

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



YouTube



Instagram



LINE



Facebook



10TH
ANNIVERSARY
おかげさまで続合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



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

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を中心となつた「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。

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



邑南町で栽培された
紅く色づいた「神紅」

摘粒（てきりゅう）。この時期はアルバイトを雇用して作業にあたっています。「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



来年度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ふし、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れば、全く異なる知識や技術が必要なものもあるのだそう。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、周りと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、これからもっとと交流を深めていきたいと思っています。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

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良い、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か😊💖きっと幅広い世代に喜ばれるはず💡



プチっと情報！

「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ももらいます。

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？

めぐみちゃん

※（ ）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。

JAしまねの組合員
「ふるさとめぐみ」ちゃん

**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

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

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）

カードNo: 01234567	発行日: 2024年11月1日 00:00
見本	発行店: 000000 ●●●支店
J Aしまね お買物券	発券番号: 0000000000000
1,000 円券	●本券はご利用期間中、J Aしまねの店舗、J Aしまねの指定施設、島根県内のAコープ各店でのみご利用いただけます。
ご利用期限: 2025年04月01日	●商品券等金庫証、切手等、一部ご利用いただけない商品がございます。
	●本券ご利用の場合、おつりの返金はいたしません。
	●本券は現金との引換は出来ません。
	●本券の盗難、紛失等の場合、その責任は負いかねます。
	●発行したお買物券を返却し、ポイントをお戻しする事は出来ません。
	発行印 回収印

！ 『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。

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！

令和4年 7月7日 に獲得	令和5年	令和6年 12月31日 まで	令和7年 1月1日
100p	有効	有効	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)

J Aしまねの石川寿樹組合長ら本店常勤理事は、J A自己改革の一環として、地域の担い手・大型農業法人・集落営農組織等を訪問し、今後のJ A運営に反映させるため各所で組合員の皆さまの貴重なご意見・ご要望を伺っています。



現場の声を
もっと聞きたい

組合長が行く!



巡回の様子を収めた
動画はコチラから



今回の
訪問先

- J Aしまね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。現在は水稻や大豆、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。現在は水稻



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J A、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J Aが推進するタマネギ栽培、J A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

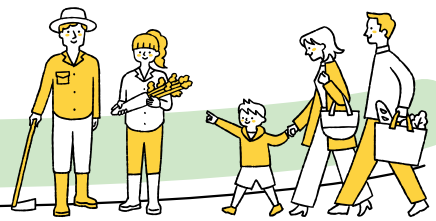


今回はくにびき地区本部管内を巡回し、2法人を訪問させていただいた。まず、農事組合法人みのりの里講武については、大豆の転作に取り組みながら規模を拡大されてきたが、平成14年、長年味噌加工に取り組まれてきた「講武味噌加工グループ」と一緒になり、農産部門と加工部門一体型の農事組合法人みのりの里講武の設立にこぎつけられた。当日は、宮廻健一組合長や古瀬篤副組合長、中島和子副組合長より、味噌加工場の床の張替えや農機の更新に関する要望をいただいた。

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、水稻9ha、野菜苗80a、施設野菜30a、露地野菜2haを経営。販売先はJ A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
つくる暮らし
つなぐ未来

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、その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
つくる暮らし
つなぐ未来



「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。



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林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発揮します。

健全経営の為の取り組み

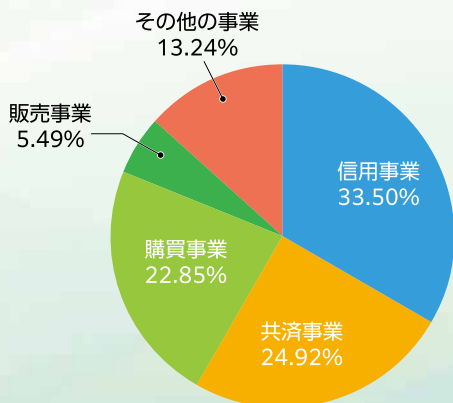
「健全な経営体質」と「透明感のある組織運営」を構築するため、財務体質の健全性向上に努め、リスク管理態勢の確立とコンプライアンスを重視した職場づくりに取り組みます。

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。

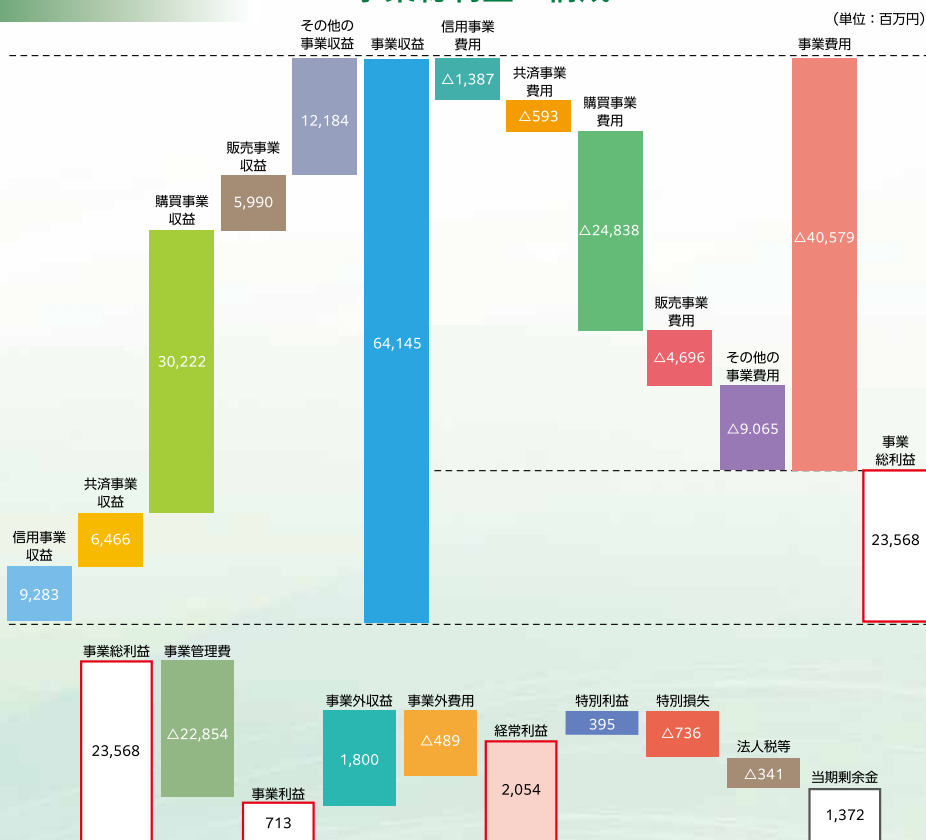
自ら策定した自己改革の取組施策を着実に実践するため、組合員の皆さまとの対話を重視し、組織を挙げて取り組みます。

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

地域密着型金融への取り組み

子育て応援宣言

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ヵ年計画

「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す」「をキーワードに活動しています。

令和5年度は、コロナウィ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ぐと高校卒業後、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。

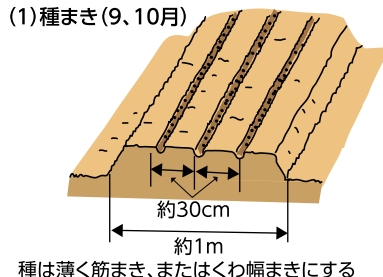
これらの植物は種類によっては、両方の働きをします。共通点は、土壌の改善と同時に、畑の生態系を多様にし、土着天敵などを活用して病害虫を抑えられることです。

緑肥

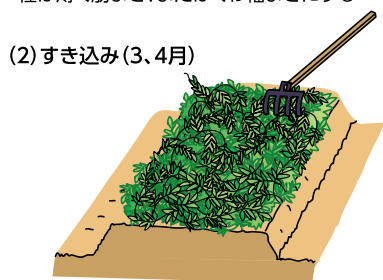
有機物が微生物に分解されて腐植が作られ、団粒構造の形成、透水性の向上で野菜の根の環境が改善され

図1 ヘアリーベッチの利用

(1) 種まき(9、10月)



(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リヤ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することができます。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	クロタリヤ	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

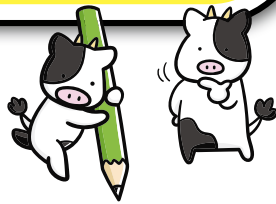
- 職制規程の一部改正について
- 経理規程の改正について
- 大口貸出について①
- 大口貸出について②
- 組合と理事との取引（契約）の承認について（都度承認分）

クロスワードパズル

農協全国商品券をもらっちゃおう!!

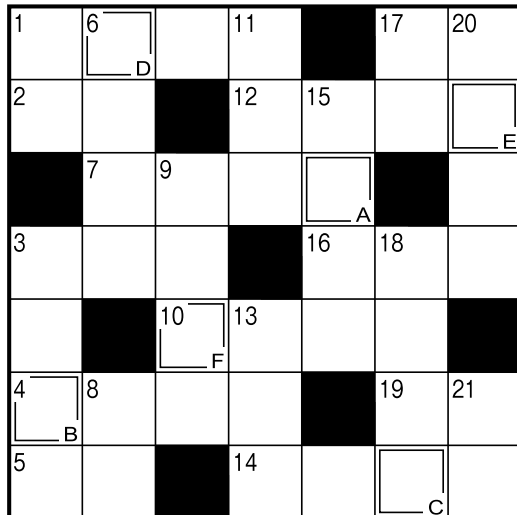
出典：(株)新聞連『JA広報通信』2024年9月号

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
---	---	---	---	---	---

タデのカギ

- 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「ジューッ」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
- ⑲勾玉（まがたま）のような形をした——ナツツ
- ⑲パンダの好きな遊びの一つ。落ちないか心配
- ⑲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
- ⑨古代人は木の棒と板をすり合わせて行いました
- ⑪命を持つもののこと
- ⑬バンガローやロッジより設備が充実しています
- ⑮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

〒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10月18日（金）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆

「ツキアカリ」

タ	カ	ラ	ク	ジ	ダ
ワ	オ	ン	ミ	フ	リ
ラ	ソ	フ	ド	ア	
ト	ウ	キ	ヨ	ウ	
カ	ン	ヤ	シ	カ	
ツ	ボ	ミ	ユ	ノ	ミ
コ	ニ	ヨ	ウ	ア	ン

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リ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。



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）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、メールのいずれかでご応募ください。
※応募作品は自作で未発表のものに限ります。
※応募作品の一切の権利は、JAしまねに帰属するものとします。
※受賞作品は地域名、氏名（または雅号）を掲載します。

あて先

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



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

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



●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。



協賛：萩・石見空港利用拡大促進協議会

3日間



11月22日^金~24日^日

169,800円

※1人部屋希望の場合、2泊で30,000円の追加代金を申し受けます。
※おひとり様申込で相部屋をご希望の場合でも、お相手が見つからない場合、上記の追加代金を申し受けます。

島いわさきホテル **ご利用**

屋久島 屋久島いわさきホ



衣港 安房

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
種子島

2泊目
屋久島

コース

B 1泊目 2泊目
コース 屋久島・種子島コース

	コース表	※ 1日中乗船・夜間乗船は 貸切/1泊 (入船乗船 下船乗船 船内乗船 船外乗船) ※ 乗船乗船	乗船
	FDAチャーター便 秋・石見空港 (12:00~13:00) → 種子島空港 (13:30~14:30) = ＝ ○ ロケットの丘 ＝ ○ 種子島宇宙センター ＝ ＝ ○ 門倉岬 = 種子島 (泊) (17:30~18:00) ★夕食はホテル内レストランにてどうぞ	☒ ☒ ☒	
2	ホテル (8:00) ○ 千歳の岩屋 ○ 雄龍雌龍の岩 = ＝ ○ 種子島開発総合センター「鉄砲館」 ＝ ＝ 西之表港 高尾港 → 安房港 = 屋久島 昼食 = ＝ ○ ヤクスギランド = ○ 紀元村 = 屋久島 (泊) (17:30) ★夕食はホテル内レストランにてどうぞ	☒ ☒ ☒ ☒	朝 昼 夕
3	ホテル (8:00) ○ 千尋の滝 = ＝ 安房港 高尾港 → 西之表港 (昼食付当分) FDAチャーター便 ＝ 種子島空港 (12:30~13:30) → 秋・石見空港 (14:00~15:00)	☒ ☒ ☒	朝 井

	コース表	●JR快線●	●航空線●	●貸切バス●	●入館時間●	●下車駅(乗換駅)●	●泊り先(宿泊先)●	●車庫泊●	●食●
	FDAチャーター線 秋・石見空港 (12:00~13:00) → 種子島空港 (13:30~14:30) = = ●雄略雄羅の宮 = ●種子島開発総合センター(鉄砲館) = = 西之表港 高尾船 → 安房港 = 屋久島(泊) (18:00) ★夕食はホテル内レストランにてどうぞ★								
1	ホテル(8:00) = ●紀元杉 = ●ヤクスギランド = = 屋久島[屋食] = 安房港 高尾船 → 西之表港 = = ●千座の岩屋 = 種子島(泊) (16:30) ★夕食はホテル内レストランにてどうぞ★								
2	ホテル(8:00) = ●門倉岬 = = ●種子島宇宙センター = ●ロケットの丘 = (昼食弁当) FDAチャーター線 = 種子島空港 (12:30~13:30) → 秋・石見空港 (14:00~15:00)								
3	●JR快線●								

※ご集合場所・出発時間は出発2週間前を目途にお届けする「旅のしおり」でご案内いたします。行程表の時間はあくまでも目安です。交通機関の都合により変更になる場合があります。※フライト時間はチャーター機のため、大抵に変更になる場合があります。

※ご集合場所・出発時間は出発2週間前を目途にお届けする「旅のしおり」でご案内いたします。行程表の時間はあくまでも目安です。交通機関の都合により変更になる場合があります。※フライト時間はチャーター機のため、大雑に算定される場合があります。

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



えいのう情報

2024年

9月号



JAしまね雲南地区本部営農だより



水稻編

令和6年産の米検査が始まりました。今年の水稲の作柄は、例年に比べ平均気温が高く、島根県が実施している水稲作況試験においても全体的に5日程度早く生育が進んでいます。検査の状況は、「乳白米」「基部未熟粒」「胴割れ粒」など高温障害に起因する玄米が多く発生しています。高温障害に負けないためにもしっかりと土づくりに取り組みましょう。

稲株を引き抜いて、根の健康状態をチェックしてみましょう!!

- 植物の根は地上部に比べ、地下の根の張りが不十分だと作物は不健全となります。反対に地下部が充実していると健全な生育となり増収や安定収量につながります。刈取り後の稲株を引き抜いてみると根の状態を確認することができます。
- 水田が老朽化してくると鉄分が流亡し次第に欠乏していきま
す。鉄分がなくなると、**根が保護されず、直接硫化水素で侵
されるため根腐れが起こって黒くなります。秋になって稲株を
抜いてもすぐに抜けてしまうのはこのためです。対策としては
「田んぼの守」等の土づくり肥料を投入することによって鉄
分を補ってやる必要があります。**

容易にスポッと抜ける場合 → ガス湧き等により根痛みが発生

容易に抜けない場合 → 根痛みが少ない状態



稲株を引き抜いてみましょう



ガス湧きによる根痛みの様子



水稻の地上部、地下部のイメージ

水田の健康状態をチェックしてみましょう!!

- 水田を15cm～20cmスコップで掘って「グライ層」が存在しているか確認しましょう。

【グライ層とは】 湿田など水はけの悪い水田では、排水不良により酸素が欠乏して土壌が還元される結果、二価鉄やマンガンなどが生成して土層が灰色ないし青色に変化する「グライ層」が存在します。グライ層では生育が著しく阻害されるため、排水対策が必要です。



水田圃場のグライ層

乾田状態での対策



有効土層13cm



有効土層17cm

乾田状態の水田圃場では有効土層を確認します。

圃場整備されているところでは15cmが基準となっています。有効土層が深いと根張りが良くなり高温対策にもつながります。圃場にもよりますが、心土までを基準として毎年1cmずつ深く耕起する1cm運動に取り組みましょう。

湿田での排水対策

暗渠排水の実施
排水溝の整備による排水対策
水田表面の溝切による表面排水



排水性の悪い圃場

土壌表面に停滞水が見られ、水が止まっている状態



来月のあなたの運勢【牡牛座 4/20～5/20】

【全体運】いつものペースを大切に。気になることを残さないようにしていきま
しょう。技術向上の学びにツキがあります

【健康運】口コミの健康法をチェック。いろいろ試して【幸運の食べ物】ギンナン



来月のあなたの運勢【牡羊座 3/21～4/19】

【全体運】対人運が活性化。新しい風が吹いてくる予感がしています。柔軟な姿
勢がチャンスを生かす鍵。短気は禁物

【健康運】消化の良い食べ物で胃腸をいたわって◎【幸運の食べ物】エノキタケ



白菜

追肥・中耕の栽培管理

追肥1回目は間引き後、1㎡あたり化成肥料約50g(1握り分)を株のまわりにばらまき、株元に軽く土寄せをします。この後、2週間おきに化成肥料1握りを2〜3回施し、除草もかねて軽く土寄せをします。

ポイント!

追肥の際、葉に肥料が付着すると肥料やけをおこすため、葉にかからないよう注意が必要です。

病虫害について

軟腐病、べと病、根こぶ病の発生に注意が必要です。中でも、軟腐病は結球間近になり、茎の地際から腐敗し、悪臭を放つようになります。

発生前の予防的な農薬散布を行いましょう。

害虫はアオムシ、アブラムシ、コナガ、ヨトウムシが発生しますので、発見したら早期防除を行いましょう。



軟腐病

ポイント!

軟腐病や根こぶ病は連作を行わない高畝にし、水はけを良くするなどである程度防ぐことができます。



大根

追肥・中耕の栽培管理

追肥は2回目と3回目の間引き後、1㎡あたり化成肥料約50g(1握り分)を株のまわりにばらまき、株元に軽く土寄せをします。

ポイント!

間引き後は、株がふらつきやすくなっていますので、土寄せは丁寧に行いましょう。

病虫害について

害虫はアブラムシ、アオムシ、ヨトウムシ、キスジノミハムシに注意をしましょう。特に、ウイルスを媒介するアブラムシの防除を徹底しましょう。



アブラムシ



アオムシ



ヨトウムシ

ポイント!

アブラムシを防ぐために、生育中は防虫ネットでの被覆やシルバーマルチでの飛来防止などが有効的です。



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】家族との会話を大切に。何げない会話が幸せを育みます。部屋の掃除は念入りに。寝具のクリーニングにツキ

【健康運】やけどや急な発熱に気を付けて。適宜休憩を【幸運の食べ物】クワイ



来月のあなたの運勢【双子座 5/21〜6/21】

【全体運】好調運です。レジャーの予定を立て遊びに行きましょう。華やかなスポットが特にお勧め。健康グッズの購入も吉

【健康運】喉の痛みは甘く見ないで。早めにケアを【幸運の食べ物】ブドウ



▲イベントブースは来場者で賑わいました



プロ野球公式戦で 奥出雲和牛をPR 「わがまち魅力発信隊」に参加

雲南市観光協会は8月24日、広島県のMAZDA Zoom Zoomスタジアム広島で開催のvs阪神戦で、雲南市やJA、市内の3つの団体・企業に呼びかけ、町の魅力を紹介するイベント「わがまち魅力発信隊」に参加しました。同協会らは観光パンフレットの配布や飲食品の販売などでPRしました。

当日は約3万1千人が来場し、石飛厚志市長らがカープとのコラボうちわを配るなどして市をアピールしました。

雲南地区本部は、奥出雲和牛の

ステーキ串の販売やパネル展示をしました。スタジアム内の大型ビジョンで同市が紹介されると、ステーキ串には長い列ができ、試合途中に1000本を完売。購入者からは「肉汁があふれ出て、和牛本来の味が楽しめる」「肉が柔らかくて口の中でとろける」と人気を得ました。

同地区本部営農企画課の小林慎一課長は「地域自慢のブランド牛を多くの方に味わってもらえて嬉しい。これからも消費を通じて畜産農家をしっかりと応援してほしい」と話しました。

雲南地域GAP推進協議会は8月23日、「美味しまね認証産品スイーツフェア」のイベントに先立ち、雲南市役所で完成したスイーツの試食会を開きました。石飛厚志市長や生産者、地元菓子店などが出席し、スイーツをアピールしました。

このフェアは、島根県の生産工程管理基準「GAP」に基づき生産する「美味しまね認証」を受けた雲南地域の農産物の販路拡大やPRを目的に昨年から行っています。今年は「シャインマスカット」や県オリジナルの品種「神紅」など

4種のブドウをはじめ、山椒や鶏卵などを使ったスイーツ21品が完成し、石飛市長がそのうち5品を試食しました。

24日、25日のイベントではグッディー木次店でスイーツや認証産品を販売しました。フェアを目的に市外からの来店もあり、開店直後から人気を集めました。

ブドウ生産者の星野和志さんは「ブドウは多くの品種がある。スイーツで気軽に食べてもらい、生とは違ったおいしさを楽しんでもほしい。雲南のブドウを知ってもらおうきっかけにしたい」と話しました。



▲スイーツを前に、記念撮影をする参加者(23日:雲南市役所)



美味しまね認証産品 スイーツフェア開催 地元菓子店とコラボ



▲スイーツを選ぶ来店客(24日:グッディー木次店)

来月のあなたの運勢【乙女座 8/23～9/22】

【全体運】運勢は穏やか。やりたいことを始めましょう。遠慮しないで積極的に発言を。迷ったときは相談すると道が開けます

【健康運】体に合わない下着は避け、良い姿勢を保って【幸運の食べ物】エリンギ

来月のあなたの運勢【獅子座 7/23～8/22】

【全体運】あれもこれもと気持ちがせきそう。動く前に状況整理を。冷静になればなんてことはありません。優先順位を見極めて

【健康運】生活が不規則にならないように早寝早起きを心がけて【幸運の食べ物】カボス

ふれあいニュース



▲奥出雲和牛のミンチでパテを作る参加者

島根県「家の光」講師の飯塚生美子さんを招き、地元の食材でハンバーガーとフライドポテト、ラッシーの3品を調理。野菜の切り方に苦戦しながらも、肉をもみ込んで形を整えるなど、順調に作業を進めました。児童は完成した料理を親子で食べ「肉だけではなく野菜もとてもおいしい」と話しました。

雲南地区本部は8月17日、加茂町の健康福祉センターかもてらすで、地域の小学生を対象とした食農教育体験講座「あぐりキッズスクール」を開きました。児童らは地元の食材を使った「奥出雲和牛バーガー」作りに挑戦し、農畜産物へ理解を深めつつ、料理を楽しみました。

ハンバーガー作りは昨年に続き、2回目。「奥出雲和牛を使ったハンバーガーが味わえる」「地元の食材がたくさん使われており、おいしさを知りきっかけになる」と特に好評だったため、昨年に続き企画しました。



「奥出雲和牛バーガー」作り あぐりキッズスクール



▲検査のため米袋から米を採取する佐伯課長

雲南地区本部は8月26日、大東町の大東農業倉庫で2024年産米の初検査を行いました。検査員は米の形質や水分、被害粒などを確認し、各等級に格付けをしました。

今年は例年以上に気温が高く、稲の生育が早いことから、昨年より5日早い初検査となりました。初日は「コシヒカリ」や「五百万石」など1000袋を検査しました。

検査は10月末までを予定しています。

同地区本部米穀課の佐伯英知課長は「高温障害による心白粒や基部未熟粒などの未熟粒が多く見られた。今後は、中晩性品種や標高の高い産地の検査が始まるので一等米が多くなることを期待している。生産者の皆様には一袋でも多く出荷いただきたい」と話しました。



米検査始まる 例年より早い開始



▲卵を受け取る来店客

同組合の橋本博組合長は、「暑さの影響で出荷に波があるが、鮮度が高く、品質管理にもこだわっている。イベントをきっかけに、多くの人に知ってもらい、さらなる販売促進につなげたい」と話しました。

木次町野菜加工品出荷組合は8月8日、Aコープきずき店で夏の感謝デーを開きました。夏野菜や盆花を豊富にそろえ、卵のプレゼントを実施し、買い物客を喜ばせました。

同組合は木次町の農家102戸で組織しています。毎年、夏と秋の年2回収穫祭を開いていますが、今年は11月開催予定の秋の収穫祭に向け、8月から10月にかけて月1回感謝デーを開き、イベントをアピールしていきます。

卵は、同町の木次ファームの協力を得て、市場で買い物をした客全員に4個プレゼントしました。



木次とれたて市場 夏の感謝デー開催



来月のあなたの運勢【蠍座 10/24~11/22】

【全体運】上昇運です。難しいと思っていたことも少しずつ進み始めます。諦めずに継続しましょう。買い物にツキ
【健康運】体力向上のチャンス!スポーツも楽しめます【幸運の食べ物】トウガン



来月のあなたの運勢【天秤座 9/23~10/23】

【全体運】バウフルに過ごせます。ただ周囲から頼りにされて大変な面も。全力でやっても手が回らないなら早めに説明を
【健康運】ストレスを感じたら積極的に気分転換を図りましょう【幸運の食べ物】ゴボウ

雲南地区本部 経営改革プランの取り組み状況について

雲南地区本部では、将来にわたり持続可能な経営基盤を確立し、既存の事業および施設などを安定的に運営するため、令和5年7月～令和7年6月までの2年間を実施期間とする経営改革プランを策定し実践しています。

令和5年度中の取り組みおよび損益実績について報告します。

1. 経営改革プランにおける7つの具体的実践状況

① 肥育事業直営からの撤退

担い手確保等による持続的な畜産経営基盤の構築を柱とした畜産振興に取り組み、肥育事業直営から撤退し、振り向けていた経営資源を畜産振興および地区本部運営に活かす取り組みです。5年度は、収支改善に向け飼養コスト削減に取り組むとともに、事業承継先を決定するため公募を行いました。

令和5年度の損益の状況 事業利益 7,924千円(R4 ▲34,910千円)
上物率の高位安定、素畜導入単価・金額の減により、大幅な収支改善

② 畜産総合センターの収支および運営改善

農家の労力軽減、生産拡大、産肉能力早期判明により所得向上に寄与するため、預かり事業・受精卵移植事業・肥育事業を実施しています。飼育環境整備・運営コスト削減・飼料コスト削減により収支改善を図り、運営を継続していきます。5年度は、預かり料金の見直し、飼養経費削減、受精卵移植事業における採卵牛の減頭、衛生環境の向上、飼育体制の見直しを行いました。

令和5年度の損益の状況 事業利益 ▲21,577千円(R4 ▲32,582千円)

③ 加工事業の収支改善と成長戦略

農産加工・畜産加工・ステーキハウス萌美野における収支改善を図り事業継続を目指します。しかしながら収支均衡が図れないと判断した場合には、運営方法の変更や閉店も含めて検討を進めることとしています。5年度は、販売価格の改定、仕入れ資材等コスト削減と販売促進に取り組みましたが、減収減益となり、損益上の改善は図られませんでした。

令和5年度の損益の状況	
農産加工	事業利益 ▲27,114千円(R4 ▲27,819千円)
畜産加工	事業利益 ▲10,032千円(R4 ▲6,357千円)
ステーキハウス萌美野	事業利益 ▲6,525千円(R4 ▲8,702千円)

④ 共同利用施設の効率的運営と利用拡大対策

野菜の共同集出荷施設の収支改善です。運営コストの低減を図る一方、利用される生産者とともに運営の現状を認識し今後のあり方、改善方策を一緒になって考え進めていきます。収支改善が見込めない場合には、機能見直し、運営方法の変更(委託・譲渡等)を検討します。5年度は、利用料金の見直しに着手し、施設利用量の拡大、運営体制の効率化に取り組みましたが、損益上の改善は図られませんでした。

令和5年度の損益の状況 事業利益 ▲23,622千円(R4 ▲22,679千円)

⑤ 生産資材供給体制の効率化・集約

資材価格高騰が続く中、組合員の皆様に安くて安定的に供給できる仕組みを作ります。大量ロット発注・倉庫の広域利用による価格低減、ネット注文運用開始や、グリーンセンターの運営方法の見直し、そしてホームセンターとの連携を検討します。5年度は、グリーンセンターを中心とした店舗購買の促進を図り、よりお買い求めやすい価格へ統一しました。また、店頭で栽培講習会を行うなど営農指導との連携を図りました。

令和5年度の損益の状況 事業利益 27,703千円(R4 38,469千円)
価格統一・手数料の減少により事業利益は減少したが、プラス運営を維持



来月のあなたの運勢【山羊座 12/22～1/19】

【全体運】運勢は荒れ模様。思い通りにならないことが多いですが明るい兆しも見えています。プレッシャーに目的に向かってまい進を
【健康運】肌ケアは念入りに。ばんそうこうを携帯して◎【幸運の食べ物】チンゲンサイ



来月のあなたの運勢【射手座 11/23～12/21】

【全体運】交友関係が活発化。一緒に頑張れる仲間が見つかりそう。セミナーや趣味の集まりへの参加も吉。落とし物には注意
【健康運】運動不足にならないよう小まめに体を動かして【幸運の食べ物】シメジ

奥出雲仁多地域の委託店舗については、業務委託先での運営継続が困難なため、新たな運営先を公募し、地域の生活インフラの役割を果たすため、移行に向けた協議を進めました。

令和5年度の損益の状況 事業利益 ▲2,677千円(R4 ▲4,937千円)

⑥ 支店機能の再構築(支店の収支均衡へ向けた取り組み)

管内の9つの支店を4ブロックに区分けし、このブロック単位で業務効率化と集約化に取り組み、全支店において収支改善を図り、渉外体制の拡充も行い職員の再配置を実施します。赤字が見込まれる支店においては、基本的な信用・共済業務を継続しつつ、一部の支店においては3名での支店運営を含め人員削減および徹底した事務集約化により黒字化を図ります。

なお、今後、更なる人口減少、事業量の縮小、雲南地区本部収支の悪化、職員の確保が困難となることが予測され、これまで通りの支店機能の維持が危ぶまれる状況が将来的には想定されますので、このような状況が迫る段階では、更なる改革として4ブロック単位での支店統廃合を含む支店機能の集約を検討することとします。

5年度は、4ブロック体制のもと、ブロック内の事業推進面・業務遂行面について、効率化と集約化を検討し、令和6年3月1日よりブロック内において基幹支店への業務移管を出来ることから実施し、収支改善を図る3支店において人員を削減しました。

支店毎の損益(事業利益)は信用・共済事業収益が減少するなか、人員削減などにより一部の支店で改善が図られました。令和7年度末には全支店において黒字化を図る計画です。

事業利益実績 (単位:千円)

ブロック	支店名	令和4年度	令和5年度	前年対比
奥出雲	☆仁多	36,771	35,166	▲1,605
	横田	13,363	13,135	▲227
雲南北	☆大東	34,273	28,639	▲5,633
	加茂	23,384	24,172	788
雲南中央	☆雲南さくら	94,049	76,162	▲17,887
	雲南吉田	▲8,202	▲1,067	7,134
	掛合	▲5,137	▲707	4,430
飯南	頓原	▲3,635	▲5,329	▲1,693
	☆赤来	8,818	▲2,890	▲11,707
支店合計		193,685	167,281	▲26,404

☆印はブロックにおける基幹支店

⑦ 業務効率化に伴う事業部署の集約

地区本部全体の部門横断的な業務および事務集約を機構改革などにより実施します。5年度は、令和6年3月1日付で機構改革を実施し、集約による人員配置効果と業務の効率化による効果が令和6年度から発揮されます。

2. その他

JALまね統合時財務調整基準額を満たしていなかった雲南地区本部は、令和5年度決算において事業利益109百万円、当期剰余金240百万円をもって期首の未達額193百万円を上回り、財務調整基準を満たしました。



議題

(1) 令和6年度第1四半期決算状況について
(2) 雲南地区本部 経営改革プランの取り組み状況について
(3) 業績還元への取り組みについて
(4) 各事業部からの報告について

内容

主に(2)について、委員から支店機能の再構築についての意見がありました。理事からはこのページと同様の内容を報告しました。

8月の運営
だより
委員会
8月7日開催



各支部 リレー紹介

No.3 今月は
木次支部☎0854
42-8201
担当：福岡うんなん
女子カJAしまね雲南女性部の活動を中心に、
|女子力| あふれる楽しい話題を
お届けします。

大東支部

～うしお料理クラブ
夏休み期間中に料理イベント開催～

雲南女性部大東支部のうしお料理クラブは、夏休み期間中に地元の小学生を対象に料理イベントを開きました。



弁当を受け取る児童

7月下旬は海潮交流センターで小学生と地元産の食材

を使った料理教室「うしおっ子サマーッキング」を開きました。地域の食材を子どもたちに知ってもらおうと毎年行っており、今回は夏野菜のサラダとポテトチップスの2品を調理しました。同クラブのメンバーが作ったハヤシライスとともに食べると「おいしい」とおかわりをする児童もいました。

8月27日は、「お母さんお助け弁当」を児童クラブへ提供しました。この弁当は子育て世代の食事面の負担を少しでも軽くしようと、昨年から夏休み期間中に2回行っています。「家の光」8月号掲載の「ツナと赤パプリカのカレーライス」などを振る舞いました。

木次支部

～私たちの活動～

木次支部では「環境に優しく」をテーマに、限りある資源を大切にするため、長年廃油石けん作りに取り組んでいます。今年も約530個作りました。それを2個ずつ袋に詰め、Aコープきすき店内「木次とれたて市場」で販売しています。

今年はその他にも料理教室やフラワーアレンジメント教室などの活動を企画しています。

私たちと一緒に活動してみませんか？興味のある方は、お気軽に雲南さくら支店までご連絡ください！



長年続けている廃油石けん作り

完成した廃油石けん。
一緒に使える
アクリルたわしも
作っています

地区版

女性部員 家の光購読者 の皆様へ

第31回 女性のつどい 並びに 家の光大会

女性組織の活性化と家の光購読者の拡大を目的に毎年実施している本大会を下記の日程で開催いたします。お誘いあわせの上、ぜひご参加ください。

- 対象 | JA女性部員、家の光年間購読者
- と き | 令和6年 11月9日(土) 10時～15時
- と ころ | 雲南市木次経済文化会館 チェリヴァホール
(雲南市木次町里方55)
- 参加費 | 700円(昼食代・諸経費込)

- 内 容 | 各ステージ発表
渡貫 淳子 氏・板東 沙耶香 氏
女性部作品展示
お楽しみ抽選会

ゲスト紹介

渡貫 淳子 氏 Watanuki Junko
調理師／第57次南極地域観測隊 調理隊員

●プロフィール | 青森県八戸市出身。調理の専門学校を卒業後、同校の日本料理技術職員に。調理隊員として2015年～17年南極で過ごす。帰国後、各誌でのレシピ紹介や講演会など活動の場を広げる。「ママさん南極調理隊員」として日本テレビ「世界一受けたい授業」にも出演し、話題となる。19年1月平凡社から『南極ではたらく かあちゃん、調理隊員になる』、23年1月家の光協会から『南極の食卓』刊行。



板東 沙耶香 氏 Bando Sayaka
ピアニスト

●プロフィール | 札幌市出身・1ターン。愛称「ばんちゃん」。東京音楽大学、同大学院修了。第24回日本クラシック音楽コンクール大学女子の部最高位など、多数のコンクールで入賞。クラシック音楽を主に、ソロや室内楽での活動に加え、ライブ配信活動を行う。2022年秋、雲南市へ移住し、大東町で「ばんちゃんピアノ教室」を主宰し、後進の指導にあたる。



- お問い合わせ・お申し込みは… JAしまね雲南地区本部
ふれあい課

Tel 0854-42-9053



令和6年度

飯南町 秋季畜産共進会結果

◎開催日:8月28日(水)

◎場所:飯南町畜産センター

●子牛の部【特選賞】

(敬称略)

順位	名号	出品者
首席	ゆりは	山田 多美子
2席	ひさいきたけ3	小林 幸江
3席	あいりす	(農)かわしり
4席	つちゆり	土江 勝美
5席	ゆり	岸野 昌士
6席	さちこ	岸野 昌士
7席	なぎさ	大塚 雄嗣
8席	みふゆ	那須 貴宏



上位5頭は島根中央家畜市場で10月25日開催の島根中央子牛共進会に飯南町代表として出場します。

◀子牛の部
特選賞首席 ゆりは号

●種牛の部【特選賞】

(敬称略)

順位	名号	出品者
首席	みらい	渡部 雅弘
2席	ひさいきたけ2	(農)かわしり
3席	らら	渡部 雅弘
4席	ふみか	山田 多美子
5席	はなはな	松原 健吾
6席	りんりん	渡部 雅弘
7席	ゆりひめ	竹田原 護
8席	なつき	大塚 寛之
9席	なるみ	三輪 洋二



上位3頭は島根中央家畜市場で10月5日開催の島根県種畜共進会に飯南町代表として出場します。

◀種牛の部
特選賞首席 みらい号

JALしまね 奥出雲仁多もち加工場 仁多もち製造 従業員の募集について(短期雇用)

職 種 もち製造加工業務

期 間 令和6年9月より令和6年12月末まで

給 与 時給 950円

手 当 通勤手当あり

勤務時間 基本 午前8時30分～午後5時00分
(休憩は 昼12時より1時間)
※場合により時差出勤、残業があります

休 日 シフト制によります

募集人員 30名程度



お問い合わせ先

JALしまね
雲南地区本部

企画総務部 総務課(求人担当)
雲南市木次町里方1088-6

TEL:0854-42-9000

営農経済部 加工課 仁多加工所
仁多郡奥出雲町三沢1947-8
(JA仁多生産センター内)

TEL:0854-54-1391

産直生産者の皆様へ

統一バーコード体系
(2段バーコード)導入のお知らせ10月1日より直売所で
2段バーコードが導入されます

★2段バーコードとは…

- これまで1段だったバーコードを2段にすることで品目コードを増やし、より詳しい売上明細を取得します。
- 加工品シールには、栄養成分値を記載できるようになります(別貼りが不要)。
- 売上情報がメール配信(事前登録制)されますので、出荷計画にも役立ちます。

例えば、野菜シールでは葉菜類に集約していた野菜がそれぞれ品目ごとに区別できるようになります！

野菜シール 見本



加工品シール 見本



- 詳しくは、雲南地区本部営農指導課 ☎0854-42-9115 までお問い合わせください

雲南さくら支店

夏のご来店感謝デー開催

雲南さくら支店は8月9日、「夏のご来店感謝デー」を開きました。店内では地元のブランド牛「奥出雲和牛」の予約販売や加工品の販売などイベントを行い、来店者を喜ばせました。

今年は地域の特産品のアピールや消費拡大に貢献しようと、全国的に評価の高い「奥出雲和牛」の予約や地元の農産物を加工した茶そば、赤飯などを最大で半額の特価で販売しました。お盆前ということもあり販売は盛況で、他にも、JAバンクアプリなど登録をサポートする窓口の設置や地元園児の塗り絵の展示など多くのイベントを行いました。

吾郷浩支店長は「肉の販売や絵の展示が目的の来店もあり、喜んでもらえた。様々な事業のPRができたので、今後も地域密着で来店したくなるような支店作りをしていきたい」と話しました。



吾郷支店長は
店頭で奥出雲和牛を
アピールしました



加工品を購入する
来店者

うんなんを食べて耕そう！

購入者限定

産直市

スタンプラリー

キャンペーン

期間 2024. 9/1日 ▶ 11/4日

応募締め切り 11/8日 消印有効

産直市の最新情報は
こちらから

「地元の美味しさを消費者の皆様へお届けしたい」と生産者の熱い想いが詰まった産直市で買い物をしてスタンプを集めて「美味しい雲南産品」をもらっちゃおう！

\産直大賞/



奥出雲和牛
すき焼き用

1名様



奥出雲
和牛カレー

20名様

雲南米3種
厳選セット
各2合(300g)

3名様



奥出雲の
山蜜セット

3名様



奥出雲プレミアムアイス
VANAGA
(8個入り)

2名様

専用の応募ハガキから
ご応募ください！



応募方法

注意事項

- ① 島根県雲南市・奥出雲町・飯南町・松江市・広島県三次市にある産直市(大東モリモリ奥出雲、Aコープかも 産直コーナー、遊学ファーム、たんびにきて家、木次とれたて市場、道の駅おろちの里、みとや青空ふれあい市場、グリーン掛合、よつてごしな菜、よこただんだん市場、Aコープよこた 産直コーナー、特産の駅おくいち、仁多特産市、玉峰山荘特産市、青空市ぶなの里、Aコープ エルシー 産直コーナー、ぼたんの郷、松江モリモリ奥出雲、iまるシェ)で買い物をされた場合、応募ハガキの裏面にスタンプを1つ押印します。
- ② 4箇所集めたらお名前・年齢・ご住所・電話番号をご記入いただき、切手を貼ってポストに投函してください。 ※応募締め切り:2024年11月8日(金)消印有効

- ① 当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。
- ② お一人様何回でもご応募可能です。
- ③ プレゼントの発送先は日本国内の住所に限りです。
- ④ 当選者が指定した発送先情報の不備等で賞品をお届け出来ない場合、主催者の判断で当選を取り消します。

主催 奥出雲産直振興推進協議会

後援 雲南農業振興協議会



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共済は、交通安全対策活動やスポーツ大会開催など、地域活性化を目指した地域貢献活動に取り組んでいます。

JAしまね総合ポイントカード 「お買物券発券機」についてのお知らせ

P5に掲載のとおり、JAしまね総合ポイントカード「おさいふカード」の「お買物券発券機」を9月24日(火)に更新いたします。

それに伴い、雲南地区本部では、設置店舗を次のとおり変更いたします。
ご不便をおかけいたしますが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

【雲南地区本部の施設(店舗)】

※現在の設置店舗(9月1日現在)

●仁多支店 ●雲南さくら支店 ●掛合支店

●仁多グリーンセンター ●中央グリーンセンター
●奥出雲営農経済センター ●飯南営農経済センター

この4店舗においては、9月23日(月)をもって設置終了といたします。

【雲南管内のAコープ】

●よこた店 ●だいとう店 ●かも店 ●きすき店
●よしだ店 ●エルシー店 ●きじま店 ●あかな店

「おさいふカード」をご利用いただける雲南地区本部管内の施設に変更はございません

●店舗でのご利用／**資材店舗** 仁多グリーンセンター・大東グリーンセンター・中央グリーンセンター・頓原グリーンセンター・奥出雲営農経済センター・飯南営農経済センター

Aコープ よこた店・だいとう店・かも店・きすき店・よしだ店・エルシー店・きじま店・あかな店

●JA事業でのご利用／信用・購読誌・購買(生産資材等)・葬祭センター・カントリーエレベーター等

●給油カードでのご利用／JASS※

※給油所でのポイントは、手続きが必要となります。店頭スタッフまたは支店窓口へお問い合わせください。※手続きには「おさいふカード」と「給油カード」をご提示ください。

年金相談会



年金についてのご相談はJAで!

年金相談会のご案内

無料

●横田支店

10月 9日(水) 10:00~15:00

●仁多支店

10月10日(木) 10:00~15:00

●頓原支店

10月24日(水) 10:00~15:00

●雲南吉田支店

10月29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?

人事動向

●依願退職(8月31日付)

▲上原聡史(本店企画管理部経理管財課) ▲廣澤剛(横田支店係長) ▲小林奈月(仁多支店)

●人事異動(9月1日付)

※新部署・役職等、(旧部署)・氏名の順に掲載、Cはセンターの略

●本店 ▲営農対策部長(雲南地区本部営農経済部次長兼LPガス課長)堀越勝幸 ▲融資部農業金融課(仁多支店)小山凌

●営農経済部 ▲営農経済部長兼LPガス課長(営農経済部長)勝部栄企 ▲営農経済部次長(営農経済部次長兼営農経済部奥出雲課長)堀尾修治 ▲営農経済部次長兼中央営農課長(営農経済部次長)藤原徹 ▲営農指導課(奥出雲ブロック)藤原愛沙 ▲(中央営農課)高木志歩

中央営農課長補佐(営農経済部中央営農課長)高橋信幸 ▲中央営農課係長(営農経済部営農指導課係長)黒川健一 ▲中央営農課(営農経済部営農指導課)大谷庸介 ▲加工課(営農経済部資材課)大谷和弥 ▲奥出雲営農経済C(営農経済部飯南営農経済C)名原治昭

飯南営農経済C(営農経済部奥出雲営農経済C)内田昌彦

●企画総務部 ▲企画管理課長補佐(企画総務部総務課長補佐)荒木伸治 ▲企画管理課(雲南統括支店金融課)筒井博司 ▲総務課係長(雲南統括支店ローンC係長)杉原史浩

●雲南統括支店 ▲金融課(加茂支店)大西達弘 ▲ローンC係長(本店融資部農業金融課)畑隆昭

●仁多支店 ▲係長(雲南さくら支店係長)石飛裕子 ▲(雲南統括支店金融課)堀直直美 ▲(横田支店)藤原直美 ▲(雲南さくら支店)小倉佳乃

●横田支店 ▲係長(雲南さくら支店)門脇由貴子 ▲(仁多支店)須田佳吾 ▲(仁多支店)橘由里

●大東支店 ▲係長(雲南吉田支店係長)堀江真次 ▲加茂支店 ▲係長(横田支店係長)内田慎一

●雲南さくら支店 ▲係長(頓原支店係長)加藤友美 ▲(大東支店)高橋麻由

●雲南吉田支店 ▲係長(雲南さくら支店)山田哲夫 ▲頓原支店 ▲係長(営農経済部加工課係長)中岡孝二

中央「堅調」の相場展開

●子牛市場成績表

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	28	667,700	267,300	463,768	288	1,610	-9,817
	去	55	690,800	128,700	510,260	305	1,674	-6,111
中央市場	雄	2	902,000	902,000	902,000	249	3,630	—
	雌	108	667,700	245,300	463,844	293	1,586	-512
	去	148	774,400	128,700	534,816	312	1,714	5,146

令和6年8月の全国主要子牛市場平均価格は、雌447,986円(前月比99%)、去勢575,822円(前月比103%)、計519,879円(前月比102%)で、堅調の取引となっています。

畜産 市況

8月



10月の外勤日 16水 17木 18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。



アンパンマンと
交通ルールを
学ぼう!

キャラバントラックは
緑・青・黄・赤
どの色に会えるかは、お楽しみ♪



それいけ!
アンパンマン
©やなせたかし/フリーベル監・TMS・NTV

日時 2024年11月30日(土) 1回目 11:00～ 2回目 14:00～
場所 くにびきメッセ 大展示場 島根県松江市学園南1丁目2番1号

参加無料
チケット制

主催: JAしまね くにびき・やすぎ・雲南・隠岐・隠岐どうぜん地区本部
問合せ: 電話 0852-67-7771 (信用共済推進支援センター 東部センター)
応募期間: 2024年9月17日(火)～10月21日(月) (応募については最寄りの支店までお問い合わせください)

☆状況により開催内容が変更または中止となる場合もございますので、あらかじめご了承ください。
その場合はJAホームページにてお知らせいたしますのでご確認ください。

※参加ご希望の方は、所定の応募用紙でお申し込みください。チケットは先着順となります。チケットがなくなり次第、応募を締め切らせていただきますので、あらかじめご了承ください。
※所定の場所以外でのカメラやビデオでの撮影はご遠慮願います。※個人によるトラブルや事故については、主催者は責任を負いかねます。※交通事情等により中止になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

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(株)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。



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)

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

JA総合展示会 & ミニアグリミーティング

2024

開催日時 **19(土) 9:00~16:00**
令和6年 10/ **20(日) 9:00~14:00**

開催場所 **JAしまね 雲南地区本部 特設会場**
(テントブース・生産資材倉庫)

JAしまね 雲南地区本部



ご来場記念品 たまご1パック (6個入)

土曜/先着350名様
日曜/先着250名様

写真はイメージです

お買上げ特典 抽選会 (10,000円以上お買上げの方)

特等 奥出雲和牛肉
1等 奥出雲カレーセット
2等 大東茶セット
3等 とんぼろ柿つきもち



農業機械展示



LPガス器具展示

衣類乾燥機「乾太くん」をはじめ
各種ビルトインコンロ、
テーブルコンロ、
給湯器等、多数展示



鶏糞販売

ケイフンを100円(税込)/1袋で販売!!

お1人様 20袋まで

ケイフンの売り出しは8時30分~行います

各日1,000袋限定! 無くなり次第終了となります。

◎肥料・農薬のご提案コーナー

*ケイフンにつきましては、
現金にてお支払いで、
お持ち帰りのみとなります。
また、予約はできません。

ミニアグリミーティング

相談 無料

営農指導員+TAC

- ①食味鑑定
- ②営農相談
- ③土壌診断



キッチンカーなど



お問い合わせ先

JAしまね 雲南地区本部 営農経済部 LPガス課 ☎699-1395 雲南市木次町里方1088-6 ☎0854-42-9131

JA全農島根農機サポート(株) 雲南営業所 ☎690-2404 雲南市三刀屋町三刀屋111-3 ☎0120-19-1739

夢への一步を
強力サポート!

JALしまねが
あなたを応援♪

JA教育ローン

選べる2つのプランをご用意しました!

プラン1 カード型

卒業時に返済スタート!
フレキシブルに対応する教育ローンです!

みらい

変動
金利

年1.85%

借入期間/1年後の応当日の属する月の15日(以降は指定年齢到来まで自動更新) 借入金額/ご契約極度額10万円以上700万円以内、10万円単位とします。保証料/就学期間:毎月、ご利用いただいた金額・期間に応じた保証料(年率0.35%、0.80%)をお支払いいただきます。分割返済期間:金額・期間に応じた保証料(年率0.35%、0.80%:分割後払い方式)をお支払いいただきます。

プラン2 証書貸付型

返済プランがたてやすい!
計画的にご利用いただける教育ローンです!

大すき!島根

固定
金利

年2.00%

変動
金利

年1.85%

借入期間/据置期間を含め6か月以上15年以内。お借換の場合は現在ご利用中の教育資金の残存期間内。借入金額/5万円以上1,000万円以内。1万円単位とし、所要資金の範囲内とします。保証料/金額・期間に応じた保証料(年率0.35%:分割後払い方式)をお支払いいただきます。

※金利は令和6年4月1日現在のものです。金利は金融情勢の変化により、見直しさせていただく場合もあります。※変動金利型のお借入れ後の利率は、基準金利の変動(年2回)によって返済額も変更になりますのであらかじめご了承ください。※カード型「みらい」については、変動金利型のみのお取り扱いとなります。

就職後もサポートします!

※店頭にて返済額の試算を承っております。

さらに

返済期間内にご融資対象のお子さまが就職後、島根県内にお住まいの場合

年0.2%引き下げ!

「申込書」をご提出いただいた以降、直近の返済日の翌日から引き下げとなります。

※お申込みに際しては、当JAが指定する保証機関において所定の審査をさせていただきます。審査の結果によっては、ご希望に沿いかねる場合もありますので、あらかじめご了承ください。

こちらも
ご利用
頂けます



JAネットローン
教育ローン



詳しくはホームページでご確認ください。https://ja-netloan.jp/

詳しくは

検索

JAしまね教育ローン

令和6年10月1日現在

出雲縁結び空港発着

出雲福岡

コース番号 NS196

大相撲九州場所 11月観戦

博多うまいもん巡り

2日間

大相撲九州場所 太宰府天満宮

九州国立博物館 柳川下り 福岡グルメ

福岡市内 外観イメージ

ホテルニューオータニ 博多に泊まる!

イメージ

(上記ホテルは、同等クラスまたは同等クラス以上に変更になる場合があります。最終的において変更いたします。)

旅行実施日 令和6年 **11月13日(水)~14日(木)**

旅行代金 大人お1人様・2名様1室利用・出雲縁結び空港起点(税込)

99,800円

※お1人部屋2名様希望の場合、お1人様10,000円増し。(但し、ご用意できない場合もあります)

※お1人室1名様希望の場合、料金は2名1室利用と同額となります。(但し、ご用意できない場合はキャンセルとなります。その場合、シングル追加代金が必要となります。)

募集人員 **限定 24名様**
(最少催行人員20名様)

申込締切日 出発日の25日前
(ただし、満席に達次第募集をさせていただきます。)

添乗員 出雲縁結び空港より同行し、旅程管理業務を行います。

利用航空会社 マリン観光バス 又は同クラス

利用/いん会社 マリン観光バス 又は同クラス
(※詳細は「お食事メニュー」を参照してください。但し、お食事へ追加費となります。)

コース表 → JR私鉄 → 航空運賃 → 貸切(1人1人乗車) → 下船観光(送迎等は入札しません) → 車庫観光 → 食事

JAL3550便

1 出雲縁結び空港(11:00) → 福岡空港(12:10) = 博多はなや総本店【**水炊きの昼食**】= **住吉神社**

博多の文化家【大相撲九州場所】に大相撲を観戦!

福岡国際センター【大相撲九州場所観戦】

= 華蓮博多店【**鹿児島黒豚のしゃぶしゃぶの夕食**】 = 福岡市内(泊)(20:10)

JAL3555便

2 ホテル(8:30) = **太宰府天満宮・大相撲九州場所観戦** = **九州国立博物館** = 柳川【**うなぎのせいろ煮しらの昼食**】 = 柳川下り = 福岡空港(17:35) → 出雲縁結び空港(18:40)

住吉神社 イメージ

※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10日前にお届けする最終版のしりとりご案内いたします。

出雲縁結び空港発着

デラックスホテルに泊まる

宮崎・指宿温泉

フロアが選べる日本のホテル・旅館100選

にラングイン 指宿白水館と シーガイアリゾート シェラトン・グランデ・オーシャンリゾートに泊まる

JAL で行く

出雲より乗換便にて南九州へ

コース番号 NS197

3日間

指宿白水館・外観

シェラトン・グランデ・オーシャンリゾート
外観

旅行出発日 令和6年

旅行代金 (大人4人1名様2名様1名様利用、
出雲縁結び空港発着(往復))

1班 11月27日 水 149,800円

2班 12月2日 日 139,800円

申込締切日

各出発日の25日前

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3回・夕食2回

添乗員 出雲縁結び空港より同行し
旅程管理業務を行います。

利用航空会社 JAL (日本航空)

利用バス会社 永峰観光バス又は同等クラス

※旅行代金(1名様)に消費税(10%)を有税とし、指宿支店へご請求下さい。

※当ツアーは2名様以上でお申し込みください。

募集人員 各班24名様 (最少乗客人員各班20名様)

1日目 宮崎市内

シェラトン・グランデ・オーシャンリゾート

ロビー

2日目 指宿温泉

指宿白水館

大浴場

コース表	JR私鉄	航空機	貨物/バス	入湯観光	下野観光(施設へは入湯しません)	車中観光	食事
1	出雲縁結び空港(8:35) → 伊丹空港 → 宮崎空港(11:50) == 青島[昼食] == 青島神社 == 城切峠 == 道の駅フェニックス == 宮崎市内(泊)(17:00) ★夕食はバイキングとなります		JAL2342便 JAL2433便				
			ホテル(8:30) == 宮崎神宮 == 関之尾滝 == 都城[昼食] == 都城島津邸 == 有村岩居展望所 == 桜島港 == 鹿児島港 == 指宿温泉(泊)(17:40)				
			ホテル(8:30) == 長崎鼻 == 知覧特攻平和会館 == 仙巖園・尚古集成館[昼食] == 鹿児島空港(16:05) == 福岡空港 == 出雲縁結び空港(18:40)				

※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・出発時間に出発10日前にお届けする最終版のしおりでご案内いたします。

(観光ホテルは、同等クラスまたは同等客クラス以上に変更になる場合があります。)

(観光バスは、同等クラスまたは同等客クラス以上に変更になる場合があります。)

コース番号NS19号

出雲縁結び空港発着 FEDA で行く 出雲⇌名古屋

秋の北陸を巡る 世界遺産 白川郷と小京都金沢・飛騨高山 3日間




高山朝市 イッパツ
旅行出発日 令和6年

1班 11月21日(木) 2班 11月25日(月)

旅行代金 大人お一人様・2名様1室利用・出雲縁結び空港起点(税込)
119,800円

※1人部屋利用ご希望の場合、1泊2日の間に(假し手配できない場合がございます。)

募集人員 各班24名様 (最少催行人員各班18名様) 申込締切日 各出発日の25日前 (ただし、遅延による欠席扱いとなります。)	申込込金 30,000円 (旅行代金に充当します。) 食事条件 朝食2回・昼食3回・夕食2回
---	---

1日目 高山市内

高山グリーンホテル
外観 グリーントラベル

2日目 富山市内

ANAクラウンプラザホテル富山
外観 イッパツ

コース表 ⇄ JR私鉄 ⇄ 航空機 = 貸切 ⇄ 入場観光 ⚡ 下車観光(施設等へは入場しません) ⇄ 車中観光・食事

班	行程	オプション
1	出雲縁結び空港(9:05) → 名古屋空港(1:00) == = ●都上八幡[昼食&街並み散策] = ●飛騨高山[街並み散策] = = 高山市内(泊)(17:00) ★2020年開業の新館「桜瀬閣」コンフォートツイン(33㎡)のお部屋をご用意!	☒
	ホテル(8:00) = ●高山朝市[見学&買い物] = ●世界遺産 ●白川郷[散策] = ●丸谷焼窯元[昼食] = ●那谷寺[拝観] = 日本三名園 ●兼六園 = = ●ひがし茶屋街[散策] = 富山市内(泊)(18:00) ☆夕食はバイキングとなります	☒
	ホテル(8:30) = 国宝 ●瑞龍寺 = ●高岡大仏 [日本三大仏の一つ] = = 高岡[昼食] = 名古屋空港(16:35) → 一 出雲縁結び空港(17:40)	☒

(上記ホテルは、両替クラスまたは同等クラス以上に変更になる場合があります。)*交通機関等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1週間前にお届けする最終案内よりご案内いたします。

出雲縁結び空港発着		FDA で行く	出雲・名古屋・静岡・出雲	コース番号NS199
静岡うまいもん巡り		富士周遊 3日間		
三島スカイウォーク イメージ 旅行実施日 令和6年 12月4日(水)～6日(金) 旅行代金 大人お1人様2名様1室利用・出雲縁結び空港起点(税込) 119,800円 募集人員 24名様(最少参加人員18名様) 申込金 30,000円 (※当ツアーは2名様以上で申込みいただけます。) 申込締切日 出発日の25日前 (銀行口座に引出します。) 食事条件 朝食2回・昼食3回・夕食2回 (ただし、雨天等の天候等により変更いたします。)				
日本平ロープウェイ イメージ 出雲縁結び空港より同行し 旅程管理業務を行います。 FDA(フジドリームエアラインズ) 名阪近鉄バスとは同等クラス ※弊社「貸切バス事業専任リスト」登録のサブライツ http://mmap.jp/pool/busle/fda/にてご確認ください。施設先までご送迎下さい。				
1日目 浜名湖がんざんじ温泉 ホテルのんびりと夜更かし 外観				
2日目 熱海温泉 熱海後楽園ホテル 外観				
(上野ホテルは、同等级クラスまたは同等クラス以上に変更になる場合があります。最終決まりにてご案内いたします。)				

コース表	JR私鉄 → 航空機 = 貨物バス(入船税) ↓ 下船税(宿泊費へは入組しません) ※車窓観光	食事
FDA112便 出雲縁結び空港(9:05) → ●名古屋空港(10:00)＝浜松市内【 しらす釜飯の昼食 】＝ 1 ●龍潭寺 → ●浜名湖遊覧船(30分遊覧コース)＝ ●はままつらパーク＝浜名湖がんざんじ温泉(泊)(17:00) ★夕食はバイキングとなります(夕食時飲み放題付きとなります)		
(徳川康政公ゆかりの史跡・久能山東照宮へ) 2 ホテル(名所)＝●日本平ロープウェイ【久能山東照宮参拝】＝ ●東海道宿場町【由比】(昼食)＝●静岡県富士山世界遺産センター＝ ●富士山本宮浅間大社＝●熱海平和通り商店街＝熱海温泉(泊)(17:30)		
(海神宮の森食) 3 ホテル(8:30)＝●三島スカイウォーク FDA185便 ●伊豆わさびミュージアム＝焼津さんぽセンター【昼食】＝ ●富士山静岡空港(13:40) → ●出雲縁結び空港(15:05)		

※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。

※集合場所・出発時間は出発10日前にお届けする最終版のご案内のとおりご案内いたします。

[illegible]

友は、FAX 又は メールでも受け付けています。
 申込書はホームページ
www.ntour.co.jp ツアー一山陰 よりダウンロード頂けます。

LINE 友達募集中!
 QRコードから登録ください @oux8478k

LINE@ x 株式会社 農協観光

アー山陰支店 FAX 0852-26-2603
 Eメール: tour.shimane@ntour.co.jp

旅行企画・実施 / 旅行のお申し込み・お問い合わせは

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

 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正会員 一般社団法人日本旅行業協会正会員

TOUR 株式会社 農協観光 山陰支店 ☎0852-26-2600

〒690-0065 松江市瀬町1-7 松プラザビル8F 総合旅行業務取扱管理者 / 中尾 吉徳・前田 隆宏

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あり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。

※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「旅行取扱い説明書面」の「3.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、必ずお申し込みください。

たどん・豆炭の ご予約注文承ります



たどん(10kg入) 2,470円(税込)

豆炭 (12kg入) 2,790円(税込)

※上記はご予約期間中のお得な価格です。

厳選した原料を使用しています。
硬い炭なので火持ちは充分です。

ご予約期間外価格:たどん 2,680円(税込)

豆炭 2,990円(税込)

●ご予約注文期間:令和6年9月2日(月)～
10月21日(月)まで



●ご注文方法:お電話 または FAX

●お支払い方法:現金 または お振込み
※口座引き落としは出来ませんのでご了承ください。



●配達予定時期:10月上旬より順次お届けいたします。
(寒冷地より先に配達いたします。)
配達日等ご希望がございましたら、注文時にお申し出ください。

有限会社サンコープ雲南

TEL : 0120-420-078 FAX : 0854-45-0081

雲南市三刀屋町三刀屋1129-5(旧JA三刀屋支店)

(有)サンコープ雲南はJAしまねの子会社です。

※価格は全て税込（10%）価格で表示しています。

畳表はすべて
**熊本県
八代産**
です!

天然たたみ表は
**JAやつしろからの
産地直送!**

抗菌畳表で
**畳替えも
できます!**

カーテン **ふすま 障子**

※訪問する畳店は、感染防止対策を行っていますのでご安心ください。

この事業は、い草産地のJAやつしろと有限会社 サンコープ雲南との協力により行っております。

	1 畳 税込 (10%) 価格	表替え 組員価格	新 畳 組員価格	畳表のい草 使用本数 /1畳当り	ここがポイント
一般的な畳表	福 K12	8,250円	13,200円	約5,000本	居間や子供部屋向きです。
	亀 K11	10,890円	15,400円	約5,100本	耐久性、見栄えにすぐれたお買得品!
	鶴 K9	12,540円	17,050円	約5,300本	縦糸は麻を使用。ぎっしりと、い草の目の つまった畳表を使用しています!
	竹 K7	14,740円	20,900円	約5,700本	一番人気商品です。お客様から 絶大なる支持を得ています。
	上級 K5	18,040円	24,860円	約6,300本	美しさ、耐久性、価格のバランスのとれたJAお勤め 商品です。最高級畳表“ひのさやが”を使用!
極上畳表	特 K4	20,240円	28,050円	約6,500本	1ランク上の畳が欲しい方に! 最高級畳表“ひのさくら”を使用!
	特上 K3	22,000円	29,700円	約6,800本	耐久性、見栄えとも最高級!こだわりの あなたへ最高級畳表“ひのさくら”を使用!
	特選 K2	26,400円	35,200円	約7,000本	床の間など客間部屋向きの逸品です。 最高級畳表“ひのさらさ”を使用!
	超特選 K1	29,700円	42,900円	約7,300本	究極の逸品!超最高級畳表 “ひのさらさ”を使用!
人工 畳表	抗 菌	20,240円	28,050円	抗菌畳表は、畳表面に接した細菌の増殖を抑制します。(抗菌SIAAマーク取得商材) すべての菌に効果があるわけではありません。使用環境により効果が異なることがあります。	

※人工畳表は、八代産のい草ではありません。

裏返し
(半畳含む)
4,400円

※4畳以下の畳替えは、2,200円プラスになります。

- 家具移動は無料（組員さんのご協力をお願いします）。
- 半畳の場合は、1畳の70%の価格になります。
- 古畳の処分は、1畳1,650円必要です。
- 切り込みがある場合は、1ヶ所あたり550円必要です。
- 2F以上は、1畳あたり330円必要となります。
- 各商品は、地域と枚数により諸経費が必要となる場合があります。

※畳表は、着色剤・防カビ
剤等を使用せず、天然商
品ですので多少色ムラ及
びお部屋の環境によりカ
ビが発生する場合があります。

色柄が
新しく
なりました

JAカーテンのオーダーカーテンは
採寸・取り付け込みの
全ておまかせ安心価格

オーダーカーテン

だからおうちの窓にサイズぴったり!

カーテン
価格表

	仕様	厚地/レース	販売価格(税込)
スタンダード生地	シンプルオーダー (1.5倍ヒダ・2ツ山) あつさりしたフリースのカジュアルな仕上がり	厚地カーテン	18,200円
		レースカーテン	24,200円
	デラックスオーダー (2.0倍ヒダ・3ツ山) たっぷりしたフリースの豪華な仕上がり	厚地カーテン	31,900円
		レースカーテン	24,200円
高級生地	ヨーロッパからの輸入生地など、ワンランク上の高級生地も ご用意しています。(価格はカーテン見本帳でご確認ください)	厚地カーテン	31,900円
		レースカーテン	31,900円

*採寸・取り付け込みの価格です。

- *価格表はカーテンの仕上がり巾~210cm×丈~240cmまでの価格です。それよりも大きなサイズは別途お見積りいたします。
- *仕上がり巾が110cm以下、仕上がり丈が~240cmまでの場合は、価格表の半額になります。
- *両開き(左右2枚セット)の価格です。片側のみでも同価格です。古いカーテンの処分は、両開き(左右2枚)で1,000円必要です。
- *納期は見積り・採寸後約2週間後となります。
- *高所のカーテン工事及びカーテンレールの取り付け工事はお受けできません。
- *抗菌レースは、表面上における細菌の増殖を抑制します。殺菌する機能はありません。
- *デザインカーテン等、特殊なカーテンはお受けできません。

カーテン見本帳は
選べる色柄約**170柄**



両開き1窓
価格です
(左右2枚セット)



共生地タッセル
2本付き
*厚地カーテンのみ



形態安定
フリース加工
標準セット
*一部除く

有限会社 サンコープ雲南
TEL 0854-45-3336 FAX 0854-45-0081



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
だしパック……………大さじ2
味噌……………大さじ3
A 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

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。

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。

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を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。

