

JA しまね びより



2025
6

June
Vol.111

Shimane
Biyori



特集 “もしも”の災害に備えよう



YouTube



Instagram



LINE



Facebook



SNSで旬な情報を
投稿しています



©よい食P



み一つけた

しまねの ファーマーズ Shimane farmers

農事組合法人 こんこんじいの郷 代表

井川津多夫さん(66歳)

今月は西いわみ地区本部。吉賀町真田地区で水稲や水田園芸に取り組んでいる「農事組合法人 こんこんじいの郷」代表の井川津多夫さんにお話を伺いました。



「こんこんじいの郷」の誕生

吉賀町真田地区。清流日本一にも選ばれた一級河川・高津川が流れ、山々に囲まれた自然豊かな地域です。ここではかつて、多くの農家が自分の田畑を耕してきましたが、近年では高齢化により、耕作放棄地の増加や農地管理が大きな課題となっていました。そんな中、平成24年度から農林水産省が開始した事業の「人・農地プラン」を策定するにあたり、真田地区でもアンケート調査や関係機関との協議を実施。その結果、地域で圃場整備事業に取り組むことを決意しました。圃場整備事業を行うには、法人の設立と高収益作物の導入が条件となっていたことから、地域の農地を共同で管理・活用していく体制として農事組合法人を令和3年



取材時は田植え作業の真っ只中。

2月に設立。その名も、「こんこんじいの郷」。地元で親しまれてきた子どもの見守り神様「こんこんじい」にあやかり、地域の未来を見守る存在になりたいという願いが込められています。「この地域には、自分たちで自分たちの農地を守っていきたい」という意識が根付いていた。自分たちで次の世代に引き継げる形を残したかったです」と、代表の井川津多夫さんは当時を振り返ります。地域の現実と向き合い、未来の農業を模索する挑戦が、ここから始まりました。

地域にあった柔軟な農地管理

「こんこんじいの郷」の運営は、農地の貸し手と作業の担い手が共に参加しています。これは、福井県



「さあ、未来への種を播こう！」をスローガンに掲げ令和3年2月に法人を設立しました。写真左は「こんこんじい」。

などで取り入れられている「まるっと中間管理方式」を応用し、地域の実情に合わせた柔軟な農地運用の仕組みです。「自分の土地は自分で耕したい」という組合員もいたため、法人が一度農地を預かり、耕作を希望する方には作業をお願いし、それ以外の農地は法人で管理するという、誰もが納得できる農地管理の仕組みを構築しました。この方法により、農地の管理がスムーズに行えるだけでなく、農業の継続が難しくなった場合にも法人で対応できる体制が整い、地域の農業を中長期的に支える役割となっています。

スマート農業で、無理なく・楽しく

現在、「こんこんじいの郷」では、真田地区の約17ヘクタールの農地を管理しています。圃場整備により農地が大規模化され、自動田植え機や、自動給排水装



ターン農道。登坂部を設け圃場との段差をなくすことで、圃場外で農業機械などを旋回させることができます。作業の効率化にもつながっています。



自動田植え機による作業。事前に田植え前の田んぼを走らせGPSによって面積を記憶させます。無人状態で苗が重なることなく一直線に植えられています。

をスマホで管理できるアプリ「ワタラス」も活用。さらに畦畔を2mに広げることで、草刈りもトラクターで行え、炎天下でも冷房の中で快適に作業が進められます。農業という「ぎつい」「大変」といったイメージがありますが、省力化や軽労化を進めることで、高齢化や天候などの課題にも対応し、「続けられる農業」を実現できています。

仲間の支えと 雰囲気の良いつながり

「ごんごんじいの郷」の大きな特徴は、みんなで支え合う体制が整っていることです。「この法人の良いところは、一人に負担がかからないこと。部門ごとにリーダーがいて、みんな協力的だから続けられるんです」と井川代表は話します。水稲・野菜・機械管理・総務の4部体制で役割分担がされており、それぞれのリーダーが調整を担ってくれるおかげで、負担が偏らないようになっていきます。作業は基本的に一人のオペレーターがトラクターで行い、

置、どこからでも機械が入りできる「ターン農道」など、スマート農業を実践できる環境を整えました。自動で操作できる田植え機や、水の状態

田植えやキャベツの収穫など必要な時だけ数人が集まります。稲刈りなど負担の大きい作業は外部に委託しており、年間の稼働日数はごくわずか。作業の連絡や出欠確認は、LINEで手軽にやり取りし「〇日に田植え手伝える人？」といった気軽なやり取りが飛び交い、必要なときに自然と人が集まる体制です。作業中も和気あいあいとした雰囲気、皆で冗談を言い合いながら、笑顔で楽しそうに農業に取り組んでいます。また、田植えなどの作業後には懇親会として、集まった仲間同士で労をねぎらう場を設けています。「やつぱり一番大事なのは、飲み会」と笑う井川代表。「農業は、楽しく・楽に“やらないと続かない。だからこそ、新しい技術や分担の仕組みが必要なんです」と語ります。無理なく関われるからこそ、地元の人たちが農業を楽しみながら続けられる。そんな温かなつながりが、「ごんごんじいの郷」の農業を支えています。

この地域で農業を続けていく 仕組みづくり

現在の作付けは、水稲を中心に飼料用稲(WCS)やキャベツ、タマネギなど。高収益作物の導入や乾燥・調製作業の外注、スマート農業の活用により、限

られた人手でも最大限の成果を出せる工夫がなされています。それでも「この地域の農業者の平均年齢は70歳を超え、自分も含めて高齢



法人の取り組みについて笑顔で話す井川代表。

プチっと情報!

ごんごんじい

吉賀町に古くから伝わる神様の化身「ごんごんじい」は、子どもたちが健やかに育ってほしいと願う優しい神様。遅くまで遊んだり、手伝いをしなかったりすると、どこからともなく現れ、子どもたちを叱り戒めてくれるそう。同町真田地区の山根・田丸自治会がごんごんじいをゆるキャラとして採用し、同町のふるさと応援大使としても活動しています。



真田地区の美しい里山

化が進んでいる」と話す井川代表。今後は50代の世代にバトンを渡していくとしながらも、さらにその先の後継はまだ見えておらず、大きな課題となっています。この地域の取り組みに共感してくれる若者がいれば、ぜひ迎え入れたいとも語ります。大切なのは、「この地域で農業を続けていける。仕組みを作り続けていくこと。そんな想いを大切にしながら、これからも新しいやり方での挑戦を続けていきます。」

“もしも”の災害に備えよう

私たちの生活の中で、いつ起こりうるかわからない自然災害。日本では毎年のように大雨や台風による洪水や土砂災害、地震などが発生し多くの被害が出ています。災害が増加する中で、私たち一人一人が防災について考えることが不可欠です。6月は梅雨や台風シーズンにも突入します。自分や家族の身を守れるように、“もしも”の時の備えについて一緒に考えてみましょう！

マイ・タイムラインを作成してみよう！

「マイ・タイムライン」とは、自宅周辺の災害リスクを知り、災害に応じた避難先や避難経路を確認し、避難のタイミングを決めておくことで、自分自身がとる防災行動を時系列的に整理し避難行動のための一助となる防災行動計画のこと。

また、別々の場所にいるときに災害が発生した場合でもお互いの安否を確認できるよう、日頃から安否確認の方法や集合場所などを事前に話し合っておきましょう。

まずはここから確認！



周辺地域の危険度	避難場所	避難ルート	連絡先
<p>まずはハザードマップを見ましょう。各市町村で作成しています。</p> <p>県内各市町村 ハザードマップ▶</p> 	<p>避難所に行くことだけが避難ではありません。安全を確保できる場所を確認しましょう。災害の種類ごとに複数の避難先を決めておくことで安心できます。</p>	<p>避難先までの経路を確認しましょう。危険箇所を避けて安全に通れる道を選びます。また、避難先まで実際に歩いておくことも大切です。</p>	<p>家族や知人、頼りにできる方などの連絡先を確認しておきましょう。</p>

出典：島根県作成「災害時の避難のためにできる事前の備え」を加工して作成

非常持出品を準備しよう！

非常持出品とは、避難するときに持ち出す必需品です。重すぎると避難に支障が出るので、必要最低限のものをまとめ、すぐに取り出せるところに保管しておきましょう。

- 水、食料
- 防災用ヘルメット、防災ずきん
- 衣類、下着
- レインウェア、軍手
- 予備電池・携帯充電器
- 懐中電灯・携帯ラジオ（どちらも手動充電式が便利）
- 救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など）
- 貴重品（通帳、現金、パスポート、運転免許証など） など



食料・飲料などを備蓄しよう！

防災のために特別なものを用意するのではなく、できるだけ普段の生活で使っている食品などを備えるようにしましょう。最低でも3日分、できれば1週間分の備蓄が望ましいとされています。水とカセットコンロなどの熱源は必需品。水は1人1日おおよそ3L、カセットボンベは1人1日1本弱程度が必要です。

【備蓄の例】

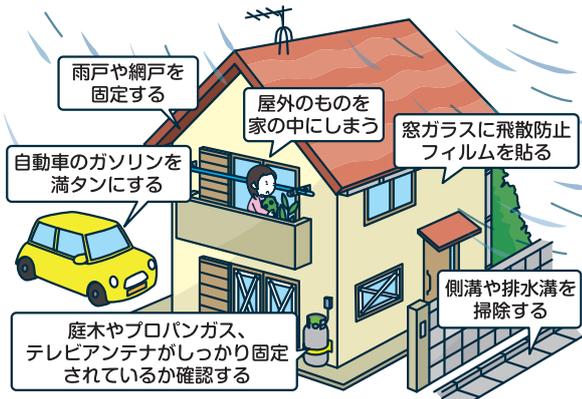
- 主 菜：魚介の缶詰、肉類の缶詰、肉や魚を使ったレトルト食品など
- 主 食：米、カップ麺、パックご飯、乾麺など
- 副菜・果物：梅干し、漬物、日持ちする野菜・果物、ドライフルーツなど
- その他：羊羹やチョコレート、スナック類の菓子・嗜好品、インスタント味噌汁、即席スープなど
- 生活用品：ティッシュ、トイレトーパー、ラップ、ゴミ袋、携帯用トイレ、マッチ、ろうそく、カセットコンロなど

蓄える→食べる→補充することを繰り返しながら常に一定量の食品を備蓄する方法をローリングストックといいます。



風水害対策

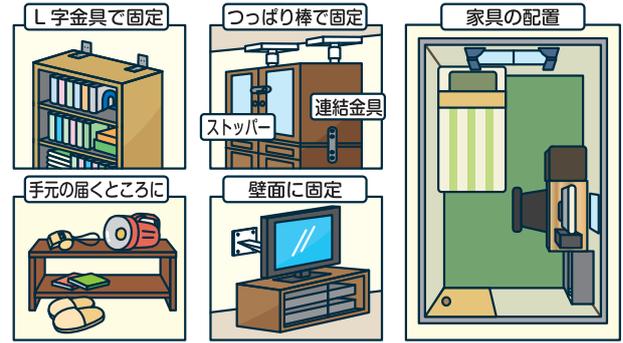
雨が降ったり、風が強くなったりする前に家の外と中の備えをしておきましょう。



この他にもスマートフォンなどをフル充電しておく、避難が必要になった時に備えて非常用持出品の確認なども行いましょう。

地震対策

大地震が発生したときには「家具は必ず倒れるもの」と考えて、転倒防止対策を講じておく必要があります。



- 家具が転倒しないよう、家具は壁に固定する。
- 寝室や子ども部屋にはできるだけ家具を置かない。置く場合も、なるべく背の低い家具にするとともに、倒れた時に出入口をふさいだりしないよう、家具の向きや配置を工夫する。
- 手の届くところに、懐中電灯やスリッパ、ホイッスルを備えておく。

出典：首相官邸HP「災害が起きる前にできること」(https://www.kantei.go.jp/jp/headline/bousai/sonae.html) を加工して作成

出典：政府広報オンライン「大雨や台風の気象情報に注意して早めに防災対策・避難行動をとりましょう」(https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201206/1.html) を加工して作成

出典：政府広報オンライン「今日からできる食品備蓄。ローリングストックの始め方」(https://www.gov-online.go.jp/useful/article/202103/2.html) を加工して作成

島根県からの防災情報もチェック！

◆しまね防災メール

各種防災情報や緊急のお知らせを電子メールで配信するサービスです。

- ・気象注警報
- ・地震、津波情報
- ・市町村が発令する避難指示等の情報
- ・国民保護情報 など



登録はこちらから

◆しまね防災情報 (Webサイト)

防災に関する情報や避難に関する情報を確認することができます。

- ・気象情報
- ・市町村からの避難所に関する情報
- ・道路や河川の情報 など



アクセスはこちらから

激甚化が進む自然災害。考えてみませんか？“いえ”の保障

選んで安心、

JAの建物更生共済

建物更生共済のスゴイところ！



1

島根県では約3軒に1軒が加入！

多くの皆様にJA共済を選んでいただいています。

火災保険・地震保険は多くの保険会社で取り扱っていますが、島根県では組合員・利用者の皆様にJA共済の建物更生共済を選んでいただいています。(加入シェア約34%・約3軒に1軒ご加入※1)

2

有事の際にも生活再建へのお役立ち

火災や自然災害に罹災されても建物更生共済があれば安心です。

JA共済の建物更生共済では火事だけでなく自然災害や地震も保障対象となります。被害があった際には共済金を受け取っていただくことで生活再建にお役立ちできます。

島根県で令和5年度に受け取っていただいた建物更生共済

支払件数 **3,535件** 支払金額 **約15億6千万円**※2

3

安心の調査・査定体制！

JAは迅速な調査・査定ができる体制となっているので安心です。万一、台風で被害があった際など「どうしよう」と不安になります。そんな時でも島根県では万全の調査員体制を整えていますので、事故連絡をいただければ迅速に調査・査定の手続きを進めることができます。

調査員の人数 **1,294人**※3



※1 JA共済連島根調べ ※2 JA共済連島根調べ (令和6年3月末時点) ※3 令和6年6月1日時点

聞かせて！

くらしのこと

アンケートキャンペーン

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。

2523020085



J Aしまね女性部が第8回通常総代会を開催

J Aしまね女性部は4月16日、出雲市のラピタウェディングパレスで第8回通常総代会を開きました。2024年度活動報告や収支決算、2025年度活動計画などの全5議案を承認しました。

2025年度はJ A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。部員らが玄米を持ち寄り子ども食堂などへ寄贈する「米一握り運動」やおもてなしプロジェクトの継続、世代を超えた交流を促進することなどを確認しました。

役員改選では部長に高橋美佐子さん（再・雲南女性部）、副部長に諏訪智子さん（再・くにびき）、森光美佐子さん（新・島根おおち）を選出しました。

総会後は、当J A西いわみ女性部の能美由紀子さんが「六日市女性部の味噌作り」と題して活動を発表しました。また、益田市のEnjoy Music Associationから講師の麻生久美さんと松元明世さんを招き、エレクトーンの演奏に合わせて体を動かしながら音楽を楽しみました。



女性部活動を発表する能美さん



島根県農協青年組織協議会が第71回通常総会を開催

島根県農協青年組織協議会は4月17日、出雲市のJ Aしまね出雲地区本部で第71回通常総会を開きました。来賓や部員ら56人が参加し、2024年度活動報告・収支決算や2025年度基本方針・活動計画など全6議案を承認しました。

2025年度は①ポリシーブック（政策集）を作成し要請活動や意見交換会への活用②J Aしまねや県などとの意見交換や学習活動の展開③長期的な営農活動や食農教育事業へ向けた施策などの要望活動④県内外の災害で被害を受けた農業者や青年組織の支援運動などの基本方針のもと、活発に活動していくことを確認しました。

役員改選では、会長に村上淳一さん（新・隠岐青年連盟）、副会長に福間裕紀さん（再・石見銀山）、黒田慎さん（新・斐川）、石橋康邦さん（新・西いわみ）が新たに選出され、新体制となりました。

村上会長は「大事な一年になる。先輩方が築き上げてきた島根県の豊かな自然、農業、笑顔溢れる地域社会を次世代に繋いでいくという思いを胸に活動していきたい」と意気込みました。



新体制となり意気込みを話す新役員ら

理事会情報（5月8日開催）

- ①出雲・斐川管内米共同利用施設の再編・更新計画および令和7年度補助事業の実施について
- ②令和7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第4次農業戦略実践3カ年営農計画（令和7年度～9年度）の策定について
- ④令和7年度産島根米生産・集荷・販売方針について
- ⑤令和7年度産島根米の「概算金の最低保証額」について
- ⑥令和7年度県域品目販売手数料の変更について（7年度うるち米・もち米・酒造好適米）
- ⑦令和6年度島根米需要拡大事業取組み実績ならびに令和7年度の取組み計画について
- ⑧第4次中期経営計画・農業戦略実践3カ年営農計画のダイジェスト版資料「新たな運営体制の構築に向けて」の作成について
- ⑨目的積立金の取崩について
- ⑩令和6年度決算について
- ⑪令和6年度決算にかかる剰余金処分について
- ⑫第4次中期経営計画（総合収支計画）について
- ⑬不祥事件（共済事業における情報提供義務違反等）発生に伴う再発防止策の策定について
- ⑭「内部統制システム基本方針」の改正について
- ⑮役員改選にかかる役員候補者の決定について
- ⑯自己改革工程表の策定について
- ⑰「隠岐の島町地域人材づくり協同組合」への加入について
- ⑱定款附属書総代選挙規程の一部変更について
- ⑲行方不明組合員等の整備へむけた取り組みの方向性について（令和7年度～令和9年度）
- ⑳新人事制度導入に伴う規程等の改正について
- ㉑重要な就業規則制裁条項の適用について
- ㉒島根県常例検査書（くにびき地区本部）の回答について
- ㉓島根県常例検査書（本店）の回答について

理事会情報（5月27日開催）

- ①令和6年度産島根米買取価格の設定について
- ②J AしまねDX基本方針等の策定について
- ③令和6年度決算の承認について
- ④第11回通常総代会への附議議案について
- ⑤令和7年度業績還元取扱いについて
- ⑥本店子会社等への役員の推薦及び派遣について
- ⑦組合と理事との取引（契約）の承認について（都度承認分）
- ⑧自己改革工程表の策定について
- ⑨通常総代会にかかる「総代会参考書類」および「議決権行使書」の取り扱いについて
- ⑩令和7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
- ⑪退職役員に対する退職慰労金の支給について
- ⑫役員報酬総額等の設定について
- ⑬行方不明組合員等の整備へむけた取り組みについて（令和7年度～令和9年度）
- ⑭常勤理事の他の団体理事等への就任について



「元気な地域」も女性部の力で！

斐川女性部



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。

JAしまね斐川女性部は斐川町内の5支部で活動しています。令和6年度はJA女性組織3カ年計画の実践最終年度として「つなごろうろ」"まもろうろ"「かかわろうろ」"を目標に部員一丸となって活動に取り組みました。

アフターコロナとなり、当女性部では米の消費拡大を積極的に取り組んでいます。昨年度は約2年ぶりとなるJA役職員向けの食堂「笑味ちゃん食堂」を、繁忙期を除く毎月第4月曜日のお昼に開催し、1年間で8回実施することができました。メニューは毎月カレーとサラダですが、月ごとにカレーとサラダの種類を変え、できる限り国産の食材を使用するなど、安全安心な食事を提供することを心掛けて作っています。職員の方々の「毎月のカレーが楽しみ」「ドライカレーが美味しかった」などの声を励みに、今後の活動に活かしていきます。



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

まつお 松尾 京亮さん (28歳)



JAしまねくにびき青年連盟(以下、農青連)に加入している松尾京亮さん(28)は、松江市八束町でハマボウフウやトウモロコシなどを栽培。大学院卒業後は北陸地方で就職しましたが、地元に戻って働きたいと考え山陰地方にUターンしました。自分で試行錯誤して生きていきたいという想いがあり、農家のライフスタイルが自身に合っていると考え農業を始めました。そして、せっかく地元で農業をするなら特産品を栽培しようと、八束町の特産品であるハマボウフウを中心とする栽培計画を立てました。農青連に加入したのは令和6年。まだ活動への参加は多くはないものの、昨年の島根県青年大会で最優秀賞を受賞した当連盟の活動報告に感銘を受け、今年からさまざまな活動に参加しようと考えています。松尾さんは「この夏に開催されるJA島根県青協70周年記念事業マルシェでも商品を販売する予定です。皆さん、楽しみにしてください」と意気込みました。

【JA島根県青協70周年記念事業マルシェ】
開催日時：令和7年7月5日(土)9時30分～15時30分
開催場所：出雲ドーム(出雲市矢野町999)

詳細は9ページをご覧ください。



あなたもチャレンジ!
家庭菜園

お知らせ

いつも連載企画「家庭菜園」をご愛読いただきありがとうございます。今月号の連載企画「家庭菜園(品目: コールラビ)」について、紙面の都合上、J Aしまねホームページへの掲載に代えさせていただくこととなりました。楽しみにしてくださっている皆様にはご不便をおかけしますが、ホームページからご覧ください。
また、「ベランダでも育てられる みんなのコンテナ栽培」についても、引き続きホームページにて連載していますのでぜひご覧ください。今月の品目は「エダマメ」です。

[家庭菜園]



コールラビについて



[コンテナ栽培]



エダマメについて



JAグループ島根 AGRIMACHINE FAIR 2025

期待に応え!!
6年ぶりの開催!!

農業機械総合展示会 in 出雲ドーム

日時 2025年 7.5(土) 9:30 - 15:30 — 7.6(日) 9:30 - 15:00

スマート農業体感コーナー

最新技術を搭載した農業機械の実演デモを実施

会場 出雲ドーム
出雲市矢野町999

大型農機から小型農機まで
運りすぐりの機械が勢揃い!
特選小物商品も多数展示
します!



ドローンの
実演飛行も!

ブース紹介

- ・農作業安全啓発コーナー
- ・バッテリー製品コーナー
- ・肥料・農業・資材の提案コーナー
- ・茎葉処理除草剤特設コーナー
- ・各種自動車展示
- ・各種相談ブース(農業リスク診断、経営相談など)
- ・セルフメンテナンスコーナー
- ・各種セミナーコーナー
- ・最新技術提案コーナー
- ・土壌分析コーナー(簡易土壌分析ができる!)



(有人仕様)



主催: JA全農島根農機サポート(株) 協賛: 島根県農業協同組合

島根県からのお願い



難防除雑草「ナガエツルノゲイトウ」を見つけたら

南米原産の多年草で特定外来生物の「ナガエツルノゲイトウ」が県内の田畑で発見されました。主に水辺に生息しますが、田畑に侵入し定着すると**根絶が困難**なため、早期発見・対策が重要となります。

【ナガエツルノゲイトウの特徴】

- 強い再生力を持ち1~2cmの断片からでも再生
- 繁殖力が強く、低温・乾燥に耐性がある
- 蔓延すると収量や農作業に悪影響が出る

地域全体で畦畔や水路を確認し、早期発見による拡散・被害防止を行う必要があります。

刈り払いをすると植物の破片が飛散し、発根して爆発的に広がる恐れがあります。

見つけたらお近くの県農業振興部・農業部、JAまでご連絡ください。



詳細はこちら



ナガエツルノゲイトウ

7/5(土)は、
島根県産きぬむすめ
キャラクター
島根ワイナリー公式キャラクター
「しまりん」も来るよ!

入場
無料

島根県農協青年組織協議会創立70周年記念事業

Team SHIMANE マルシェ

～農から広げる楽しいしまね～

2025 **7/5** 9:30~15:30
マルシェ・キッチンカー

7/6 9:30~15:00
キッチンカーのみ

出雲ドーム
出雲市矢野町999

R431	
至出雲大社	至松江
大型農道	
● 浜山公園	
出雲ドーム	
R9	
至大田	至松江
R184	



島根県産
きぬむすめ



マルシェ出店予定ブース 5日のみ

- 各単組青年組織 (くにびき・やすぎ・雲南・隠岐・出雲・斐川・石見銀山・島根おおち・いわみ中央・西いわみ)
- 島根大学
- 出雲農林高等学校 (出農ショップ)
- 出雲商業高等学校 (出商デパート)
- 邑南町商工会青年部

※各地域で生産された農畜産物や加工品などを販売します。
※スムージーやかき氷、アイスクリーム、ポン菓子、肉巻きおにぎり、焼きとうもろし、ポーフランク、米粉で作ったスイーツなどを販売します。

キッチンカー出店予定など 5日・6日

- 紫路彩 (昔なつかし藤田焼きそば)
- KANUKA PARK (ジビエバーガー、猪フランクなど)
- 岡山足守 芋屋蜜三郎 (冷やし焼き芋、さつまいもチップスなど)
- クレープショップ アスカ (クレープ)
- ベーカリー卯月 (バーガー類、フルーツシロップジュースなど)
- パティスリーフルール (しぼりたてモンブラン、クリームソーダ)

島根県農協青年組織協議会ブース 5日のみ

米の重量当て

- 開催時間
- 1回目 9:30整理券配布 9:40開始予定
 - 2回目 11:00整理券配布 11:10開始予定
 - 3回目 13:30整理券配布 13:40開始予定
- ※各回の上位10名に
賞品(お米)をプレゼント

1名につき
1回限り

お米が
もらえる
令和6年産島根県産
(コシヒカリ・きぬむすめ)
賞品総重量
125kg程度

的当て(射的)ゲーム

開催時間: 9:30~14:30
対象人数: 先着200名

マルシェブースで
使える
商品券が
もらえる

スタンプラリー

開催時間: 9:30~15:30
対象者: 小学生以下
対象人数: 先着200名

マルシェブースで
使える
商品券が
もらえる



島根県農協青年組織協議会

HP (<https://ja-shimane.jp/youth/>) や
Facebook (右記二次元コード参照) にて
当協議会の活動や各単組活動について情報発信中です。
※島根県農協青年組織協議会とは、JAしまね各地区本部
単位の青年連盟に所属する青年を会員とした組織です。



【注意事項】

- ※当日は同会場(出雲ドーム)で「JAグループ島根 農業機械総合展示会in出雲ドーム(全農島根農機サポート(株)主催)」が開催されています。
- ※出店内容など、予告なく変更となる場合があります。
- ※会場駐車場には限りがありますので予めご了承ください。
- ※エコバッグのお持ち込みにご協力ください。

【お問合わせ】 島根県農協青年組織協議会事務局(JAしまね本店営農対策部営農企画課) TEL.0853-25-8142(平日9:00~17:00)

【主催】島根県農協青年組織協議会

玉ねぎの収穫開始

いわみ中央野菜生産振興協議会玉ねぎ部会は5月14日から、令和7年度産玉ねぎの収穫を開始しました。当日は天候に恵まれ、新たに導入を行った大型の茎葉処理機と収穫機を使用し収穫作業を行いました。初めは操作に苦戦する場面もありましたが、徐々に慣れスピーディーな収穫を行いました。



今期は寒暖差が生育に影響し、大きな玉ねぎが収穫できました。

収穫後の玉ねぎは斐川町のJAしまね広域玉葱調整保管施設へ集荷し、乾燥後出荷します。



いわみ中央地区本部では、休耕地を活用し新たに玉ねぎ栽培を行う方やキャベツを栽培する方を募集しています。

【お問合せ先】 営農経済部 農産課

0855-222-8818 (担当 清本)

秋冬キャベツ栽培講習会

いわみ中央地区本部野菜生産振興協議会キャベツ部会は5月19日、栽培講習会を地区本部にて行いました。担当者から昨年の販売実績などの説明を行ったあと、令和7年度の栽培について西部農林水産振興センター田中普及員が施肥、防除、そして昨年ほひよどりの被害も多発していたため対策及び改善方法に重点を置き指導を行いました。管内のキャベツ部会はベテラン揃いで、熱心な生産者から多くの質問



があり有意義な講習会になりました。キャベツは水田園芸6品目の中でも力を入れていきます。

令和6年度
信用・共済合同表彰式

4月25日、大社文化プレイスうらら館にて「JAWARDS2024」と銘打って、信用・共済事業合同で優績表彰式を開催。

令和6年度の活動において、組合員・利用者の皆様へ信用・共済事業を積極的に提案した渉外担当職員や、安心スマイルサポーター（職員）、支店・部署が表彰を受けました。

当地区本部は、LA4名、安心スマイルサポーター1名、スマイルサポーター1名、2支店が受賞しました。今後も役員が一丸となり、組合員・利用者の皆様の信頼と期待に応えるために努力して参ります。



きんさい市場黒川店

母の日「紫陽花」販売

産直きんさい市場黒川店では5月8日、店頭にて母の日プレゼント用として「紫陽花」の販売を行いました。数品種の紫陽花が並び、一番人気の「月うさぎ」は早々に売り切れました。このように多くの紫陽花が並ぶことは少なく、購入するのに30分近く迷われるお客様もおられました。多くの「母」に喜んでもらえるのではないかと思います。

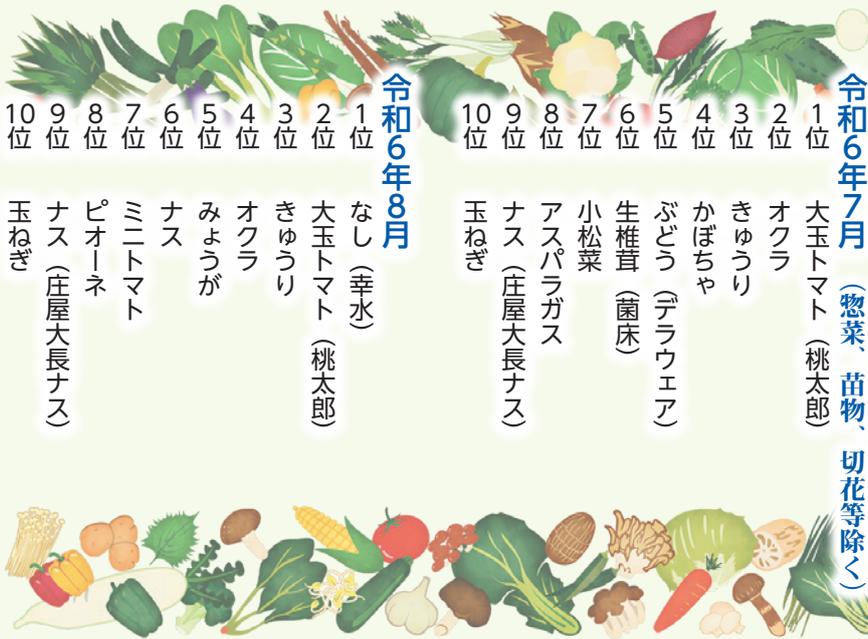
今後もミニイベント等を通じて、管内の野菜や加工品などを消費者の皆様へお届けしていきます。

きんさいピックス



売上ベスト10

きんさい市場黒川店では、天候により入荷量が左右されますが、産直会員の皆さんが日々新鮮野菜や果実などを出荷しています。昨年7月～8月にかけての売り上げベスト10を紹介します。お買い物の際、参考にされてはいかがでしょうか？



どなたでもご利用いただけます。
お気軽にご相談下さい。

24時間
年中無休

家族葬から一般葬まで皆様の想いに寄り添う最後のセレモニーのお手伝い

虹のホール JA江津葬祭会館

江津市和木町 1136 番地 35

虹のホールはまだ

浜田市下府町 1821 番地 5

虹のホールみすみ

浜田市三隅町三隅 871 番地

フリーダイヤル 0120-522-354

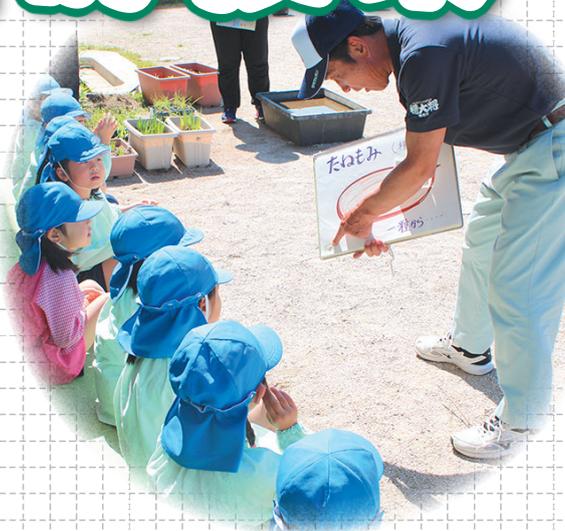
フリーダイヤル 0120-222-532

JAくらしの活動

食農教育

出前授業

田植え体験



バケツ稲体験



野菜苗植え体験





ふれあい農業体験塾



～第1回 田植え体験 5月11日開催～

上府町の上府農事組合法人（中田善喜組合長）管理の圃場で、令和7年度ふれあい農業体験塾第1回田植え体験を開催し、20家族57名が参加しました。

この企画は、子どもたちに日本人の主食である米作りを通して食と農の大切さを学んでもらおう、と毎年行っているものです。田植え前には、参加者全員に種もみと苗を配りクイズ形式でお米について勉強をし、苗の植え方について営農経済部職員が指導しました。

少し肌寒い天候でしたが全員一列に並んできぬむすめの苗をロープの目印に沿って植えていきました。途中、あぜから田んぼにダイブする子、ホウネンエビやおたまじゃくし取りに夢中になる子もいましたが、4.5aの圃場を1時間半かけて無事に植え終わりました。作業終了後、浜田女性部（平木幸子部長）が作ったおむすびをととても嬉しそうに受け取っていました。

9月には稲刈を計画しています。



佐々木豊本部長あいさつ



お米のお勉強



田植え



田植え



おにぎり配布



ふるさと体験村春まつりへ 出店し弥栄女性部

弥栄女性部（山根ひとみ部長）は5月4日、弥栄町三里のふるさと体験村で恒例の春まつりへ参加し、郷土料理の角寿司をはじめ炊込みおにぎり・もち・野菜などを朝早くから準備し販売しました。

ステージでは田ばやしや石見神楽などの催し物が披露され、会場では弥栄産の和牛肉や地元産の野菜を使った美味しい食べ物が数多く販売されました。

当日は、少し肌寒くはありましたが晴天に恵まれ、市内外から多くの来場者で賑わい、女性部コーナーは2時間ほどで完売しました。山根部長は「地元の女性部として、少しでもお祭りが賑やかになるようにと出店した。続けて参加協力していきたい」と述べました。



JA女子大学キャンパスレポート 8期生5月講座「田んぼアート」田植え体験

5月31日、JA女子大学8期第7回講義は田植え体験で、「田んぼアート」に挑戦しました。会場となった水田は金城町小国の圃場で、女子大学OGなでしこの会藤若裕香さん宅(藤若農産)主催の「田んぼアート」に参加しました。

この企画は開催から15年目を迎えられ、今年は星座の「おうし座」をイメージしたデザインに挑戦！縦65メートル、横22メートルの田んぼをキャンパスに見立て、下絵に沿ってミコトモチのほか紫の葉や穂が赤や黒色に色付く4種類の苗を植え付けていきました。



参加した学生は「泥水と戯れる絶好の機会と思い裸足で入りました。泥の感触は最高でした。」と笑顔で語りました。

今日みんなで植えた田んぼは、春から秋へと季節をまたぎ、稲の生長過程を楽しみながら出来上がっていくアート作品。稲穂が実る秋の完成がとても楽しみです。



※事務局も田植えを行いました。忙しい日々を忘れ、子どもたちと一緒に楽しみながら作品作りに参加できました。

* JA女子大学OG会 *

女子大学OGなでしこの会交流会『アジサイとお寺巡り』

JA女子大学1期生なでしこの会（宮本幸子会長）は5月10日、会員の交流活動として、金城町の花き農家石橋園芸の視察と旭町木田の正蓮寺をお参りました。

石橋園芸では、アジサイの「万華鏡」「銀河」「月うさぎ」など島根県オリジナル品種5種類7,000鉢を栽培されており、色とりどりに満開に咲いたハウスを見学しました。園主の石橋進さんからは品種の特徴や剪定の仕方、交配方法など貴重なお話を伺いました。



次に訪れた正蓮寺は「石見一の山門」と称賛されており、御住職（服部真成）さんから数々の彫刻について説明を受け、その後精進料理をいただきました。参加した会員は「お花で癒され、お寺ではとても深い感動を受け、心もお腹も満たされ、リフレッシュできた一日になりました」と喜んでいました。





え~のう ちよっと宮農!! 夏まきニンジンの育て方

ニンジン、セリ科の野菜で原産地はヨーロッパからアフリカ北部、小アジア（トルコ）、日本へは中国から17世紀前半に渡来したといわれています。

ニンジン（英名：キャロット）の名の由来となるほど、カロテンの含量は野菜の中でも随一で、葉も栄養満点です。また、豊富に含まれるカリウムは高血圧の予防、食物繊維は便秘解消に役立ちます。



〈畑づくり〉

種まきの2週間前には1㎡当たり、完熟堆肥を5kg、苦土石灰を120g投入してよく耕し、1週間前には元肥に化成肥料100gほどを混ぜて畝をたてておきます。

(施肥例 1㎡当たり)

肥料名	元肥	追肥	備考
苦土石灰	120g		サンライムでも可
完熟堆肥	5kg		
有機化成A801	100g	40g × 3回	播種後1カ月ごとに

〈種まき〉

7月中旬～8月にかけて夏まきニンジンが始まります。ニンジン栽培の8割は種まきで決まります。種をまいて発芽までがうまくいけば、ニンジン栽培はほぼ成功と言っても過言ではないくらいに大切なのです。

基本的には一つの畝に2列程度がおすすめで、60cm幅の畝に条間30cmのまき溝を2条つくります。畑が乾いている時は、溝に水やりをしておきます。溝にタネを1～2cm間隔に条まきし0.5～1cm程度の覆土をします。ニンジンは好光性の植物です。真っ暗な環境では発芽しません。ダイコンは土中に深く埋めてしまっても条件が揃えば芽が出てきますが、ニンジンは日の光を感知しないと発芽できません。

〈間引き〉

発芽が揃うと一安心。1回目の間引きは本葉4～5枚、2回目は6～7枚の時にいき、最終の株間を10～15cm程度にします。

〈追肥〉

中耕と同じタイミングで化成肥料を1㎡あたり40g程度、条間にパラパラと撒きます。

〈収穫〉

収穫時期は、夏まきの場合は12～2月、春まきの場合は7月中だと考えておきましょう。収穫するのが遅れると、根が割れてしまいますので、この期間内でとり終わるように心がけましょう。

〈ニンジン栽培のよくある失敗・病害虫など〉

ニンジンが発芽したのになくなっている

ニンジン栽培の失敗のほとんどは発芽までに問題があります。二つ原因があるのですが、一つはネキリムシの被害。

もうひとつの原因は水のやりすぎで蒸れてしおれている場合。「ニンジンとはとにかく水やりだ」という考えが強すぎて、芽が出てからも水やりしすぎると、特に夏まきの場合は40℃近い高温で湿度が高い状態が続いて枯れてしまうこともあります。日中は水やりを控え、早朝か夕方に与えましょう。

ニンジンの肩が変色している

ニンジンの根が地上部にはみ出している部分が、緑色や紫色に変色していることがよくあります。色によって発色のメカニズムは違うのですが、対処方法はすべて同じです。

中耕の際に、ニンジンの根元に土寄せして、土で覆ってあげましょう。外気や日光に直接触れることで変色しますので、土をかぶせておけば大丈夫です。

令和7年産島根米の 「概算金の最低保証額」のご案内

令和7年産の島根米に関する重要なお知らせをさせていただきます。

この度、皆様方の営農の安定を図ることを目的として令和7年産島根米の主要銘柄について「概算金の最低保証額」を早期に決定し、生産者の皆様にお知らせすることとしました。

主要品種の「概算金の最低保証額」は以下の価格となります。

品 種	7年産概算金 最低保証額	6年産 概算金	備 考
コシヒカリ(上)	10,500 円	8,400 円	前年から+2,100 円
きぬむすめ(上)	10,500 円	8,300 円	前年から+2,200 円
つや姫 ST(上)	11,000 円	8,700 円	前年から+2,300 円
つきあかり	10,250 円	7,950 円	前年から+2,300 円

※いずれも1等30kg当りの価格設定となります。

※あくまでも今回は主要品種の「概算金の最低保証額」のご提示となります。その他の品種も含め**概算金の最終決定は8月となります。**

これにより、生産者の皆様がJAに安心して出荷していただけることを期待しております。なお、概算金については、8月の理事会にて最終決定を行います。周知方法としては、外勤日等を通じて皆様にお知らせいたしますので、ぜひご確認ください。

また、島根米の主要取引先に対しては、7年産の販売価格を現行の6年産販売価格以上で販売することについて打診し、了承を得ております。このことから、皆様の安定した出荷が取引先に対してより有利な条件で交渉が行えることをお伝えいたします。

今後とも、皆様のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。何かご不明点等がございましたら、どうぞお気軽にお問い合わせください。

【この件に関するお問い合わせ】

JAしまね いわみ中央地区本部 農産課 TEL:0855-22-8818

令和7年度 水稲青空講習会日程表

2回目

全 40 会場

9:00~10:00

10:30~11:30

13:30~14:30

15:00~16:00

7/1



10会場

浜田・江津

国府
まちづくりセンター
有福分館

波子高田集会所

二宮
コミュニティー
センター

大野谷集会所
付近

旭

大石谷集会所

本郷
生活センター

木田
生活センター

白角
生活センター

三隅

井川集会所

黒沢まちづくり
センター

江津

太田集会所

上津井
ふれあいセンター

7/2



10会場

金城

小国最中山神社
付近

上来原
西地区集会所

長田郷
奥本様宅付近

弋手原地区
河野様宅付近

旭

西都川集会所
付近

坂本生活センター

旭町町民
体育館前

丸原停留所付近

弥栄・三隅

西河内集会所
付近

野坂野菜無人市場
周辺

大谷八幡センター

7/3



10会場

三隅

上今明あずまや

上室谷集会所付近

旧駅前
ふれあい窓口付近

上古市集会所

浜田

美川選果場付近

田橋下児童館付近

周布まちづくり
センター

7/4



9会場

旭

来尾生活センター

早水集会所付近

都川2区
集会所付近

浜田

宇津井公民館付近

旧上府事業所付近

金城

大元集会所

久佐郷
川本様宅付近

上長屋
松下様宅付近

若林集会所

店舗統廃合のお知らせ

統合日	統廃合前		統廃合後	
	店舗名	店舗番号	店舗名	店舗番号
令和7年 7月12日(土) [営業開始日] 令和7年 7月14日(月)	浜田支店	731	浜田支店 (ハマダ)	731
	浜田東支店	739		
	弥栄支店	771		
	江津支店	745	江津支店 (ゴウツ)	745
	江津西支店	754		
	金城支店	765	金城支店 (カナギ)	765
	雲城出張所	768		
	旭支店	773		

◎事業所・ATMは廃止しません。

※現在の場所で引き続き営業しますので、ご利用ください。

店舗統廃合に伴う Q&A

1 口座番号について

店舗統廃合により、廃止支店の口座はすべて存続支店に移管いたします。移管先の支店に同じ口座番号がある場合は、口座番号を変更させていただきます。

該当される方には、口座番号が確定次第、別途ご案内させていただきます。

2 貯金通帳・証書の取り扱いについて

貯金通帳は統合日以降、JA しまねいわみ中央地区本部各支店で新通帳に切替えいたします。

ATMでは、現在の貯金通帳を引き続きご利用いただけます。また、ATMで通帳繰越しの際には、変更後の店舗名・店舗番号に自動的に切り替わりますので、窓口での手続きは不要です。

証書（定期貯金・定期積金）は、引き続きご利用いただけますので変更手続きは不要です。

※貯金通帳は、統合日以前に変更手続きができませんのでご注意ください。

3 キャッシュカードの取り扱いについて

現行のキャッシュカードを引き続きご利用いただけます。なお、口座番号が変わる方には、統合日以降に新口座番号のキャッシュカードをお送りいたします。

店舗統廃合に伴う Q&A

4 年金受取や給与振込はどうなるのか。また、公共料金等の自動支払はどうなるのか。

年金受取や給与振込、公共料金等の自動支払で当 JA の口座をご指定されている場合、口座の変更手続きは JA で行います。ただし、一部の取引については JA での代行手続きができないものがあります。その際は、当 JA より個別に手続きのお願いをさせていただきます。

5 ネットバンクやキャッシュカードに振込先登録をしているが、受取人口座の店舗や口座番号が変更になったらどうすればいいのか。

統合日以降、廃止された店舗への振替および振込ができなくなります。

そのため、前もって受取人に変更後の口座内容等を確認いただき、新しい店舗名・口座番号で振替または振込を行うとともに振込先登録も行ってください。

振込先登録後、旧口座への振込先登録を削除してください。

6 定時自動送金はどうなるのか。

廃止店舗の契約は、各々移管先の店舗に引継がれるため手続きは不要です。

※依頼人・受取人の店舗名や口座番号が変更となった場合でも手続きは不要です。

7 現在加入中の JA 共済はどうなるのか。

ご加入いただいている JA 共済のお取引店舗名は変更になりますが、契約内容が変更になることはありません。

8 JA 共済の引落口座や共済金受取口座の店舗名や口座番号が変更になったらどうすればよいのか。

統合日以前から当 JA の口座をご指定されている場合、口座の変更手続きは JA で行います。

なお、統合日以降に新たに引落手続きや共済金受取手続きをされる際は、新店舗名および新口座番号での手続きをお願いいたします。

9 JA ネットバンク・JA バンクアプリ・JA 共済アプリを利用しているが手続きは必要なのか。

利用者のお手続きは必要ございません。

なお、廃止支店の口座をお持ちの JA ネットバンクの利用者は、令和 7 年 6 月 12 日～7 月 11 日までは新規加入登録や変更登録ができませんのでご了承ください。

10 出資金はどうなるのか。

出資金のお取引店舗は変更となりますが、出資金自体の変更はありません。

令和7年
7月

JA夏期座談会 開催場所・日程のお知らせ

以下の日程でJA座談会を開催いたします。
最寄りの会場にご参加いただき、皆様のお声をお聞かせください。

対象支店/事業所名	会 場	開 催 日	時 間
浜 田 支 店	J A 地区本部 2 階ふれあいホール	7月14日(月)	13:30
浜 田 西 支 店	周布まちづくりセンター	7月7日(月)	9:30
浜田西支店・長浜地区	J A 旧長浜事業所	7月7日(月)	13:30
浜田西支店・美川地区	美川まちづくりセンター西分館	7月1日(火)	9:30
	美川まちづくりセンター和室	7月1日(火)	13:30
浜田東地区・上府地区	上府公民館	7月14日(月)	9:30
	A コープごうつ 2 階会議室	7月8日(火)	13:30
江 津 支 店	松平地域防災拠点施設	7月15日(火)	13:30
	松平地域コミュニティ交流センター	7月15日(火)	9:30
江津支店・江東地区	都治地域コミュニティ交流センター	7月8日(火)	9:30
	二宮地域コミュニティ交流センター	7月10日(木)	13:30
江 津 西 地 区	跡市地域コミュニティ交流センター	7月10日(木)	9:30
	波子地域コミュニティ交流センター	7月17日(木)	9:30
三 隅 支 店	J A 三隅支店 2 階	7月17日(木)	13:30
	岡見まちづくりセンター	6月26日(木)	9:30
	井野みのり会館	6月26日(木)	13:30
金 城 支 店	J A 金城支店 2 階	7月11日(金)	9:30
	久佐まちづくりセンター	7月25日(金)	13:30
	美又まちづくりセンター	7月25日(金)	9:30
金城支店・波佐地区	ときわ会館	7月8日(火)	9:30
金城支店・小国地区	小国まちづくりセンター	7月8日(火)	13:30
雲 城 地 区	J A 旧雲城事業所	7月2日(水)	9:30
	かたらいの家	7月2日(水)	13:30
弥 栄 事 業 所	J A 弥栄事業所 2 階	7月4日(金)	9:30
	杵束まちづくりセンター	7月4日(金)	13:30
旭 事 業 所	J A 旭事業所 2 階	7月11日(金)	13:30
	木田生活改善センター	7月3日(木)	13:30
	和田まちづくりセンター	7月3日(木)	9:30
	都川高齢者活動促進センター	7月18日(金)	9:30
	市木生活改善センター	7月18日(金)	13:30

※座談会の時間は、おおむね2時間としております。

※JAしまね総合ポイントカード「おさいふカード」をお持ちください。
座談会出席ポイント(100ポイント)を付与させていただきます。



人事異動の お知らせ

【退職者】

令和7年5月31日付

氏 名	現部署・役職	職員区分	備 考
和田守 正則	いわみ中央統括支店 次長	正職員	依願退職

【新規採用】

令和7年6月1日付

氏 名	現部署・役職	職員区分	備 考
古川 理也	金城支店 業務課	正職員	採用

4月号…クロスワードパズル答え

『シバザクラ』へのコメント

●今年もたくさんさんの桜が目を楽しませてくれました。桜の花は、ピンクと表現されることが多いですが、ソメイヨシノなどはより白味が強いような気がします。その白い花と青い空のコントラスト、何より素敵な色合いだと思います。

comment

桜の風景が目には浮かびますね。来年こそは桜の季節をゆつくりと感じる時間が作りたいと思いました。

4月号…しまねのファーマーズへのコメント

●隠岐の島町で本格的な野菜の生産に取組み『そば』『漬物』の製造を頑張っておられる尾見さんの紹介。勤勉さと努力、地元愛…感動しました。地産地消。どの地域でも作る人の気持ちになって買い物、消費していきたいと思います。

comment

身近な場所から新鮮な農産物を得ることが出来る安心感。地域の食材を積極的に利用して、生産者さんを応援したいですね。

メガネ・補聴器の専門店  PARIS MIKI

1級 眼鏡作製技能士

認定補聴器技能者

移動型店舗 店長 狩野 昭弘

運転用、読書用、パソコン用、遠近両用でも

メガネ一式

¥13,200~税込

『移動型店舗
パリミキカー』



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

令和7年 7月度 JA巡回スケジュール いわみ中央地区

3日(木)	9時～17時	三隅支店 展示会 Aコープみすみ P	14日(月)	9時～12時	阿刀の里(跡市) P
4日(金)	9時～14時		13時～16時	江津西ATM店舗	
7日(月)	9時～12時	市木ATM店舗	16日(水)	9時～12時	上府ATM店舗
8日(火)	9時～14時	あぐり南店(金城)	13時～16時	美川ATM店舗	
10日(木)	9時～14時	Aコープあさひ	25日(金)	9時～14時	Aコープあさひ
11日(金)	9時～14時	Aコープやさか	29日(火)	9時～14時	Aコープやさか
			30日(水)	9時～12時	波佐まちづくりセンター ときわ会館 前 P

年金相談会

7月11日(金)
三隅支店
15:00から
19:00まで



ローン休日営業 開催中!

第2・第4土曜日開催!

いわみ中央地区本部
1階浜田支店で
お待ちしております!!

令和7年7月 12日・26日

受付時間 / 9:30～15:00

お問い合わせ

JAしまね いわみ中央統括支店ローンセンター 〒697-0024 島根県浜田市黒川町3741

TEL (0855) 22-8816 FAX (0855) 22-0203



©よりぞう

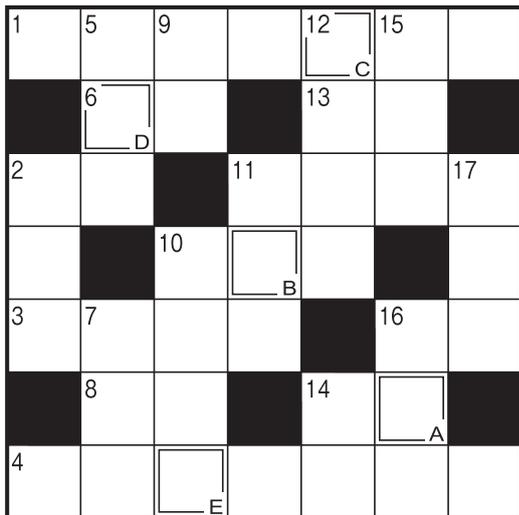
クロスワードパズル

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

- ② 3人組のこと
- ⑤ 閻魔大王がいるところ
- ⑦ ハワイ州の州都、ホノルルがある島
- ⑨ 浴衣を着て——を締めた
- ⑩ ショッピングモールには多くの——が入っている
- ⑪ 左右反対に映ります
- ⑫ メロンの生産量が日本一である県
- ⑭ 糸を通して布を縫います
- ⑮ 1とその数自体しか約数を持ちません
- ⑯ 俵万智の第一歌集『サラダ——日』
- ⑰ 阿寒湖で育つものが有名な藻類

ヨコのカギ

- ① 夏休みの朝に通ってスタンプをもらいます
- ② 早起きは三文の——
- ③ サーファーが乗ろうとするもの
- ④ アルコール分が含まれていない飲み物
- ⑥ 疑問文では上げることが多い
- ⑧ 葛まんじゅうの中に包み込まれているもの
- ⑩ デジタル時代になり——の文字を見る機会が減りました
- ⑪ 騎手が乗っていません
- ⑬ 観光、スクール、二階建てといえ
- ⑭ 鳥の体に生えるもの
- ⑯ うな重と一緒に——吸いを注文した

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

〒697-0024 浜田市黒川町3741番地
JAしまね いわみ中央地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2025年7月4日（金）（当日消印有効）

先月号の答え

「ウメシユ」



「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。



佳作
欲しいのは虫歯予防のチョコレート
五分咲きの花の上にも春の雪
新緑に白髪を染めてみようかな
日本人の魂死んで詐欺多発
八十路まえあれこれ事で事済まし

江津市 サン・ヒール様
吉賀町 竹中 和博様
兵庫県 小田 和子様
安来市 高藤美重子様
出雲市 石飛 勝様

ふる里の軒下のれんつるし柿
浜田市 岩本 静代様

止まらない物価上昇減る年金
出雲市 榎井 伸幸様

七転び八起無理です八十路です
隠岐の島町 上川 晃一様

優秀賞

（評）生きている毎日、どうでしょうか。今朝の水を飲んだ時に感じた旨い味、やっぱり生きている証拠なのですね。

生きている証だ今朝の旨い水
出雲市 佐野美和子様

最優秀賞

選句者 島根県川柳連盟会長
竹治ちかし先生

JAしまねびよりへ、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、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。

2025
6.2 [月] 7.31 [木]

しまねの農畜産物を応援!

JALしまね
定期貯金キャンペーン
2025 夏

当JAへ新たな資金で
お預入れいただくと

金利特典
お米特典
しまね和牛肉特典

からえられます!

JAしまね 検索

詳細はホームページよりご確認ください

くわしくはお近くのJA窓口までお問い合わせください



令和7年産
島根県飼料用米多収コンテスト

飼料用米生産農家の生産技術の向上による増収を図るとともに需要に応えるため、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程度であること。
- 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。

表彰部門

1. みほひかりの部
2. 多収(専用)品種の部

開催スケジュール

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

応募先およびお問い合わせ窓口

最寄りの地区本部米穀担当部署へご相談ください。

詳細はこちらをご覧ください。
<https://ja-shimane.jp/archives/5704/index>



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。

二次元バーコードを
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)




6月1日は牛乳の日・6月は牛乳月間

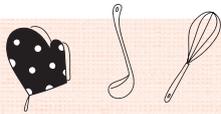
World Milk Day 2024
JAPAN

ミルクでつながる ありがとうの輪

牛さんや牛乳・乳製品への
「ありがとう」を
#ミルクのバトンリレー
をつけて投稿しよう!

#ミルクのバトンリレー



島根うまれの食材レシピしまねっしょん

島根県『家の光』講師
飯塚生美子 先生

豚肉とピーマンの甘酢炒め

材料（4人分）

- 豚切落とし肉…………… 150g
- A
- 酒…………… 大さじ1
 - しょうゆ…………… 小さじ1
 - 片栗粉…………… 大さじ2
 - 塩こしょう…………… 少々
- ピーマン…………… 4個
- にんじん…………… 1/2本
- しいたけ…………… 2個
- ねぎ…………… 1本
- サラダ油…………… 大さじ1
- B
- 砂糖…………… 大さじ3
 - 黒酢（又は酢）… 大さじ4
 - 濃口しょうゆ… 大さじ1.5
 - みりん…………… 大さじ1
 - 片栗粉…………… 大さじ1/2
 - 水…………… 大さじ1

作り方

- ①豚肉はAを合わせてもみ込み、しばらく置く。
- ②Bを混ぜ合わせておく。
- ③ピーマンは縦半分に切って、種とヘタを取って1cm幅の細切りにする。にんじんは皮をむいて斜め輪切りにしてからせん切りにする。しいたけは薄切りに、ねぎは斜め薄切りにする。
- ④フライパンにサラダ油を熱し、①の豚肉を少しずつ小さな塊にして並べ入れる。焼き色がついて、カリカリになるまで時々裏返しながら焼き、皿に取り出しておく。
- ⑤④のフライパンに③の野菜を入れて炒め、全体に油がまわったら、取り出しておいた豚肉を戻し入れ、Bも加えて（しっかりとかき混ぜてから加える）たれにとろみがついて、全体からまれば出来上がり。



コメント

- ・ご飯がすすむ一品!さっぱりとした味で夏バテ予防にぴったり!
- ・炒めてからめるだけ。短時間で仕上がる簡単甘酢炒め!

アレンジ

- ・なす、たまねぎ、きゅうり、アスパラガス、しめじ、キクラゲなどいろいろな野菜との組み合わせも楽しめます。
- ・豚肉は鶏肉、魚の切り身、イカ、エビ、厚揚げなどに替えても美味しいです。



子どもも喜ぶ!簡単おつまみきゅうり

材料（4人分）

- きゅうり…………… 3本（300g）
- A
- 塩…………… 小さじ2/3
 - 砂糖…………… 小さじ1/2
 - ごま油…………… 小さじ2
 - おろしにんにく… 小さじ1/2
 - 塩昆布…………… ひとつまみ

作り方

- ①きゅうりは縦に縞目に皮をむき、斜め輪切りにする。
- ②①とAをビニール袋に入れて、袋の上から軽くもみ、袋を閉じる。
- ③冷蔵庫で冷やす。



コメント

- ・夏の塩分、水分補給にも最適!
- ・ビニール袋に入れて揉んだら、なるべく空気を抜いて閉じると味がしみ込みやすいです。

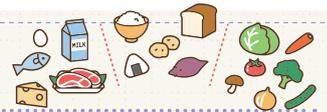
アレンジ

- ・ラー油や豆板醤を加えて、ピリ辛大人味に。
- ・ピーマンやにんじん、キャベツなどに替えたり、組み合わせても美味しく食べられます。

JA 島根厚生連

健康散歩

バランスの良い食事をとろう



日々食事をとる時に「食事バランス」を意識していますか。食事にはバランスが大切だとよく耳にしますが、なぜバランスの良い食事が大切なのでしょう。食事バランスを意識することで生活習慣病やがん、循環器疾患などのリスクを低下させることができます。バランスの良い食事とは主食・主菜・副菜をその人に合った適量で摂取することを指します。そして5大栄養素と呼ばれる炭水化物、脂質、たんぱく質、ビタミン、ミネラルをバランス良く摂取することが大切です。今回はバランスの良い食事をとるためのポイントを紹介いたします。

〇たんぱく質を多く含む食品を摂取する

たんぱく質を多く含む食品には肉や魚、卵や大豆製品などがありますが、たんぱく質以外に含んでいる成分は食品ごとに異なります。肉にはビタミンB群、鉄、亜鉛が豊富に含まれています。魚にはビタミンB群やビタミンD、EPA・DHA、卵はビタミンAやカルシウム、鉄分が豊富です。たんぱく質をとる際に、単一の食品からとるのではなくさまざまな食品からとるようにすると、たんぱく質だけでなく5大栄養素の摂取にも繋がります。

〇野菜の摂取量を増やす

令和5年国民健康・栄養調査によると、20歳以上の1日当たりの野菜摂取量は、平均256グラム程度であり、摂取目標量の350グラムを大きく下回っています。野菜はビタミン、ミネラル、食物繊維などが豊富に含まれており、いずれも体内で生成できないため、食品などから摂取する必要があります。汁物や炒め物などに入れる野菜の量を増やしてみる、茹でた野菜を小分けに常備いつでも簡単に食べられるようにするなどの工夫をして、野菜をプラスしてみましょう。

前述の内容は理想的な話をしましたが、これを自分の生活にどれだけ当てはめることができるか考えていくためには、まず自らの食生活を振り返り知る必要があります。その際に参考にできるものとして、厚生労働省と農林水産省が策定した「食事バランスガイド」があります。食事の望ましいとり方とおおよその量をイラストでわかりやすく示されていますので、1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかを考える上で参考にしてはいかがでしょうか。

日々何気なくとっている食事です。その何気ない積み重ねが将来の自分の体を作ります。将来健康に過ごすためにも、この機会に食事バランスを意識して過ごしてみましょう。

【編集後記】皆さん、今年の半袖デビューはいつでしたか? 私は5月中旬でした! …が、気温が30度まで上がったかと思えば朝は10度を下回る日があるなど気温差があり、体温調節の難しい1ヶ月でした。これから徐々に暑くなっていくと思うので、体を慣らしながら元気に過ごしていきたいですね! (古)