている場合は専用農薬を使用します。

オオタバコガ



ナス、トマト、ピーマン など

- 特徴** 果実に直径数ミリの穴をあけて侵入し、内部を食べます。1匹の幼虫が成長しながら次々と移動して穴をあけてまわるため、被害が大きくなります。
- 対策** 防虫ネットを張り親の蛾が卵の産み付けのを防ぎ、被害が出た果実等はすぐに処分してください。

アブラムシ類



ナス、トマト、ピーマン など

- 特徴** 春から夏に爆発的に増殖し、葉や茎に群がり、植物の汁を吸うため株が弱ります。また、ウイルス（モザイク病）の媒介や排泄物が葉につくことで光合成を妨げる原因となります。
- 対策** 数匹のみであればガムテープで剥がしとったり、強い水圧で洗い流すなど物理的な方法が効果的です。すでに大量に発生している場合は、専用農薬を使用します。

農薬の使用は必ず容器ラベルを確認し、容量、用法を守って使用してください。



えいのう情報

内容についてのお問い合わせ先
JALしなね雲南地区本部 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】ハッピー要素もありますが冷静に対処すればOK。困ったときは周囲の意見も参考に。おいしい物にツキあり
【健康運】日差しへの対策は入念に。UVカットのアイテムが◎【幸運の食べ物】大葉



来月のあなたの運勢【双子座 5/21～6/21】
【全体運】良い話が聞けるなど幸運が続くとき。いいことがあつたら周囲にもお裾分けを。皆で楽しめばより運氣アップ
【健康運】疲れを感じたら療養が必要サイン。ゆっくり休んで【幸運の食べ物】桃

えいゆう
ニュース

01 6月どり白ネギ出荷開始 排水対策改善で高品質

雲南地区本部管内では、6月上旬から白ネギの6月どり作型の出荷が始まりました。今年は前年の反省を基に、冬場の排水対策を改善。病気が少なく、軟白部が太く真っすぐ育ち、高品質に仕上がっています。出荷は6月いっぱいまで続きました。

県農業技術センターとJAでは、出荷が秋冬期に集中する白ネギの夏場の生産拡大につなげるため、産地化を目指して力を入れています。昨年は通路の排水が悪く、病気が多発したため、今年は水がたまらないよう、通路の溝を圃場を囲む溝とつなげました。品種は「陽春の宴」。9月に播種し、課題となる花芽分化へ対応しています。

今年から出荷を始めた三刀屋町の板倉菜摘さんは「夏場の作業の合間に収穫でき、負担は少ない。新鮮な夏のネギを多くの人に食べてもらいたい」と話しました。



◀ネギを収穫する板倉さん

えいゆう
ニュース

02 水稲除草の省力化へ 散布実演会開催

雲南地区本部は6月5日、雲南市の農事組合法人南加茂の圃場で、水稲用の省力除草剤「FG剤」の散布実演会を開きました。生産者やメーカー担当者が参加し、散布方法や除草剤の特性を学び、水稲栽培の省力化への理解を深めました。

FG剤は水面に浮き、風や水の流れを利用して自己拡散し、圃場全体へ成分が行き渡る製剤です。一般的な1キログラム剤と比べ、省力化が見込め、散布量も抑えることができます。

メーカー担当者は、圃場への散布を実演し、「散布時には水深を5〜6センチ以上に保つこと」「散布後3〜4日間は湛水状態を維持すること」と使用時の注意点を呼び掛けました。



▲散布を体験する農事組合法人南加茂の中島光一組合長

参加した生産者は「メーカー担当者から指導を受け、計量から散布までを体験し、薬剤が広がる様子を確認しました。」

えいゆう
ニュース

03 奥出雲町子牛共進会 和泉さん特選賞首席

奥出雲町と奥出雲町和牛改良組合、雲南地区本部は6月12日、仁多中央家畜集合所で令和8年度第1回奥出雲町肉用子牛共進会を開きました。23頭が出品され、横田地区の和泉芳邦さんの「みずぎ2の12」号が最高位の特選賞首席に輝きました。

和泉さんとともに飼育してきた孫の藤野恭之さんは、「初めての受賞でうれしい。余分な脂肪がつかないよう濃厚飼料の量を特に気にかけた。牛が頑張ってくれた」と喜びを語りました。和泉さんは「自分の技術を伝えながら協力して飼育してきた。高評価をいただき驚いている」と話しました。



◀特選賞首席の「みずぎ2の12」号

●特選賞一覧

(敬称略)

順位	名号	出品者	順位	名号	出品者
首席	みずぎ2の12	和泉 芳邦	5席	りんご	石原 稔
次席	きたざくら	佐藤 治巳	6席	ゆりふくひめ	原田 敦子
3席	たかはら2	宮崎 真行	7席	はつゆり2	石原 忠暢
4席	あさひ	金倉 弘美	8席	みぎひさ1	三島 智幸



来月のあなたの運勢【乙女座 8/23〜9/22】

【全体運】安定運ですが思い悩むことが多そう。気分転換は大切。外出や趣味の時間を多めに取ってリフレッシュを

【健康運】不調は解消へ。考え過ぎないのが良いようです【幸運の食べ物】レタス



来月のあなたの運勢【獅子座 7/23〜8/22】

【全体運】好調運に恵まれバツフル。周囲への気遣いが称賛的に。新しいことを始めてみると周囲の協力も得られます

【健康運】夜は早めに就寝を。長く眠れる枕を探してみて【幸運の食べ物】イチジク



▲職員の手際の良さに驚く児童

JA 頓原支店は6月18日、頓原小学校2年生の職場見学を受け入れました。同校の生活科の授業の一環で、児童は地域の施設を巡り、普段の生活との関わりを学びました。

当日は、貯金手続きで使うタブレットやお金をしきり機械などを実際に見学してもらいながら、職員がJA支店の役割を説明しました。また、模擬紙幣を用いて、お金を数える体験を行いました。児童は1枚ずつ丁寧に数えていましたが、職員が手本を見せると、「速くてすごい」と歓声を上げていました。

児童は「タブレットでお金を預けていることを初めて知った」「普段見られない場所を見させてくれた」と楽しそうに感想を話しました。

ふれあいニュース

04 小学生が支店見学 生活との関わり学ぶ



▲源本部長(右)から母子健康手帳ケースのパネルを受け取る石飛市長(左)

雲南地区本部は6月19日、雲南市に母子健康手帳ケース150個を寄贈しました。共済事業の地域貢献活動の一環として、地域の子育て支援の強化につなげます。

子育て世代を応援するため、出産・育児に役立つ会員特典を提供する「JAしまねこども倶楽部」の新たな取り組みとして、県内全域で昨年からの実施しています。各市町村窓口で、母子健康手帳発行時にJAしまねオリジナルのケースを配布します。

当日は、雲南市役所で贈呈式を開き、当地区本部の源之美本部長が石飛厚志市長にケースを贈呈しました。

JAしまねは今年度、県内すべての市町村に

ふれあいニュース

05 子育て世代を応援 母子健康手帳ケースを贈呈

母子健康手帳ケースを計3720個を寄贈しています。



▲農機具を確認する来場者ら

雲南地区本部は6月20日、雲南市の三刀屋文化体育館アスパルで、農業機械とLPガス器具の合同展示会を開きました。各種メーカーの草刈り機や管理機、コンバインなど、小型から大型までの農機具や最新のガス器具など約100点を展示販売し、約250人の来場者で賑わいました。

会場では、農機やガス器具の展示をはじめ、各種メーカーとJA担当者による営農相談を実施しました。水を張った桶を準備し、水稲の省力除草剤「FG剤」「豆つぶ剤」の実演も行うなど、幅広く営農情報を提供しました。卵のプレゼントや、ブランド牛「奥出雲和牛」のほか、管内の加工品が当たる抽選会などのイベントも行いました。

えいのうニュース

06 営農情報を提供 展示会を開催

来月のあなたの運勢【蠍座 10/24~11/22】

【全体運】大変ですが助けてくれる人も多いとき。下旬には挽回可能なので力を蓄え時間を稼ぎましょう。映画、美術鑑賞が吉

【健康運】運動の機会を増やすと体も心も健康に近づきます【幸運の食べ物】梨

来月のあなたの運勢【天秤座 9/23~10/23】

【全体運】コミュニケーション運が活発に。うれしい申し出も多そうです。誘いはできるだけ参加を。触れ合いの中で得る物も

【健康運】体調を崩しがちかも。無理せず休憩を入れて【幸運の食べ物】オクラ





雲南地区本部・たたら焰米
スポンサー協賛記念

Citrine SHIMANEの シトリンしまね 農業体験!



日本女子ソフトボールリーグ (JSL) に所属する社会人クラブチーム「CitrineSHIMANE」。2030年の国民スポーツ大会 (国スポ) を見据え、今年、愛知県から雲南市へ拠点を移しました。

当地区本部では、同チームにスポンサーとして協賛し、雲南市のブランド米「プレミアムつや姫たたら焰米」を提供するなど、地域農産物のPRに取り組んでいます。今回はその一環として、選手たちに地域農業や食材への理解を深めてもらうため、農業体験イベントを企画しました。

田植え

大東町の農事組合法人みなみ村の圃場を借り「つや姫」を田植え。昔ながらの手植えにも挑戦しました。

初めての
田植え機
ドキドキ…!



めっちゃ楽しい!!

体幹がラクつく!
水田のトレーニング効果
ヤバい!!

「たたら焰米」贈呈

ありがとうございます!!



JAでは、選手たちの食生活を支援するため50万円分の「たたら焰米」を贈呈。贈呈式では、当地区本部の佐藤善雄副本部長が大國香奈子監督と林佑奈キャプテンに贈呈しました。

試食会

えっと食べて
ごしいよ!



雲南女性部大東支部のうしお料理クラブが調理を行い「たたら焰米」をはじめ、地域のブランド牛「奥出雲和牛」やタケノコのスープなど地元産食材を中心とした料理を振舞いました。



地元のご飯、美味すぎる…!
次の試合も頑張れそう!



プレミアムつや姫
たたら焰米とは?

鉄分を含む土壌改良剤を使い、市内で栽培された1等米の「つや姫」のうち、整粒歩合が73%以上など市独自の条件を満たした米を認定しており、2016年度から取り組んでいます。大粒で張りが良く、もっちりとした食感が特徴。

シトリンしまねのホーム戦は9月5日(土)、6日(日)に加茂中央公園野球場で開催予定。応援へGo!



来月のあなたの運勢【山羊座 12/22~1/19】

【全体運】運勢は山あり谷あり。順調に進んでいたことに問題が出そうですが、解決方法も見つかります。落ち着いて対処を
【健康運】汗はしっかり拭き取って。あせもやかぶれに注意【幸運の食べ物】ツルムラサキ



来月のあなたの運勢【射手座 11/23~12/21】

【全体運】上昇運。困難な状況を成功に導くチャンスです。すかさず果敢にチャレンジを。過程で得る物も多いはず。下旬は慎重に
【健康運】不注意によるけがにご用心。疲れたら適宜休憩を【幸運の食べ物】トウガン



JA女性大学院「華凜」

雲南女性部

奥出雲和牛と地元食材の魅力

JA女性大学院「華凜」は6月23日、加茂交流センターで管内のブランド牛「奥出雲和牛」をはじめ地元食材を使った料理教室を開きました。島根県『家の光』講師の飯塚生美子先生を招き、地域の食材の魅力を学びました。

参加者は、奥出雲和牛をおいしく焼く方法や焼き加減の目安などを学び、ミニステーキにしました。また、地元の生産者や直売所から直接仕入れた農産物をふんだんに使い「キンパ風混ぜご飯」や「夏野菜の豚汁」など6品を調理し、雲南地域の食材のおいしさを堪能しました。

飯塚先生は、雲南地域の農畜産物の豊富さに触れ「地域の食を次世代につなぐため、おいしい食材があることを語り、誇りを持って食べてほしい」と話しました。

地元食材を使い、
完成した料理

うんなんおしゃべりホビー

雲南女性部は6月8日、子育て中の女性が子どもを連れて参加できる趣味の教室「うんなんおしゃべりホビー」の初回の講座を開きました。今回は地域の伝統工芸である「出雲大東窯」の手びねり陶芸を体験。地域の伝統文化に触れました。

「出雲大東窯」はモリブデン鉱を使った釉薬による優しい緑色が魅力の陶器です。講師の大西初美さんを招き、参加者はアドバイスを受けながら小鉢や一輪挿し、皿など思い思いの作品作りに挑戦しました。参加者の作品は工房で丁寧に焼き上げられ、1〜2か月後に完成する予定です。

大西初美さん
（出雲大東窯）
アドバイザー
として参加者
の作品作りを
サポート

産直女性部

仁多特産市

Nita Tokusanichi

新鮮野菜から加工品まで
奥出雲の特産揃う人気直売所

⑥仁多郡奥出雲町三成641-22
営8:30〜17:00

国道314号線沿いのJR出雲三成駅内で営業しています。地元住民や観光客など多くの方が訪れ、昨年の売上が管内の直売所の中でもトップクラスの人気店です。

雲南女性部員が直売所を紹介します！

新鮮野菜から仁多米まで
品揃え豊富！

店内には「仁多米」を加工した商品もあり、様々な形で味わうことができます。
この時期はトマトも旬でおすすめてです！

JAしまね雲南女性部
高橋栄子 仁多支部長

仁多特産市の トマト を使ったトマトのパスタ風そうめん

ポイント 夏にぴったり！食欲がないときでもさっぱりと食べられます

●材料(4人分)

トマト……………大2個
そうめん……………4束
青じそ……………10枚
塩……………小さじ2
こしょう……………適量
オリーブオイル……………大さじ2

●作り方

1. トマトを1センチ角に切り、塩、こしょう、オリーブオイルでさっと混ぜておく。
2. そうめんは茹でて水でよく洗い、水気をしっかり切る。
3. 2を器に盛り、1と青じその千切りを加えて和え、塩とこしょうで味を調える。
4. アクセントでレモンの輪切りを添えると、よりさっぱりしておすすめです。

(レシピ提供：うしお料理クラブ)

おいしいトマトを
手軽に調理！

来月のあなたの運勢【魚座 2/19〜3/20】

【全体運】情報は最新かどうかをよく確認。勘違いに気付くことがありそう。無理せず様子を見るという選択肢を忘れずに
【健康運】良い治療法が見つかりやすいとき。小まめに受診を【幸運の食べ物】ブドウ

来月のあなたの運勢【水瓶座 1/20〜2/18】

【全体運】ハプニング連ですが想定外のうれしい出会いも。ポジティブ思考でいきましょ。良いことに巡り合えるはず
【健康運】遊びでも疲れることが。何事も適度に行いましょ【幸運の食べ物】パプリカ

ふるい下米専用袋の使用をお願いします

ふるい下米で虫(コクゾウムシ・メイガなど)の発生によるクレームが発生しています



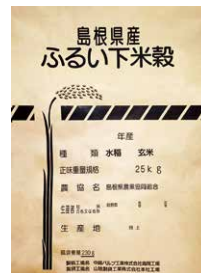
ふるい下米の出荷は、一空き袋(1度だけ使用した紙袋)でも可能ですが、近年、虫の発生や異物(石・粉じんなど)混入によるクレームが増加しており、JAとしてはふるい下米専用袋への切り替えを推進しております。その一環として、令和8年度は生産者負担軽減のため「ふるい下米専用袋購入助成」をいたします。

良質米産地としての信用を守るため、ふるい下米専用の【ふるい下米穀(網下米穀)】袋の使用に、生産者の皆さまのご協力をお願いいたします。

ふるい下米専用袋購入助成(令和8年12月予定)

JAで購入いただいた【ふるい下米穀(網下米穀)袋】について、**購入金額の1/2を助成。**

- 対象期間 / 令和8年4月1日～令和8年10月31日に購入されたもの
- 対象者 / 雲南地区本部の購買登録がある方



◀ふるい下米穀(網下米穀)袋

お問い合わせ先

- 奥出雲営農経済センター
0854-52-1217
- 仁多生産センター
0854-54-1355

- 中央営農課
0854-42-9055
- 吉田駐在
0854-74-0131

- 飯南営農経済センター
0854-76-2967
- 頓原駐在
0854-72-1031

年金についてのご相談はJAで!

年金相談会のご案内

無料

- 横田支店
8月 4日(火) 9:00～15:00
- 仁多支店
8月 6日(木) 10:00～15:00
- 大東支店
8月 7日(金) 9:00～16:00
- 雲南さくら支店
8月26日(水) 9:00～16:00

◎お一人おひとりの相談会です。できるだけご予約下さい。
◎お問い合わせは、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?

6月の 運営委員会 だより

6月9日開催

- (1) JAしまね令和7年度事業報告及び剰余金処分案について
- (2) JAしまね令和8年度事業計画の設定について
- (3) 雲南地区本部令和7年度事業報告について
- (4) 雲南地区本部令和8年度事業計画について
- (5) 米づくり生産組織活動のための拠出金について
- (6) 各事業部からの報告について

質疑応答

Q 令和7年度の支店ごとの事業利益実績について、各支店黒字化ということだが、8年度の見込みを教えてください。

A 支店の主な収益源は信用共済事業で、金利上昇による貯金利息の増加や、人口構造に伴う共済契約の減少などが影響し、地区本部の収支計画の中では実績対比減少という計画になっています。この部分が各支店の損益に影響を及ぼしますが、月次の管理をしながら黒字はキープできると考えています。

Q JAしまね農業振興支援事業の継続実施というところで予算が組まれている。対象となる人への周知はどのようにしていますか。

A 県で要項が定められており、対象の人へ向けては、個別での案内をしています。「情報がなく支援が受けられない」ということがあつてはならないので、しっかりと周知をしていきます。

※当日出たご意見・要望の一部について要点をまとめて掲載しています。

●子牛市場成績表

中央「堅調」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	28	907,500	713,900	818,832	305	2,688	21,041
	去	36	977,900	677,600	891,000	319	2,790	-17,262
中央市場	雌	108	957,000	558,800	809,131	301	2,688	17,536
	去	130	1,213,300	11,000	878,748	324	2,715	-28,844

令和8年6月の全国主要子牛市場平均価格は、雌786,424円(前月比101%)、去勢898,729円(前月比101%)、計848,657円(前月比101%)で「堅調」の取引となっています。

畜産 市況

6月



8月の外勤日 18(火) 19(水) 20(木) ※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。

令和8年度 大型特殊自動車免許(農耕車限定)取得 準備講習会の開催について

JALまね雲南地区本部では、令和8年度において大型特殊自動車免許(農耕車限定)取得に向けた講習会を開催いたします。

農耕作業用に使用する農耕トラクターは道路運送車両法では小型特殊自動車に分類されますが、横幅が1.7メートルを超えるなど一定の基準を超える車両は、道路交通法の定めにより大型特殊自動車免許(農耕車限定)が必要となります。

■講習日・試験日・定員人数

	講習日	大型特殊自動車免許 (農耕車に限る)試験日	定員人数
第1回	10月27日(火)	10月29日(木)	各5名
第2回	10月28日(水)	10月30日(金)	
第3回	11月10日(火)	11月12日(木)	
第4回	11月11日(水)	11月13日(金)	

- 講習会場: JALまね営農経済本店(出雲市斐川町直江5030)敷地内
- 試験会場: 島根県運転免許センター(松江市打出町250番地1)
- 試験: 「大型特殊自動車免許(農耕車に限る)」の運転免許技能試験
- 受講資格: 島根県内に居住地があり、第一種運転免許の普通自動車免許を取得している方かつ、JALまね雲南地区本部の正組合員または正組合員の同居家族で以下の①～②のいずれかに該当する方
 - ①認定農業者、雲南集落営農組織連絡協議会々員またはJALまねで購入したトラクタもしくはコンバインを所有する農業者
 - ②農林水産省が定める新規就農者

受講料・受験料(消費税込)	受講料(基本)	受験料	※その他、免許証交付手数料がかかります。交付手数料は免許証の持ち方(運転免許証のみ、マイナ免許証のみ、2枚持ち)により金額が異なります。
	40,000円	2,800円	

この講習会の受講を希望されるJA正組合員(JA正組合員の同居家族)の方は、受験希望日に○をしていただき、以下の「**受講希望申込書**」をJA各支店、営農経済センター又は直接、営農企画課までご提出ください。定員20名を上回る申し込みがある場合、雲南地区本部にて抽選を行いますので、予めご了承ください。受講が決まりましたら、改めて講習会の開催案内を発送いたします。講習会は1日(後日の試験は半日)開催となります。 ※講習日については、調整させていただく場合があります。

令和8年度 大型特殊自動車免許(農耕車限定)取得準備講習会

受講希望申込書

JALまね雲南地区本部 営農企画課 行 【申込締切 9月18日(金)】

ふりがな		申込日	令和8年	月	日
氏名		生年月日	年	月	日
住所					
電話番号					
受講日	☐ 第1回(10月27日) ☐ 第2回(10月28日) ☐ 第3回(11月10日) ☐ 第4回(11月11日)				

ご不明な点がございましたらJALまね雲南地区本部 営農企画課(0854-42-9031)までお問い合わせください。

JALまね雲南地区本部 営農経済部 営農企画課 住所: 雲南市木次町里方1088番地6



JAしまね

新規で
10万円～

夏の金利優遇

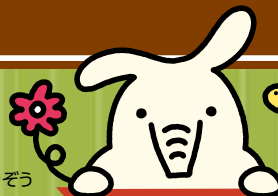
定期貯金キャンペーン

令和8年

期間

7/1(水) ▶ 8/31(月)

©よりぞう



募集総額120億円

組合員および新規組合員加入の方

当JAで、以下A～Cの
いずれかのお取引がある方
A 年金受取または年金受取予約
B 給与振込（農畜産物販売代金含む）
C 投資信託口座を保有

左記A～Cに該当しない方

預入期間1年

年0.90%
(税引後 年0.717%)

預入期間1年

年0.85%
(税引後 年0.677%)

預入期間3年

年1.20%
(税引後 年0.956%)

預入期間3年

年1.15%
(税引後 年0.916%)

預入期間5年

年1.35%
(税引後 年1.075%)

預入期間5年

年1.30%
(税引後 年1.035%)

組合員以外の方

預入期間1年

年0.80%
(税引後 年0.637%)

預入期間3年

年1.10%
(税引後 年0.876%)

預入期間5年

年1.25%
(税引後 年0.996%)

募集総額に達した時点で期間途中でも
受付を終了とさせていただきます。

100万円以上ご契約いただいた方を対象に、
抽選で100名様に
10,000円相当のしまね和牛肉
(焼肉用1パック+バラエティ切れし1パック)
をプレゼント!

※複数ご契約いただいた場合は、合算した契約金額が100万円以上となれば抽選対象となります。



※写真はイメージです。

当JAへの組合員加入を検討の皆さまへ

組合員になると
●出資配当を受ける資格
があります。

出資金について
●新たに出資して組合員になる方法
※1口1,000円以上の出資を申込みいただきます。

【商品について】商品名／「スーパー定期貯金」「スーパー定期貯金300」 預入資金／(1)すべてニューマナー※による預入れ。(2)当JAの既存定期貯金へ上乗せしての預け替え。この場合、既存の定期貯金1契約につき既存定期貯金契約額の5割以上をニューマナー※で上乗せすることが必要です。【例】1契約100万円の既存定期貯金をお持ちの場合、ニューマナー50万円以上を上乗せした合計150万円以上であれば預け替えが可能です。※ニューマナーとはa.令和8年3月以降に他金融機関からの振込・現金により、当JAに新たに預け入れられた資金 b.「年金」…対象となる金額についてはお近くのJA窓口までお問い合わせください。c.「給与」…対象となる金額についてはお近くのJA窓口までお問い合わせください。d.令和7年9月以降に振込まれた農畜産物販売代金 ご利用いただける方／個人の方（県内在住の方に限ります）。受付方法／窓口のみ（ATM、個人JAネットバンクでのお取扱いはできません）。預入金額／10万円以上（預入上限なし） 預入期間／1年（単利型）、3年（複利型）、5年（複利型）いずれも自動継続扱いに限りません。適用金利の取扱い／キャンペーン金利は預入日から初回満期日まで適用いたします。満期日以降は継続日当日の「スーパー定期貯金」「スーパー定期貯金300」の店頭表示金利を適用いたします。税金／お受取利息には20.315%（国税15.315%、地方税5%）の税金がかかります。中途解約時の取扱い／中途解約された場合は、当JA所定の中途解約利率を適用いたします。【抽選について】抽選対象者／キャンペーン定期貯金を100万円以上ご契約いただいた方が抽選対象となります。※1 キャンペーン定期貯金を複数ご契約いただいた場合、合算した契約金額が100万円以上であれば、抽選対象となります。※2 8月末までにキャンペーン定期貯金を中途解約された場合、抽選対象外となります。（複数ご契約いただいた方で、中途解約により合算した契約金額が100万円未満となった場合も抽選対象外となります。）懸賞内容／抽選で計100名様に「しまね和牛肉（10,000円相当）」をプレゼント！抽選日／キャンペーン終了後の9月上旬に抽選を行います。当選発表／ご当選された方に対し、9月中旬に当選通知をお送りいたします。賞品は随時発送させていただきます。個人情報取扱い／取得したお客様の個人情報は賞品の抽選・発送のためにのみ使用します。懸賞賞品の説明／「しまね和牛肉」（10,000円相当）焼肉用1パック+バラエティ切れし1パック

くわしくは、お近くのJA窓口までお問い合わせください。

[illegible]

7-7 品名 NC252

大切なお住まいの点検 しませんか？



雨漏り放っておくと
家の躯体が傷みます



✓ 天井にシミ
がある



✓ 雨上がりの後、
部屋がカビ臭い



✓ 窓サッシから
雨漏りがする

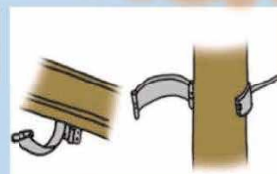
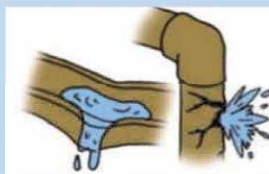


✓ 強い雨のとき
ポタポタ音が
聞こえる

このような症状がある時は**早期に解決**が必要です。

放っておくと家の柱や梁が腐り家が傷んでしまいます。
そうなる前に雨漏り診断をしてまずは原因をみつけて修理を行いましょう。

屋根・瓦・雨どい



瓦のずれ、
屋根の傷みを
点検します！



瓦 各種



お見積りは**無料**です！お気軽にご相談ください。

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）

フリーダイヤル

0120-420-078 ☎0854-45-3336

施工業者：トーヨーハウジング工業株式会社

（有）サンコープ雲南はJALしまねの子会社です。

ミシンの事なら何でもお任せください ミシン修理受付中

どんなに古くてもどこのメーカーでもOK



ミシンは定期的に点検・修理をした方が長らく使えます。この機会にぜひご相談ください

お問い合わせは
有限会社 **サンコープ雲南** フリーダイヤル 0120-420-078
TEL 0854-45-3336

取扱店 創業46年 ミシン専門店 出雲山陰シルバー商会 TEL 0853-22-5808

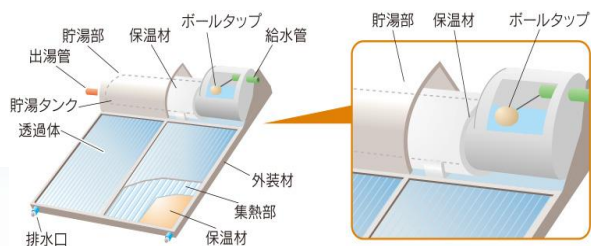
太陽熱温水器で あなたの暮らしを快適に



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!



太陽熱温水器 (自然循環形)のしくみ



CHOFU

太陽熱温水器 SW1-213L 集熱部総面積 3.5㎡



希望小売価格¥309,100(税込)

¥247,280(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

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!

(有)サンコープ雲南

☎0854-45-3336 フリーダイヤル 0120-420-078

雲南市三刀屋町三刀屋1129-5 (旧JA三刀屋支店)

(有)サンコープ雲南はJALまねの子会社です。

島根うまれの食材レシピしまねうレシピ

豚肉とじゃが芋とピーマンのウスターソース煮

材料（4人分）

豚こま切れ肉……………300g
じゃが芋……………3個（300g）
ピーマン……………3個（180g）
にんにく……………ひとかけ
ミニトマト……………8個
水……………250cc
ウスターソース…大さじ2
酒……………大さじ1
みりん……………大さじ1
砂糖……………小さじ1
鶏ガラ顆粒だし…小さじ1

作り方

- ①豚肉は50度のお湯につけて余分な脂とアクを取り、水気をきって、食べやすい大きさに切る。（熱湯と水を半々に入れると50度のお湯になります）
- ②じゃが芋は皮をはいて1個を1/4に切り、耐熱皿に並べ入れ、水大さじ1を加えて、軽くラップをしてレンジ（600w）で4～5分間加熱する。
- ③ピーマンは縦半分に切り、ヘタと種を取って、ひと口大に切る。
- ④にんにくはすりおろす。
- ⑤フライパンにAを入れて煮立て、肉を加えてほぐし、肉の色が変わったら、じゃが芋、ピーマン、にんにくを加えて時々かき混ぜながら4～5分煮る。
- ⑥最後にトマトを加えひと煮立ちさせる。



コメント

・豚肉を50度のお湯につけることで、余分な脂やアクを除くことができ、冷めてもラードの塊ができにくいです。
・しょうゆで煮るのは、一味違った旨味で、ピーマンも驚くほど食べやすくなる一品！

アレンジ

・豚こま切れ肉をバラ肉、合挽肉、牛肉にかえても美味しくできます。
・野菜は玉ねぎ、茄子、ズッキーニ、人参、南瓜等、いろいろな野菜の組み合わせも楽しめます。

トマトときゅうりのツナ和え

材料（4人分）

トマト……………2個（240g）
きゅうり……………1本（150g）
ツナ缶……………1缶（70g）
青しそ……………3枚
醤油……………大さじ2
酢……………大さじ2
砂糖……………小さじ1
ごま油……………小さじ1
おろしにんにく…小さじ1/2

作り方

- ①トマトはヘタを取り、ひと口大に切る。
- ②きゅうりは上下を切り落として、縦に浅い切込みを2本入れ、ねじって、一口大に割る。
- ③青しそは細せん切りにし、水にさらしてアクを取り、水気をしぼる。
- ④ボウルにAを入れて混ぜ合わせ、①、②、ツナ缶も油ごと加えて混ぜ合わせる。
- ⑤皿に盛り、③の青しそを飾る。



アレンジ

・ラー油や豆板醤を加えて、ピリ辛大人味に。
・トマトの旨味が溶け出した汁は、そうめんつゆに使っても最適！ごはんにかけてトマト丼にも！

健康散歩 For Your Health

パワーナップでパワーアップ

JA島根厚生連

お昼になると眠くてたまらない…。そんな時、どうしていますか？仕事中でも強い眠気に悩まされる方は少なくありません。実は短時間の昼寝（仮眠）には、脳の疲労を回復させ、集中力や作業効率を高める効果があることが分かっています。

12時～15時の間に取る15～30分ほどの短い睡眠のことを「パワーナップ」といいます。「パワーアップ」と「ナップ（昼寝）」を組み合わせた言葉で、短時間で効率よく心身を回復させる科学的な休息法として注目されています。

人は眠りに入ると、徐々に深い睡眠へと移行していきます。パワーナップでは、深い眠りに入る前の短時間で目を覚ますことがポイントです。この短時間の睡眠でも脳はしっかり休み、疲労回復やリフレッシュにつながることが、パワーナップの大きな特徴です。

パワーナップを取り入れることで、「集中力の向上」、「スト



レスの軽減」、「記憶力の向上」、「作業効率の向上」など、様々な効果が期待できます。現代はスマートフォンやパソコンの使用により、脳が多くの情報を処理し続ける環境にあるため、意識的に脳を休ませる時間を作ることが重要です。

パワーナップを実践する際は、静かで明るすぎない場所を選び、20分程度で目覚めるようにアラームを設定しましょう。長時間眠ってしまうと深い睡眠に入り、かえって目覚めが悪くなる恐れがあります。また、昼寝の直前にコーヒーを飲みカフェインを摂取することで、昼寝から目覚めたときに眠気を感じにくくなり、昼寝とコーヒーの相乗効果を狙うこともできます（コーヒーナップ）。



現代は情報社会であり、ストレスの多い環境でもあります。忙しい毎日でも、意識的に休息を取り入れることが心身の健康維持につながります。パワーナップを上手に取り入れ、短時間で効率よく疲労を回復しながら、日々の生活をより快適に過ごしてみたいいかがですか。

【編集後記】今月号はメロンの特集。産地、益田市に取材に伺い、ハウスに並ぶアムスメロンに心躍りました。小さいころから大好きなメロンですが、種類や栽培方法を知るとよりおいしく感じます。◆特集記事、ぜひご一読くださいませ！

