

2023
10
October
Vol.91

SNSで旬な情報を
投稿しています



YouTube



Instagram



LINE



Facebook



JAしまねびより

特集

JAしまね総合ポイント
「おさいふカード」
活用方法

国産を食べよう!!
10・11月は
「国消国産月間」

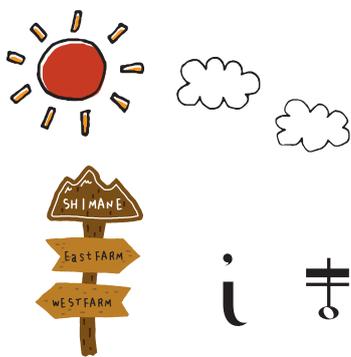


来月の
外勤日は 11月18日(土)

JALしまね 斐川地区本部版

可一つけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers

岩崎 巖さん
[島根おち地区本部]



つけた

しまねのファーマーズ

Shimane farmers



いわさき 岩崎 いわお 巖さん(76歳)

今月は島根おち地区本部。江津市桜江町で「石見高原ハーブ米」などの栽培に取り組まれている岩崎巖さんにお話を伺いました。



岩崎さんが管理する田んぼ

水量豊かな江の川の恵みで 続ける農業

島根県の中央に位置する江津市桜江町。岩崎巖さんは江の川沿いの田んぼで米作りをしています。出身は浜田市金城町。結婚を機に1972年から桜江町に移り住み、大工として働きながら兼業で農業を続けてきました。

現在は3ヘクタールほどの田んぼを管理。その一部は、離農した周辺の住民から借り受けている農地です。「私がここへ来た当時は、このあたりに20〜30人は農業に従事する人がいました。どんどん辞めていって、今は私だけ。十数年前から圃場整備が進んだこともあり、少しずつ田んぼを預かるようになってきました」と岩崎さん。高齢になり農業ができなくなっても農地を手放したくない、耕作放棄地にして地域を荒廃させたくないという地域の人たちの思いを尊重しています。

付加価値の高い「石見高原ハーブ米 きぬむすめ」への転換

長年「コシヒカリ」を作ってきた岩崎さんですが、温暖化の影響で徐々に登熟期（稲穂が出て種子が成長する時期）の気温が高くなり、高温障害が起こるようになります。桜江町は標高が低いため高温になりやすく、水温が下がりにくい場所にあるという条件下にあります。

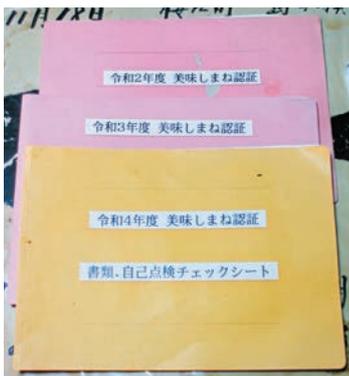
高温障害の影響で品質が低下し等級も下がってしまいます。二等米が増え思い悩んでいたところ、JAが勧めたのが高温に強い「きぬむすめ」と「つや姫」。3年前からは付加価値の高い特別栽培米「石

見高原ハーブ米
きぬむすめ」の栽培をスタートしました。

「石見高原ハーブ米 きぬむすめ」は農閑期の田んぼにレッドクローバー（またはクリムゾンクローバー）を植え、緑肥としてすき込むことで栄養豊富な土を作ります。本田では、化学肥料は使わず有機質肥料のみで栽培し、農薬も慣行の5割以下に。環境に優しいブランド米です。主に関東・関西のこだわり米を扱う米穀販売店で取り扱われています。

稲刈りの直後から始まる 次の米作り

クローバーの種をまくのは稲刈りの後の11月頃。乾いた土でなければ芽吹かないため、水分がしっかりと抜けていることを確認して作業を始めます。芽吹いて田んぼの一面に緑が広がるのは4月上旬。花が咲く前に土にすき込み5月下旬から水稻苗を植えていきます



「美味しまね認証」の
自己点検チェックシート



緑肥としてすき込むレッドクローバー
(※島根おち地区本部管内で撮影)

す。岩崎さんは「クローバーは年を重ねるほどにしっかりと生えるようになりました。今ちようど勢いが出てきた頃ですね」と話します。以前の農法よりひと手間もふた手間もかかり、県の定めたGAP（生産工程管理基準）に基づき生産されていることを認証する「美味しませね認証」のために管理記録をつけ、監査を受けるなどの業務も増えましたが、特に苦労が増えたとは感じていないそうです。「収穫も米の乾燥などの処理も全て自分一人でやっているので自由。面白いですよ」と愉快そうに話してくれました。

家族や友人の「おいしい」が何よりの手応え

数年前まで現役の木工だった岩崎さん。職人気質の几帳面さは農業でも発揮され、農機具類の手入れや整理整頓に抜かりはありません。「美味しませね認証」の監査では作業小屋などの環境整備もチェックされますが、隅々まで整えられているため驚かれるそうです。大工のスキルを活かし、細々とした道具を納める棚や台を手作り。「きれいにしてい



整理整頓された岩崎さんの作業小屋

ると自分が気持ちいいから」と笑います。桜江町の米作りをめぐる環境は刻々と変化しています。近年は下水整備が進んだことで江の川の水質が改善されました。「田んぼに引く水もきれいになり、鮎も増えているようです」と岩崎さん。その一方で、前述の高温障害や豪雨災害の増加など温暖化の影響も。一昨年は江の川が氾濫し、自宅と作業小屋近くまで水が押し寄せてきました。水没を逃れるため、コンバインなどの農機具類を移動させなければならなかったそうです。

日々の楽しみはグラウンドゴルフ。地元金城町に足を伸ばし、早朝から昔馴染みの友人たちと一緒にワイワイとプレイします。終わってからのランチタイムもリフレッシュできるひとときだそうです。取材した日は稲刈りが間近に迫っている頃で、岩崎さんにとって一年で一番忙しく、また手応えを感じる時期。新米は県外にいるお子さんたちに送り、同級生やグラウンドゴルフ仲間にも分けるそうです。岩崎さんは「同じ時期の新米でも買ったものと全然味が違う、うちの米が一番おいしいと言ってもらえるのが嬉しいですね。大変なことも

と、同級生やグラウンドゴルフ仲間にも分けるそうです。岩崎さんは「同じ時期の新米でも買ったものと全然味が違う、うちの米が一番おいしいと言ってもらえるのが嬉しいですね。大変なことも



笑顔でインタビューを受ける岩崎さん

多いですが、米作りが好きなんですよ。体が動く限りは続けたいです」と話しました。



収穫を間近に控えた「きぬむすめ」

プチっと情報!

特別栽培米「石見高原ハーブ米」

特別栽培米「石見高原ハーブ米」 Instagram

特別栽培米「石見高原ハーブ米」のInstagramを、平日は毎日投稿しています! 「石見高原ハーブ米」に関することや地域農業・イベント状況を投稿していますので、ぜひフォローしていただき「いいね!」をお願いいたします😊🌟



Oochiherbice

お問い合わせは /

JAしまね島根おち地区本部営農部
(TEL: 0855-83-1623) まで!

JAしまね「おさいふカード」活用方法

今回は、上手にカードをご活用いただけるよう、めぐみちゃんの日常からアドバイスをもらいます。

JAしまねの組合員
「ふるさとめぐみ」ちゃん

貯め！めぐみちゃんはどうやってポイントを貯めているのかな？

※（ ）内のポイントはJAしまね組合員以外の方のポイント数です。

島根県内の店舗、JAグリーン、グリーンセンター、産直店舗やラピタで毎日お買物をしているよ！

- ラピタ、産直店舗でお買物 3万円/月の利用で……150ポイント (150p)
さらにE dyで支払うと…150ポイントが追加 (150p)
- 資材専用店舗でお買物 2万円/月の利用で…… 20ポイント (10p)
- JA-S Sで給油 6万円/月の利用で…… 10ポイント (5p)

(注) JA-S Sでは事前に「おさいふカード」を給油カードに紐付ける手続きが必要です。
くわしくはJA-S Sまたは、支店窓口へお問い合わせください。



JAが大好き！給与振込も住宅ローンも貯金もJA！

『おさいふカード』を提示しなくても自動的にポイントが貯まります。

- 給与振込の指定口座……………年間 50ポイント (25p)
- 年金受給の指定口座……………年間 50ポイント (25p)
- 投資信託 (残高100万円の場合) ……年間 50ポイント (25p)
- 定期貯金 (残高200万円の場合) ……年間100ポイント (50p)
- 住宅ローン (残高1,000万円の場合) ……年間800ポイント (0p)



JA島根厚生連で「女性部健診」を受診しました！

- JA島根厚生連が行っている 農業者・女性部健診…1回 70ポイント (70p)
- 担い手ドック……………1回120ポイント (120p)



R 楽天E dyから
Edy のお知らせ

マイナポイントの受取手続きお忘れではございませんか？

8月末時点で約4,600名の会員様が、まだお受取りの手続きが完了していません！

マイナポイントは、E dy (おさいふカードの残高) として付与されます。

E dyは下記の場所で受取ができます。

- ・ラピタやJAグリーンおおだに設置の赤いチャージ機
- ・ファミリーマートに設置のマルチコピー機 ・楽天E dyアプリ

E dy (マイナポイント) 受取期限/令和4年5月付与分以降は令和5年12月31日まで！

施策①

おさいふカードへのE dy
チャージ (入金) で
最大**5,000円**分のポイント付与

施策②

マイナンバーカードを
健康保険証として利用申込みで
7,500円分のポイント付与

施策③

公金受取口座の
登録で
7,500円分のポイント付与

マイナポイント事業は行政が実施しています。
詳細は最寄りの行政窓口でご確認ください。



マイナポイントHPP



～JAを利用すると **どんどん** ポイントが貯まるよ

JAしまね総合ポイントカード「おさいふカード」をご愛顧いただきありがとうございます。

使う めぐみちゃんは貯まったポイントを上手に使っているよ!



『おさいふカード』でお買物!

ラピタ、グリーンセンターなどで貯まったポイントがお買物代金として1ポイント1円で使えます。

〈例〉買物代金/1,200円⇒1,000円を現金で、200円をポイントで支払う。



グリーンセンター、JAグリーン、産直店舗



ポイント支払い
できる店舗一覧
はこちら



ポイントをお買物券に交換!

JA店舗やAコープ各店に設置してある発券機から会員様の簡単な操作で500円券、または1,000円券に交換できます。



農機/自動車センター



ラピタ、Aコープ



JA-SS



お買物券が使える
店舗一覧はこちら



ポイントでJAしまねの特産品がもらえるよ!

「交換商品カタログ」の中からご希望の商品をポイントと交換できます。

(商品の交換方法) 支店窓口またはラピタ各店舗の他に、

JAしまねHPからお申込みできます。



「おさいふカード」
交換カタログ
はこちら

重要

お買物券のご利用期限

発行日の6ヶ月後の月末日までご利用できます。

ご利用期限が2024年4月1日と印字されている場合、

2024年4月末まで使用可能

(記載月の月末日まで有効)

カードNo: 01234567
見本
JAしまね お買物券
1,000円券

発行日: 2023年11月1日 00:00
発行店: 000000 ●●●●支店
発券番号: 00000000000000

●本券はご利用期間中、JAしまねの店舗、JAしまねの指定取扱、取扱店内のAコープ各店でのみご利用いただけます
●商品券等と併用、切替等、一部ご利用いただけません
●本券ご利用の場合、おつりの差金はいたしません
●本券は現金との引換は出来ません
●本券の返却、紛失等の場合、その責任は負いかねます
●発行したお買物券を返却し、ポイントをお戻しする事は出来ません

ご利用期限: 2024年04月01日

012345678910

発行印	回収印

『おさいふカード』のポイントには有効期限があります。

ポイントは付与された日の翌々年(2年後)の年末までが有効です。

令和3年に付与されたポイントの有効期限は令和5年12月31日となっております。有効期限が切れるポイントは、店頭端末、ラピタアプリ、支店窓口等にてご確認ください。

店舗によっては、12月31日が休業になります。予めご利用店舗でお確かめください。対象となるポイントをご確認いただき、お早めにご利用をお願いいたします!

令和3年 7月7日 に獲得	令和4年	令和5年 12月31日 まで	令和6年 1月1日
100p	有効	有効	失効

『おさいふカード』はJA以外の優待店様でもご利用いただけます。

『おさいふカード』を提示していただくことで、購入・利用代金の割引や粗品がいただけます。

- ①洋服の青山(全国) ②はるやま(県内) ③エフワンズ(松江) ④杜のパン屋(奥出雲) ⑤トリム(安来)
- ⑥パルーンカフェクリームソーダ(出雲) ⑦島根ワイナリー(出雲) ⑧メガネの三城(県内)
- ⑨つぼうち推拿整体(松江) ⑩セコム山陰(県内) ⑪マリエ・やしろ(松江)

※ポイントの付与や使用はできません。ご利用前に対象店をご確認ください。



「おさいふカード」
優待店特典の
詳細はこちら

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
聞きたい

組合長が行く！



今月の
訪問先

J Aしまね隠岐どうぜん地区本部管内

- 株式会社まきはた
- 農事組合法人サンライズうづか



巡回の様子を収めた
動画はコチラ



7月から飼育を始めたジャージー種の子牛たち

今回は、海士町の株式会社まきはた、農事組合法人サンライズうづかを石川寿樹組合長ら本店常勤理事が訪問し、現場の「生の声」を伺いました。

株式会社まきはたは、繁殖牛21頭を飼育しています。代表取締役の掛谷祐一さんは、2005年に農業研修生として同町に来島し、翌年にタータンで和牛繁殖経営を開始。2018年には将来を見越し同社を設立しました。掛谷さんは「放牧された乳牛からできる隠岐産の牛乳を地元の人が飲めるように」との思いで、新たに牛乳生産事業に取り組み始めました。今年7月には、ジャージー種の子牛5頭を導入。隠岐地域での乳牛導入はこれまでになかったことだといいます。約4ヘクタールの放牧場で周年放牧し、搾乳施設と瓶詰めまで行う加工施設を建設する予定です。ゆくゆくは牛乳だけではなく、乳製品の製造販売にも取り組みたいと話されました。掛谷さんは「和牛繁殖と同様に、引き続きジャージー種でも人工授精をお願いしたい」と要望されました。



掛谷さんの牛舎の前で



掛谷さん（中央）と意見を交わす石川組合長（左）と日高専務（右）

同町宇受賀集落内の圃場整備をきっかけに、田園風景と地域を守ることを目的に平成13年に営農組合を設立し、平成19年には法人化しました。現在、大きく分けて3つの地区の水田を請け負い水稲約17・5ヘクタールと畑作2・7アールで経営されています。同法人の向山剛之組合長とは、法人設立の経緯や後継者問題、水田の水不足などについて意見を交わしました。向山組合長は特に力を入れているのは子ども体験学習だとして「体験した子ども100人、1000人のうち一人でもいいから農業をやってみようと思う人がでてくるのを期待し毎年続けている」と強調されました。また、今回の巡回では、放牧主体の肉用牛馬の生産が行われている公共牧野の視察も行いました。

同法人が管理する水田の前で



向山組合長から宇受賀集落やサンライズうづかの成り立ちなどについて説明いただきました



同法人の向山組合長



農事組合法人サンライズうづかは、同町宇受賀集落内の圃場整備をきっかけに、田園風景と地域を守ることを目的に平成13年に営農組合を設立し、平成19年には法人化しました。現在、大きく分けて3つの地区の水田を請け負い水稲約17・5ヘクタールと畑作2・7アールで経営されています。同法人の向山剛之組合長とは、法人設立の経緯や後継者問題、水田の水不足などについて意見を交わしました。向山組合長は特に力を入れているのは子ども体験学習だとして「体験した子ども100人、1000人のうち一人でもいいから農業をやってみようと思う人がでてくるのを期待し毎年続けている」と強調されました。また、今回の巡回では、放牧主体の肉用牛馬の生産が行われている公共牧野の視察も行いました。



放牧されている馬や牛たち

topics
1

持続可能な農業の実現を 県知事に要望



「JAしまねと」JA島根中央会、島根県農政会議は9月7日、松江市の県庁で「2024年度島根県農業政策及び予算に関する要望書」を丸山達也知事に手渡しました。生産資材や燃油の高騰が農家経営を大きく圧迫している現状を踏まえ、持続可能な島根農業の実現に向け予算確保や支援強化を要望しました。

特別要望では①生産資材等の高騰②物流③需要喚起・消費拡大——の3項目への対策を盛り込み、配合飼料価格安定事業特例措置の期間延長や物流の2024年問題に向けた県内全産業的な協力と連携体制の構築、再生産可能な農畜産物の適正な価格形成の実現など、県として必要な支援や国への強力な働きかけなど対策を求めました。

また、同「JA」が進める堆肥ペレット化や有機農業にも触れ、輸入依存からの脱却と地域資源の活用推進に向けた支援を要望しました。

同「JA」の石川寿樹組合長は「海外依存から国内での自給転換を進めたい。そのため、物価高騰が農業者の生産拡大を妨げることがないようにしたい」と訴えました。

同日には、園山繁県議会議長と島根県農林水産部の野村良太郎部長へも同様に要望書を手渡しました。



要望書を丸山知事(左から2番目)へ手渡す石川組合長(左から3番目)ら

topics
2

島根県農協青年組織協議会と県が意見交換会開催



島根県農協青年組織協議会は8月28日、松江市の「JAしまねくにびき地区本部」で島根県との意見交換会を開きました。同協議会委員や各青年連盟の盟友、県の担当者ら34人が参加し、県が設定する農林水産基本計画の目標達成に向け、どのような取り組みが必要かなど活発に意見を交わしました。

今回は、同計画の重点推進事項から①県版農業生産工程管理（GAP）「美味しまね認証」②担い手確保・育成の2テーマを選定し、意見交換を実施。盟友からは「美味しまね認証の認知度・理解度向上のためPRする機会を増やしてほしい」「農大や農林高校との連携を強化し、未来の担い手を確保すること」「消費者に向け適切な価格転嫁など農業への理解促進活動を行ってほしい」「園芸重点6品目以外の品目へのサポート体制の充実化」など多くの意見があがりました。

県農林水産部の野村良太郎部長は「これからも意見交換など現場の声を聞かせてもらい、参考としていきたい」と話しました。



4つのチームに分かれ活発に意見を交わしました

topics
3

島根ぶどうをまるごと堪能！スイーツフェア開催



「JAしまねと松江エクセルホテル東急」は8月27日と9月2日の2日間、松江市の同ホテルで「島根ぶどうスイーツフェア」を開きました。スイーツとして提供することを通じて、楽しんでもらうとともに県内産ブドウをPRしました。

スイーツフェアでは、「シャインマスカットのタルト」や「ピオーネのショコラ」、「彩りブドウのシュークリーム」の他、県オリジナル品種「神紅（しんく）」を使ったスイーツも登場。来場者はそれぞれ最盛期を迎えた4種のブドウを食べ比べながら食べ放題を楽しみました。

担当する同「JA」園芸販売課の永瀬英昭さんは「スイーツにすることで、生食とは違うおいしさを感じられる。食べ比べてもらい、県内にいろんなおいしいブドウがあることを知ってほしい」と話しました。



ふんだんに島根ぶどうを使ったスイーツ



想いをひとつに✿ しまねの女性部!

やすぎ女性部

やってみたいことを呟いてみると、意外に仲間が見つかりグループ活動につながるケースがあります。やってみてほしい！行ってみたい！をたくさん見つけて活動の輪が広がっていくことが楽しみです。今年もやりますよ！グラウンドゴルフ大会。皆さんで楽しい大会にしていきましょう。

JAしまねやすぎ女性部は、5支部とフレッシュユミズ部会で活動しています。新型コロナウイルスの影響で活動を制限されることが多い中、グラウンドゴルフ大会を通じて仲間との繋がりを築くことだけは続けてきました。大会は毎年12月に開催。昨年は、市内のグラウンドゴルフができる体育館で、換気のため窓を開け、寒さ対策をして行いました。ボールを追いかけて走っていると心も身体もフレッシュできます。これからもこの取り組みは続けていきたいと部員同士、強く願っています。

かかわろう✿
農業と・JAと・生産者・消費者と



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2年目です。
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。



一所懸命青年連盟

JAしまね斐川青年連盟

JA YOUTH

いのうえ しょうへい
井上 翔平さん



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しまね斐川青年連盟(以下農青連)の井上翔平さん(33)は、地元斐川町で就農して3年目になります。電子部品の製造関係の仕事をしていましたが、現在使っている青ねぎハウスの貸主の方に誘われて就農。経営の中心であるハウスを活用した青ねぎの周年栽培をハウス6棟、19・2アールの面積で年間3作を目標に進めています。「楽しくやるのが Motto」。天候に左右されることが多いが、試行錯誤してそれに合わせる「ことが大事」と話す井上さん。農青連には一昨年から加入。井上さんは「同世代の仲間との横のつながりができたことは自分にとってプラス。盟友から良い刺激をもらいながら質の高い青ねぎを栽培していきたい」と今後の意気込みを語りました。

農機事業からのお知らせ

J Aしまねの農機事業は、11月から県域会社「J A全農島根農機サポート株式会社」として事業を開始いたします。

新会社は引き続き組合員の皆さまの農機サービス拠点として営農支援に努めてまいります。

現在の農機センターや事業所は、新会社の営業所やサービスセンターとなり、農機スタッフも変わらぬメンバーでより良いサービスの提供を目指します。今後とも変わらぬご愛顧をいただきますようよろしくお願い申し上げます。

【会社概要】

名称：J A全農島根農機サポート株式会社

本社：松江市宍道町佐々布19-1

営業所：地区本部の農機センター、農機子会社本社が営業所となります。

社員：現在の農機担当者が引き続き新会社で農機事業を担ってまいります。

秋作業を終えて

秋の収穫作業が一段落し、ひと息つかれたところではないでしょうか？
コンバイン等の農業機械にとっても収穫作業は過酷です。機械を長持ちさせ翌年度以降も作業を安全に快適に行うためには、機械の潜在的な故障や不具合箇所も含めて、作業終了後は点検整備（格納点検）をしっかりと行うことが重要です。
点検整備は、最寄りのJ A農機センターへお申しつけください。



第2回 事業承継セミナー

本セミナーは、後継者が事業承継と向き合うための心構えや、考え方を前提として、事業承継を計画的に進めていくやり方を学んでいただけます。

第2回セミナーでは、第1回目のおさらい（後継者が事業承継と向き合うための心構えや考え方等）を含め、財務の話、事業承継計画について進めていく予定です。

開催日時・会場

日時：2023年11月28日（火） 13:30～16:00

会場：下記のいずれかでお申込ください。

- ①メイン会場：JAしまね 本店 斐川事務所（営農経済本店）
2階会議室（出雲市斐川町直江5030）
- ②WEB会場：JAしまね 各地区本部会議室
（詳細は後日ご連絡いたします）

対象者

事業承継にご興味のある農業者の方であればどなたでも参加いただけます。

第1回にご参加された方、また今回初めてご参加される方にも有意義な内容となっておりますので、ぜひご参加ください。

参加費無料



講師

株式会社後継者の学校
代表取締役
大川原 基剛 氏



■参加申込に関するお問い合わせ先■

島根県農業協同組合 営農対策部 営農企画課
TEL：0853-25-8142 FAX：0853-25-8594
E-mail：ei-kikaku.hon@ja-shimane.gr.jp
提出いただいた個人情報は、当セミナーに必要な範囲でのみ使用いたします。

理事会情報（8月24日開催）

【協議事項】

- ①令和6年度島根県農業政策及び予算に関する要望について（最終案）
- ②令和5年産島根米の概算金単価の設定について
- ③令和5年産飼料用米の概算金単価の設定について
- ④令和5年産米穀に係る概算金支出枠について
- ⑤職制規定の一部改正について
- ⑥新人事制度の再設計（一部見直し）について

組合員・利用者の皆様へ（お詫び）

このたび、当組合におきまして、松江市内の支店に勤務していた渉外担当職員による、共済契約締結時等における情報提供義務違反および意向把握・意向確認義務違反事案が5契約判明いたしました。

農業協同組合法で義務付けられている共済契約の内容説明および共済契約の締結時等における情報提供および意向把握・意向確認を、共済契約者ご本人に行うことなく、共済契約者の親族（子）の方に行い、契約を締結しておりました。組合員ならびに利用者の皆様に多大なるご心配をおかけしたことに、深くお詫び申し上げます。

今回の不正契約の発生を厳粛に受け止め、徹底した調査を行うとともに、このような不祥事が二度と起こらないよう、再発防止策を策定し、内部管理態勢の一層の充実強化、コンプライアンスの確立に組織をあげて取り組んでまいりますので、今後とも一層のご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

令和5年10月2日

島根県農業協同組合 代表理事組合長 石川 寿樹

【お詫びと訂正】

しまねびより9月号において、掲載の記事に誤りがありました。お詫び申し上げますとともに訂正させていただきます。
9ページ「島根県農業協同組合ディスクロージャー」（誤）賃借対照表 （正）賃借対照表

営農第一課から TEL 73-9616

10月5日現在の倉庫集荷状況(施設での荷受は10月4日現在)は下記の通りです。

倉庫	集荷袋数(袋)	1等比率(%)	2等比率(%)	3等比率(%)
ハナエチゼン	2,249	83.1	16.9	0
コシヒカリ	6,666	0	36.8	63.2
つや姫	30,519	44.9	47.9	7.2
きぬむすめ	9,770	68.1	30.6	1.3
つきあかり	319	0	100	0
合計	49,523	44.9	41.9	13.2

※加工用米(きぬむすめを除く) ※端数調整を行っています。

施設	荷受重量(kg)	推定紙袋換算(袋)	保有米・加工用米(袋)	売渡袋数(袋)
カントリーエレベーター	2,556,939	49,832	9,121	40,711
西部ライスセンター	1,363,352	26,711	5,157	21,554
施設合計	3,920,291	76,543	14,278	62,265

※推定袋換算は、歩留り約60%で換算しています。

水稲

令和5年産米の集荷・
検査状況について

○基肥(側条施肥)

品名	施用時期	施用量
高度化成444	は種同時	40kg/10a

○播種

種類	播種時期(※1)	播種量	条間	播種深度(※2)
大麦	11月3日～11月20日	8～10kg/10a	25cm	2～3cm
はだか麦	11月20日以降	12kg/10a		

(※1)極端な早播きや遅播きは収量に大きな影響を与えます。

早播きは、凍霜害及び側面裂皮粒の発生を助長します。

暖冬の影響で播種適期は以前より遅くなっており、好適期は11月中旬頃(10日前後)です。

遅まきは、十分な苗立ちが確保できず生育不良や生育の遅れによって収量低下を招きます。

(※2)播種深度が浅いと湿害を受けたり除草剤による薬害を受けます。

また、播種深度が深い(5cm)と発芽まで日数を要し2段根となり初期成育が悪く、分けつも少なくなります。

○播種直後の除草剤散布

品名	使用時期	薬量(10a当り)	希釈水量(10a当り)
リベレーター フロアブル	は種後～麦3葉期 (雑草発生前～イネ科雑草1葉期まで)	60～80ml	100ℓ

※播種直後、全面へ均一に散布し、播種日に除草剤散布はできるだけ終わらせましょう。

※薬量について基本70mlとしましょう

播種作業

播種時期が近づいてきました。令和6年産大麦は、ただか麦栽培指針を確認し、計画的作業で良質麦の生産に努めましょう。

大麦・はだか麦

令和5年産

麦の優秀者を表彰

10月5日、令和6年産麦栽培講習会に併せて、令和5年産の大麦・はだか麦の優秀者表彰が行われました。最優秀賞は農事組合法人はらファームが受賞されました。表彰基準は、①平均単収②栽培面積③品質です。入賞者については、左記のとおりです。

- 最優秀賞…(農)はらファーム
- 優秀賞…(農)ふくどみ
- 優秀賞…(農)あつとふあーむ黒目
- 優良賞…(株)錦織農園
- 優良賞…(農)なおえファーム



左より、(農)ふくどみ、(農)はらファーム、(農)あつとふあーむ黒目、(農)なおえファーム

グリーンセンターから

TEL 73-9070

営業時間の変更について

11月1日(水)より来年2月29日(木)の期間、閉店時間を下記の通り、午後5時30分に変更させていただきます。ご不便をお掛けしますが、何卒、ご理解を賜りますようお願いいたします。今まで以上のサービス向上に努めて参りますので、今後ともご愛顧賜りますようお願い申し上げます。

午前9時00分～**午後6時00分** → 午前9時00分～**午後5時30分**
30分短縮

変更期間

令和5年11月1日(水)～令和6年2月29日(木)

※3月1日(金)より、これまで通り、閉店時間を午後6時00分へ再度変更いたします。

野菜等出荷者協議会

新規会員説明会



とき 令和5年10月24日(火)14:00～

ところ JAしまね斐川地区本部営農総合センター

内容 ・出荷者協議会の会員になるためには
・活動内容についての説明 ※会員資格は男女問いません

ご自宅でできた自慢の野菜・花・果物などを、自分のペースで出したい時にししながら、仲間と楽しく元気に活動しています

資材課から

TEL 73-9619

オオアレチノギクは、ラウンドアップの冬期処理で翌春根絶!

12月14日(ロゼット状態に散布)



ロゼット状態

散布適期(散布後2か月間平均気温が10℃以下、雪が降る地域は積雪前まで)

月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
散布適期		冬期がチャンス!	冬期処理 散布適期	オオアレチノギクが12月上旬から1月上旬に生えそろう、ロゼット(地面で葉が円形に広がった状態)になった頃が散布適期です。					
生育ステージ	発芽	ロゼットで越冬		草丈伸長					

翌年5月16日(散布後153日後)



翌春根絶!

2018年 社内試験(佐賀県鳥栖市)
ラウンドアップマックスロード1L/水罐5L/10a
ULV5ノズルセット使用の散布

「ギシギシ」「セイタカアワダチソウ」などの多年生広葉雑草も同時に根まで枯らせます。

低温にも強い! ラウンドアップマックスロード



※詳しくは資材課までお問合せ下さい

斐川町相撲大会開催 ちびっこ力士ら熱戦

9月8日、岩野薬師の祭りに合わせ、岩野薬師前の相撲場で斐川町相撲大会が開催されました。

祭りでは約260年前より奉納相撲が行われ、現在の「斐川相撲大会」に引き継がれています。地域の小学生から大人たちの熱戦が繰り広げられ、大会関係者のほとんどがこの大会の経験者だといえます。

伝統ある相撲大会も、コロナ禍により中止されていましたが、この秋の祭りでは4年ぶりの開催で、さらに5月に竣工式を終えた、新しい相撲場での初の大会となりました。

開会式には、関係者のほか、小学生力士の応援に駆け付けた家族や、開催を待ちわびた相撲ファンでいっぱいの中、新しく完成した立派な相撲場が披露され、選手代表の選手宣誓が行われました。

大会には、町内の小学生82名、中学生9名、大人14名の計105人が出場し、団体戦・個人戦と熱戦を繰り広げました。

JA斐川地区本部では、メダル・副賞・参加賞など賞品を提供し、後援しています。



地区民体育大会開催!!

9月24日さわやかな秋空のもと、斐川町内の各小学校校区で、地区民体育大会が開催されました。

今年は6年振りの開催ですが、コロナ禍の余波は予想以上に大きく、荏原・出東地区は中止となり、西野小学校校区・中部小学校校区でも規模を縮小した大会となりました。

ここ中部小学校校区では、直江地区・久木地区より12の自治会が参加し、むかで競争・玉入れ・総合リレーを競いました。

玉入れでは、各チームとも強い東風に玉が流され、悪戦苦闘しやつの思いで最後の1個が入ると、歓声を上げみんなど手をつないで、ゴールを目指しました。

また、オープン競技の50m走では、ティラノザウルス君も力走し、大いに会場を沸かせました。

スポーツの秋はこれからが本番。地域のみなさんが一丸となって、にぎやかに集う。勝っても負けても笑いあう、とても楽しく有意義な秋の一日でした。

JA斐川地区本部では地区民体育大会に協賛し、各地域へ入賞品の一部を助成しています。



そば作り vol.2 土寄せ作業

斐川地区本部では「くらしの活動事業」の一環として「食育そば作り」を企画し、そばに興味を持つ組合員6名が参加しています。

9月8日、2回目の作業となる土寄せ作業を行いました。前回の播種作業から2週間余り経過し、そばは20センチほどに成長しています。

作業ではまず、少しずつ雑草が生えてきたそばの畝間を、管理機で浅く耕していきます。その後を参加者が鍬やレーキを使ってそばの根元を10センチくらい覆うように、ほぐれた土をかけていきます。そうすることで、除草とともにそばの倒伏防止となります。

残暑厳しい中、作業は約1時間で終わりました。

それからさらに2週間後の9月下旬、そばはすくすくと大きくなり、畑一面白い可憐な花が満開となりました。

次回は、10月下旬以降いよいよ収穫作業となります。

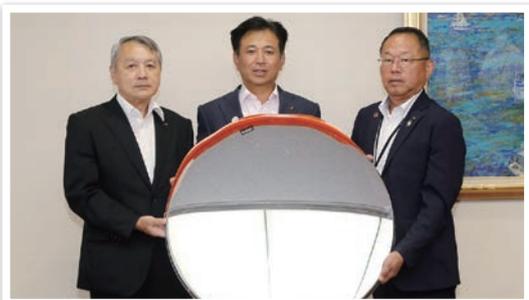


交通事故のない 安全な斐川町を願って 出雲市へカーブミラー寄贈

秋の交通安全運動の初日となる9月21日、島根県農業協同組合・全国共済農業協同組合連合会島根県本部・一般財団法人島根県共済福祉事業団の3者が連名で、出雲市へカーブミラー92基を寄贈しました。受納式は出雲市役所で開催され、斐川地区本部より山根本部長他3名、出雲地区本部より坂本副本部長他3名が出席しました。

冒頭出席者を代表し出雲地区本部坂本副本部長より「この活動は昭和47年から行っている。悲惨な交通事故が無くならない中、交通事故の未然防止のため有効に活用していただきたい。」とあいさつし、出雲市長に趣意書・目録を贈呈しました。

斐川地区本部からは、カーブミラー22基を寄贈し、斐川町内から寄せられた要望個所に設置していきます。



交通安全ミニテント村 斐川地区本部よりお米を提供

9月23日、斐川交通安全協会連合会と出雲警察署斐川交番が合同で、荘原地区道の駅湯の川で交通安全ミニテント村を開設しました。

このテント村には、出雲市交通安全協会の荘原・出西・伊波野・直江久木・出東の各支部の代表11名と斐川交番より2名が出席し、訪れたお客様に「新米ドライバーの気持ちを忘れず」と書かれた、「新米ドライバーの気持ちを忘れず」と書かれた、島根県産つや姫の2合入りの新米200パックを配り、安全運転を呼び掛けました。

受け取ったドライバーは、突然のプレゼントに喜び、「安全運転に気を付けます」と語りました。

このお米のうち1000パックはJA斐川地区本部から提供し、交通安全運動に一役買っています。





介護福祉だより

お問い合わせ 介護センター ☎73-9635
 デイサービスセンターつつじ園 ☎73-7314



デイサービスセンターつつじ園

つつじ園では、9月20日から22日まで敬老会を開催しました。午前中は、「つつじ園長寿番付」にて皆様のご紹介をし、手形アート作りをして頂きました。午後からは4年ぶりにボランティアの方々、大正琴「香音（かのん）」様、山陰中央新報マジッククラブ様、出雲弁「いかやこらや」様をお招きし、利用者の皆様楽しんで頂きました。また、敬老の日をお祝いし、皆様方に記念の品をお渡ししました。

皆様これからもお元気で、つつじ園で楽しく過ごして頂きたいと思っております。



「手形アート」手形で鶴を描きました



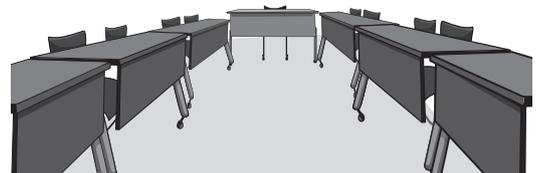
総務課から

TEL 73-9603

斐川地区本部運営委員会情報

10月3日開催

- 報告事項
- (1) 令和4年産米販売進捗等について
 - (2) 貯金・貸出金実績について（令和5年8月末）
 - (3) 主要実績一覧表（令和5年8月）について
 - (4) JAまつりステージイベント等について
 - (5) 令和5年度業績還元の使用について（変更分）





9月10日、今年度初めての「美化ウォーキング」を荘原支部主催で行いました。女性部員17名、JA職員とその家族27名、総勢44名が参加しました。この日は、朝は涼しく感じましたが、荘原支店を出発し、歩いているうちに気温が上がり、汗ばむ陽気となりました。ゴミを拾いながら約2キロの道のりを歩き周辺道路沿いがきれいになりました。「ごみはゴミ箱に捨てましょう」という基本的なマナーを守ってもらえるよう、また交流活動を目的に「美化ウォーキング」を継続します。

荘原地区で美化ウォーキング



JA 女性部 活動予定

新規加入 大歓迎!!
待っちゃよ~よ!

10月26日(木)	書道グループ	ひかわめぐりキッチン ふあみーゆ	9:30~
11月 8日(水)	いきいきグループ	生活課 2階会議室	10:00~
11月13日(月)	絵てがみグループ	ひかわめぐりキッチン ふあみーゆ	13:30~
11月14日(火)	ちぎり絵グループ	ひかわめぐりキッチン ふあみーゆ	9:30~
11月16日(木)	手芸グループ	ひかわめぐりキッチン ふあみーゆ	9:00~
11月20日(月)	パッチワークグループ	ひかわめぐりキッチン ふあみーゆ	9:30~

我が子自慢・孫自慢



寺道 梓乃ちゃん (2歳0ヶ月)



斐川町富村
寺道 俊輔さん
美樹さん より

お散歩大好き、
おしゃべり大好き♪
元気に大きくなあれ!



大募集!! 「我が子自慢・孫自慢」

応募先

あなたが撮った写真をご応募ください。
掲載された方にはささやかな お礼の品を差し上げます!

JAしまね斐川地区本部 組織広報課
〒699-0593 出雲市斐川町荘原2172-3番地
☎73-9605 Eメール:kouhou.hik@ja-shimane.gr.jp
※写真にはコメント、住所、お名前、連絡先を付けて応募して下さい。



自動車整備工場から

TEL 73-9627



JAまつり

斐川農協自動車整備工場

10月28日(土)・29日(日)

ブース

JAまつりの一環として、斐川農協自動車整備工場でもイベントブースを開催いたします！

自動車・バイク展示



★車両購入のお客様には
オプション用品33,000円分プレゼント

※写真はイメージです

★下記の商品をご購入、ご予約のお客様には抽選にて景品をプレゼント！

※抽選対象の商品に限ります。

タイヤ予約・即売会



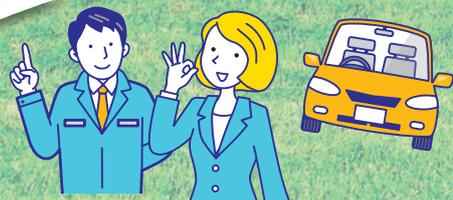
ドライブレコーダー展示



セニアカー 展示販売



その他おすすめ商品展示



日頃のご愛顧に感謝を込めて、スタッフ一同、ご来場をお待ちしています♪

JAまつり開催のご案内

令和5年度

斐川地区本部

JAまつり

開催!!

令和5年 **10月28日** 土・**29日** 日
 9:00~17:00 9:00~16:30

JAしまね斐川地区本部 本所駐車場 特設会場

令和5年度の斐川地区本部JAまつりは、「斐川から始めよう!! 国消国産」をテーマに、ステージ企画・食堂街等のほか、物販・ファーマーズマーケット・展示関係など、盛りだくさんの企画でご来場をお待ちしています。

詳細は、新聞折込みチラシでお知らせします。

主なステージ企画

28日(土)

出雲商業高校マーチング・ボクシングショー・漫才・神楽・ダンスなど

29日(日)

出雲農林高校和太鼓演奏・コメディーパーフォーマンスショー・バンド演奏・ダンスなど



ウィル給油所から

TEL 73-9626

10月28日 土 29日 日 **ウィル**

では...

業績還元 日頃の感謝を込めて

秋の大感謝デー開催!!

セルフ洗車
オール半額!!



スタッドレスタイヤ

予約すると **10%OFF**



セルフバーコード値引
 次回バーコード付
 使えるレシートの発行



ガソリン・軽油・灯油 感謝価格!



斐川消防署から

秋季全国火災予防運動

期間 令和5年11月9日(木)～11月15日(水)

野焼きの拡大による火災に注意しましょう!



野焼き前のチェック

- 火災の発生のおそれのない場所で行い、日没までに消火して終了する
- できるだけ小分けにして、数回に分けて焼却する
- 焼却中は、その場を離れない
- 警報、注意報、火災気象通報等が発表されている場合は中止する



出雲市で発生した火災の出火原因は、野焼き(くよし)の拡大によるものが**10年連続で第1位**です。野焼き行為は法律で**原則禁止**されています。※農業を営むためなど、やむを得ない場合を除く。やむを得ず野焼き行為を行うときは消防署に届出ましょう!



令和5年5月25日以降、出雲市管内で野焼きの拡大による火災ゼロを継続中です!火災予防に、ご理解ご協力ありがとうございます。
※令和5年9月20日現在

届出時に以下の内容を確認します!

- ① 場所(田・畑・目標物)
- ② 時間
- ③ 燃やすもの
- ④ 消火用具の準備
- ⑤ 住所・名前・緊急連絡先

届出先 斐川消防署 ☎(0853) 72-0800



金融課から

TEL 73-9609

お申込期限：令和5年11月10日（金）

お申込は、10月の
広報誌「しまねびより」折り込みチラシ
または支店窓口のチラシをご使用ください。

ご
優
待

坂本冬美 コンサート 2023

JAしまね出雲地区本部主催のコンサートについて、
斐川地区本部も協力することとなりました。参加希望の方は、
各支店窓口までお申し込みください。

定員に達し次第、締め切りといたします

令和5年 斐川地区本部は、2ステージの申込を受付けています。

12月20日水

《昼の部》開場13:00 開演13:30

《夜の部》開場18:00 開演18:30

12月21日木

《昼の部》開場12:30 開演13:00

《夜の部》開場17:30 開演18:00

2日間
4ステージ

場所

出雲市民会館 大ホール

負担金：お一人様／4,000円

※自家用車でご来場の際には、駐車場に限りがありますのでご了承願います。※会場の都合により、お食事（お弁当）の準備はしていません。※安全に公演をお楽しみいただくため、ご来場のお客様は、不織布マスクの着用、咳エチケット、手洗い、消毒、検温のご協力をお願いいたします。

お支払方法は、口座振替のみとなります。（JAしまねの口座に限る）

金融課から

TEL 73-9609

令和5年11月11日(土) 9:00~12:00

JAカード特設ブース開設!

in グリーンセンター



当日JAカードを
ご予約いただいた方には

1,000円相当の鉢植えを一つプレゼントします。

ぜひお越しください!

※鉢植えは数に限りがございますので品切れの際はご容赦ください。写真の花は見本であり、咲く時期によって花が異なります。詳しくはJAしまね斐川地区本部の窓口までお問い合わせください。

今なら
BIG
チャンス!

JAカード新規ご入会で、

もれなく **1,000円**

もらえるキャンペーン中!



この機会に
ぜひご入会
ください!

特典概要

期間 令和5年5月1日(月) ~ 令和6年1月31日(水)

対象者 期間中、JAカード(一般・ゴールド)・一体型・単体型・家族カードのいずれかをお申込みいただき、令和6年2月29日(木)までに発券が完了した方。

※カード発券の2か月後を目途にカード代金支払い口座へ1,000円お振込みいたします。*カード代金支払い口座を当JA以外に指定された場合は特典対象外とします。*特典を付与する際にJAカードを退会(解約)された場合は特典の対象外とします。*再発行は対象外とします。*JAコーポレートカード・ビジネスカードは対象外とします。*Web申込みの場合、申込日を問いません。

Point

一般カードなら

初年度年会費
無料!

※JAゴールドカードは、年会費無料の対象外です。

①②③のいずれかに該当すれば...

次年度年会費も
無料!

- ① 当年度の本カードショッピングご利用代金合計額が12万円以上の場合
- ② 電気料金を本カードで事前にご登録のうえお支払いした場合
- ③ 携帯電話利用料金を本カードで事前にご登録のうえお支払いした場合

①②③のいずれかに該当した場合、本人会員・家族会員の次年度年会費は無料です。

※ロードアシスタンスサービス付きカードの場合、ロードアシスタンスサービス年会費495円(税込)は、別途申し受けます。詳しくはお近くのJAしまね窓口までお問い合わせください。

保証料金利組込タイプ版

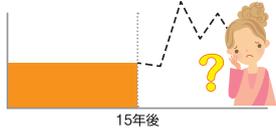
令和5年10月1日現在



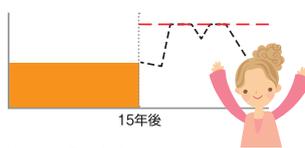
ポイント1

当初特約期間終了後の金利は上限付き!

従来は…
将来の金利が不安



上限が決まっているから安心!



当初特約期間15年（保証料金利組込タイプ）の金利イメージ



お子様の人数に応じて当初特約期間の
金利を最大年0.3%下げます。
子育て応援サービス期間



当初特約期間終了後、
再度特約期間を設定することも可能です。
変動金利・固定金利どちらを
ご選択の場合も
その時の基準金利 年▲0.85%
さらに変動金利は上限金利付き
上限金利 年1.85%

ポイント

- 返済額の最大額確定で計画的に返済
お借入時点でご返済金額の最大額が確定します。
- 固定金利の安心感+変動金利のメリット
固定金利の安心感と、変動金利による返済額の軽減効果、
二つのメリットを併せた仕組みです。

- 特約期間中は固定金利となります。
- 特約期間は3年、5年、10年、15年からお選びいただけます。
- 特約期間終了後は自動的に上限金利付き変動金利へ移行しますが、再度固定期間を選択することが可能です。
- その際には手数料5,500円（税込）が必要となります。
- 固定金利の特約期間中に、上限付き変動金利を選択することはできません。
- 上限金利付き変動金利は上限を設定しますので、将来の金利上昇にも安心です。
- 保証料金利組込タイプのため本欄に記載の金利（基準金利を除く）は、保証料相当分が含まれています。ただし、無担保の場合は保証料相当分を差引いたものが借入利率となり、別に保証料（年0.34%）をお支払いいただきます。

【当初特約期間の適用金利（保証料金利組込タイプ）】

3年固定	5年固定	10年固定（2段階方式）	15年固定（2段階方式）
年1.25%	年1.25%	年1.25%	年1.25%

【基準金利】

3年固定	5年固定	10年固定	15年固定	変動金利
年2.38%	年2.43%	年2.80%	年3.70%	年2.475%

ポイント2



JAは子育て世代を応援します!! 子育て応援サービス!

ご利用タイプ：当初特約期間15年（保証料金利組込タイプ）の場合

※子育て応援サービスの対象となったお様がサービス期間中に対象年齢を超えた場合も、金利引下げは、サービス期間終了まで継続します。

当初15年間
金利引下げ適用期間

15年間
年1.15%

15年間
年1.05%

さらに0.1%引下げ
11年間
年0.95%

例えば、お借入れから4年後に第3子が誕生
子育て応援サービス期間中(当初特約期間中)にお子様
が誕生された場合も、お申し出により、お一人につき
金利を0.1%下げます!

お子様一人につき当初特約期間
の金利を年0.1%下げます。

お子様1人で

年0.1%金利引下げ

お子様2人で

年0.2%金利引下げ



お子様3人で
最大年0.3%
金利引下げ

その他の金利引下げ対応

- ①当JAにて給与振込を指定されている方、または新たに指定される方
- ②石州瓦または県産材使用住宅、長期優良住宅
- ③他金融機関からのお借換
- ④「JAネットバンク」をご利用いただいている方
- ⑤「カードローン」をご契約いただいている方
- ⑥「JAカード」をご利用いただいている方
- ⑦JAしまねの正組合員の方（ご家族の方も含まれます）

上記の各項目に該当の場合当初特約期間の金利をそれぞれ
年0.1%下げます(最大年0.3%)
子育て応援サービスによる金利引下げ、その他の金利引
下げと併せ最大年0.3%の金利引下げとします。

※その他金利引下げ対応の詳細は
JA窓口までお問い合わせください。

最大金利引下げ時

当初15年間 年0.95%

お問い合わせ先

島根県農業協同組合 斐川地区本部ローンセンター
TEL 0853-73-9629 FAX 0853-72-1485

JALまね住宅ローン

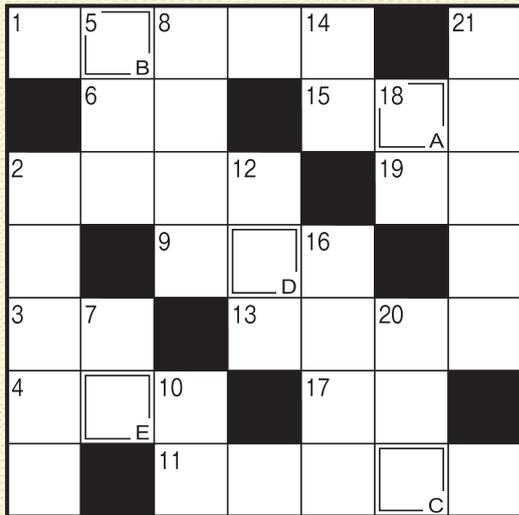
検索





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日光の紅葉の名所。48個のカブがあります
- ⑤——大敵、運転中は気を引き締めて
- ⑦白——に身を包んだ花嫁さん
- ⑧ジョギングや水泳、筋トレなどはこの一種
- ⑩ハウスを使わず作物を育てる——栽培
- ⑫考えるときにひねるもの
- ⑭応用に移る前にしっかりと
- ⑯1カ月の後ろ3分の1
- ⑰ペンのはキャップと呼ぶこともあります
- ⑱東京都中央区の地名。豊洲へ移転した東京都中央卸売市場があった場所
- ㉑2人でおそろいの服を着ます

ヨコのカギ

- ①甘柿の王様と呼ばれることもあります
- ②屋内のこと。——派
- ③ボンレス——、——サンド
- ④漢字では石榴、柘榴などと書く果物
- ⑥たき火に手をかざして取ります
- ⑨飲んで食べて話して楽しみます
- ⑩山野で生まれ育ったヤマノイモ
- ⑬奇術師が披露するもの
- ⑮ペンチよりふかふかしています
- ⑰富士山の山頂を白くします
- ⑱漬物やワインを詰めます

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40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

〒699-0593 出雲市斐川町莊原2172-3
JAしまね 斐川地区本部 組織広報課 「クイズ」係
2023年11月3日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「カラスウリ」



川柳の広場

最優秀賞

いつかまた言って別れて五年経ち

益田市 竹田 数子様

優秀賞

一歩引き相手の出かた見る余裕

出雲市 北村 功様

猛暑来て頭からつぽ思考ゼロ

江津市 山形ゆうき様

白寿まで走る意欲の万歩計

出雲市 健 柳様

佳作

子別れの朝母牛は啼き続け
値上げまで手が廻らないお小遣い
人生を全部背負うた丸い背よ
やあやあと顔は分るが名前出ず
元気ですゴウヤジユースを飲んでます

安来市 斎藤美重子様
出雲市 加本 精一様
浜田市 岩本 静代様
隠岐の島 上川 晃一様
出雲市 多久和敬子様

「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」11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）11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。

いつもJAバンクをご利用いただき誠にありがとうございます。  JAバンク

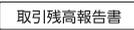
お客さま宛ご案内状 一部発送終了のお知らせ

発送終了となるご案内状に記載されている内容は、それぞれ下記代替手段にてご確認いただけます。
今後もお客さまにご満足いただける商品・サービスの提供に努めてまいりますので、
変わらぬご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。



誠に勝手ながら
2024年
(令和6年)
7月31日
作成分の発送をもちまして、
下記案内状の発送を
終了させて
いただきます。

©よりぞう

発送終了となるご案内状	代替手段	代替手段で主に確認可能な内容
1 利息決算のお知らせ ※法人・団体のお客さま、ボランティア契約口座をお持ちのお客さまは発送を継続します。 ※8月以降も送付継続を希望される方はお近くの支店にお申し出ください。	 	<ul style="list-style-type: none"> ● 利息振替日 ● 税引後利息額
2 通帳未記帳取引照合表 ※8月以降も送付継続を希望される方はお近くの支店にお申し出ください。		<ul style="list-style-type: none"> ● 未記帳圧縮された通帳明細
3 積立式定期貯金残高のお知らせ ※JAバンクアプリ未利用かつ口座振替未契約のお客さま、またはマル優口座をお持ちのお客さまは発送を継続します。		<ul style="list-style-type: none"> ● 積立期間 ● 積立金額 ● 現在残高
4 利払・満期償還のお知らせ ※マル優・マル特口座をお持ちのお客さまは発送を継続します。	 *1  *1	<ul style="list-style-type: none"> ● 銘柄名 ● 償還元金 ● 入金受取額 ● 利払・償還日 ● 債券口座番号 ● 利息受取額

※2023年11月以降受け取られる「貸出金払込期日のご案内」に送付終了となる旨の文言が挿入されますが、当JAでは引き続き送付が継続されます。お客様を混乱させることとなり大変申し訳ございませんが、ご承知おきいただけますようお願いいたします。

*1 発送終了となる案内状とは別の案内状になりますので、引き続き送付されます。

ご案内状の一部発送終了につきましては、お取引店にご確認ください。

スマートフォンやパソコンから簡単に
ご確認いただけます。

口座残高や明細を確認できる!



振込や払込等の取引ができる!



JAバンクアプリおよびJAネットバンクのご利用には別途ご登録が必要です。ご登録方法は上記二次元コードにてご確認ください。
Copyright(c) The Norinchukin Bank All Rights Reserved.

TRIM

欲しいのは、健康
それは、いつでも。



▼CMはコチラ



TRIM Ion Refine

医療機器製造販売認証番号
303AGBZX00027000

効果/胃腸症状の改善

- 胃もたれや胃の不快感をやわらげます。
- 胃腸の働きを助け、お通じを良好にします。



TRIM Ion Refine

医療機器製造販売認証番号
303AGBZX00027000

用途に応じて3つの水を生成

電解水素水
おいしくてカラダにいい水
● 飲用、料理の水、お茶・コーヒー等に



浄水
不純物を取り除いたキレイな水
● 赤ちゃんのミルク、薬の服用に



酸性水
電気分解のできるもう一つの水
● 洗顔、洗い物、一部のお料理等に



株式会社日本トリム

東証プライム：証券コード 6788

一般社団法人 日本経済団体連合会会員 公益社団法人 関西経済連合会会員 一般社団法人 日本病院会会員 一般社団法人 機能水研究振興財団理事

お問い合わせ先：JAしまね経済部経済課

TEL：0853-25-8912



本誌は地球環境に優しい植物性インキを使用しております。



米粉で和風チヂミ



コメント

- ・米粉を使うことで、中もっちり、外はカリッと仕上がります。
- ・たれをつけても、そのまま食べても美味しいいただけます。

材料 (フライパン2枚分)

米粉	70g
A 片栗粉	30g
顆粒和風だし	小さじ2
B 卵	1個
水	100cc
C ニラ	1束
人参	1/2本
じゃこ	大さじ2 (約15g)
にんにく(チューブ)	小さじ1/2
ごま油	大さじ2
ポン酢	大さじ2
ごま油	小さじ1
D コチュジャン	小さじ1/2
砂糖	ひとつまみ
白ごま	小さじ1

作り方

- ①ニラは3～4cmの長さに、人参は細目のせん切りにする。
- ②ボウルにAを混ぜ合わせ、そこにBを加えてバター液を作る。
- ③②のボウルにCの具材を加えて混ぜる。
- ④フライパンにごま油を大さじ1熱して②の半量を流し込み、へらで押しつけながら焼く。焼き色がついたら裏返して、押しつけながら両面焼く。
- ⑤残りも④と同様に焼く。
- ⑥Dを混ぜ合わせ、タレを作る。
- ⑦焼きあがったチヂミを食べやすく切り、器に盛る。

アレンジ

- ・具材は海鮮、豚肉、キムチ、玉ねぎ、長ねぎ、人参などお好みの具材でお楽しみください。

材料 (4人分)

- 里芋 300g
- サラダ油 大さじ1～2
- バター 5g
- めんつゆ 小さじ2
- ローズマリー (あれば適量)

作り方

- ①里芋は水洗いしてラップに包み、レンジ(600w)で5分間加熱する。
- ②①の里芋の皮をむいて、7mm幅の輪切りにする。
- ③フライパンにサラダ油を熱し、里芋を並べ入れ、両面に焼き色がつくまで中火で焼く。
- ④バターとめんつゆを加え全体に混ぜる。



アレンジ

- ・味付けをマヨネーズと味噌に替えたり、チーズをかけたりしてもおいしです。
- ・ミックスビーンズ、季節の野菜と混ぜ合わせてサラダにしてもOK!

コメント

- ・今が旬の里芋! こんがりホクホクの里芋をご賞味ください。
- ・古代より里芋は親芋を囲むように子芋、孫芋が育つため、豊作や子孫繁栄の象徴とされてきました。

里芋のバター醤油焼き



健康散歩

オーラルフレイルを防ごう

JA島根厚生連

あなたのお口は健康ですか? 口には「噛む(咀嚼)」「のみ込む(嚥下)」「発音する」「味を感じる」「唾液を分泌する」など多くの働きがあります。加齢によりこれらの働きが衰えた状態を口腔機能の低下=オーラルフレイル*と呼びます。*加齢によって心身が衰え社会とのつながりが減少した状態のこと

オーラルフレイルにはサインがあります。チェックしてみてください。

- 硬いものが食べにくくなった
- お茶、汁物でむせることがある
- 食べこぼす
- 活舌が悪くなった
- 口の乾きが気になる

1つでも心当たりがあれば、注意が必要です。

オーラルフレイルは硬いものが食べられない→軟らかいものを好む→噛む機能が低下する→口腔機能が低下する→心身機能が低下するといったように小さなことをきっかけに全身フレイル、要介護に至るリスクが高くなってしまいます。

オーラルフレイルが進行しないように、かかりつけ歯科

医を持ち、半年に1回程度定期的に受診するように心がけましょう。また、家でも簡単な口腔トレーニングをしてみてください。

うがいトレーニングがありますので紹介します。

「ブクブクうがい」①水を口に含み頬全体を膨らませる
②ブクブクと10秒間うがいし、水を出す

「ガラガラうがい」①水を口に含み上を向く
②ガラガラと10秒間うがいし、水を出す

うがいは、口の中がさっぱりし喉が潤い、感染症予防や口内環境改善にも効果があります。食後、歯磨き後など毎日継続できる時間を決めて習慣化し、お口の健康をしっかり守りましょう。

すこやかな口腔機能を保ち、健康寿命を延ばしましょう。

