



SNSで旬な情報を
投稿しています



YouTube



Instagram



LINE



JALしまねびより



2026
7
July
Vol.124

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



特集 島根県産メロンの魅力に迫る！



©よい食P



こくしょうこくさん



JALしまね いわみ中央地区本部版



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



大工が始めた馬との暮らし

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

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

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



出産や子馬の世話をする厩舎は
亀澤さんとお父さんと2人で建てました。

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

生後10日間の信頼づくり

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



生まれたばかりの子馬たちが過ごす厩舎の隣にある運動場

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

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

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

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



馬の飼育の面白さ、大変さを語る亀澤さん

もっと大きな馬を育てたい

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



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

難しいから、面白い

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

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

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

「とにかく面白いから。難しいけど、それが余計面白い」

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



趣味は釣り。大漁です！

島根県産

メロンの魅力に迫る!

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



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

立体栽培って?

1本のつるから1つのメロン



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

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

旬の時期

今が旬!!

6月中旬に最盛期を迎えます

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

7月上中旬に最盛期を迎えるほか、盆前の需要期に合わせ多く出荷されます。

アールスメロンは秋作も栽培されています。

アムスメロン

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



アールスメロン

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

主産地
益田市

益田市でのメロン栽培



益田市の飯田選果場

【地理的表示（GI）保護制度】

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

益田メロン部会 世良竜一部会長からひとこと

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

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

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





中東情勢で資材懸念 島根県知事へ緊急要請

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

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

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

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

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



丸山知事（左から2人目）へ要請書を手渡す竹下組合長（左から3人目）ら



ぶどう生産部会の代表者が「神紅」を副知事へ贈呈

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

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

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

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



石原副知事（左から4人目）に「神紅」を贈る片寄部会長（左から3人目）ら



JA運営に反映を 総代代表者等との意見交換会を開催

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

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

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



総代代表者と意見を交わすJA役員ら

令和8年度島根県乾椎茸品評会を開催

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

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

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

上位5点は全国品評会へ出品されます。

その他の優秀賞受賞者は次の通りです。

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



品評会入賞者の皆さん

広島でトップセールス 島根県知事や組合長らが試食販売

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

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

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



試食販売で店頭に立つ
丸山知事と竹下組合長

組合員からの情報提供窓口の明示について

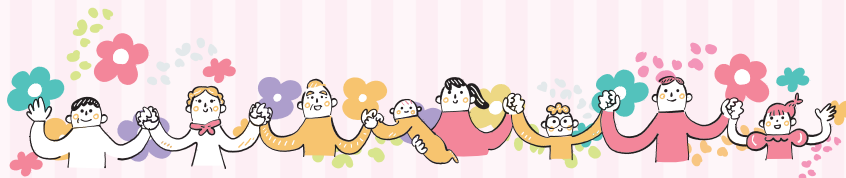
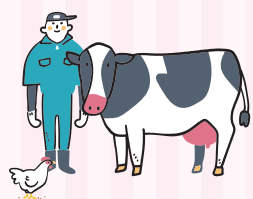
当組合の監事は、経営の健全な発展に資するため、農協法（法第35条の5）および農協法施行規則（第81条）に基づき、理事の職務の適正な遂行を阻害する行為に関する情報（組合経営に関する事象に限る）の提供を受付けています。

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

島根県農業協同組合 監事会

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

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



「元気な地域」を女性部の力で!

石見銀山女性部

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

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

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

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

JA女性組織3カ年計画

「『あい♡』からはじまる『元気な地域』をみんなの力で」の実践2年目です。

★助けあい★ ★学びあい★ ★育てあい★

の3つの重点テーマを掲げ活動します。



一所懸命青年連盟

JA YOUTH

JAしまね雲南青年連盟

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

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

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

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

地産地消に取り組み、農業を通じて、地域に貢献していきたい



マメ科の連作を避け、酸性土を改良する

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

【品種】

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

【畑の準備】

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

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

【種まき】

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

【支柱立て・ネット張り】

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

【追肥】

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

【病虫害防除】

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

【収穫】

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

図1-1 畑の準備1

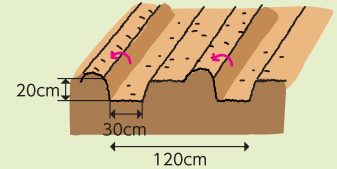


図1-2 畑の準備2

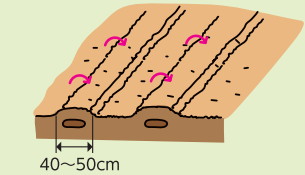


図2 種まき

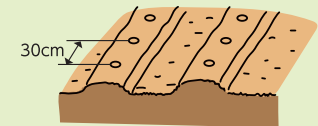


図3 支柱立て・ネット張り

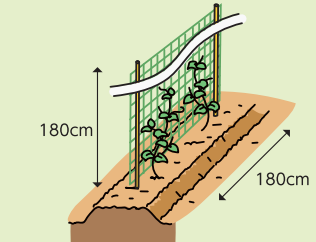
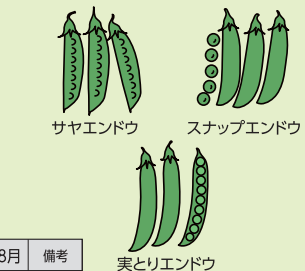


図4 収穫



栽培カレンダー（エンドウ）

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

● 種まき ■ 苗作り ▲ 植え付け — 生育 ■ 収穫



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

理事会情報（6月30日開催）

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

糖度向上を目指して、 栽培管理講習会を実施

いわみ中央ぶどう部会は6月3日、浜田市大金山と金城町の2会場にて、ぶどうの栽培管理講習会を開催しました。講師として島根県農業技術センター技術普及部の山根一佳課長、島根県西部農林水産振興センター農業振興部の門城菜々美技師をお招きしました。

各会場では20名の組合員が出席し、生育状況の報告のほか、糖度の上昇や着色の向上を目的とした摘房（てきぼう）や摘粒（てきりゅう）といった栽培管理を中心に講習を行いました。参加した組合員は、講師の説明に真剣なまなざしを向けていました。

本地区本部の営農担当者は、今年の夏も猛暑が



予想されるため、こまめな水分補給と休憩を心掛け、体に異変を感じたら無理をせず作業を中断するなど、熱中症対策を徹底するよう呼びかけました。

日本一小さな花田植えが 跡市町で開催



江津市跡市町にて、6月14日に第30回跡市地区花田植えが開催されました。日本一小さな花田植えと称されるこの行事は、地元保存会やJANA女性部などが中心となり運営されています。当日は、保存会の囃子方に加え、園児や小中学生、大学生らが早乙女として参加

し、田植えばやしに合わせ、丁寧に苗を植えました。跡市田植えばやし保存会は、次世代への継承や地域の交流人口拡大に尽力

しており、その活動が評価されJANAしまねから表彰されました。開会式で佐々木豊本部長は、農地が持つ多面的な機能や自然環境との共生を子どもたちが実感することの重要性を強調しました。伝統文化を受け継ぎ、地域活性化を目指すこの催しは、多くの人々に支えられながら次代へと大切に紡がれています。



浜商生にエールを！ 地元企業セミナーに参加しました

島根県立浜田商業高等学校にて開催された『浜商生のための地元企業セミナー2026』に、本地区本部も参加しました。このセミナーは、生徒の進路選択を支援し、地域社会との連携を深めることを目的としており、当日は29社の地元企業が集まりました。

本地区本部からは、人事

担当の長見職員と、同校の卒業生である農産課の下谷職員が参加しました。ブースを訪れた生徒から「仕事のやりがいは何か」と問われると、下谷職員は「農家の方や販売先など、人との関わりを通じて得られる達成感が大きな原動力になっている」と自身の経験を交えて熱心に伝えました。

参加した生徒からは「JANAは新鮮な地元野菜を販売する場所というイメージしかなかったが、多岐にわたる事業を行っていることを知ることができて良かった」との感想が聞かれました。産直市場を日頃から利用してくれている高校生たちが、将来の仲間としてJANAで活躍してくれることを期待しつつ、これから地域とのつながりを大切にしていきたいと思います。



出前
授業

5月28日 浜田市立旭小学校

6月16日 浜田市立松原小学校



ミニ棚田で田植え体験
5年生 17名

1・2年生 27名
さつまいも

6月2日 浜田市立原井小学校



あすっこ学級 12名
小玉スイカ・トウモロコシ・
キュウリ・さつまいも



ふれあい農業体験塾



田んぼの生きもの調査開催



6月14日、上府町の田んぼにて「ふれあい農業体験塾 田んぼの生きもの調査」を開催しました。この企画は、田んぼがお米作りだけでなく、メダカやカエルなど多様な命を育む場所であることを学び、農が支える自然とのつながりを実感してもらうことを目的としています。

当日は14世帯36名の親子が参加し、5月に自分たちで田植えをした田んぼで生きもの探しに挑戦しました。専門講師から捕まえ方のコツを教わると、子どもたちは網を片手に田んぼへ。カエルやオタマジャクシ、メダカ、ゲンゴロウなど多くの生きものを夢中で追いかけていました。捕まえた生きものは「田んぼの生きもの識別図鑑」で調べたり、講師へ熱心に質問したりと、真剣に観察する様子が印象的でした。

参加した子どもたちからは「こんなにたくさんの生きものが住んでいるなんて驚いた」という声上がり、新たな発見に目を輝かせていました。お米が育つ田んぼが命を支える豊かな環境であることを親子で実感し、食と自然のつながりを深く学べた一日となりました。





西部3地区女性部

ふれあい交流会に参加

6月5日、いわみ中央女性部（平川節美部長）は西部3地区女性部ふれあい交流会に参加しました。この会は島根おち、西いわみ、いわみ中央の3地区女性部が親睦を深めることを目的として、平成25年から始まり今年で12回目を迎えます。

会場となったひ

だまりパークみとでは、各地区の女性部員や役職員計70名がグラウンドゴルフ大会を通じて交流しました。当日は各地区本部長や統括部長も共にプレーし、

親睦を深める貴重な機会となりました。



休憩時間には、西いわみ地区本部の特産品である旬のアムスメロンやトマトの即売会も行われ、会場は大きな喜びに包まれました。今後もこの交流を継続し、地区を越えたJAしまね女性部の輪をさらに広げてまいります。



金城女性部

親睦グラウンドゴルフ大会開催

6月11日、金城女性部（宮本美保子部長）は部員同士の親睦を深めることを目的に、恒例の親睦グラウンドゴルフ大会を開催しました。当日は天候に恵まれ、計17名の部員が参加して熱戦を繰り広げました。



競技中はもちろんのこと、プレーの合間の待ち時間には日頃の話題などで談笑する場面も多く、会場は終始和気あいあいとした温かい空気に包まれていました。普段はなかなかゆつくりと話す機会のない他支部の方とも交流を深めることができ、心身ともにリフレッシュできる一日となりました。

今大会の上位入賞者は以下の通りです。

優勝 波佐支部 植田サダヨ様
準優勝 小国支部 田中 絹江様
第三位 久佐支部 宮本美保子様



フレミズ活動紹介

地域の歴史を再認識

外ノ浦で散策

フレッシュミズ部会は5月31日、浜田市の外ノ浦湾周辺で今年度初となる活動として、北前船の歴史を学ぶ散策会を開催しました。日本遺産・外ノ浦湊語り部の榎ヶ瀬孝氏を案内役に迎え、参加者らは地域の歴史的価値を再認識しました。

当日は晴天に恵まれ、部会員ら5人が参加し、かつて日本海交易の拠点として物資のみならず文化や人々の暮らしを繋いできた北前船の歴史をたどり、当時のにぎわいを感じさせる湾岸沿いを歩きました。最後には浜田城山公園に登り、眼下に広がる湊（みなと）の景色を眺めながら歴史の深層に思いを馳せました。

参加者は「日常的に親しんできた風景でも詳しい解説を聞くことで新たな魅力を見できた」と話しました。

今回の活動を通じ、参加者は地域の歴史という財産を次世代へ継承していくことの重要性を再確認しました。



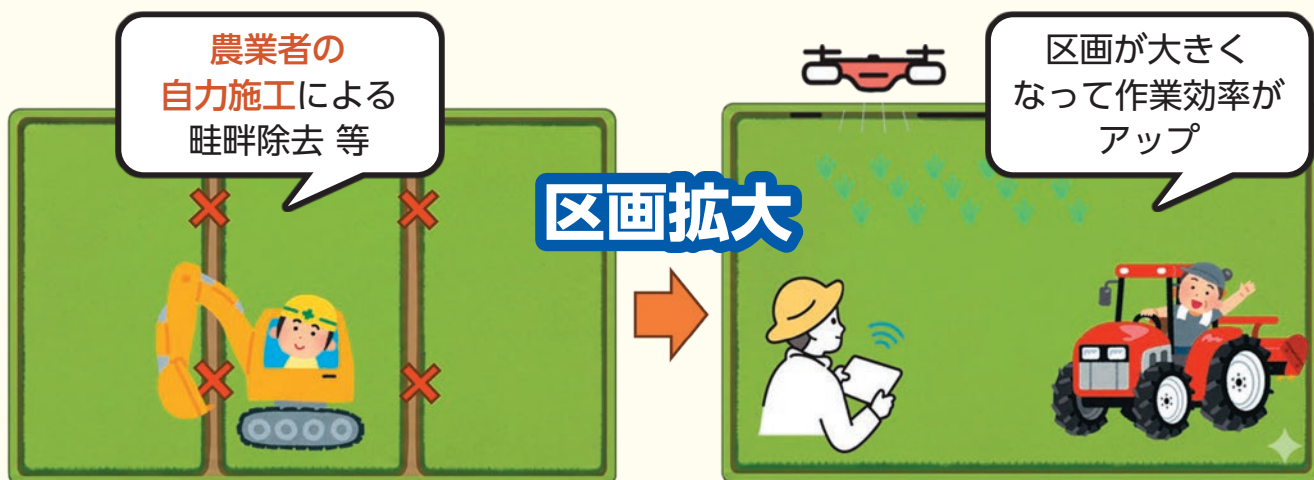


島根県西部農林水産振興センターからのお知らせ

【大区画化等加速化支援事業】が創設されました

法人等の農業者が自ら畦畔除去等の簡易整備を行う
農地の大区画化を支援します！

事業期間
R8～R11年度



実施要件

- ・農振農用地のうち地域計画を策定した区域であること
- ・農地の区画拡大を実施すること

大区画化(1 ha 以上)すると単価がアップ

助成単価の例(農業者の自力施工で行う場合)

種 類	内 容	助成単価	
		通 常	大区画化
区画拡大 【必須】	畦畔除去のみ	4万円/100m	5万円/100m
	ほ場の高低差が10cm以下、 表土扱いを行わない場合	6万円/10a	7.5万円/10a
	ほ場の高低差が10cmを超え、 表土扱いを行う場合	20万円/10a	26万円/10a
暗渠排水	バックホウ施工、 表土扱いを行わない場合	16万円/10a	21万円/10a
湧水処理	表土扱いを行わない場合	16.5万円/100m	21.5万円/100m
更新整備	排水路(土水路からW500H500以上の コンクリート排水路への更新)	20.5万円/10m	27万円/10m

※地区内で区画拡大を行うことを前提として、上記以外にも様々なメニューがあります。
詳細は右のQRコードから→



問い合わせ先

【島根県大区画化等推進協議会】

事務局：水土里ネット島根(島根県土地改良事業団体連合会)

電 話：0852-32-4141 FAX：0852-24-0848

Eメール：daikukaku@shimanedoren.or.jp



JAしまねいわみ中央地区本部 各部署・各支店を紹介します

ローンセンター

私たちは地域の組合員様の暮らしを支える、ローンセンターです。各支店の窓口で受け付けられた住宅ローンやマイカーローンなど、大切な資金のお申し込みも、当センターの職員が一つひとつ丁寧かつ迅速に審査しております。JAのローン審査において最も大切にしているのは、数字の判断だけではなく、地域の皆様の暮らしを守り、より豊かにするお手伝いができるかどうかです。支店とローンセンターが一体となり、皆様の夢の実現を全力でバックアップいたします。資金計画のご相談は、お近くのJA各支店へお気軽にお寄せください。

金融課

当課には年金、投資信託、住宅ローンの専門アドバイザーが在籍しており、皆さまのライフプランに合わせた最適な提案を行っております。

資産運用から年金のご相談、夢を叶える住宅ローン活用まで、私たちは「総合的なマネーパートナー」として全力でサポートいたします。お金に関する不安や疑問があれば、ぜひ私たちにお任せください。組合員・利用者の皆様一人ひとりに寄り添い、安心で豊かな暮らしのお手伝いをさせていただきます。どんな小さなことでも、どうぞお気軽にご相談ください。



三隅支店

三隅支店は、食と農業と笑顔をも大切に、組合員・利用者の皆様に「親しみやすさ」「安心して任せられる」「気軽に相談・来店できる」と感じていただけるような雰囲気づくりをモットーとして、元気な挨拶とともに明るく営業しています。



「地域農家さんの心強いパートナー」を目指している平藤、石本、永見、三浦
「笑顔でお迎えする窓口」に取り組んでいる森本、山根、岡本、長田、岩田
「利用者の庭先アドバイザー」に取り組んでいる本田

以上の10名体制で貯金・共済・各種ローン・経済関係の取次等をおこなっておりますので、ぜひお気軽にご来店ください。皆様のお越しを心よりお待ちしております。

2026年度

新入職員の紹介



初夏の風が心地よい6月。新入職員がJAで新しい一歩を踏み出しました。フレッシュな気持ちを皆さまにお届けします。

なかがわ ゆうき
中川 由己

- ① 今の率直な気持ち ワクワク半分、緊張半分です。
- ② 今感じていること 入組してから、先輩方が丁寧に指導してくださり、安心して業務に取り組むことができます。
覚えることは多いですが、新しい知識や経験が増えていくことにやりがいを感じています。
- ③ この1年で頑張りたいこと まずは仕事を一つひとつ確実に覚え、皆さまのお役に立てる職員になることが目標です。
分からないことは積極的に学び、少しでも早く信頼していただけるよう頑張りたいと思います。
- ④ 地域の皆さまへ 地域の皆さまとの出会いを大切にしながら頑張ります。
どうぞ宜しくお願いいたします。

新たな仲間を迎え、JA職員一同、地域の皆さまのお力になれるよう努めてまいります。
どうぞ温かく見守っていただきますよう、よろしくお願いいたします。

きんさい市場

黒川店 お盆の市

8月10日(月)～8月13日(木)の4日間開催

● 島根和牛肉販売 ● ぶどう販売

● コシヒカリ 5kg特価販売

来店お待ちしております

JA所有土地売払いのお知らせ

次の資材を売払い致します。

No.	区分	所在地	登記地目	面積	備考
1	土地・建物	浜田市三隅町古市場 920	宅 地	850㎡	旧三保事業所

※面積については実測と異なる場合があります。



申込受付期間

令和8年8月3日(月)～令和8年8月31日(月)

※受付の先着順でお話を承ります。

お問い合わせ先

JA しまね いわみ中央地区本部 企画総務部 企画管理課

TEL : 0855-22-0202

受付時間 午前9時～午後5時(土日祝祭日を除く)

新規で
10万円～



JAしまね

夏の金利優遇

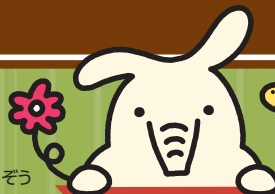
定期貯金キャンペーン

令和8年

期間

7/1(水) ▶ 8/31(月)

©よりぞう



募集総額120億円

組合員および新規組合員加入の方

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

左記A～Cに該当しない方

預入期間1年

年0.90%
(税引後 年0.717%)

預入期間1年

年0.85%
(税引後 年0.677%)

預入期間3年

年1.20%
(税引後 年0.956%)

預入期間3年

年1.15%
(税引後 年0.916%)

預入期間5年

年1.35%
(税引後 年1.075%)

預入期間5年

年1.30%
(税引後 年1.035%)

組合員以外の方

預入期間1年

年0.80%
(税引後 年0.637%)

預入期間3年

年1.10%
(税引後 年0.876%)

預入期間5年

年1.25%
(税引後 年0.996%)

募集総額に達した時点で期間途中でも
受付を終了とさせていただきます。

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

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

※写真はイメージです。



当JAへの組合員加入を検討の皆さまへ

組合員になると
●出資配当を受ける資格
があります。

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

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

くわしくは、お近くのJA窓口までお問い合わせください。

『おさいふカード』会員様へ

優待割引

メガネ

補聴器

8%OFF

5%OFF



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

メガネ・補聴器の専門店



PARIS MIKI

令和8年 8月度 JA巡回スケジュール

いわみ中央地区

3日(月)	9時～12時	市木(旭)まちづくりセンター	18日(火)	9時半～14時	Aコープやさか
6日(木)	9時～16時	あぐり南『スマイル感謝祭』	25日(火)	9時半～14時	Aコープあさひ
7日(金)	9時～15時	金城支店2F	27日(木)	9時半～14時	Aコープみすみ
10日(月)	9時半～14時	Aコープみすみ	28日(金)	9時～12時	都川(旭)まちづくりセンター
14日(金)	9時半～14時	Aコープあさひ			

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

西条柿選果場・加工場 パート・アルバイト募集!!!

日時 9月下旬～12月下旬

場所 浜田市内村町内

時間 午前8時30分頃～午後5時頃

作業内容 選果場：選果、箱詰め等
加工場：皮むき、梱包等

申し込み方法 令和8年**9月25日(金)**までに下記の問い合わせ先にご連絡下さい。

お問い合わせ先 JAしまね いわみ中央地区本部 TEL **0855-22-8818**
営農経済部 特産課 森川

年金相談会

8月7日(金)
旭事業所
午後3時～午後7時

8月21日(金)
浜田西支店
午後3時～午後7時



ローン休日営業開催中!

令和8年**8月 8日** 受付時間／9:30～15:00

お問い合わせ

JAしまね 浜田支店
〒697-0024 島根県浜田市黒川町3741
TEL (0855) 22-8825 FAX (0855) 22-0206

お待ちして
おります!!

住宅ローン、
マイカーローン
...ほか



©よりぞう

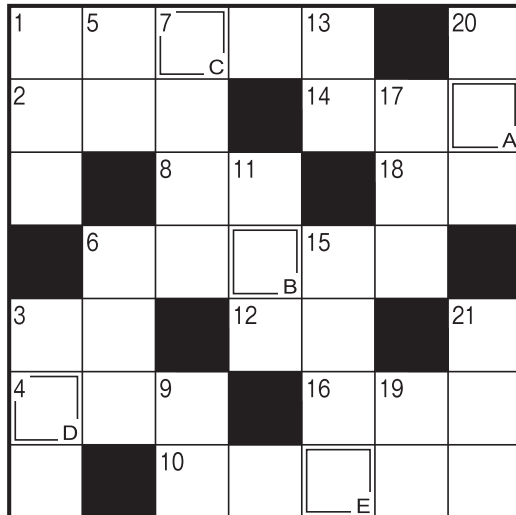
お知らせ

7月から休日ローン相談会の日程を
毎月「第2土曜日」のみに変更いたしました。



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

タデのカギ

- ①飛行機が飛び立つこと
- ③田んぼでゲロゲロ鳴きます
- ⑤土地の広さをあらわす単位のひとつ
- ⑥シャワシャワと蝉——が降り注ぐ
- ⑦パールともいいます
- ⑨ヒヨコのための栄養が豊富な部分
- ⑪小銭入れに入れます
- ⑬ブイもこの仲間
- ⑮北海道と青森を結ぶ——トンネル
- ⑰野球の出場メンバーのこと
- ⑲金づちで打ち込みます
- ⑳嘘から出た——
- ㉑盆——、阿波——

ヨコのカギ

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

応募要項

応募方法

ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・ご感想を記入して、下記宛先にお送りください。右記の二次元コードからもご応募いただけます。



賞品

正解者の中から抽選で30名（JAしまね全体）の方に「農協全国商品券」をお贈りします。

当選者発表

賞品の発送をもってかえさせていただきます。

宛先・締切

〒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
2026年8月7日（金）（当日消印有効）

先月号の答え

「ミナミカゼ」

タ	バ	タ	ヒ	ゴ
マ	ツ	リ	オ	コ
ゴ	ス	ナ	ウ	ン
タ	タ	ミ	ジ	キ
ウ	シ	ダ	ン	キ
カ	ザ	ン	セ	セ
イ	ン	ス	イ	ミ

俳句の広場

選句者 「白魚火」編集長・副主宰
安食彰彦先生

最優秀賞

包みこむ大きな掌柏餅

出雲市 金山 陽様

優秀賞

べったりと肌にまつはる野良の汗

出雲市 藤江 堯様

白内障手術後の目に夏の星

兵庫県 小田 慶喜様

鳴き声と糞を残して燕かな

安来市 斎藤美重子様

佳作

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

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

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

「家の光」8月号 定価900円
ご購入はお近くのJAへお問合せください。



JAしまねよりは、皆様からの俳句・川柳を募集しています。締切は毎月14日必着です。（最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句）8月号は川柳を募集します。1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。

応募方法

俳句または川柳、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、ハガキ、FAX、Eメールのいずれかでご応募ください。
※応募作品は自作で未発表のものに限ります。
※応募作品の一切の権利は、JAしまねに帰属するものとします。
※受賞作品は地域名、氏名（または雅号）を掲載します。

あて先

〒690-0887 松江市殿町19-1
JAしまね ふれあい広報課
「俳句の広場係」または「川柳の広場係」
FAX：0852-67-7708
Eメール：fureai.hon@ja-shimane.gr.jp



最優秀賞、優秀賞の4名様には「農協全国商品券1,000円分」をお贈りします。

・お預かりした個人情報は、プレゼントの抽選・発送のみに使用し、その他の目的で利用することはありません。

ジュンテンドー・J Aしまねのカード連携強化キャンペーン！

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

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

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

★【特典1】

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

★【特典2】

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

★【特典3】

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

※ポイント付与は県外店舗を含めて、ジュンテンドー全店舗が対象です。



【いきいきポイントカード】



【おさいふカード】



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



J Aしまね 総合ポイントカード「おさいふカード」会員様へ

優待割引のお知らせ



J Aしまね



PARIS MIKI

メガネ一式 **8%OFF!!** 補聴器 **5%OFF!!**

ご利用の際には、提携店舗にて
おさいふカードをご提示ください。

提携店舗 島根県内パリミキ全店

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

お問合せ



J Aしまね

本店経済部経済課 [TEL] **0853-25-8912**

あれ？
こんな時に限って
お薬がない…

そんな時のために
**備えて安心。
いつでも便利。**
クミアイ家庭薬です。



協同薬品工業株式会社

〒699-0631

出雲市斐川町直江3951-1

島根営業所

お問い合わせ先 平日9時～17時

TEL (0853) 25-9166



島根うまれの食材レシピしまねうレシピ

豚肉とじゃが芋とピーマンのウスターソース煮

材料（4人分）

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

A

作り方

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



コメント

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

アレンジ

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

トマトときゅうりのツナ和え

材料（4人分）

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

A

作り方

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

コメント

・ひんやりと冷えたトマトときゅうりは暑い夏の一品にぴったり！
・切って和えるだけ！ツナのコクでおかずにはもちろん、晩酌のお供にも。



アレンジ

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

健康散歩 For Your Health

パワーナップでパワーアップ

JA島根厚生連

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

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

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

パワーナップを取り入れることで、「集中力の向上」、「スト



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

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

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

