

JA しまね ちびより

2025

4

April
Vol.109

Shimane
Biryori



特集

健康のために、全世代で もっとお肉を！



YouTube



Instagram



LINE



Facebook



SNSで旬な情報を
投稿しています



©よい食P



JALしまね いわみ中央地区本部版

しまねの ファーマーズ Shimane farmers

少量多品目で 島内のニーズに合わせる

島根半島の北方、40〜80キロの日本海に浮かぶ隠岐諸島のひとつ、隠岐の島町。農業といえば水稲や畜産が中心で、本格的に野菜を生産する人は少数です。そのため、島内で売られている野菜は島外から



尾見さんのほ場とハウス

おみ かずひさ 尾見 和久さん(52歳)

今月は隠岐地区本部。隠岐の島町伊後向ヶ丘で野菜苗や野菜などの生産に取り組む尾見和久さんにお話を伺いました。

仕入れてきたものが多く、船の運航状況によっては流通が左右されることも。尾見和久さんは島内で求められているものを安定供給しようとニーズに合わせて、少量多品目で野菜や果樹、野菜苗などの生産に取り組んでいます。尾見さんは松江市の農業高校を卒業後、隠岐の島町に戻り土木建設会社で働いていましたが、母親が体調を崩したことや地元のために貢献できることはないかと考え5年ほど前に就農しました。現在は父親の博久さんとともに農業に取り組んでいます。

できる限り農薬を抑えて 安心でおいしい野菜づくりを目指す

できるだけ農薬を使う回数を減らした生産を意識



白ネギを収穫する尾見さん。軟白部分を伸ばす方法を試行錯誤しているそう

しているという尾見さん。農薬を基準内で有効的に使いつつ、シユンギクを混植して害虫被害を防ぐなどコンパニオンプランツの力も借りています。この他にも太陽の熱を利用し、地温を温めて土の中の害虫や病原菌、雑草を抑える太陽熱消毒を行っています。土壌消毒をするようになったのはこんな経験が。タマネギ苗を育てる際に立ち枯れ病や発芽不良に悩んでいた際に、一度試してみたところ5割程度だった発芽率が8〜9割に改善したのだそう。それからは太陽熱消毒で土の状態をリセットするように。尾見さんは「特にキュウリなんかは根こぶ病になってしまったりと回復することなく収量が落ちてしまう。一度、土をリセットすることで次に何か起きたときに対応に悩まずに済むんです」と話します。



伐採した木で作った炭を重機で移動させる尾見さん。炭は土壌に混ぜて病虫害避けや土の保湿に役立っています



加工品づくりも隠岐の島町産で



そば工房おみ。現在、店舗では事前予約制で隠岐そばを提供しています

尾見さんの畑の近くには

「そば工房おみ」の看板を掲げた建物があります。これは父親の博久さんが30年前に農業を行いながら立ち上げた郷土料理「隠岐そば」を提供する店舗兼加工場。「そば工房おみ」では、とにかく島のもので作ることにこだわり、尾見さんが種まきから収穫まで行ったソバと島内で生産されたソバを使い、隠岐の島町産100パーセントの蕎麦を製造。そのほとんどが島内で消費され、昨年末は約7000食分を作り多くの

人のお腹を満たしました。

また、昨年には加工場を整備して漬物の営業許可を取得し、漬物製造にも取り組んでいます。付加価値が付くことで単価があがった他にも良いことが。これまでは、形の悪い野菜などは販売に向かないため、やむを得ず廃棄していましたが、漬物用として活用できるようになりました。「見た目が悪くても漬物にすれば気にならなくなりません。そのため廃棄する野菜がかなり少なくなりましたね」と尾見さんは話します。



今季最後のダイコンの酢漬けを仕込み中

「考えること」が忙しい毎日の息抜きに

年間を通して約70〜80種の野菜などを生産する尾見さんは、息をつく暇もないほど次から次へと作業に追われ休みのない日々を過ごしています。収穫や剪定などの作業で腱鞘炎になったこと



使いやすいように改良した荷台

も。そんななか、農機を修理したり野菜のコンテナを積みやすいように配達用の車の荷室を改良したりなど考えて手を動かすことが良い息抜きになっていくそう。尾見さんは「結局作業になってしまいますが、一番楽しみと言えれば楽しみ。試行錯誤しながら次どうしようかなと考えるのが好きなんです」と笑みをこぼします。

島で作った新鮮な農産物を島の人たちに届けていく

たくさん野菜などを島内に流通させているなかでも、やはり普段使うことの多いトマトやキュウリ、ナス、タマネギなどの品目の需要が高いそう。島の中で求められているものを安定して供給できるように取り組む尾見さんの目標は地産地消。「ブランド化して島内から本土などへ出すのもひとつの考えですが、やっぱり原点は地産地消。島で作ったものを島

の人たちで消費してもらい、中間コストのかららない新鮮なものをお届けしていくのが一番の目標」と意気込みます。さらに、品種・品目を増やしていくことを視野にいられている尾見さん。今年は収穫物が減る10月後半から12月にかけて収穫シーズンを迎えるキウイを商品として販売していけるよう、樹を這わす棚づくりなどに挑戦しています。尾見さんは「トウモロコシや追熟のいらぬサツマイモなど品種・品目を増やしていきたいですが年間の栽培計画のバランスを考えないといけない。これは今後の課題でもあります」と話します。

現在、隠岐の島町では関係機関が連携し、町内産の野菜を生産する新規就農者の募集に力を入れています。尾見さんの取り組みが、これから野菜生産を目指す人たちの道しるべになっていくことでしょう。取り組みが広がり、町内産の農産物であふれるのもそう遠くない未来かもしれません。



尾見さんが育てる農産物

尾見さんが栽培する野菜や漬物は、島内のスーパー「サンテラス」や港近くの直売所「あんき市」で販売されています。普段使いする野菜も人気ですが、中でも好評なのは8月頃に出荷するメロン。品種は「タカミメロン」で網の張りが良く糖度も高いのだそう！要チェックですね😊🌟



プチっと情報!



健康長寿の道は お肉から!

厚生労働省の調査によると、70歳以上の5人に1人が「新型栄養失調」だそうです。これは加齢とともに栄養素の利用効率が悪くなるのに加え、食欲が衰えて動物性食品の摂取量が減ることも大きな要因。動物性タンパク質には体の機能を整える上で重要な、免疫力を高める「血清アルブミン」の材料が多く含まれていますから、摂取量が少ないとさまざまな病気のリスクが高まってしまいます。

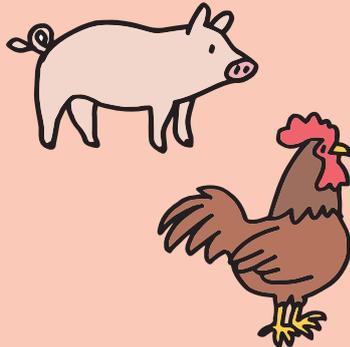
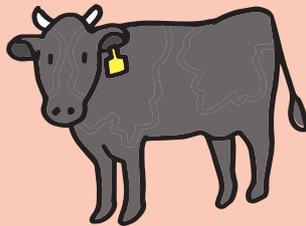


1日に100g前後を 目安に食べましょう

「日本人の食事摂取基準(2020年)」(厚生労働省)によると、1日当たりのタンパク質摂取目安量は体重1kg当たり0.8g。体重50kgの人なら1日当たり40gが目安です。シニアの方の場合は利用効率が低下しているため、60gから70gは必要と考えましょう。

肉に含まれるタンパク質は、その重量の5分の1程度ですから、100gの肉で取れるのは20g程度。私たちは肉以外のさまざまな食品からもタンパク質を摂取しています。卵や乳製品、大豆製品はもちろん、米にも多く含まれていますから、トータルで1日の摂取目安量をカバーできれば大丈夫です。100gの肉と100gの魚を、3食のどこかで食べるようにして、さらに牛乳や卵などで補うよう心がけましょう。

健康のために、 全世代で もっとお肉を!



必須アミノ酸を バランス良く 摂取できる

よく「良質なタンパク質を取りましょう」と言われますが、「良質」とはアミノ酸バランスが整っていることをいいます。肉に含まれる20種類のアミノ酸のうち9種類は人間が体内で作ることができない「必須アミノ酸」。大豆のタンパク質も良質ですが、必須アミノ酸のバランスという面では、動物性タンパク質の肉の方が優れています。

育ち盛りの子どもに 効率良く栄養補給

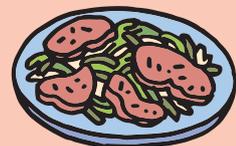
タンパク質は体をつくる基本的な栄養素であり、全世代で不足しないように取りたい栄養素です。1食分で比較すると牛肉200gに含まれるタンパク質が約60gなのに対し、アジ1匹(約170g)だと15g程度。肉の方が効率的にタンパク質を摂取できます。ただし、魚には動脈硬化を防ぐDHA(ドコサヘキサエン酸)やEPA(エイコサペンタエン酸)などが含まれていますので、肉と魚を1:1くらいで食べるのがいいでしょう。

若い女性の 貧血対策にも!

ビタミンB1は糖質をエネルギーに変換するのに必要で、不足するとエネルギーをうまく作り出せず疲れやすくなります。このビタミンB1が特に豊富なのが豚肉。肉には貧血予防に効果的な鉄分も豊富に含まれており、しかも、植物性の鉄分(非ヘム鉄)よりも吸収率が高いため、効率良く鉄分を補給できます。

うつ病や 認知症を予防

「幸せホルモン」として知られるセロトニンの分泌が減少すると、うつ病になりやすいといわれています。セロトニンの原料になるのは、肉に多く含まれている必須アミノ酸の1つトリプトファンです。他にも肉に含まれるアラキドン酸という栄養素には脳の神経細胞の生成を促す働きがあり、認知症改善の可能性を持つと注目されています。アラキドン酸は、特に豚レバーに多く含まれています。



現場の声を
もっと聞きたー

JAしまねの石川寿樹組合長ら本店常勤理事は、JA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JA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。

巡回の様子を収めた
動画はコチラから



組合長が行く！



今回の
訪問先

- 新田良次さん・良作さん
- 農事組合法人鹿子原、● 服部信彦さん・眞典さん



良次さん（前列右から2番目）、良作さん（前列右）と日高専務（左）ら

この地域では美味しい米ができる。今後は肥料成分なども考えて、コンクールに出せるような米を作りたい。



良次さん

新田良次さん・良作さん

新田良次さんは、県外の大学を卒業後、島根県ふるさと財団の研修制度を活用し邑南町にUターン。父親の良作さんと有機米を生産し、昨年からは事業承継を進めています。良次さんと良作さんとは、地域で農業の仲間を増やそうと研修生の受け入れを検討していることや関東圏での有機米需要、中山間地で作られた米の価格の在り方などについて意見交換しました。良次さんは「米は日本の主食であり農地を守る面で一番向いている作物だが、大きな投資がある」と話し、これから米作りを目指す人材に向けた支援策を要望しました。

農事組合法人鹿子原



同法人の池本組合長（左から2番目）らと活発に意見を交わしました

農事組合法人鹿子原は、地域の農地保全のため平成27年6月に前身の営農組合を法人化し誕生。現在は、管内のブランド米「石見高原ハーブ米」や県オリジナルブドウ「神紅」の生産の他、水稻の作業受託をしています。鹿子原集落全戸で構成する同法人は、県無形民俗文化財に指定される「鹿子原の虫送り踊り」の継承や休日の草刈り作業などを通して地域の若い世代とも交流し結束力を強めています。同法人の池本義雄組合長と日野原利郎さん、森上寿さん、秋田弘昌さんとは、人手不足の課題や備蓄米放出の影響、今後の米価動向などについて意見を交わしました。

服部信彦さん・眞典さん



育苗ハウスで信彦さん（左）と眞典さん（左から3番目）、日高専務（左から4番目）ら

まずは技術承継や慣れることからだが、5年以内に法人化するのが夢。大きい会社になりたい。



眞典さん

服部信彦さんと息子の眞典さんは、JAやホームセンター向けの野菜苗を中心に生産する他、JA広域育苗施設の管理も請け負っています。今年4月には3月に邑南町の農業研修制度を修了した眞典さんへ事業承継する予定です。信彦さんと眞典さんには、Uターンし農業を継いだ経緯や野菜苗生産の魅力、人気の高い野菜苗などについてお話しいただきました。信彦さんは「子ども自らが野菜を育て収穫する喜びを感じるきっかけ作りとして、関係機関と連携しながら『食農教育』に力を入れてほしい」と要望しました。

3月4日に行った今回の訪問について、石川寿樹組合長は諸般の都合により欠席いたしました。このため、今月の「組合長が行く」に組合長の一言を掲載できませんこととお詫び申し上げます。



令和6年度水稲生産者決起集会を開催



島根県と島根県農業振興協会、JAしまねは2月28日、「異常気象に負けない良質米生産・収量向上を目指して」をテーマに令和6年度水稲生産者決起集会を開きました。出雲市の当JA営農経済本店をメイン会場に、県内10会場とウェブでつなぎ生産者や県、JAの担当者ら約320人が参加しました。

基調講演では、月刊食糧ジャーナルの鶴田裕編集部長が今後の米動向や価格への消費者理解、産地戦略について説明。島根県農業技術センターは、令和6年産米の栽培状況を踏まえた健苗育苗やイネカメムシ対策など栽培の7つのポイント、土づくりなどについて情報提供しました。

その後、株式会社わなかの生越大地代表取締役が大会宣言を読み上げ、良いお米の安定生産・安定供給に向け意識統一を図りました。

また、「第63回島根米品評会」と「令和6年産島根県飼料用米多収コンテスト」の表彰式を行いました。



令和6年産島根県飼料用米多収コンテスト

- ◆**島根県知事賞**
農事組合法人高松西部営農組合（出雲・653kg/10a）
- ◆**島根県農業協同組合代表理事組合長賞**
南高松営農組合（出雲・641kg/10a）
- ◆**島根県養鶏協会会長賞**
株式会社わなか（石見銀山・632kg/10a）



大会宣言をする株式会社わなかの生越代表取締役



第63回島根米品評会【島根米総合】

- ◆**農林水産大臣賞**
梅木達也（雲南・コシヒカリ）
- ◆**全国米麦改良協会会長賞**
農事組合法人中丁（雲南・ヒメノモチ）
- ◆**全農会長賞**
藤原昌弘（雲南・改良雄町）



第43回シマネセントラルショーを開催



県内の酪農家で組織するシマネ・ホルスタイン・クラブは3月22日、松江市の島根中央家畜市場でホルスタイン種牛の共進会「第43回シマネセントラルショー」を開きました。未經産部門と経産部門のグランドチャンピオンから選ばれる総合グランドチャンピオンには経産部門グランドチャンピオンの簸川地方乳牛改良研究会の河村保志さんの「リバービレッツ サイドキツク プリティー」が、未經産部門のグランドチャンピオンには同研究会の和田健敏さんの「M」B サイドキツク フレーク」が選ばれました。

月齢や産次に応じて6部に分けられ、県内から20頭が出品。乳用牛らしい体型、乳房の発達具合やバランス、肋の張りなどをポイントに審査しました。

審査員を務めた一般社団法人家畜改良事業団岡山種雄牛センターの栗田篤次長は「首、肩の移行や肋の方向性が優れており、乳用性にあふれるチャンピオンにふさわしい牛だった」と講評。河村さんの息子の博文さんは「繋ぎ飼いで個体管理し、共進会に出す牛にはプラスでエサの量を細かく調整して体づくりをした。自信をもって出せる牛が出せたのでうれしい」と話しました。

同クラブの福間聖治会長は「今年10月には北海道で第16回全日本ホルスタイン共進会が開かれ、県内酪農家をはじめ出雲農林高校も出品する予定だ。本日の共進会やさまざまな交流の場を通じて全日本ホルスタイン共進会への機運を高めていきたい」と話しました。



総合グランドチャンピオンに輝いた「リバービレッツ サイドキツク プリティー」と河村博文さん（右）

各部の首席は次のとおり。

- 未經産部門**
 - カーフの部 = 和田健敏（簸川地方乳牛改良研究会）
 - 第1部 = 和田健敏（〃）
 - 第2部 = 島根県畜産技術センター（島根県）
 - 第3部 = 河村保志（簸川地方乳牛改良研究会）
- 経産部門**
 - 第4部 = 河村保志（〃）
 - 第5部 = 河村保志（〃）

昨年10月に鳥インフルエンザが発生した有限会社旭養鶏舎は3月21日、当JAの石川寿樹組合長を訪れ、たまごの生産を再開したことを報告しました。

同社では鳥インフルエンザ発生を受けて約40万羽を殺処分。その後、鶏舎の洗浄・消毒を繰り返し行い、県や家畜保健所による検査、2月下旬のPCR検査を経てウイルスの完全消滅を確認したことで再開に踏み切りました。3月6日に若雌鶏2万羽、12日に初生雛4万羽を導入し、来年3月には以前よりも約5万羽多い45万羽を飼養する計画です。

また、衛生管理強化のため鶏舎の施設を改修し「二度と発生させない」という強い意識で生産にあたっています。

同社の竹下正幸会長は「鶏の殺処分に対する思い、消費者に対する感謝の気持ちを胸に役員・従業員の全員が早期再開に向け今日まで頑張ってきた。1日でも早く消費者の皆さんにたまごをお届けすることが私たちの使命だ」と言葉に力を込めました。



産み始めたばかりのたまごを石川組合長に手渡す竹下会長（左）

なお、JAグループ島根は2月下旬、これまで安心・安全な島根県産たまごを消費者に届け続けてきた同社を応援しようと役職員らで募った激励金250万円を贈りました。

オレンジワイン第2弾 「橙雲 甲州 オランジュ」販売始まる！

株式会社島根ワイナリーは3月3日、オレンジワイン第2弾となる新商品「橙雲 甲州 オランジュ」を発売しました。

オレンジワインは白ワインのスッキリした味わいと赤ワインの渋みを持ち合わせ、どんな料理とも相性が良いのが特徴。同社は2年前に初となるオレンジワイン「出雲デラウェア オランジュ」を発売。アジア最大のワインコンクール「サクラアワード2025」で金賞を受賞するなど高い評価を受けています。

第2弾の「橙雲 甲州 オランジュ」は、県内で生産量の多い益田市産ブドウ「甲州」を100%使用し、赤ワインと同じ製法で醸造。フルーティーな香りとスッキリした甘みの爽やかな口当たりが楽しめるワインに仕上がりました。

同社製造課の倉橋直樹課長は「和食や肉料理とも相性が良いのでぜひ食事に合わせて味わっていただきたい」とPRしました。



新商品「橙雲 甲州 オランジュ」をPRする倉橋課長

令和6年産島根米求評懇談会を開催

JAしまねは2月27日、出雲市のラピタウェディングパレスで令和6年産島根米求評懇談会を開きました。関東から九州地区の主要取引先卸18社や島根県、JAなどから約60人が参加。取引先による令和6年産島根米の評価や令和7年産米の販売に向けた意見交換を行いました。

JA全農米穀部から全国の令和6年産米穀情勢について説明があった後、当JAから令和6年産島根米の生産・集荷状況や令和7年産に向け品種別作付目標、集荷対策、消費拡大対策などについて報告しました。

意見交換では、取引先卸から「集荷率を高め、希望数量をしっかりと出してほしい」「島根米は品質が安定しており高評価を得ている」「集荷率向上に向けできることがあれば協力したい」など意見・要望がありました。また、米を安定的に確保するため複数年契約の提案もありました。

当JAの日高光弘専務は「集荷率を向上させるため取引先卸の皆さんと一体となって取り組んでいきたい」と呼びかけました。



主催者を代表しあいさつする日高専務



（想いをひとつに🍀しまねの女性部！）



隠岐どうぜん女性部

JA女性組織3か年計画
「JA女性 想いをひとつに かなえよう🍀」

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。

つながろう🍀

仲間と・地域と・他組織と・次代と



良い地域づくりに貢献していきたいと考える、
今後は新たな活動にも積極的に挑戦し、地域の活性化に努めて
いきます！



JAしまね隠岐どうぜん女性部は、現在62人で活動しています。また、海士町連合婦人会の会員としても活動に取り組んでいます。
主な活動は、母の日の集い、産業文化祭でのお弁当の販売、海岸美化運動、健康教室、エコクッキングなどです。
これからも地域に広く目を向け、自分たちに出るることから楽しい活動を目指し頑張っていきたいと思えます。さらに、地域の方々の交流を大切にし、助け合いの輪を広げながらより



一 所 懸 命 青 年 連 盟



島根県農協青年組織協議会

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

くろだ しん
委員 黒田 慎さん



島根県農協青年組織協議会委員の黒田慎さん（36）は、地元の高校（普通科）を卒業後、他県で農業とは全く違う職業に就いていました。就農するにいたったのは、父親と一緒に農業をしていた叔父さんが亡くなり、父親から一緒に農業をしないかと誘われたことがきっかけでした。
平成27年に就農し今年で9年目、有限会社黒田農場では斐川町直江を中心に耕作面積約70haで米・麦・大豆などを栽培しています。ドローンやトラクター・田植機に取り付けできる自動操舵を積極的に導入し、正確性や効率性に努めています。
農青連には、就農後すぐに地元のJA職員から誘われて加入。黒田さんは「農青連の活動や交流を通じて、スマート農業の技術や情報を発信・共有し、島根の農業を盛り上げていきたい」と熱く語りました。



連作障害に注意

インゲンは中南米原産のつる性の野菜で、日本には17世紀に隠元禅師によって伝えられました。ベータカロテン、カリウム、ビタミンB群が豊富で、食物繊維もバランス良く含んでいます。比較的冷涼な気候を好み、生育適温は15～25度で、30度以上の高温と10度以下で生育が阻害されます。

【品種】

つるあり種とつるなし種があり、つるあり種は「いちず」（カネコ種苗）、「ケンタッキーワンダー」（各社）など、つるなし種は「ベストクロープキセラ」（雪印種苗）、「サクサク王子」（サカタのタネ）などがあります。

【畑の準備】

連作障害が出やすい野菜のため、1度栽培した後は同じ畑で3、4年間、他の野菜を作ります。種まき（植え付け）2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gをまいて耕しておきます。その後、つるあり種は畝幅120cm、つるなし種は90cmとし、施肥は1平方m当たり化成肥料（NPK各成分10%程度）200g、堆肥2kgを施用し、黒マルチを張ります（図1、2）。

【種まき】

つるあり種では条間60cm、株間40cm、つるなし種では条間45cm、株間30cmとし、3、4粒まいて本葉2、3枚で間引いて2本にします。発芽の頃の鳥害を避けるためにも不織布のべたがけをします。なお、育苗してから植え付けることもできます。この場合、9cmポリポットに4、5粒まいて初生葉（図3）が開いた頃に2本に間引き、本葉1、2枚のときに植え付けます。

【誘引】

つるあり種では支柱やネットを使ってお互いが絡み合わないようつるを誘引します（図4）。親づるは支柱の高さに届いたら摘心し、子づるは混み具合を見て摘心します。つるなし種では1m程度の棒を立てて倒伏を防ぎます。

【追肥】

草丈20cmの頃にマルチをめくって1平方m当たり化成肥料50gを施用し、株元に土寄せします。つるあり種では収穫始めにさらに同様に追肥をします。畑が乾燥すると花落ちや変形したさやが増えるため、灌水（かんすい）を行います。

【病害虫の防除】

つるなし種では防虫ネットでトンネル被覆をして害虫を回避します。葉縁が巻いたように縮む症状はアブラムシによる被害、葉の葉緑素が抜けて白くなる症状はハダニの被害なので、マラソン乳剤などの登録農薬で防除します。

【収穫】

開花後10～15日くらいで、子実の膨らみが目立たないうちの若いさを気温の低い朝に収穫します。

栽培カレンダー（サヤインゲン）

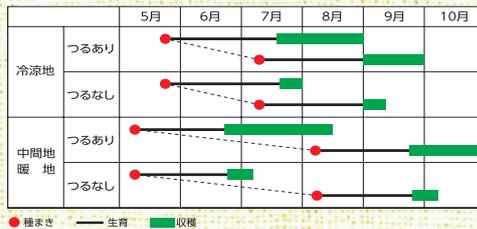


図1 畑の準備

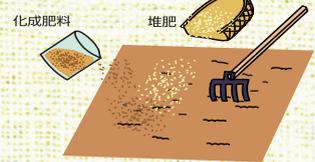


図2 畑の準備2

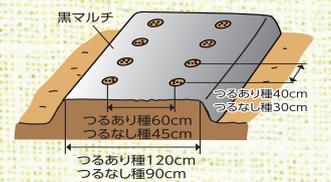


図3 葉の名称

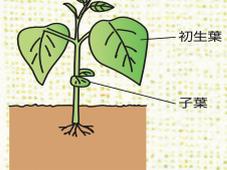
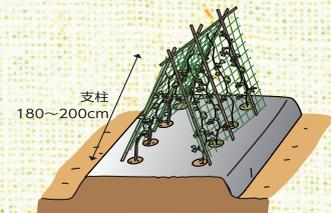


図4 支柱立て（つるあり種）



4月よりJAしまねホームページにて
「ベランダでも育てられる みんなのコンテナ栽培」の連載
を開始いたします。ぜひご覧ください。今月は「葉ネギ（小ネギ）」!



理事会情報（2月28日開催）

- ① 東・中部米集約倉庫の建設について
- ② 令和6年度広域玉葱調製保管施設運営における収支見込み及び農業振興支援事業の予算枠超過の対応について
- ③ 自動車燃料事業会社化の今後の対応について
- ④ 信用事業方法書（為替取引）の一部改正について
- ⑤ 令和6年度末決算見込（第2次）について
- ⑥ 職制規程の一部改正について
- ⑦ 斐川地区本部 斐川西支店（仮称）の新設について
- ⑧ 大口貸出について
- ⑨ 組合と理事との取引（契約）の承認について（都度承認分）
- ⑩ 令和7年度における各種限度額について
- ⑪ 行方不明組合員等の脱退手続きに係る組合員資格の確認について
- ⑫ 令和7年度新規職員の採用方針について
- ⑬ 令和7年度内部監査計画について

理事会情報（3月28日開催）

- ① 令和7年度県域品目販売手数料の設定について
- ② 令和7年度「JAしまね農業振興支援事業要項・要領」について
- ③ 令和7年度補助事業の実施について
- ④ 令和5年度飼料用米の最終精算について
- ⑤ 令和7年度以降 島根米契約栽培取引への取組について
- ⑥ 島根米需要拡大事業の生産者拠出方法の変更について
- ⑦ 酪農家に対する「JAしまね独自支援」の継続について
- ⑧ 余裕金運用にかかる基本方針および令和7年度の年次運用方針について
- ⑨ 令和7年7月12日付 機構改革の実施について
- ⑩ 第4次中期経営計画および令和7年度事業計画について
- ⑪ バーゼルⅢ最終化に伴う自己資本比率算出要領の改正について
- ⑫ 子会社等に関する各種協議・報告について
- ⑬ 令和7年度固定資産取得・処分計画について
- ⑭ 組合と理事との取引（契約）の承認について（都度承認分）
- ⑮ 令和7年度コンプライアンス・プログラムの設定について
- ⑯ 出資口数の減少（減口）の承認について
- ⑰ 行方不明組合員等の脱退手続きに係る組合員資格の確認について
- ⑱ 常勤理事の他の団体理事等への就任について
- ⑲ 令和7年度「JAしまね地域貢献活動」について
- ⑳ 令和7年度「JAしまね「家の光三誌」および「日本農業新聞」普及方針について
- ㉑ 育児・介護休業法の改正に伴う関連規程の一部改正について

農事組合法人川平みどりが株式会社化へ

江津市川平町にある農事組合法人川平みどり（代表 天野明）は、2月23日パレットごうつにおいて第19回通常総会を開催し、埼玉県加須市の中森農産に経営を引き継ぎ株式会社化を決定しました。

川平みどりは、組合員約30人で、従業員3人を雇い水稲・大豆など25haを栽培しており、近年では、高齢化が進み後継者不足による経営継続が問題となっていました。

総会には当地区本部より佐々木豊本部長と坂井文幸営農経済部長が出席し、来賓あいさつで本部長は「昭和60年ころから皆様方とは農業振興等でご一緒させていただき、農事組合法人設立には準備段階からかわらせていただきました。本



第19回 農事組合法人川平みどり 通常総会

日、また新たな組織へと進まれることになり感慨深いものがあります。地域の農地を守り元気な組織であり続けるよう、新たな組織の中でJAとしてどの様なことが求められるのか連携を取り組みました」と述べました。

浜田市立弥栄中学校でJAの魅力アピール

2月18日、浜田市立弥栄中学校においてジョブカフェしまね主催の浜田市内の企業説明会が開催され、いわみ中央地区本部が参加しました。

当日は、当地区本部より



坂井文幸営農経済部長と入組4年目の下谷佳大農産課職員、石本達也総務課課長補佐が人事担当として参加し、営農経済・金融・共済部門それぞれの業務について説明し、生徒たちは熱心に耳を傾け、仕事のやりがいなどの質問がありました。坂井部長は生徒たちに「これから高校、大学などに進学し県外に行ったとしても、いつかは島根に帰って、一緒に地元を盛り上げてほしい」と熱い思いを伝えました。

参加した生徒は「JAについて今まで以上に関心を持てた」「浜田市にはいろいろな作物があることが分かった」など感想を話していました。

地域貢献活動

おさいふカード失効ポイントによる寄付贈呈

JAしまねでは、令和6年度失効ポイントの一部を活用し、子育て支援組織を中心に寄附などによる支援に取組んでいます。

当地区本部管内では、以下の4団体へ寄附金の贈呈を行いました。

プルタブ回収運動による寄付金贈呈

当地区本部では、いわみ中央女性部と共に取り組んだプルタブ回収運動を、令和6年9月末で終了いたしました。プルタブの買取金を活用し寄附金の贈呈を行いました。



浜田市社会福祉協議会



江津市社会福祉協議会



浜田市社会福祉協議会



江津市社会福祉協議会



日本赤十字社 島根県支部



公益財団法人
ヘルスサイエンスセンター 島根

サバ缶を使った料理教室 ～上府女性部



肉と白菜のあんかけ中華丼」「サバの味噌煮缶入り春巻き」など5品を作りました。「サバ缶は骨まで食べられるからいいわ」「コールスローサラダは白菜でもできるのね」と大好評！指導にあたった長野先生より「高齢になると寒い時期は特に新鮮な魚を買いに行くのは難しくなります。買い置きができ、手軽に使える缶詰や加工品を上手に料理に取り入れてください」とアドバイスがありました。



浜田女性部上府支部（平木幸子支部長）は2月15日、上府三宅集会所で料理教室を開催し、19名が参加しました。講師に管理栄養士の長野操子先生をお迎えし、旬の白菜やサバ缶を使った「豚

いわみ中央地区本部

エコな手芸教室 ～周布地早乙女サロン



エコな手芸をして
みられませんか？

ました。どちらもとても可愛らしい作品で、ブローチやキーホルダー、動く小物として完成しました。みなさんもぜひ

三隅町の女性部ミニグループ「周布地早乙女サロン」は、1月19日、2月15日の両日周布地集会所で「エコキャップ帽子」と「プルタブのヘビ」の手芸教室を開催しました。いわみ中央女性部は、地域貢献活動としてのエコキャップ・プルタブの回収運動を昨年9月末で終了しました。周布地早乙女サロンも長年この活動に賛同し取り組んできましたが、回収終了を受け有効利用として、小物づくりに挑戦しました。会員の竹下千代子さんが講師となり、エコキャップは麻ひもを巻いた麦わら帽子に、プルタブはフェルトで編んで干支のヘビに変身させ

三隅町の女性部ミニグループ「周布地早乙女サロン」は、1月19日、2月15日の両日周布地集会所で「エコキャップ帽子」と「プルタブのヘビ」の手芸教室を開催しました。いわみ中央女性部は、地域貢献活動としてのエコキャップ・プルタブの回収運動を昨年9月末で終了しました。周布地早乙女サロンも長年この活動に賛同し取り組んできましたが、回収終了を受け有効利用として、小物づくりに挑戦しました。会員の竹下千代子さんが講師となり、エコキャップは麻ひもを巻いた麦わら帽子に、プルタブはフェルトで編んで干支のヘビに変身させ



JA女子大学キャンパスレポート 8期生3月講座「椎茸駒菌植え体験」

JA女子大学8期生は3月13日、第6回講義「椎茸駒菌植え教室」を開催し、13名が参加しました。

営農経済部農産課の小田良平職員が講師となり、椎茸栽培には「原木」「菌床」の2種類があることや、それぞれの栽培方法の特徴について説明しました。その後電動ドリルでクヌギの原木に穴を開け、種駒と呼ばれる椎茸の菌が入った駒菌をかなづちで打ち込む作業を体験しました。初めは使い慣れない電動ドリルに戸惑った様子でしたが、慣れてくるとテンポ良く電動ドリルの音もリズムカルに作業を進めていました。



原木椎茸の栽培ポイントは、「雨が良く当たり風通しが良く、直射日光が当たらない場所選びが大事」とアドバイスを受け、「生えてくるのに2年もかかるんですね。びっくり!」「たくさん採れるよう愛情を注いで育てたい」と感想を話していました。植菌したほど木は一人2本ずつ自宅に持ち帰り栽培します。2年後の収穫がとても待ち遠しいですね。



多くのご意見をいただきました

令和6年度冬期 JA座談会を開催しました

令和7年1月29日から2月25日にかけて、管内30会場でJA座談会を開催しました。

JAしまねでは、令和6年度の事業計画において「地区本部制を含む運営体制について重点項目として現状のあり方の検討・協議を進める」としており、新たな運営体制の方向性について現時点での検討内容をご報告しました。

皆様からいただきましたご意見・ご要望はJA内で共有し、今後のJA運動に活かしてまいります。参加いただきました皆様、誠にありがとうございました。

主な質問・意見と回答

◎米価格高騰について

質問…毎日のように米価格の高騰が報道されるが、米消費の維持拡大が大切である。今まで以上に国消国産、米の消費拡大に取り組んでほしい。

回答…米の価格が高騰しており、一部では投機的な動きがあることも認識しています。JAとして国消国産、米の消費拡大に全力で取り組みます。

◎米の適正価格について

質問…生産者の立場からすると現在の価格でも適正価格とは思えない。もっとJAとして発信しても良いのではないか。

回答…新聞報道もされているとおり、現在の価格はやっと再生産が可能な価格になったという認識です。消費者の皆様にも価格に対するご理解と適正価格でのお取引をお願いしてまいります。

◎指導体制について

質問…営農経済渉外員等の異動サイクルが早い。異動サイクルを長くできないか。

回答…現在のルールでは最長5年で人事異動としていますが、特定の分野では高度な知識や経験が求められます。人事異動サイクルについてしっかりと検討を行います。

◎管内生産農家について

質問…いわみ中央地区本部管内の生産農家数はどのくらいか。

回答…水稻生産農家数は約1,000軒、産直会員は700軒のうち出荷生産者は500軒程度です。

◎燃料価格の統一について

質問…自動車燃料事業の県域一体化に向けた検討のなかで、ガソリン価格は県内統一価格の設定が出来ないか。

回答…統一価格の設定を行いたいところですが運送費等課題もあります。自動車燃料事業の一体運営の中で継続して協議します。

◎Aコープの運営について

質問…Aコープやさかは地域に必要なライフライン店舗である。今後も存続してほしいが店舗が無くなると心配している。

回答…現時点で閉店の予定はありません。今後も維持できるように、地域の皆様には今後とも利用をよろしくお願ひします。

◎農機具の修理について

質問…農機具の修理について、浜田サービスセンターでは農機の修理を行わないのか。

回答…浜田サービスセンターに持ち込まれた修理機は、いわみ中央営業所（金城）に持ち帰り修理整備後納品します。ご不便をおかけしますが何卒宜しくお願ひします。

◎ジュンテンドーとの連携について

質問…ジュンテンドーとおさいふカードの連携について、県外のジュンテンドーを利用してポイントが付与されるのか。

回答…隣接県の広島県・山口県・鳥取県のすべてのジュンテンドー店舗と連携を開始しており、ポイントが付与されますので便利にご利用ください。

◎新たな運営体制の検討について

質問…事業本部制で営農指導体制はどのようになるのか。畜産担当者は配置するのか。

回答…これまでと同様に地区本部へ営農部門を設置し、地域の特性・実情に即した農業を振興します。

質問…新たな運営体制の検討で事務効率化をすすめるべきだ。例えば、購買代金明細通知書は毎月発行しなくても良いのではないか。

回答…現在、購買代金明細通知書の発行にかかる事務は地区本部ごとに取り扱いが異なります。ＪＡしまねにおける事務統一や効率化について協議を進めます。

質問…新たな運営体制を検討するのは良いが、要員は減らさずに対応してほしい。

回答…運営体制を見直すことにより、地区本部の管理部門の要員を組合員の利用拠点と本店に分配する構想です。支店・あぐり店等の事業拠点は存置し、必要な要員を再配置します。

質問…新たな運営体制の検討で支店・あぐり店等の店舗再編は行わないか。

回答…新たな運営体制の導入を理由とした支店・あぐり店等の店舗再編は行いません。

質問…地区本部は残すということだが、地区本部の役割はどのようになるのか。また、組合員の意見はどのように反映していくのか。

回答…地区本部は地域内の調整、組合員の意思反

映・地域農業振興、行政対応(連携)を担います。座談会等でいただくご意見は本店と連携しながら地区本部運営に反映します。

質問…事業本部制で本店へ機能が集約されると、支店で取り扱う信用・共済といった事業はどうなるのか。

回答…組合員利用者の皆様との接点である支店業務(信用・共済など)は今まで通り変更ありません。

質問…管理部門集約により、職員の採用はどのようになるのか。

回答…職員の採用は本店で一括行うことになりま

質問…令和10年度の事業本部制完全移行に向けて検討中としているが、今後も検討内容や進捗状況は都度説明してほしい。

回答…細かな内容は、今後事業部門別ワーキンググループで検討を重ねることになります。検討内容や進捗状況は運営委員会、座談会等でお伝えします。

質問…本店に機能を集中したことで、地域に根ざしたＪＡの有能な人材が他に流出しないよう、人事異動は特に配慮してほしい。

回答…課題であった賃金格差をこのたび統一します。有能な人材が流出しないよう、働き方の希望に配慮し、県域職・地域職の働き方を自身で選択しスキルアップに取り組みます。

◎ＡＴＭの硬貨対応について

質問…休日は硬貨の出入金が出来ない。土日硬貨が使えるように出来ないか。

回答…利用者の皆様からのご要望を踏まえ、令和7年度には休日でも硬貨が使えるよう検討します。

◎昼休みの導入について

質問…11時半から12時半が昼休業と説明されたが時間帯の検討は行ったのか。

回答…来店時間の事前調査を行い、昼の時間には来店数が減少することがわかりました。会社等に勤務されている方が昼休みにも来店できるように影響が一番少ない時間帯を設定しました。

◎店舗統廃合について

質問…支払等ＪＡ口座を登録しているが店舗統廃合にかかる変更手続きは全てＪＡで対応してもらえないのか。

回答…口座の変更手続きは、原則、ＪＡで行います。ただし、一部のお取引についてはＪＡで行できないものがありますので、その際には個別に手続きをお願いする場合があります。

◎ＪＡネットバンクについて

質問…ＪＡネットバンク名のメールで怪しいものがあつて開封するのが怖い。

回答…犯罪者がＪＡバンク利用者の貯金を狙ってフィッシングメールを送付しています。怪しいメールは削除いただき、メールに記載されているURL、不正サイトには絶対にアクセスしないようご注意ください。





え~のう ちよっと宮農!! サツマイモの植え付け・栽培管理について

○一般的な特徴

サツマイモは作物の中では、連作障害が起きにくく、乾燥に強い作物ですが水はけが悪い場所で、長雨などでかん水してしまうと枯死する場合があります。畑作の場合は黒マルチを使用するとイモの肥大や食味の向上も期待でき、定植後の発根・活着促進、雑草の防除や収穫時のツルあげ作業なども容易となり、色々な面で高い効果があります。



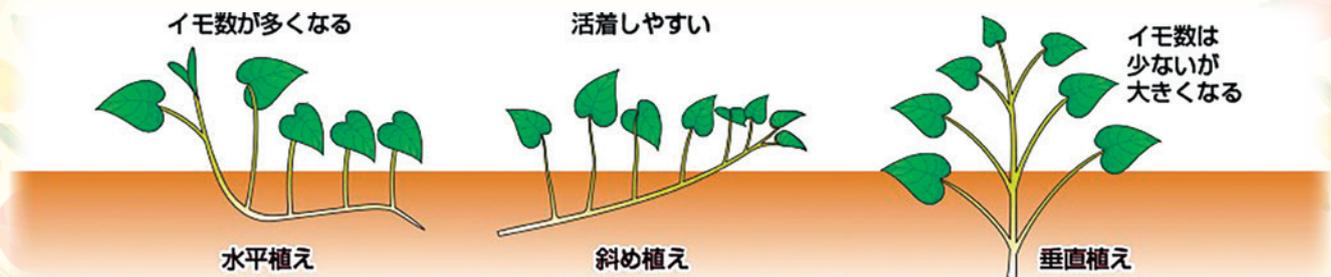
1. 苗の植え付け

販売されている苗（ツル）を買うか、メリクロン苗（ウイルスフリー苗）と呼ばれるポット苗を購入して大きめの鉢に植え替え、本葉7～8枚の時に中心の葉を摘み取って、節からツルを出させた上で、8節以上伸びたら切り取って植え付ける方法があります。（1ポットから7～8本のツルが取れる）

切り口に近い2～3節から根が最もイモをつけやすいので、必ず2～3節は土中に埋め込みます。節を埋め込まないと吸収根ばかりとなりイモができません。各節の葉は葉身を必ず出すように植えましょう。

うね幅80～90cm、うね高20～30cm、深さ5～10cmの溝を切って、苗を水平にして植える「水平植え」か斜めに植える「斜め植え」が一般的です。

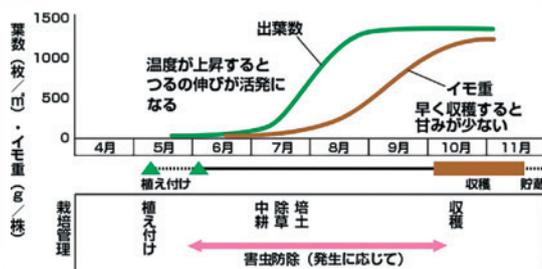
元肥の目安として10㎡当り成分量でチッソ30～60g、リン酸40～80g、カリ80～120gを施用します。根は肥料成分を吸収する能力が高く、深く広く張るので施肥量が少なくてもすむ作物です。



2. 植え付け後の管理

植え付け後、根はのびますがツルの生育は遅いため、黒マルチがなければ1ヶ月は除草を行います。生育が進めばツルが這い地面を覆うので雑草もあまり発生しません。追肥は基本的に行いませんが、7～8月に葉が黄色くなってきた時は追肥します。

また、夏から秋にかけ、ツルを持ち上げてひっくり返し、ツルの節から出た根を切る作業（ツル返し作業）を行います。現在の品種は、節の根がイモになることがないので特に必要がありません。



3. 収穫の目安 (120～140日)

植え付け後、120～140日程度で収穫となります。収穫が早すぎると食味が悪く、遅すぎるとイモの形が乱れるので、適期の収穫が大切です。霜にあたったサツマイモは腐敗や貯蔵性が劣ることから、初霜前には収穫を終えるようにしましょう。晴天の日を選び、しばらく乾燥させてから貯蔵します。

ツルの品質が劣る要因

茎葉ばかり生育して、イモが十分に育たない状態になります。主な発生要因としては①生育前期に曇雨天が続くこと、②畑の水はけが悪いこと、③前作の肥料が多く残っていること、④耐肥性の劣る品種を栽培することなどがあります。そのためにチッソ肥料を抑えることが基本とされていますが、生育のために養分が少なくすむというのではなく、反対にサツマイモの養水分の吸収力が強いために起こります。ツルの品質が低下したイモは、デンプンが少なく、粘質で食味が劣ります。



西部農林水産振興センターからのお知らせ

アスパラガス栽培に取り組んでみませんか？

島根県では、水田で収益性の高い野菜づくり「水田園芸」を推進しています。

水田園芸では、今後も堅調な需要が見込まれ、機械化や省力化が可能なキャベツ、タマネギ、ブロッコリー、白ネギ、アスパラガス、ミニトマトを推進6品目として掲げ、新規作付・規模拡大を支援しています。

アスパラガスは苗を定植した翌年から10年程度収穫することができ、主な栽培方法は以下のとおりです。また、島根県では、土壌条件に左右されず、収穫時の腰への負担が軽減できる高畝栽培といった新しい技術を導入して収量を上げる取り組みを進めています。ぜひ、アスパラガスの栽培を始めてみませんか。

○主な栽培方法



【高畝栽培】

- ・収穫時の腰への負担軽減
- ・土壌条件に左右されない



【雨よけ栽培】

- ・施設栽培に比べ設備投資が少ない
- ・露地栽培で課題となる茎枯病を抑制



【露地栽培】

- ・必要な設備投資が少ない
- ・排水対策が不可欠

○アスパラガスの栽培スケジュール（ハウス半促成栽培）

月	1月			2月			3月			4月			5月			6月			7月			8月			9月			10月			11月			12月					
	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下	上	中	下			
2年目	×	×	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇
刈り取り																																							
保温開始																																							
春芽収穫																																							
立茎																																							
摘心																																							
夏芽収穫																																							

×地上部刈り取り ◇畝焼印 ◯保温開始 ■収穫 ↑立茎 △摘心 □むだ芽の切除（または収穫）

●排水対策

アスパラガスの根は深根性で通気性と排水性の良い土壌を好みます。耕盤破壊、ほ場周囲の溝掘り、堆肥や土壌改良資材の施用など排水対策を行いましょう。

★水田園芸県推進6品目に取り組む際には、一定の要件を満たすことで県の補助事業や産地交付金等支援制度の活用が可能です。

★「水田園芸推進の取り組み」や「県の補助事業」の詳しい情報は、HPからもご覧いただけます。

島根県HP：<https://www.pref.shimane.lg.jp/top.html>

島根県西部農林水産振興センター農業振興部（TEL：0855-29-5614）

きんさいトピックス



産直きんさい市場イベント情報
○日時 5月8日(木) 9時～
○母の日イベント アジサイ販売
※数量限定（なくなり次第終了します）

産直きんさい市場黒川店では、3月17日～20日の4日間「彼岸の市」を開催いたしました。大きな天候の崩れもなく、約2,200人の来店客で賑わいました。店頭では、生椎茸販売また、店内では彼岸用の花卉類やおはぎ・桜もちなどの加工品も多くの方にお買い上げいただきました。今後も引き続き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。

きんさい市場黒川店 春の「彼岸の市」開催

令和7年GW『支店・事業所窓口』および『ATM』営業案内

店舗・ATM	5/2(金)	5/3(土)	5/4(日)	5/5(月)	5/6(火)
支店・事業所 各窓口	通常どおり営業します	営業をお休みします			
浜田支店		9:00～17:00			
シティパーク浜田		9:00～17:00			
浜田西支店		営業をお休みします			
長浜ATM店舗		9:00～17:00			
美川ATM店舗		営業をお休みします			
浜田東ATM店舗		9:00～17:00			
上府ATM店舗		営業をお休みします			
江津支店		9:00～17:00			
Aコープごうつ		営業をお休みします			
江東ATM店舗		9:00～17:00			
江津西ATM店舗		営業をお休みします			
三隅支店		9:00～17:00			
虹のホールみすみ前		営業をお休みします			
金城支店		9:00～17:00			
波佐ATM店舗	営業をお休みします				
雲城ATM店舗	9:00～17:00				
弥栄事業所	営業をお休みします				
旭事業所	9:00～17:00				
市木ATM店舗	営業をお休みします				

【ご注意】当地区本部以外のJAしまねATMについては、ATMコーナーにより営業日、営業時間が異なります。詳しくはJAしまねホームページをご覧ください。

2025年度

ふれあい農業体験塾

参加者募集

いわみ中央地区本部では、JAの食農教育の一環として農業体験をとおり、次世代を担う地域の子どもたちや、子育て世代に『食』と『農』の大切さについて理解を深めてもらうために『農業体験塾』を開催しています。

対象

いわみ中央地区本部管内の小学校に在籍する児童

参加費

無料（ただし、体験内容によりいただく場合があります。）

5/11日 田植え体験（浜田市 上府町）

8月 夏休みお楽しみ企画（いわみ中央地区本部）

9月 稲刈り体験（浜田市 上府町）

10月 柿の収穫体験（浜田市 三隅町）

12月 収穫祭（いわみ中央地区本部）

●募集人数：50名（児童・保護者含む）

●参加費：無料

お申込みいただいた方へ詳細のご案内をいたします。

令和7年 5/2(金)

申込締切

※田植え体験以外の体験を希望される方は、今回ご登録いただきましたら、都度ご案内いたします。

●お申込み： **TEL.0855-22-0202** | 住所・氏名・保護者氏名・参加者氏名・学年・電話番号を送信ください。

✉ fureai.iwc@ja-shimane.gr.jp

JAしまねいわみ中央地区本部 企画総務部 ふれあい課（受付 8:45～17:00）土日祝日を除く

トラック市 営業終了のお知らせ

令和5年4月に各営農経済センターの閉鎖に伴い生産資材の販売を廃止した地区(旧江津・三隅・弥栄・旭)につきまして、月2回程度営業していましたトラック市を、利用者の減少に伴い令和7年4月からの営業を終了いたしました。

今までご利用頂きました組合員の皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解の程よろしくお願いたします。今後は、フリーダイヤル又は、あぐり店・営農経済渉外員へ連絡いただきますようお願いいたします。

連絡先

資材注文センターフリーダイヤル **0120-489-937**（よやくくださいな）

あぐり中央店 **0855-22-8827** / あぐり南店 **0855-42-1409**

いわみ中央地区本部 経済課

人事異動のお知らせ

【退職】		令和7年3月31日付	
氏名	現部署・役職	職員区分	備考
岩本 亜己	営農経済部 営農企画課	正職員	依願退職
西村 香織	浜田支店	正職員	依願退職

メガネ・補聴器の専門店  PARIS MIKI

1級 眼鏡作製技能士

運転用、読書用、パソコン用、遠近両用でも

「移動型店舗
パリミキカー」

認定補聴器技能者

メガネ一式

¥13,200~税込



移動型店舗 店長 狩野 昭弘

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 5月度 JA巡回スケジュール いわみ中央地区

8日(木)	9時~14時	Aコープやさか	16日(金)	9時~12時	市木ATM店舗
9日(金)	9時~14時	Aコープあさひ	19日(月)	9時~14時	Aコープやさか
12日(月)	9時~14時	Aコープみすみ	20日(火)	9時~14時	Aコープあさひ
13日(火)	9時~14時	あぐり南店(金城)	28日(水)	9時~14時	Aコープみすみ
14日(水)	9時~12時	阿刀の里(跡市)P	29日(木)	9時~12時	波佐まちづくりセンター ときわ会館 前 P
	13時~16時	江津西ATM店舗			

年金相談会

5月16日(金)
弥栄事業所

14:00から18:00まで

5月23日(金)
江津支店

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!!

住宅ローン
マイカーローン
...ほか

令和7年5月 10日・24日

受付時間 / 9:30~15:00

お問い合わせ

©よりぞう



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

3月号のお詫びと訂正

広報誌「JAしまねびより」3月号において、間違った表記がございました。

つきましては、下記のように訂正をさせていただきますとともに、ご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。

「JAしまねびより」3月号13ページ
ちょっと営農!! 大豆栽培は難しい?

誤(施肥例 1m当たり) → 正(施肥例 1a当たり)

肥料名	元肥	備考
苦土石灰	8~12kg	全面施肥
完熟堆肥	50~100kg	
ようりん	4kg	

新コーナー開設のお知らせ

しまねびより5月号より、読者のみなさまからお寄せいただいた、写真やお便りを紹介するコーナーを開設します。身近にあった話題や紹介したいことなどをお寄せください。

お名前・ご年齢・ご住所・お電話番号をご記入ください。

※ご紹介させていただいた方には、ささやかな記念品をお送りします。

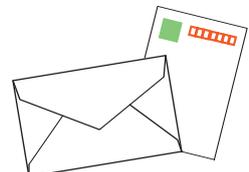
※写真やお便りは必ずご紹介できるとは限りません。またご返却は致しかねますので了承ください。

【送り先】

〒697-0024 浜田市黒川町3741

JAしまねいわみ中央地区本部

ふれあい課「読者のコーナー」



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

1	6			14	17	
	A				C	
2			12			
3		9			18	21
		10		15		
			E			
4	7		13		19	
		8	11		20	
5				16		B
	D					

答え

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

タテのカギ

- ①ひげそり前に顔に押し当てる人もいます
- ⑥その泉は——的な空気に包まれていた
- ⑦日本には謙譲の——の精神があります
- ⑨周囲より小高くなっている土地のこと
- ⑪大きなビルが——のタケノコのごとく増えてきた
- ⑫ひじをグッと曲げて出します
- ⑭雑穀の一つ。アワやキビと並んで知られています
- ⑮ちらしやにざりがあります
- ⑰大勢の人が床のあちこちで眠ること
- ⑲結んでお吸い物に入れることもある葉野菜
- ⑳5月の空を泳ぎます

ヨコのカギ

- ①端午の節句に——人形を飾った
- ②鉛筆にもリングにもあるもの
- ③2018年ごろに大流行した——ミルクティー
- ④漢字などの読み方を示す小さな文字
- ⑤小学校で一番授業が多い科目
- ⑧福島県の——は浜通りと呼ばれます
- ⑩カアカアと鳴きます
- ⑫スロバキアと分離してできた国。首都はプラハ
- ⑬フラダンサーの腰で揺れるもの
- ⑭初夏でも強く照りつけることがあります
- ⑯漢字では雲雀、日晴鳥などと書く鳥
- ⑰三毛、トラ、サバといえ
- ⑳ギュッと押すと気持ちいい

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5月2日（金）（当日消印有効）

◆ 先月号の答え ◆

「イースター」

ホ	タ	ル	イ	カ	エ
ク	ミ	ス	タ	ン	ブ
ウ	リ	チ	リ		
キ	ジ	ユ	ツ	マ	ル
イ	コ	ウ	ホ	ウ	
レ	ハ	ル	ヤ	ス	ミ

川柳の広場

最優秀賞

物価高自給自足に——あこがれる

出雲市 西島 秀正様

選句者 島根県川柳連盟会長 竹治ちかし先生

優秀賞

人生は信頼ありて生きられる

隠岐の島町 上川 晃一様

春風とジャンプしているランドセル

出雲市 北村 功様

妻ながめ見えぬ自分の老いをみる

出雲市 榎井 伸幸様

佳作

ランプ氏選びアメリカどこへ行く
二重窓私の内緒浅らさない
ありがどう素直に言えた今日も晴れ
いつの間亡夫の年を越えていた
君がいて朝の味噌汁具沢山

安来市 斎藤美重子様
出雲市 佐野美和子様
出雲市 多久和敬子様
出雲市 多和田敬子様
津和野町 渡辺 里枝様
田中とよし様

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

「家の光」5月号定価 922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、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）5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。

がん共済 JAのがん共済が新しくなりました。

上皮内がんを含む
さまざまな
“がん”や脳腫瘍
の診断時や再発時、
入院・手術・通院など
幅広く保障します。

間かせて!!
くらしのこと
アンケートキャンペーン

ライフイベントなどの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!



※画像はイメージです。実際の賞品とは異なる場合があります。

※この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては、「重要事項説明書（契約概要）」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には「重要事項説明書（注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

詳しくは、最寄りの支店へお問い合わせください。 25320320060

島根をもっと元気にしたい

一緒にJAで
働きませんか

JAしまね 令和8年4月採用職員募集のご案内

- 募集職種 正職員
- 応募資格 ①令和8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7年5月7日(水)～5月30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2026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JAしまねHP、マイナビ2026または下記までお問い合わせください。

〒690-0887 島根県松江市殿町 19-1
JAしまね人事部人事課 担当：三上・梶谷・高尾
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

お問い合わせ

マイナビ
2026

マイナビで
エントリー
受付中



令和7年4月1日現在

JAしまね限定 キャンペーン 期間 令和7年4月1日(火)～令和8年3月31日(火)

JAしまねの口座をお持ちの方へ 日頃の感謝をこめて

年金お受取
キャンペーン

JALまねを年金受取口座として新たにご指定いただくと
もれなく**1,000円**をプレゼント!

【対象】個人の利用者がJAにお客様番号※を保有している既存利用者の方。
（※お客様番号は、通帳の中間もしくはJAバンクアプリのメニュー画面で確認いただけます。）
【特典にかかる留意事項】●特典は一人様1回とします。また、全国のJAバンクで実施をする「JAバンクあなたのくらしに+JAプレゼント」の「年金」に関する特典の重複受取はできません。●特典を付与する際に口座解約された場合は特典対象外とします。●特典は一時所得と考えられ、確定申告が必要な場合があります。詳しくは税理士等の専門家にご相談の上ご確認ください。

JAしまね特典の申込みは手続きかんたん!

①年金受取口座をJA口座へご指定 ②指定口座へ年金が振込まれる ③指定口座へ特典1,000円の振込み

※初回年金振込みから2ヵ月後を目途に年金受取口座へ1,000円お振込みいたします。

くわしくは、お近くのJA窓口までお問い合わせください。

シロアリ警報!
床下無料調査実施中!!

シロアリ来襲
お宅は大丈夫ですか?

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

取扱業者 JA全農基本契約業者「株児玉商会」特約施工店

株式会社 **コタマサイエンス**
本社 〒690-0048 島根県松江市西塚島2丁目8-23
<https://www.kodama-s.co.jp>

シロアリの予防・駆除は、確かな実績と安心のJAにご相談ください。床下の無料調査は、JAしまね取扱業者(株)コタマサイエンスが訪問いたします。

お問い合わせは、最寄りのJA各支店へ。

JAしまね



島根うまれの食材レシピしまねうレシピ

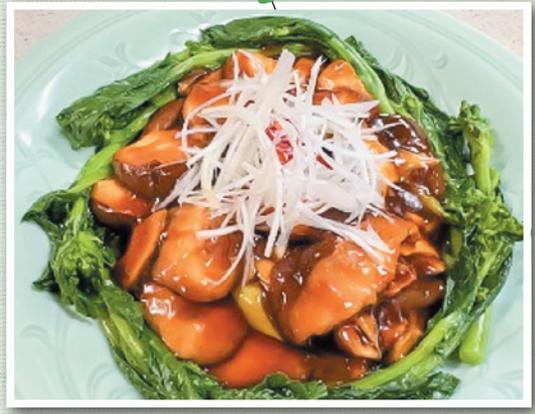
春子しいたけでアワビの姿煮風

材料 (4人分)

- しいたけ…………… 6枚
- 白ねぎ…………… 1本
- すりおろし生姜…ひとかけ
- ごま油…………… 大さじ1
- 中華だし顆粒… 小さじ1/4
- オイスターソース… 大さじ2
- みりん…………… 大さじ3
- しょうゆ…………… 大さじ1
- A 酒…………… 大さじ1
- 酢…………… 小さじ1
- 水…………… 100cc
- 片栗粉…………… 大さじ1
- あすっこ…………… 1袋
- 唐辛子(輪切り)…お好みで

作り方

- ①しいたけは厚めに斜めスライス切り(1枚を3~4等分)にする。
- ②白ねぎは長さ7cmに切り、縦に切り目を入れて外側の白い部分をはぎとり、細千切りにして水にさらして白髪ねぎを作る。芯の部分は斜め1cmの長さのざく切りにする。
- ③あすっこは塩ゆでにして、色よくゆで、水にとって水気を絞る。
- ④フライパンにごま油とおろし生姜を入れて中火にかけ、温まったらしいたけを入れて油を全体に絡め、中華だしをふりかける。
- ⑤④に白ねぎの芯の部分を入れて軽く炒める。
- ⑥弱火にし、混ぜ合わせたAを回し入れ、かき混ぜながら、とろみがつくまで火を通す。
- ⑦皿に盛り、白髪ねぎをのせて、周りに塩ゆでしたあすっこを添える。
- ⑧お好みで唐辛子も添える。



コメント

- ・しいたけの旬は春と秋。春は「春子」と呼ばれ、冬の厳しさに耐えて肉厚で柔らかく、旨味が増しています。
- ・しいたけを30分~1時間程度天日干しすると旨味も栄養価もアップします。

アレンジ

- ・あすっこを青梗菜、レタス、スナップエンドウ、もやし、小松菜などに替えてもOK!
- ・しいたけをエリンギに替えても美味しくできます。
- ・ご飯の上にかけるとアワビの姿煮風しいたけ丼に早変わり!

マヨネーズでパラパラ卵チャーハン

材料 (2人分)

- ご飯…………… 400g
- 長ねぎ…………… 1/2本
- ハム…………… 4枚
- 卵…………… 2個
- マヨネーズ…………… 大さじ2
- しょうゆ…………… 小さじ2
- 塩こしょう…………… 少々
- 乾燥パセリ…………… 適量

作り方

- ①長ねぎとハムはみじん切りにする。
- ②フライパンにマヨネーズを入れ、火にかけ、周りが溶けだしてきたら、ご飯を入れて、一粒ずつにコーティングするようほぐしながら炒める。
- ③①の具材を加え炒める。
- ④フライパンの端を空けて、溶き卵を加え、卵の縁が焼けてきたら全部を混ぜ合わせ、パラパラにする。(混ぜ過ぎるとご飯の粘りが出るので、一粒ずつ焼きつけるよう、時々返しながら炒める。)
- ⑤フライパンの中央を空けてしょうゆを注ぎ、焼けてきたら混ぜ合わせる。
- ⑥味をみてから、塩こしょうで味を調える。
- ⑦皿に盛り、パセリをかける。



アレンジ

- ・ウインナー、ベーコン、ツナ缶、ちくち、カニカマ、しらす、エビ、ピーマン、パプリカ、しいたけ、青しそなどいろいろな具材の組み合わせが楽しめます。
- ・大量に作る場合はホットプレートで作ると炒めやすいです。

JA 島根厚生連

健康散歩

春が来ました心と体のバランスとれていますか?

春は、新たな始まりを感じさせる美しい季節ですが、同時に私たちの心と体に様々な変化をもたらす季節でもあります。気温や環境、日照時間の変化などが複雑に絡み合い、心身のバランスを崩しやすくなるのです。その対策として運動する、休息をとる、バランスのとれた食事が大切です。その中で今回は食事についてお話しします。

春にバランスのとれた食事をとる重要性

- ①**体調管理**: 春は寒暖差が大きく、自律神経が乱れがちです。バランスの取れた食事は、自律神経を整え、体調を維持するのに役立ちます。
- ②**免疫力向上**: 春は花粉症や風邪など、体調を崩しやすい要因が多い季節です。免疫力を高めるためにビタミンやミネラルを豊富に含む食事を心がけましょう。
- ③**気分の安定**: 春は環境の変化によるストレスを感じやすい時期です。栄養バランスのとれた食事は、気分の安定にもつながります。

春にとりたい栄養素とおすすめの食材

- ①**ビタミンB群**: エネルギー代謝を高め疲労回復を助けます。

- 豚肉、レバー、玄米など
- ②**ビタミンC**: 免疫力を高め、抗酸化作用があります。イチゴ、菜の花、ブロッコリーなど
- ③**ビタミンD**: 免疫力向上や骨の健康維持に役立ちます。魚介類(鰯、鮭など)、きのこ類
- ④**食物繊維**: 腸内環境を整え、便秘解消に役立ちます。旬の野菜、海藻類、きのこ類など
- ⑤**タンパク質**: 体を作る上で重要な栄養素です。肉、魚、卵、大豆製品など

旬の野菜は栄養価が高く春の体調管理に最適です

ちなみに、春の野草には、冬の間に蓄積した毒素や老廃物を排泄して消化や血行、新陳代謝を促し、貧血や冷え症の予防になるものもあります。

- 春野菜: アスパラガス、タケノコ、新玉ねぎ
- 春の野草: よもぎ、つくし、タラの芽、こしあぶら など

春の食材を取り入れることで食卓を彩りながら、バランスのとれた食事で心身が健やかな毎日になるように過ごしましょう。

