JAしまねびより

2026
8
August
Vol.125

SNSで旬な情報を
投稿しています

YouTube
Instagram
LINE

特集　第12回通常総代会

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

JAしまね　隠岐地区本部版

2026 ＪＡしまね第12回通常総代会を6月28日（日）、浜田市の石央文化ホールで開催しました。

©よい食P
国消国産
こくしょうこくさん

今年で第12回を数える通常総代会を６月28日（日）、浜田市の石央文化ホールで開催しました。

当日は、総代定数1,000人（欠員20人）に対し、950人（書面決議、代理人出席を含む）が出席。議長団に、松本雄一郎総代（やすぎ地区本部）、伊藤孝政総代（島根おおち地区本部）の両氏を選出し、各地区本部総代から意見、要望が出される中、前年度事業報告、新年度事業計画など全議案が可決承認されました。

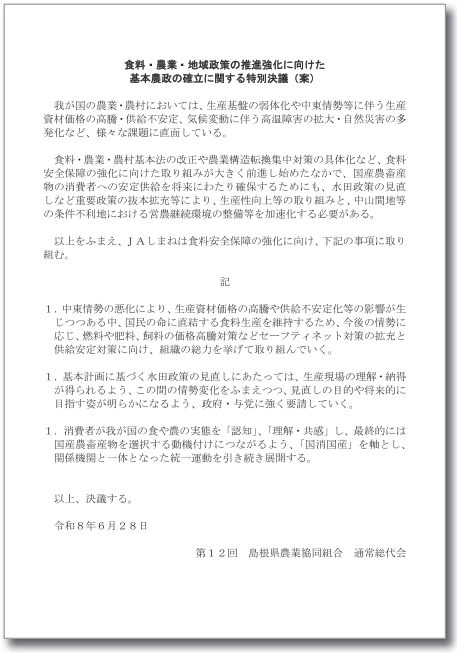
議長団　伊藤孝政 総代(左)　松本雄一郎 総代(右)

竹下克美 代表理事組合長

竹下克美組合長は「令和８年度は中東情勢の不安定化など外部環境が不透明であり、コスト上昇、市場規模の縮小は避けられないと見ている。そうした厳しい情勢においても、事業利益３億49百万円、当期剰余金４億69百万円を目指し取り組む。農業振興支援事業についても、昨年度同様１億50百万円を計画している。ＪＡの最大の使命は地域農業の振興であり、それを実践するためには盤石な財務基盤の確立が必須条件。新たな運営体制への移行に向けては、組合員・利用者の皆様へ丁寧に説明を重ねる中でしっかりとご意見を拝聴し、合意形成を着実に図っていく」とあいさつしました。

また今回、食料安全保障の強化に向けた基本農政の確立に関する特別決議が、満場一致で採択されました。

食料安全保障の強化に向けた施策の具体化を政府・与党に求めるとともに、総合事業の強みを活かした活動と事業の好循環を目指し、さらには国産農畜産物の適正な価格形成の実現へ向け、「国消国産」運動を活発に展開することを確認しました。



食料・農業・地域政策の推進強化に向けた
基本農政の確立に関する特別決議（案）

我が国の農業・農村においては、生産基盤の弱体化や中東情勢等に伴う生産資材価格の高騰・供給不安定、気候変動に伴う高温障害の拡大・自然災害の多発化など、様々な課題に直面している。

食料・農業・農村基本法の改正や農業構造転換集中対策の具体化など、食料安全保障の強化に向けた取り組みが大きく前進し始めたなかで、国産農畜産物の消費者への安定供給を将来にわたり確保するためにも、水田政策の見直しなど重要政策の抜本拡充等により、生産性向上等の取り組みと、中山間地等の条件不利地における営農継続環境の整備等を加速化する必要がある。

以上をふまえ、ＪＡしまねは食料安全保障の強化に向け、下記の事項に取り組む。

記

１．中東情勢の悪化により、生産資材価格の高騰や供給不安定化等の影響が生じつつある中、国民の命に直結する食料生産を維持するため、今後の情勢に応じ、燃料や肥料、飼料の価格高騰対策などセーフティネット対策の拡充と供給安定対策に向け、組織の総力を挙げて取り組んでいく。

１．基本計画に基づく水田政策の見直しにあたっては、生産現場の理解・納得が得られるよう、この間の情勢変化をふまえつつ、見直しの目的や将来的に目指す姿が明らかになるよう、政府・与党に強く要請していく。

１．消費者が我が国の食や農の実態を「認知」、「理解・共感」し、最終的には国産農畜産物を選択する動機付けにつながるよう、「国消国産」を軸とし、関係機関と一体となった統一運動を引き続き展開する。

以上、決議する。

令和８年６月２８日

第１２回　島根県農業協同組合　通常総代会

第12回 通常総代会特集

令和７年度　事業報告

令和７年度は長引くウクライナ情勢に加え、中東情勢も悪化したことによりエネルギー供給や物流網の分断リスクが顕在化し、資源価格の高騰を招くなど、世界経済はさらに不安定な状況となっています。

国内では為替が円安基調で推移するなか、輸入原材料やエネルギーコストの上昇により企業収益や家計負担に影響を及ぼしました。加えて、猛暑の常態化・豪雨などの異常気象の発生や、令和８年１月には島根県東部を震源とした最大震度５強の地震が発生するなど、農業経営においても厳しい環境となりました。また、政府では「食料品の消費税ゼロ」について議論が展開されるなか、実際に施行された場合には、農業経営に大きな影響を及ぼすことが危惧されています。一方、近年は米価の上昇や需給の不安定化が社会的な関心を集めたことにより、農業問題が消費者の生活に直結する形で認識されつつあります。

こうしたなか、JAグループにおいては引き続き「持続可能な農業の実現」「豊かでくらしやすい地域共生社会の実現」「協同組合の役割発揮」の実現に向け、農業生産基盤や地域・組織・事業基盤の確立、経営基盤の強化の取り組みを進めたほか、令和６年に改正された食料・農業・農村基本法を踏まえ、「食料安全保障の確保」、「適正な価格形成」に向けた国民理解醸成及び行動変容に向けた情報発信の取り組みを進めました。

日髙光弘 代表理事副組合長

珍部誠 代表理事専務

主な事業活動として、令和７年度は、「第４次農業戦略実践３カ年営農計画」の初年度として、鍵となる園芸振興、担い手確保・育成、また有機農業をはじめとした付加価値の高い、地域資源を活用した循環型農業の拡大、東・中部米集約倉庫の新設など農業生産基盤整備の拡充に取り組みました。

取り組みの結果、販売品販売高が４１７億７百万円、購買品供給高が２９５億76百万円、貯金残高が９，８６７億13百万円、貸出金残高が２，９１９億57百万円、長期共済保有高２兆５，４８０億25百万円となりました。また、財務状況の安全性を示す指標である自己資本比率は13・82％となりました。

収支面については、事業利益が11億10百万円、経常利益は17億49百万円となり、当期剰余金は９億86百万円となりました。

貯金残高	9,867億13百万円
貸出金残高	2,919億57百万円
長期共済保有高	2兆5,480億25百万円
自己資本比率	13.82%
事業利益	11億10百万円
経常利益	17億49百万円
当期剰余金	9億86百万円
販売品販売・取扱高	417億7百万円
購買品供給高	295億76百万円

【議　　案】

本総代会にて付議した議案は次のとおりです。

第１号議案　令和７年度事業報告及び剰余金処分案について

第２号議案　令和８年度事業計画の設定について

第３号議案　令和８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

第４号議案　令和８年度における理事の報酬額の決定について

第５号議案　令和８年度における監事の報酬額の決定について

令和８年度　運営方針・事業方針

指導事業

農業振興

「第４次農業戦略実践３カ年営農計画」の２年目として、農業振興・営農指導、担い手育成支援等各部門で掲げる施策や指標の取り組みを通じて、生産基盤の維持・拡大に取り組むとともに、「農業所得の増大」「安全・安心な地域農畜産物の安定供給」を実現することで、食料安全保障の貢献に努めます。また、コストに見合った適正な価格形成がなされるよう、生産者の再生産価格の確保に努めます。

持続可能な地域農業を実現するため、環境保全型農業を推し進め、「有機農業の生産～販路・販売拡大」、「ＧＡＰ（農業生産工程管理）の普及」、「堆肥の利用促進」、ＩＣＴ技術（ドローンやセンサー等）を導入した効率的な施肥や水管理、作物の生産性向上につなげる取り組み、また深刻化する異常気象に対応した品種の導入や栽培技術の確立など、農業者、行政一体となって推進します。

また、農業者の高齢化や後継者の減少に伴う労働力不足に加え、依然として生産資材価格が高止まりしている状況に対応すべく「コスト低減」につながる取り組みを担い手目線で取り組みます。

重点実施事項

①担い手経営体の経営課題に対応した農業経営支援
②農業労働力の確保と育成
③出向く態勢の構築と営農活動支援
④次世代総点検運動を通じた地域農業(産地)振興計画の策定と実践
⑤島根県農協青年組織協議会の盟友拡大とＪＡ事業運営への参画機会の増大
⑥ＪＡしまね農業振興支援事業の継続実施
⑦営農指導強化による生産振興
⑧島根県農産物の安全・安心への更なる取り組み
⑨労働力軽減に向けたスマート農業の導入検討

くらしの活動、広報活動、地域貢献・地域活性化

地域特性を活かした活動を展開し、地域貢献や地域活性化事業を強化します。また地域に根差した活動を通じて、組合員地域住民の連携強化を促し、地域活性化に取り組みます。

「国消国産」の理念に基づき、地元の農畜産物の魅力を広めるためのＰＲ活動を強化し、消費者に地元産品の良さを理解してもらうとともに、地域農業を支える意識の醸成を図ります。

また、次世代層に向けた情報提供とタイムリーな情報を発信するために、紙媒体とデジタル媒体を併用して、より効果的なコミュニケーションを図り、ＪＡの活動が地域に根付くことを目指します。

販売事業

農業戦略実践３カ年営農計画に掲げた調和型農業(有機農業)の普及・実践、需要に応じた米生産・集荷・販売強化、品質向上による畜産物産出額の維持拡大、酪農経営向上など作物別の施策を通じて、持続可能な農業への構造転換を推進するとともに、安全・安心・高品質な農畜産物の安定生産・安定供給に取り組み、地域の発展に寄与していくことを目指します。

購買事業

生産資材

農家組合員の営農を支え地域農業の振興に資するため、新たな運営体制において「地区本部の地域密着性」と「事業本部の専門性・効率性」を両立させるため、物流改革や資材店舗改革、ＥＣ取引による効率的な購買事業を進め、農家組合員の生産コスト低減と組合員サービスの充実・強化に努めます。

生活購買

自動車燃料事業については、経営効率化や人材確保、職員の専門性強化を図り、将来的な地域インフラの維持と組合員サービスの向上を目指すため、直営事業の事業本部制等による県域一体化に向け、協議・検討を進めます。

信用事業

持続可能な島根の農業と豊かでくらしやすい地域共生社会を実現するため、農業・くらし・地域の多様なニーズに対して、ＪＡしまねの総合事業性を活かした金融仲介機能を発揮し、将来にわたって支持・期待されるＪＡを目指します。

共済事業

組合員・利用者に選ばれ続ける存在となるため、対面接点やデジタル技術を活用した接点づくりに取り組み、３Ｑ活動を起点とした情報提供活動を展開していきます。あわせて、組合員・利用者へきめ細やかな保障点検と、ニーズに応じた保障・サービスの提供を行うことで、組合員・利用者の豊かな生活づくりへの貢献に取り組みます。

※令和８年度事業計画より一部抜粋
令和７年度実績や令和８年度事業計画の詳細などは、ＪＡしまねホームページ掲載の通常総代会資料をご覧ください。

総代会資料
はこちら

功労者表彰名簿

〈令和７年６月退任の皆様〉

第12回通常総代会開催にあたり、島根県農業協同組合の役員として運営、発展等にご尽力を賜りました退任役員の皆様方を讃え、功労者表彰を行いました。

表彰者名	在任時の役職	選出地区等
故　石川　寿樹	（代表理事組合長）	本　　店
故　山根　盛治	（代表理事副組合長）	本　　店
田中　　徹	（常　務　理　事）	本　　店
古川　　敬	（理　　事）	本店（青年）
高橋美佐子	（理　　事）	本店（女性）
三島　明美	（理　　事）	本店（女性）
寺本美貴子	（理　　事）	本店（女性）
菅井　　一	（理　　事）	くにびき
藤原　政文	（理　　事）	雲　　南
戸田　雅之	（理　　事）	雲　　南
蛭子　郁夫	（常務理事本部長）	隠岐どうぜん
藤江美由紀	（理　　事）	出　　雲
小村　伸治	（理　　事）	出　　雲
高野　智子	（理　　事）	出　　雲
山根　善治	（常務理事本部長）	斐　　川
青木　広幸	（理　　事）	斐　　川
三上　博通	（理　　事）	島根おおち
藤若　将浩	（理　　事）	いわみ中央
田村　清己	（常務理事本部長）	西いわみ
黒谷　幹雄	（代　表　監　事）	中　　部
三島　滋夫	（監　　事）	東　　部
倉橋　英二	（監　　事）	西　　部

（敬称略）

（故 山根盛治様は令和５年10月退任）

第12回総代会 Q&A

質問 **【業績還元に関する質問】** 配当率の引き上げは歓迎するが、増分の一部は利益貢献度の高い地区本部への配分に充ててほしい。かつて１億円あった業績還元が直近では4,700万円まで落ち込んでいる。利益貢献している地区本部の不満を解消するため、次期以降は１億円規模の水準へ戻すよう要望する。

回答 ＪＡとして、出資配当、事業分量配当、地域還元の３本柱を重視しており、令和７年決算では検討の結果、1.25％を出資配当として実施しました。業績還元は、組合員への還元として出資配当に並ぶ重要なものであり、現在より増額できるよう、事業利益確保に向けて事業改革を進めていきたいと考えています。

質問 **【農林中央金庫に関する質問】** 2024年に起きた農林中央金庫の巨額赤字問題について、これほどの大損失は農協への還元額を減らし、組合員経営を圧迫する重大な問題である。今後は各農協が一丸となり、農林中央金庫の経営を厳しく監視し、言うべきことは言う姿勢を貫く必要がある。

回答 農林中央金庫においては、令和７年度、１千２百億円の黒字決算を達成し、財務の立て直しは図られたものの、評価損が残存しているため、今期も無配という結果に至っています。黒字でありながら配当ができない現状に対し、ＪＡしまねをはじめ各組織は、全国会議等で復配を強く求めています。また、農林中央金庫法の改正により外部から２名の理事を登用するなど、経営体制の刷新も進められています。

今後も農林中央金庫の経営高度化に向けた動きを注視し、引き続き一日も早い復配を求めてまいります。

質問 **【米価に関する質問】** 令和８年度の米価に対する不安が農家間で募っている。米価が大幅に下落すれば、高齢化が進む中山間地域の農業は維持困難になる。営農指導員が減る現状で、農家を支援する体制も危機的だ。消費者に価格転嫁の必要性を広くＰＲし、８月の概算金は最低でも１万円／30kgを下回らないよう切に願う。政府の施策と連携しながら農林水産省へも働きかけ、農村を守るためにＪＡが力を発揮してほしい。

回答 令和８年産の概算金については、８月理事会での決定に向けて取り組んでいます。過去最高水準の民間在庫量、販売進度の低迷等、厳しい状況ではございますが、米のコスト指標である60kg当たり20,535円を目指し交渉を行ってまいります。また、島根県と連携し、備蓄米の買戻しについての要望活動も行ってまいります。

営農指導員につきましては、新たな運営体制を検討する中で組合員の皆様の要望に応えてまいります。

この他にも多くのご意見をいただきました。

©よい食Ｐ

topics 1 水稲生産者大会開催 水稲新品種の名称「つぶきらり」に

島根県と島根県農業振興協会、ＪＡしまねは７月13日、出雲市のビッグハート出雲で令和８年度水稲生産者大会を開きました。大会では島根米新品種「島系84号」の名称を「つぶきらり」に決定したことを発表しました。当ＪＡの竹下克美組合長は、この「つぶきらり」について「島根を、日本を代表するお米となるよう、ＪＡでしっかり取り組んでいく」と意気込みを語りました。

高温に強い「つぶきらり」は、夏季の高温による品質低下への対策として育成され、多収で倒伏しにくく、粒が大きく良食味といった特性があります。名称は4551点の応募の中から選ばれ、名称考案者の福田しのぶさんには、石原恵利子副知事から記念品が贈呈されました。令和10年産から本格的に栽培される予定です。

大会には、生産者、県、ＪＡ等の関係者らが参加。基調講演では月刊食糧ジャーナルの鶴田裕編集部長が「品種動向と産地戦略」と題し米の販売戦略について語りました。

新品種「つぶきらり」に決定

topics 2 「日本の農業どこへ行く」 組合長が島根大学で講義

ＪＡしまねの竹下克美組合長は７月６日、島根大学で学生向けに出前講座を開き、農業の現状や協同組合の役割を通じて地域農業の担い手確保を呼びかけました。

講座には生物資源科学部の学生ら約70人が参加。前半ではＪＡしまねの有機農業の取り組みや事業概要を紹介し、後半には竹下組合長が「日本の農業どこへ行く」と題して登壇しました。昨今の「令和の米騒動」や米の概算金決定の仕組みなどについて詳しく解説しました。

現場の課題に対する学生からの関心は高く、質疑応答では積極的な意見が相次ぎました。受講した学生は「価格決定の仕組みや地域の農業を支えるＪＡの機能が理解できた」と話しました。

当ＪＡと島根大学は令和５年２月に包括的連携協定を締結。今後も大学との連携を深め、農業の振興と地域社会の発展につなげていきます。

講義をする竹下組合長

topics 3 生協しまねと意見交換 米集約倉庫も見学

ＪＡしまねは６月24日、生協しまねの理事の皆様を招き、ＪＡしまね東中部米集約倉庫の施設見学会と意見交換会を実施しました。この取り組みは、生産者組織であるＪＡと消費者組織である生協がそれぞれの視点で意見を交わし、食と農、地域社会の維持と発展のために連携できることを模索する目的で行われたものです。ＪＡからは竹下克美組合長、米穀園芸部の西尾一俊部長らが参加しました。

見学会では、今年３月に完成したばかりの米倉庫を視察し、物流の効率化の重要性等を説明しました。意見交換会では昨今の米価高騰を中心に、双方から多くの質問や率直な意見が寄せられました。

生協しまねの安井光夫理事長は「ＪＡと協力して取り組めることはたくさんあると実感した。今後も継続的にこういった機会を設けていくことが大切だ」と話しました。

米集約倉庫の見学会を実施

JAしまね

島根米まんぷくフェスタ 2026

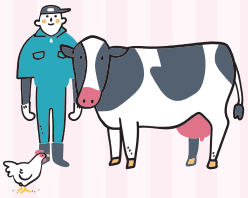
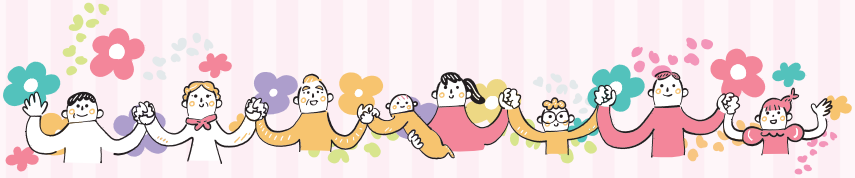
お米1トン争奪戦!!

2026
9.20 日
10:00 → 15:00
くにびきメッセ
大展示場（松江市学園南1丁目）

詳細は
JAしまねInstagramにて
随時発信していきます
右の二次元コードからアクセス！

［主 催］JAしまね

あなたの1票で
ご飯のおともNo.1が決まる！
メシトモGP開催

「元気な地域」を女性部の力で!

JA女性組織３カ年計画
「『あい♡』からはじまる『元気な地域』をみんなの力で」の実践２年目です。

助けあい　学びあい　育てあい

の３つの重点テーマを掲げ活動します。

島根おおち女性部

島根おおち女性部では、瑞穂、羽須美、石見、川本、桜江の５支部とフレッシュミドルミズ部会幸せのたねたんぽぽが、食農教育や国消国産活動、研修会などに積極的に取り組んでいます。

女性部独自の活動として、夏期に行う研修会があります。前回は、詐欺防止と「家の光」記事活用をテーマに行いました。島根県警察川本警察署と地元の田所、出羽駐在所にご協力いただき、詐欺防止についてお話を聞いたほか、「家の光」記事活用では、部員が講師を務め「チョウと花のチャームバンド」を作りました。

また、冬期には、15年前から「わが家の味つけものコンテスト」を開催しています。今年も２月に開催する予定でしたが、前日に大雪が降り中止となりました。しかし、石見支部では14品のエントリーがあったことから、急遽、有志11人が集まり持ち寄り会を行いました。森光美佐子部長も駆けつけ「家の光」記事から「刻みマイタケとのりのみそ汁」を振舞いました。

島根おおち女性部は、これからも研修などを通して相互研鑽に努めていきます。

学びあい

一所懸命青年連盟

JA YOUTH

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

JAしまね隠岐青年連盟

ＪＡしまね隠岐青年連盟は、会員12名（令和８年４月１日現在）で髙宮武士委員長のもと米・畜産・野菜などの生産者が盟友として活動しています。

食農教育活動では、農業や食に関して興味を持ってもらえるよう町内の小学校で出前授業を行い、自らの声を直接子どもたちに届けています。

また、昨年度は町内のイベントにて隠岐の島町内で栽培されているお米の品種当てクイズを行い、普段食べているお米と違う品種を食べてもらうことでお米の品種による違いなどを感じてもらえるようなブースを設置し、多くの方に地場産品のＰＲを行いました。

今後も農業を通じた活動や交流の場に積極的に参加し、地域の活性化に貢献していきます。

あなたもチャレンジ！ 家庭菜園

ホウレンソウ

園芸研究家　成松　次郎
原図：成松次郎　イラスト：小林裕美子
※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

石灰資材で酸性土を矯正する

ホウレンソウはビタミンやミネラルを豊富に含む緑黄色野菜です。特に日本人に不足しがちなビタミンB群（中でも造血作用に関係する葉酸）や鉄分、カリウムを多く含んでいます。

冷涼な気候を好み、生育適温は15～20度です。耐寒性は強いものの暑さには弱く、25度以上になると生育が衰えてしまいます。

関東以西の地域では、夏取り以外は栽培が容易で、特に冬取り（2、3月収穫）のホウレンソウは栄養価が高く、甘さも増しておいしいです。

［品種］

秋取り（10、11月収穫）では、生育の良い「アトラス」（サカタのタネ）、「福兵衛」（タキイ種苗）など、冬取りでは寒さに強い「クロノス」（サカタのタネ）、「伸兵衛」（タキイ種苗）などが良いでしょう。

［畑の準備］

ホウレンソウは酸性土を嫌います。土壌が酸性になると土壌中のアルミニウムが溶け出し、これが根の伸長を抑制するといわれています。そのため、アルカリ性である苦土石灰をまいて酸性土を矯正しましょう。

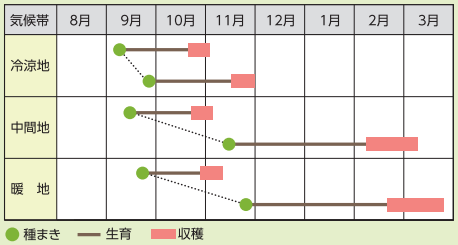
事前に1平方m当たり苦土石灰150gを畑全体に散布して、よく耕しておきます。次に、1平方m当たり化成肥料（NPK各成分10%）200gと堆肥2kgを土とよく混ぜて、幅100cm、高さ5～10cmの栽培床を作ります。

［種まき］

適期は9～10月です。栽培床は平らにならし、条間20cm、深さ1、2cmのまき溝を切ります。このとき、園芸用支柱などを土に押し付けて平らなまき溝を作ると良いでしょう。その後、1cm間隔に種まきします（図1）。

種まき後は約1cm覆土をして、たっぷり灌水（かんすい）します。そして、不織布のべたがけをして風雨や害虫から幼苗を守ります（図2）。

栽培カレンダー（ホウレンソウ）



［間引き・追肥］

1回目の間引きは、発芽がそろったときに込み合っている所を抜き取ります。その後、2、3回に分けて間引きをして、最終的に株間4、5cmにします（図3）。

栽培期間が長くなる10、11月まきでは、草丈10～15cmの頃に1平方m当たり化成肥料30gを追肥し、株元に軽く土寄せします。

［病害虫防除］

ヨトウムシは見つけ次第捕殺し、アブラムシは、登録農薬で防除します。ただし、生育初期は不織布をべたがけして飛来を予防すると良いでしょう。

［収穫］

株間が広い（疎植）と、どの葉にも光が当たるように広がり（開帳性）、反対に株間が狭い（密植）と葉は細く、立ち上がった草姿（立性）になる傾向があります（図4）。

草丈25cmを収穫の目安にしますが、30cm程度になってもホウレンソウ本来のおいしさは変わりません。

株元の根を鎌やはさみで切り取り、枯れ葉を除いて300gくらいを目安に束ねます。

図1　種まき

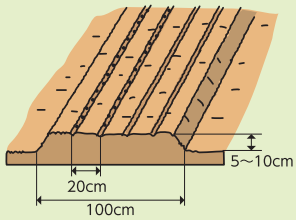


図2　べたがけ

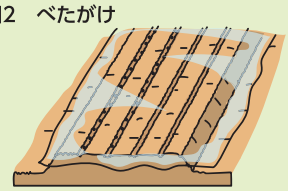


図3　間引き

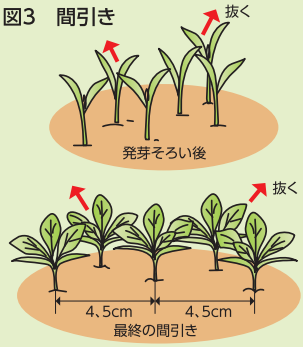
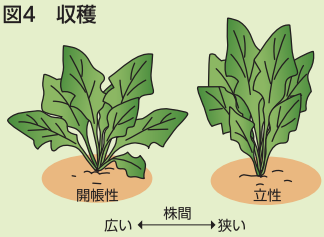


図4　収穫



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

理事会情報（7月29日開催）

①JAしまね安全・安心な農産物づくり運用規程および協定書の改正について
②令和9年度　島根県農業政策及び予算に関する要望について（第1次）
③新たな渉外管理・指導、渉外体制の策定について
④「支店・ブロックの機構改革」等について
⑤「統括支店職員を本店職員扱いとする人事異動」のすすめ方について
⑥「管理部門集約のすすめ方」の一部変更について
⑦令和8年9月1日付 機構改革の実施について
⑧ディスクロージャー誌2026について
⑨「新たな運営体制」における職制規程別表の見直しの考え方と方向性について
⑩「新たな運営体制」を踏まえた「子会社管理の方向性」について
⑪令和8年度におけるマネロン等の防止にかかる対応について
⑫組合と理事との取引状況について（定期承認分）
⑬コンプライアンス・マニュアルの改正について
⑭大口貸出金の承認について
⑮総代選挙実施にかかる選挙管理者・選挙立会人等の指名について
⑯常勤理事の他の団体理事等への就任について
⑰新退職年金共済 財政再計算の試算結果および定年延長に伴う企業年金規約変更手続きについて
⑱令和7年度決算監事監査報告書 整備改善を要する事項（個別意見）への回答について

営農情報

7月西郷家畜市場開設について

7月9日（木）、隠岐の島町畜産センターにおいて西郷家畜市場が開設されました。今回の家畜市場では隠岐の島町内で飼育された子牛100頭が取引されました。平均価格は693,979円となり、前回3月市場の平均価格より若干下がったものの、依然高値で取引されました。

令和７年11月西郷家畜市場市況（子牛）　（単位：円、kg）

性別	入場頭数	取引頭数	1頭当価格			平均体重	1kg単価	平均日令	前回比	前回
			最高	最低	平均					
雄	0	0								
雌	38	38	762,300	495,000	624,134	248	2,512	250	△22,483	646,617
去	62	59	928,400	342,100	735,303	272	2,700	248	△29,057	764,360
計	100	97	928,400	342,100	691,753	263	2,630	249	△17,736	709,489
再	3	3	786,500	739,200	765,967	272	2,820	221	765,967	
計	103	100	928,400	342,100	693,979	263	2,636	248	△15,510	709,489

（報告／営農課）

こだわり米産地説明会

令和8年7月19日（日）に東京の主婦会館プラザエフ、7月26日（日）には大阪の難波御堂筋ホールと2週にわたり「こだわり米産地説明会」に島の香り隠岐藻塩米生産者協議会の生産者と参加しました。

東京会場には11産地、米穀店約50社の参加があり、石田哲広副会長が説明を行いました。また大阪会場では8年ぶりの開催ということもあり17産地、米穀店約70社の多くの参加があり、ここでは村上淳一会長が説明を行いました。会長、副会長ともに藻塩米に対する思いも含めた心に響く説明を行いました。それぞれ発表後のブース見学では多くの方がパンフレットや藻塩米のサンプルを持ち帰り、中にはぜひ隠岐に訪問したいという声もあるなど関心の高さを実感しました。

こだわり米産地説明会（東京）

こだわり米産地説明会（大阪）

（報告／営農課）

JA NEWS

隠岐地区本部総代説明会を開催

6月17日（水）午前10時30分より隠岐島文化会館2階集会室において、隠岐地区本部管内の総代及び運営委員、支店運営委員の皆様を対象とした総代説明会を開催し、総勢27名の方々にご出席いただきました。

当説明会は、6月28日（日）に浜田市石央文化ホールにて開催された第12回通常総代会に先立ち、地区別の説明会として開催しました。説明会では、出席者全員によるJA綱領唱和、役員挨拶、第12回通常総代会に上程された第1号議案から第5号議案、その他議案、隠岐地区本部の令和7年度事業報告、令和8年度の事業計画、取り組み事項などについて説明しました。

（報告／企画総務課）

2026ジョブフェア（合同企業説明会）に参加

7月7日（火）隠岐の島町総合体育館において、島内の中学生・高校生へ向けた島内企業の情報発信と生徒の早期職業意識形成を目的に「ジョブフェア～合同企業説明会～」が開催され、JAしまね隠岐地区本部からも3名の職員が参加し、職場PRを行いました。島内の中高生が集う会場には活気があり、そういった雰囲気のなかでJAの業務内容全般の説明、また新入職員より日頃の業務を通じて感じたことなどを説明しました。

（報告／企画総務課）

隠岐ベースボールクラブへ寄付金を贈呈

隠岐地区本部では、今月開催される「第43回全日本少年軟式野球大会ENEOSトーナメント」へ中国地区代表として隠岐ベースボールクラブが出場することとなり、健闘を祈念し8月3日に寄付金の贈呈を行いました。隠岐地区本部佐々木本部長より山本洸悦キャプテンへ贈呈し、山本キャプテンより「頑張ってきます」との返答をいただきました。この大会は全国各ブロックを勝ち抜いた16チームで中学生の全国No.1を決める大会です。神奈川県横浜市（横浜スタジアム）にて8月10日（月）から14日（金）まで開催されます。

（報告／企画総務課）

JAしまね隠岐地区本部年金友の会・共済加入者の集い

松平健×コロッケ45周年特別公演と

奈良・大阪3日間

■旅行実施日
2026年10月25日(日)～27日(火)

■旅行代金(大人お一人様／2名1室利用)
136,500円(税込)

■申込締切日／2026年9月18日(金) ※ただし、定員になり次第締め切らせていただきます。
■募集人員／26名　■申込金／30,000円(旅行代金に充当いたします)
■最少催行人員／24名　■添乗員／同行して旅程管理業務を行います。
■食事条件／朝2回・昼3回(お弁当含む)・夕2回
■利用予定航空会社／JAL(日本航空)
■利用予定貸切バス会社／奈良観光バス又は同等クラス
■利用予定ホテル／信貴山温泉：信貴山観光ホテル又は同等クラス
大阪市内：大阪東急REIホテル又は同等クラス

※運行貸切バス業者名は、最終確定書面にてご案内いたします。
※弊社「貸切バス事業者リスト」(当社ウェブサイト http://ntour.jp/covenant/bus) をご覧ください。

＜特別な配慮を必要とする方のお申込みについて＞
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、措置が必要になる可能性があります。詳細は、「旅行取引条件説明書面」の「お申込み条件」を確認のうえ、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ので、必ずお申し出ください。

この旅行は国内旅行中のケガや事故などで、死亡・後遺症、携帯品や賠償責任・救援者費用等を補償する「うきうき(国内旅行総合保険)」に加入しています。詳しくは弊社社員へご照会ください。

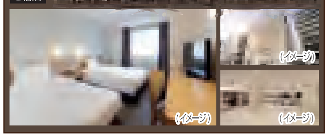
新歌舞伎座提供写真（イメージ）

日次	行程　◎入場観光 ○下車観光 ●車窓観光 ▲お買物	食事
1	隠岐空港 10:00 ―(JAL3434)✈― 出雲空港 10:30/12:05 ―(JAL2346)✈― 伊丹空港 12:55 ＝＝(貸切バス)＝＝ 和食麺処サガミ川西加茂店(和食の昼食) ＝＝🚌＝＝ ◎東大寺・◎奈良公園(奈良を代表する世界遺産) ＝＝🚌＝＝ 信貴山温泉【泊】17:40 ※夕食はホテル内宴会場にて	一・昼・夕
2	ホテル 9:40 ＝＝🚌＝＝ ◎新歌舞伎座(松平健×コロッケ45周年特別公演[A席]/幕間でお弁当の昼食) ＝＝🚌＝＝ ○新世界・通天閣 ＝＝🚌＝＝ 大阪市内【泊】17:25 ※夕食はホテル外にて	朝・弁・夕
3	ホテル 8:45 ＝＝🚌＝＝ ◎大阪城(豊臣家ゆかりの地) ＝＝🚌＝＝ ◎ダスキンミュージアム(掃除道具の歴史や家ですぐ役立つ掃除の豆知識) ＝＝🚌＝＝ がんこ池田石橋苑(和食膳の昼食) ＝＝🚌＝＝ 伊丹空港 14:45 ―(JAL2331)✈― 隠岐空港 15:35	朝・昼・一

※都合により行程および時刻は変更になる場合がございます。※後日改めて、集合・解散地（および時刻）をお知らせいたします。

1日目ご宿泊　信貴山観光ホテル

2日目ご宿泊　大阪東急REIホテル



時間帯の説明						
04:00～06:00 早朝	06:00～08:00 朝	08:00～12:00 午前	12:00～16:00 午後	16:00～18:00 夕刻	18:00～23:00 夜	23:00～04:00 深夜

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

本旅行は(株)農協観光が企画・実施する旅行です。以下の条件に基づきます。その他の旅行条件は、本条件によるほか、別途お渡しする取引条件説明書面、契約書面確定書面(最終旅行日程表)、並びに当社募集型企画旅行契約によります。

1.旅行のお申し込み及び契約成立について
(1)お申し込みの際には、必ず旅行条件書をお受け取り下さい。
(2)当社所定の申込書に所定の事項を記入し、右記のお申込金を添えてお申し込みいただきます。
(3)お申込金は、「旅行代金」又は「取消料」、「違約料」の一部として取り扱います。
(4)電話、郵便、ファクシミリその他の通信手段による旅行契約の予約のお申し込みの場合は、当社が旅行契約の予約の承諾の旨通知した翌日から起算して3日以内に、所定のお申込書と右記のお申込金を提出していただきます。この期間内にお客さまがお申込み書とお申込金を提出されない場合は、当社はお申し込みがなかったものとして取り扱います。
(5)旅行契約は当社が契約の締結を承諾し、お申込金を受領したときに成立するものとします。

2.旅行代金に含まれるもの
本広告書面に記載された旅行日程に明示した運輸機関の運賃・料金、宿泊費、食事代、旅行業務取扱料金及び消費税等諸税が含まれています。

3.旅行代金に含まれないもの
上記のほかは旅行代金に含まれません。その一例を例示します。
(1)超過手荷物料金(規定の重量・容量・個数を超える分について)
(2)クリーニング代、電報電話料、追加飲食等個人的性質の諸費用及びそれに伴う税・サービス料
(3)お客さまのご希望により生ずる日程に含まれないその他の追加料金(見学料・食事代・写真代・交通費等)
(4)ご希望者のみ参加されるオプショナルツアー(別料金の小旅行)の代金
(5)ご自宅から発着地までの交通費、宿泊費

4.お申込金(おひとり様)

旅行代金	1万円未満	3万円未満	6万円未満	10万円未満	15万円未満	15万円以上
お申込金	2,000円	6,000円	12,000円	20,000円	30,000円	旅行代金の20%

※旅行代金は、旅行出発の前日から起算してさかのぼって14日目にあたる日より前にお支払いいただきます。

5.取消料
お客さまは、お客さまのご都合で旅行を取り消しになる場合には、旅行代金に対しておひとりにつき下記の料率で取消料を、ご参加のお客さまからは1室毎の利用人数の変更に対する差額をそれぞれいただきます。

旅行契約の解除期日		取消料
旅行開始日の前日から起算してさかのぼって	1)11日目にあたる日以前の解除	無料
	2)10日目にあたる日以降の解除[3)～6)を除く]	旅行代金の20%
	3)7日目にあたる日以降の解除[4)～6)を除く]	旅行代金の30%
	4)旅行開始日前日の解除	旅行代金の40%
	5)旅行開始日当日の解除[6)を除く]	旅行代金の50%
	6)旅行開始後の解除又は無連絡不参加	旅行代金の100%

6.旅行条件の基準
この旅行条件は2026年8月1日を基準としています。

個人情報の取扱について
1.旅行の申し込みに伴い取得する個人情報の利用目的
当社及び当社の旅行業者代理業者(以下「代理業者」といいます。)または受託旅行業者(代理業者を含め、以下「販売店」といいます。)は、旅行申し込みの際に提出された申込書に記載された個人情報について、次のために必要な範囲内で利用させていただきます。
(1)お客さまとの旅行契約締結　(2)お客さまとの連絡
(3)お客さまがお申し込みいただいた旅行において、運送・宿泊機関等(主要な運送・宿泊機関等については各スケジュール表に記載されています。)その他の提供するサービスの手配およびそれらのサービスの受領のための手続
2.旅行の申し込み以外で取得する個人情報の利用目的
当社および販売店は、将来より良い旅行商品の開発のためマーケット分析や当社および販売店から旅行商品のご案内をお客さまにお届けするために、アンケートやクイズの応募用紙などに記載されたお客さまの個人情報について、次のために利用させていただくことがあります。
なお、この利用については、お客さまのお申し出により停止することができます。
(1)旅行商品、キャンペーンのご案内、特典サービスの提供　(2)統計資料の作成
3.保有する個人データの利用目的
当社および販売店では、お客さまの個人データのうち、氏名、住所、電話番号またはメールアドレスなどのお客さまへのご連絡にあたり必要となる最小限の範囲のものについて、次のために利用させていただくことがあります。
なお、この利用についてはお客さまのお申し出により停止することができます。
(1)旅行参加後のご意見やご感想の提供のお願い、アンケートのお願い
(2)旅行商品やサービスのご案内、特典サービスの提供
(3)お客さまにとって有用と思われる提携先団体・企業の商品やサービス・キャンペーンのご案内
(4)統計資料の作成
(5)次回の旅行申し込み時におけるお客さまの手続き上の便宜を図るため

《個人情報の取り扱いについて》
「個人情報の利用目的及び第三者提供については当社のプライバシーポリシー <https://ntour.jp/covenant/privacy.html> をご確認ください」

■旅行企画・実施・お申し込み・お問い合わせ

観光庁長官登録旅行業第939号
株式会社 農協観光
中国支店 島根エリアセンター
〒690-0065 松江市灘町1-7(松江プラザビル8F)
総合旅行業務取扱管理者　鎮波 康二・清松 哲之
☎0852(26)2600

旅行業公正取引協議会会員
ボンド保証会員 一般社団法人日本旅行業協会(JATA)の正会員です。
Ntourグループは世界中の子どもたちに対する商業的性的搾取に反対しています。

※総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取扱う営業所での取引の責任者です。この契約に関し、担当者からの説明にご不明な点がありましたらご遠慮なく上記の旅行業務取扱管理者にご質問ください。

ＪＡしまね年金友の会に関するお問い合わせは
JAしまね 隠岐地区本部
☎08512(2)1132

建物更生共済
むてきプラス

令和8年1月6日
島根県東部を震源とする
地震が発生!!

今後も大きな地震が発生する可能性があります。

30年以内の中国地方での**M6.8以上**の地震発生確率は、**50%以上**とされています。

※「中国地域の活断層の長期評価の公表にあたって」政府地震調査研究推進本部（令和2年5月25日訂正）より

島根県東部を震源とする
地震においてお支払いした共済金
約6億6,200万円

※令和8年3月18日時点（JA共済連島根調べ）

JA共済

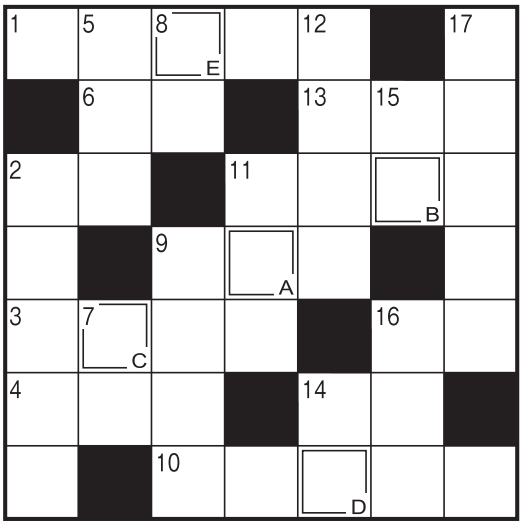
●この資料は概要を説明したものです。ご検討にあたっては「重要事項説明書（契約概要）」を必ずご覧ください。また、ご契約の際には、「重要事項説明書（注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。また、転換契約の際は、「保障見直し設計書」も必ずご覧ください。

お問い合わせ先

【26320320104】

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ススキや月見団子を供える行事
⑤ブドウを使って仕込む酒
⑦エックスとゼットのあいだ
⑧カミの反対
⑨北海道の市。監獄があったことで有名
⑪悪いものが入っていないか、先に食べて証明します
⑫髙橋真梨子のヒット曲『――吐息』
⑭羊の肉はマトン。子羊の肉は
⑮落花生にはタンパク――も豊富に含まれます
⑯鹿児島県の桜島は活発に繰り返しています
⑰はえば立て、立てば歩めの――

ヨコのカギ

①秋らしい風情の雲。魚の名前がつきます
②天・地・――
③大酒飲みのこと
④先手が黒、後手が白を使います
⑥さつま、里、こんにゃくといえば
⑨でこぼこの進みづらい道のこと
⑩音楽にのれる人に備わっているもの
⑪アルバイト、グミ、カルテといった言葉の元はこれ
⑬形態――はものまねの一種
⑭サギソウもデンドロビウムもこの仲間
⑯ゆっくりつかって疲れを取ります

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**
〒685-0016　隠岐郡隠岐の島町城北町681番地3
ＪＡしまね　隠岐地区本部　「クイズ」係
2026年９月４日（金）（当日消印有効）

先月号の答え

「コウシエン」

川柳の広場

選句者　島根県川柳連盟会長　竹治ちかし先生

最優秀賞

世の中を分かったつもり今日を生き
隠岐の島町　上川　晃一　様

（評）今日も一日、何事もなかったかのように終えました。それで良いのか、悪いのか。分かったつもりだから良しとしましょう。

優秀賞

炎天下水と覚悟を連れて出る
出雲市　櫛井　伸幸　様

夢きらきらたくさん光っていた夜店
兵庫県　小田　和子　様

少年の日の思い出や鰻釣り
兵庫県　小田　慶喜　様

佳作

八十路坂欲を味方に動く足　出雲市　坂本ヤヨイ　様
つつがなく過ぎしひと日に安堵する　益田市　竹田　和子　様
生きている証だ今朝の水美味い　出雲市　佐野美和子　様
ちっぽけな悩みと気づく広い空　出雲市　北村　功　様
長寿とはほどよき酒とよき笑顔　雲南市　飯塚　保春　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」９月号 定価　９００円
ご購読は、お近くのＪＡへお問合せください。

ＪＡしまねびよりは、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）
９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　ふれあい広報課
「俳句の広場係」または「川柳の広場係」
ＦＡＸ：0852-67-7708
Eメール：fureai.hon@ja-shimane.gr.jp

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

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

知らないと損！農業者年金の税金対策と保険料補助

まず農業者年金ってなに？

サラリーマンの年金（厚生年金）	報酬比例部分（老齢厚生年金） 国民年金（老齢基礎年金）	２階立て
農業者の年金（国民年金のみ）	国民年金（老齢基礎年金）	１階立て
農業者の年金（国民年金＋農業者年金）	農業者年金 国民年金（老齢基礎年金）	

農業者の年金はサラリーマンと違い公的年金の１階部分である国民年金のみです。厚生年金を受給するサラリーマン並の年金を確保するには、*自分で２階部分の年金を準備する必要があります。この２階部分として農業者には農業者年金があります。*

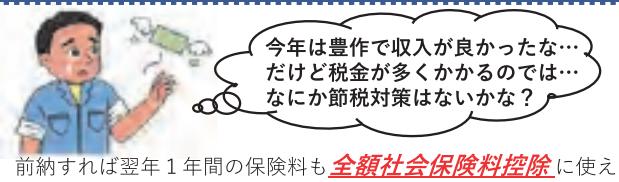
でも…加入する条件があるんでしょ？

農業者年金 には・・・

- **国民年金第１号被保険者**（国民年金保険料納付免除者を除く）
- **年間６０日以上農業に従事**
- **６５歳未満**（60歳～65歳未満の方は、国民年金任意加入被保険者に限ります。）

の方なら**どなたでも**加入できます。

農業者年金は支払った保険料の全額が社会保険料控除の対象です。



前納すれば翌年１年間の保険料も*全額社会保険料控除*に使える！

生計を一つにする配偶者や後継者の保険料を支払った場合は、その**合計額（最高保険料６万７千円の場合は３人分で２４１万２千円）が経営主の所得から控除**できます。

農業者の担い手には、保険料の国庫補助があります。

保険料の国庫補助 を受けるには・・・

国民年金第１号被保険者等の農業者年金への加入要件に加え、

- *39歳までに加入*
- *農業所得が900万円以下*
- *下記の農業者の担い手要件* を満たせば受けられます。

① 認定農業者で青色申告をしている人
② 認定新規就農者で青色申告している人
③ ①または②の要件を満たす経営主と家族経営協定を締結して経営に参画している配偶者、後継者　など

月額最大１万円の保険料補助

詳しい内容のお問合せは…
お近くの農業委員会・ＪＡへ！！

ハチを見かけたら巣づくり警報！

無料調査

ハチ駆除

近寄らず、触らず!!

ハチの駆除はプロにお任せください。

ハチの駆除をご希望の方は
最寄りのJAまでご連絡ください。
JAしまね取扱業者㈱コダマサイエンスの
地区担当者が訪問させていただきます。

JAしまね

お問い合わせ先

最寄りのJA各支店にお問い合わせください

取扱業者

（公社）日本しろあり対策協会企業登録（島根県002・鳥取県002）

Kodama 株式会社 コダマサイエンス

■本社／島根県松江市西嫁島2-8-23　☎0852-43-0852

■松江営業所／☎0852-26-6757 ■出雲営業所／☎0853-31-9600
■益田営業所／☎0856-22-5390 ■江津出張所／☎0855-52-6852
■隠岐営業所／☎08512-2-2471

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

ズッキーニのマリネ

材料（4人分）

ズッキーニ……400ｇ
オリーブ油……大さじ1
塩こしょう……少々
玉ねぎ……　1個（300ｇ）
ピーマン…　4～5本（50ｇ）
A
- かんたん酢……100cc
- 薄口醤油……大さじ1
- 粗びき黒胡椒……少々

作り方

①玉ねぎは薄くスライスする。辛みが気になる場合は水にさらすか、しばらく空気にさらし辛みを取る。
②ボウルにAの調味料を混ぜ合わせ、①の玉ねぎを加えてひと混ぜする。
③ズッキーニを厚さ1cmの輪切り又は半月切りにする。
④フライパンにオリーブ油を熱し、ズッキーニを並べ入れ、塩こしょうを振る。焼き色がついたら裏返し、好みの硬さに焼く。
⑤ズッキーニが熱いうちに、②のボウルに浸す。
⑥薄くスライスしたピーマンも加え、ひと混ぜする。

コメント
・油控えめでヘルシーなのに、コクがあって大満足の一品です！
・大きく育ってしまったズッキーニでも食べやすく、日持ちもするお助け副菜。

アレンジ
・タコやエビ、サーモン、ちりめんじゃこなどシーフードを足すと、バリエーションが広がります。
・野菜は茄子、人参、南瓜、長ネギ等を焼いて入れたり、トマト、アボカド、きゅうり等をひと口大に切って入れたり、いろいろな野菜の組み合わせが楽しめます。

トマ玉丼

材料（4人分）

トマト……　3個（500ｇ）
玉ねぎ……　1個（250ｇ）
オクラ……4本
豆腐……150ｇ
卵……3個
水……300cc
A
- 砂糖……大さじ1
- みりん……大さじ1
- 醤油……大さじ3

天かす……大さじ4～
ごはん……4杯分

作り方

①トマトはヘタを取り、ひと口大に切る（お好みで湯むきにして皮を取る）。玉ねぎは縦半分に切って、5ミリ幅の薄切りにする。豆腐は1.5cm角に切る。オクラは板ずりして3ミリの厚さの輪切りにする。
②鍋にトマトと玉ねぎ、分量の水を入れて火にかけ、沸騰したら中火にし、玉ねぎに火を通す。
③②に豆腐とAを加え、再び沸騰したらオクラと溶き卵を回し入れ、ざっと混ぜて半熟のうちに火を止める。
④器に盛ったご飯の上に、③をかけ、天かすを振りかける。

コメント
・豆腐と卵でプロテインもしっかりチャージ！お肉なしでも大満足のスピード夏丼。
・だしいらず！完熟トマトの天然の旨味と酸味が広がる夏の食欲回復に一役！

アレンジ
・材料をオリーブ油で炒め、ピザ用チーズを加えて塩こしょうで味付けすればイタリアン丼に！
・豆腐を豚肉・牛肉・鶏肉に代えて、スタミナアップ！味付けは焼肉のたれでOK！

健康散歩 For Your Health　トイレが近くて困っていませんか？

JA島根厚生連

日中にトイレへ行く回数が多くて困っていませんか？

一般的に、成人の排尿回数は1日に5～7回程度とされており、排尿後に次の尿意を感じるまでは3～5時間程度かかるといわれています。一方で、尿意を感じる間隔が短くなり、排尿が1日に8回以上みられる場合は「頻尿」にあたるとされています。ただし排尿回数には個人差があり、回数がそれほど多くなくてもご自身が「トイレが近くて困る」と感じている場合には、頻尿として対応が必要なこともあります。

頻尿の原因には、次のようなものがあります。

■ 過活動膀胱

膀胱が過敏になり、尿が十分に溜まっていなくても膀胱が勝手に収縮してしまう病気です。急に強い尿意が起こり、トイレの回数が増えます。

■ 前立腺肥大

前立腺が大きくなることで尿道が圧迫され、尿が出にくくなります。排尿後もすっきりしない感じ（残尿感）があり、何度もトイレに行きたくなることがあります。

■ 加齢・妊娠・出産

加齢や妊娠、出産によって膀胱や骨盤周囲の筋力が低下すると、一度に膀胱にためられる尿の量が減り、頻尿につながることがあります。

■ 膀胱炎

細菌が膀胱に入り炎症が起こることで、膀胱が刺激を受けやすくなります。そのため、尿があまり溜まっていなくても尿意を感じ、頻繁にトイレへ行くようになります。

頻尿は、原因に応じた治療や対策によって改善が期待できます。「トイレが近くて困る」、「夜中に何度も起きて眠れない」、「外出時にトイレが気になってしまう」など、日常生活に支障がある場合は、早めにかかりつけ医や泌尿器科に相談しましょう。

【編集後記】島根米の新品種の名称が「つぶきらり」に決まりました✨試食をさせていただく機会がありましたが、その名が表す通り大粒で美しく、一口だけでしたがとても美味しかったです🍚再来年から本格的に栽培が始まるとのこと。本誌でもしっかりＰＲしながら、楽しみに待ちたいと思います！（児）

本誌は地球環境に優しい植物油インキを使用しております。
VEGETABLE OIL INK
JAしまね公式ホームページ
JAしまね 検索
2026年8月12日付発行（月1回発行）
編集／JAしまね　ふれあい広報課・隠岐地区本部
発行／島根県農業協同組合　隠岐地区本部
〒685-0016 隠岐郡隠岐の島町城北町681番地3　TEL.08512-2-1131　FAX.08512-2-4320