

SNSで旬な情報を投稿しています



6月は
牛乳月間!

特集
知ってる?
牛乳の豆知識



国消国産
こくしょうこくさん

JALしまね 雲南地区本部版

みーつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers

松本 貴之さん
[西いわみ地区本部]

みーつけた

Shimane Farmers しまねのファーマーズ

まつもと たかゆき
松本 貴之さん(44歳)

今月は西いわみ地区本部。益田市飯田町でメロンの生産に取り組む松本貴之さんにお話を伺いました。



アムスメロンを手に笑顔を見せる松本さん

50年を超えて続くメロンの一大産地

益田市は鳥根県内最大のメロンの産地。県内産のアムスメロンの90%以上がこの地から出荷されています。同市の作り手たちのチャレンジが始まったのは1973年。JASしまね益田メロン部会副部会長兼技術部長を務める松本貴之さんは「私の祖父も当時メロン栽培に着手した一人。繊細な作物で大変手がかるため、あまり長くは続けられないだろうと思っていました」と語ります。

松本さんはメロン農家を継いで約20年。少しずつ

作付け面積を増やしなが、初夏に収穫するアムスメロンのハウスは40アール、夏・秋作のアールスメロンは25アールとなっています。就農して10年ほど経ったころ、農業の師でもあった父親が体調を崩し、その5年後に急逝。「うちのメロン栽培の中心は父で、私はサブ的な役割をしながら学んでいるところでした。そのため技術継承が不十分で、父がいなくなっただけからは失敗が続き、非常に困りました」と松本さんは当時を振り返ります。そんな時に助けてくれたのがメロン部会のみなさんでした。苗の育て方や水やりのコツなどを快く教えてくれたそうです。松本さんは「土地ごとに土の質や水はけが全く違うので、教えていただいたことをどのように自分の農地で活かすのか、試行錯誤が続きました。おかげさまで今ようやく質の良いメロンが作れるようになり、楽しくなってきたところですよ」と話しました。

暑さと闘い、 美しい網目と模様を育てる

春作のメロン栽培は真冬から始まります。1月下旬に種を蒔いて苗を育て、2月中旬から3月中旬にかけてハウスに植え付けます。4月に入り花が咲き始めるとミツバチをハウス内に放ち受粉を促進。ついた実は優良なものを1つの苗につき2つだけ残し



アールスメロンの花摘み

て摘果します。開花時期から25日ほど経つと実が太り、美しい網目模様になります。

ハウス内は高温多湿になり、まるでサウナのよう。実を大きく育てる時期の湿度はなんと90%以上。汗だくになりながら作業をします。

朝は高温多湿の環境にし、昼前から徐々にハウス内に風を通して実を乾燥させます。これを連日繰り返すことにより、メロンの肌に美しく細かい網目が広



網目模様が出てきたアムスメロン

「やるなら一番綺麗なメロンを作りたいんです」と松本さん。その努力が実り、昨年、毎年メロン部会で行う反収あたりの成績が最も優秀な生産者に贈られる優績者表彰で、部会初となる単年度における3部門（アムスメロン、夏作・秋作アールスメロン）全て受賞するという栄誉に輝きました。今年の出来を聞いてみると、「気温が急に上がり夜でも暖かく、雨も多い。昨年よりも網目が入りにくい年になりそうです。とはいえ妥協はしたくないので、できる限り綺麗なメロンを仕上げようと励んでいます」と話しました。

新しい挑戦を続け、メロン産地を未来につなげる

20年かけ、高く評価される良質なメロンを作れるようになった松本さん。「農家としてはまだ若手と言われますが、これからは育成に力を入れたいです。50年続いた益田のメロンが100周年を目指して持続していくため、次の世代に技術を伝えなければいけません」と松本さんは話します。

明け方から日没後まで作業があり、ハウス内は暑く、湿度コントロールや実の状態の見極めなど繊細さも求められるのがメロン栽培。「メロンができれば大抵の作物はできる」といわれるほど難しい作物です。新規参入を促進するにはハードルを下げることも大切になってきます。松本さんは「少しでも負担が軽減できれば、若い人も挑戦しやすくなるはず。部会に参加している農家は20年前は120軒ぐらいありましたが、今は半分近くまで減りました。地域の農家が生き残っていくためには、新しい技術や機器を試し良いものをシェアしていくことも大切です」と話しました。



アプリによる自動給水システムを試験的に導入しているハウス



メロン産地を未来につなげるため新たな挑戦を続ける松本さん

があれば他の農家にも紹介したいと考えています。若い世代を育て、持続可能な農業の環境を整え、仲間と手を取り合って産地を支える。そんな志を胸に、益田のメロンを未来に繋げる取り組みをスタートさせています。

松本家での楽しみ方

アムスメロンは切ってそのまま食べるのが一番おいしいのですが、松本家ではちょっと贅沢なメロンシェイクも楽しんでいます。冷凍した果肉と牛乳をミキサーで攪拌。益田市産のアムスメロンは味が濃厚なので、砂糖や蜂蜜なしで上品な甘さに仕上がるそうです😊💡

西いわみ地区本部管内では5月29日からアムスメロンの出荷が始まりました。初出荷の様子をYouTubeで配信中です!



プチっと情報!

6月は
牛乳月間

知ってる？ 牛乳の豆知識



現在、島根県内では65戸の酪農家が、皆さんに安全・安心な牛乳を届けるため日々奮闘しています🔥地元産の牛乳や乳製品を飲んで食べることが、そんな酪農家の皆さんを応援することに繋がります🌟今月は「牛乳月間」ということで、日常生活に取り入れたいかなるような牛乳の豆知識をちょっぴり紹介いたします！

そもそも牛乳にはこんな特徴が…！



牛乳は生命維持のため不可欠な三大栄養素である「たんぱく質」「脂質」「炭水化物」に加え、日本人の食生活に不足しがちなカルシウムなどの「ミネラル」や「ビタミンA」「ビタミンB₂」などを豊富に含んでいます。最近の調査によると、こんな効果もあることがわかっています。

高血圧を予防

メタボリックシンドロームのリスク低減

健康寿命が長くなる

骨や歯、筋肉の健康を保つ

食後の血糖値の上昇が緩やかな低GI食品

牛乳にまつわる豆知識 ①

筋肉づくりにぴったり

牛乳には筋肉をつくる上で重要なアミノ酸の豊富なたんぱく質が含まれるため、筋力の維持や向上など、身体づくりのサポートに最適！筋肉をつける上で効果的なのは、運動後にできるだけ早くたんぱく質をとること。牛乳のたんぱく質は大豆のたんぱく質と比べて、体内で筋肉をつくるスピードが上がりやすく、効果もより長く続きます。運動部で活動する子どもや日常的に運動をする方には「運動後の牛乳」がぴったりなのです！



牛乳にまつわる豆知識 ②

熱中症予防の強い味方

今年の夏も猛暑が予想される中、心配なのが熱中症🌡️暑さに強い身体をつくるためには、夏到来前の5～6月に「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる運動を1日15～30分間実施してみましよう。加えて、運動直後にたんぱく質と糖質を多く含む牛乳を摂取すると、体温調節のカギとなる血液量が増加して熱中症リスクを効果的に下げることができます！



牛乳にまつわる豆知識 ③

乳和食でおいしく減塩

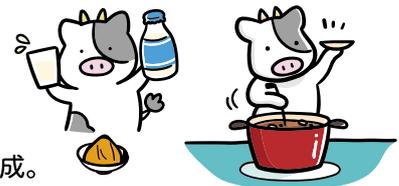
「乳和食」とは、味噌や醤油などの調味料に牛乳（成分無調整牛乳）を組み合わせることで、風味を損なわずに食塩やだしを減らしておいしく和食を食べてもらう調理法のこと。和食は米飯を主食に、主菜や副菜に魚介・野菜類を多く使い脂肪分も少ないことから健康的な食事と考えられていますが、食塩の摂取量が増えてしまう、カルシウムが不足しがちになるという側面もあります。そこを補うのが牛乳の持つ「カルシウム」と「旨味・コク」なのです！

たとえば… 「ミルクみそ」を使って減塩みそ汁

ステップ① いつも使う半分の分量の味噌を準備。

ステップ② 味噌と同量の牛乳を混ぜ合わせた「ミルクみそ」を作る。

ステップ③ 具材を煮立て、火を止めてからミルクみそを最後に入れて完成。



※一般社団法人「ミルク」ウェブサイトより



などなど、牛乳を飲む・使うことで身体に良いことがたくさんあります🌟ぜひこの機会に取り入れてみてはいかがでしょうか😊🌟

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!



今回の
訪問先

- J Aしまねやすぎ地区本部管内
- 株式会社LPCベジタリアファーム
- 農事組合法人のきの郷
- 農事組合法人福の郷下山佐
- 池田佳奈さん



巡回の様子を収めた
動画はコチラから

株 株式会社LPCベジタリアファームは、平成29年に株式会社農の郷として設立。現在はイチゴ30aとミニトマト15aを栽培し、観光農園も展開しています。同社総務課の遠藤隆宏課長とは、今後イチゴ栽培を90aまで拡大することや規模拡大に伴う体制整備、栽培品種などについて意見を交わしました。遠藤課長は「イチゴ狩りの年間来場者1万8000人を目標に取り組み、安来市の交流人口を増やしていきたい」と今後の展望を話しました。

農 農組合法人のきの郷は、平成25年に前身の営農組合を法人化し、水稲や飼料用米、大豆、イチゴ、ブドウなどを栽培。また、県立農林大学の研修生受け入れなど担い手育成にも積極的に取り組まれています。同法人の河津一行組合長は「米の仮単価が分かるのが夏頃のため、費用の見通しが立たず不安がある」と米価支払いの仕組みについて要望された他、J Aしまね経営コンサルティンク事業で明確になった課題解決に向けての取り組み、将来を見据えた人づくりなどについてお話をいただきました。

農 農組合法人福の郷下山佐は、令和3年に設立。安



きの郷のイチゴハウスで河津組合長（前列左から3番目）と石川組合長（前列左から4番目）ら



遠藤課長から栽培する「紅ほっぺ」「よつぼし」「かおり野」の特徴について説明いただきました



池田さんが栽培するイチゴとイチゴサンド

来市広瀬町下山佐地区で行われている圃場整備の完成農地で主食用・飼料用米とタマネギを栽培しています。同法人の池田義夫組合長らは、法人の成り立ちや今年のタマネギ生育状況、圃場整備事業の進捗などについて説明。池田組合長は「広域玉葱調製保管施設ができタマネギ栽培に取り組みやすくなったが、生産費の中で利用料の占める割合が大きいため緩和できないか」と要望されました。

池 田佳奈さんは、大阪からターニンし令和2年に就農。現在はハウス3棟でイチゴ「紅ほっぺ」「章姫」を栽培しています。「栽培したイチゴがお客様の口に入る最終段階まで見届けたい」という思いからカフェ「莓やkiritto」も運営。池田さんにはハウスを案内いただきながら、ターニン就農した経緯や当JA担い手支援センターでの農業研修、来年に向けてハウスを2棟増設することなどをお話いただきました。



池田さん（前列左から3番目）が経営するカフェ「莓やkiritto」の前で石川組合長（前列左から2番目）ら



福の郷下山佐のタマネギ圃場で池田組合長（前列左から4番目）と石川組合長（前列左から3番目）ら

組合長から一言



今回は、やすぎ地区本部管内の株式会社LPCベジタリアファーム（宙づり式ベッド施設によるイチゴ栽培）、2回目の訪問となった農事組合法人のきの郷（水稲を中心にブドウやイチゴなどを栽培）、農事組合法人福の郷下山佐、池田佳奈さん（イチゴ栽培と加工、カフェ「莓やkiritto」運営）を訪問した。このうち、農事組合法人福の郷下山佐について触れてみたい。池田義夫組合長によると、同法人は令和3年に設立され、圃場整備事業により約13ヘクタールを集積。現在、水稲を中心に飼料用米やタマネギを栽培されている。特にタマネギについては40アールで栽培し、定植や収穫に当JAが貸し出している機械を利用しているとのこと。また、当JAに対する要望としては、法人の経営指導をさらに強化してほしいとのことであった。

組合長より一言
河鹿鳴く
山佐の郷を
去りがたし





topics
1

島根県農協青年組織協議会が第70回通常総会を開催



あいさつをする古川会長

島根県農協青年組織協議会は4月25日、出雲市のJAしまね出雲地区本部で第70回通常総会を開きました。来賓や部員ら54人が参加し、2023年度活動報告・収支決算や2024年度基本方針・活動計画など全4議案を承認しました。

2024年度は、ポリシーブック（政策集）を活用した要請活動や各組織純増1人を目標に、JA新規採用職員研修、島根県立農林大学の講師対応による加入促進、青年組織の意見反映を目指したJA役職員との意見交換の充実などに取り組むことを確認しました。また、創立70周年を節目に、記念事業の実行委員会を設置し準備を進めていきます。

同協議会の古川敬会長は「農業や農政にとって大変厳しい時代となった。まだまだ各地の問題や課題がたくさんあると思うが、本年度も引き続き、県青協の活動に一生懸命取り組んでいく」と意気込みました。

topics
2

JAしまね女性部が第7回通常総会を開催



開会のあいさつをする高橋部長

JAしまね女性部は4月26日、出雲市のラピタウェディングパレスで第7回通常総会を開きました。2023年度活動報告や収支決算、2024年度活動計画などの全4議案を承認しました。

2024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。総会ではより一層、女性部一丸となって活動することを確認しました。

新たな取り組みとして、世代や地域を超え県内女性部同士のつながりを強化することを目的にフレッシュミズ部会との合同イベントを企画。また、子ども食堂やフードバンクなどへ寄贈する「米一握り運動」やJA役員との意見交換会を通じたJA運営参加、国消国産に関する学習も継続し取り組みます。

当JA女性部の高橋美佐子部長は「JAとともに地域に必要とされる存在になるよう私たちにできる取り組みを継続し、食と農や地域活

性化、仲間づくりの活動を進めていきましょう」と呼びかけました。

総会後は、当JA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」と題し女性組織活動を発表。また、NPO法人フードバンクしまねあったか元氣便から大木理之事務局長を講師に迎え、同法人の取り組みや県内に支援を必要とする子どもが多くいることなどを聴きました。

topics
3

「島根たまねぎ」出荷始まる！



JAしまねは5月18日、出雲市斐川町の当JA広域玉葱調製保管施設で「島根たまねぎ」の出荷を始めました。初日は「七宝早生7号」約10トンを選果。本年産は出荷量2200トン进行し、9月上旬頃まで出荷が続きます。



タマネギを選果するスタッフら

初出荷の様子を
Youtubeで配信中!



本年産は9地区本部で約50ヘクタールで栽培し、6月中旬頃から出荷ピークを迎える予定です。当JAの担当者は「資材が高騰しているため、再生産価格を意識した販売をしていきたい」と話しました。

タマネギの県産地産地化を目指す当JAは、主産地の同町に県内全域のタマネギ調製保管拠点として令和4年度に同施設を建設。当JAが品質維持・出荷調製を請け負い生産者の作業負担減や各市場へ安定的に出荷することで有利販売にもつなげていきます。



想いをひとつに **しまねの女性部!**

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。

島根おおち女性部

つながる

まもる

かかわる

の3つの具体的目標を掲げ活動します。



JAしまね島根おおち女性部は、「食」と「農」を基軸とした食農教育活動や国産産活動、地域活動に積極的に取り組んでいます。

島根おおち女性部が営農活動として取り組む「ケイトウ栽培」は

13年目を迎えました。4月に開催された2024年度ケイトウ種まき講習会では、実際に種まきを行い、細かな作業に部員らは「種まきも大分上手になった」など今年度の栽培に向けて希望に満ちた会話が弾みました。島根おおち地区本部の「ケイトウ」はお盆や彼岸に非常に需要が高く、今年度はさらなる増産を目指し、広島県を中心に、島根県内や岡山県の市場に出荷する予定です。

さらに、今年度は島根おおち青年連盟と協力し、新たに「有機的かぼちゃの栽培」に取り組みます。4月に定植5月下旬には受粉作業などを行い、収穫時には管内の保育園児を招いて収穫交流会を予定しています。

地域とつながり、部員同士、青年連盟、役職員との絆を大切に、今後もお女性部ならではの「楽しく、笑顔が輝く活動」に取り組みたいと思います。



一所懸命青年連盟

JAしまねくにびき青年連盟

地産地消に取り組み、農業を通じて、地域に貢献していきたい

ひろえ **廣江**

だいすけ **大介さん**



Instagramは
こちらから!

farm_hiroemon



JAしまねくにびき青年連盟(以下、農青連)の廣江大介さん(40)は、松江市竹矢町で「岡崎おうはん」という品種の採卵鶏400羽を飼育する養鶏農家です。母親が体調を崩したことをきっかけに「体に良いもの、おいしいものを食べさせてあげたい」という思いから平飼い養鶏に着目。広島県で1年間研修し、令和5年に就農しました。研修先で学んだ、本来廃棄される野菜くずやビールの搾りかすなどをエサとして利用し、鶏糞を栽培農家に利用してもらおう社会循環型農業を実践。黄身の色調整添加物を使っていないため、自然な色合いの「レモンイエロー」の黄身が卵の特徴です。また、鶏本来の行動をとれるような飼育環境を作ること、与えるストレスを軽減し、薬に頼らなくても済む健康な鶏に育ちます。廣江さんはSNSで積極的に情報発信を行っており、「消費者と直接会ってお話する機会が少ないので、SNSでコメントをいただくと嬉しく、今後の励みとなる」と話します。他にも市内の子ども食堂に毎月卵を提供するなど、地域貢献活動にも積極的に取り組んでいます。農青連には就農とほぼ同時に加入。農青連活動に積極的に参加し、交流の輪を広げています。廣江さんは「農青連を通じてさまざまなイベントを企画して消費者へ農畜産物をPRし、生産者とJAが一体となってこの地域を盛り上げていきたい」と今後の抱負を語りました。



令和6年産



「島根県飼料用米多収コンテスト」を開催します



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

参加資格

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

表彰区分

- 表彰区分に次の2部門を設けます。
1. みほひかりの部
 2. みほひかり以外の多収（専用）品種の部



褒章

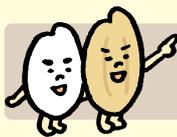
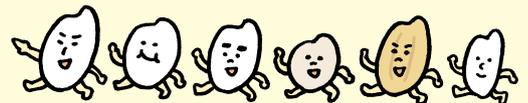
- 島根県知事賞
- 島根県農業協同組合 代表理事組合長賞
- 島根県養鶏協会会長賞

開催スケジュール

- 参加募集 令和6年8月1日～9月30日
- 収量の報告締切 令和6年12月末日
- 審査時期 令和7年1月中旬
- 表彰式 令和7年2月上旬（予定）

応募先及びお問い合わせ窓口

最寄りの地区本部
米穀担当部署へ御相談ください。



【主催】 島根県飼料用米推進協議会（事務局：JAしまね営農対策部営農企画課）
 【後援】 島根県養鶏協会 （公財）島根県畜産振興協会 JA全農くみあい飼料（株）

理事会情報（5月2日開催）

【協議事項】

- ① 令和6年度補助事業の実施と固定資産の取得について
- ② 令和6年度県域担い手サポート事業に係る活動計画について
- ③ 令和6年産島根米 生産・集荷・販売方針について
- ④ 令和5年度島根米需要拡大事業取組み実績ならびに令和6年度の取組み計画について
- ⑤ 目的積立金の取崩について
- ⑥ 令和5年度決算について
- ⑦ 令和5年度決算にかかる剰余金処分について
- ⑧ 固定資産取得計画 くにびき地区本部 東出雲支店の移転新築について
- ⑨ 情報セキュリティ基本規程の一部改正について
- ⑩ 自己改革工程表の策定について
- ⑪ 常勤理事の他の団体理事等への就任について
- ⑫ Iターン新規採用者支援要項の制定について
- ⑬ 島根県常例検査書（本店）の回答について

理事会情報（5月30日開催）

【協議事項】

- ① 令和6年度補助事業の実施について
- ② 令和5年産島根米買取価格の設定について
- ③ 自動車燃料事業会社化について
- ④ 振込手数料の改定について
- ⑤ JA住宅ローン変動金利型にかかる融資取扱手数料の導入について
- ⑥ 共済規程の一部変更について
- ⑦ 西いわみ地区本部 新営農センター構想 土地区画整備事業に伴う移転先の決定について
- ⑧ 農林中央金庫に対する後配出資の増資について
- ⑨ 令和5年度決算の承認について
- ⑩ 令和5年度決算を踏まえた財務調整の取扱いについて
- ⑪ 通常総代会にかかる「総会参考書類」および「議決権行使書」の取り扱いについて
- ⑫ 総代定数の見直しについて
- ⑬ 常勤理事の他の団体理事等への就任について
- ⑭ 令和6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
- ⑮ 役員報酬総額等の設定について

農薬使用者の皆さんへ

JAしまね管内において、農薬の誤使用が確認されております。気温の上昇とともに、農薬を使用する機会が多くなる時期になっておりますので、農薬の安全かつ適正な使用方法、使用中の事故防止、環境に配慮した農薬の使用等について、今一度確認し農薬を使用してください。

《重要》

○農薬を使用する時は必ず農薬ラベルを確認し、
適用範囲内で使用しましょう。

ラベルを確かめよう！



- ✓ 適用作物：記載以外の作物には使用できない
別名、グループ名の確認
- ✓ 使用時期：移植前、収穫〇日前まで、など
- ✓ 使用回数：本剤の回数、有効成分毎の総使用回数（種苗期使用を含む）

(適用表イメージ)

●対象作物 使用できる作物名		●適用病害虫 防除できる病害虫、雑草名		●散布濃度・量 希釈倍数と散布量	
【適用害虫と使い方】					
作物名	適用害虫名	希釈倍数	10アール当り 散布液量	使用時期	総使用回数
〇〇〇	アブラムシ類 ハダニ類	1,000倍 1,000~1,500倍	200~300ℓ	7日	3回
【使い方】 散布					
<p>⚠【効果薬害等の注意】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●水産動植物に対して影響があるので注意する。 ●〇〇〇剤との10日以内の近接散布はしない。 <p>⚠【安全使用上の注意】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●蚕、ミツバチに対して影響があるので注意する。 ●散布の際は、農薬用マスク、手袋などを着用する。 					
●使用上の注意 薬害や魚毒性など		●使用時期 使用可能な収穫前日数 (この例では 7日前まで可能)		●総使用回数 同一成分を含む剤の総使用回数。 有効成分・作物毎に総使用回数が 決まっています。注意が必要です。	

※農薬散布は、風が強い時を避け、風向きに注意し、飛散(ドリフト)を防止しましょう。

ここに
注目!

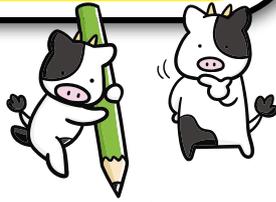
島根県では、「安全な島根の農林水産物を消費者に送り届ける」ことを目的に、美味しまねゴールド(県の定めたGAP=農業生産工程管理)の認証取得を推進しております。JAしまねも、引き続き美味しまね認証の取得を支援しております!!!

クロスワードパズル

農協全国商品券をもらっちゃおう!!

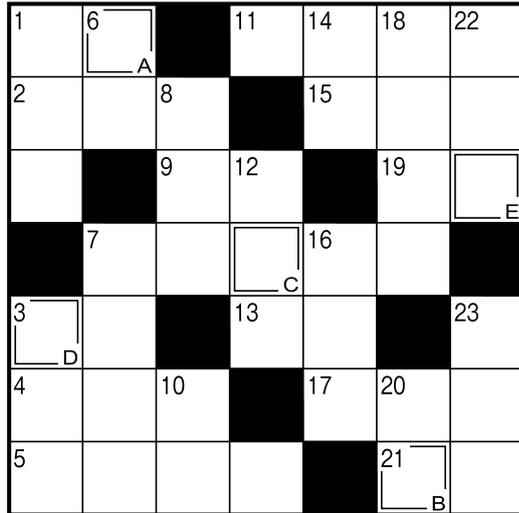
出典：(株)新聞連『JA広報通信』2024年6月号

CrossWord Puzzle



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

- ①小説を書く人をこう呼ぶことも
- ③貼り合わせて合板を作ります
- ⑥アジやイワシと並んでよく食べられる青魚
- ⑦天の川を渡って織り姫に会いに行きます
- ⑧春がスプリングなら夏は
- ⑩目で見える範囲のこと
- ⑫手首のこと。——バンド
- ⑭2024年の夏季五輪が行われる都市
- ⑯渡り——を——通って隣の校舎へ行った
- ⑰アウトターの反対語
- ⑲ウイスキーはこの中で熟成します
- ⑳病気の治療や予防に使われます
- ㉑打ち上げ——、線香——

ヨコのカギ

- ①七夕の短冊を付ける植物
- ②鳥が羽ばたかせるもの
- ③東北地方で牛のこと
- ④だしじゃことも呼ばれます
- ⑤ひ孫の子どもです
- ⑦ロンドンの——空港は英国最大の国際空港です
- ⑨ボンボンと地面で突いて遊びます
- ⑪高校球児が試合をするときに履きます
- ⑬ピザにあるものは傾いていることで有名です
- ⑮シャンプーの後で使う人もいます
- ⑰侍が腰に差していたもの
- ⑲——ふり構わずがむしやりに取り組んだ
- ㉑漢字などに付ける小さな文字

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。

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

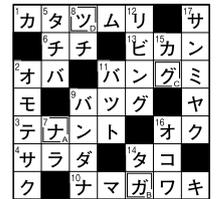
賞品の発送をもってかえさせていただきます。

宛先・締切

〒699-1395 雲南市木次町里方1088-6
JAしまね 雲南地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2024年7月16日(火) (当日消印有効)

◆先月号の答え◆

「ナガグツ」



佳作

また鳴かぬ川の音符がダンスする
せつなかる母の居ない子母の日は
介護しつ母の笑顔に疲れとぶ
田植するもんべすがたがなつかしい
空を見る小さな自分わかるから

出雲市 今岡 健様

「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」7月号定価 922円
ご購入は、お近くのJAへお問合せください。



優秀賞

奮起して負けてなるかと我八十路

隠岐の島町 上川 晃一様

前向けば運と出会いに救われる

出雲市 北村 功様

ポケットに孫の未来の夢がある

出雲市 今岡 健様

最優秀賞

気が付けば八十路を駆けている自分

津和野町 田中とよし様

川柳の広場

選句者 島根県川柳連盟会長 竹治ちかし先生

(評) 同窓会で、なつかしい友との出会いがあった。気が付けば私も八十路を過ぎていて、まったく年を取ったものだ。

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

応募方法

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

あて先

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

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



・お預かりした個人情報、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。

<共済規程の一部変更について>

下記の通り、共済規程の一部変更について令和6年5月30日理事会において議決しました。

1. 変更内容 自動車損害賠償責任共済について、自賠責保険・共済の契約引受・管理等にかかる業界共同システムの導入に伴い、キャッシュレス決済手段を通じた共済掛金の収納が可能となるため、共済規程の一部を変更する。
2. 実施時期 令和7年1月1日

※詳細はJAしまねホームページをご覧ください。 [JAしまね](#) [Q検索](#)





**自然災害
シーズン到来!**

**万全ですか?
自然災害への備えは**

令和4年においても7月の豪雨、9月の台風により島根県でも多くの被害が発生しました。

たくさんのお役立ちができました!

令和4年7月豪雨および9月台風(台風11号・14号)における共済金支払実績	
件数 818件	共済金 約2億7,370万円

令和6年4月末時点、JA共済連島根調べ

自然災害発生前に、『今一度』建物・家財の保障内容を確認しましょう!

- 自然災害(特に一部損壊)に充分備えられる**保障内容となっていますか?
- 家財・家具**も保障の対象となっていますか?
- 未保障の建物や物件**はありませんか?

ぜひ、お近くの支店・LA(ライフアドバイザー)までご相談ください!

JAしまね『いえ保障点検運動』実施中!

この資料は概要を説明したものです。詳細については「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。
[24320320079]



JAタウン



のご紹介





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

二次元コードを
スマホから読み込んで
簡単にご注文できます!



【決済方法】
クレジット・コンビニ決済等

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



株式会社 JAアグリ島根

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




Instagram
JAAGRISHIMANE



えいのう情報

2024年
6月号



JAしまね雲南地区本部営農だより



水稻編

今年はイネカメムシの被害に注意!!



昨年カメムシ類の被害が散見される中「**イネカメムシ**」の発生が島根県平野部や近県で確認されました。

今年は暖冬により害虫が越冬し、生育不良や斑点米等の被害が多発する事が考えられます。(※特にカメムシ類) 水稻の害虫は春先から夏にかけてイネ科雑草等を介して移動していきます。基幹防除の徹底、畦畔の草刈りや刈後処理等をしっかり行いましょう。

イネカメムシの特徴

- 越冬場所(林縁の落葉下など)から7月中旬頃に**直接水田に飛来**する。
- 名前の通り「**稲**」にしか飛来しない。 ● 極早生→早生→中生の順に移動して加害する。
- 夜に活動が活発になる。 ● 出穂直後の小穂軸(不稔)、籾の基部を加害(斑点米)する。
- 他の主要な斑点カメムシ類と異なり、穂揃い期以降ではなく**出穂期に防除**が重要。

対策として… 薬剤防除

防除のタイミング

走穂が出始める穂ばらみ期に1回目、穂揃い期に2回目の散布を徹底しましょう。
その後は、発生に応じて追加散布を行いましょう。

今年度は基幹防除(2回の防除)を徹底しましょう。特に平野部は斑点米の被害だけでなく「**不稔**」により収量減になる可能性もあります。

下の写真は、毎年よく見るカメムシです。種類によっては発生の時期が違いますので、必ず薬剤により防除を行ってください。



アカスジカスミカメ

- ★ 成虫の体長 / 4.6~6mm
- ★ 主な加害時期
出穂期~出穂2週間後



クモヘリカメムシ

- ★ 成虫の体長 / 15~17mm
- ★ 主な加害時期
出穂1週間後~出穂3週間後



ホシハリカメムシ

- ★ 成虫の体長 / 8.5~11mm
- ★ 主な加害時期
出穂1週間後~出穂3週間後



トゲシラホシカメムシ

- ★ 成虫の体長 / 5~7mm
- ★ 主な加害時期
出穂2週間後~収穫期

稲に発生する**病気**は毎年**注意**が必要です。

今年度の長期予報では7月後半、平年より気温が高く降水量も多い見込みとなっています。病気の発生にも注意が必要です。加えて、昨年稲こうじの発生が確認された圃場は今年度も発生する可能性が高いので、必ず防除を行いましょう。

防除については令和6年度稲作暦をご確認ください。【令和6年産稲作暦65~67P参照】

病名	防除時期	薬剤	散布量
稲こうじ病	7月上旬	モンガリット1キ口粒剤	1kg / 10a
紋枯病		モンセンレン粉剤DL	
いもち病	発生時	ブラシン粉剤DL	3~4kg / 10a



来月のあなたの運勢【牡牛座 4/20~5/20】

【全体運】予定は前倒しで進めましょう。下旬は暑気払いプランを計画。生活にめりはりをつけるとより充実。メモの習慣が◎

【健康運】口腔ケアに力を入れて健康寿命アップ【幸運の食べ物】ナス



来月のあなたの運勢【牡羊座 3/21~4/19】

【全体運】家族と過ごす時間を大切に。レジャープランは気合いを入れて。華やかなスポットにツキがあります。おしゃれも吉

【健康運】何でもおいしいとき。食事はカロリーも意識して【幸運の食べ物】トマト

昨今の異常気象による極端な気温の変化は農作物に大きなダメージを与えます。

中でも、「高温障害」は、気温が高温になることで、農作物が生育不良を起こす現象です。高温によって引き起こされる障害は作物の品質や収量に影響を及ぼすため、高温障害の発生条件を理解し、対策を元に暑い夏を乗り切りましょう。

1 高温障害の代表的な症状と発生しやすい条件

● 着果不良



条件1

気温30℃以上で発生しやすくなります。また、「平均気温」が25℃以上が連日続く場合も発生しやすくなります。

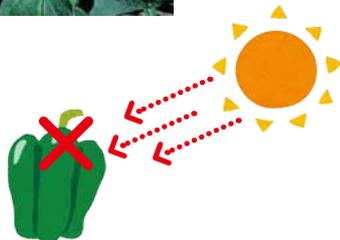


● 日焼け果



条件2

局部的に強い光が当たることでその部分のみ高温になり、障害が発生します。



● 空洞果 ● 変形果



条件3

急激な温度上昇も注意が必要です。温度が急に上昇した場合も一時的に葉が萎れやすくなり、根が水分や養分を吸収しづらくなります。



2 高温障害の対策ポイント

ポイント1 急激な温度上昇を避ける

曇りが続いた後の快晴日は急激に気温が上昇する可能性があります。天気予報を確認しながら快晴前に徐々に灌水量を増やすなど植物に必要な水分量を確保し、急激な環境変化を避けるようにしましょう。

ポイント2 高温障害のサインを見逃さない

落花や落蕾、葉が内側に巻いているのは高温によるサインです。予兆を見逃さず早めの灌水などで対応しましょう。また、灌水は日中の暑い時間帯は避け、粒子の細かい水で早朝か夕方の涼しい時間帯に行うようにしましょう。

ポイント3 高温時の作業に気を付ける

特にトマトなどは高温時にホルモン処理を行うと異常果の発生が多くなります。夏場のホルモン処理を行う場合は、気温によって適切な倍率に希釈して使用しましょう。

ポイント4 草勢を保つ

ナスやトマト、ピーマンなどの長期的に収穫を行う場合は、草勢の維持管理が重要です。作物も草勢が良いと障害も発生しにくくなります。草勢維持の為に収穫遅れや肥料不足にならないよう栽培管理を心がけましょう。

ポイント5 資材の活用

施設栽培では、遮光シート等を導入することで、施設内の急激な温度上昇を抑制することができます。露地栽培では、白黒マルチや、敷きワラなども効果的です。

えいのう情報

内容についての
お問い合わせ先 JALまね雲南地区本部
営農経済部 営農指導課

TEL.0854-42-9115

ご意見募集中! 取り上げてほしい品目等あれば、クロスワードパズル応募のご意見に記入、または上記までご連絡ください。



来月のあなたの運勢 [蟹座 6/22~7/22]
【全体運】勢いのある好調連。イニシアチブを発揮すれば、さらに充実。周りからも感謝されます。人の集まる席につき
【健康運】友人とスポーツを楽しんで、筋トレもお勧め【幸運の食べ物】イチジク



来月のあなたの運勢 [双子座 5/21~6/21]
【全体運】高め安定運。ルーティンワークの効率アップを図りましょう。余裕が生まれ、いい思い付きがありそう。旅行が吉
【健康運】足裏マッサージでリラックス。音楽鑑賞も◎【幸運の食べ物】シカクマメ



みしまやに直売所オープン

雲南市三刀屋町の直売所「みとや青空ふれあい市場」は6月1日、スーパーマーケット「みしまや雲南三刀屋店」にインショップ型の店舗をオープンしました。店内は地元の新鮮な野菜を求める来店客で賑わいました。

旧JA雲南三刀屋支店に併設している同直売所は、近年、来客数が減少傾向でした。そのような中、地産地消を推進し、産直事業に力を入れる同店から直売所に出店の打診がありました。

「みしまや」の産直コーナーは、品揃えや新鮮さで来店客から人気を集めており、立地の良さから直売所としても販路拡大が望めるため出店が実現しました。



▲野菜を紹介する生産者

オープン初日は先着100人に紅白餅をプレゼント。来店客からは「安くて新鮮な野菜が増えて嬉しい」と好評でした。

直売所の藤原陽会長は「販売場所が増えることで売上の増加や生産者の意欲向上に繋がる」と期待します。



田んぼに笑顔 小学生が田植え体験

雲南管内の各小学校は5月中旬、授業の一環で田植え体験を行いました。児童らは「ばばひき」でつけられた目印に苗を手で植える昔ながらの田植えをし、食べ物を作る大変さ、ありがたみを学びました。

【斐伊小】

斐伊小学校の5年生23人は5月20日、地元の農家やJAと連携し「コシヒカリ」の苗を植えました。同校では毎年、総合的な学習の時間の一環で児童らに農業体験を実施しています。今後はJA職員による米作りの授業を経て、9月により縄作り、10月には稲刈り、はで干しを予定しており、1年を通して米作りを学んでいきます。



【三刀屋小】

三刀屋小学校の5年生37人は5月21日、三刀屋町一宮地区の住民らでつくる「みや米くらぶ」の会員と田植えを行いました。苗は4月に児童らで種を蒔いたもち米「ミコトモチ」です。2006年から行うふるさと学習の一環で、9月により縄作り、稲刈り、脱穀を行い、12月には収穫祭を開き、餅つきをする予定です。



来月のあなたの運勢【乙女座 8/23~9/22】

【全体運】コミュニケーション運が活発化。疎遠になっていた人とも連絡が取れそう。同窓会などを企画するのもお勧めです
【健康運】体をまめに動かすのが健康への近道。ストレッチを【幸運の食べ物】オクラ



来月のあなたの運勢【獅子座 7/23~8/22】

【全体運】上昇運。うまくいかないことは原因究明から。正攻法が解決への近道です。交渉は後半が有利。準備は入念に
【健康運】小魚や牛乳、カルシウムをしっかり取って【幸運の食べ物】トウガン

ふれあいニュース



▲加工作業は6月中旬まで行いました

JAしまね雲南地区本部大東製茶加工所は5月上旬、「奥出雲大東茶」の一番茶の受け入れ作業がピークを迎えました。

収量は約9・1トンで、加工所の担当職員は「今年は霜害がなく、葉の質が良い。楽しみにしてもらいたい」と自信を見せました。雲南市内の直売所やAコープだいでとう店、通販サイト

「奥出雲うんなんいただきます」などで販売しています。



FUREAI NEWS 03

一番茶完成 「奥出雲大東茶」

FUREAI NEWS 04

命について考える 食育紙芝居読み語り



▲読み語りを行う源本部長

雲南地区本部は5月23日、雲南市立斐伊小学校の3年生31人に食育紙芝居「いのちをいただく」の読み語りを行いました。

同校では毎年、児童が読書に親しみをもち、幅広いジャンルに興味関心を深めてもらうことを目的に地域住民らの読み語りのボランティアを募集しています。

「いのちをいただく」は食肉加工センターで働く父とその子らが命を頂くことについて考える実話を基にした作品。話が始まると児童らは真剣な顔で聞き入り、涙を流す児童もいました。読み語りをした源之美本部長は「命を頂くとはどういう事か気づいてもらい、普段の食事の中で感謝し、大事に頂くことの大切さが伝わってほしい」と話しました。

FUREAI NEWS 05

「さくらんぼ。クッキング」 見て学ぶ料理教室

20代から40代のJA女性部員で組織するJAしまね雲南女性部フレッシュコミュニティ部会は5月31日、加茂町の加茂健康福祉センターかもてらすで、料理教室「さくらんぼ。クッキング」を開きました。

今年度からスタートしたこの料理教室は、子育て中の女性でも子どもを抱っこして参加できる「見て学ぶ・料理をしない」ことが特徴。マクロキッチン出雲の岡里美先生を講師に迎え、管内の20代から40代の女性を対象に、優しく自宅でも再現可能なレシピを学ぶ講座です。

初回のテーマは「さくらんぼ。栄養素や体に与える影響を学んだ他、塩麹・醤油麹の作り方やそれを活かしたビビンバ丼と野菜のポタージュの調理を学びました。参加者は「麹を使う料理は難しいというイメージがなくなった。子ども連れでも参加できるので良かった」と話しました。



▲料理をする岡先生



▲完成した料理

こちらから応募できます！

うんなん♥さくらんぼ。公式LINE



JAの

Instagramはこちら



来月のあなたの運勢【蠍座 10/24~11/22】

【全体運】困難を乗り越えて結果を出せます。諦めずに忍耐力を発揮しましょう。旅行は初めての場所にツキあり
【健康運】慌てるのはけがのもと。動作はゆっくりと【幸運の食べ物】サクランボ

来月のあなたの運勢【天秤座 9/23~10/23】

【全体運】思うようにならないことが多くいら立ちがちですが、それも次第に解消。後半は味方が現れます。友人とお茶を
【健康運】トイレは我慢しないで。水分補給はたっぷり【幸運の食べ物】ゴーヤー



あぐりキッズ スクール

みたり! 育またり! 作ったり!

第17期 キッズ生募集

同スクールは雲南地区本部が取り組む食農教育の1つで「命ある食の営み」「安全な食料や農業の大切さ」「農業・農家の役割」などについて学ぶ、体験型の講座です。学年や学校を越えた仲間、家族、地域が一緒になって取り組むことで、心豊かな子ども達の成長を願っています。

8/17土
9:30~12:30
(予定)

調理実習

●奥出雲和牛
バーガーを作ろう

●場所 かもてらす(加茂町)



奥出雲和牛とは…?

雲南市・奥出雲町・飯南町で生まれ育った牛です。第12回全国和牛能力共進会(和牛のオリンピック)で1位🏆をとったすごいお肉です。

- 対象/雲南地区本部管内(雲南市・奥出雲町・飯南町)の小学校に在籍する児童
 - 参加費/無料 ●定員/15人(1家族児童2人まで)
 - 応募開始/7月16日(火) ●応募締切/8月2日(金)
- ※先着順(定員になり次第締め切ります)

JAあぐり
キッズスクール
参加申込み
フォーム



お申込みはこちらから

※今年は通年の講座ではありません。講座ごとの参加申し込みが必要となります。

この講座は㈱キラキラ雲南主催の「わくわく教室」の協力を得ています。「わくわく教室」の詳細はこちら▶▶▶



Instagram
@ja.shimane.unnan

JAしまね雲南地区本部 ふれあい課

※撮影した写真および動画はJA広報誌、日本農業新聞、ホームページ、フェイスブック、Instagram等JA資料として使用いたします。

Green Center News
グリーンセンターだよ!

準備はお済みですか? / おすすめ本田防除農薬のご紹介

～穂ばらみ期～

ブラシントレバリダ粉剤DL

使用時期:収穫14日前まで
いもち・紋枯病、カメムシ類、ウンカ類をこの一剤で同時防除!

成分数: 4(3) 店頭価格 [3kg] **2,816円**(税込)



ブラシントレバリダ水和剤

使用時期:収穫14日前まで
いもち・紋枯病、カメムシ類、ウンカ類をこの一剤で同時防除!

成分数: 4(3) 店頭価格 [400g] **3,270円**(税込)



アミスタートレボンSE

使用時期:収穫14日前まで
★無人航空機散布に使用可
いもち・紋枯病、カメムシ類、ウンカ類に高い効果!

成分数: 2 店頭価格 [500ml] **6,631円**(税込)



～穂ぞろい期～

ノンブラストレボン粉剤DL

使用時期:収穫7日前まで
いもち病への予防・治療効果
カメムシ類、ウンカ類も同時防除!

成分数: 3 店頭価格 [3kg] **2,521円**(税込)



トライKフロアブル

使用時期:収穫14日前まで
★無人航空機散布に使用可
新規有効成分でいもち病に高い予防・治療効果
カメムシ類・ウンカ類にも高い防除効果

成分数: 2 店頭価格 [500ml] **5,241円**(税込)



ビームスタークル粉剤5DL

使用時期:収穫7日前まで
いもち病への予防効果
カメムシ類、ウンカ類も同時防除!

成分数: 2 店頭価格 [3kg] **1,998円**(税込)



来月のあなたの運勢【山羊座 12/22~1/19】

【全体運】運勢は盛り上がりを見せています。一筋縄ではいきませんが、ワクワクするような体験も、パカンスの予定を立てて

【健康運】楽しみながらできる運動が◎。体力アップの好機【幸運の食べ物】スイカ



来月のあなたの運勢【射手座 11/23~12/21】

【全体運】スローペースですが進展が見られます。後半、運勢は大きく上昇。あなたの望む方向に風向きが変化。地道に交渉を

【健康運】発酵食品にツキ。納豆やヨーグルトで元気に【幸運の食べ物】シソ

年金についてのご相談はJAで!

年金相談会のご案内

無料

●赤来支店

7月 9日(火) 15:00~19:00

- ◎お一人おひとりの相談会です。できるだけご予約下さい。
- ◎お問合せは、各支店窓口までお気軽にどうぞ。

今後の大切な年金について、JAと考えませんか?



ねんきんネットはべんり!!

- 便利 その1** 利用登録は、とってもカンタン!
基礎年金番号、氏名、生年月日、性別などを入力して申し込みます(基礎年金番号は、年金手帳や年金証書に記載されています)。
- 便利 その2** 届書をパソコンで作成・印刷できる!
日本年金機構に提出する届書の基本情報が表示されるので、各種届書の作成もできます。年金請求書の作成も可能です。
- 便利 その3** いつでも年金記録を確認できる!
自宅のパソコンやスマートフォンから、24時間いつでも最新の年金記録を確認できます。
- 便利 その4** 年金見込額の試算もできる!
「年金を受け取りながら働き続けた場合」など、年金の見込額を試算できます。

詳しくは で検索

4月の運営だより

4月12日開催

議題

- (1)雲南地区本部 経営改革の実践状況について
- (2)令和6年度事業計画について
- (3)各事業部からの報告について



質疑応答

※当日いただいたご意見・ご要望等の一部について要点をまとめて掲載しています。

Q 議題(2)産直事業における2段バーコードの導入について

A 雲南農業振興協議会と市町と協議し助成制度を設け、出荷者にとって購入しやすい価格としたいと思っています。機械の設置場所についても出荷者同士で使用できるような産直市にも置く考えです。

Q 議題(2)生産資材の注文方法について

A Webを活用した注文方法となるようだが、どのような仕組みなのか、どのような利用案内チラシからアクセスし利用者登録が必要になります。すでに試験的に園芸品目の数点を掲載しており、産直会員の皆様から周知を行っています。注文された商品は地区本部が行っている戸配送便を利用して配達します。今後、利用者ニーズも聞きながら品目を増やしていく考えです。

Q 議題(3)株ジュンテンドーとの業務提携について

A ジュンテンドーは各地域で生活資材販売の拠点となっているので、JAの農業関係資材をどのように販売するか、営業時間もグリーンセンターとは異なるためジュンテンドーの利便性を活かしながら連携していきます。4月広報誌では、ジュンテンドー会員が持ち前の「いきいきカード」とJAの「おさいふカード」を紐付けし、「ジュンテンドーで購入した商品のポイントがJAのポイントにもなる仕組みを紹介しており、相乗効果を得ながら事業の新たな展開を行っていくという状況です。4月1日から順次展開していきます。

7月の外勤日 17水 18木 19金

※支店によっては変更する場合があります。詳しくはお近くのJA窓口までお問い合わせ下さい。

●子牛市場成績表

中央“急落”の相場展開

地区名	種別	取引頭数	最高価格	最低価格	平均金額	平均体重	キロ単価	前月価格比
雲南地区本部	雌	59	724,900	314,600	458,327	288	1,590	31,903
	去	52	679,800	201,300	525,525	304	1,731	-57,799
中央市場	雄	1	902,000	902,000	902,000	266	3,391	—
	雌	133	774,400	205,700	462,455	288	1,604	19,197
	去	149	792,000	188,100	531,019	311	1,710	-46,751

令和6年5月の全国主要子牛市場平均価格は、雌484,291円(前月比95%)、去勢610,501円(前月比93%)、計555,299円(前月比94%)で、急落の取引となっています。

畜産市況



来月のあなたの運勢【魚座 2/19~3/20】

【全体運】良好運。前半は大きな追い風に恵まれます。善は急げで行動を。後半は話をよく聞き冷静に。感情的にならないで【健康運】やったことのないストレッチを試してみよう【幸運の食べ物】サニーレタス

来月のあなたの運勢【水瓶座 1/20~2/18】

【全体運】気になることは多そうですが、あまり神経質にならないように。おとなしく待っていた方が好結果に。掃除が吉【健康運】有酸素運動がお勧め。外出時は水筒を携帯して【幸運の食べ物】ショウガ



定期貯金 キャンペーン



©よりぞう

必ずもらえる

コース



Happy Birthday!



しまね和牛肉

が必ずもらえる！

500
万円コース

20,000円分(金利0.4%相当) ※1

500万円分の定期貯金を新規でご契約された方に20,000円分のしまね和牛肉セット(冷蔵)を、お届けいたします。

300
万円コース

10,000円分(金利0.33%相当) ※1

300万円分の定期貯金を新規でご契約された方に10,000円分のしまね和牛肉セット(冷蔵)を、お届けいたします。

100
万円コース

3,000円分(金利0.3%相当) ※1

100万円分の定期貯金を新規でご契約された方に3,000円分のしまね和牛肉セット(冷蔵)を、お届けいたします。

★期間1年以上の定期貯金を対象とさせていただきます。上乗せ金利の適用があるものを除きます。★ATM・IBで契約いただいたものについては除きます。★本キャンペーンは1人2,000万円を上限として特典の対象とさせていただきます。★本キャンペーンは募集額が90億円です。募集額に達した場合は、その時点で募集を終了させていただきます。※1 1年定期貯金の場合の金利換算として表記しています。

2024 7/1 月 ▶▶▶ 8/30 金



定期貯金 キャンペーン



抽選でもらえる

コース

1

10万円以上新規で定期貯金をご契約されると、抽選で合計600名様にご希望のコースの島根の特産品(3,500円相当)をプレゼント！

Aコース



メロン

200名

Bコース



西条柿

200名

Cコース



シクラメン

200名

ダブルチャンス

- ①に外れた方に、抽選で100名様に農協商品券1,000円分をプレゼント！
- ②に外れた方で、ATMまたはJAネットバンクからご契約いただいた方に、抽選で50名様に農協商品券1,000円分をプレゼント！



統合10年
記念っ！

★期間1年以上の定期貯金を対象とさせていただきます。
※上乗せ金利の適用があるものを除きます。

くわしくはJAの窓口までお問い合わせください。

年金 指定替え

キャンペーン



© よりそう

期間中に年金受取口座をJAしまねへ変更いただくと



どちらか
プレゼント



おさいふカードポイント
1,000ポイント

奥出雲和牛カレー
1セット(2箱) 1,000円相当

お受取先をJAしまねに変更するには

① 必要書類を準備

年金の受取口座をJAしまねに変更を希望されるお客さまは必要書類をJA窓口にご持参ください。

- 通帳
- 年金証書など



② JA窓口で書類の記入

国民年金・厚生年金・共済年金の変更は「**年金受給権者受取機関変更届**」にご記入いただくだけで、とても簡単です。(基金等、様式が異なるものがあります。) **現在お受取りの金融機関への連絡等は必要ございません。**



※今後予告なく、キャンペーン期間・内容を変更する場合があります。

くわしくは、お近くのJA窓口までお問い合わせください。



新型 スズキ セニアカー®

免許がいらない 移動手段

免許を返納された方もスズキセニアカーでお出かけの楽しさと、自由が広がります。



手軽に操作できます。

アクセルレバーひとつで
発進と停止ができます。

歩道を通行できます。

運転免許は不要で、道路交通法では
歩行者として扱われます。

電気で動きます。

セニアカーは電気で動きます。
走行音は静かで排気ガスを出すこともありません。

さらに安心!

正対する壁や太いポールなどの前方の障害物を障害物センサーが検知すると、運転者に警告し、車向を減速させることで、安全運転をサポートする機能です。

NEW 障害物検知サポート

Photo: ボディーカラーはブリリアントホワイトパール (YUH)

パールイエロー (ZUY) パールブルー (ZUV) メタリックレッド (ZBZ) ブリリアントホワイトパール (YUH)

ET40 連続走行距離 **31km^{*1}**

本体価格^{*2} **418,000円** 消費税 非課税

●ブリリアントホワイトパール(YUH)は15,000円高

日本製

スズキが開発・設計し、静岡県の工場生産しています。

MADE IN JAPAN

QRコード

WIRELESS NUMBER

ご自宅でセニアカーを無料で体験できます。 詳しくは販売店担当スタッフまでお問い合わせください。

一緒にいかがですか?

ステッキホルダー **ET40** **3,960円** (消費税抜き3,600円【本体価格 + 参考取付費 2,000円 + 1,600円】)

※セニアカーと同時に購入で非課税となります。
▲取り付け時に取付金具(別売)が必要です。
*安全のため傘などの収納には使用しないでください。
*写真のステッキ(杖)は撮影のための小道具です。

障害物検知サポートは、運転者の安全運転をサポートし、衝突時の被害軽減を目的としています。検知・制動性能には限界があり、また路面や天候など周囲の状況によっては作動しない場合があります。機能に頼った運転はせず、常に安全運転に努めてください。詳しくは、店頭またはHPをご確認ください。

保険にご加入できます! 万が一の時のためにスズキ独自の保険にご加入できます。

◎スズキセニアカーには、消費税がかりません。
※1 連続走行距離は、JIS T 9208:2016で定められた条件のもとでの値です。お客様の使用環境(気象、路面状況等)や運転方法(急発進、ランプ使用等)に応じて連続走行距離は異なります。
※2 本体価格には、オプション品やその取付費用・保険料は含まれておりません。本体価格は販売会社が独自に定めていますので、詳しくは各販売会社にお問い合わせください。

☘ **セニアカーは歩行者として扱われます。**

◎セニアカーは道路交通法上、歩行者として扱われます。歩行者としての交通ルールやマナーを守って安全運転を心がけてください。◎商業施設等での利用は施設管理者の指示に従ってください。

JIS JET JEO308033

サンコープ雲南はJAしまねの子会社です。
有限会社サンコープ雲南 雲南市三刀屋町三刀屋1129-5(旧JA三刀屋支店)
生活課/TEL0854-45-3336 FAX0854-45-0081

地区版

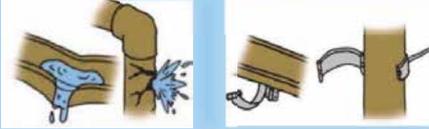


～住まいの点検しませんか～



まずは **雨どい** の点検から！

お見積り・ご相談
無料



放置していると他の所も傷んでいきます。
補修は少額のうちにしましょう！



屋根・外壁・内装の点検もしてみませんか？



・屋根がいたむと、雨漏りの原因になります。

屋根（瓦・トタンなど）お見積り相談承ります！

・外壁がいたむと、家の歪みが出てくる心配があります。

外壁・内装の水回りリフォームも承ります！

雨漏り 放っておくと家の躯体が傷みます

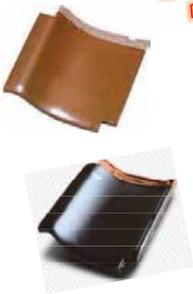
- 天井シミがある
- 雨上がりの後、部屋がカビ臭い
- 窓サッシから雨漏りがする
- 強い雨のときポタポタ音が聞こえる

このような症状がある時は**早期に解決**が必要です。
放っておくと家の柱や梁が腐り家が傷んでしまいます。
そうなる前に雨漏り診断をしてまずは原因をみつけて修理を行いましょう。

～瓦各種もご注文承ります～



是非ご相談ください！



お問い合わせ

有限会社サンコープ雲南

雲南市三刀屋町三刀屋1129-5（旧JA三刀屋支店）

☎0854-45-3336 フリーダイヤル 0120-420-078

この旅行のみどころ

一度は訪ねてみたい「富良野・美瑛の花畑」と日本最北端の地「宗谷岬」、日本最北の離島「利尻島・礼文島」をベテランバスガイドのご案内で巡る内容充実ツアーです。ご夕食・ご昼食ともに北海道の味覚をご堪能、礼文島、稚内では温泉でお寛ぎいただけます。

中四国発着の旅行情報をいち早くお届けします!!
『Nツアー中国四国』のLINE@をチェック!
LINEの「友だち追加」から「ID検索」または「二次元バーコード」で登録してください。@oux8478k

159号

島根版

全行程ベテランバスガイドがご案内 3泊と2~4名様で1部屋 出雲空港発着

10年以上ガイド経験のある

島・宗谷岬と美瑛 たっぴり周遊4日間

標高1,712m
日本百名山の名峰

晴れた日にはサハリンを望みます!!

礼文島 最北の地 スコトン岬

9月の稚内・利尻・礼文の気温

	稚内	利尻島・礼文島
最高平均気温(℃)	19.5℃	19.3℃
最低平均気温(℃)	13.8℃	12.6℃

稚内地方の9月の日照時間は5月について2番目に長く、平均気温も17度前後のため、過ごしやすい季節です。(稚内地方気象台情報)

オタマリ沼から望む利尻富士

日本最北端到達証明書プレゼント
日本最北端の地 宗谷岬

礼文島 地蔵岩と元地海岸
地蔵岩は、高さ50mの奇岩です。元地海岸では、まれにメノウの原石を拾うことができます。

ウニ・イクラと海鮮の豪華丼!!

2日目/ご昼食

利尻島では利尻富士を望みながら島を周遊します!!

各地の名物をご用意しています。



旅行代金 大人お1人様(2~4名様で1部屋ご利用)出雲空港起点

179,800円 (税込)

旅行出発日 令和6年 ※国内線旅客施設使用料が別途2,220円必要になります。

9月16日(月・祝)・23日(月・祝) ※この旅行は2名様以上でお申し込みください。

■申込金/30,000円(旅行代金に充当します。) ■最少催行人員/各出発日25名様 ■締切日/各出発日の20日前 ■添乗員/1日目新千歳空港から4日目新千歳空港まで同行し旅程管理業務を行います ■食事条件/朝食3回、昼食4回、夕食3回 ■利用航空会社/JAL ■利用バス会社/道南バス・他同等クラス

北海道の中央に位置する旭川市にあるシティホテルです。

1泊目 旭川市内 **アートホテル旭川** 弊社基準Aランクホテル

サウナ・スパ(大浴場)施設のあるホテルです。ご夕食は、旭川を一望するレストランで、地元新鮮野菜(北海道産の海の幸・山の幸)の多彩なメニューをご用意ください!!

明るくカジュアルな客室

客室イメージ 全て洋室になります(02号室は付) 外観イメージ 北海道スカイテラス ビューフェレストランイメージ

※3~4名様1部屋ご希望の場合はツインルームに補助ベッドが入りますので少し手狭になります。

コース表	→ 航空機	→ 船	→ 貸切バス	→ 入場観光	→ 下車観光	→ 車窓観光	食事										
1	出雲空港(7:50) →	→ 羽田空港	→	→ 新千歳空港	→ ラベンター観光発祥の地・秋の花咲く○富良野・ファーム富田	→ 季節の花々が咲き誇る○美瑛・四季彩の丘(○トラクターバスで花畑見学)	→ 波を打つように連なる広大な農場が美しい○美瑛・パッチワークの丘	旭川市内(17:40)	大浴場有	井 夕							
2	ホテル(7:30) =	○道の駅名寄(名寄はもち米日本一の生産地) =	音威子府 =	ラムサール条約保護区△クッチャロ湖 =	車窓からオホーツク海を望む =	日本最北の村・天然ホタテ貝水揚げ日本一の△猿払村	→ 晴れた日にはサハリンを望む○日本最北端の地宗谷岬	→ ご昼食は、ウニ・イクラと海鮮の豪華丼	稚内港(約2時間の船旅(約59km)~礼文島・香深港	→ 礼文温泉(早めの16:50着)	ご夕食は、北海道の海の幸会席料理	温泉大浴場有	朝 昼 夕				
3	ホテル(8:00) =	奇岩桃岩を望む○桃台猫台展望台 =	メノウ原石が見つかる○元地海岸と○断崖の地蔵岩 =	礼文島最北端の地○スコトン岬 =	絶壁が続く礼文島の景勝地○スカイ岬	→ ご昼食は、ホテル礼文にて料理長自慢のスーフカレー	→ 礼文島・香深港(約40分の船旅(約19km)~)	→ 礼文島(音形港) =	溶岩流で出来た荒々しい海岸公園○仙志志御崎公園	→ 利尻富士を望む○オタマリ沼 =	原生林帯に囲まれた神秘的な○姫沼 =	利尻港(鷺泊港)	約100分の船旅(約52km)~	稚内港	→ 稚内温泉(19:30)	温泉大浴場有	朝 昼 夕
4	ホテル(7:00) =	利尻富士を望む広大な○サロベツ原野 =	△羽根(天売島・焼尻島を車窓より眺望) =	日本海オロロンライン =	明治期のニシン景気を偲ばせる○旧花田家にしん番屋 =	留萌	→ ご昼食は、鯛焼きジンギスカンのご昼食 =	新千歳空港	→	羽田空港	→	出雲空港(19:50)		朝 昼 夕			

※ご集合場所・出発時間は出発10日前にお届けする最終旅のおいでのご案内いたします。
※羽田空港で乗換のため往復とも20分~80分程度、新千歳空港で各便合流および出発のため50分~70分程度お待ちいただく場合があります。予めご了承ください。
※1荒天により波が高く欠航した場合は、その段階で手配可能な行程に変更して旅行を実施いたします。予めご理解とご了承をお願いいたします。

旅行のお問い合わせ・お申込み

農協観光(Nツアー)の旅行はどなたでも参加いただけます。

TOUR (株) 農協観光Nツアーコールセンター
158号から電話番号が変更になりました。 **TEL 086-206-1333**
お申し込み・お問い合わせの際、電話の「お掛け間違い」がないよう電話番号をお確かめください。
■営業時間:平日9:30~17:30 ■土・日・祝・年末年始は休み
総合旅行業務取扱管理者/小菅 保樹・室井 薫 Email callcenter@ntour.co.jp

旅行企画・実施

※このチラシのツアーは、農協観光各支店の企画です。

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 協議会会員

TOUR 株式会社 農協観光 商品企画センター
岡山市北区磨屋町9-18 岡山県農業会館6F
総合旅行業務取扱管理者/小菅 保樹・室井 薫

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り引きに関する責任者です。このご旅行に関してご不明な点がございましたらご遠慮なく上記の取扱管理者におたずね下さい。航空機利用コースのお申込みについては、航空運賃予約のため、お申込み時に全員のお名前・年齢・性別が必要になります。

一度は訪れたい 日本最北の地と花咲く北海道

礼文島と稚内は温泉施設のあるお宿にご宿泊

北海道の海と大地の味覚をご堪能

花畑から十勝岳連峰を望みます!!

日本の北の
最果ての地

トラクター
バスで花畑を
巡ります!!

利尻島・礼文

秋の花咲く富良野



美瑛：四季彩の丘

15haの敷地に鮮やかな花々が咲く展望花畑。

イメージ

秋の花が咲き誇る
富良野・美瑛を巡ります!!

富良野：ファーム富田

ファーム富田はラベンダー観光発祥の地。ラベンダーは7月末には出荷のために切り取られますが、9月には数多くの花々が咲き誇ります。

イメージ

▲礼文島より望む利尻富士

旅のポイント

- ① 利尻島・礼文島のみならず、北海道の「オホーツク海側」、「日本海側」の広大な景観をベテランバスガイドの案内で楽しんでいただきます。
- ② 礼文島、稚内では、温泉大浴場があるホテルに宿泊します。旭川のホテルは温泉ではありませんが大浴場があります。
- ③ 礼文島、利尻島も含めて同じバスで4日間運行いたしますので、各港で大きな荷物持ち運びがなく、煩わしさがありません。
- ④ 富良野では「ファーム富田」、美瑛では「四季彩の丘」、趣の違う二つの花の名所を訪れます。

礼文島・香深港が目前の利便性の良い温泉ホテルです。

2泊目 礼文温泉 ホテル礼文

外観イメージ

全ての客室から利尻富士が望めます!!

名物タコシヤブ!!
礼文産生ウニ・毛蟹付!!

北海道の旬の恵みを活かした会席料理!!

客室イメージ
和室または洋室になります。(バス・トイレ付)

露天風呂イメージ

フェリーターミナルが目前の利便性の良いホテルです。大浴場・露天風呂とホテル客室から利尻富士の眺望をお楽しみください。

露天風呂から利尻富士が見えます!!

※ホテルランクは弊社独自基準により、上位からS・A・B・Cの4ランクに分けています。

地下1200mから湧き出す温泉でお寛ぎいただけるホテルです。

3泊目 稚内温泉 稚内グランドホテル

外観イメージ

紅ズワイガニ一杯付!!
北国の味覚ホッケ!!

最果ての海の味覚をお楽しみください!!

客室イメージ
洋室または和室になります。(バス・トイレ付)

温泉大浴場イメージ

コンパクトながら白と黒を基調にしたモダンなお部屋

南稚内地区の中心にあるホテルです。「化石海水型温泉」でお寛ぎください!!

※4名様以上の和室のお浴室がなくシャワーになります。

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。(裏面共通)

この旅行は(株)豊田観光(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面、契約書面、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します。

- (旅行代金に含まれるもの)旅行日程に明示した航空・船航・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、旅行日程に明示した観光の料金(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、手荷物物の運賃料金、送迎員付コースの添乗員の同行費用、航空機欠航補償保険。なお、これらの諸費用はお客様のご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お支払いについて)参加お申込みの際、当社所定の旅行申込書にご記入の上、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の保証として引かさせていただきます。お電話等でお申し込みの場合は、お申込み日から起算して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理したときに成立するものとします。旅行代金は、旅行開始日の前日から起算してさかのぼって21日目に当たる日までにお支払い下さい。
- 取消料(国内旅行)
旅行出発日の前日より起算して21日前まで 無
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%
- 旅行取り消しのお申し出は、お申込みされた店舗の営業日・営業時間内にお受けいたします。営業時間外にメールでご連絡をいただいた場合は、翌営業日の受付とさせていただきます。
- 旅行条件の基準 この旅行条件は令和6年4月1日現在の運賃料金を基準としています。
- 幼児料のご参加 0～4才(年少)までの幼児料のご参加は、ご遠慮いただいております。

特別な配慮が必要な方は

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「旅行取り消し条件説明書面」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ので、必ずお申し出ください。

国内旅行保険のおすすめ

お客様が国内旅行行程中、急激かつ偶発的な外來の事故でけがをした場合、多額の治療費、移送費等がかかることがあります。また、事故の場合、加害者への賠償金請求や賠償金回収が困難な場合があります。これらの移送費、また、死亡・後遺障害等を補償する国内旅行保険にお客様自身でご加入されることをお勧めします。弊社又はJA旅行センター係員にお問い合わせください。

山陰地区発の旅行情報を配信中!!



上の二次元バーコードを読み取っていただきますと、山陰地区発の旅行情報ページに入ります。



夏野菜と豚肉の黒酢あん



コメント

・食材をそれぞれ炒め、一番いい状態で準備したものを一気にからめるとワンランク上の味わいに👍
・油で揚げていないのでヘルシーな仕上がります。

アレンジ

・豚肉を鶏肉やエビに替えてもおいしくできます。
・レンコン、ブロッコリー、ズッキーニ、カボチャ、オクラ、トマトなどいろいろな野菜と組み合わせてもOK！

材料（4人分）

豚小間切れ…… 250～300g
酒……………小さじ2
塩こしょう……………少々
片栗粉……………大さじ2
新ジャガイモ……………2個
ニンジン（小）……………1本
タマネギ……………1玉
ナス……………2本
ピーマン（中）……………2個
ごま油……………大さじ2
黒酢……………大さじ4
しょうゆ……………大さじ2
オイスターソース…大さじ1
A 砂糖……………大さじ3
酒……………大さじ2
水……………大さじ2
片栗粉……………小さじ2

作り方

- ①ジャガイモは皮付きのままよく洗って、8等分に切り、水にさらす。
- ②ニンジン、ナス、ピーマンも一口大に切り、ナスは水につけてアクを取り、ザルに上げ水気を切っておく。
- ③ジャガイモとニンジン耐熱皿に入れ、ラップを軽くかけてレンジ（600w）で6分加熱し野菜に火を通す。（竹串を刺して確かめる）
- ④Aの調味料を混ぜ合わせておく。
- ⑤豚肉は酒と塩こしょうをもみ込み、片栗粉をまぶしつけて、一口大に丸める。
- ⑥温めたフライパンにごま油（大さじ1）を入れ、豚肉を並べ入れ、上下を返しながらか4～5分中火で焼く。中まで火を通し両面に焼き色が付いたら取り出しておく。
- ⑦ナスにごま油（大さじ1）をまぶしつけて、⑥のフライパンに入れて炒め、焼き色が付いたら、取り出しておく。
- ⑧切ったタマネギを⑦のフライパンに入れ炒め、途中でピーマンも加え、色よく炒めたら、取り出しておく。
- ⑨⑧のフライパンに④の調味料をよく混ぜて加え、混ぜながら2～3分煮詰め、とろみがついたら豚肉と野菜を加えて手早くからめる。

材料（4人分）

小松菜……………1束
もやし……………1袋
サラダ油（ゆでる時）……………大さじ1
A 鶏ガラスープ（顆粒）……………小さじ1
しょうゆ……………大さじ1
ごま油……………大さじ1
ニンニクすりおろし……………お好みで
白いりごま……………大さじ1

作り方

- ①小松菜は3～4cmの長さに切る。
- ②鍋にもやしとかぶるくらいの水とサラダ油を入れ、火にかける。
- ③沸騰したら、小松菜を加え、さっと湯通ししてザルに上げ、水気を切る。
- ④ボウルにAを混ぜ合わせ、③を入れてあえる。
- ⑤器に盛り、いりごまを振りかける。



小松菜ともやしの簡単ナムル



コメント

・もやしは水から茹でると沸騰した時点でゆで作業完了！暑い夏にぴったりの調理法です。
・サラダ油を加えることでシャキッと艶やかな仕上がりになります。
・あともう一品という時、簡単に出来て便利です！

アレンジ

・小松菜は、ピーマンやホウレンソウ、オクラ、ニラ、ゴーヤ、キャベツに替えてもOK！
・ツナ缶やカニカマ、ちくわなどをプラスしてたんぱく質アップ！

健康散歩

カビを撃退しよう

JA島根厚生連

雨の降る日が続く、ジメジメとした日が増える梅雨。高温多湿な日本の気候、そして高気密・高断熱化の建物にカビも大喜びです。カビは呼吸器系の症状やアレルギー症状の原因とも言われており、私たちの健康とも切り離せません。

肉眼では見えないカビの菌（孢子）は空気中のどこにでも漂っていますが、「湿度」「温度」「ホコリや汚れなどの栄養分」の条件が揃う下記のような場所を好んで繁殖し、カビという目に見える形になります。

【ぬれやすく、汚れやすいところ】

…キッチン・洗面所・浴室・洗濯槽など

調理時に飛んだ惣菜や汁、あるいは石鹸カスや人のアカなどの有機物はカビの栄養源になるため、それらがぬれた状態であればカビが繁殖します。

【風通しの悪い場所】

…クローゼット・納戸・収納BOX・家具の裏など

カビは環境が一定の状態のところよく育ちます。閉めきったところや家具の裏などは空気が動かず、環境の変化が少ないため、このような場所はカビにとって良い住みかとなります。

【湿気の多いところ】

…浴室、マットレスや敷布団などの寝具、室内の洗濯物干しなど
カビの生育には水分が必要ですが、水分は液体でなくても湿気（水蒸気）があれば良いので、蒸気が多いほどカビがよく発生します。



カビの発生を抑えるには室内の湿度を40～60％に保ち、こまめな換気や浴室などの壁・窓の水滴（結露）をふき取るなどの湿気対策をしましょう。また、必要に応じて除湿機を使ったり、カビに栄養を与えないように拭き掃除したりするのも効果的です。空気の流れを良くするために、家具を壁や床にぴったりとつけないで、隙間を作ることカビの発生を抑えることができます。

梅雨に限らず一年を通じて、定期的な掃除や換気、温度・湿気の調整を行うことで、カビの発生を防ぎ、健康的な生活環境を保つようにしましょう。

