

JA しまね ひより



2025

6

June
Vol.111

Shimane
Biyori



来月の外勤日は 7月16日(水)~18日(金)

特集 “もしも”の災害に備えよう



YouTube



Instagram



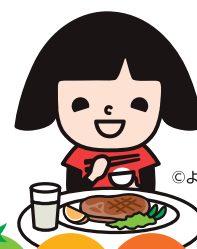
LINE



Facebook



SNSで旬な情報を
投稿しています



©よい食P



こくしょうこくさん



JALしまね 出雲地区本部版

みーつけた

しまねの ファーマーズ Shimane farmers

農事組合法人「ごんごんじいの郷」代表

井川津多夫さん(66歳)

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



「ごんごんじいの郷」の誕生

吉賀町真田地区。清流日本一にも選ばれた一級河川・高津川が流れ、山々に囲まれた自然豊かな地域です。ここではかつて、多くの農家が自分の田畑を耕してきましたが、近年では高齢化により、耕作放棄地の増加や農地管理が大きな課題となっていました。そんな中、平成24年度から農林水産省が開始した事業の「人・農地プラン」を策定するにあたり、真田地区でもアンケート調査や関係機関との協議を実施。その結果、地域で圃場整備事業に取り組むこ



取材時は田植え作業の真っ只中。

とを決定しました。圃場整備事業を行うには、法人の設立と高収益作物の導入が条件となっていたことから、地域の農地を共同で管理・活用していく体制として農事組合法人を令和3年

2月に設立。その名も、「ごんごんじいの郷」。

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



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

地域にあった柔軟な農地管理

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

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

スマート農業で、無理なく・楽しく

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



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



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

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

仲間の支えと 雰囲気の良いつながり

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

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

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

この地域で農業を続けていく 仕組みづくり

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

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



法人の取り組みについて笑顔で話す井川代表。

プチっと情報!

ごんごんじい

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



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



真田地区の美しい里山

“もしも”の災害に備えよう

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

マイ・タイムラインを作成してみよう！

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

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

まずはここから確認！



周辺地域の危険度

まずはハザードマップを見てみましょう。各市町村で作成しています。

県内各市町村
ハザードマップ▶



避難場所

避難所に行くことだけが避難ではありません。安全を確保できる場所を確認しましょう。災害の種類ごとに複数の避難先を決めておくことで安心できます。

避難ルート

避難先までの経路を確認しましょう。危険箇所を避けて安全に通れる道を選びます。また、避難先まで実際に歩いておくことも大切です。

連絡先

家族や知人、頼りにできる方などの連絡先を確認しておきましょう。

出典：島根県作成「災害時の避難のためにできる事前の備え」を加工して作成

非常持出品を準備しよう！

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

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



食料・飲料などを備蓄しよう！

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

【備蓄の例】

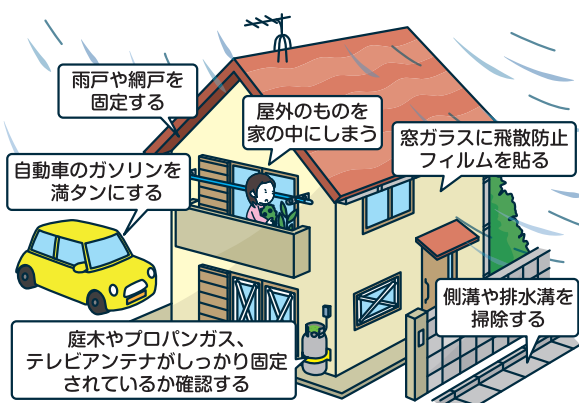
- 主 菜：魚介の缶詰、肉類の缶詰、肉や魚を使ったレトルト食品など
- 主 食：米、カップ麺、パックご飯、乾麺など
- 副菜・果物：梅干し、漬物、日持ちする野菜・果物、ドライフルーツなど
- その他：羊羹やチョコレート、スナック類の菓子・嗜好品、インスタント味噌汁、即席スープなど
- 生活用品：ティッシュ、トイレトーパー、ラップ、ゴミ袋、携帯用トイレ、マッチ、ろうそく、カセットコンロなど

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



風水害対策

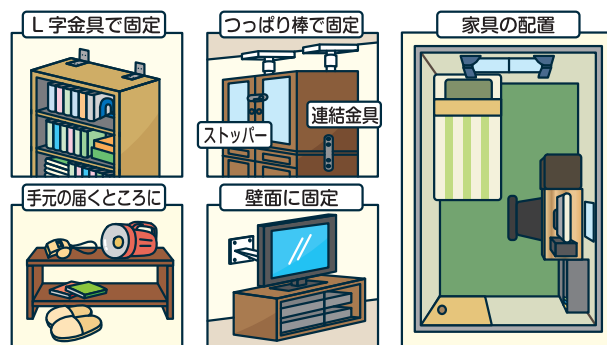
雨が降ったり、風が強くなったりする前に家の外と中の備えをしておきましょう。



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

地震対策

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



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

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

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

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

島根県からの防災情報もチェック！

◆しまね防災メール

各種防災情報や緊急のお知らせを電子メールで配信するサービスです。

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



登録はこちらから

◆しまね防災情報（Webサイト）

防災に関する情報や避難に関する情報を確認することができます。

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



アクセスはこちらから

激甚化が進む自然災害。考えてみませんか？“いえ”の保障

選んで安心、

JAの建物更生共済

建物更生共済のスゴイところ！



1 島根県では約3軒に1軒が加入！

多くの皆様にJA共済を選んでいただいています。

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

2 有事の際にも生活再建へのお役立ち

火災や自然災害に罹災されても建物更生共済があれば安心です。JA共済の建物更生共済では火事だけでなく自然災害や地震も保障対象となります。被害があった際には共済金を受け取っていただくことで生活再建にお役立ちできます。

島根県で令和5年度に受け取っていただいた建物更生共済

支払件数 3,535件 支払金額 約15億6千万円※2

3 安心の調査・査定体制！

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

調査員の人数 1,294人※3



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

聞かせて！
くらしのこと
アンケート
キャンペーン

簡単なアンケートに答えるだけで

豪華賞品が
当たるチャンス！

応募はこちら▲

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

25320320085

作成者：島根県農業協同組合



JAしまね女性部が第8回通常総代会を開催

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

2025年度はJA女性組織3カ年計画『『あい♡』からはじまる『元気な地域』をみんなの力で』の実践初年度。部員らが玄米を持ち寄り子ども食堂などへ寄贈する「米一握り運動」やおもてなしプロジェクトの継続、世代を超えた交流を促進することなどを確認しました。

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

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



女性部活動を発表する能美さん



島根県農協青年組織協議会が第71回通常総会を開催

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

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

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

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



新体制となり意気込みを話す新役員ら

理事会情報（5月8日開催）

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

理事会情報（5月27日開催）

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



「元気な地域」も女性部の力で！ 斐川女性部



JA女性組織3カ年計画

『『あい♡』からはじまる『元気な地域』をみんなの力で』の実践初年度です。

助けあい

学びあい

育てあい



の3つの重点テーマを掲げ活動します。

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

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



一所懸命青年連盟



JAしまねくにびき青年連盟

地産地消に取り組み、
農業を通じて、
地域に貢献していきたい

まつ お 松尾 京亮さん (28歳)



JAしまねくにびき青年連盟(以下、農青連)に加入している松尾京亮さん(28)は、松江市八束町でハマボウフウやトウモロコシなどを栽培。大学院卒業後は北陸地方で就職しましたが、地元に戻って働きたいと考え山陰地方にUターンしました。自分で試行錯誤して生きていきたいという想いがあり、農家のライフスタイルが自身に合っていると考え農業を始めました。そして、せっかく地元で農業をするなら特産品を栽培しようと、八束町の特産品であるハマボウフウを中心とする栽培計画を立てました。

農青連に加入したのは令和6年。まだ活動への参加は多くはないものの、昨年の島根県青年大会で最優秀賞を受賞した当連盟の活動報告に感銘を受け、今年からさまざまな活動に参加しようと考えています。

松尾さんは「この夏に開催されるJA島根県青協70周年記念事業マルシェでも商品を販売する予定です。皆さん、楽しみにしてください」と意気込みました。

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

詳細は9ページをご覧ください。



あなたもチャレンジ!
家庭菜園

お知らせ

いつも連載企画「家庭菜園」をご愛読いただきありがとうございます。今月号の連載企画「家庭菜園(品目: コールラビ)」について、紙面の都合上、J Aしまねホームページへの掲載に代えさせていただくこととなりました。楽しみにしてくださっている皆様にはご不便をおかけしますが、ホームページからご覧ください。

また、「ベランダでも育てられる みんなのコンテナ栽培」についても、引き続きホームページにて連載していますのでぜひご覧ください。今月の品目は「エダマメ」です。

【家庭菜園】



コールラビについて



【コンテナ栽培】



エダマメについて



JAグループ島根 AGRIMACHINE FAIR 2025

期待に応え!!
6年ぶりの開催!!

農業機械総合展示会 in 出雲ドーム

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

スマート農業体感コーナー

最新技術を搭載した農業機械の実演デモを実施

会場 **出雲ドーム**
出雲市矢野町999

大型農機から小型農機まで
盛りだくさんの機械が勢揃い!
特選小物商品も多数展示
します!



ドローンの
実演飛行も!

ブース紹介

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



(無人仕様)



主催: JA全農島根農機サポート(株) 協賛: 島根県農業協同組合

島根県からのお願い



難防除雑草「ナガエツルノゲイトウ」を見つけたら

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

【ナガエツルノゲイトウの特徴】

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

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

刈り払いをすると植物の破片が飛散し、発根して爆発的に広がる恐れがあります。

見つけたらお近くの県農業振興部・農業部、J Aまでご連絡ください。



詳細はこちら



ナガエツルノゲイトウ

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

入場
無料

島根県農協青年組織協議会創立70周年記念事業

Team SHIMANE マルシェ

～農から広げる楽しいしまね～

2025 7/5 土 9:30～15:30
マルシェ・キッチンカー

7/6 日 9:30～15:00
キッチンカーのみ

出雲ドーム
出雲市矢野町999

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

マルシェ出店予定ブース 5日のみ

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

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

キッチンカー出店予定など 5・6日

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

島根県農協青年組織協議会ブース 5日のみ

米の重量当て

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

1名につき
1回限り

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

的当て(射的)ゲーム

開催時間：9:30～14:30
対象人数：先着200名

1名につき
1回限り



マルシェブースで
使える
商品券が
もらえる

スタンプラリー

開催時間：9:30～15:30
対象者：小学生以下
対象人数：先着200名

1名につき
1回限り



マルシェブースで
使える
商品券が
もらえる



島根県農協青年組織協議会

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



【注意事項】

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

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

【主催】島根県農協青年組織協議会

ぶどう出荷総会開催 目標達成へ意思統一

ＪＡしまね出雲ぶどう部会は５月９日、大社文化プレイスうらら館で、令和７年産ぶどう出荷総会を開催しました。部会員、関係者など約２００人が出席。高品質なぶどう出荷に向けて販売方針や出荷対応、検査上の注意事項などを確認しました。

今年度、出雲地区本部管内では４月２７日にデラウェアの出荷を開始。糖度、粒張り、房型とも良好に仕上がっており、総会では最盛期に向けての売り場の確保や、消費宣伝活動等に積極的に取り組むことを申し合わせました。また、デラウェアに続いて出荷が始まるシャインマスカット、神紅、ピオーネなどの大粒系ぶどうの出荷方法についても確認しました。

同部会の石橋貢部会長は「皆さんの努力と協力のもと、消費者の方に甘くて大粒の高品質なデラウェアを提供し、県全体で８５０トン、出雲で６６０トンの出荷目標達成を目指して頑張ります」と出席者へ呼びかけました。



あいさつをする石橋部会長

いずもＪＡシニア女子大学 「お茶のおはなし講座」

ＪＡしまね出雲女性部は５月２８日、いずもＪＡシニア女子大学５月講座として「お茶のおはなし講座」を開催しました。今回は「知っている」と安心！大人のたしなみ」をテーマに、原壽園の原典子氏を講師にお迎えして行いました。

当日は、茶道の始まりから現在に至るまでの変遷や、茶道における精神性、宗教観、政治的背景について学びました。また、松江藩の歴史の中の茶道の役割や、島根県・鳥取県のお茶事の特徴についても触れ、地元のお茶文化への理解を深めました。さらに、お茶をお出しする側だけでなく、いただく側の心構えについても学びました。

参加した学生からは、「お茶の奥深さを知ることができ、今まで知らなかった話も聞けてとても良かった」「歴史の深さや、お茶一杯に込められた精神を知り、これからのお茶事が変わりそう」「神聖な雰囲気を感じ、清々しい気持ちになり癒された」などの感想が寄せられました。



煎茶を味わう女子大学生

バケツ稲作りに挑戦 塩冶小学校ＰＴＡ親子活動

出雲市立塩冶小学校の５年生が５月３１日、「バケツ稲作り」に挑戦しました。この活動は、同校のＰＴＡ親子活動の一環として企画されたもので、バケツで稲を育てる体験を通して農業への理解を深めてもらうことを目的に開催。ＪＡしまね出雲地区本部塩冶支店の原田透支店長と中部営農センターの石飛修センター長が講師を務め、親子３５組が米作りについて学びました。

当日は、初めにＪＡ職員が資料を基にお米ができるまでの過程を説明。稲作における１年間の主な作業について分かりやすく伝えました。その後、親子で協力しながらバケツに土を入れるなど、バケツで稲を育てる準備作業を行いました。バケツ稲は各家庭に持ち帰り、親子で稲の生長を観察しながら栽培し、秋の収穫を目指します。

同校の成相寛之ＰＴＡ会長は「子どもたちが栽培を通して、普段食べているお米がどのように作られているのかを学び、食べ物や農業への関心が高まるきっかけになれば嬉しいです」と話しました。



お米ができるまでの過程を説明



親子でバケツ稲作りに挑戦

出雲ブロッコリー部会 通常総会開催

JAしまね出雲ブロッコリー部会は5月20日、第38回通常総会を開催し、部会員や関係者など約60人が出席しました。

令和6年度は、春作・秋冬作あわせて54ヘクタール（前年の98%）の作付けとなりました。異常気象の影響で全国的に出荷量が減少し高単価で推移したことから、販売金額は前年対比111%となる1億2千万円となりました。また、新規栽培者の確保にも積極的に取り組んだ結果、3人の新規部会員の加入に繋がりました。

令和7年度も引き続き、高品質な「かあちゃんブロッコリー」の生産に力を入れるとともに、新規栽培者の募集や集落営農組織への推進活動を継続し、さらなる産地拡大を目指します。加えて、スーパーブロッコリー「出雲フォルテ」の作付けおよび販路の拡大にも取り組むこととしています。同部会の山根康生部会長は「資材や肥料の価格高騰など、依然として厳しい栽培環境が続いています。産地の維持・発展のため、皆さまのご協力をお願いします」と呼びかけました。



通常総会を開催

第1回ぶどう女性 JAしまね出雲ぶどう部会女性部

JAしまね出雲ぶどう部会女性部は5月23日、大社文化プレイスうらら館で第1回ぶどう女性大学校「選果選別講習会」を開きました。出荷最盛期に向けて情報を共有し、部員たちの技術向上と女性の視点や感性を活かしながら、高品質なぶどう栽培へ向けての意思統一を図ることを目的に毎年開催しています。

講習会では、まず市場からの情勢報告が行われ、現在の市場動向についての情報が共有されました。その後、検査上の注意事項、選果選別の方法などについて確認しました。

同女性部の園山正恵部長は「島根のデラウェアは高品質で評価も高く、各市場からも出荷量増大の強い要請をいただいています。選果選別を徹底し、安全・安心でおいしいぶどうをたくさん出荷いただきますようお願いいたします」と呼びかけました。今年度同女性部では、「デラウェア」「シャインマスカット」の販売促進イベント等を開催し、島根ぶどうのPRを行う計画にしています。



あいさつをする園山部長

神話の郷ぶどう直売所オープン 県内外への発送にも対応

今年も「神話の郷ぶどう直売所」が5月18日に大社町北荒木でオープンしました。

店頭に並ぶデラウェアは、その日の朝に集荷所で検査を受けたもので、直売所でも再点検したうえで一房ずつ丁寧に袋詰めされた新鮮なぶどうです。1キロ箱や2キロ箱の取扱いもあり、贈答用としても人気があります。同直売所の三成卓夫代表は「出雲のデラウェアは評判がとても良く、毎年県内外から問い合わせをいただいています。糖度、粒張りともに良好なデラウェアを今年も多くの方に食べていただきたいです」と話しました。直売所は8月24日まで、午前10時～午後4時まで営業（火曜日定休）。デラウェアのほか、メロンや巨峰、ピオーネ、シャインマスカット、プラムなども順次取扱う予定です。お問い合わせは「神話の郷ぶどう直売所」TEL：0853-535680（ファックス兼用）まで。



直売所の前に立つ三成代表ら

活動紹介

JAしまね
出雲女性部
通常総会開催

JAしまね出雲女性部は5月9日、出雲地区本部会議室で第10回通常総会を開きました。部員・関係者など約100人が出席。令和6年度の活動報告、令和7年度の活動計画など5議案を協議・承認しました。

令和6年度は、引き続きJAしまね女性部統一活動である「おもてなしプロジェクト」や「米一握り運動」に積極的に取り組んだほか、各支部が地域の特性に合わせて様々な活動を行ったことなどを報告。令和7年度はJA女性組織の3力年計画「あい♡」からはじまる「元気な地域」をみんなの力で「実践初年度であり、これまでの活動をさらに発展させるとともに仲間の輪を広げながら元気な地域づくりに貢献していくことなどを申し合わせました。同女性部の浦部えつ子部長は「今年度も私たちにできる取り組みを継続し、活動を通じて地域に貢献できる機会が増えることを願っています」と話しました。

今年度は役員改選も行われ、部長には浦部部長を再任。本部役員のうち9人が新しい委員となり、新体制で令和7年度をスタートします。

活動紹介

幅広い分野で活躍!!
出雲地区本部
生活文化協力員

出雲地区本部では、組合員の皆さんの生活文化活動をサポートするとともに、JA組織活動の活性化を図ることを目的に、生活文化協力員を管内の各ブロックに配置しています。

生活文化協力員は、JA生活指導員と連携をとりながら、各地区で行う料理教室や手芸教室など、JA女性部の活動をサポートしています。また、農業まつりやJA女子大学等にも積極的に協力するなど幅広い分野で活躍しています。

今年度は各ブロックから15人を選任しました。今後も生活文化活動がより充実したものとなるよう活動していきます。

令和7年度
JAしまね出雲地区本部

生活文化協力員名簿 (敬称略)

主活動ブロック	氏名
中部ブロック	園山 紀子
	長谷川 博美
	久谷 佳代
東部ブロック	山形 由紀
	岡 陽子
	福間 きぬ子
西部ブロック	園山 幸美
	角森 希美
	横田 紀子
河南ブロック	森山 都代子
	石飛 通子
	高山 恭子
南部ブロック	曾田 徳子
	青木 久美子
	長島 敬子

ミニセルフ給油所の週2日の休店日設定について

平素はJA石油事業をご利用いただきありがとうございます。

自動車燃料部 石油課

さて、現在白枝給油所と湖陵給油所の2店舗を毎週2日の休店日としていますが、現状の人員不足解消にめどが立たず、やむを得ず7月よりミニセルフ店舗の休店日を毎週2日に増やさせていただきます。

組合員・利用者の皆様には、ご不便をお掛けすることとなりますが、何卒ご理解いただきますようお願いいたします。

セルフ給油所(北部、南、平田)は正月除く年中無休で営業することに変更ございません。

なお、セルフ給油所でのガソリン・混合油・軽油の専用容器へのスタッフによる注油は人員体制の都合上、時間を9:00～18:00の間に限定しておりますのでご承知おきください。

○=現在の休店日

●=新たな休店日



給油所名	日	月	火	水	木	金	土
白枝給油所	○			○			
浜山給油所		●			○		
佐田給油所	○			●			
多伎給油所		○			●		
湖陵給油所			○			○	

令和7年度 LPガス設備調査点検のお知らせ

平素よりJA LP ガスをご利用いただき、ありがとうございます。

JAしまね出雲地区本部ガスセンターでは、4年以内に1度、法令に基づいた消費設備の点検・調査を行っております。

下記の予定で、調査の委託をしている島根県中央LPガス保安センター協同組合の職員が伺いますので、ご理解・ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

月	地 区
7月	大津地区・塩冶地区・多伎地区(多伎町)・ 神門地区・国富地区(美談町、国富町)・北浜地区
8月	
9月	

※上記予定は進行状況等により、変更となる可能性もありますのでご了承ください。



LPガス設備調査点検とは

- ・供給設備・消費設備のガス漏れの有無などの点検を行うことです。
 - ・4年以内に1回、安全のために実施することが法律で義務付けられております。
- 尚、この点検・調査は無料です。料金が発生することはございません。

お問い合わせ先 JAしまね出雲地区本部ガスセンター TEL:0853-28-1234



株式会社おかずくらぶ代表

おか

やす ゆき
康之さん
(42)

— アムスメロン —

栽培面積

・アムスメロン

3アール

・大根 150アール

・きゅうり

30アール

・いちご

2.5アール

その他

神西沖町で、甘く香り高いアムスメロンを栽培する岡康之さん。食べた人が「おいしい」と笑顔になる瞬間を想像しながら、日々手間ひまを惜しまず栽培に取り組んでいます。

家族の「食べたい」がきっかけに

実家が農家だった岡さんにとって、畑が遊び場だったというほど幼い頃から農業は身近なものでした。自然と将来は家業を継ぐことを考えるようになり、高校卒業後は島根県立農林大学校で学び、23歳で就農。現在、きゅうりや大根、いちご、ピーマンなどを栽培するとともに、アムスメロンを3アールの面積で育てています。

岡さんがメロン栽培を始めたのは4年前のこと。きっかけは『子どもに自分が作ったメロンを食べさせたい』という思いからでした。「子どもがメロンを食べたいと言ったことが栽培を始めるきっかけになりました。メロンを食べて笑顔になる姿を見ると、本当に嬉しいです」と話す岡さん。収穫時期が近づくにつれて糖度や香りが増していく過程をお子さんと共有できることも生産者ならではの喜びと感じていて、栽培するうえでの大きな原動力となっています。

おいしさを追求する

栽培はJAしまね出雲メロン部会

の栽培指針に基づき、決められた時期に必要な作業を忠実に実践するよう心掛けています。「食べた人がっかりしないように栽培管理をしっかりと行い、おいしいメロンを生産できるよう努めています」と話す岡さん。細心の注意を払いながら良質なメロン栽培に取り組むなかで、特にこだわっているのが収穫のタイミングです。岡さんは、メロンひとつひとつの葉や莖、果実の状態を細かく観察し、最適な収穫時期を見極めるよう努めています。「メロンを食べた人の『甘かった』『おいしかった』がなにより嬉しく、そう言ってもらえるよう頑張っています」と話します。

出雲のメロンをもっと多くの人へ

出雲でのメロン栽培に関して岡さんは、土質も適していて栽培しやすい環境にあると感じています。「一人一人の面積は大きくなくても作る人が増えることで、産地や地域の活性化につながると思います。多くの人がメロンを栽培するようになると嬉しいです」と話します。また、「出雲産のアムスメロンは、6月中旬頃から出荷が始まる予定です。お店で見かけられた際にはぜひ手に取って、その味を楽しんでいただきたいと思います」と思いを込めて話しました。

組合員大会を開催します!



JAしまね出雲地区本部では、7月8日から8月5日までの期間、管内14会場において組合員大会を開催します。組合員大会では、役職員が各会場へ出かけ、JAの事業概況を説明するとともに、組合員の皆様からのご意見・ご要望をお聞きし、事業運営に活かすことを大きな目的としています。

多くの組合員の皆様のご参加をお待ちしています。

なお、令和7年6月30日（月）まで事前質問を募集していますので、最寄りの支店にお申し出ください。

日 時	地 区	会 場
7月8日(火) 19:00～	塩冶支店管内	塩冶コミュニティセンター
7月9日(水) 19:00～	荒木・遙堪支店管内	荒木支店
7月10日(木) 19:00～	出雲北・出雲支店管内	四絡コミュニティセンター
7月11日(金) 19:00～	出雲南支店管内	朝山コミュニティセンター
7月15日(火) 19:00～	川跡支店管内	鷹巣コミュニティセンター
7月16日(水) 19:00～	長浜支店管内	長浜コミュニティセンター
7月17日(木) 19:00～	湖陵支店管内	湖陵支店
7月18日(金) 18:30～	神戸川支店管内	朱鷺会館
7月19日(土) 10:00～	東部ブロック管内	平田文化館
7月23日(水) 19:00～	大社支店管内	大社支店
7月24日(木) 19:00～	佐田支店・乙立地区管内	文化練習館
7月28日(月) 19:00～	出雲東支店管内	上津コミュニティセンター
7月30日(水) 19:00～	高松支店管内	高松コミュニティセンター
8月5日(火) 19:00～	多伎支店管内	多伎支店

※気象状況等により中止・延期する場合がございますので、あらかじめご了承ください。



令和7年度 JAしまね出雲地区本部 高齢者対策リーダー養成研修会の 受講者募集について

JAの高齢者福祉活動に対する知識・技能の習得を目的に研修会を開催します。

日程(各ブロックごとに開催)

※すべて同内容の研修です。お住まいのブロック開催日にご都合の悪い方は他の会場で受講していただいても構いません。

地 区	開 催 日	場 所
東部ブロック	令和7年8月29日(金)	JAしまね平田中央支店大会議室
河南ブロック	令和7年9月 5日(金)	JAしまね神戸川支店会議室
中部、南部ブロック	令和7年9月12日(金)	JAしまね出雲地区本部401会議室
西部ブロック	令和7年9月16日(火)	JAしまね荒木支店大会議室

実施主体

島根県農業協同組合 出雲地区本部

対 象

以下の要件を満たす方

- (1) JAしまね出雲地区本部組合員もしくは同一世帯家族
- (2) JA高齢者福祉活動(やすらぎ会ボランティア活動)の目的に賛同いただける方

内 容

島根県農業協同組合出雲地区本部独自のカリキュラム内容で実施します。

※公的資格ではありません

時 間	内 容	講 師
9:30~10:30	「救急法 救急入門コース」	出雲消防署本署・各分署
10:30~11:45	「ミニデイサービスで活かせる 楽しい体操とレクリエーション」	健康運動指導士 山根 千恵美氏
11:45~12:00	「JAしまね出雲やすらぎ会について」	JAしまね出雲地区本部 ふれあい福祉課

全日
共通

申込方法

申込書を**令和7年7月31日(木)までに**各支店へご提出ください。
(申込用紙は各支店又はふれあい福祉課にあります)

受講料

無 料

JAしまね出雲やすらぎ会について

JAしまね出雲やすらぎ会は、これまで各地域でのボランティア活動をはじめ、さまざまな活動を行ってきました。やすらぎ会の目的や活動内容をご理解いただきご賛同くださる方!!やすらぎ会の仲間になり、地域でのボランティア活動をぜひ一緒に行いましょう。

※入会を希望される方には、新規入会申込書を用意しています。

※飲み物・筆記用具については各自ご持参ください。

お問い合わせ先

JAしまね出雲地区本部ふれあい福祉課(21-6013)



ただいま健康診断の お申込みを受付中です



～長く健康で過ごすために、健診は年1回受けましょう～

広報誌『しまねびより』5月号の折込にてご案内いたしました「組合員健康診断」「農業者・女性部健診」「巡回人間ドック」につきまして、現在お申込みを順次受け付けております。今年度は、全会場分を一括でご案内しております。申込用紙は、出雲地区本部管内のJA各支店、各営農センター、ラピタ各店にもご用意しておりますので、受診を希望される方は申込用紙をご記入の上、お早めにお近くのJA各支店窓口へご提出ください。

ほとんどの病気は自覚症状なく進行していきます。毎年の健診は、体の小さな変化を見逃さず、病気の兆候を知ることができる大切な機会です。「元気だから」こそ、健診を受けてご自身の体調をチェックしましょう。

お問い合わせ先

JAしまね出雲地区本部 ふれあい福祉課

TEL.0853-21-6013



出雲市農政会議だより

令和7年6月

No.117

発行元：出雲市農政会議(出雲市今市町106番地1 JAしまね出雲地区本部営農企画課内)
発行責任者：事務局長 山根 康太

【活動内容報告】

○第21回通常総会開催

5月31日(土)、ラピタ本店『鳳凰の間』において第21回出雲市農政会議通常総会を開催しました。

足立会長より「米の価格問題について、価格の上昇による消費者の米離れや輸入米に置き変わることが心配である。一方で、長年低迷していた米価に多くの農業者が苦しんできたことも事実である。生産コストを考慮した米の適正価格について、国に対してしっかりと対策を要望していくとともに、我々自身も消費者に対して理解を得るための取り組みをしていかなければならない」と挨拶がありました。

総会には、舞立昇治参議院議員、丸山達也島根県知事、飯塚俊之出雲市長をはじめ推薦県議会議員や出雲市議会農政議員連盟、JA関係者等多数の来賓にご臨席賜わる中、農政会議代議員等総勢130名の参加があり、役員改選を含む6つの議案について審議され全て承認されました。

農政会議 第21回通常総会



足立会長による開会挨拶

◆新役員

役職名	氏名	ブロック
会長	足立 博臣 再	河南ブロック
副会長	吾郷 盛義 新	中部ブロック
副会長	大福 里志 新	東部ブロック
副会長	天野 明浩 再	西部ブロック
副会長	三次 眞樹 再	南部ブロック
副会長	藤江 美由紀 再	JA出雲地区本部

輝け!

いずもスマイル

川上蓮翔さんと結叶さんは、大好きな剣道にひたむきに打ち込む双子の兄弟です。小学2年生の時に剣道を始め、当初は試合で負けて悔し涙を流し、「やめたい」と思うこともありましたが、共に汗を流し、励まし合う仲間の存在が剣道を続ける大きな支えとなりました。技を習得するにつれ、剣道の楽しさに心を奪われていった二人。大会で勝利を重ね、優勝を成し遂げるたびに、剣道にますます魅了されていきました。中学3年生となった今も、剣道に打ち込む日々を送っています。

「全国でトップになることを目指しています」と話す二人。高い目標を持つ二人にとって強い相手との試合が大きな刺激となっています。「勝てないときもありますが、どうすればより良い結果が出せるのかを常に考えることで、更なる成長につなげることができるとしています」と話します。稽古中に限らず、家でも剣道に向き合い続ける二人。試合の動画を見返して意見を交わし合うことや、構えを確認し合うことも日常の一部となっています。そして、二人はこのような剣道に打

出雲市荒茅町

かわかみ

川上

れんと

蓮翔さん

(14歳・左)

かわかみ

川上

ゆいと

結叶さん

(14歳・右)



ち込めるのは家族の支えがあってこそだと感じています。「忙しい中、送り迎えや食事の面など、サポートしてくれる家族に感謝しています」と話し、家族の温かい応援が更なる高みを目指す原動力となっています。

4月に開催された「JAしまね出雲地区本部杯争奪第20回出雲市少年剣道大会」では、個人戦で優勝と準優勝を果たし、団体戦でも優勝を収めた二人。今後の目標として「全国大会に出場し、良い成績を残したいと思います」と意気込みを話しました。

健康ライフかわら版

「あなどるなかれ!朝ごはん」 ～6月は食育月間です～

朝ごはんの役割

島根県の調査で、「朝食を毎日食べる習慣のない人」は、男女とも増加しており、特に20～50歳代の男性、20～40歳代の女性で多くなっています。毎日を充実して過ごすために朝ごはんには大きな役割があります。

① 体のリズムを整える

朝ごはんを食べると、エネルギーがいきわたり、体が目を覚まして動かしやすくなります。エネルギーがない状態では、体も目を覚まらず、昼食まで集中力がなくボーッとしてしまいます。



② 体温を上げる

寝ているときは体温が下がった状態で、朝ごはんを食べることで体温は上昇します。朝ごはんを食べないと体温が低いまま、午前中から眠くなったり、あくびがでたりします。

③ 脳にエネルギーを補給する

脳のエネルギー源は、ブドウ糖ですが、これは体内に多く貯蓄できないもので、寝ている間も使われて減っていきます。そのブドウ糖を朝ごはんでは補給しないと、脳は栄養不足状態になり、集中力や記憶力が下がってしまいます。



朝ごはんを食べよう!



朝ごはんを食べるためには、まずは、10分でも早く起きてみましょう。朝ごはんを食べる習慣ができれば、早く起きることも少しずつ楽になってきます。食べる時間ができたら、朝ごはんの準備をしましょう。まずはおにぎりやパンなどの準備しやすい食事から取り入れてみましょう。※慣れてきたら、主菜や副菜なども加えていきましょう。

お問い合わせ先 出雲保健所健康増進課 TEL 21-8785



農業のために 地域のために 明日のために

JA共済の地域貢献活動

おたより広場

読者のみなさんからの投稿コーナーです。
最近あった「楽しかったこと」「最近思うこと」「感動したこと」…ぜひお聞かせください。
写真や絵手紙・イラストも大募集!!

〒693-8585
出雲市今市町106番地1
JAしまね出雲地区本部内
「広報誌JAしまねより」編集係 宛
☑メールでの投稿も大歓迎!
izumokouhou.izm@ja-shimane.gr.jp

●しまねより5月号掲載の吉廻さん、おじいさんの代から続くデラウェア栽培に頑張っておられる若いご夫婦にエールを送ります。この時期毎年楽しみに頂いています。おいしいぶどうづくり頑張ってください。(多伎町 T・Iさん)

●デラウェアの出荷が始まりましたね。関東にいる子どもや孫が大好きでこの時季を待っています。早速送ろうと思います。(東福町 E・Fさん)

●デラウェアの出荷が始まりました。今年は天候が悪い日が多く、色付くのに時間がかかっています。みなさん食べてください。(西園町 H・Aさん)

JA：待ちに待ったデラウェアの季節！皆様からもデラウェアに関するおたよりをたくさんいただき、心待ちにしておられた様子がとても伝わってきました。今年も甘くておいしいデラウェアです！ぜひ皆様ご賞味ください！

●5月号の「しまねのファーマーズ 神田颯大さん」の記事を読みました。きゅうりの葉の大きさにびっくりです。たくさんきゅうりを収穫するにはあれだけ立派に育てないといけないのかもしれない。これからハウスの中は大変な暑さだと思いますが頑張ってくださいね。(神門町 K・Aさん)

JA：シャキシャキとした食感とみずみずしさが特徴のきゅうりは、暑くなるこれからの時期にぴったり！サラダや漬物として食卓に並ぶだけでなく、お祭りの屋台などでも大活躍の野菜ですね。丹精込めて育ててくれる生産者の方々に感謝しながらいただきますね♡

●ラピタの「星空ガーデン」がオープンしました。私はバーベキューになつてからまだ行ったことはありませんが、今年行ってみようと思います。(芦渡町 J・Kさん)

●夏の楽しみ、ビアガーデンが始まりノドが鳴ります。(所原町 Y・Iさん)

JA：一日の仕事を終え、事務所の外に一步踏み出すと、ラピタの屋上からおいしそうな香りが風に乘って漂ってきます。私は毎日のように、その香りに引き寄せられるようになります。☺「星空ガーデン」という名前の通り、開放感あふれる会場と素敵な雰囲気の中で楽しむバーベキューは格別です！皆様のご来場をお待ちしています！

●今年も梅の季節になりましたね。わが家にも梅の木が数本あって塩漬けにしたり、梅酒、梅ジャム、しそ巻き…と色々楽しんでます。梅は何年でももつし身体にも良いそうですね。(稗原町 M・Nさん)

●梅雨の時期は、ジメジメするし蒸し暑いし苦手な時期ですが、この時期の楽しみに「梅仕事」がありました。数年前に祖母の家で梅を収穫させてもらい、初の梅干し作りをした事を思い出しました。夏バテ防止に今年は久々に梅仕事したいなあ♡大人は梅酒、子どもは梅シロップ作って梅ジュースにして飲ませようかなと感じさせ

てもらったクロスワードクイズとなりました♡(上島町 K・Kさん)

JA：梅雨は湿度が高く過ごしにくい季節ですが、さっぱりとした味わいをいろいろな方法で楽しめる梅はこの時期の楽しみのひとつです。私もお家で採れた梅を使って、梅シロップなどを作っています。梅シロップは炭酸水や冷水で割って飲んだり、ヨーグルトにかけたりして楽しんでいます。おいしい梅を食べて、元気に梅雨を乗り切りましょう！



Check!

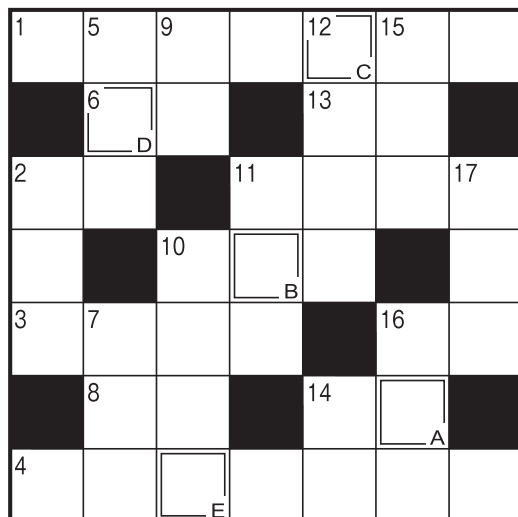
クロスワード パズル

農協全国商品券も
もらっちゃおう!!



二重マスの文字をA～Eの順に並べて
できる言葉は何でしょうか？

出題 ● ニコリ



答え

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

タテのカギ

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

ヨコのカギ

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

応募要項

応募方法

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



賞品

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

当選者発表

賞品の発送をもってかえさせていただきます。

宛先・締切

〒693-8585 出雲市今市町106-1

JAしまね 出雲地区本部 ふれあい福祉課 「クイズ」係

2025年7月4日（金）（当日消印有効）

先月号の答え

「ウメシユ」

ア	メ	イ	モ	ウ	ト
ジ	ン	シ	ン	ミ	キ
サ	ハ	チ	コ	ウ	ミ
イ	オ	ン	サ	シ	ミ
シ	キ	サイ	ズ		
シ	バ	カン	シャ		
ミ	ナ	ヅ	キ	リ	

「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！



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

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

佳作

ふる里の軒下のれんつるし柿

浜田市 岩本 静代様

止まらない物価上昇減る年金

出雲市 櫛井 伸幸様

七転び八起無理です八十路です

隠岐の島町 上川 晃一様

優秀賞

生きている証だ今朝の旨い水

出雲市 佐野美和子様

最優秀賞

川柳の広場

選句者 島根県川柳連盟会長
竹治ちかし先生

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）7月号は俳句を募集します。1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。

応募方法

俳句または川柳、住所、氏名、年齢、電話番号を記入のうえ、ハガキ、FAX、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は、プレゼントの抽選・発送のみに使用し、その他の目的で利用することはありません。

2025
6.2 [月] 7.31 [木]

しまねの農畜産物を応援!

JALしまね
定期貯金キャンペーン
2025 夏

当JAへ新たな資金で
お預入れいただくと

金利
特典

お米
特典

しまね
和牛肉
特典

からえられます!

JAしまね 検索

詳細はホームページよりご確認ください

くわしくはお近くの JA 窓口までお問い合わせください

令和7年産 島根県飼料用米多収コンテスト

飼料用米生産農家の生産技術の向上による増収を図るとともに需要に応えるため、島根県内で「飼料用米多収コンテスト」を実施します。

参加資格

- 飼料用米生産面積が50 a程度であること。
- 飼料用米の単収が地域平均より高いことが見込まれること。
- 区分管理方式を行い面積と出荷数量が確認できること。

表彰部門

1. みほひかりの部
2. 多収（専用）品種の部

開催スケジュール

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

応募先およびお問い合わせ窓口

最寄りの地区本部米穀担当部署へご相談ください。

詳細はこちらをご覧ください。

<https://ja-shimane.jp/archives/5704/index>



JAタウンのご紹介

(株)JAアグリ島根では、
島根県産農畜産物・
加工品の全国発送を
承ります。

二次元バーコードを
スマホから読み込んで
簡単にご注文できます!

【決済方法】
クレジット・コンビニ決済等

<https://www.ja-town.com/shop/c/c6101/>
JAタウンはJA全農が運営する産地直送通販サイトです

株式会社 JAアグリ島根

アグリ販売部アグリ営業課
〒699-0641 島根県出雲市斐川町美南1666
TEL 0853-73-9577 FAX 0853-73-9578
営業時間 8:30～17:00(土・日・祝 休み)



6月1日は牛乳の日・6月は牛乳月間
ミルクでつながる ありがとうの輪

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



#ミルクのバトンリレー



※購入レシートを確認させていただきます

当日ラピタで購入した食材
持ち込みOK!!

lapita beer garden

ラピタ屋上 星空ガーデン2025

バーベキュー
ビアガーデン

4/25(金) ▶ 11/3(祝) 17:30 ▶ 21:00

ラピタ本店 屋上

お席は、テント席、座敷席、アウトドア席、オープン席より選べます。
雨天の場合はテント席のみご利用が可能です。

無料 Wi-Fi も使えます!!

地域とともに
ラピタ
組合員の皆様へ

平日が
お得!!

月曜～木曜限定!

**出雲産農産物(ふぞろい野菜)の
無料食べ放題!**

毎月その時旬の農産物を食べ放題で提供いたします(アスパラガス・椎茸等)
※どの農産物が食べ放題になっているかはホームページでご確認ください。

祝日および8/12、8/13、8/14を除く

全てのプランに、ご飯・ソフトドリンク飲み放題付! ※各種プランは1人前料金です。

【バーベキュープラン】

予約あり	3,000円 (税込)
予約なし	3,500円 (税込)

【アルコール飲料
飲み放題】
お一人さま
+2,000円 (税込)

【キッズプラン(小学生以下)】

予約あり	1,700円 (税込)
予約なし	2,000円 (税込)

予約はこちらから

予約割引あり!
24時間自動受付

インターネットでの予約は「ぐるなび」から▶

検索はこちら▶ ラピタビアガーデン | Q

お電話での予約・お問い合わせ先
Tel.050-5486-3296
9:00～17:00 受付
※17時以降は、お電話での予約・お問い合わせ
はできません。

Instagramも
チェック!



LAPITABERGARDEN

営業時間変更のお知らせ

棚卸しの為 ラピタ全店

6月30(月)日は

午後7時閉店

とさせていただきます

ラピタはまやま店 マツモトキヨシ

6月30(月)日 休店 とさせていただきます

2025 夏

盆提灯 展示即売会 開催中

8月10(日)まで

本店2階 催事場



ラピタのうなぎ

夏スタミナ!!

土曜 7/19 (土)
日曜 7/20 (日)
二の土 7/31 (木)

2025年 大人気!! 地元の老舗うなぎ

松江 「小泉八雲が愛したうなぎ」

山美世 **老舗**

八東大根島の井戸水で臭みを取り除き、身を引き締めた肉厚な国産うなぎを使用。鮮度抜群の捌きたてを、1本1本心を込めて焼き上げます。うなぎ独特の臭みが少なく、うなぎが苦手な方にもおすすめ。

※写真はイメージです。

1 うなぎ蒲焼
(うなぎのタレ付) 1尾

数量限定 本体価格 **4,630円**
(税込価格5,000円)

2 うなぎ素焼
1尾 (薬膳付)

数量限定 本体価格 **4,630円**
(税込価格5,000円)

おいさをそのまま真空パックにとじ込みました。おいさ長持ち、切らずにご飯にのせるだけ。

3 うなぎ蒲焼
ハーフカット (真空)

数量限定 本体価格 **2,408円**
(税込価格2,600円)

4 蒲焼のタレ
60g

本体価格 **300円**
(税込価格324円)



※写真はイメージです。



5 うなぎ弁当 1人前

数量限定 本体価格 **3,056円**
(税込価格3,300円)

山美世 お引渡し日			締切日
7/4(金)	7/5(土)	7/6(日)	6/28(土)
7/11(金)	7/12(土)	7/13(日)	7/5(土)
7/17(木)	7/18(金)	7/19(土)	7/10(木)
7/29(火)	7/30(水)	7/31(木)	7/22(火)

午後1時以降のお引渡し

出雲 「料亭秘伝のタレが決め手」

料亭たわら **老舗**

出雲の老舗料亭「たわら」。ふっくらした肉厚な国産うなぎを使用。料亭秘伝のタレを塗ったうなぎを絶妙な焼き加減でおいしく仕上げています。



6 うなぎ蒲焼
1尾 (うなぎのタレ、山椒付)

数量限定 本体価格 **3,426円**
(税込価格3,700円)

料亭たわら お引渡し日			締切日
7/4(金)	7/5(土)	7/6(日)	6/28(土)
7/11(金)	7/12(土)	7/13(日)	7/5(土)
7/17(木)	7/18(金)	7/19(土)	7/10(木)
7/29(火)	7/30(水)	7/31(木)	7/22(火)

午後1時以降のお引渡し

松江 「炭火焼の有名店」

大はかや **老舗**

一九四七年の開業以来、ウナギ一筋にこだわる言わずと知れた老舗。吟味して選んだウナギは肉厚で、強い炭火で短時間で焼くため、脂が十分残ってやわらかい。先代から受け継がれている甘口の秘伝のタレも人気のひとつ。

※写真はイメージです。



炭火焼が香ばしい大はかや人気のお弁当。
※大はかやは、弁当のみの注文となります。

7 うなぎ弁当 (並) 1人前

数量限定 本体価格 **2,500円**
(税込価格2,700円)

8 うなぎ弁当 (上) 1人前

数量限定 本体価格 **3,473円**
(税込価格3,750円)

大はかや お引渡し日				締切日
7/4(金)	7/7(月)	7/8(火)	7/9(水)	6/28(土)
7/11(金)				7/5(土)
7/14(月)	7/15(火)	7/16(水)		7/8(火)
7/29(火)	7/30(水)			7/22(火)

午後1時以降のお引渡し

松江 「松江百年の味」

一文字家 **老舗**

百有余年培ってきた「伝統の味付け」を守りながら、島根の自然から育まれる食材を、感謝の心で調理させていただき、松江の高い食文化を守り、お客様にお届けしたいと思っています。

- 一、米田酒造 出雲地伝酒焼き うなぎの蒲焼き
- 二、島根県飯南町産コシヒカリ
- 三、大根の酢の物

一文字家 お引渡し日			締切日
7/17(木)	7/18(金)	7/19(土)	7/10(木)
7/29(火)	7/30(水)	7/31(木)	7/22(火)

午後1時以降のお引渡し

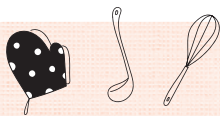


9 松江・米田酒造 出雲地伝酒焼き うなぎ蒲焼弁当
1人前

数量限定 本体価格 **2,500円**
(税込価格2,700円)



※写真はイメージです。



島根うまれの食材レシピしまねうレシピ

島根県『家の光』講師
飯塚生美子 先生

豚肉とピーマンの甘酢炒め

材料（4人分）

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

作り方

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



コメント

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

アレンジ

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



子どもも喜ぶ!簡単おつまみきゅうり

材料（4人分）

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

作り方

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

コメント

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

アレンジ

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



JA 島根厚生連

健康散歩

バランスの良い食事をとろう



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

〇たんぱく質を多く含む食品を摂取する

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

〇野菜の摂取量を増やす

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

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

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

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