

2024
3
March
Vol.96

SNSで旬な情報を
投稿しています



JAしまねびより

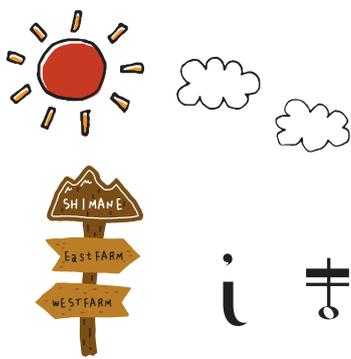
「特集」食べて伝えてよう！有機農業の魅力



来月の外勤日は 4月20日(土)

JALしまね 斐川地区本部版

可一つけた
いまのファーマーズ
Shimane farmers
松永 拓磨さん
[西いわみ地区本部]



つけた しまものファーマーズ

Shimane farmers



まつなが たくま 松永 拓磨さん(36歳)

今月は西いわみ地区本部。益田市種村町にある株式会社松永牧場の取締役・松永拓磨さんにお話を伺いました。



約7,500頭を飼育する大規模牧場

人生を変えた瞬間

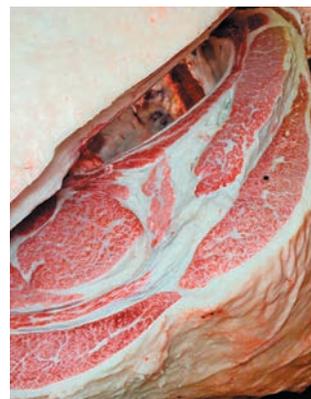
益田市の山あいにある株式会社松永牧場は、肥育牛を中心に約7,500頭もの牛を飼育する大規模な牧場です。毎年東京で行われる「全国肉用牛枝肉共励会」では、2023年に2年連続で最高賞である名誉賞を受賞。今や首都圏をはじめ島根県内外で高い評価を受け、全国でもトップクラスの牧場のひとつです。

取締役の松永拓磨さんは、代々松永牧場を経営してきた家系の中で育ってきたものの、小さい頃は家業を継ぐことは考えていなかったのだとか。また、社長である父親の和平さんから就農を勧められたことは一度もなかったそう。そんな拓磨さんが牛に興味を持ったのは大学2年生の時。研究会で上京していた和平さんから「一度見に来てみないか？」と誘われ、そこで初めて見た枝肉に惹かれたことがきっかけだったと言います。枝肉とは、牛の尾や頭、四肢を切り取り、皮と内臓を取り除いた状態のもので、肉のきめ細かさや、赤肉の割合などいくつもの条件によって評価が決まります。拓磨さんは「当時はまだ何もわかりませんが、それぞれの肉によって個性があるし、枝肉にかっこ良さを感じました。



全国肉用牛枝肉共励会で名誉賞を受賞された際の写真

いかに口入を少なくするかという「歩留り」も奥が深いなと思って」と振り返ります。拓磨さんにとって、この時の出来事がターニングポイントとなりました。



名誉賞を受賞した枝肉

先のことを考え企業への就職を経験

大学卒業後、すぐには実家の牧場に帰ることを選ばなかった拓磨さん。「社長は銀行員を経てから跡を継ぎ、社長の弟である専務は、もともと牛が好きで小さい頃からお世話をしていたそうです。そんな2人を見て、自分が同じことをしても大丈夫だと思いますし、経営方法や飼育についてもいつか行き詰まる時が来るのではないか」と感じていた拓磨さんは、鹿児島県の飼料メーカーに就職。南九州は日本の畜産業の一大生産拠点であり、多くのプロの経営者の考えを間近で見ることができ、営業担当だった拓磨さんは先輩から学ぶことも多かったと話します。



牛と触れ合う拓磨さん

しかし、入社して3年が過ぎた頃から、「こうしたら成績が上がる」と自信を持って勧められる経験が身に付いてきたものの、お客さんにはなかなか納得してもらえないもどかしさも感じるが増えてきました。いつしか、自分で牧場を管理してみたいという気持ちが強くなってきた拓磨さん。ちょうど父親の和平さんが浜田メイプル牧場を新設するタイミングと重なったこともあり、2017年に地元へUターンすることになりました。

大切にしているのは毎日の積み上げ

2019年から松永牧場の管理に携わる拓磨さん。牛の餌やりや体調管理などはスタッフや獣医師に任せ、拓磨さんは「牧場全体の成績向上や維持」を中心に総括を担っています。「牧場の成績が毎日同じレベルになるように、日々の積み上げを大切にしています。例えば、最初の3日で100点を取り続けても、その後の3日で0点を取ってしまったら意味がありません。そうならないよう、毎日同じ点数をコンスタントに取り続けることが目標です」と話しました。

スタッフの動きや、肥育に上げるステージ、牛にビタミンをあげるタイミングが合っているか。これらの事細かな積み上げが全体のレベ



整頓された牛舎

ルの底上げとなり、市場の評価や賞の受賞にも繋がっています。高いレベルを保つことは並々ならぬ努力が必要であることが想像できますが、「スタッフや獣医の先生がいてくれるからこそ」と拓磨さんは話しました。スタッフとはなるべく時間を取って話すことを心掛け、できるだけ全員が同じ方向を向いて進めるよう意識しています。

外食で家族の時間を楽しむ

拓磨さんは休みの日には青年会議所に参加し、地元の人たちとのつながりを持つことも大切にしています。また、家庭では小学1年生と1歳の2人の娘さんのお父さんでもありますが、「時間的にもあまり育児に参加できていなくて」と苦笑い。月に2、3回外食をすることで、家族で過ごす時間を楽しんでいます。

日本で一番認知されている会社に

人口減少が進む日本で今の業務形態をどう維持していくかという課題に対し、やはり「食べてもらうこと」が一番だと語る拓磨さん。「私たちは、何年に一度の記念日にしか食べられないようなハイブランドの牛肉を目指しているわけではありません。月に一度、何週間にも一度でも食べてもらえるような身近なローカルブランドを作っていきたい。どうしたら消費者が手に取りやすくなるかを考えています」と話しました。石見地方に展開するスーパーのキヌヤでは「まつなが牛」を常に販売しており、牧場にとっては地域と繋がる大切な存在です。

最近では、地元の学生と話す機会も増え、県外にい

ても地元食材を食べること

で立派な地域貢献になることを伝えていきます。まずは、

「みんなに松永牧場を認知してもらおう」と。それが、

今後、松永牧場を維持していくために一番重要なことであると確信しています。

常に問題提起し、自分たちがいる位置を確かめながら進んでいく。そして必要ならアップデートしていく。あらゆる方法を模索しながら拓磨さんは松永牧場を支え続けています。



インタビューを受ける拓磨さん

プチっと情報!

まつなが牛

松永牧場が生産する「まつなが牛」。旨味・甘味・口溶けの良い脂・肉の柔らかさがそろった「まつなが牛」をつくるため、牛に与える飼料にもこだわり、大豆やおから、もろみを加えています。また、果物類も使用し、柔らかくフルーティーな味を引き出しているそう…!



(松永牧場より提供)

食べて伝えよう!

有機農業の魅力



有機農業の魅力や価値を伝えようと、JAしまねと包括的連携協定を結んでいる島根大学の地域人材育成コース学生（以下、島大生）と“オーガニックメニューづくりプロジェクト”に取り組みました😊
今月号はそんな島大生考案のオーガニックメニューが学食で提供されるまでをご紹介します🌟

プロジェクトについて

JAしまねでは令和4年度から環境にやさしく、付加価値の高い農業のひとつとして有機農業の推進に取り組んでいます。慣行栽培に比べて手間がかかる有機農業の持続・拡大には、消費者の皆さんの理解が欠かせません。

そこで、有機農業の価値・魅力の発信、購入のきっかけづくりとして、地域の現状や課題などについて学ぶ「島根大学地域人材育成コース」の学生とともにオーガニックメニューづくりにチャレンジしました!

今回のプロジェクトでは、学生にとって身近な学食で気軽に食べられるランチプレートを開発しました。



~ランチプレート完成までの道のり~

GOAL

ランチプレートのイメージ、食材の選定や分量など、アイデアや意見を出し合いながらレシピを考案🌟

- 7月 ○ チームキックオフ会
↳ 有機農業の基礎を学習
- 8月 ○ 有機農産物等の生産現場を視察
- 9月 ○ メニューの検討
- 10月 ○ メニューの試作
学食との調整
アンケート項目の検討
- 11月 ○ 広報戦略の検討
食材調達計画の策定
イベント準備

10回以上の打合せを実施!!



提供開始に向け、のぼりやポスター、敷紙のデザイン案を企画中! 魅力をどう伝えよう...

そじてついにランチプレートの完成！ 提供スタート！

「有機農業の日」である12月8日から、島根大学の第二食堂「ニコラ」で提供を開始☆
初日は食材を提供いただいた生産者をはじめ、関係者や報道各社を招いたイベントも行いました😊

その名も…！

「野菜たっぷりオーガニックnaキーマプレートランチ」

提供期間：12/8~15
提供数：1日50食の
合計300食



有機農業の魅力が伝わるメニューをつくるための4つの工夫

メニュー自体を魅力的に!

有機JAS認証・有機的栽培の農産物をたっぷり使い、それぞれがお互いを生かすレシピに!



メニューの魅力を伝える

料理の写真をメインに注目を集めるようにポスターやチラシをデザインしました。



有機農業について知ってもらう

学生に配るチラシの裏側に有機農業についてや県内の取り組み、役割などの情報を掲載!



レシピや素材情報を伝える

ランチプレートの敷紙にQRコードを掲載。原材料の生産者情報やメニュー再現レシピ、プロジェクトの取り組み状況を見ることが出来るサイトに誘導しました。



取り組み結果を報告!

2月15日には、松江市のJAビルで石川寿樹組合長をはじめとするJAしまね本店常勤理事へ取り組み結果を報告。意見交換を行いました。



石川寿樹組合長

JAしまねの有機農業の取り組みは始まったばかり。皆さんのかも借りながら一緒に島根の有機農業を盛り上げていきましょう!



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！



今回の
訪問先

J Aしまね雲南地区本部管内

- なべやまらいす株式会社
- 農事組合法人三代原ファーム



巡回の様子を収めた
動画はコチラ

今回は、なべやまらいす株式会社、農事組合法人三代原ファーム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。

なべやまらいす株式会社は、令和5年3月に法人化し、主食用米や酒米、水稻苗などを栽培。同社がある雲南市三刀屋町鍋山地域の農業者に少しでも長く農業を続けてもらえるよう米の乾燥調製やドローンを使った防除などの作業受託も行っていきます。同社の石原公夫代表取締役には、法人化の経緯や取り組み内容、県・J Aのモデル実証圃として「きぬむすめ」の有機栽培の取り組みなどについてお話いただき、有機栽培に取り組んでみたメリット・デメリットや慣行栽培との違い、除草対策など活発に意見を交わしました。石原代表取締役は「自前で

有機栽培用の除草機を用意するのは難しい。この点がどうにかなれば取り組む人も増えてくるのではないか」と感想を話されました。

農事組合法人三代原ファームは、雲南市加茂町三代地区の農地整備事業をきっかけに平成31年1月に設立。現在は水稻や畑作物の他、経営の多角化に向けてリースハウス6棟でアスパラガス、白ネギ、ミニトマトなどを栽培されています。同法人の錦織基樹代表理事には、現在の経営状況やアスパラガスの高畝栽培で省力化・収益性の確保ができていることなどをお話いただきました。錦織代表は「水田園芸の普及には資金繰りの援助が必要不可欠」と話し、J A金融部門の体制強化やアスパラガス普及拡大に向け共同選果場の整備を要望されました。



乾燥調製施設の前で石原代表取締役（前列左から3番目）と石川組合長（前列左から2番目）ら



収穫した有機栽培米の籾摺りを見学させていただきました



ハウスの前で錦織代表理事（前列右から3番目）らと石川組合長（前列右から5番目）ら



錦織代表理事（右）に白ネギ「うんなん なべちゃん葱」を栽培するハウスを案内いただきました

組合長から一言



最初に訪問したのは、三刀屋町鍋山地域のなべやまらいす株式会社。J Aから提案させていただいた「きぬむすめ」の有機栽培に、今年から取り組まれている。当日は、収穫した「きぬむすめ」の籾摺りを見学させていただいた。除草機の購入が課題とのことで、J Aとしても普及に向け知恵を出していくことをお伝えした。

次に、農事組合法人三代原ファームを訪問した。加茂町三代地区で行われている農地整備事業の完成農地を引き受け、水稻やリースハウスでアスパラガス、白ネギ、ミニトマトなどを栽培。中でもアスパラガス栽培は作業に余裕もでき、収益性も良いとのことであった。

組合長より一言
刈り終えて
穂を噛み締むる
農夫かな



topics
1

JAしまね米粉レシピコンテストを開催



JAしまねは2月18日、松江市の松江栄養調理製菓専門学校でJAしまね米粉レシピコンテストを初めて開きました。

学生部門は松江栄養調理製菓専門学校の河津悌二さん考案の「米粉の手打ちあんかけ焼きそば」、一般部門は雲南市の板垣あゆみさん考案の「米粉と野菜のパワーおやき」が最優秀賞の金賞に選ばれました。

同JAでは、持続可能な農業と輸入に頼らない食品選択の推進を目指し、米粉生産事業に取り組んでいます。このような中、多くの人に米粉の可能性や良さを発見、知ってもらおうとレシピコンテストを企画。県内から116点の応募がありました。

当日は事前の書類審査を通過した7人が調理し、特別審査員を務めたタレントでモデルの道端カレンさんら審査員6人が実食し審査しました。

その他の受賞者は次のとおりです。

【学生部門】

- ・銀賞＝「こめっこチュロス」鈴木麻白(出雲市)
- ・協賛企業賞＝「豚汁風米粉うどん」伊藤悦子(松江栄養調理製菓専門学校)
- ・審査員特別賞＝「米粉のバームクーヘン」米田結衣(松江栄養調理製菓専門学校)



【一般部門】

- ・銀賞＝「そばコメ雑煮」今岡克己(松江市)
- ・協賛企業賞＝「レンコンと米粉のピザ」今岡麻喜子(出雲市)



「米粉の手打ちあんかけ焼きそば」



「米粉と野菜のパワーおやき」



受賞した皆さんと審査員ら

topics
2

全国家の光大会都道府県代表体験発表大会に出場！



2月13日に横浜市で第65回全国家の光大会都道府県代表体験発表大会が開催され、島根県代表として記事活用の部にJAしまね雲南地区本部の高橋美佐子さんが出場しました。

高橋さんは「『家の光』が照らす明るい未来」と題して発表し、家の光協会会長賞を受賞。発表では、家の光記事が女性部活動の取り組み方を変えるきっかけになったこと、取り組んでいた防災食やコンポスト導入の活動が地域や行政に広がっていったことについて話しました。

翌日の14日には第65回全国家の光大会が開かれ、前日の体験発表大会で各ブロックから選ばれた9人が発表を行いました。参加者らは今後の活動に生かそうと、メモを取りながら真剣に耳を傾けました。



堂々と発表する高橋さん

SDGsとは、国連が決めた「持続可能な開発目標（Sustainable Development Goals）」から、一文字ずつ取った略称です。17の目標をマークで示しています。



想いをひとつに✿ しまねの女性部!

出雲女性部

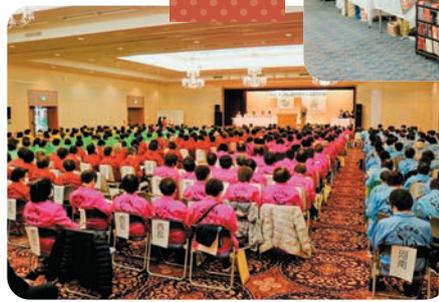
今後、仲間や地域とのつながりを大切に、想いをひとつに活動していきます。

旧暦10月、全国の八百万の神々が集うとされ、縁結びのまちとしても有名な出雲。その地で「縁」あつて出会った私たち「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「食と農」「仲間づくり」「地域貢献」「環境保全」など、地域の特徴を活かしながらさまざまな活動を展開しています。

2月23日には、出雲女性部にとって欠かせない行事である「出雲女性部まつり&家の光大会」を開催。各地区から約500名の女性部員が集まり、おもてなしプロジェクトの表彰、各支部・サークルの手芸品などの作品展示のほか、いずもJA女子大学生による舞台発表など、日頃の活動成果の発表を通して部員同士の親睦を深めました。

つながろう✿

仲間と・地域と・他組織と・次代と



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

島根県農協青年組織協議会

JA YOUTH

委員 石橋

やすくに 康邦さん



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

島根県農協青年組織協議会（以下「島根県青協」）委員の石橋康邦さん（38）は、地元津和野町で就農17年目になります。現在は、家族でお茶（80a）とミニトマト（8a）、野菜（10a）を栽培しています。

お茶は自身で加工し、緑茶を中心に火を入れない荒茶状態での販売を行っており、野菜は生鮮のみでなく、乾燥野菜の販売にも取り組んでいます。他にも無人ヘリコプターでの受託防除や燃料の配達業務、地元では農業委員会の推進委員や消防団活動など活発に活動しています。

農青連は、父親との世代交代で加盟し、過去には西いわみ青年連盟の委員長を務め、今年から島根県青協の委員に就任しました。石橋さんは「県内の各単組や県外の組織との交流を行いながら、さまざまな作物の情報や考え方を多くの盟友と共有していきたい。また、島根県青協がより広い視野を持つ組織となるための一助になりたい」と熱く語りました。

営農第一課から TEL 73-9616

水稲

今月よりつきあかりの播種、育苗が始まります。売れる米づくりは良い苗作りから始まります。各品種左記の日程を参考に作業計画を立てましょう。また、天候に応じて適切に管理し、健苗育成に努めましょう。

品 種	播種時期	育苗期間	田植え時期
つきあかり	3月10日～20日頃	30日～40日	4月20日～25日
つ や 姫	4月1日～4月20日頃	25日～30日	5月3日～15日
コシヒカリ	4月25日～5月5日頃	25日	5月20日～30日
きぬむすめ	4月20日～5月5日頃	25日	5月15日～30日

※浸種作業については広報誌2月号を参考に行ってください。

乾籾100～120g/箱(浸種後125～150g/箱)

品 種	必要箱数	栽植密度
つきあかり	18～20箱/10a	60株/坪(株間18cm)
つ や 姫	15～18箱/10a	50～60株/坪(株間21～18cm)
コシヒカリ	15箱/10a	50株/坪(株間21cm)
きぬむすめ	18箱/10a	60株/坪(株間18cm)

① 播 種

② 出芽管理

◆太陽シート除覆のタイミング

箱全体の4割程度、覆土の上に5～10mmの芽が見えたら太陽シートを除覆する。

※出芽後、急に強い光に当てると白化苗を生ずるので日射の強い日には注意する。



◆健苗シート(白色)被覆による出芽

特徴
地温を上げやすいが晴れると急激に温度が上がるので特に注意する

〔太陽シート・健苗シート共通〕

3月中～下旬

低温時・日射量が少ない時期のポイント

- 長期間低温になると、カビが発生することがあるため、一時的にシートを除覆し、地温をあげる。
- ハウス中央部と周辺部の苗箱の入れ替え実施。

注意点

1. 今後天候が良くなるにつれ、ハウス内の温度は午前中の間でも急激に上昇します。天候を考慮しハウス内の温度が上がりすぎないよう注意することが大切です。
2. 体感温度ではなく必ず『温度計』を使用して温度管理をしてください。
3. 健苗シート(白色)を使用している方は急激に温度が上がりやすいので、温度管理に特に注意してください。
4. 徐覆後2～3日は発根を促進するために、かん水をしないようにしてください。

③ 育苗管理

◆緑化期(1・5葉期まで)

- ・ かん水は朝に満遍なくたっぷり行う。(伸ばしすぎないように注意する)
- ・ ハウス内の適温は20℃～25℃(夜間は10℃を下回らないよう保温する)

◆硬化期以降(1・5葉期以降)

- ・ 基本、かん水は朝にたっぷり行う(※気温が高い・風が強い日は昼過ぎに追加かん水)
- ・ ハウス内は最高20℃最低10℃まで徐々に下げて健剛な苗に仕上げる。
- ※昼間は30℃を上回らないよう十分換気を行う(夜間は10℃を下回らないよう保温する)

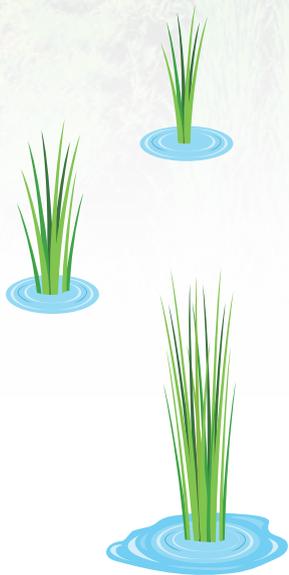
代かき、つきあかりの田植えについて

濁水の流出防止の観点から、左記のことを注意して代かきを行って下さい。

- ① あぜ塗り・畦畔の補修による漏水防止。
- ② できる限り浅水状態で代かきを行う。
- ③ 水田ハローを使用した代かき。
- ④ 初期除草剤(ピラクロンなど)を田植え前に使用しない。
(斐川町自主規制)
- ⑤ 田植え時に強制落水をしない。
- ⑥ 基肥はできるだけ側条施肥を行う。

つきあかりの田植えについて

田植時期：4月20～25日
(植付本数：3～4本 植付株数：60株/坪)
基肥量：オリザ463 30kg(全層施肥は35kg) / 10a
一発型肥料：ワンオール640 50kg(全層施肥は60kg) / 10a



令和5年産大豆生育概況

播種作業は6月上旬より始まりまし
た。梅雨入りが早く(5月29日頃梅雨
入り(平年より8日早い))天候を考慮
したうえで播種作業となりました。

7月8、9日には、降り始めから
237mmの大雨により、かん水被害を
受けました。播種直後のほ場ではかん
水被害により出芽不良となり、一部播
き直しのほ場もありました。

一転して、梅雨明け(7月16日頃)
以降、盆頃までほとんど降雨がなくか
ん水を実施しました。

病害虫は、マメハンミョウやハダニ
が一部のほ場で発生しました。また、
ハスモンヨトウの発生が平年に比べ多
く、9月上旬から中旬にかけて多発し
本田防除を実施しました。

盆以降は、雨量は少ないものの降雨
の日は多く、着莢・子実肥大にとって
は好条件となりました。しかしながら
雑草にも好環境であるため、帰化アサ
ガオ、タデ類、ホソアオゲイトウなど
の大型・難防除雑草が平年に比べて多
い状況でした。

単収は、町平均162kg/10a(過去
5年平均150kg/10a)で平年を上
回りました。

品質は、1、2等級比率85%(過去
5年平均69%)で上位等級比率も平年
を上回りました。

農産物検査の結果は以下のとおりです。

(単位：袋/30kg)

品種	等級	1等	2等	3等	特加	規格外	合計
サチユタカA1号		4,964	2,459	769	319	180	8,691
タマホマレ		4,416	394	477	95	54	5,436
フクユタカ		498	0	258	92	0	848
合計		9,878	2,853	1,504	506	234	14,975
等級割合		66.0%	19.1%	10.0%	3.4%	1.6%	100%

※等級比率は端数処理をしているため、計が一致しない場合があります。

スマホ教室を開催

2月1日ひかわあぐりキッチンふあみゆで、くらしの活動事業の一環として、スマホ教室を開催しました。

NTTドコモより3名の講師を迎え、JASまね斐川女性部の部員11名が受講しました。

今回の受講者は、スマホ経験が比較的ある方が多く、応用編を受講しました。講師の指導のもと実際に各自のスマホを操作しながら、特殊詐欺などからスマホを安全・安心に使用するためのセキュリティ対策、生活を豊かにする便利なアプリの紹介や設定方法などを学びました。

また、普段わからない点や対応策について、個別の質問に答えてもらう形式で疑問を解決でき、参加者は「電話やLINEだけでなく、もっと便利に使いこなしてみたい」と感想を語りました。

このスマホ教室は、概ね10名程度のグループで開催できます。また講座の内容も、参加者のスキル（経験・知識）に応じて、入門編から応用編まで要望に応じて開催可能です。



ワインに合う料理を作ろう

男の料理教室開催

2月12日、ひかわあぐりキッチンふあみゆで、くらしの活動事業の一環として、「ワインに合う料理を作ろう」をテーマに、男の料理教室を開催しました。



講師には、直江地区の洋風居酒屋「創作ダイニング kohaku（琥珀）」より、マスターの竹谷勇記氏とシエフの川内俊樹氏を招き、女性4名を含む12名が参加しました。

メニューは、豚肉の生春巻き・エビの生春巻き・トマトソース・白菜とソーセージのトマトパスタ・エビとブロッコリーのマヨ炒め・真鯛のアクアパッツアの6品を作りました。

参加者は4班に分かれ、講師の実演を交えながら調理を進めました。

生春巻きの2品は、焼き肉のたれで炒めた豚肉やポイルしたエビを、たつぷりのサニーレタスと一緒にライスパーパーで巻くシンプルな料理ながら、見た目の華やかな一品。



トマトソースは、どんな料理にも使える万能ソースで、作り置きにも最適です。

組合員学びのひろば

2月3日上直江アクティビティ斐川で、組合員学びのひろばを開催しました。

講師には、農林水産副大臣 鈴木憲和氏を迎え、『コメ政策の未来と日本の食の可能性』と題し、講演をいただき、農政トップの貴重な講演を聴こうと、集落営農組織や土地利用型農家の担い手のほか、関係諸機関の方々百数十名が来場されました。

講演では、これからの食料政策について触れ、豪雨災害リスクが年々高まってきていること、農業就業人口は最近20年で6割弱減少していること、主食米の需要量が近年年間10万トン規模で減少していること、などの背景が示されました。

その中で、持続可能な米作りを進め、需要を拡大し豊作を喜べる環境を作りたいとし、これからの取組みとして50万トンの需要を創造したい。そのためには、低価格米への置き換え・米粉の代替・輸出などの戦略が重要となってくる、ご自身の今後の取組みについて、抱負を述べられました。

また質疑の場では、生産費の高騰に農産物価格が追付いていないこと、実情に合った農村政策を期待するなど、様々な質問や意見が出され、充実した講演会となりました。



パスタは、旬の白菜を使って、程よい酸味と濃厚なトマトソースを絡めた絶品の仕上がりが。



マヨ炒めは、粒マスタードが効いた濃厚な風味に仕上がりました。

アクアパッツァは、ムニエルにした真鯛に、アサリ・パプリカ・ブロッコリーなど、彩りも鮮やかで、おしゃれなイタリアン。



出来た料理は持ち帰っていただき、ご家族と一緒に楽しんでいただきました。



参加者からは、「家族にも好評で、すごくおいしいと絶賛でした。」「身近な材料で、簡単に美味しい料理ができてよかった。」「おしゃれなレパートリーが増えた」と感想をいただきました。

春野菜苗 接木作業最盛期

J A 種苗センター

2月に入り、J A 種苗センターでは令和6年度春野菜苗の播種・接木作業がピークを迎えました。



J A 種苗センターは、J A しまね斐川野菜苗部会（常松信光部会長）のもとで、接木苗15万本・実生苗3万本、計18万本の春野菜苗を生産・販売する予定です。

また施設野菜組合や他地区本部の生産農家の接木苗も受注生産しており、ナス・トマト・ピーマンの3品目・50品種、総本数20万本の接木苗を生産します。

接木作業は、台木用の苗と穂木用の苗を別々に生産します。それぞれの苗をカミソリで斜めに切断し、切断面を合わせ、活着するまで支持具で固定します。これらの繊細な作業は、4名のスタッフが1日約3,000本、1月下旬から4月上旬まで続きます。



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

俳句

- ・節分祭 可愛い鬼に 鬼は外
 - ・梅咲いて 斐川公園 みなで行く
- ご利用者様作

デイサービスセンターつつじ園

つつじ園では、節分の日には毎年恒例の「豆まき」をしました。大きな声で「鬼は一そとー！」と、職員が扮する鬼に向かって豆をなげて病気や災害を追い払い、「福はーうちー」と、利用者の皆さんとつつじ園に福が来ますようにと豆を撒きました。「久しぶりに大きな声を出して、楽しかったよ」と、皆さん季節の行事を楽しまれました。

2月の天気の良い日には花見に出かけました。斐川公園の梅の花は例年より少し早く見ごろを迎え、花びらを間近で見ながら、ゆっくりと散歩を楽しみました。





米一握り運動実施

JAしまね女性部は、JAしまねおよび島根県農協青年組織協議会に協力を呼びかけ、「米一握り運動」の活動を続けています。部員が持ち寄った米はフードバンクや子ども食堂などに贈り、活動を支援しています。

今年度も二回に分けて実施され、斐川女性部は2月16日～22日、「米一握り運動」に取り組みました。

JA女性部だけでなく、農青連・運営委員・職員など斐川地区本部全体に協力を呼びかけた結果、151キロの玄米が集まりました。



新規加入 大歓迎!!
待っちゃよ~よ!

3月26日(火)	ひまわりグループ	ひかわあぐりキッチン	ふあみーゆ	9:30~
3月28日(木)	書道グループ	ひかわあぐりキッチン	ふあみーゆ	9:30~
4月 8日(月)	絵てがみグループ	ひかわあぐりキッチン	ふあみーゆ	13:30~
4月 9日(火)	ちぎり絵グループ	ひかわあぐりキッチン	ふあみーゆ	9:30~
4月10日(水)	いきいきグループ	生活課 2階 会議室		10:00~
4月15日(月)	パッチワークグループ	ひかわあぐりキッチン	ふあみーゆ	9:30~
4月18日(木)	手芸グループ	ひかわあぐりキッチン	ふあみーゆ	9:00~
4月25日(木)	書道グループ	ひかわあぐりキッチン	ふあみーゆ	9:30~

我が子自慢・孫自慢



大田 ^{たか}と隆斗 (11歳)
^{ゆきな}雪那 (9歳)
^{みなと}湊斗 (6歳)



斐川町原鹿
大田 和志さん より



毎日にぎやか兄妹です!



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!

〒699-0593 JA斐川地区本部 組織広報課 行き
(※住所の記載は不要です)

☎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。

営農第二課から

TEL 73-9617

広域玉葱調製保管施設作業員募集

勤務場所 出雲市斐川町三分市1892

J Aしまね広域玉葱調製保管施設

業務内容 (1) 玉葱の選果作業

(2) 玉葱の根葉切り作業

雇用期間 令和6年5月中旬～令和6年9月末頃

就業時間 8時30分～17時30分

休日 週休2日制 (日曜日・火曜日)

年齢 不問

時給 910円

募集人員 2名



※詳しい内容は下記までお問合せ下さい。

お問い合わせ先

J Aしまね斐川地区本部
 営農第二課 金山 渡部
 0853-73-9617

今在家 花のまち出雲の春一番チューリップを、今在家から。

チューリップまつり2024

約100aの圃場で50種類(30万本)のチューリップがお出迎え

イベント開催日 4/13(土)・4/14(日)
 9:30～17:00

場所 正興研修館 北側圃場
 出雲市斐川町今在家630番地

販売店

- アレンジフラワー ●ねぎ焼き
- 切り花 ●焼きそば
- 球根の販売・予約 ●フランクフルト
- 野菜の販売 ●ソフトアイス他

期間中は無料シャトルバスが運行しております

無料シャトルバス発着場

- 今在家農村公園 (駐車場)
- 正興研修館 (チューリップまつり会場)
- 伊波野コミュニティセンター (菜の花畑 会場)

運行時間 9:00～16:00
 (20分間隔で運行します)

資材課から

TEL 73-9619

資材課および配送センター臨時休業のお知らせ

3月28日(木)午後～3月29日(金)終日

棚卸の為、3月28日(木)午後～29日(金)終日お休みさせていただきます。
期間中、資材の受け渡しや配達を行いませんので、ご利用される方はお早めをお願いいたします。

グリーンセンターから

TEL 73-9070

春の有機肥料&除草剤まつり 開催!

肥料 (特売)

- ◎サンライム (有機石灰) 20kg
..... 平日728円を **650円**
- ◎有機化成8号20kg
..... 平日3,839円を **3,740円**
- ◎醗酵鶏糞 (マッシュ) 15kg **限定1,500袋**
..... 平日265円を **99円**
- ◎牛糞堆肥 (大東エコ) 15kg
他多数 平日589円を **428円**

特売期間 3/16(土)～3/24(日)

茎葉処理除草剤 (特売)

- ◎ラウンドアップマックスロード 各規格
(吸収力が違う)
- ◎ザクサ液剤 各規格 (水田畦畔などに)
【数量限定】
ザクサ液剤 10Lご購入で、1L(500ml×2本)、
20Lご購入で、2L プレゼントキャンペーン中
- ◎バスタ液剤 各規格 (大切な作物のそばに)
上記の除草剤を、お買上げの方に **粗品進呈**
- ◎バスタノズルLV35&
ラウンドノズルULV5販売中
(重労働から解放! 少量散布可能)

*春まき種子 (タキイ、サカタ、トーホク、山陽種苗など)
*野菜苗 (キャベツ、ブロッコリー、レタスなど) **各種入荷**

3月31日(日) 棚卸しのため休店いたします

野菜等出荷者協議会 新規会員説明会

とき 令和6年3月19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



皆さんお気軽にご参加ください!!

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出しながら、仲間と楽しく元気に活動しています!

営農企画課から

TEL 73-9615



野菜づくり講座受講生募集について



JALまね斐川地区本部では、将来的に産直市場への出荷や野菜づくりに取り組んでみたい方を対象に実習圃場を利用して実際の栽培管理から収穫まで行う野菜づくり講座を開催します。ご興味ある方はお気軽にお問い合わせ下さい。

講座期間 2024年5月～2025年3月 (月1回程度の開催)

募集定員 20名

場所 JALまね斐川地区本部および実習圃場

申込方法 受講を希望される方は、
JALまね斐川地区本部営農企画課 (☎73-9615) にお越しください。

対象者 基礎的な野菜づくり実習を希望される斐川町内に在住の方
※農業初心者向けの講座です。

※定員を超える場合は先着順とさせていただきますのでご了承ください。

内容 ①座学講座
野菜の栽培基礎、肥料・農薬の使い方、収穫、出荷・商品づくり

申込締切 2024年5月7日(火)

②実習 (講座期間を通じて実習圃場を利用)
畑の作り方、作物の栽培管理、収穫・調整作業、出荷・販売など

受講費用 5,000円 (全11回分、資料作成代、実習経費)

お申し込み
お問合せ先

JALまね斐川地区本部営農部 営農企画課 TEL(0853)73-9615 FAX(0853)73-9074

出雲農業 かけはし事業 未来の懸け橋事業

令和
6年度

申請者募集



◆かけはし事業の支援内容やメニューについて

1. 農産振興事業

集落営農組織や認定農業者など、地域の農業の核となる担い手を支援します。



〈メニューの一例〉

- 集落営農組織推進事業
トラクター、田植機、コンバインの購入費を補助。
- 経営多角化支援事業
水稻育苗及び高収益作物生産のためのハウス建設を補助。
- 水田活用推進事業
水田園芸作物の生産に必要な機械の購入費を補助。 **NEW**

2. 特産振興事業

出雲市が誇る特産品の産地維持・拡大を担うみなさんを支援します。

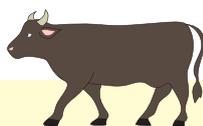


〈メニューの一例〉

- 特産振興施設等整備事業
果樹、野菜などの生産に必要な機械の購入費や施設整備費を補助。
- 産地維持対策事業
ハウスの長寿命化、高度化の施工費等を補助。

3. 畜産振興事業

畜産経営基盤の強化に取り組む畜産農家のみなさんの経営コスト低減等を支援します。



〈メニューの一例〉

- 畜産基盤整備推進事業
飼養環境改善等を目的とした機械整備費を補助。
- 市内産飼料利用定着化促進事業
市内で生産された飼料用米、WCSの購入費を補助。

4. 特認事業

担い手確保支援や、中山間地域の小規模農家を支援します。



〈メニューの一例〉

- 短期雇用支援事業
労働力募集アプリによる短期雇用の必要経費を補助。 **NEW**
- 集落営農組織次世代人材確保応援事業
新たな専従者・雇用者の研修費等を補助。 **NEW**

5. 斐川独自事業 [地域ごとに抱える課題の解決を支援します。]

- 〈一例〉 ●ハウスの維持・修繕に対する支援 ●認定農業者の法人化支援 ●集落営農組織の後継者育成支援
●菜の花、チューリップ振興支援 ●水田均平化作業委託支援事業



◆令和6年度 かけはし事業のスケジュール

申請締切 **令和6年4月19日(金)** 審査会 5月下旬 事業認定 6月上旬予定

※予算の執行状況により、追加募集を行う場合があります。

相談申請先 出雲市役所斐川農業事務所……………Tel 0853-73-9220 Fax 0853-73-9229
JALまね斐川地区本部営農企画課……………Tel 0853-73-9615 Fax 0853-73-9074

**予算枠には限りがあります。
相談・申請はお早めに!!**

※本事業は、出雲市議会での令和6年度予算成立を受けて実施します。 ※その他の事業メニューや要件などの詳細については、上記の市・JAまでお問い合わせください。

自動車整備工場から

TEL 73-9627

！今月の特選中古車情報！

掲載車は令和6年3月4日現在のものです。当日迄に売り切れの場合はご容赦ください。
表示価格は総支払価格です。

全車修復歴なし



SUBARU
サンバーバントランスポーター

- 年 式：平成25年5月
- 走行距離：4.6万キロ
- 4WD MT AC PS キーレス
- 車検整備付

総額 **65.2万円**



HONDA
アクティバンSDX

- 年 式：平成28年11月
- 走行距離：2.4万キロ
- 2WD AT AC PS キーレス
- 車検整備付

総額 **94.1万円**



NISSAN
NV100クリッパーバン DX

- 年 式：平成29年1月
- 走行距離：6.6万キロ
- 4WD AT AC PS ナビ/TV
- 車検整備付

総額 **94万円**



TOYOTA
ルーミーGS

- 年 式：平成30年4月
- 走行距離：3.6万キロ
- 2WD 衝突被害軽減装置
- 車検整備付

総額 **78.6万円**



NISSAN
NT100クリップトラック DX

- 年 式：令和2年9月
- 走行距離：2.1万キロ
- 4WD AT AC PS ナビ ETC
- 車 検：令和6年9月2日

総額 **104万円**



SUZUKI
キャリトラック KC

- 年 式：平成25年11月
- 走行距離：5万キロ
- 4WD MT AC PS ラジオ
- 車検整備付

総額 **84.1万円**



DAIHATSU
ハイゼットトラック スペシャル

- 年 式：平成26年4月
- 走行距離：3.3万キロ
- 2WD AT AC PS 社外ナビ/CD
- 車 検：令和6年5月18日

総額 **73.5万円**



SUZUKI
スズキ セニアカー

- 年 式：令和3年1月
- 点検整備付

総額 **25万円**

▶▶▶▶▶ご不要になった車・バイク・セニアカー買取致します◀◀◀◀◀

金融課から

TEL 73-9609



年金に関するご質問にお答えします
ぜひお越しください!!

JA年金個別相談会



開催日時 / 場所

5月11日(土) 9:00~12:00

斐川地区本部 荘原支店
(出雲市斐川町荘原3828)

- 当日はセミナー形式ではなく個別相談形式で行っております
- ご予約状況によっては、お待ちいただく場合もございます

1. 事前にご予約をさせていただきますと優先してご案内させていただきます
2. ご自宅等への訪問相談も実施しております。当日ご都合のつかない方はご連絡下さい

同時開催



資産運用個別相談会

同会場にて資産運用の相談も承ります。
専門の相談員が資産運用の疑問にお答えします。
ぜひお気軽にお尋ねください。

お問い合わせ・ご予約は、各支店または
金融課 ☎73-9609 まで

相談会は
無料
ですよ!



斐川地区本部人事異動のお知らせ

当JAでは令和6年3月1日付けで、機構の一部変更および定期人事異動を発令いたしました。斐川地区本部については、次のとおりです。

退職【令和6年2月29日付】

氏名	退職事由	旧任
二瀬 稔	依願退職	営農部資材課長
妹尾 香	依願退職	出東支店兼斐川中部支店支店係



人事異動【令和6年3月1日付】

氏名	新任	旧任
伊勢 雅和	統括部長兼企画総務部長兼組織広報課長	統括部長兼企画総務部長兼生活部長兼組織広報課長
玉木 勝義	営農部長兼営農企画課長	営農部長
原 紀行	営農部営農企画課長補佐	営農部営農企画課係長
小村 幹生	営農部営農企画課係長	営農部営農第一課係長
松本 大輔	営農部営農第一課主任	荘原支店兼斐川支店渉外推進課共済渉外係主任
安食 誠	営農部営農第二課係長	営農部営農企画課係長
新宮 教秀	営農部資材課長	営農部営農企画課長
川上 貴史	生活部長	生活部次長
黒田 裕子	企画総務部組織広報課主任	出東支店兼斐川中部支店支店係主任
池田 直紀	斐川統括支店金融課係長兼斐川支店（投信窓販担当）	斐川統括支店金融課係長
仁田 孝志	斐川統括支店ローンセンター係長	出東支店兼斐川中部支店支店係長
神田 伸彦	斐川統括支店共済課長	出東支店兼斐川中部支店支店係長兼渉外推進課長兼金融渉外係長兼共済渉外係長
古志 達郎	斐川統括支店共済課主任	本店共済部共済指導課（LAトレーナー・統括支店駐在）
児玉 明	荘原支店兼斐川支店次長	斐川統括支店共済課長
原 直子	荘原支店兼斐川支店支店係主任	荘原支店兼斐川支店渉外推進課共済渉外係主任
中島 誠	荘原支店兼斐川支店渉外推進課複合渉外係長	荘原支店兼斐川支店渉外推進課金融渉外係長
新田 亜美	荘原支店兼斐川支店渉外推進課複合渉外係	荘原支店兼斐川支店支店係
塩野 泰之	荘原支店兼斐川支店渉外推進課共済渉外係主任	企画総務部総務課主任
大場 康正	伊波野支店兼出西支店支店係長兼渉外推進課長兼金融渉外係長	伊波野支店兼出西支店支店係長兼渉外推進課長
池田 明弘	伊波野支店兼出西支店渉外推進課金融渉外係	伊波野支店兼出西支店渉外推進課共済渉外係
周藤 亮	伊波野支店兼出西支店渉外推進課複合渉外係長	伊波野支店兼出西支店渉外推進課金融渉外係長

氏名	新任	旧任
今岡 健司	伊波野支店兼出西支店渉外推進課複合渉外係主任	本店共済部共済指導課（共済事務インストラクター・統括支店駐在）
陰山 佳世	伊波野支店兼出西支店渉外推進課共済渉外係主任	出東支店兼斐川中部支店渉外推進課共済渉外係主任
飯塚 賢治	出東支店兼斐川中部支店支店係長兼渉外推進課長兼複合渉外係長兼共済渉外係長	荘原支店兼斐川支店次長
川上万里子	出東支店兼斐川中部支店支店係長	斐川統括支店ローンセンター係長
杉谷 美香	出東支店兼斐川中部支店支店係長	伊波野支店兼出西支店渉外推進課共済推進係長
原 琴乃	出東支店兼斐川中部支店支店係	出東支店兼斐川中部支店渉外推進課共済渉外係
福間 綾夏	出東支店兼斐川中部支店渉外推進課複合渉外係主任	出東支店兼斐川中部支店渉外推進課金融渉外係
古川 聡志	出東支店兼斐川中部支店渉外推進課複合渉外係	営農部営農第二課
森山 快	出東支店兼斐川中部支店渉外推進課複合渉外係	出東支店兼斐川中部支店渉外推進課共済渉外係
内田 悠貴	出東支店兼斐川中部支店渉外推進課共済渉外係主任	出東支店兼斐川中部支店渉外推進課共済渉外係
上野真里菜	総務課付	出東支店兼斐川中部支店渉外推進課金融渉外係

本店 人事異動【令和6年3月1日】

氏名	新任	旧任
日野 忠	本店改革推進室	本店経済部経済課
植田 誠	本店信用共済推進支援センター中部センター（信用トレーナー）	本店金融部金融企画課（統括支店駐在）
江角 睦央	本店信用共済推進支援センター中部センター（共済トレーナー）	荘原支店兼斐川支店渉外推進課共済渉外係主任
糸賀 政宏	本店共済部共済事務指導課	伊波野支店兼出西支店渉外推進課共済渉外係

地区本部間 人事異動【令和6年3月1日】

氏名	新任	旧任
星野 淳司	出雲地区本部統括支店渉外推進課長	伊波野支店兼出西支店支店係長補佐
山田 貴幸	伊波野支店兼出西支店支店係長補佐	出雲地区本部南部ブロック佐田支店長代理兼金融課長兼共済課長兼金融係長

斐川地区本部運営委員会 情報

令和6年2月22日開催

報告事項

- (1) 米販売進捗等について
- (2) グリーンセンター実績について
- (3) 貯金・貸出金実績について（令和6年1月）
- (4) 主要実績一覧表（令和6年1月）について
- (5) 斐川地区本部支店運営委員会の設置について
- (6) 斐川地区本部機構及び人員配置等の変更について



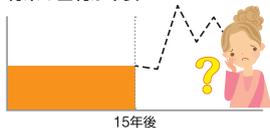
保証料金利組込タイプ版

令和6年3月1日現在

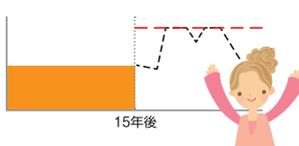


当初特約期間終了後の金利は上限付き!

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%下げられます。
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2.30%

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持った仕組みです。

- 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年からご選択いただけます。
- 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お借入利率となり、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1.60%	年1.60%	年1.60%	年1.60%

【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%



子育て応援宣言 JAI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子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1.50%

15年間
年1.40%

例えば、お借入れから4年後に第3子が誕生
さらに0.1%引下げ
11年間
年1.30%

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%引下げます!

お子様一人につき当初特約期間の金利を年0.1%引下げます。

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JAI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
- ⑦JAI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%引下げます（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。

最大金利引下げ時
当初15年間 年1.30%

※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。



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

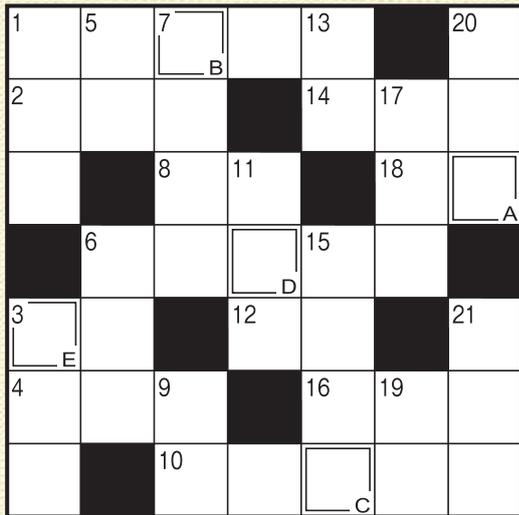
JAIしまね住宅ローン 検索





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

- ① ゴルフプレーヤーがカードに記録します
- ③ 眠いときに出来ます
- ⑤ アマではありません
- ⑥ お花見といえばこの花
- ⑦ テレビやエアコンの操作に使います
- ⑨ お酒は飲めません
- ⑪ みそ汁の具にしてもおいしい二枚貝
- ⑬ ストレスがたまるとこぼしたくなることも
- ⑮ ダブルプレーともいいます
- ⑰ 湯が冷めないよう——ポットに入れた
- ⑲ 当たりかな、外れかな
- ⑳ 山梨県の県庁所在地である市
- ㉑ 馬に乗る人のこと

ヨコのカギ

- ① 冬がウインターなら、春は
- ② 天ぷらやフライに付けられています
- ③ 煮物を作るときにすくうこともあります
- ④ 水中をふわふわと漂う生き物
- ⑥ 平面は2次元、立体は
- ⑧ 桃太郎がきび団子を着けていた場所
- ⑩ 入学式で胸に着けるお母さんもいます
- ⑫ メジロやヒヨドリが吸うもの
- ⑭ 関東——、——裁判所
- ⑯ 漢字で書くと土筆。春の山菜です
- ⑲ オンの反対語

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（J A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
J A 斐川地区本部 組織広報課 行き
（※住所の記載は不要です）
2024年4月5日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「ウシオジル」



俳句の広場

最優秀賞

何時果てる井戸端会議日脚伸ぶ

出雲市 藤江 堯様

優秀賞

老いといふ長き青春寒椿

出雲市 北村 功様

左義長や新婚ふたり披露目あり

出雲市 竹田喜久子様

山眠る石見盆地を抱きしまま

邑南町 山塚 豊子様

佳作

降る雪に孟宗竹の撓みけり

出雲市 森脇 英徳様

猫柳小包の荷に添へてあり

浜田市 小川美砂子様

冬耕や畑に打ち込む日のひかり

浜田市 三沢 孝子様

風光る野良着の似合う君が好き

津和野町 田中とよし様

秋高し真名井の水の水源池

安来市 斎藤美重子様

「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」4月号 定価922円
ご購入はお近くのJAへお問合せください。



J A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）4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、J A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
J A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。

島根をもっと元気にしたい



一緒にJAで働きませんか



JALしまねは「農業振興」「地域振興」「地域貢献」を積極的に展開し、大地の恵みと食文化の尊さを次世代に継承していきます。

「人と自然が共生する、光り輝く未来の創造」



- ◎地域の資源を生かし、希望と活力に満ちた農業を実現します
- ◎地域の文化を守り、心豊かに安心して暮らせる地域社会を創造します
- ◎水と緑と人を育み、豊かな大地と食を次世代に引き継ぎます



「信頼、満足、熱意、みんな一番」

- 『し』…組合員・利用者からの信頼、一番をめざします
- 『ま』…組合員・利用者の満足、一番をめざします
- 『ね』…仕事への熱意、一番をめざします



JALしまね 令和7年4月採用職員募集のご案内

- 募集職種 正職員(総合職)
- 募集区分 本店採用(転居を伴う配置の可能性があります) 地区本部採用(原則転居を伴う配置はありません)
- 応募資格 ①令和7年3月大学院・大学・短大・高専・専修学校卒業見込の方 ②大学院・大学・短大・高専・専修学校を卒業して3年以内の方
- 受付期間 令和6年3月1日(金)～3月29日(金)
- 選考方法 WEB上での筆記試験・適性検査・面接試験
- 応募方法 マイナビ2025よりエントリーのうえ、ご応募ください。

※採用情報など詳しくはJALしまねHP、マイナビ2025または下記までお問い合わせください。

お問い合わせ

〒690-0887島根県松江市殿町19-1
JALしまね人事部人事課 担当：三上・山根・加藤
TEL: 0852-67-7711 FAX: 0852-67-7714
ホームページ <https://ja-shimane.jp>
E-mail jinji_saiyou@ja-shimane.gr.jp



マイナビで
エントリー
受付中



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



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



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



電気分解でできる
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：JAL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。



スペアリブの圧力なべ照り煮



コメント

- ・圧力なべで短時間調理！
- ・圧力なべがない場合は、肉を米のとぎ汁で45分間下茹でして、冷めるまで自然放置。その後野菜と一緒に煮ます。

アレンジ

- ・鶏の手羽元や手羽先でもOK！
- ・じゃがいもを大根に替えたり、ブロッコリーをあすっこやスナップエンドウに替えても楽しめます。

材料（4人分）

- 豚スペアリブ… 700～800g
塩こしょう……………少々
玉ねぎ……………1玉
じゃがいも……………3個
人参……………1本
ブロッコリー……………1/2株
- A
生姜……………ひとかけ
にんにく……………ひとかけ
濃口醤油……………80cc
みりん……………50cc
酒……………50cc
砂糖……………大さじ1

作り方

- ①スペアリブは50℃のお湯に2分間つけて、余分な脂とアクを取る。
- ②水気をふいて、軽く塩こしょうをふり、魚焼きグリルで表面を色よく焼く。
- ③玉ねぎは皮をむいて1cm幅のくし形に切る。
- ④じゃがいもは皮をむいて、大きめに切る。
- ⑤人参は3～4cmの長さの棒状に切る。
- ⑥ブロッコリーは小房に分け、色よくゆでる。
- ⑦生姜、にんにくはすりおろす。
- ⑧圧力なべにAの調味料を入れて混ぜ、焼いたスペアリブ、玉ねぎ、じゃがいも、人参を入れ、蓋をセットして強火にかける。
- ⑨圧がかかってきたら、弱火にして15分加熱し、そのあとは自然放置する。
- ⑩圧が抜けたらふたを開け、器に盛り、ブロッコリーを添える。

材料（4人分）

- 鶏ささみ……………6本
塩こしょう……………少々
片栗粉……………大さじ2
サラダ油……………大さじ2
酒……………大さじ2
- A
マヨネーズ……………大さじ2
ケチャップ……………大さじ2
牛乳……………大さじ1
砂糖……………小さじ1
レモン汁……………小さじ1/2
- キャベツ……………3枚
ミニトマト……………8個
パセリ……………適量

作り方

- ①鶏ささみは筋を取り除き、一口大のそぎ切りにする。
- ②ビニール袋に①のささみと塩こしょうと片栗粉を入れて振り、粉を薄くまぶす。
- ③フライパンにサラダ油を温め、ささみを並べ入れて片面が焼けたら、裏返して酒を入れて蓋をして2分蒸し焼きにする。
- ④ボウルにAを混ぜ合わせ、③を入れて和える。
- ⑤キャベツはせん切りにして皿に盛る。
- ⑥⑤の中央に④を中高く盛り付け、トマトとパセリを添える。

簡単鶏マヨ



アレンジ

- ・鶏むね肉でもパサつきもなく柔らかく仕上がります。
- ・野菜（玉ねぎ、白菜、人参、ピーマン、アスパラガスなど）を炒めて一緒に和えてもおいしいです。
- ・ご飯の上に乗せて、鶏マヨ丼もできます。

コメント

- ・エビマヨに負けない美味しさ！
- ・油で揚げないので片付けも簡単！

健康散歩

JA島根厚生連

巻き爪のセルフケア

爪が内側に巻いている状態のことを「巻き爪」と言います。痛みが起こったり、放置すると皮膚に食い込み炎症が起こる「陥入爪（かんにゅうそう）」になったりすることがあります。巻き爪は正しいセルフケアをすることで予防や改善ができます。



ポイント

1. 歩き方

背すじを伸ばし、つま先が正面を向くようにまっすぐ足を出す。かかとから着地し、重心をかかと→足の外側→小指の付け根→親指の付け根へ移動させ、最後に親指で地面を蹴りだす。

2. 靴の選び方

- ・サイズと形が自分の足に合ったもの。
- ・つま先から靴の中まで1～1.5cm程度の余裕があるもの。
- ・靴ひもやファスナーで足の甲を固定できるもの。

3. 爪の切り方

- ・短く切りすぎない（深爪にすると指に力が加わった際に爪の先の皮膚が盛り上がり、爪がまっすぐ伸びることができず巻いたり厚みが増したりする）。
- ・爪の両端の角を少し残して直角に切る。

セルフケアを行っても痛みが続く場合には皮膚科などの医療機関を受診しましょう。巻き爪の治療を行っていない医療機関もあるため、受診の際には医療機関のホームページなどで巻き爪の治療を行っているか、料金などを確認してから受診すると良いでしょう。治療はワイヤーやクリップなどを用いた矯正治療が中心です。治療後も再発を防ぐためにセルフケアを続けることが重要です。

巻き爪による痛みが原因で転びやすくなったり、歩き方が変化して膝や腰の痛みが悪化したりする恐れがあります。また、高齢の方では寝たきりになることも考えられます。ひどくなる前にセルフケアを行い早めに対策をしましょう。

【編集後記】 暖かい日が増えてきて春の到来を感じるとともに、もう3月!?という驚きが…。さて、昨年3月から広報誌担当となり1年が経ちました。皆さんに楽しんで読んでいただきたいと作成してきましたがいかがでしたでしょうか。今後もより良い広報誌をお届けできるよう取り組んでいきます。よろしくお祈りします◎（古）