

JAしまねひより

2024

9

September
Vol.102

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



特集

JAしまね総合ポイント
「おさいふカード」
活用方法



©よい食P

国消国産
こくしょうこくさん

JALしまね 西いわみ地区本部版

みーつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers

三田 誠さん
[島根おち地区本部]

みーつけた

Shimane Farmers しまねのファーマーズ

有限会社はらやま

代表取締役

三田 さんた

まこと
誠さん(65歳)

今月は島根おちち地区本部。邑智郡邑南町でブドウ栽培を行っている有限会社はらやまの代表取締役・三田誠さんにお話を伺いました。



有限会社はらやまのブドウハウス

異業種参入で農業に携わり約25年

島根県の中部にあり、広島県との県境に位置する邑南町。ここで島根県オリジナルブドウ「神紅(しんく)」を栽培している三田誠さん。平成12年に、三田さんが勤める建設会社が農業へ参入することとなり、農業部門として有限会社はらやまを設立。これまで約25年にわたり、大粒系ブドウ「ピオーネ」や菌床椎茸などを栽培してきました。

今年の5月には、同町でブドウ栽培を行う生産者が中心となった「島根おちちぶどう部会」が結成され、ブドウ作りのベテランである三田さんが部会長に就任。「神紅」の生産拡大やブランドの確立、農家の所得向上を目指してスタートを切りました。



5月20日に「島根おちちぶどう部会設立総会」を開き、生産拡大やブランド確立に向けてスタートを切りました

島根でのみ作られるブドウ「神紅」

「神紅」の最大の魅力は強い甘み。糖度が20度以上という出荷基準があるため、お店でそれを手にとっても間違いない甘いのだそう。「シャインマスカット」と「ベニバラード」を掛け合わせた品種で、種がなく皮ごと食べられるのも嬉しい特徴です。三田さんが手がける「神紅」のハウスは3棟。合わせて40アールの面積に、80本の樹が植えられています。葉が青々と生い茂り、とても丁寧に手入れされている様子がうかがえます。「作りはじめて今年で3年目。今は樹を大きくしている段階で、初出荷は来年を予定しています」と三田さん。「神紅」の旬は9月頃。将来は1本の樹に100房程度つけるのが目標だと言います。



邑南町で栽培された紅く色づいた「神紅」

美しい房に仕上げる熟練の技

栽培期間の中で、特に大変なのが形の悪い粒や傷のある粒を一つ一つハサミで切り落とす作業の

摘粒（てきりゆう）。この時期はアルバイトを雇用して作業にあたっていきます。「粒の大きさが小指の先くらいになった頃に摘粒し、その時には収穫時期の房をイメージしながら粒の数を調整します。つまり、状態の良い粒も必要に



来年産の初出荷に向け力を蓄えるブドウの樹

応じてあえて落としてしまいます。そうすることで粒が大きく育ち、全体的に見た目の良い房が出来上がります。ただ、やり過ぎると隙間が目立つ房になってしまいうし、もったいないからと躊躇すれば実が大きくなりません」と話す三田さん。紅色で大粒な実を目指し、いかにちょうど良く摘粒を行うか。そこはブドウ栽培の経験が豊富な三田さんの腕の見せ所です。

意外と涼しい！ハウスの秘密

バイクが趣味の三田さん。「今年の春には新しい愛車を迎えました」と嬉しそうに話します。ツーリングが良いリフレッシュになっていきますが、夏の間はバイクに乗らないそう。その理由は熱中症を避けるため。ハウスでの作業も暑いだろうと思いきや、「屋根の部分はビニールですが、サイドはネットに

なっています。だから風がサラサラと通り抜けて、意外と涼しいんですよ。邑南町で『神紅』を育てている農家の多くが、JAのリースハウスを利用しています。設備投資にかかる費用を抑えられてとても助かります」と話します。



ブドウの樹を手入れする三田さん

県内で1番の「神紅」の産地を目指して

「神紅」の栽培には、三田さんが長年「ピオーネ」を作ってきた経験が活かせることもあるのだそう。定期的な知識や技術が必要なこともあるのだそう。定期的に県邑智農業部の専門農業普及員にノウハウを教わりながら試行錯誤を続けています。また、島根おちぶどう部会に所属する生産者たちの所得向上に繋がるよう、部会長として自身の栽培知識や経験を伝えたり、邑南町や県、JAと連携を図ったりと、多方面に働きかけています。そこには三田さんのこんな想いが。「邑南町では『おーなんアグサボ隊（地域おこし協力隊）』を募り、若い世代の就農者が移住してきてくれていますが、収入が良くないと農家を続けていけなくなってしまう。この先も続けてもらうためには、良いブドウを作るのももちろん、周りの良い関係性を築いて、それ

らが上手く回っていくことが大切なんです。とはいえ、部会の活動は始まったばかり。メンバーの皆さんとは、これからもつと交流を深めていきたいと思えます。若い人と

どんな話をしたらいいかな（笑）」とはにかむ三田さん。常に周りの農家のことも、町の農業の未来も気にかけてながら、自身のブドウ作りに磨きをかけています。

三田さんは「邑南町といえば『神紅』と言われるような特産地になるといいですね。就農を考えている人に、邑南町でのブドウ栽培は安定して収益をあげられるぞ、と魅力を感じてもらえたら嬉しい」と今後の想いを語りました。邑南町での「神紅」作りには、まるで夏場のハウス内のようにキラキラとした光が差しています。



今後の展望を話す三田さん

プチっと情報！

島根県オリジナルブドウ『神紅』

採れたてをそのまま食べるのもよし、冷蔵庫で冷やして食べても美味しい「神紅」。島根県でのみ生産される珍しい品種だからこそ、贈り物にもピッタリ。受け取った相手の「わあっ！ブドウだ〜！」という幸せな顔を思い

浮かべながら、大切な人に贈ってみてはいかがでしょう？😊❤️きっと幅広い世代に喜ばれるはず🌟



「おさいふカード」活用方法

JAしまね総合ポイントカード「おさいふカード」をご愛顧いただきありがとうございます。
今回は、上手にカードをご活用いただけるよう、めぐみちゃんの日常からアドバイスをお願いします。

貯める めぐみちゃんはどうやってポイントを貯めているのかな？

JAしまねの組合員
「ふるさとめぐみ」ちゃん

めぐみちゃんは



島根県内の店舗、JAグリーン、グリーンセンター、
産直店舗やラピタで毎日お買物をしているよ！

- ラピタ、産直店舗でお買物 3万円/月の利用で……**150ポイント** (150p)
さらにEdyで支払うと ……**150ポイント**が追加 (150p)
- 資材専用店舗でお買物 2千円/月の利用で…… **20ポイント** (10p)
- JA-SSで給油 6千円/月の利用で…… **10ポイント** (5p)

(注)JA-SSでは事前に「おさいふカード」を給油カードに紐付ける手続きが必要です。
くわしくはJA-SSまたは、支店窓口へお問い合わせください。



県内Aコープ店でも

お買物で『おさいふカード』を提示すると
ご利用200円(税抜)につき
1ポイントのAコープポイントが!



『おさいふカード』のポイントに
自動的に移行されます

JA以外のお店でも

県内外のコンビニやドラッグストアでも
『おさいふカード』の楽天Edyでお買物をすると
ご利用200円(税込)につき**1ポイントが!**

めぐみちゃんは



JAが大好き! 給与振込も住宅ローンも貯金もJA!

『おさいふカード』を提示しなくても自動的にポイントが貯まります。

- 給与振込の指定口座……………年間 **50ポイント** (25p)
- 年金受給の指定口座……………年間 **50ポイント** (25p)
- 投資信託(残高100万円の場合) ……年間 **50ポイント** (25p)
- 定期貯金(残高200万円の場合) ……年間 **100ポイント** (50p)
- 住宅ローン(残高1,000万円の場合) ……年間 **800ポイント** (0p)



めぐみちゃんは



JA島根厚生連で「女性部健診」を受診しました!

- JA島根厚生連が行っている 農業者・女性部健診… 1回 **70ポイント** (70p)
- 担い手ドック…………… 1回 **120ポイント** (120p)



令和6年4月1日からジュンテンドー利用による「おさいふカード会員」特典が始まりました!

JAの「おさいふカード」とジュンテンドー会員カード「いきいきポイントカード」との連携登録を、お近くのジュンテンドー店舗で手続きしてください。(初回のみです) ※会員特典の適用は、店頭お申込み日より約2週間後となります。

★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「いきいきポイントカード」をレジにて提示してください。

※()内のポイントはJAしまね組合員以外の方のポイント数です。

①年間購入金額10,000円(税抜)につき、おさいふカードへ **30ポイント(15p)付与!**
※1月末に前年利用分に応じて付与

②現金、JAカード(クレジット)で支払いの場合、ジュンテンドー「いきいきポイントカード」への **ポイント付与が通常の2倍に!**

③JA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、**ご利用金額1,000円につき20円(2%)をポイントで還元!**

使う めぐみちゃんは貯まったポイントを上手に使っているよ!

『おさいふカード』でお買物!

ラピタ、グリーンセンターなどで貯まったポイントがお買物代金として1ポイント1円で使えます。

〈例〉買物代金/1,200円⇒1,000円を現金で、200円をポイントで支払う。



グリーンセンター、JAグリーン、産直店舗



ポイント支払い
できる店舗一覧
はこちら

ポイントをお買物券に交換!

J A店舗やAコープ各店に設置してある発券機から会員様の簡単な操作で500円券、または1,000円券に交換できます。



農機/自動車センター



ラピタ、Aコープ



JA-SS



お買物券が使える
店舗一覧はこちら

ポイントの特産品と交換できるよ!

【交換商品カタログ】の中からお希望の商品をポイントと交換できます。



ポイントを寄付・募金して社会貢献にも!

ポイントを利用して、以下の団体へ寄付・募金ができます。

- 社会福祉法人 島根県社会福祉協議会
- 公益社団法人 島根県緑化推進委員会
- 公益財団法人 ヘルスサイエンスセンター島根(がん対策募金)
- 島根県健康福祉部青少年家庭課
- 特定非営利活動法人 フードバンクしまね あったか元気便

【商品の交換、寄付・募金方法】

支店窓口またはラピタ各店舗の他に、J AしまねHPからお申込みできます。

「おさいふカード」
ポイント交換カタログ
はこちら



重要

お買物券のご利用期限

発行日の6ヶ月後の月末日までご利用できます。

ご利用期限が2025年4月1日と印字されている場合、

2025年4月末まで使用可能
(記載月の月末日まで有効)



『おさいふカード』のポイントには有効期限があります。

ポイントは付与された日の翌々年(2年後)の年末までが有効です。

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、ラピタアプリ、支店窓口等にてご確認くださいませのでお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。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!

獲得日	有効期限	状態
令和4年7月7日に獲得	令和5年12月31日まで	有効
令和6年12月31日まで		有効
令和7年1月1日		失効

「ポイント照会およびお買物券発券機」を更新します。

各店舗に設置している「お買物券発券機」を令和6年9月24日(火)に更新します。新しい端末はタブレット(操作画面)・カードリーダー・プリンタが別々の機器となります。



J Aしまね総合ポイントカード「おさいふカード」に関するお問い合わせは、お近くのJ A窓口か下記連絡先までお願いします。

0120-031-207 (平日9:00~12:00、13:00~17:00)

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。



現場の声を
もっと聞きたい

組合長が行く!



巡回の様子を取めた
動画はコチラから



今回の
訪問先

- JAしまねくにびき地区本部管内
- 農事組合法人みのりの里講武
- 株式会社まるなつ農場



加工施設の修繕箇所について
中島副組合長(右)から説明を受ける石川組合長と
くにびき地区本部の越野浩昭本部長(中央)



大豆の圃場で宮廻組合長(前列左から4番目)と
古瀬副組合長(前列左から3番目)、
石川組合長(前列左から2番目)ら

今回は、農事組合法人みのりの里講武、株式会社まるなつ農場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。

農事組合法人みのりの里講武は、平成14年5月に誕生。より良い組織を目指して講武中央営農組合と婦人組織「講武味噌加工グループ」が統合し、松江管内で先駆けて法人化しました。現在は水稲や大豆、飼料用米など、加工部門では味噌を中心ににんにくみそやクッキー、もちなどを生産しています。同法人の宮廻健一組合長と古瀬篤副組合長、中島和子副組合長に法人設立の経緯や取り組みを説明いただいた他、加工施設の修繕や農業機械の更新に活用できる補助制度、後継者問題などについて意見交換しました。宮廻組合長は「持続可能な組織運営に向け、営農指導だけでなく経営指導もお願いしたい」と要望されました。

株式会社まるなつ農場は、連携農家2戸とともに平成30年8月に会社を設立。現在は水稲



同法人の加工部門が製造する
味噌を中心とした加工品

や野菜苗の他、トマト、キュウリなどの施設野菜、露地ではタマネギやトウモロコシなどを栽培し、松江市の学校給食やJA、直売所に出荷しています。同社の和泉陽介代表と、生産しているメロン「ゴールデンパール」の販路先やJAが推進するタマネギ栽培、JAの直売所運営などについて活発に意見を交わしました。和泉代表は「農家が生産物でしっかりと利益を得られるような事業運営に努めてほしい。また、就農希望の若い人が農業に取り組みやすい状況を作っていたほしい」と要望されました。



メロン「ゴールデンパール」を栽培するハウスを
案内いただきました



メロンハウスで和泉代表(中央)と石川組合長ら

組合長から一言



今回はくにびき地区本部管内を巡回し、2法人を訪問させていただいた。まず、農事組合法人みのりの里講武については、大豆の転作に取り組みながら規模を拡大されてきたが、平成14年、長年味噌加工に取り組みされてきた「講武味噌加工グループ」と一緒になり、農産部門と加工部門一体型の農事組合法人みのりの里講武の設立にこぎつけられた。当日は、宮廻健一組合長や古瀬篤副組合長、中島和子副組合長より、味噌加工場の床の張替えや農機の更新に関する要望をいただいた。

一方、株式会社まるなつ農場は、平成30年に設立された。代表取締役の和泉陽介さんは非農家から就農し、同農場で研修を受けたのち独立。現在、和泉さんを含め取締役3名、監査役1名、社員2名とパート7名を雇用し、水稲9ha、野菜苗80a、施設野菜30a、露地野菜2haを経営。販売先はJAの他、学校給食、直売所、さらにゴールデンパールというメロンについては独自の販売先を確保しているとのことであった。

組合長より一句
ハウスでの
意見交換
風涼し





topics
1

令和6年度しまね夏の花展示会を開催

12
つばね
の
つばね
∞

島根県花き生産者協議会とJAしまねは7月27、28日の2日間、出雲市のゆめタウン出雲で令和6年度しまね夏の花展示会を開きました。夏に生産するトルコギキョウやヒマワリ、菊、ケイトウなど106点を展示。多くの人が訪れ、季節の鮮やかな花を楽しみました。



ミニブーケを作る子どもたち

初日は子どもたちに花に親しみを持ってもらおうとする花育活動の一環で、親子ミニブーケ体験教室を開催。子どもたちは好みの花を選び、スタッフから作り方を教わりながらブーケを完成させ笑顔を見せました。今回は大人を対象とした花束づくり体験も行い、幅広い世代に花と触れ合う機会を設けました。

また、花き生産に消費者目線を取り入れようと、来場者がお気に入りの花に投票する「私たちが選んだ花賞」を両日実施。投票者には先着300人に花束をプレゼントしました。

投票した来場者は「すてきなお花ばかりだったが、中でも青色がきれいなリンドウが気に入った」と話しました。投票結果は、10月に開催する花のイベント「フラワーインしまね」で発表する予定です。

topics
2

島根ワイナリー「ヌーボーデラウェア2024」販売開始

12
つばね
の
つばね
∞



「ヌーボーデラウェア2024」を丸山知事（左）に手渡す新藤社長（右）

株式会社島根ワイナリーは8月8日、島根県産「デラウェア」を使ったワイン「ヌーボーデラウェア2024」の販売を始めました。

販売するのは「やや甘口（アルコール分10%）」と「辛口（同12%）」の2種類。今年は濃縮感のある良質な「デラウェア」を原料に受け入れることができ、味わいもフレッシュで例年より香り高いフルーティーなワインに仕上がりました。

6日には、同社の新藤正人社長らが松江市の県庁を訪れ、丸山達也知事にワインを贈り出来栄などを報告。新藤社長は「本年産は香りが良く、程良い酸味が出て例年以上の出来となった。この暑い時期にキンキンに冷やしたワインを楽しんでもらいたい」とPRしました。

**島根ワイナリーの
商品は
こちらからも
購入いただけます**

島根のお酒・特産品を扱う
「島根ワイナリー」公式オンラインショップ

topics
3

農林中央金庫グループが災害見舞金を寄贈



目録を石川組合長（右）に手渡す奥和登理事長（左）

島根県東部を中心に大きな被害をもたらした7月豪雨災害を受け、農林中央金庫グループからJAしまねに災害見舞金が寄贈されました。8月8日に農林中央金庫の奥和登理事長が、8月21日に同子会社である農中信託銀行と農中金全共連アセットマネジメントの各役員が松江市のJAビルを訪れ、当JAの石川寿樹組合長へ目録を手渡しました。

この雨による県内の農地・農業用施設の被害額は約3,030万円（※）。農作物については被害金額が判明していませんが水稻や野菜、果樹は冠水や土砂・流木が流入するなどの被害を受け、今後の生育状況への影響が懸念されています。

石川組合長は寄贈に対して「被害にあわれた組合員支援の財源として役立てさせていただく」と感謝を伝えました。

※島根県報道発表資料「7月9日からの大雨に係る被害状況について（第6報）」より

2024 DISCLOSURE

1

営業に関する ご報告

基本方針

「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」への挑戦

「農業者の所得増大」や「農業生産の拡大」を達成するため、増加している加工・業務用需要を取り込むべく、外食・中食業界に対する直接販売に取り組みます。また生産資材価格の引き下げを実現するため、県域を超えた銘柄の集約や費用対効果による総合的な提案を行い、生産資材コストの削減に取り組みます。

「地域の活性化」への貢献

総合事業（営農・経済、生活・購買、信用、共済、厚生、直売・加工等）を通じて、組合員と地域住民の生活インフラの一翼として役割を發揮します。

健全経営の為の取り組み

「健全な経営体質」と「透明感のある組織運営」を構築するため、財務体質の健全性向上に努め、リスク管理態勢の確立とコンプライアンスを重視した職場づくりに取り組みます。

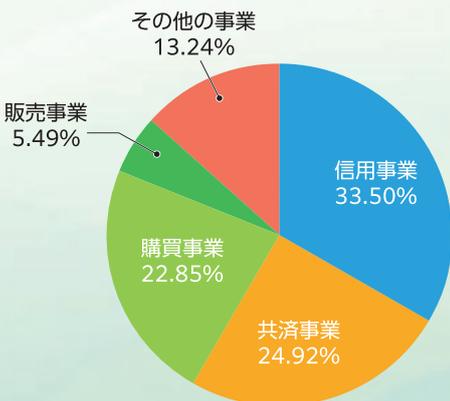
農協法の理事構成要件の改正も踏まえ、業務執行体制を見直し、地域農業の担い手や実践的な能力を有する者の登用拡大に向けて取り組みます。

自ら策定した自己改革の取組施策を着実に実践するため、組合員の皆さまとの対話を重視し、組織を挙げて取り組みます。

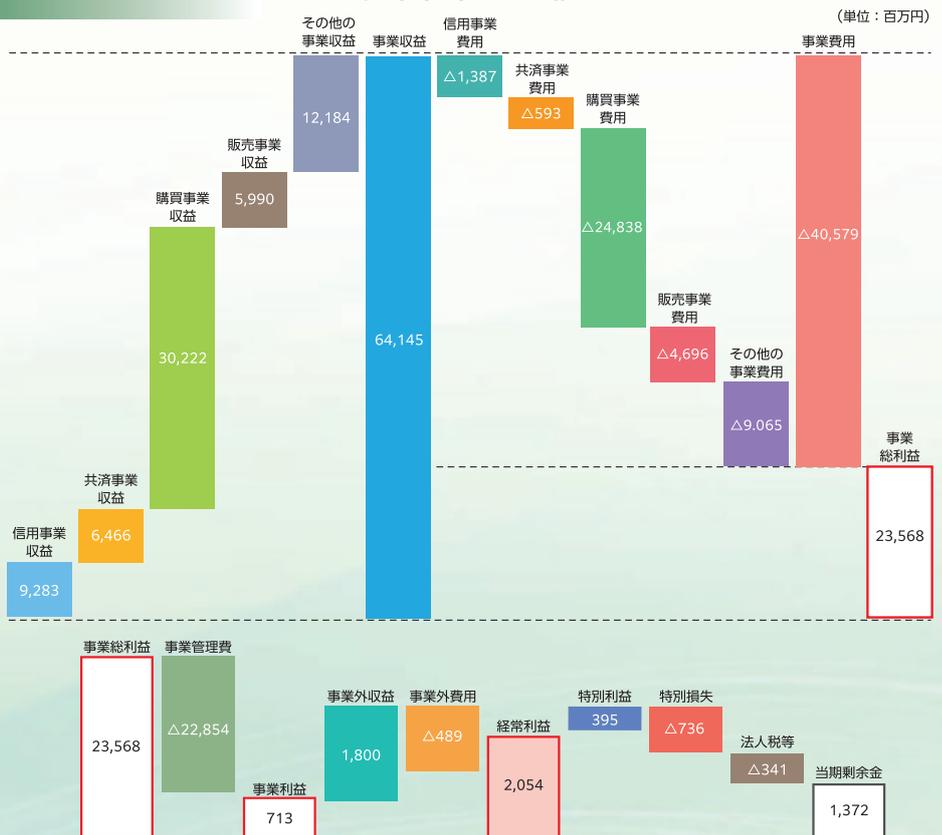
損益の状況 (令和5年度)

損益は、事業総利益が235億68百万円、経常利益が20億54百万円となり、当期剰余金が13億72百万円となりました。

事業総利益に占める 各事業の割合



事業総利益の構成



貸借対照表

(単位：千円)

科目	令和4年度 (令和5年3月31日現在)	令和5年度 (令和6年3月31日現在)
資産の部		
1 信用事業資産	991,150,167	993,068,528
2 共済事業資産	5,596	5,409
3 経済事業資産	15,272,308	14,314,618
4 雑資産	5,872,794	5,405,391
5 固定資産	33,643,447	33,074,901
6 外部出資	68,043,603	68,076,220
7 繰延税金資産	905,219	101,879
資産の部 合計	1,114,893,136	1,114,046,950

科目	令和4年度 (令和5年3月31日現在)	令和5年度 (令和6年3月31日現在)
負債の部		
1 信用事業負債	1,018,853,447	1,015,130,756
2 共済事業負債	4,527,654	4,388,610
3 経済事業負債	5,607,976	6,038,547
4 雑負債	3,048,630	3,160,052
5 諸引当金	6,659,274	6,514,336
負債の部 合計	1,038,696,983	1,035,232,302
純資産の部		
1 組合員資本	73,244,865	73,825,517
2 評価・換算差額等	2,951,288	4,989,129
純資産の部 合計	76,196,153	78,814,647
負債及び純資産の部 合計	1,114,893,136	1,114,046,950

損益計算書

(単位：千円)

科目	令和4年度 (自 令和4年4月1日 至 令和5年3月31日)	令和5年度 (自 令和5年4月1日 至 令和6年3月31日)
1. 事業総利益	23,820,050	23,568,112
1 信用事業収益	9,474,992	9,283,330
2 信用事業費用	1,698,291	1,387,045
信用事業総利益	7,776,700	7,896,285
3 共済事業収益	6,760,451	6,466,630
4 共済事業費用	585,992	593,066
共済事業総利益	6,174,458	5,873,564
5 購買事業収益	31,656,649	30,222,559
6 購買事業費用	26,256,065	24,838,058
購買事業総利益	5,400,583	5,384,501
7 販売事業収益	4,330,972	5,990,900
8 販売事業費用	2,945,382	4,696,442
販売事業総利益	1,385,590	1,294,458
9 保管事業収益	256,750	249,232
10 保管事業費用	66,163	74,641
保管事業総利益	190,587	174,590
11 加工事業収益	4,649,169	4,579,374
12 加工事業費用	4,215,855	4,166,361
加工事業総利益	433,314	413,013
13 利用事業収益	2,218,790	2,258,633
14 利用事業費用	1,206,005	1,270,036
利用事業総利益	1,012,785	988,596
15 葬祭事業収益	2,875,334	2,957,759
16 葬祭事業費用	1,485,077	1,587,982
葬祭事業総利益	1,390,256	1,369,777

科目	令和4年度 (自 令和4年4月1日 至 令和5年3月31日)	令和5年度 (自 令和5年4月1日 至 令和6年3月31日)
17 宅地等供給事業収益	49,287	147,013
18 宅地等供給事業費用	12,562	122,129
宅地等供給事業総利益	36,724	24,883
19 農業経営事業収益	913,759	866,192
20 農業経営事業費用	944,824	838,509
農業経営事業総利益	△ 31,065	27,683
21 その他事業収益	551,814	527,257
22 その他事業費用	307,560	279,884
その他事業総利益	244,253	247,373
23 指導事業収入	547,091	599,450
24 指導事業支出	741,231	726,067
指導事業収支差額	△ 194,139	△ 126,616
2. 事業管理費	23,584,802	22,854,739
事業利益	235,248	713,373
3. 事業外収益	1,856,063	1,800,926
4. 事業外費用	485,805	459,930
経常利益	1,605,505	2,054,368
5. 特別利益	1,024,855	395,812
6. 特別損失	1,441,475	736,293
税引前当期利益	1,188,885	1,713,887
法人税等合計	366,588	341,845
当期剰余金	822,296	1,372,042
当期首繰越剰余金	590,041	569,512
経営基盤強化積立金取崩額	449,507	288,670
税効果積立金取崩額	114,260	52,607
当期末処分剰余金	1,976,105	2,282,832

2

農業関連事業

事業別業況 (令和5年度)

購買事業

当期の生産購買品供給高は、肥料・農薬について水稻肥料・農薬の銘柄集約、並びに超大型規格農薬の積極的な提案等、生産コスト低減に向けた取り組みに努めた結果、129億23百万円となりました。なお、農機事業はJAと全農の共同出資で設立したJA全農島根農機サポート(株)が11月以降事業を引き継ぎ実施しています。

販売事業

当期の販売品販売・取扱高は、米の買取制度を令和5年産米も継続実施し、また畜産の増頭対策や購買者誘致、園芸重点推進6品目の拡大を継続的に取り組んだ結果、390億20百万円となりました。



生活関連事業

当期の生活購買品供給高は、地産地消を基本に「安全・安心・新鮮」にこだわったJAらしい店舗運営や、自動車・ガス・石油事業では「安心・安全・快適」を提供するため創意工夫を凝らした販促企画を展開した結果、188億15百万円となりました。



信用事業

住宅ローン



組合員・利用者のニーズを踏まえ、農業と地域利用者をつなぐ貯金キャンペーンや、担い手農業者や子育て世代を応援する金融サービスを積極的に展開した結果、貯金が期末残高1兆6億75百万円、貸出金が期末残高2,909億93百万円となりました。

共済事業

出産・育児コミュニティ
JAしまね

こども倶楽部



入会金・年会費 無料

共済渉外担当者(LA)を中心とした3Q活動による保障ニーズに即した提案活動、支店共済担当者(スマイルサポーター)による迅速・丁寧な窓口対応、次世代層への出産育児を応援する「JAしまね こども倶楽部」の普及拡大に取り組みました。

3

農業振興支援事業での持続的営農への支援

農業振興活動



第3次「農業戦略実践3カ年営農計画」の実現に向けて、園芸重点推進6品目の拡大支援やしまね和牛増頭支援等の重点事項に対する支援、規模拡大、生産基盤の強化を図る担い手への支援、新規就農者の育成確保、担い手の健康対策に対し約1億2100万円を支援しました。

4

子育て応援宣言

地域密着型金融への取り組み

当JAでは平成28年10月より「子育て応援宣言」として、「地域の活性化」「子育てしやすい環境」を目指し、住宅ローン・マイカーローン・教育ローンで子育てを頑張る皆さまを全力でサポートしています。具体的には、住宅ローンでは「子育て応援サービス」としてお子様の人数に応じた金利引下げを実施し、多くの方にご利用いただいています。

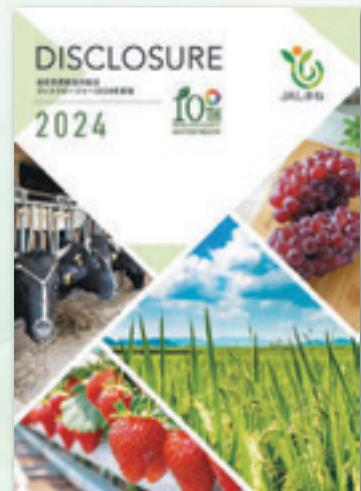
また、貯金商品では18歳以下のお子様がいらっしゃる方を対象とした金利上乗せ定期積金をご用意しています。



2024 DISCLOSURE

ディスクロージャー誌の本冊ではJAの経営内容や事業所の配置図など、JAの詳しい情報をご紹介します。ご要望の方には、信用店舗にて無料配布しております。また、JAしまねウェブサイトでも閲覧いただけます。

「2024年度版 ディスクロージャー誌」はJAしまねホームページにてご覧いただけます。
<https://ja-shimane.jp/disclosure/>



PROFILE

設立	／	平成27年3月1日
本店所在地	／	島根県松江市殿町19-1
出資金	／	206億円
総資産	／	1兆1,140億円
単体自己資本比率	／	13.44%
組合員数	／	210,057人
役員数	／	45人
職員数	／	2,818人
事務所数	／	131



想いをひとつに✿ しまねの女性部！

フレッシュミズ部会

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✿」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✿

仲間と・地域と・他組織と・次代と



牧場見学



牧場で絞った生乳を使ったバター作り

私たちはJAしまね女性部フレッシュミズ部会は、概ね50歳までの女性部員で組織されており、「仲間の輪を広げ、活動内容の更なるステップアップを目指そう！」をキーワードに活動しています。
令和5年度は、コロナウイルス感染症の位置付けが5類に移行されたことで、ついに活動を再開することができました。昨年11月には大田市の中山農場で牧場見学とバター作り体験を行い、命の大切さや食と農について子どもたちに学んでもらいました。
また、今年度は世代や地域を越えたJA女性部との合同企画にも取り組み、県内女性部同士のつながりを強化しつつ、フレッシュミズ部員から女性部員へスムーズに移行できるよう交流を図っていきます！



JA女性組織フレッシュミズSDGsかるた



JA YOUTH

一所懸命青年連盟

JAしまね雲南青年連盟

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

はせがわ
長谷川

ゆうじ
裕治さん



JAしまね雲南青年連盟(以下、農青連)の長谷川裕治さん(39)は、雲南市三刀屋町で親牛27頭、子牛20頭を飼育する繁殖農家です。幼い頃から父親の仕事を手伝い、牛に愛着を持っていた長谷川さんは繁殖農家を継ごうと高校卒業後、県立農業大学校(現在の県立農林大学校)へ進学し、畜産を学びました。卒業後は県畜産技術センターなどで働きながら父親の仕事を手伝い、7年前に本格的に就農し、2021年には父親から事業承継しました。
資材が高騰するなか、近隣の約1・5ヘクタールの農地で飼料用トウモロコシや牧草を自ら栽培することで、コスト削減に努めており、今後は増頭を目標に経営の安定化を目指します。
農青連には就農と同時期に加入し、さまざまな農家との交流の場になっています。長谷川さんは「活動に積極的に参加し、仲間とともに地域を盛り上げたい」と意気込みました。

栽培環境を改善

「緑肥」は青刈りして土壌にすき込み、土壌を肥沃（ひよく）にする目的で栽培される「緑の肥料」です。「対抗植物」は特定の病害虫を防除するために栽培し、土壌中の寄生性センチュウや病原菌の密度を下げ、被害を減らすことができます。

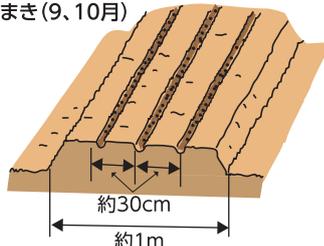
これらの植物は種類によっては、両方の働きをします。共通点は、土壌の改善と同時に、畑の生態系を多様にし、土着天敵などを活用して病害虫を抑えられることです。

緑肥

有機物が微生物に分解されて腐植が作られ、団粒構造の形成、透水性の向上で野菜の根の環境が改善され

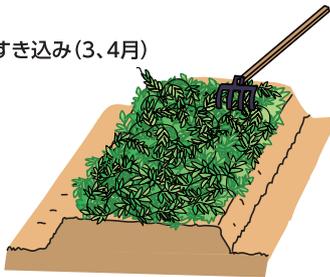
図1 ヘアリーベッチの利用

(1)種まき(9,10月)



種は薄く筋まき、またはくわ幅まきにする

(2)すき込み(3,4月)



草高約30cmの頃、つるを細断してすき込む

ます。マメ科は根粒菌により空気中の窒素を固定し、土壌が肥沃となります。

秋まきでは、裸地になるのを防ぐためにもイネ科のエン麦やライ麦をまき、また、マメ科のクローバー、ヘアリーベッチ（図1）では、翌年花を楽しんだ後にすき込みます。春まきではイネ科のソルガム（図2）、ギニアグラスなどを栽培し、夏に茎葉をくわや耕運機で2、3回すき込

図2 障壁効果のあるソルガム

畑にナス、トマト、サトイモなどを育て、ソルガムは周囲に植える



みます。その後、キャベツやブロッコリーなどが植え付けできます。イネ科作物は草丈が伸び、土づくり効果以外にも害虫の飛来阻止（隔離）、防風などの障壁効果も期待できます。

対抗植物

ネコブセンチュウは、根にこぶを作って養水分の吸収を妨げて生育を阻害します。このセンチュウは地温の高い夏～秋に増殖し、ウリ科をはじめ多くの野菜に被害を与えます。マリーゴールドやクロタラリアなどの対抗植物を春にまき、3カ月程度育てれば、センチュウ密度を下げることができます。ダイコンのキタネグサレセンチュウはマリーゴールドなどを作付けすることで被害を軽減できます。

表 主な緑肥・対抗植物とその効果

参考資料：「カバークロップ・草生栽培 栽培指針」千葉県、千葉県農林水産技術会議（平成24年3月）、
「緑肥利用マニュアル」農研機構（令和2年3月）。

種まき期	科名	品目	主な品種※1	センチュウ抑制※2	雑草抑制	窒素固定	障壁	景観・美化
秋まき	イネ科	エン麦野生種	ハイオーツ、ニューオーツ	○				
		ライ麦	R-007、グリーン	○				
	マメ科	クローバー	くれない(クリムソンクローバー)、フィア(白クローバー)			○		○
		ヘアリーベッチ	藤えもん、ナモイ		○	○		
春まき	イネ科	エン麦野生種	ハイオーツ、ニューオーツ	○				
		スーダングラス	ベールスーダン、ねまへらそう	○			○	
		ソルガム(ソルゴー)	つちたろう、元氣ソルゴー	○			○	
		ギニアグラス	ナツカゼ、ソイルクリーン	○				
	マメ科	クロタラリア	コブトリソウ、ネマクリーン	○		○		
		ヘアリーベッチ	藤えもん、ナモイ		○	○		
		セスパニア	田助		○	○		
	キク科	マリーゴールド	アフリカントール、グランドコントロール	○				○
ヒマワリ		ハイブリッドサンフラワー、緑肥用ヒマワリ					○	

※1 種苗会社は雪印種苗、カネコ種苗など。
※2 主な寄生性センチュウの抑制効果は、品種により異なる。

理事会情報（8月26日開催）

【協議事項】

- 令和7年度島根県農業政策および予算に関する要望について【最終案】
- 令和6年産島根米の諸条件の設定について
- 令和6年産島根米の概算金単価の設定について
- 令和6年産飼料用米の概算金単価の設定について
- 令和6年産米穀に係る概算金支出枠について

- 令和6年9月17日付機構改革の実施について
- 職制規程の一部改正について
- 経理規程の改正について
- 大口貸出について①
- 大口貸出について②
- 組合と理事との取引（契約）の承認について（都度承認分）



J Aしまね西いわみ地区本部年金友の会 六日市支部・柿木支部合同受給者大会

J Aしまね西いわみ地区本部年金友の会六日市支部（中田元支部長）、柿木支部（坂下憲一支部長）は7月27日、吉賀町ふれあい会館で合同受給者大会を開催しました。

開会にあたり両支部を代表し、六日市支部の中田支部長が来賓のご臨席に感謝の言葉を述べた後、「ロシアによるウクライナ侵攻や中東紛争など、未だ世界各地で争いが続いており、一日も早い停戦・戦争終結に向けた協議が成されるよう願っている。また本年1月1日に発生した石川県能登地方を中心とした震災では、多くの死傷者や家屋の倒壊等が発生し、被災された方々に改めてご冥福とお見舞いを申し上げます。今年の梅雨入りは遅く、町内で大きな災害は発生していませんが、例年以上の猛暑が予想されており熱中症等十分に気を付けてお過ごしいただきたい。現在吉賀町における年金受給者の5割の方が、振込先にJ Aをご指定いただいている。皆様には知人等一人でも多くの方にJ Aを振込先にお勧めいただき、会員増加による本会の発展につなげていきたい」と挨拶しました。

続いて来賓を代表して吉賀町岩本一巳町長、J Aしまね西いわみ地区本部田村清己本部長より挨拶をいただき、情勢報告並びに令和5年度活動報告・令和6年度活動計画について森本司六日市支店長が説明を行いました。

休憩を挟んで、吉賀町消防団本部分団による寸劇が行われ、続くアトラクションでは村上誠さん、千鶴さんご夫婦による「津軽三味線」、フラオリノの皆さんによる「フラダンス」、AKDグループによる「朝倉キッズダンス」、白谷神楽社中の神楽「恵比寿」が披露され、会場内はこの日の気温にも勝る熱気に包まれ、総会資料に掲げた合言葉「人生100年」に確信が持てた一日でした。



J Aしまね西いわみ地区本部
田村清己本部長 挨拶



吉賀町 岩本一巳町長
挨拶



六日市 中田元支部長
挨拶



村上誠さん、千鶴さん
ご夫婦による
津軽三味線の披露



AKDのハツラツとした
朝倉キッズダンス



フラオリノの皆さんによる
フラダンス



吉賀町消防団本部分団
による寸劇



会場内は大いに盛り上がり盛会のうちに全日程を終了しました。
ご参加いただいた会員の皆様ありがとうございました。



屋外は気温33度と猛暑の中、六日市・柿木地区から
約180人の会員の皆様にご参加いただきました。

令和6年産水稻刈り取り講習会

J A しまね西いわみ地区本部営農経済部米穀課と、島根県西部農林水産振興センター益田事務所農業部は8月5日から8月8日までの間、令和6年産水稻刈り取り講習会を管内18会場で実施しました。今年産水稻の状況については次のような報告がありました。

《令和6年産水稻病虫害予報》

島根県病虫害発生予察情報：発生予報第6号（8月2日）

病虫害	予想発生量	病虫害	予想発生量
穂いもち	平年並	斑点米カメムシ類	多い
紋枯病	平年並～やや多い	セジロウンカ	やや多い
白葉枯病	平年並	トビイロウンカ	平年並～やや多い
二カメイチュウ	平年並	コブノメイガ	やや多い

《刈取までの管理》

畦畔草刈とカメムシ防除 （2回目は1回目防除から10日後）	畦畔の草刈は収穫後もしくは収穫直前に行う 斑点米カメムシは穂揃い期 （全体の8～9割が出穂）の3日後	登熟期の畦畔の草刈は畦にいるカメムシを本田に追い込むことになります イネカメムシは出穂期 （全体の4～5割が出穂） ※晩生品種（きぬむすめ）・飼料米で被害が多発しています
間断かん水	根の活力を維持しつつ、徐々に地固め（3漕4落の水管理） 高温障害対策 飽水管理（地温の上昇を防ぎ、土壌水分を吸い上げる力を養う）	●湛水を続けると根が弱り、乾かし過ぎは根の活力低下につながります ●水量が豊富であればかけ流しにする ●足跡に水が無くなったなら入水する この作業を繰り返す
適期刈取	青味粉率10～15%	収穫適期を逃すことは以下の理由につながり等級の格下げを招くこととなります 早い＝青未熟粒 遅い＝胴割粒、茶米、乳白粒

《収穫・乾燥・調製》

収 穫	乾 燥 ・ 調 製
<ul style="list-style-type: none"> ●コンバインの作業性を重視した早期落水は品質低下につながります ●出穂後25日間は田面に水分がある状態を保ちましょう ●倒伏した圃場や雑草が多い圃場などで無理な刈り取りは異物（草の種・石等）の混入につながります 	<ul style="list-style-type: none"> ●乾燥は水分14.0%～15.0%が適正水分です ●過乾燥（12～13%）のものは同割粒発生の原因となります ●15.6%以上は高水分扱いで価格が下がります ●16.1%以上は規格外扱いになります ●皆掛重量は1袋あたり30.5kgで計算します

病虫害対策等生育上の問いについては、質問者にはしっかりとその状況を聞いた上で、的確な回答をお返すようにしています。





西いわみ集落営農・法人ネットワーク通常総会開催

西いわみ集落営農・法人ネットワーク（糸賀盛人会長）は7月24日、益田市内で第7回通常総会を開催しました。

冒頭の挨拶で糸賀会長は、新たな食料・農業・農村基本法について触れ「食料供給困難事態対策法案等不透明な部分については、基本計画策定に向けてあらゆる組織と協力し国政に対し強く訴えていく必要がある。また食料安全保障の観点等からも国に



対して正々堂々と発言が出来る全国組織の立ち上げが必要だと思う。今年産の米の価格は上昇する傾向にあるが、米価に比例して農機具や生産資材価格が下がっているわけではなく、1袋（30kg）が1万円を超えるような金額に近づく大幅な値上げ（価格の回復）を期待したい」と話しました。

J A、来賓の挨拶に続いて糸賀会長が議長を務め、全ての議案を全員一致で可決承認しました。役員改選では現副会長の農事組合法人あとむの代表石橋剛氏に替わり、下道川営農組合代表の河本亮氏が新副会長、1名欠員となっていた監事に有限会社赤雁の里の代表渡邊一行氏が選任されました。



総会終了後、一般社団法人トクノスクール・農村研究所徳野貞雄理事長による『ポスト農業社会』から見た農山村の現状「家族」と「世帯」は違う！子どもたちは近場にいる」と題した講演がありました。世帯の極小化が及ぼす地域社会への影響や、住民基本台帳上の同居者だけを家族や集落の人とせず、集落から他出している子や配偶者・孫も家族や準集落員とみなす「T型集落点検」（徳野教授考案）方法について紹介があり、限界集落に位置づけされた地区であっても、維持可能な将来性ビジョンが描ける可能性に気づかされました。

徳野教授は全国に展開されている『道の駅』の命名者で、食と農の専門家として日本全国の農山村にかけ、フィールドワークをこなす研究者としても知られています。

管内の飼料稲（WCS）の刈り取り始まる

J Aしまね西いわみ地区本部管内で取り組むWCS（飼料稲）の刈り取りが7月下旬から始まりました。

鹿足郡内では農業法人や個人農業者が合わせて70ヘクタールを超える面積で作付けし、津和野町や益田市の畜産農家へ供給しています。

この日は津和野町のわくわくつわの協同組合（糸賀盛人代表）が所有する専用の大型コンバインによって刈り取り作業が行われ、300kgにロールされた稲が次々と取り出されました。

出来上がった300kgのロールはラッピングマシンと呼ばれる機械でラップされ、一時保管した後畜産農家へ供給されることとなっています。

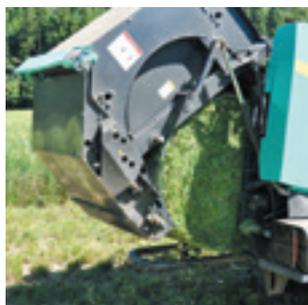
「耕畜連携」の取り組みによって畜産農家へ稲発酵粗飼料として供給され、畜産農家から堆肥の供給を受けることで化学肥料の使用量削減にもつながり、この循環型農業の一端が両者の有効な資材価格高騰対策の一助となっています。同組合では10アール当たりの目標収量3トンを目指して取り組みを継続しています。



水分を含む青刈り稲は、畜産農家へ届けられラッピングサイレージで乳酸発酵を促します



この後ラッピングマシンによってラップされます



刈り取った稲はコンバインの中で300kgにロールされ出できます



刈取りが始まった 飼料稲



各地で稲刈りが始まり 令和6年産米の初検査が行われました

管内の水稲も梅雨明け以降の気温上昇とともに成育が進み、盆前には管内各地で稲刈りが始まりました。風雨災害や病害虫等による大規模な被害もなく、順調に生育したつきあかり・つや姫・コシヒカリといった早生品種の収穫作業が行われていました。



J Aしまね西いわみ地区本部は8月22日、益田市遠田町の中央倉庫で令和6年産米の初検査を行いました。

つきあかり・つや姫・コシヒカリ・ヒメノモチなど早生品種約400袋が出荷され、

検査員は提出された生産履歴と照合しながら、水分量や粒張り等生育状態、カメムシによる被害粒は無いかなどを確認し等級を確定していました。

この日は今年度初の米検査とあって、それぞれの検査場へ出向く検査員も集合し、等級確定判断の均一化を図る統一目合わせ会も行いました。

西いわみ地区本部営農経済部米穀課では、令和6

年産米の集荷目標を90,000袋(30kg)とし、10月末まで中央倉庫をはじめ



とする8カ所の検査場で米検査を行います。



J Aの愛車点検活動を実施しました

J Aしまね西いわみ地区本部は7月中旬、各支店で愛車点検活動を行いました。

二日間にわたるこの活動で、組合員・利用者の安心・安全な暮らしづくりに向け、加入もれは無いかなど、ご家族で所有されている愛車の自動車保険の加入状況等を確認させていただきました。

車の情報を点検(確認)させていただいた方には、車用消臭芳香剤をプレゼント、他社の保険へ加入し、今回J A共済の見積りをしていただいた方には、豪華景品が当たるJ Aの自動車共済お見積りキャンペーンへ応募していただきました。

当日は、アンケート調査以外にも様々なゲームやお馴染み「ゆずっこ」の試飲会も行い、猛暑の中ご来店いただいた皆様に感謝の気持ちを伝えました。





益田東支店感謝祭

JAしまね益田東支店（大庭伸次支店長）は8月24日、西いわみメモリアルセンター敷地内において支店感謝祭を開催しました。

会場となった同センター駐車場では、縁日コーナーや各種ゲームコーナーなどJA職員による工夫を凝らした店も出店、無料でチャレンジできるゲームや、両手ですくった米を持って帰ることが出来る米のすくい取りコーナーは人気で、順番を待つ人で列ができるほどでした。

メインとなった屋外ステージでは益田市立東陽中学校ブラスバンド部や益田市民吹奏楽団による吹奏楽の演奏、益田蟠竜おどり隊のよさこい踊り、インフィニティーの皆さんによるダンス、JA女性部北仙道支部と美都支部合同による演芸、石見神楽など様々な出し物が披露され、地元安田地区はもとより各地から多くの来場者があり、会場は涼を求める大勢の皆さんで賑わいました。



ステージの演目は進み、フィナーレはお馴染み八岐大蛇!

虹のホールますだ人形供養式

JAしまね西いわみ地区本部メモリアルセンターは8月24日、虹のホールますだ天空の間式場において、開式までに届けられた様々な数多くの人形の供養式を行いました。

永年側にあつて慣れ親しんだ思い出多い人形を、日本古来の儀式に則って益田市須子町の海雲寺ご住職、中ノ島町西福寺ご住職、お二人によって供養していただきました。

丁寧な読経に続き参列者全員で焼香を行い、思いのこもった人形とのお別れの式は滞りなく終了しました。

この日はホールを開放し、生前遺影写真撮影会やお楽しみ抽選会を行いました。JAの各支店同様身近な存在としてご利用いただけるよう、来場者にフラワーアレンジメントやビーズ腕輪づくりにもチャレンジしていただきました。



令和6年産島根米の概算金が下記のとおり決定しました

★JAしまね米

(1) うるち玄米

30kg紙袋、円(税込)

品 種	1等	2等	3等
コシヒカリ(上)	8,400	—	—
コシヒカリ	8,300	8,100	7,600
コシヒカリ(高水分)	8,150	7,850	—
ヘルシー米(上)	8,650	—	—
ヘルシー米(基準)	8,550	8,350	—
きぬむすめ(上)	8,300	—	—
きぬむすめ	8,200	8,000	7,500
きぬむすめ(高水分)	8,050	7,750	—
つや姫(特別栽培ST)(上)	8,700	—	—
つや姫(特別栽培ST)	8,600	8,400	—
つや姫(特別栽培)(上)	8,600	—	—
つや姫(特別栽培)	8,500	8,300	—
つきあかり	7,950	7,750	7,250

※JAしまね米とは、次の要件をすべて満たしたものです。

- ①出荷契約書が提出されていること。
- ②種子更新がされていること。
- ③農産物検査を受検していること。
- ④栽培履歴が提出されていること。

※JAしまね米の要件を満たさない場合は、一般米扱いとし▲500円/30kgとします。

※1.9mmふるい目1等米は(上)単価です。

※検査時の水分値について、下記の価格減算があります。
(対象品種：コシヒカリ・きぬむすめの1等と2等)
高水分(15.6%以上16.0%)▲250円/30kgとします。

★一般米

(1) うるち玄米

30kg紙袋、円(税込)

品 種	1等	2等	3等
コシヒカリ	7,800	7,600	7,100
きぬむすめ	7,700	7,500	7,000
つきあかり	7,450	7,250	6,750
その他うるち	6,500	6,300	5,800

(2) 酒造好適米

30kg紙袋、円(税込)

品 種	特上	特等	1等	2等	3等
五百万石	8,800	8,700	8,500	7,950	7,450
佐香錦	9,350	9,250	8,800	8,150	7,650
改良雄町	10,450	10,350	9,700	8,850	8,350
山田錦	10,900	10,800	10,150	9,100	8,350
縁の舞	9,350	9,250	8,800	8,100	7,600

※出荷契約数量を基本とし、スポット契約米は、一般米から▲1,500円/30kgとします。

(3) もち玄米

30kg紙袋、円(税込)

品 種	1等	2等	3等
ヒメノモチ	7,250	6,800	6,300
ヤシロモチ	7,250	6,800	6,300
ココノエモチ	7,250	6,800	6,300
ミコトモチ	7,250	6,800	6,300
峰の雪もち	7,250	6,800	6,300
その他もち	6,750	6,300	5,800

※契約栽培もち米はヒメノモチ・ココノエモチ・峰の雪もちとし、750円/30kg加算とします。

※もち米へのうるち米混入は▲400円/30kgとします。

※出荷契約数量を基本とし、スポット契約米は、一般米から▲1,000円/30kgとします。

令和5年産島根米最終精算について

令和5年産島根米共同計算は、ただいま最終の締めを行っています。

生産者のみなさまへの最終精算金は、最低でも400円/60kg(税込)を予定しています。

生産者のみなさまへの振込は、年内のなるべく早い時期に行います。

6年産につきましては、1袋でも多くJAに出荷して頂きますようよろしくお願いいたします。





西部地区種畜共進会

西部地区畜産振興協議会は8月24日、益田市遠田町のJAしまね西部家畜市場において種畜共進会を開催しました。

この日は県西部地区から16頭が出品され、森脇俊輔審査委員長（島根県西部農林水産振興センター川本家畜衛生部長）ほか6人の審査委員によって厳正な審査が行われました。出品された個体は何れも素晴らしい状態に仕上がっており、審査基準に照らし合わせて、中でも優秀な雌牛4頭が特選賞に選出されました。

	号名	地名	生産者名
特選賞	首席	あかね号	(農)京村牧場
	二席	しまね398号	(有)島根農場
	三席	すいれん号	大場公平
	四席	はらしげ3号	(株)佐々木牧場
部位賞	肢蹄賞	ゆりまゆみ号	(株)田原牧場
	前軀賞	あかね号	(農)京村牧場



今回の西部地区種畜共進会で特選賞に選出された4頭の雌牛は、10月5日に島根県中央家畜市場で開催される島根県種畜共進会へ西部地区代表として出場します。

京村ファミリーに囲まれる特選賞主席に輝いた「あかね号」

島根県農業協同組合 西いわみ地区本部 人事異動

1. 退職

[令和6年6月30日付]	【正職員】	辻野 捺看	益田中央支店金融共済課	(依願退職)
[令和6年7月31日付]	【正職員】	村上 侑紀	企画総務部総務ふれあい課付 (JA全農島根農機サポート(株)出向)	(依願退職)
[令和6年8月31日付]	【正職員】	竹長 隆	西いわみ統括支店ローンセンター長補佐	(定年退職)
		河上 博幸	益田中央支店金融共済課長補佐	(定年退職)
		品川 達彦	営農経済部指導販売課長補佐	(定年退職)
		三浦真由美	六日市支店金融共済課	(定年退職)
		有田 桜	企画総務部総務ふれあい課付	(依願退職)
		池野 那瑚	益田東支店金融共済課	(依願退職)
	【有期雇用職員】	大庭由紀子	営農経済部経済課	(依願退職)
		能地 美香	営農経済部経済課グリーンセンター	(依願退職)

2. 採用

[令和6年9月1日付]	【有期雇用職員】	竹長 隆	西いわみ統括支店ローンセンター
		品川 達彦	営農経済部指導販売課
		河上 博幸	益田中央支店金融共済課
		三浦真由美	日原支店金融共済課

3. 異動 [令和6年9月1日付]

	新任部署・職位	氏名	旧任部署・職位
本店	米穀園芸部園芸販売課	上田 智也	営農経済部指導販売課
営農経済部	営農企画課	村上 悟志	営農経済部経済課グリーンセンター
	指導販売課	鳥山 正博	営農経済部米穀課
	米穀課長補佐	牧原 弘明	営農経済部経済課長補佐
	西部畜産課長補佐	中島 勇一	西益田支店金融共済課長補佐
	経済課長補佐	大谷 晋二	営農経済部西部畜産課長補佐
	経済課	原田 仁美	本店米穀園芸部米穀課
	経済課	三浦香代子	営農経済部営農企画課
	経済課	熊谷 舞花	津和野支店金融共済課
企画総務部	総務ふれあい課	吉川 美香	日原支店金融共済課
	総務ふれあい課付	豊田美寿々	企画総務部総務ふれあい課
	総務ふれあい課付 (益田市堆肥センター出向)	西藤 海星	西益田支店経済課
益田東支店	金融共済課長補佐	伊藤 法恵	日原支店金融共済課長補佐
西益田支店	金融共済課	渡辺 早苗	西いわみ統括支店共済課
	経済課兼中西事業所	西迫はるみ	西益田支店中西事業所
津和野支店	金融共済課	田原 光子	益田東支店金融共済課
六日市支店	金融共済課長補佐	芝田かおり	津和野支店金融共済課長補佐

棚卸による店舗休業のお知らせ：9月30日(月)

9月30日(月)は棚卸のため下記店舗を休業いたします。ご理解をお願いいたします。

益田グリーンセンター・津和野経済センター (しろやま)・日原経済出張所 (ひまわり)
吉賀経済センター・柿木事業所 経済店舗・匹見めいぷる

匹見SSは通常通り営業いたします。



西いわみ地区本部からのおしらせ

メガネ・補聴器の専門店
PARIS MIKI

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

運転用、読書用、パソコン用、遠近両用でも

メガネ一式

¥13,200 税込

『移動型店舗
パリミキカー』
メガネ&サングラス
300本〜

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6年 **10月度 JA巡回スケジュール** 西いわみ地区

2日(水)	9時半～13時	匹見事業所	17日(木)	10時～13時	六日市経済C
3日(木)	9時～13時	日原経済C	18日(金)	9時半～13時	津和野経済C
4日(金)	9時～12時	西益田支店	23日(水)	10時～14時	匹見事業所
	13時～16時	益田中央支店			
14日(月)	9時半～13時	柿木事業所	29日(火)	10時～15時	Aコープ ラポ店 (益田東支店)
15日(火)	10時～15時	パリミキフェア 美都事業所(会議室)	30日(水)	9時～13時	日原経済C
16日(水)	9時～12時	中西事業所	31日(木)	9時半～13時	柿木事業所
	13時～16時	益田グリーンセンター			

にしいわみひろば

読者の川柳

お題 「彼岸花」

11月のお題は「小春日和」です
ご応募お待ちしております

亡き兄の 彼岸花の絵 華やいで
一斉に なぜか彼岸に 彼岸花
土手一面 彼岸花の絨毯 秋の風
咲き誇る 猪が食べない 彼岸花
彼岸花 赤い顔して 背はすらり
ひがん花 野原一面 赤くそめ
秋ですな 彼岸花が ちらほらと
あつきなつ 秋きたりしか 彼岸花
亡き母の 墓石を照らす 彼岸花
又来たよ 墓地に咲くはな 彼岸花
道端に きれいに並んで 彼岸花
脚線美 皆んな揃えて 彼岸花
供養日を 忘れずに咲く 彼岸花
群れて咲く さみしがりやか 彼岸花
思いはせ 近づく秋の 彼岸花
「おはぎある？」 まだ食べるかと 孫を見る
黄金色 稲穂とコラボ 彼岸花
あぜ道に ポツンと一輪 ひがんばな
彼岸花 九月猛暑 ちゃんど咲く
あざやかに 咲き広がりに 彼岸花
此の暑 季節外れの 彼岸花
彼岸花 おはぎをそなえ 手をあわす
彼岸花 燃えて秋かに 誰を恋う
彼岸花 別名多くは 不気味な名
愛されて ことしも見物 彼岸花
彼岸花 遠きを歌え 秋トノボ
彼岸花 別の呼び名を 蔓殊沙華
温暖化 彼岸花まで 狂い咲き
おいでませ 吉賀の里の 彼岸花

(益田市) 竹田 雅子さん
(益田市) 佐々木いさ子さん
(益田市) 岡崎 雄一さん
(益田市) 村上登美子さん
(益田市) 喜村 信江さん
(益田市) 加治イトヨさん
(益田市) 重田 伸子さん
(益田市) 澁谷美保子さん
(益田市) 加藤 富之さん
(益田市) 小笠原かよみさん
(益田市) 両見かすみさん
(益田市) 柳井 文江さん
(益田市) 齋藤 照平さん
(益田市) 野村 芳子さん
(益田市) 福原智恵美さん
(益田市) 細木 莉歩さん
(津和野町) 大井 守さん
(津和野町) 日熊 春子さん
(津和野町) 村上由美子さん
(津和野町) 藤井 礼子さん
(津和野町) 大羽ミヤ子さん
(津和野町) 豊田 往野さん
(津和野町) 大庭百合子さん
(津和野町) 斎藤 久衛さん
(津和野町) 古山 包子さん
(津和野町) 柳井 俊二さん
(津和野町) 中野 健二さん
(吉賀町) 田村 民子さん
(吉賀町) 中村恵己子さん

川柳応募方法 ●葉書に 川柳、住所、氏名、電話番号をご記入ください。●締切 令和6年10月15日(当日消印有効)
●あて先 〒698-0024 益田市駅前町15-1 JAしまね 西いわみ地区本部 企画総務部 総務ふれあい課

10月の無料年金相談会～お気軽にご相談を～

年金定期便、年金手帳、印鑑、裁定請求書、年金証書等をお持ちいただくと、より具体的な相談ができます。はじめての方や、現在受けている年金に疑問をお持ちの方もお気軽に相談でき、秘密は固く守られます。ぜひ会場にお越しください。

10月の年金相談会

10月17日(木)日原支店

10:00～18:00 JA年金相談員 ※日程・社会保険労務士は変更になる場合があります。

西いわみ地区本部 西いわみ統括支店 金融課
年金相談センター (0856-22-8680) は、
平日(8:45～17:00)いつでもご相談いただけます。



圃場の健康状態は？

土壌分析のお知らせ

肥料コストの軽減を図る目的として、西いわみ管内の農業者を対象に土壌分析を実施いたします。今後の農産物栽培に向け、是非、参考にして頂きたいと思っております。



1. 分析料金

1 検体当たり 税込500円(分析項目6項目)

2. 分析項目

PH・加里・石灰・苦土・りん酸・ケイ酸
(6項目)

3. 分析結果

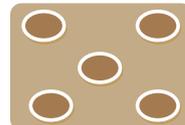
土壌診断結果については、郵送いたします。

4. 分析依頼に際しての注意事項

- 依頼書の記入
- 圃場作付予定作物等の記入
- 土壌分析料金の引落承諾書への記入が必要となりますので、土壌分析申し込み時に引落とし口座登録印をお持ちください。

5. 土採取上の注意事項

圃場図



手順

- ① 圃場5箇所にて採取する。
- ② 深さは、表面から5~10cmの表土を取り除いて、コップ1杯程度の土を採取し、5箇所の土をよく混ぜよく乾燥させてください。
- ③ 乾燥後、土を細かくしてコップ2杯分をビニール袋に入れご提出ください。

6. 申込受付期間

令和6年10月1日～
令和7年2月28日まで

《提出場所》JAしまね 西いわみ地区本部 営農経済部 及び 各支店

《お問い合わせ先》JAしまね 西いわみ地区本部 営農経済部 営農企画課

電話 **0856-23-1911**



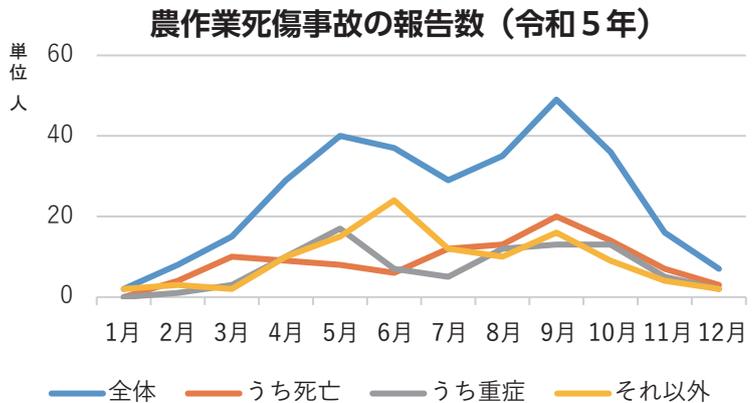
島根県西部農林水産振興センターからのお知らせ

【秋の農作業安全対策、基本を守り農機事故を防ごう!】

秋は、収穫などの作業が本格化する時期です。統計的にも9月は死傷者49人、うち死亡者20人で最多となっています。

コンバインの作業が増えることから、農業機械による事故に注意が必要です。基本を守り、確実な運転操作を心がけましょう。

常に「安全」を意識し、慣れや油断による事故を防ぎ、時間と気持ちに余裕をもって作業をしましょう。



秋は、コンバインの事故が多発

- コンバインは運転席からの死角が多く、少しの段差でも傾き易いという特徴があります。
- 特に注意したいのが、路肩の踏み外しと後進で補助作業者をひいてしまう事故です。
- 毎年、チェーン等に巻き込まれて指や腕を切断する事故が報告されています。
- 巻き込まれ事故は、ワラの詰まり、点検整備・清掃時と手こぎ作業時に発生しています。

コンバイン事故の予防対策のポイント



安全確認が大事!

- トラクター以上に運転席からの死角が多い!
- 後進時は、補助作業者の位置を確認!
- 通行前に作業道をチェックすること、コンバイン動作前にホーンや声で合図すること!
- 夕暮れ時以降の作業は極力避けて!
- 予定した作業を今日中に終わらせようという焦りが重大事故を招きます!

後方の機体付近は死角になります



エンジン非停止×



手袋・軍手・タオル等×

- カバーを取ると回転物だらけ
- 詰まり・点検整備・清掃時には「エンジン停止!」
- 手こぎ作業は「適切な服装!」「手を突っ込まない!」

事故発生時の対応も確認を

事故を未然に防ぐことが最善ですが、万一事故が起こった際にも慌てず対応ができるように事故発生時の対応手順や緊急連絡先を確認しておきましょう。

(引用：農林水産省ホームページ)

島根県西部農林水産振興センター益田事務所 (TEL：0856-31-9616)



JAしまね西いわみ地区本部年金友の会 寿ロード

阿蘇の大自然と

日本三名城の「熊本城」をめぐる

阿蘇内牧温泉 2日間の旅

イメージ

イメージ

イメージ

イメージ

旅行実施日 令和6年

11月11日(月)~12日(火)

旅行代金 大人お一人様・西いわみ地区本部管内・ホテル4~5名1室利用・税込

47,500円

3名1室利用の場合2,200円増し、2名1室利用の場合4,400円増し
ご旅行出発前に最終行程表とご旅行代金請求書を送付致します。最寄りのJA支店・事業所よりお振込みをお願いいたします。尚、恐れ入りますが、振込手数料はおお客様負担でおねがいいたします。

募集人員 120名様(最少催行人員105名様)

申込締切日 令和6年 9月27日(金) 但し定員になり次第締切させていただきます。

申込金 12,000円(旅行代金に充当)

食事条件 朝1回・昼2回・夕1回

添乗員 同行して旅程管理業務をおこないます。

利用バス会社 第一観光バス・浜田交通

宿泊ホテル

阿蘇プラザホテル



イメージ

イメージ

イメージ

■ 旅程	◎入場観光、○下車観光(施設には入りません)	食事
1日目	JAしまね 西いわみ地区本部管内各地(6:00~7:00) 貸切バス —— 博多はねや総本家(昼食) —— ○新阿蘇大橋展望所 ヨ・ミュール —— ○草千里ケ浜 —— —— 阿蘇プラザホテル(泊) (17:20着)	朝: × 昼: ○ 夕: ○
2日目	阿蘇屈指のパワースポット 熊本地震からの復興 ホテル(8:00発) —— ○阿蘇神社 —— ◎熊本城 —— —— 城見櫓(昼食) —— JAしまね 西いわみ地区本部管内各地(19:30~20:30着)	朝: ○ 昼: ○ 夕: ×

★交通機関の都合により行程スケジュールが変更になる場合があります。
★ご集合場所・出発時間は出発の1週間前にお届けする最終日程表にてご案内いたします。

旅行条件(要約) ※詳しい旅行条件を説明した書面をお渡し致しますので事前にご確認の上、お申し込み下さい。

本旅行は次の条件に基づきます。
この旅行は(株)農協観光(観光庁長官登録旅行業第939号、以下「当社」といいます。)が企画・募集する旅行であり、この旅行に参加されるお客様は当社と募集型企画旅行契約を締結することになります。
その他の旅行条件は、下記によるほか、別途お渡しする取引条件説明書、契約書、確定書面(最終旅行日程表)、及び当社旅行業約款募集型企画旅行契約の部によります。
●旅行代金に含まれるものは次のとおりです。
旅行行程に明記した航空・船旅・鉄道等利用交通機関の運賃、旅行日程に含まれる送迎バス等の料金、旅行日程に明記した観光の料金(バス料金、ガイド料金、入場料)、宿泊の料金、税・サービス料、食事の料金、税・サービス料。
●手荷物の運搬料金は、団体行動中の心付、添乗員付コースの添乗員の同行費用。なお、これらの諸費用はお客様の都合により一部利用されなくても原則として払戻はいたしません。
●ご旅行の申込みと契約の成立時期及び旅行代金の支払いについて
参加お申込みの際、当社所定の旅行申込書にご記入のうえ、右記の申込金をお支払い下さい。お申込金は旅行代金お支払い込みの差引させていただきます。

お電話等での申込みの場合は、お申込み翌日から起算して3日以内に申込書と申込金を提出していただきます。旅行契約は当社が予約を承諾をし、申込書と申込金を受領したときに成立するものとします。旅行代金は、旅行開始の前日から起算してさかのぼって11日目に当たる日までにお支払い下さい。(取消料)

取消日	取消料
旅行出発日の前日より起算して21日前まで	無料
旅行出発日の前日より起算して20日~8日前まで	旅行代金の 20%
旅行出発日の前日より起算して7日~2日前まで	旅行代金の 30%
旅行出発日の前日	旅行代金の 40%
旅行出発日の当日	旅行代金の 50%
旅行開始後及び無連絡不参加	旅行代金の100%

●旅行条件の基準 この旅行条件は令和6年7月1日現在の運賃料金を基準としています。

国内旅行保険加入のすすめ

この旅行は「うきうき」(国内旅行傷害保険)に加入しています。詳しくは弊社社員までご照会下さい。

個人情報取扱について

当社の個人情報の取扱の詳細については、当社ホームページ(<http://www.ntour.co.jp>)をご参照ください。

旅行企画・実施・お申込み・お問い合わせ先

(一社)日本旅行業協会 正会員 観光庁長官登録旅行業第939号 **ボンド保証会員** 旅行業公正取引協議会 会員

TOUR (株) 農協観光 山陰支店
TEL0852-26-2600 松江市通町1-7 松江プラザビル8F 営業時間 平日9:00~17:00(土・日・祝日を除く) 総合旅行業務取扱管理者 中尾 吉徳・前田 隆宏

JA事業に関するお問い合わせ先

西いわみ地区本部	TEL0856-22-1589	中西事業所	TEL0856-28-0502
益田中央支店	TEL0856-24-1870	津和野支店	TEL0856-72-0711
益田東支店	TEL0856-27-0003	日原支店	TEL0856-74-0226
美都事業所	TEL0856-52-2411	六日市支店	TEL0856-77-0014
西益田支店	TEL0856-25-2504	柿木事業所	TEL0856-79-2316
匹見事業所	TEL0856-56-0160		

※お客様の状況によっては、当初の手配内容に含まれていない特別な配慮、措置が必要となる可能性があります。詳細は別途お渡しする「旅行取引条件説明書」の3.お申込み条件を確認の上、特別な配慮・措置が必要となる可能性がある方は、ご相談させていただきます。必ずお申し出ください。総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取り扱う支店での取引に関する責任者です。この旅行に関してご不明な点がございましたらご連絡ください。



西いわみ地区本部からのおしらせ

6年ぶり「青空市場」収穫祭との共同開催

西いわみ地区本部

日時 10/27日

場所 シルクウェイにちはら

JAまつり

農産物販売
やさい・くだもの・その他

新鮮

緑目コーナー

フランクフルト
焼きそば
射的
お菓子詰め放題
米すくい 他

メインステージ



JALしほね公式アンバサダー
Flood Lyrics

山陰出身アイドル「フラッドリリックス」。ライブコンサートはもとより、MCやイベントにも参加していただく予定です。



伝統芸能

石見神楽



石見神楽 / 津和野太鼓 / 津和野高校吹奏楽部etc

キッチンカー集結

食のフェスタ開催

豪華賞品を用意しています。

参加型イベントステージ

レースゲーム 大会開催!



年齢・性別問わずどなたでもご参加いただけます。
参加希望の方は最寄りのJA支店へお問い合わせください。
許諾番号: NJ24-AA8PA-F01432 ※この大会は、任天堂の協賛・提携を受けたものではありません。

長縄跳び大会

参加者募集中

1チーム7人(うち回し手2人)以上で参加可能!!
参加者募集中!!(各支店窓口へお問い合わせください)

餅まき大会

大抽選会

島根和牛・旅行券ほか
豪華賞品が当たる!

6年ぶりのJAまつりで、6年分の感謝を込めた
大・大・大「餅まき大会」「抽選会」を行います!!

本チラシのJAまつりイベント内容・出演者は現段階での予定となります。

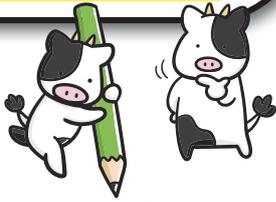
10月号のJA広報誌にて改めて正式な開催チラシを掲載しますので、そちらもご覧いただき、多くの皆様のお越しをお待ちしています。

クロスワードパズル

農協全国商品券をもらっちゃおう!!

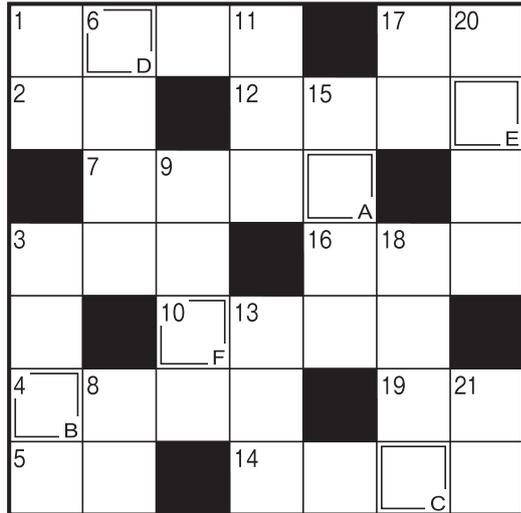
出典：(株)新聞連『JA広報通信』2024年9月号

CrossWord Puzzle



二重マスの文字をA~F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	F
---	---	---	---	---	---

タテのカギ

- ①たき火やかまどにくべるもの
- ③葛根湯(かっこんとう)は——薬の一つです
- ⑥建物や壁に囲まれた小さな庭
- ⑧土の中で「ジーッ」と鳴く虫
- ⑨印刷ではなく——のサイン
- ⑪将棋の駒で、表側に動物を表す漢字が入っているもの
- ⑬——心と秋の空? それとも女心?
- ⑮海水と淡水が混じり合っている湖
- ⑰アヒルの原種です
- ⑱勾玉(まがたま)のような形をした——ナツツ
- ⑳パンダの好きな遊びの一つ。落ちないか心配
- ㉑近頃はセルフで済ませられるスーパーも増えました

ヨコのカギ

- ①香り高い高級キノコ
- ②環境問題に世界——で取り組む
- ③のどの——を覚えて水分を取った
- ④財布やスマホを入れます
- ⑤表ではありません
- ⑦レインボートラウトとも呼ばれる魚
- ⑩古代人は木の棒と板をすり合わせて行いました
- ⑫命を持つもののこと
- ⑭バンガローやロッジより設備が充実しています
- ⑯港を示す地図記号はこの形
- ⑰富有、次郎、市田といえ
- ⑲地震のときに感じるもの

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

〒698-0024 益田市駅前町15-1

J Aしまね 西いわみ地区本部 総務ふれあい課 「クイズ」係
2024年10月4日(金)(当日消印有効)

・先月号は、西いわみ地区本部管内で56人の方からご応募いただきました。

◆先月号の答え◆

「ツキアカリ」



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

阿部詩の慟哭響く巴里の夏

安来市 斎藤美重子様

優秀賞

押し葉残る二浪時代の書を曝す

出雲市 藤江 堯様

固唾飲む蛇の横切る農道に

出雲市 竹田喜久子様

初盆の夫に真白き胡蝶蘭

出雲市 小豆澤典子様

佳作

何もかも暑さのせいを言ひ訳に見逃した筈二本スラー伸び横のもの縦にもせずに梅雨籠り懐しく蚊帳への出入り繰り返す紫陽花や濡れて鮮やか月照寺

浜田市 三沢 孝子様
吉賀町 竹中 和博様
津和野町 田中とよし様
江津市 渡津かずお様
松江市 福田のぼる様

「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」10月号 定価629円
ご購入は、お近くのJAへお問合せください。



J Aしまねびよりへ、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)10月号は川柳を募集します。1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。

応募方法

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

あて先

〒690-0887 松江市殿町19-1
J Aしまね ふれあい福祉課
「俳句の広場係」または「川柳の広場係」
F A X : 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。

詐欺被害が増えています!!

キャッシュカードの
暗証番号は他人に
教えないで
ください!!!!



●JA 職員や警察、行政等から
暗証番号をお尋ねすることは
ありません!!

●暗証番号等を聞き出そうとす
る電話等には一切答えないで
ください。

気をつけて!!



- 金融機関職員等を名乗り、電話で暗証番号等を聞き出し、お金を盗みとる詐欺事件が発生しています。
- お客様に重大な過失がある場合は補償の対象外となりますので重ねてご注意ください。

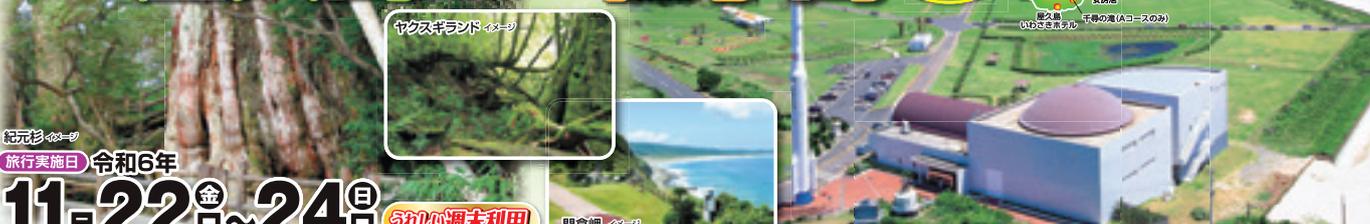


秋・石見空港発着 **FDA 直行チャーター便利用!!**

定期便にはない路線を直行便で結ぶフライト! 秋・石見・種子島 片道約90分!

宿泊は2泊とも2名様より1部屋まで利用
協賛・秋・石見空港利用拡大促進協議会

世界遺産の島 屋久島と 科学と歴史の島 種子島



旅行実施日 令和6年
11月22日~24日
お休みの週末利用

旅行代金 大人お1人様、2名様1室利用、秋・石見空港起点(税込)
169,800円

- 募集人員 **限定** 各コース36名様(最少催行人員各コース30名様)
- 申込締切 令和6年10月18日(金)(ただし、満席になり次第締め切らせていただきます。)
- 申込金 30,000円(旅行代金に充当します。)
- 食事条件 朝食2回・昼食2回(内弁当1回含む)・夕食2回
- 添乗員 秋・石見空港より同行し旅程管理業務を行います。
- 利用航空会社 FDA(フジドリームエアラインズ)チャーター機
- 利用バス会社 まつばんだ交通・種子島井元観光又は同等クラス



掲載ツアーは、この広告でのお申し込みを受け付けておりません。
※詳しい旅行については、専用パンフレットをご用意しております。
お気軽に右記販売店へご請求ください。

A コース		1泊目		2泊目	
種子島・屋久島コース					
コース表	秋・石見空港(12:00~13:00) → 種子島空港(13:30~14:30) =	朝食	種子島	朝食	屋久島
1	○ロケットの丘 ○種子島宇宙センター =	昼食	種子島	昼食	屋久島
	○門倉岬 ○種子島(泊) (17:30~18:00)	夕食	種子島	夕食	屋久島
	★夕食はホテル内レストランにてどうぞ	朝食	種子島	朝食	屋久島
	ホテル(8:30) ○千歳の岩屋 ○雄龍雌龍の岩 =	昼食	種子島	昼食	屋久島
	○種子島開発総合センター「鉄砲館」 =	夕食	種子島	夕食	屋久島
	○西之表港 ○安房港 ○屋久島(昼食) =	朝食	種子島	朝食	屋久島
	○ヤクスギランド ○紀元杉 ○屋久島(泊) (17:30)	昼食	種子島	昼食	屋久島
	★夕食はホテル内レストランにてどうぞ	夕食	種子島	夕食	屋久島
	ホテル(8:00) ○千歳の滝	朝食	種子島	朝食	屋久島
	○安房港 ○西之表港	昼食	種子島	昼食	屋久島
	○種子島空港(12:30~13:30) → 秋・石見空港(14:00~15:00)	夕食	種子島	夕食	屋久島

B コース		1泊目		2泊目	
屋久島・種子島コース					
コース表	秋・石見空港(12:00~13:00) → 種子島空港(13:30~14:30) =	朝食	屋久島	朝食	種子島
1	○雄龍雌龍の岩 ○種子島開発総合センター「鉄砲館」 =	昼食	屋久島	昼食	種子島
	○西之表港 ○安房港 ○屋久島(泊) (18:00)	夕食	屋久島	夕食	種子島
	★夕食はホテル内レストランにてどうぞ	朝食	屋久島	朝食	種子島
	ホテル(8:00) ○紀元杉 ○ヤクスギランド =	昼食	屋久島	昼食	種子島
	○屋久島(昼食) ○安房港 ○西之表港 =	夕食	屋久島	夕食	種子島
	○千歳の岩屋 ○種子島(泊) (18:30)	朝食	屋久島	朝食	種子島
	★夕食はホテル内レストランにてどうぞ	昼食	屋久島	昼食	種子島
	ホテル(8:20) ○門倉岬	夕食	屋久島	夕食	種子島
	○種子島宇宙センター ○ロケットの丘 =	朝食	屋久島	朝食	種子島
	○種子島空港(12:30~13:30) → 秋・石見空港(14:00~15:00)	昼食	屋久島	昼食	種子島

一般社団法人日本旅行業協会 正会員 観光庁長官登録旅行業第939号
株式会社 農協観光 山陰支店 ☎0852-26-2600



なす味噌



コメント

- ・なす味噌は、ご飯がすすむ常備菜！お弁当やお酒のおつまみにもおすすめです。
- ・形の悪いナスや皮が固いナスでも小さく切って、無駄なく美味しく使えます。

材料（作りやすい分量）

ナス…………… 3本（約500g）
 青しそ…………… 5枚
 A だしパック……………大さじ2
 味噌……………大さじ3
 砂糖……………大さじ2
 みりん……………大さじ1
 酒……………大さじ1
 ごま油……………大さじ3
 すりごま……………小さじ2
 白ごま……………小さじ1

作り方

- ①ナスはヘタを取って、1cm角に、青しそは細切りにする。
- ②中火で熱したフライパンにごま油を引き、ナスを入れて炒める。
- ③しんなりしてきたら混ぜ合わせたAを加え、全体に絡めたら蓋をして弱火でとろとろになるまで、時々混ぜながら煮る。
- ④最後に青しそとすりごまを加え、ひと混ぜする。
- ⑤器に入れ、白ごまを上にかける。

アレンジ

- ・野菜スティックや豆腐の上にものせても美味しいです！またパスタやそうめんの具材としても使えます。
- ・だしパックがない場合は、かつお節を小さくもみほぐしてお使いください。
- ・ピーマンを1cm幅に切って一緒に煮てもOK！

材料（4人分）

豚バラ肉…………… 250g
 オクラ…………… 8本
 えのき…………… 1袋
 ニンジン…………… 100g（小1本）
 ごま油…………… 小さじ1
 塩こしょう…………… 少々
 片栗粉…………… 大さじ1
 A ポン酢…………… 大さじ2
 みりん…………… 大さじ1
 しょうゆ…………… 小さじ2

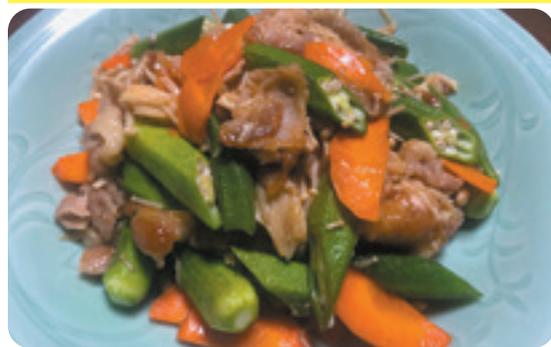
コメント

- ・オクラのネバネバは水溶性食物繊維！他にもカルシウム、ビタミンC、葉酸も含む野菜です。
- ・オクラはサッとゆでて小口切りにして冷凍保存すると煮物、あえ物、汁物の具材として手軽に使えて便利です。

作り方

- ①豚肉は長さ4cmに切り、塩こしょうを振り、片栗粉を薄くまぶす。オクラは塩をかけてまな板の上で板ずりしてから水で塩を流し、ガクを取り除き3等分に斜め切りにする。えのきは長さを半分に切る。ニンジンは縦半分に切り、斜め薄切りにする。
- ②フライパンにごま油を熱し、①の豚肉を焼き、両面に焼き色をつける。
- ③焼けた豚肉をフライパンの片側に寄せ、ニンジンを加えて炒める。
- ④余分な脂があればペーパータオルで取り除き、オクラとえのきを入れて炒める。
- ⑤Aを混ぜ合わせて、④のフライパンに回し入れ、均一にからめる。

豚肉とオクラとえのきのポン酢炒め



アレンジ

- ・豚バラ肉はモモ肉でもロース薄切りでも切り落とし肉でも、また鶏肉やベーコンでも好きな肉でどうぞ！
- ・えのきはしいたけ、しめじ、エリンギなどに替えたり、組み合わせたりしてもOK！
- ・オクラはピーマン、いんげん、ナス、ズッキーニなどに替えても出来ます。

健康
散歩

食欲の秋に向けて胃腸の調子を整えよう



秋といえば「食欲の秋」。旬の食材が出回り、食の楽しみが広がる季節ですね。しかし、この季節は夏の疲れで胃腸が弱っている時期でもあります。胃腸の不調を招く主な原因は、食べ過ぎや偏った食生活（特に冷たいもの）、ストレスや早食いなどです。特に夏は、暑さや、それを和らげるために使う冷房によって体がストレスを感じ、自律神経のバランスが崩れてしまいます。自律神経のバランスが崩れることで体の機能がうまく調節できなくなり、下痢や腹痛、食欲低下など胃腸の不調にもつながっていきます。

そんな時の胃腸ケアのポイントは
 ●食べ過ぎ飲み過ぎを避けること。早食いを避け、よく噛んで消化を促すこと。（消化に時間がかかるとそれだけ胃酸が出て胃が動き、胃に負担がかかります。）
 →消化のよい、温かいおかゆや



うどんがオススメです。

- 冷たい飲み物・食べ物を摂りすぎないようにすること。ぬるめのお湯や常温の水を少しずつ飲むと良いでしょう。
- 胃に負担をかける油物や、香辛料、コーヒー・アルコールなどの摂取を控えること。

などがあげられます。

また、食事に気をつけるだけではなく、不規則な生活を避け、ストレスが過剰にならないように十分な睡眠や運動を心がけることも大切です。

これからの季節を楽しむために、日ごろから胃腸に優しい生活を心がけるようにしましょう。

