

JAしまねひより

2024
10
October
Vol.103

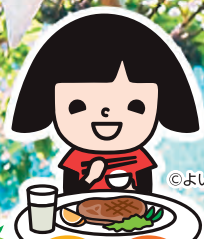
SNSで旬な情報を投稿しています



10TH
ANNIVERSARY
おかげさまで統合10年

「食べて農業にエールを!!」

10・11月は
「国消国産月間」



国消国産
こくしょうこくさん

「特集」島根のお米を食べよう

みーつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers

ロドリゲス拓海さん
[隠岐どうぜん地区本部]

みーつけた

Shimane farmers しまねのファーマーズ

ロドリゲス拓海^{たくみ}さん(28歳)

今月は隠岐とうぜん地区本部。海士町でブドウ栽培に取り組んでいるロドリゲス拓海さんにお話を伺いました。



移住者から、受け入れる立場へ



海士町の魅力について「皆さんとても穏やかでおおらか。住む人たちの雰囲気的魅力ですし、それを生み出している島の豊かさもあると思います」と話すロドリゲスさん

隠岐諸島のひとつ中ノ島・海士町。近年は若者たちの移住先として注目され、人の流れが活発化しています。東京で生まれ育ったロドリゲスさんも移住者のひとり。大学生の時にインターンシップで訪れ、公営塾の講師として町の教育事業に携わっていました。2年の期間終了と同時に、世間はコロナ禍に突入。東京に戻るか迷った末に、島に残ることを選択しました。

ロドリゲスさんは、2020年から一般財団法人島前ふるさと魅力化財団に就職し、「大人の島留学」という制度の運営を担当。「大人の島留学」とは、最長1年間働きながら島で暮らすお試し移住制度のこと。「始まって4年間で、延べ400人がこの制度を利用しています。移住を促進するというよりは、まずは島に来て暮らしを体験してもらうことが目的です」とロドリゲスさん。今度は自分が移住者を受け入れる立場として、アドバイスや支援を行っています。結果的に留学後も島に残る若者もいて、制度として大きな成果をあげています。

手探りで始めたブドウ栽培



引き受けることになった空き家とブドウ園。
空き家を改装して留学生たちのシェアハウスにする予定だそう。



ブドウの樹を手入れするロドリゲスさん

を本格的にやるのは初めてです。

ブドウの樹を引き継いだ時には、実がなる状態だったものの、露路栽培のため病気にかかりやすく、大雨や台風、暑すぎる天候など課題が山積みでした。前の生産者にまめてもらった生産記録を頼りに、町内の農家の方やJAの職員に相談したり、防除の仕方をインターネットで調べたりと、一から手探りで始めていきました。

そんな努力の甲斐もあり、2年目からはきれいな実をつけることに成功。地域の商店や学校給食、レストランなどに出荷できる状態になりました。地域の方から「おいしかったよ！また生のブドウが食べられるようになって嬉しい」と声をかけられるようになりました。

自分で生み出すことが楽しい

東京で生まれ育ったロドリゲスさんが、利便性が良いとは言えない離島の暮らしを続ける理由とは。「都会だと『できたモノをどう使うか』という考えになりがちですが、ここに来てから『どうやってモノを作り出していくか』ということがおもしろくて。それがまさに農業かもしれません」と言います。



「藤稔」に実ったブドウ



大阪や沖縄、千葉からの留学生と一緒に作業。
留学生にとってロドリゲスさんはお兄さんのような存在です。

はハードルが高いですが、少しでも農業に興味がある人が気軽に体験できる場所や体制があれば」とロドリゲスさん。「今はその仕組み作りの最中。土台がしっかりできて、安定的に出荷ができる状態を保てれば、次は品質にもこだわっていききたい」と言い、利益が出て経済的に余裕ができればハウスを建てたり、作付面積を広げたりなど、さらなる目標も明確です。

継続できる農業の仕組みを

続けて「農業は動いた分だけ、結果が返ってくる。手にとって自分の頑張りがわかりますし、周りの人の評価も感じやすい」と、やりがいや喜びを実感しやすいのが島での農業の魅力だと語ります。

島前ふるさと魅力化財団での仕事の傍ら、ブドウをはじめ、米や野菜などの生産に取り組むロドリゲスさん。農業を体験したいという留学生に、仕事として農作業や出荷作業を手伝ってもらっています。ロドリゲスさんは「留学制度は最長1年なので、どうしても人の入れ替わりがありますが、組織として継続できる農業の仕組みを作っていけたら」と語ります。高齢化が進む一方で、海士町では早くから取り組んできた移住者支援や制度により、若い人たちが入ってきやすい雰囲気があります。それを強みに、「色んな人たちが関わりながら持続できる農業」を目指しているそう。「同じ土地で農業をやり続けるのはハードルが高いですが、少しでも農業に興味がある人が気軽に体験できる場所や体制があれば」とロドリゲスさん。「今はその仕組み作りの最中。土台がしっかりできて、安定的に出荷ができる状態を保てれば、次は品質にもこだわっていききたい」と言い、利益が出て経済的に余裕ができればハウスを建てたり、作付面積を広げたりなど、さらなる目標も明確です。

ほっと一息する癒しの時間

忙しい毎日の

中でも、家で自家焙煎のコーヒーを淹れて飲む時間が最高の癒しだと語るロドリゲスさん。自分で取り寄せた豆を、自前の焙煎機で挽く本格派。そんな趣味が高じて、露店販売の営業許可を取得し、月一回開催される島のマルシェでコーヒーショップとして出店することもあるのだとか。地域の人たちにも挽きたての良い香りを楽しんでもらっているそう。



島内のマルシェでコーヒーショップを出店しています

海士町の農業に新しい景色を作りたい

縁あって突然始めることになったブドウ栽培ですが、「ブドウってすごく奥が深いです。仕立て方が

少し工夫するだけで味に変化が出ますし」と今ではすっかり楽しさを見出しているロドリゲスさん。将来はワイン作りにも意欲を見せています。また、町やJAと連携しながら商品を生み出し、ブランド化していくことにも興味があり「島だと面積に限りがあるし、販路もある程度決まっています。だからこそ、その弱みを逆手に取って離島ならではの販売戦略を生み出していききたい」と、期待に胸を膨らませています。人手不足により農業にもIT化が広がる中、あえ

て逆を求める動きも出てくるのではないかと予想するロドリゲスさん。「もっと非効率で情緒的な仕事をしたいと思う人たちも絶対いるはず。その人たちの受け皿となり、『島』『小規模』『気軽に』というキーワードを軸にして、ここでの農業のやり方を模索し続けたい」と語ります。ロドリゲスさんが新たに提案する方法が、賛同した若者たちの選択肢の一つになれば。これからの海士町に、また新しい景色が広がっていくかもしれません。



フェリー乗り場には観光客に交じり多くの若者たちが意見交換したり団らんにいたり、海士町に新しい風が吹きこんでいます



留学生と談笑するロドリゲスさん

プチっ
情報!

ロドリゲスさんのブドウ

生食用ブドウとして島内最大の作付面積を誇るロドリゲスさんのブドウ園。ここでとれたブドウは、JAグリーンストアや島じゃ常識商店の店頭で購入することができます😊

お立ち寄りの際にはぜひチェックしてみてくださいね🌈





やっぱりおいしい地元産!

島根のお米を食べよう



10月と言えば食欲の秋。そして、なんといっても新米の季節ですね! 今月号は島根のお米について特集します😊

また、10~11月は国消国産月間。JAグループでは、私たちの国で消費する食料は、できるだけこの国で生産する「国消国産」という考え方を提唱しています。まずは地元を目に向け、島根でつくられた農畜産物の良さを再発見してみませんか?🔍



島根にはおいしいお米がいっぱい!

島根の気候は日本海型気候地域に属し、雨や雪が多く、北陸型に近い性格で、県土の約70%を中山間地が占めています。こうした地理条件のもと生産されている島根県産米は全国的に高い評価を受け、米どころとして知られています🌾

県内では西から東、平坦部から山間地まで、多くの農家さんが地域の特色を活かしたこだわりのお米を作っています。今回はその中から主な3銘柄をご紹介します💡

きぬむすめ

炊きあがりのツヤと白さが特徴。ほどよい粘りがあり柔らかで、冷めてもモチモチしているためお弁当やおにぎりにも最適です。



つや姫

島根で作られる「つや姫」は粒ぞろいが良くツヤツヤと白く輝く炊きあがり、口に広がる甘みが特徴で、高い評価を受けています。



コシヒカリ

島根を代表する良食味米。粘りと弾力があり、ツヤと香りも優れているのが特徴です。



ちなみに…

(一財) 日本穀物検定協会が主催する「令和5年産米の食味ランキング」で、島根県産「きぬむすめ」「つや姫」が最高位となる特Aを取得することができました! 「きぬむすめ」は3年連続、「つや姫」は3年ぶりの特A取得となりました😊💡

島根米は豊かな自然と清らかな水に育まれたおいしいお米です。
ふっくらとした食感と甘みが引き立ち、毎日の食卓にぴったり!
どんな料理とも相性抜群です。
ぜひ一度ご賞味いただき、そのおいしさを実感してみてください😊

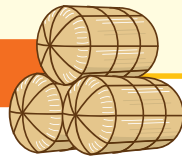


本店米穀園芸部
西尾一俊部長

今年産から本格始動！島根米の新星「つきあかり」

「つきあかり」は農研機構中央農業研究センターが開発し、平成28年に登録された新品種。炊き上がったご飯が艶やかで輝くように見えることから「つきあかり」と命名されました。島根県では令和4年産から新たな銘柄として取り入れ、今年産から本格的に生産が始まりました。

「つきあかり」の特徴



① 食味が良い

島根県産の「つきあかり」は炊きあがりの外観や味が優れ、柔らかく粘りもあり食味評価が高い品種です。そのため、弁当などの中食や外食向けの需要が増加しています。

② 粒が大きい

炊きあがりの一粒一粒が大きくしっかりとしているため、口に入れたときの食べ応えが抜群！色々なおかずとの相性もばっちり◎

③ 収穫時期が早い

島根県では「コシヒカリ」より早く収穫できるお米。農作業の効率化などが課題となる中、作業分散が期待できます。



お米をもっとおいしく味わうために

おいしいお米をもっともっとおいしく味わうためには、お米の炊き方も重要です！
最後においしいお米の炊き方をご紹介します😊💕



01 正確に計量を！

専用の計量カップ（1合＝180ml）ですり切りにして正確に量ります。市販の計量カップを使う場合は、容量を要確認！

02 手早く洗う

米は吸水が早く、ぬかのおいをどんどん吸ってしまうため手早く洗うのがポイント。1回目はたっぷりの水で軽くすすいで、すぐに水を捨てます。2回目からは浸る程度の水で、指を立ててやさしくかき混ぜて洗います。3回ほど繰り返し洗って、水が多少透き通ってきたらOK！お米が割れるとベタつく原因にもなるため、力を入れる、洗いすぎ、長時間の水切りに注意しましょう。

03 水加減はキッチリ

洗った米に米の容積の1.2倍量の水を静かに注ぎます。炊飯器の内釜で水位線に合わせて注ぐ場合は、必ず平らなところで作業を行います。

04 じっくり浸す

芯までふっくら炊くために、米の中心まで十分に水を浸透させることが重要です。吸水時間は通常30分程度、冬場は水温が低いので60分程度浸すのが理想的です。

05 優しくほぐす

炊きあがって蒸らし後すぐに、ごはんをほぐします。粒をつぶさないよう切るようにしゃもじを入れ、釜の底から掘りおこすように優しく混ぜます。ほぐすことで、水分のばらつきがなくなり、余分な水蒸気が抜けてふっくらおいしいごはんになります！



広報誌読者限定！プレゼントキャンペーン

島根米食べ比べセットを抽選で10名様にプレゼント！

詳細は応募フォームからご確認ください💡

応募フォーム



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
もっと聞きたい

組合長が行く!

巡回の様子を収めた
動画はコチラから



今回の
訪問先

J Aしまね隠岐地区本部管内

- 柴功一さん ●高橋清さん
- 野津賢三郎さん

今回は、柴功一さん、高橋清さん、野津賢三郎さん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。



献穀田の前で高橋さん（中央）と石川組合長（左から4番目）ら



ハウスの前で柴さん（中央）と石川組合長（左から2番目）ら



柴さん（右）に質問する石川組合長（左）

高橋清さんは、隠岐の島町で主食用米やもち米、飼料用米（WCS）などを栽培する他、繁殖牛13頭を飼養しています。また、今年11月に執り行われる宮中行事「新嘗祭」に島根県を代表し献穀米奉耕者に選出されています。高橋さんには、献穀田に植えた「コシヒカリ」の生育状況や収穫時期、カメムシの発生状況などについてお話を伺いました。



放牧地の前で野津さん（中央）と石川組合長（左から4番目）ら



牛舎を案内いただきました

野津賢三郎さんは、繁殖牛12頭と育成牛2頭の他、同町観光協会の準職員として隠岐伝統文化「突き牛」の闘牛8頭を管理しています。観光シーズンには、野津さん自身も闘牛の綱を取り迫力ある「突き牛」を披露しています。野津さんとは、隠岐市場の在り方や子牛価格、観光突き牛の取り組み状況などについて意見交換しました。野津さんは「隠岐市場に全国から購買者が来てもらえるようPRに努めてほしい」と要望されました。

組合長から一言



畜産農家としてスタートした。

現在は、畜産（繁殖）と観光協会の仕事为主で、観光協会です突き牛の世話をしながら、繁殖の仕事もしているとのこと。ちなみに、今の経営規模は、親12頭、育成2頭、子牛5頭であり、隠岐島後和牛改良組合の副会長にも就任していただいている。

今回は隠岐地区本部を巡回し、柴功一さん（認定農業者、主にポット苗やイチゴなどを栽培）、高橋清さん（今年度新嘗祭献穀米奉耕者）、そして野津賢三郎さんを訪問した。

このうち、畜産農家の野津さんについて触れてみたい。野津さんは地元の高校を卒業後、水道や土木の仕事に従事し、畜産を生業として考えたことはなかったという。

しかしながら、公共事業が激減し、将来に不安を覚える中で、友人が牛を飼っていたことや価格も良かったことから、平成23年より新たに

組合長より一句
日に焼けし
牛の世話する
男かな





topics
1

島根県畜産技術センター種雄牛造成施設をお披露目

2 県産品
8 畜産
12 つくば未来都市



種雄牛舎を見学する関係者ら

島根県は9月4日、出雲市の島根県畜産技術センターに移転・新設した種雄牛造成施設を関係者に披露する開場式を開きました。和牛生産に携わる関係者ら約30人が参加し、完成を祝うとともに、施設を核とした「しまね和牛」生産の更なる発展を祈願しました。

種雄牛造成施設はこれまで雲南市にありましたが、建物の老朽化などを理由に移転・新設。施設の敷地面積は約6000㎡で、県有種雄牛約30頭が飼養されている種雄牛舎や採精処理棟、牛つなぎ場、飼料倉庫が整備されています。同センター内には繁殖雌牛の研究施設があり、種雄牛の研究と一体的に取り組むことで「しまね和牛」の改良体制強化を目指します。

また、当日は島根県と一般社団法人家畜改良事業団による「肉用牛の改良に関する包括的連携協定」についても報告され、両者が連携しニーズの変化に対応した肉用牛生産をいち早く実現することを確認しました。

丸山達也知事は「新たな種雄牛造成施設と連携協定を活かして『しまね和牛』の評価を全国トップレベルに高め、魅力ある産地づくりや担い手育成に力を注いでいく」と意気込みました。

topics
2

日本ワインコンクール2024 2部門で金賞受賞！

12 つくば未来都市

国産ブドウを100%使用した日本ワインを対象とした「日本ワインコンクール2024」で、株式会社島根ワイナリーのワイン2銘柄が2部門で金賞を受賞しました。

同コンクールは国産ブドウを使った日本ワインの品質と認知度向上などを目的に開催。20回目を迎える今年は、全国35道府県から過去最多となる161のワイナリーが参加し、12部門に合計941銘柄が出品されました。

9月12日には、同社の新藤正人社長らが丸山達也知事を訪れ、受賞報告しワインを手渡しました。新藤社長は「2部門で金賞を受賞でき驚いた。県産ブドウの品質の良さと、技術力が確実に上がってきた結果であり自信になった。今後も皆さんに愛されるワインを作っていきたい」と話しました。

受賞したワインは次のとおり。



丸山知事（左から3番目）に受賞報告をする
新藤社長（左から4番目）ら

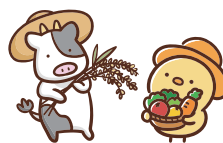


金賞を受賞したワイン
(左から『縁結甲州2023』『縁結スパークリングワイン甲州ブリュット』)

部門	賞名	銘柄
甲 州	金	島根わいん 縁結甲州 2023
スパークリングワイン	金	島根わいん 縁結スパークリングワイン 甲州ブリュット
欧州系品種・白	銀	島根わいん 縁結シャルドネ 2023
国内改良等品種・赤	銅	島根わいん 縁結マスカット・ベリーA 2022

topics
3

しまね就農相談会の開催について



島根県で農業を始めたい方に向けて「しまね就農相談会」を開催します。

就農したい！農業に関わる仕事がしたい！というご相談に幅広く対応します。

各市町村の就農相談ブースのほか、移住相談ブース、農業バイト紹介ブースなどを設置し、それぞれの担当者が丁寧に相談に応じます。新規就農者による事例発表や、就農に向けて必要なことをお伝えするセミナーも開催しますので、是非お気軽にご参加ください。

！多くの方のご来場をお待ちしています！

日 時：令和6年12月1日(日) 11:00~15:00

場 所：朱鷺会館大ホール(島根県出雲市西新町2丁目2456番地4)

主 催：公益財団法人しまね農業振興公社

共 催：島根県、JAしまね

お問い合わせ先 公益財団法人しまね農業振興公社 就農促進課
TEL：0852-20-2872

出展ブースやセミナー情報などは決まり次第
随時更新します。
詳しくはしまね就農支援サイト
をご確認ください。





想いをひとつに✿ しまねの女性部！

JAしまね女性部

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3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。

つながろう✿

まもろう✿

かかわろう✿

つながろう・まもろう・かかわろう

令和6年度は、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✿」の実践最終年度です。引き続き「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。

7月18、19日に、愛媛県で開催された「JA中四国女性組織リーダー研修会」へ島根県から15名が参加し、中四国女性組織の方と交流を深めました。また各県の女性部活動発表があり、当県代表としてJAしまねいわみ中央女性部の宮本美保子さんが「次世代に伝えたい干し大根」と題し、干し大根作りをきっかけに地域交流や子育て世代の交流を行ったことで「絆の輪」が広がり女性部の組織力を実感したことなどを発表されました。



同研修会参加者でハイチーズ!!



令和6年7月中四国女性組織リーダー研修会での発表の様子



JA YOUTH

一所懸命青年連盟

JAしまね隠岐青年連盟

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

たかみや
高宮

たけし
武士さん



JAしまね隠岐青年連盟(以下、農青連)の高宮武士さん(50)は、主食用米を生産しています。一度島外で就職しましたが、都会の生き難さを感じて平成14年に隠岐の島町に戻り、父親の農業を手伝う中「一緒に農業をしないか?」と誘われ、一大決心し平成26年に就農しました。

当初は約3ヘクタールほどの経営面積でしたが、現在は約9ヘクタールまで拡大してきました。うち約5ヘクタールはブランド米である「島の香り 隠岐藻塩米」を作っています。

農青連にはJAから熱いオファーがあり、設立当初から在籍。農青連活動が低迷している中で自分に何ができるか模索し、今年度から監事に就任しました。高宮さんは「今後は活発な活動ができるように、盟友とともに頑張っていく」と熱く語りました。

JAしまね 事業承継セミナー

農業者にとって「誰でもいつかは事業承継」に向き合わなければならない時がやって来ます。

事業承継について、過去の失敗事例を通して譲る側、譲られる側双方が円滑に事業承継を進めていくためにやるべきこと、心構えについてわかりやすく学んでいただきます。

開催日時・会場

日時：令和6年11月25日（月） 13:30～16:00

会場：下記のいずれかでお申込ください。

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

対象者

事業承継を考えている農業者、後継者および候補者の方等どなたでも参加いただけます。

主催

島根県農業協同組合
農林中央金庫 岡山支店

講師

- 株式会社後継者の学校代表取締役
- 中小企業診断士

大川原 基剛 氏



■参加申込に関するお問い合わせ先■

島根県農業協同組合 営農対策部 営農企画課
TEL：0853-25-8142 FAX：0853-25-8594
E-mail：ei-kikaku.hon@ja-shimane.gr.jp

提出いただいた個人情報は、当セミナーに必要な範囲でのみ使用いたします。

参加費無料



JA全農島根農機サポート株式会社

創立1周年キャンペーン

弊社が厳選した製品を
"特別価格"にてご提供いたします

期間：令和6年10月1日～11月末日



お問い合わせは最寄りの営業所まで
JA全農島根農機サポート(株)

くにびき営業所 ☎0852-55-3066

やすぎ営業所 ☎0854-22-6900

雲南営業所 ☎0120-19-1739

隠岐営業所 ☎08512-2-1265

隠岐どうぜん営業所 ☎08514-2-2490

出雲営業所 ☎0853-21-6046

平田サービスセンター ☎0853-63-3665

佐田サービスセンター ☎0853-84-0415

斐川営業所 ☎0853-73-9620

石見銀山営業所 ☎0854-82-8007

島根おおち営業所 ☎0120-927-277

いわみ中央営業所 ☎0855-42-1687

西いわみ営業所 ☎0856-31-5255

理事会情報（9月30日開催）

【協議事項】

- ①令和5年産島根米の最終精算について
- ②令和7年2月10日付・2月25日付 機構改革の実施について
- ③大口貸出について

- ④「当組合における取引のリスク評価書」改正について
- ⑤コンプライアンス・マニュアルの改正について
- ⑥集落営農法人への出資について

組んでいます。

～くにびき地区本部の取り組み～



出荷規格について確認する参加者

犬山係長は「今回が初めての取り組みになるので、スムーズにいかないこともあるかもしれないが、生産者の皆さんの意見を聞きながら、ブランド化と、より高品質な品物をお届けできるよう取り組んでいきたい」と話しました。

研修会では、園芸特産課の犬山浩二係長より、出荷日程や規格、資材の提案等について説明した後、美味しなね証の取得時期や販売に関する状況等を確認。その後、生産者が試し掘りをして持ち寄ったさつまいもを用いて、実際に出荷規格について目合わせを行いました。



挨拶をする渡部代表

くにびき地区本部は9月25日、中海干拓研修センターで出荷検討会を行い、GAP協議会の渡部卓也代表やJA関係者、生産者14名が参加しました。

この研修会は、今後「さつまいも」を特産品としてブランド化することを目指し、また県内の市場に向けて共販出荷を開始するために、出荷規格や品質基準などを確認する目的で、今回初めて実施しました。冒頭、渡部代表は「水不足で生育が心配だったが、試し掘りをしてみたら案外良いものができていて、収量も良かったと思う。高付加価値なさつまいもを作っていきたい」と挨拶。

「さつまいも」出荷検討会を実施



出荷規格について確認する参加者

参加した福岡和明さん（八束町）は「昨年は虫が多く発生してしまい収量が減ってしまったので、今年はしっかり防除を行って収穫に臨みたい」と話しました。

当日は、園芸特産課の犬山浩二係長が「暑い日が続く植付後の管理が大変難しい年となりましたが、栽培講習等で得た技術や栽培方法を厳守いただき、管理を徹底されたと思います。品質の高いレタスをより多く出荷願います」と挨拶。その後、収穫時間の説明や収穫適期の見分け方等の説明を行い、出荷時の注意点として根本のカット位置を実践指導しました。

くにびき地区本部は9月12日、中海干拓研修センターで「くにびきレタス」目合わせ会を行い、生産者8名が参加しました。



根本のカット位置を実践してみせる犬山係長（左）

「くにびきレタス」目合わせ会を実施

業績還元

肥料農薬2割引特売セール

JAグリーン
つだ・かわつ

グリーンショップ
ふるえ・やくも・しんじ

対象期間

10月19日（土）～11月17日（日）

※予定数量になり次第、終了とさせていただきます。

対象品目

肥 料	●A801 ●S604 ●ホウ素入野菜美人 ●化成肥料14-14-14 ●ふりかけ堆肥 ●サンライム ●JAの土・苦土石灰（粒・粉） ●畑のカルシウム ●牛糞堆肥
殺虫・殺菌剤	●ダイアジノン粒5 ●ジェイエース粒剤 ●プロポーズ顆粒水和剤
除 草 剤	●トレファノサイド粒2.5 ●ラウンドアップマックスロード（各規格） ●バスタ液（各規格）

※1人あたりの割引対象数量は、肥料10袋、農薬は5本・5袋までとします。

農業者の所得増大・農業生産の拡大に向けて取り

令和6年度担い手訪問を実施

くにびき地区本部は8月2日～9月4日、担い手農業者へ役員と同行訪問しました。

担い手訪問は、令和6年産米集荷対策の一環として実施。日頃の感謝を含め米出荷を呼びかけるもので、併せて23経営体へ訪問しました。

9月4日には、越野浩昭本部長と菊地雅也TAC、榎晶博TACが、玉湯町林地区にある（農）林本郷を訪れ、國谷益雄組合長・松浦幸治理事へ、米出荷のお願いと検査状況等を説明しました。

同法人の國谷組合長は「暖冬や酷暑、イネカメムシの影響による品質や収量について懸念している。ただ、概算金が上がりに感謝している」と話しました。越野本部長は「イネカメムシについては、管内各地で被害報告もあり、JAと



意見を交わす越野本部長（左奥）と國谷組合長（右奥）、松浦理事（右）、菊地TAC（手前）

出荷をお願いします！



©よい食P

して何か支援できないか検討していきたい。概算金については、生産コスト上昇に對して精一杯の金額で決定させていた「だいた」と話しました。

米集荷目標9万3千袋

令和6年産米集荷状況

令和6年10月4日現在

(単位：袋・%)

品種名	申出数量	集荷数量	等級			1等米比率	申出数量対比	昨年同期 (10月6日)		
			1等	2等	3等			集荷数量	1等米比率	申出数量対比
ハナエチゼン	—	—	—	—	—	—	—	3,128	40.20%	70.20%
つきあかり	11,455	7,646	4,275	1,839	441	55.9%	66.75%	4,941	17.10%	88.45%
コシヒカリ	20,642	10,486	1,311	5,096	2,504	12.5%	50.80%	16,807	4.40%	76.62%
きぬむすめ	40,298	9,594	5,536	634	251	57.7%	23.81%	6,562	74.60%	16.25%
つや姫	22,639	16,946	10,838	2,950	345	64.0%	74.85%	16,155	64.20%	84.43%
その他	2	0	0	0	0	—	0.00%	56	100.00%	0.00%
うるち計	95,036	44,672	21,960	10,519	3,541	49.2%	47.01%	47,649	36.90%	52.08%
もち	1,006	42	18	5	19	42.9%	4.17%	63	0.00%	5.06%
合計	96,042	44,714	21,978	10,524	3,560	49.2%	46.56%	47,712	36.90%	51.45%

※各品種の数量には加工用米を包含していません。

	申出数量	集荷数量	等級			1等米比率	申出数量対比
			1等	2等	3等		
加工用米	213	183	53	14	116	29.0%	85.92%

目標数量	集荷袋数	目標数量対比
93,000	44,714	48.08%



集荷状況はこちら

くにびき地区本部 検索

JAに1袋でも多く出荷いただきますようお願いします！



©よい食P

令和6年分農業所得申告支援システムのご利用について

このシステムはJA貯金を介した農業関連取引を申告科目に分類し、収支計算の補完資料として活用していただくものです。

- 令和5年分に農業所得申告支援システムをご利用いただいた方
10月のふれあい訪問日にて封書を送付しますので内容をご確認願います。
- 令和6年分から新規ご利用を希望される方 ※①以外の方
最寄りの支店窓口にて申込手続きを行ってください。

受付期間

10月17日(木)
～
令和7年1月16日(木)

お問い合わせ 営農企画課 TEL: 55-3030

取り組んでいます。

～くにびき地区本部の取り組み～

愛読者の集い、開催！！

くにびき地区本部は9月7日、「第28回JAしまねくにびき『家の光』愛読者の集い」を開催しました。これまで冬に開催することが多い集いでしたが、今回は残暑が厳しく、また農繁期最中での開催にもかかわらず多くの方にお集まりいただき、大いに盛り上がりしました。

参加者からは「涙あり笑いあり安らぎありの内容で楽しめた」「講演で大笑いしてリフレッシュできた」など有意義な時間を過ごした様子で、盛会のうちに幕を閉じました。



読み聞かせ

踊り



女性部「ゆりかごの会」が『家の光』に掲載された読者投稿や自身の体験談などを織り交ぜて朗読。



女性部鹿島支部のメンバーで構成される「かしま舞の会」が日本舞踊を美しくしっとりと舞い、参加者一同を魅了しました。

今回はくにびき地区本部営農総合センターを主会場とし、女性部各支部・グループによる作品等を展示。また、教育文化センターSan・san館では、女性部や青年連盟等が農産物や加工物・工芸品等の出店販売を行いました。



営農総合センター1階ロビー



教育文化センターSan・san館

第28回 家の光

講演

愛読者の集い



演題 山田雅人かたりの世界
講師 俳優 山田雅



「山田雅人 かたりの世界」

講師 山田雅人氏

山田雅人氏によるかたりの世界。語りの内容は当日のサプライズで、メジャーリーグでの記録更新で注目されている、野球選手の「大谷翔平物語」を語っていただきました。また、家族の絆を感じる自身のエピソードをはさみ、最後は昨年末に亡くなった歌手の「八代亜紀物語」を語って、締めくくりました。笑いあり涙ありの語りに参加者からは、来年もぜひ語りを聞きたいと大きな反響をいただきました。

記事活用紹介



(一社) 家の光協会より、『家の光』別冊付録「脳活のススメ」からクイズに挑戦したり、リニューアルした内容等について説明。



次第

- 10:30～ 開会
- 10:50～ 【読み聞かせ】
くにびき女性部 ゆりかごの会
- 11:10～ 【記事活用紹介】
(一社) 家の光協会
- 11:30～ 【アトラクション】
かしま舞の会
- 12:00～ 【昼食・休憩】
- 13:00～ 【講演】
「かたりの世界」山田 雅人氏
- 14:30～ お楽しみ抽選会
- 15:00 閉会

お楽しみ抽選会

当選者には島根和牛肉やシャインマスカット、平飼いたまごや家の光図書などを贈呈。



越野本部長から特等の島根和牛肉を受け取る松浦輝子さん

取り組んでいます。

～くびき地区本部の取り組み～

燦燦会「会員企業見学会」を開催

くびき地区本部と170の企業、団体で構成する「燦燦会」（松浦嘉昭会長）は9月11日、会員企業見学会を開催し、16企業より24名が出席しました。

くびき地区本部を出発し、広島県安佐北区にある中国電力(株)南原発電所を見学。同所は、昭和51年に運転を開始した揚水式の発電所で、広島県西部を流れる太田川の支流南原川に、明神ダム（上池）と南原ダム（下池）の2つのダムを造り、落差300mを利用して発電しています。また、発電所は自然を壊さないよう地下にあり、大きさは10階建てのデパートほどの大きさになります。

見学後は、JA全農ひろしま直営の農畜産物直売所「とれたて元氣市」を訪れ、買い物を楽しみました。

参加した会員は「普段見ることのできない施設を見学できて、大変有意義な時間を過ごすことができました」「原子力発電所や火力発電所は見たことがあつたが、水力発電所は初めてだったの、見学することができてとても良かった」と話していました。



あまいフルーツトマトの収穫！

～サンサン女子大第4回講座～

くびきサンサン女子大は9月14日、玉湯町の石川農園で「フルーツトマトの収穫」講座を実施し、28名が参加しました。

はじめに、石川農園の石川芳廣氏より、「トマトは水をたくさん与えて、大きくなったところで水やりを止めると甘くなる。ヘタの少し上にある膨らんだ部分に、少し力を入れて押すとヘタをつけたまま収穫することができ」と特長や収穫の仕方について説明を受けました。

その後参加者は、ビニールハウスの中で真っ赤に実るトマトを一つ一つ丁寧に収穫しました。

参加者は「同じ品種でも形が様々で驚いた。ヘタをつけたまま収穫するのも難しく、良い体験ができた」「防虫の仕方なども直接聞くことができて、家での栽培の参考になった」「トマト好きにはたまらない企画だった」と、収穫したフルーツトマトを手に笑顔で話しました。



収穫したフルーツトマトを手に笑顔を見せる参加者

収穫の仕方について説明する石川さん(手前)と参加者

松江市農政会議「川津支部」

設立総会開催

松江市農政会議の4支部（川津支部・朝酌支部・本庄支部・持田支部）が統合し、8月26日、サンラポーむらくもで「川津支部」設立総会を開催しました。当日は、支部会員432名のうち、代議員20名（委任状出席9名）が出席しました。

開会後、4支部を代表して旧朝酌支部の青山嘉夫支部長が「会員の減少や高齢化が進む中で、組織の効率化と体制の強化を図り、より充実した支部組織の構築に取り組みするため、統合することとなった。今後活動を通じて、会員相互の親睦を図り、様々な意見交換が行われることを期待する」と挨拶。続いて、来賓として出席したくびき地区本部の中村隆副部長が「農政活動は農村地域に暮らす人々にとって、生活環境の維持や地域環境の活性化など大きな意味をもっている。会員の皆さんで共有していただき、支部活動が活性化するように期待する」と祝辞を述べました。

その後、朝酌地区の野津徹さんが議長に選任され、規約や令和6年度活動計画および収支予算など全議案が承認されました。

支部長には持田地区の藤原薫さんが選ばれ、「新体制となりますが、これまで以上に情報共有等を行い、協力して活動に取り組んでいきましょう」と出席者へ呼びかけました。

新支部長・副支部長（敬称略）

支部長	藤原 薫(持田)
副支部長	松本一徳(川津)
副支部長	青山嘉夫(朝酌)
副支部長	松本広明(本庄)



挨拶する藤原新支部長(右)と松本新副支部長(右から2番目)、青山新副支部長(左から2番目)、松本新副支部長(左)

組合員のアクティブメンバーシップ確立に向けて

新しくなったNHK松江放送局を見学！

「女性部文化歴史・趣味グループ」

くにびき女性部文化歴史・趣味グループは9月19日・20日にNHK松江放送局の見学を行い、午前・午後の部に分け、合計75名の部員が参加しました。

同局は、昨年の3月に新放送会館がオープン。新しくなったスタジオ等を回り、バーチャルスタジオで用いるグリーンバックや放送用機材等を実際に見ながら説明を受けました。3階にある展望テラスでは宍道湖が一望でき、蒸し暑い日でしたが、残暑を忘れるほどの美しい景色に、参加者は魅了されました。

その後、島根県立美術館の中にあるRACI NE（ラシヌ）で地元食材を使用したフレンチを楽しむ、同館にて開催中の「松江ちぎり絵サークル展」で、同女性部のグループ秋桜のメンバーが出品している作品を鑑賞しました。

参加者は「一度は行ってみたいと思っていたNHK見学。普段見ることができない貴重な体験ができた」「NHKを見るのがより楽しみになった。料理も美味しくて、女性部グループの作品も鑑賞できて良い1日になった」と話しました。



展望テラスで美しい眺望を体感



ちぎり絵の展示を鑑賞



宍道湖を一望できる店内でランチ



NHK職員の説明を聞く女性部員

ちぎり絵を作品展に出展

「女性部「グループ秋桜」

くにびき女性部のグループ秋桜（井上紀美枝代表・6名）は、9月18日から23日まで島根県立美術館で開催された「松江ちぎり絵サークル展」に、4名のメンバーが作品を出展しました。

同グループは、毎月1回くにびき地区本部教育文化センターSan・san館で、旅先の風景や写真を基にちぎり絵制作を行っています。今回は「一人でも多くの方に、ちぎり絵を今回も見えていただき、知ってもらいたい」と展示への思いを語りました。



（左から）今岡節子さん、森山許代さん、井上代表、岸本みや子さん

オリジナル項目で充実した健診内容

くにびき女性部定期健診を実施

くにびき女性部健康グループは9月10日、営農総合センターで女性部健診を行い、81名が受診しました。

女性部健診は毎年リピーターも多く、女性部の特別な健診として好評で、JAGグループが受診料の一部を助成しています。血液検査や肺がんの早期発見に有用な胸部CT、筋肉量測定などの他、一般的な健診では受診できない骨密度測定などオリジナル項目も実施。

受診者は「助成もあるため、少ない負担で多くの項目を検査してもらえてとても助かっています。1年に1回の受診で安心をして1年を過ごせます」と話しました。



問診を受ける受診者



～くにびき地区本部の取り組み～

市にカーブミラー40基を寄贈

くにびき地区本部は9月27日、越野浩昭本部長らが松江市役所を訪れ、事故防止への願いを込めカーブミラー40基を寄贈しました。



上定市長（右）に目録と趣意書を手渡す越野本部長

カーブミラーの寄贈は昭和47年から実施しており、今回寄贈した40基を含めると、累計で2,247基となります。またJA共済の社会貢献の一環として、今年4月には市内の中学校へ自転車用の夜光反射テープを1,536個、反射タスキを726個寄贈するなど、交通安全を呼びかける活動を行いました。

越野本部長は「毎年寄贈しているカーブミラーが、交通事故防止につながり、少しでも地域の皆さまのお役に立てるよう願っている」と目録と趣意書を手渡しました。

上定昭仁松江市長は「昨年寄贈いただき設置した場所を確認したところ、本当に危険な場所が多く、さらに必要な場所があると感じている。本年も寄贈いただいたことをありがたく思う。地域の交通安全の更なる充実に向け、大切に使用させていただくと謝辞を述べました。」

交通安全運動をJAも応援

JA共済の社会貢献活動の一環として「秋の交通安全運動」に呼応し、カーブミラーの寄贈を行っています。
また、各支店では啓発用チラシを活用し、窓口で来店者へ声を掛けたり、渉外担当者が訪問先へ注意を呼び掛けるなど交通安全意識の啓発に取り組んでいます。

ジャンボかぼちゃコンテスト開催！ 個人の部1位は栄本実さん

津田支店運営委員会（金森達央委員長）は9月21日、JA旧竹矢倉庫で「第24回ジャンボかぼちゃコンテスト」を開催しました。



1位に輝いた栄本さん

コンテストは、農産物の魅力をPRしようと毎年開催。団体と個人の部でかぼちゃの量を競い合い、団体の部では一集落3個の総重量により順位を決めます。

当日は、支店運営委員や集落委員、JA役職員など約25名が参加。はじめに金森委員長が、「初めは竹矢地区だけで行っていたが、今では生育してもらええる地区も増え、生産者の皆さんが交流を図る場となっている。異常気象が続く生育も難しいが、皆さんと一緒に頑張っていきたい」と挨拶しました。

審査の結果、団体の部は上竹矢地区、個人の部は昨年に続き、栄本実さん（浜分）が1位。栄本さんは「県外と比べ、かぼちゃを大きく育てることが難しいが、肥料等を県外から取り寄せたりして、二年連続で1位をとれたことは嬉しく思う。来年も大きなかぼちゃづくりを頑張りたい」と喜びと意気込みを語りました。



参加者の皆さん

【団体の部】

1位	上竹矢地区	52.6kg
2位	大草地区	11.5kg

【個人の部】

※2位は同率（敬称略）

1位	栄本 実（浜分）	31.3kg
2位	広江 朝夫（浜分）	22.8kg
2位	岡田 宏美（浜分）	22.8kg

介護施設へウエス寄贈

くにびき女性部宍道支部

くにびき女性部宍道支部（永江りえ支部長）は9月13日、宍道町内の介護施設2か所を訪れ、ウエス（汚れを拭き取る際に用いる布）を寄贈しました。

この活動は、毎年敬老の日に合わせて実施し、女性部員が持ち寄ったタオルをA4大の大きさに切ったものを寄贈しています。

当日は、女性部員と宍道支店職員の4名が2班に分かれ、「こころの都 宍道」と「縁結び福祉会」の2か所を訪問。それぞれの施設で、箱詰めしたウエスとともにチラシで作ったごみ入れや、色紙で作った工芸品を手渡しました。「こころの都 宍道」では、内田直政代表取締役が「ウエスは毎日使い、すぐ無くなってしまうためとても助かっている」と話しました。永江支部長は「ウエス寄贈は今年で5回目。今まで女性部員から集めていたものが、今では部員以外の方からもお声がけいただくこともあり、皆さんに気持ちよく伝わって嬉しく思う」と話しました。



寄贈したウエスやごみ入れ、工芸品



「こころの都 宍道」の内田代表取締役（左奥）と職員の方にウエス等を手渡す永江支部長（右奥）と小田禮子副支部長（右端）

で5回目。今まで女性部員から集めていたものが、今では部員以外の方からもお声がけいただくこともあり、皆さんに気持ちよく伝わって嬉しく思う」と話しました。

地域活性化に向けた地域貢献活動に取り

旧野波店を提供し 消防救助訓練を実施

旧野波店で、9月4日松江市消防本部による消防救助訓練が行われました。

同店は建築から44年が経過する中で老朽化が進み、解体工事を施工する「まるなか建設(株)」から、同本部が訓練場所を探していると聞き、地域貢献の一環として同建物を訓練場所として提供。また、鉄筋コンクリート3階建ての堅牢な建造物であることから、大規模地震災害発生被災地を想定した救助訓練として実施することになりました。

当日は、6名の国際消防救助隊登録隊員をはじめ、各種救助隊員や警防課員、JA役職員や工事関係者など約30名が参集。訓練は半日ずつ交代で隊員が参加し、隣の部屋に閉じ込められた要救助者を壁に穴を開け救出する訓練や、1階に閉じ込められた要救助者を2階の床に穴を開け救出する訓練を行いました。

同本部南消防署高度救助隊の石川浩史消防司令補は「日頃



石川司令補

消防隊員へ激励を送る越野本部長(左)



令補は「日頃行う訓練で用いるものよりコンクリートは厚く、鉄筋も多く入っていて貴重な訓練を行うことができた」と話しました。

越野浩昭本部長は「長年親しまれてきた旧野波店の建物が、このような形でお役に立てることは、最後の地域貢献となりました。今日の訓練の中で得たものを、これからの救助活動に役立てていただきたい」と隊員たちに激励を送りました。

(解体工事 7月22日～11月25日予定)



壁に三角の穴を開け救助に向かう隊員



2階の床に穴を開け1階へ救助に降りる隊員

三島武さんが国民スポーツ大会に出場！

元くにびき年金友の会の会長で、東出雲支店の支店運営委員を務める同町掛屋の三島武さん(81)が、佐賀県で行われる国民スポーツ大会(以下、国スポ)で、公開競技であるグラウンド・ゴルフの島根県代表に選ばれました。

9月18日には、三島さんをくにびき地区本部に招き、越野浩昭本部長から国スポ出場のお祝いを贈呈。越野本部長は「年金友の会は、健康増進や会員相互の交流を目的に、グラウンド・ゴルフの活動が盛んであり当地区本部も支援している。会員の中から国スポに出場というのは大変名誉なことであり、年金友の会活動の励みにもなる。ぜひ上位を目指していただきたい」と激励の言葉を送りました。

三島さんは「町内の地区でチーム(崎田ファイターズ)が発足したことをきっかけに、グラウンド・ゴルフを始めて36年が経ち、様々な大会に出場してきたが、初めての国スポ出場で緊張している。精一杯自分の力を発揮できるように体調を整え、競技に臨みたいと思う」と意気込みを語りました。また健康の秘訣については、「特別なことはなく、適度に運動をし、よく食べ、よく寝て、規則正しい生活をお



お祝いを贈呈する越野本部長(左)と三島さん

くること。いろいろなことはあるが、考え込んだりくよくよしないこともポイントかなと思う」と笑顔で話しました。

9月21日・22日に行われた同大会の結果、三島さんは男子の出場選手274名中22位(3R、64打、ホールインワン1回)と好成績を収められました。また、島根県は44都府県中30位でした。



東出雲支店新築工事 安全祈願祭

くにびき地区本部は9月3日、東出雲支店新築工事の安全祈願祭を執り行いました。

同工事は、現在同町掛屋にある現支店を錦新町へ移転新築するもので、当日は越野浩昭本部長をはじめJA関係者、施工する（株）大前組や工事関係者など約20名が出席。阿太加夜神社の佐草利彦権禰宜により神事が行われ、安全を祈願しました。

神事後、越野本部長が施主を代表し、「現在の東出雲支店は、長年にわたり東出雲町の中心に拠を構えていましたが、築50年を迎え老朽化が著しく、また耐震基準を満たしていないため、安全面での課題が顕在化していました。組合員・利用者の皆さまの利便性を考慮し、さらに安全で快適な施設を提供するため現場所での改修ではなく、新たに町内の中心的な場所に移転新築することになりました。工事が無事完遂されることを願います」と挨拶しました。

（新築工事 8月23日～令和7年1月14日予定）



穿初の儀で鍬入れをする越野本部長



神事の様子



おいしい秋みーつけた！

皆さまのお越しをお待ちしております！



☆開催場所

秋のイベントカレンダー 2024

Autumn EVENT CALENDAR

10月	26日（土）	10:00～15:00	鹿島町文化祭	☆鹿島公民館
	27日（日）	7:30～8:30	法吉さわやか朝市	☆JA法吉支店 駐車場
11月	2日（土）	10:00～14:00	美保関マリンハートフェスタ	☆美保関公民館 他
	3日（日）	9:00～15:00	名尾が丘まつり	☆生馬公民館・駐車場
		9:00～15:00	竹矢地区文化祭	☆竹矢公民館
		10:00～14:00	JAしまね宍道支店農業祭	☆JA宍道支店 駐車場
		10:00～14:00	島根町ふれあいフェスティバル	☆マリゲートしまね
	9日（土）	8:30～13:00	JAグリーンつだ産直まつり	☆JAグリーンつだ
	15日（金）	9:00～14:00	JA総合展示会&アグリミーティング ※詳細はP21参照	☆くにびき地区本部
	16日（土）			
	16日（土）	9:00～14:00	JAグリーンかわつ産直トラック市	☆みしまや東川津店 駐車場
	17日（日）	9:30～14:00	松江市農林水産祭 ※詳細はP20参照	☆くにびき地区本部
	23日（土）	9:30～13:30	エコロふるえ祭	☆エコロふるえ 駐車場
		9:30～12:00	エコロやくも祭	☆エコロやくも 駐車場
	24日（日）	10:00～14:00	たまゆファーマーズ祭	☆JAFARMERS Aコープたまゆ店 駐車場

※イベントによって予定時間より早く終了する場合がございます。ご了承ください。

／＼作ってみませんか？／＼

くにびき女性部からのおすすめ料理



今月の
料理人

宍道支部のみなさん（左から）

- ・佐藤 愛子 さん
- ・永江 りえ さん



カボチャのクリームシチュー、さつまいものコロコロサラダ

秋の食卓を彩る、カボチャとさつまいも。やさしい甘さでほくほくした食感がたまりなく、好きな方も多いのではないのでしょうか。食べ応えもあるのでボリュームを出したいときにもぴったりなメニューです。栄養も豊富な秋の味覚を楽しみましょう！

カボチャのクリームシチュー（4人分）

カボチャ	1/4個	小麦粉	30g
玉ねぎ	1個	水	600cc
ブロッコリー（冷凍のものでもよい）	1/2株	顆粒スープの素	小さじ1
ウィンナーソーセージ	12個	牛乳	600cc
バター	30g	塩	小さじ1/2
		こしょう	少々

作り方

- ①カボチャは横半分に切ってから縦1.5cm幅、横3cm幅に切る。玉ねぎは1cm幅のくし形切りにする。
- ②フライパンにバターを入れて弱めの中火で熱し、①を入れてサッと炒める。玉ねぎが透き通ってきたら小麦粉をふるい入れて炒める。粉っぽさがなくなったら、水を加えて溶きのぼし、顆粒スープの素、牛乳、塩、こしょう、ウィンナーソーセージを加える。煮立ったら、時々混ぜながら約10分煮る。
- ③ブロッコリーは小房に分け、耐熱皿に入れて水少々（分量外）をふる。ラップをふんわりとかけて電子レンジで約2分加熱し、②に加えてひと煮立ちさせる。

ポイント

- ・冷凍ブロッコリーを使用する場合は、解凍してから入れてください。

さつまいものコロコロサラダ（4人分）

さつまいも	小1本	マヨネーズ	大さじ2
水	適量	砂糖	小さじ1/2
塩	適量	粗びき黒こしょう	少々

作り方

- ①さつまいもはよく洗い、皮付きのまま1cm角に切って水に5分ほどさらす。
- ②鍋にさつまいもを入れ、かぶるくらいの水と塩を小さじ1/2を加えて火にかけ、8分ほど茹でる。やわらかくなったら湯を切る。
- ③粗熱がとれたらボウルに入れ、マヨネーズ、砂糖、塩を加えてあえ、粗びき黒こしょうをふる。

ポイント

- ・保存容器に入れて、冷蔵庫で2～3日間保存できます。

お詫びと訂正

「しまねびより9月号」17ページの「松浦嘉昭さんが宝塚市大使に就任！」の記載に誤りがありました。お詫びして訂正いたします。

（誤）山根晴恵宝塚市長 → （正）山崎晴恵宝塚市長

11月くにびき地区本部 各種相談会カレンダー（税・ローン）

※各相談とも無料で
お受けしています。

日	曜日	相談会内容	場所・予約先電話番号・時間
6	水	税務相談会	川津支店（TEL：23-2424）10:00～12:00
7	木	税務相談会	東出雲支店（TEL：52-2022）10:00～12:00
8	金	税務相談会	統括支店（TEL：55-3028）10:00～12:00

※事前にご予約をお願いします。予約先：開催会場となる支店

○くにびき統括支店ローンセンターでは、土曜日（10:00～15:00）に休日住宅ローン相談を実施しています。要予約。

※11月の土曜営業日は16日、30日です。

◆お問い合わせは

☎0120-988-380

11月 ふれあい訪問日

11月14日（木）・15日（金）

JAしまねくにびき地区本部 統合10年記念企画

令和6年度

松江市

入場
無料

農林水産祭

令和6年11月17日（日）

9:30→14:00

※開会式終了後より販売スタート

会場

島根県農業協同組合（松江市西川津町 1635-1）

くにびき地区本部

数量限定

無料配布

「しじみ汁」
「米のすくいどり」
「菌体肥料」など

地元のうまいもの、
どうさり集めました！

出店ブース

販売／飲食
展示／体験コーナー

ステージイベント

地元のみなさんが会場を盛り上げます！

働く機械の展示会

乗って 触って 写真を撮ろう

松江市の特産品が当たる

抽選会
開催！！

子育ての日ファミリーイベント開催
教育文化センター San・san 館

キッズ
ルーム

子ども向けイベント開催！
自動車センター ミニ四駆・ラジコン
射的で遊ぼう！

企画イベント
スタンプラリー開催



無料シャトルバスについて

会場・駐車場間は、

順次シャトルバスが運行しています。

始発 旧県立プール跡地より

8:30

終発 JAしまねくにびき地区本部より

14:30

シャトルバスは約10分間隔で
運行しております。但し、11
時半台～12時半台は約30分
間隔で運行いたします。



⚠️ 駐車場
について

○会場内に駐車場はございません。旧県立プール跡地をご利用ください。
○会場周辺施設には駐車しないでください。

詳しくは

JA・松江市ホームページ
松江市農林水産祭 で検索

注意

○荒天などにより内容変更、または中止する場合があります。
○会場に駐車場はございません。
○マイバッグをお持ちください。

主催 松江市農林水産祭実行委員会

お問い合わせ：JAしまねくにびき地区本部 営農企画課 TEL 55-3030

2024

自動車

農機

ガス器具



秋

JA総合展示会 & ミニアグリミーティング

i!!
TAC

開催日

11/15(金) 16(土)

9:00~14:00

ご来場記念品

たまご(6個入り)
プレゼント!!両日で
350
バック

※数に限りがございます。なくなり次第終了します。

開催場所

島根県松江市西川津町1635-7
(JAしまねくにびき地区本部前)JA全農島根農機サポート株式
くにびき営業所 TEL 55-3066

自動車センター TEL 55-3077

営農企画課 TEL 55-3030

生活燃料センター TEL 36-9270



フードコーナー

移動販売車・
キッチンカーもくるよ!!

サクセスロード・おかいち・さんちゃんファーム



ミニアグリミーティングのご案内

i!!
TAC

● ご提案コーナー

～イチオシ資材のご提案～

- 土づくり資材の必要性
- 省力化資材の紹介
- おすすめの除草剤

● ミニセミナー 15日金のみ

開催時間 ①10:00～ ②13:00 (20分程度)

- 斑点米カメムシ防除について



● 土壌分析実施中 ～ あなたの「畑」の土は、健康ですか? ～ 15日金のみ

簡易版
(pH・EC測定)
当日ご来場の方のみ

pH

土壌の酸性、アルカリ性をみる目安
多くの作物はpH5.5～6.5の弱酸性を好みます。

EC

土壌の養分濃度を見る目安
数値が高いほど養分が多いことを表します。

- ★ その場でわかる簡易診断!
- ★ お1人様2点まで
- ★ 移植ごと1杯分(約50g)採取し、当日ビニール袋に入れてお持ち下さい

分析料
無料

※土壌分析の結果報告については状況によって、お待ちいただく場合があります。

Kodama 気になったらコダマサイエンスにご相談を!

シロアリ 駆除 スズメバチ 駆除 床下断熱 調査無料 アンケートにお答え
いただくと 粗品プレゼント取扱業者 株式会社 コダマサイエンス JJA全農基本契約農機「雅児玉商会」特約施工店
(本社)〒690-0048 島根県松江市西郷島2丁目8-23 松江営業所 TEL.0852-26-6757
本社 TEL 0852-43-0852 FAX 0852-43-0866 http://www.kodama-s.co.jp/

主催：島根県農業協同組合 くにびき地区本部 共催：JA全農島根農機サポート株式会社

お知らせ オイル交換金額及び割引サービスの変更について

原油価格や運送費の高騰等に伴い、オイル交換金額及びサービスについて変更します。
何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

内容	(1) オイル交換代金(定価)変更※1ℓあたり(工賃込み)		
	品番	変更前	変更後
	0W-20	1,500円	→ 1,800円
	5W-30	1,200円	→ 1,500円

(2) オイル交換無料券の廃止

変更前	変更後
オイル交換無料券	→ オイル交換半額券

※お手持ちの無料券は有効期限内にご利用ください。

変更日

令和6年
10月1日～

ECOSTYLE実施中!

運動期間:5月1日(水)～10月31日(木)

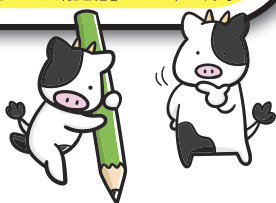
くにびき地区本部情報

クロスワードパズル

農協全国商品券をもらっちゃおう!!

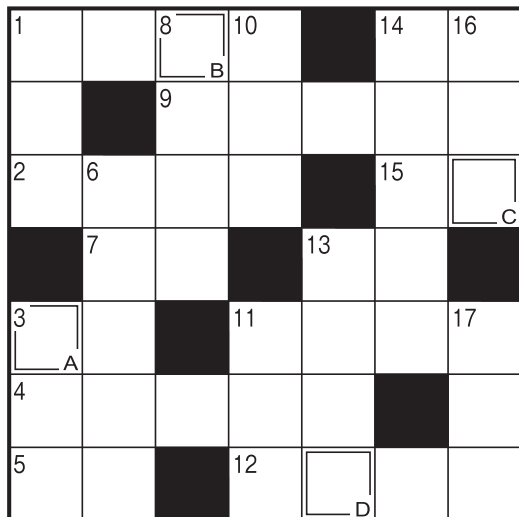
出典：(株)新聞連『JA広報通信』2024年10月号

CrossWord Puzzle



二重マスの文字をA～D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
---	---	---	---

タデのカギ

- ①「鳥」より一画少ない鳥
- ③——園に子どもを迎えに行った
- ⑥お父さんそっくり!まるで——
ね
- ⑧料理店のメニュー表をこう呼ぶ
ことも
- ⑩美空ひばりのヒット曲。「柔」
と書きます
- ⑪患者を診ます
- ⑬頭にキュッと締めるもの
- ⑭ジャガイモのことです
- ⑯——応報、身から出たさびだね
- ⑰漢字で書くと雲母。きららとも
いう鉱物です

ヨコのカギ

- ①11月23日は勤労——の日。国
民の祝日です
- ②灰皿にたまります
- ③『——の精神』はモンテスキュー
の著書です
- ④広島県の紅葉の名所のひとつ。
世界遺産の神社があります
- ⑤焼き鳥を食べると残るもの
- ⑦金融——、——一髪
- ⑨そば屋や居酒屋の入口にかけら
れていることも
- ⑪ギンナンがなる木
- ⑫「九里よりうまい十三里」と売
りに来るもの
- ⑬茶わんと反対の手で持ちます
- ⑭3の3——は9です
- ⑮クリの実を守るトゲトゲ

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

〒690-0823 松江市西川津町1635-1
JAしまね くにびき地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2024年11月1日（金）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆

「スポーツノヒ」



佳作

来て嬉し帰ってうれし孫の顔
故郷の自慢話は鮎の川
孫嫁のしつかりママに安堵する
友の数あの世の方が多くなり
お互いを知ったつもり半世紀

安来市 青戸 涉様
出雲市 西島 秀正様
松江市 佐藤 正子様
浜田市 岩本 静代様
出雲市 櫛井 伸幸様

どう生きてきたかで決まる人間味

出雲市 北村 功様

子や孫に学びし老いの今が旬

出雲市 布野 安子様

参加者の数だけドラマある五輪

安来市 斎藤美重子様

優秀賞

（評）今日は私のお祝いの日だ。補聴器は髪に隠して、
今日の喜びを素直に表わそう。皆さんありがとうございます。

補聴器を髪へ隠して喜の祝い

浜田市 沖田 邦子様

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

「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！



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）
11月号は俳句を募集します。1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。

応募方法

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

あて先

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



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

・お預かりした個人情報は、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。



JAしまね総合ポイントカード 「おさいふカードポイント」 有効期限のお知らせ

「おさいふカード」のポイントには
有効期限がございます。

令和4年に付与された
ポイントの**有効期限**は

令和6年12月31日

となっております。

有効期限が切れるポイントは、

店頭端末、支店窓口等にて
ご確認いただけますので早めにご利用ください。

店舗によっては、12月31日が休業になります。
予めご利用店舗でお確かめください。



おさいふカードのポイントのご利用方法

★買物代金へ

ラピタやグリーンセンターなどでの
お買物代金として1ポイント1円で
ご利用いただけます。



★お買物券へ

JA店舗・Aコープなどでお買物券と交換できます。
(500円券・1,000円券)



★各地区本部の特産品へ

JA店舗に備え付けの交換商品カタログからお選びください。
JAのホームページからもお申込みできます。



対象となるポイントをご確認いただき、
お早めにご利用をお願いいたします。



総合ポイント
全般のお問合せ



0120-031-207

ジュンテンドー利用による「おさいふカード会員」特典について

★会員特典を受け取るためには

ジュンテンドー会員カード「いきいきポイントカード」とJA「おさいふカード」の**連携登録**が必要となります。(既に登録されている方は必要ありません。)
ご希望の方は、カードを持ってお近くのジュンテンドー店舗にてお手続きください。

【いきいきポイントカード】



★会員特典（対象商品：ジュンテンドー取扱い全商品）

お買い物時にジュンテンドーの「ポイントカード」をレジにて提示してください。

1. ジュンテンドー「いきいきポイントカード」へのポイント付与
通常1取り引き200円(税抜)につき1ポイント付与のところ、**会員は200円(税抜)につき2ポイント付与**となります。…**会員ならポイントが通常の2倍!!**
ただし、ポイント付与は、**現金、JAカード(クレジット)支払いの場合のみ**となります。

【おさいふカード】



2. JAしまね「おさいふカード」へのポイント付与

JAしまねの「おさいふカード」には現金、クレジットカード、QR決済のお支払い方法でも、**年間購入金額10,000円(税抜)につき30ポイント付与**します。(組合員以外は15ポイント付与)

3. JAカード(クレジット)「わいわいポイントカード」へのポイント付与

JAカード(クレジット)にてお買い物された場合、JAカードの「わいわいポイント」に、通常ポイント付与に加え、別途ご利用金額1,000円につき20円(2%)を原則ご利用月の翌々月にポイントで還元します。

お問い合わせ先：JAしまね本店経済部資材課 TEL：0853-25-8745



厚揚げとナスとカボチャのみぞれ煮



コメント

- ・甘いカボチャを季節の野菜とおろし大根と合わせて、ご飯にも合う優しい一品に!
- ・カボチャをレンジで先に加熱すると切りやすくなり、焼時間の短縮にもなります。

アレンジ

- ・厚揚げを鶏肉やひき肉に替えても美味しくいただけます。(鶏肉はしっかり焼き色をつけてね!)
- ・野菜はサツマイモやジャガイモ、オクラやインゲン、モロコシ豆、パプリカなどでもできます。

材料 (4人分)

厚揚げ……………1枚
ナス……………1本(150g)
カボチャ……………120g
ニンジン…2/3本(100g)
しめじたけ……………1株
片栗粉……………大さじ2
サラダ油……………大さじ3
大根……………5cm(150g)
細ネギ……………適量
めんつゆ……………大さじ3
A 水……………300cc
おろし生姜…小さじ1

作り方

- ① 厚揚げは3等分に切って、2cm幅に切る。
ナスは縞目に皮をむいて、縦半分につけてから長さ3〜4cmに切り、塩水に5分間つけて水気を拭く。
カボチャは種とワタを取り、電子レンジ(600w)で2分間加熱して取り出し、厚さ1cm、長さ3〜4cmに切る。
ニンジンは皮をむいて、長さ3〜4cmの短冊切りにする。
しめじたけは株元を切り落とし、小房に分ける。
大根はすりおろし、細ネギは小口切りにする。
- ② フライパンに油大さじ2を入れて中火で熱しておく。
- ③ ポリ袋に厚揚げを入れ、片栗粉大さじ1を加え軽く振ってまぶし、②のフライパンに並べ入れて焼く。
- ④ 同じポリ袋にナスを入れ、残りの片栗粉を加えてまぶし、フライパンに入れる。
- ⑤ 同じポリ袋にカボチャとニンジンを入れ、袋に残った片栗粉を薄くまぶし、フライパンに入れる。
- ⑥ 残りの油大さじ1を回しかけ、5〜6分加熱して焼き色をつける。
- ⑦ Aとしめじたけ、おろし大根を加え、蓋をしてひと煮立ちさせる。
- ⑧ 器に盛り、細ネギを散らす。

材料 (4人分)

豚肉ミンチ……………150g
塩こしょう……………少々
えのき……………1袋
カボチャ……………50g
長ネギ……………1/2本
生姜(すりおろし)…小さじ1
酒……………小さじ1
A オイスターソース…大さじ1
ごま油……………小さじ1
片栗粉……………小さじ2
餃子の皮……………16枚
黒ゴマ……………32粒

コメント

- ・カボチャとえのきをタネに加えることで、ヘルシーで食物繊維もたっぷり!ハロウインの一品にどうぞ!
- ・餃子の皮はふわっとかぶせて、つまむようにして形を作ります。

作り方

- ① えのきと長ネギはみじん切りにする。
- ② カボチャはレンジ(600w)で3分間加熱し、熱いうちにつぶす。
- ③ ボウルに豚肉ミンチと塩こしょうを入れ、粘りが出るまでよくこねる。
- ④ ③のボウルに①と②、Aの調味料を加え、よく練り混ぜる。
- ⑤ ④を16等分し山型にして餃子の皮をかぶせ、クッキングシートを敷いたフライパンの上に16個並べ入れる。
- ⑥ 熱湯150ccをフライパンの淵から注ぎ、蓋をして中火で10分〜12分蒸し焼きにする。
- ⑦ 皿に盛り、黒ゴマで目をつける。

ハロウィン焼売



アレンジ

- ・市販のミートボールに餃子の皮をかぶせて作れば、包丁を使わず調理完成!
- ・ホットプレートにキャベツをちぎって並べ、その上に焼売を乗せてお湯を加えて蒸し焼きにしてもできます。
- ・餃子包みにして焼いて食べても美味しいです。

健康
散歩

肥満は万病のもと

普段から食べ過ぎや飲み過ぎなどで食生活が乱れていませんか。不摂生の積み重ねは体型の崩れに繋がります。体型の崩れは、いずれ「肥満」に繋がっていきます。

日常で「肥満」という言葉

を使うこともあると思いま

すが、肥満かどうかを判断

するには医学的な基準があり

ます。肥満かどうかはBMI(体格指

数: body mass index)を用いて

判断します。BMIは体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で計算できます。

【例】体重54kg、身長167cmの場合

→ $54(\text{kg}) \div 1.67(\text{m}) \div 1.67(\text{m}) \div \text{BMI} : 19.4$

「BMI: 18.5未満はやせ型」、「BMI: 18.5〜25未満は標準(普通体重)」、「BMI: 25以上は肥満」とされています。肥満は高血圧や糖尿病などの健康障害を引き起こし、心疾患、脳血管疾患など大きな病気に繋がります。まさに「肥満は万病のもと」なのです。そのため、健康を維持するためには肥



満を予防・対策していくことがとても重要になります。

過食や運動不足により、摂取エネルギーが消費エネルギーを上回ってしまうと、体脂肪が蓄積し肥満に繋がります。当たり前のようですが、食べ過ぎを防ぎ、身体活動量を増やすことが肥満予防・肥満対策になります。食べ過ぎを防ぐためには「腹八分目」を心がけましょう。

また、「早食いではないか」「間食やお酒をとりすぎていないか」など、自分の食行動に改善できる点がないかを振り返ることも大切です。運動については、ウォーキングなどの有酸素運動をするだけでなく、筋トレ(スクワットなど)をすることがお勧めです。ただ、普段から運動習慣がある方ばかりではなく、全く運動をしない方もいると思います。運動不足解消のためには、まずは今より10分でも多く体を動かすことが大切です。習慣化できなければあまり意味がありません。できることから無理のない程度で始めてみましょう。

食・運動習慣の見直しについて述べましたが、そもそも今の自分の体重、自分の状態を知らないことには何も始まりません。まずは体重を測定して、自分自身を知り、見つめ直してみるところから始めてみませんか?

JA島根厚生連