

2023
5
May
Vol.86

SNSで旬な情報を
投稿しています



JAしまねびより

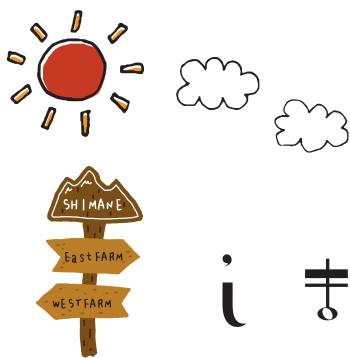
特集
JAしまね広域玉葱調製保管施設を調査



可〜つけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers

吉田 亮一さん
【隠岐地区本部】

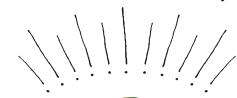
JALしまね 西いわみ地区本部版



つけた

しまねのファーマーズ

Shimane farmers



漁師をしていた当時の写真

みゆき農園

よしだ りょういち
吉田 亮一さん(76歳)

今月は隠岐地区本部。隠岐の島町でシイタケの生産に取り組む「みゆき農園」の吉田亮一さんにお話を伺いました。

70歳を過ぎてからの挑戦 漁師からシイタケ農家へ！

吉田亮一さんのシイタケ農園は、隠岐諸島の島後・隠岐の島町の中心部から約3キロ離れた岬半島にあります。長年漁師として水産業に携わってきた吉田さん。親族に事業を任せシイタケ栽培を始めたのは2018年、70歳を過ぎた頃のことでした。吉田さんは「海のものに長く関わってきたから、次は山のもので隠岐の名物を作りたいという気持ちがあった」と当時を振り返ります。

鳥取県や宮崎県といったシイタケの名産地を視察し、栽培方法を追究。「どうせやるなら一番を目指したい」と山を購入し、自らチェーンソーを持ち農地を切り拓いていきました。



農園を見回る吉田さん

丁寧な整備を続け、 シイタケがよく育つ環境を保つ

栽培品種の中心は「菌興115」。農園内に整然と並ぶ原木は全て島内で採取したもの。シイタケ栽培を始めて以降、近隣の山林の持ち主たちから「うちの木を使ってほしい」と声をかけられるように

なったそうです。「倒した木が重ならないように調整しながら伐採するのは一苦労」と吉田さん。毎年秋に切り倒し約1か月寝かせます。程良く乾燥した頃合いに約1メートルの長さに切り揃えて植



原木がずらりと並んだ農園と湿度の管理に欠かせないスプリンクラー

菌。収穫までは1年以上かかります。農園内は定期的な枝打ちや間伐によって程よい日陰ができ、心地よい風が吹き抜け、シイタケの生育に最適な環境が保たれています。原木の列の間も下草が刈られ歩きやすい状態に。吉田さんは「地域の子どもたちが見学や体験に来るので、こまめに整備しています。スリッパでも歩けますよ」と誇らしそうに語ります。

原木にシイタケの菌がしっかりと入り育つよう、湿度の管理も丁寧に行います。農園内にはホースが張り巡らされ、等間隔にスプリンクラーを設置。その日の天候や気温、ホダ木の見え目、触れた時の感覚などで判断し、適宜散水しています。

質の高い干しシイタケを生産 品評会でも高評価

「専門的な勉強はしていないので、シイタケの世話は木の様子を見ながら。ほとんど勘ですよ」と吉

田さんは笑いますが、収穫量は年々増加。昨年は約160キロを出荷し、品評会でも毎年高く評価されています。



島根県乾椎茸品評会で何度も入賞している吉田さん

春と秋の収穫期には1本の原木に30個近くのシイタケが育ちます。吉田さんと従業員だけでは作業が追いつかないため、近隣の人に応援をお願いしています。「農業などで助けが必要なときは私も手伝いに行きます。行けないときはお酒などを差し入れたり、持ちつ持たれつの手間返しですね」と話す吉田さん。農園内には乾燥機など干しシイタケに加工するための設備も。質の良いものは乾燥させると力サのスジがくつきりと出て、食材としての価値が高まります。吉田さんの干しシイタケは香りが強く食べ応えがあると評判。近年は燃料費の高騰に悩まされていますが、「シイタケを隠岐の特産品にしたい」との思いで生産を続けています。

次の世代へバトンを渡すため、若者たちに体験を

農園内では養蜂も展開。シイタケは無農薬で栽培できるため、ミツバチの健康を害することがありません。今年はシイ



ミツバチが作り出したハチミツも製品として販売しています

タケのハウス栽培も実験的にスタート。多様な挑戦を続けています。また、シイタケ栽培を若い世代に受け継いでもらうため、見学や体験を積極的に受け入れています。昨年は隠岐高校からの依頼で植菌の体験を行いました。栽培に興味をもった生徒も多く、「またやりたい！次はいつ来ていいですか？」とせがまれたそう。原木は学校に持ち帰ってもらい、設置場所や保湿など栽培方法を指導。収穫後には生徒たちが試食



実験的に取り組んでいるハウスでのシイタケ栽培

会に招待してくれました。「焼きものやフライにしてふるまってくれて、本当にうれしかったです」と吉田さんは満面の笑顔。吉田さんは生産の継承だけでなく6次化も重要視しており、「特産品として広めるためには新しい商品づくりが必要。JAと協力しアイデアを形にしていきたい」と意欲を燃やしていました。



思いを語る吉田さん

吉田さんおすすめの食べ方

プチっと情報!

生のシイタケを丸ごと焼いて醤油やバターで食べるのが吉田さんのお気に入り。ベストは炭火なのだとか…！これからの季節はバーベキューの一品にぜひ😊また、吉田さんの自宅では、広口の瓶に干しシイタケを水とともに入れて冷蔵庫に常備。その出汁を料理に使うと味がワンランクアップ🌟戻したシイタケは炒め物や煮物などに活用しています。



吉田さんが製造する干しシイタケ

調製保管施設を調査



の通り島根県で生産されたタマネギのことです。そんな「島根たまねぎ」が県内各地から地に向かいました⇒ 向かった先には「JAしまね広域玉葱調製保管施設」と書かれた新か調査しました🔍



JAしまね広域玉葱調製保管施設って？

昨年10月に出雲市斐川町に竣工したJAしまね広域玉葱調製保管施設は、収穫されたタマネギを県内各地から集め、調製保管を行っています。JAしまねとして初めてとなる、県内で生産された農産物を一つの施設で調製保管を行う“広域施設”なのです。

JAしまねでは、園芸重点推進6品目の一つであるタマネギを、主産地の斐川町を筆頭に県域で栽培を進めています。施設には、根や茎を切るタッピングマシンや1日35トンの処理ができる選果機を導入しました。また、乾燥と低温貯蔵が可能で計1,500トン収容できる保管庫も備えました。

今年は8地区本部でタマネギを合計約46ヘクタールで栽培し、2,095トンが施設に持ち込まれる予定です。



昨年10月に行われた竣工式の様子

収穫後の品質維持・出荷調製をJAしまねが請け負うことで作業負担が少なくなり、生産者の皆さんがタマネギの栽培に集中できるようになります！



本店園芸販売課でタマネギを担当する山野瑞稀さん



実際に施設を見学してみよう⇒

① タマネギの受け入れ

県内各地で収穫されたタマネギがコンテナに入れられた状態で施設に持ち込まれます。



出荷されたタマネギ



コンテナ1つに450kgのタマネギが入っているんだって！



JAしまね 広域玉葱

皆さんは「島根たまねぎ」を知っていますか？名前出雲市斐川町に集まっているという噂を聞きつけ現しい施設が…。ここでいったい何が行われているの

高温乾燥することで、タマネギの表皮の色が鮮やかになるんだとか…！

② 除湿乾燥・保管

タマネギに含まれる水分を水蒸気として取り除くため、30度まで一気に温度を上げます。その後、上部にあるファンで熱と水蒸気を取り除き、酸素を補給しながらじっくりと乾燥していきます。

すぐに出荷するものは、発芽抑制とカビの発生防止に対して有効な25度で保管し、長期貯蔵するものは0度近くまで冷やし、成長を止めた状態で保管します。

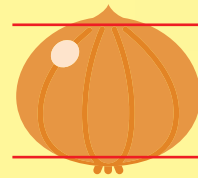
保管する環境はシステムで制御されており、常に最適な環境を保っています。



品質を維持した状態で長期保存が可能になり、タマネギを各市場へ安定的に出荷できるようになりました。これによって有利販売につながります。

③ 根茎カット作業

常温順応庫で常温に慣れさせた後、タッピングマシンで根と茎を切り落とします。処理しきれなかったものは手作業で処理します。



根と茎をカット



ここで最終チェックをして品質の良いタマネギを出荷しているんだね！

④ 調製作業

調製機に投入されたタマネギは、まず、規定のサイズに満たない小玉や状態の悪いものは取り除かれます。その後、人の目によって等級に分けられ、センサー選別機では人の目で見ることができないタマネギの内部に状態が悪いものがないか検査します。



小さすぎたり、大きすぎたりしたタマネギなどは規格外品として出荷されます！



⑤ 箱詰め

調製作業が終わると、重量選別機によって階級に分けられ、レーンを通して自動的に箱詰めされます。



⑥ 「島根たまねぎ」として県内外の市場や専門業者へ出荷



5月下旬から出荷が始まる予定の「島根たまねぎ」。スーパーなどで見かけた際にはぜひ手に取ってみてくださいね♪



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



現場の声を
お聞きしたい

組合長が行く！



今月の
訪問先

JAしまね石見銀山地区本部管内

- 吉田淳一さん ● 農事組合法人みくす
- 原田武敏さん

農事組合法人みくすは、高齢化による放棄地の増加や地域の活力が低下する現状などを好転させようとして、令和4年2月に設立。現在は、水稲や白ネギ、エゴマ、牧草を栽培し、繁殖雌牛2頭を所有

吉田淳一さんは、温泉津町井田地区で2016年に就農。現在は、繁殖雌牛16頭、子牛7頭を飼育する他、水稲やアスパラガスも栽培しています。飼料などの高騰が叫ばれる中、耕畜連携に取り組んでおられ、稲刈り後の藁はロールにして倉庫で保管し、飼料用稲と牧草も栽培しています。吉田さんは牛舎を案内しながら、子牛価格下落の影響や現在飼育している牛などについて説明。吉田さんは「去年は子牛市場に10頭出荷した。今年は2頭増の12頭を目指したい」と目標を話されました。

今回は、吉田淳一さん、農事組合法人みくす、原田武敏さんを石川寿樹組合長ら本店常勤理事が訪問し、現場の「生の声」を伺いました。

吉田淳一さんは、温泉津町井田地区で2016年に就農。現在は、繁殖雌牛16頭、子牛7頭を飼育する他、水稲やアスパラガスも栽培しています。飼料などの高騰が叫ばれる中、耕畜連携に取り組んでおられ、稲刈り後の藁はロールにして倉庫で保管し、飼料用稲と牧草も栽培しています。吉田さんは牛舎を案内しながら、子牛価格下落の影響や現在飼育している牛などについて説明。吉田さんは「去年は子牛市場に10頭出荷した。今年は2頭増の12頭を目指したい」と目標を話されました。



白ネギ栽培について説明を受ける石川組合長(右)と日高専務(左)



牛舎の前で吉田さん(前列左から3番目)と石川組合長(前列左から2番目)ら



牛舎を案内する吉田さん(左)と石川組合長(右)

「着色を良くするために、今後は作型を前進させることを考えている」と意欲的に話されました。また、息子さんが4月から県立農林大学校に進学することを受け、石川組合長は「JAには就学支援事業があるのでぜひご利用いただきたい」と話しました。

原田武敏さんは、祖父の代から続くブドウ農家で3代目。「デラウェア」「シャインマスカット」「巨峰」「神紅」を合計91.2aで栽培し、うち19.2aはJAリースハウス事業を活用されています。原田さんは、経営内容や各品種の取り組み状況、改植を予定していることなどを説明。栽培して6年目を迎える県オリジナル品種「神紅」について「着色を良くするために、今後は作型を前進させることを考えている」と意欲的に話されました。また、息子さんが4月から県立農林大学校に進学することを受け、石川組合長は「JAには就学支援事業があるのでぜひご利用いただきたい」と話しました。

しています。廣山勝秀代表理事らは、大雪で白ネギの葉折れが発生したことや圃場整備事業などについて意見を交わしました。また、同法人は石見銀山白ねぎの会にも所属しており「白ネギの生産を拡大していく中で、出荷調製が一番大変な作業。将来的には調製作業をJAでお願いしたい」と要望されました。

原田武敏さんは、祖父の代から続くブドウ農家で3代目。「デラウェア」「シャインマスカット」「巨峰」「神紅」を合計91.2aで栽培し、うち19.2aはJAリースハウス事業を活用されています。原田さんは、経営内容や各品種の取り組み状況、改植を予定していることなどを説明。栽培して6年目を迎える県オリジナル品種「神紅」について「着色を良くするために、今後は作型を前進させることを考えている」と意欲的に話されました。また、息子さんが4月から県立農林大学校に進学することを受け、石川組合長は「JAには就学支援事業があるのでぜひご利用いただきたい」と話しました。



原田ぶどう園の看板の前で石川組合長(前列左から2番目)と原田さん(前列左から3番目)



原田さん(中央)からブドウ栽培について話を聞く石川組合長(右)と竹下常務(左)



白ネギと一緒に廣山代表理事(左)と石川組合長(中列右)ら

組合長から一言



最初に吉田淳一さんを訪問。吉田さんは専業農家で、繁殖雌牛16頭、子牛7頭の他、水稲9ha(うちWCS2.3ha)、アスパラガス2.8a、牧草3haが主な経営内容。4年後の北海道全共を目指し、候補牛を育成したいとのことであった。次に訪問したのは、農事組合法人みくす。代表理事は、元JA石見銀山組合長の廣山勝秀さん。主な経営内容は、水稲4.8ha、白ネギ50a、エゴマ96a、牧草24a。現在、総面積15.2haに及ぶ土地改良事業に取り組み、新たに和牛放牧も取り入れるとのことだった。最後に訪問したのが、原田武敏さん。原田家は3代続くブドウ農家で、同地区における草分け的存在。現在、デラウェア34.9a、シャインマスカット36.5a、巨峰14.4a、神紅5.4aを経営され、JAのリースハウス事業も利用されていた。ご子息も、この4月に農林大学校に進まれたとのこと、ぜひJAの就学支援事業を活用されるよう、お勧めした。

組合長より一言
春泥に道板を敷く
牛舎かな

topics
1

島根県産「デラウェア」出荷開始！出来栄え上々

12
12月
12月号

JAしまねは4月19日、益田市の喜阿弥ぶどう集荷所で「島根ぶどう」の初出荷式を開きました。主力品種「デラウェア」から始まり、大粒系など12月まで出荷します。当日は益田市の生産者1名が持ち込んだ「デラウェア」134ケース（217.4キロ）を関係者らが見守る中、山陰や関西などの市場へ送り出しました。

県産「デラウェア」は、ハウス加温で国内トップクラスの早出し産地。2023年産「デラウェア」は前年比14%増の1,000トンを出荷、同13%増の14億600万円の販売を計画し、6月上旬をピークに8月中旬まで出荷します。1月の雪被害が心配されましたが影響なく順調に生育し、甘さや粒張りの良い高品質な「デラウェア」に仕上がりました。

今年は、5月下旬から6月末を「島根ぶどう」重点販売期間に定め、コロナ禍で中止していた試食宣伝販売を中心とした対面販売を全国130店舗で展開。また、6月には福岡県でトップセールスも行い、安定的な売り場確保と消費者の購買意欲向上につなげます。

同JA西いわみぶどう部会の岩本和雄部会長は「今年も生産者の努力で、甘みが強く酸切れの程よい粒張りの良いものに仕上がった。ぜひ食べていただきたい」とPRしました。

同JAの山根盛治副組合長は「『島根ぶどう』の有利販売ならびに計画必達に向け、精一杯努力していく」と意気込みました。



「デラウェア」の品質を確認する検査員ら

topics
2

君ヶ濱親方（元隠岐の海関）がJAしまねを訪問！

大相撲で活躍した元隠岐の海関の君ヶ濱親方が4月3日、松江市のJAビルを訪れ、JAしまねの石川寿樹組合長と懇談しました。この日は、今年9月30日に開かれる「隠岐の海引退君ヶ濱襲名披露大相撲」で断髪式を行うことや現在は親方として後進の指導にあたっていることなどについて意見を交わしました。

隠岐の島町出身の君ヶ濱親方は、八角部屋の門を叩き2005年の1月場所に初土俵を踏みました。2015年春場所には関脇に昇進し、島根県出身の新関脇が121年ぶりに誕生するなど地元で活気を与えてきました。



JAしまねとJA島根中央会はこれまでに、君ヶ濱親方が所属する八角部屋に県産の農畜産物を寄贈するなど交流がありました。石川組合長は「島根県の大勢の人が応援している。親方としての活躍も期待したい」と激励しました。君ヶ濱親方は「『隠岐の海引退君ヶ濱襲名披露大相撲』は隠岐古典相撲形式で行うので、隠岐や島根の方にぜひ来ていただきたい」と来場を呼びかけました。

～お知らせ～

「隠岐の海引退君ヶ濱襲名披露大相撲」について
隠岐古典相撲形式で「隠岐の海」最後の取組や断髪式を行います。チケットの一般販売は5月より始まる予定です。

【日時】令和5年9月30日（土）
【開場】10:30～ 開演11:30～
【場所】両国国技館

◆お問い合わせ先◆
隠岐の海引退相撲事務局
FAX：03-6659-2942
メール：okinoumi.danpatsu@gmail.com

topics
3

島根県農協青年組織協議会通常総会を開催

11
15

島根県農協青年組織協議会は4月20日、出雲市のJAしまね出雲地区本部で第69回通常総会を開きました。来賓や部員ら51人が参加し、2022年度活動報告・収支決算や2023年度基本方針・活動計画など全5議案を承認しました。

2023年度は①ポリシーブック（政策集）を活用した要請活動や意見交換会の実施②JAしまねや県などとの意見交換や学習活動の充実③長期的な営農活動や食育事業へ向けた施策の要望活動④県内外の災害による被害を受けた地域の農業者、青年組織の支援運動——などの基本方針のもと、活発に活動していくことを確認しました。

役員改選では、会長に古川敬さん（斐川青年連盟）、副会長に村上淳一さん（隠岐青年連盟）、伊藤慎治さん（出雲青年連盟）、福岡裕紀さん（石見銀山青年連盟）が承認され、新体制となりました。

古川会長は「個人の一人一人が考え、発言すれば必ず妙案が生まれる。みんなの協力が必要不可欠で、盟友それぞれの声を活かして活発に活動したい」と意気込みました。



新体制をスタートさせた新役員ら



あいさつする古川会長



想いをひとつに✿ しまねの女性部!

いわみ中央女性部

JA女性組織3カ年計画
「JA女性 想いをひとつに かなえよう✿」
の実践2年目です。

つなごろうみ まもろみ かかわろうみ
の3つの具体的目標を掲げ活動します。

「JAしまねいわみ中央女性部は「仲間を誘い活動の輪を広げよう!」部門一人が一人の仲間を増やそう!」をテーマに活動しています。

コロナ禍で今までのような活動が難しい中、「できることをやってみよう!」と昨年はグラウンドゴルフ大会を開き、部員同士や支部間で交流を深めました。参加した部員からは「グラウンドゴルフを初めてしたけど楽しい」「久しぶりにたくさんの部員と話すことができてよかった」といった声が聞かれ、和やかな雰囲気の中、部員同士で会話に花を咲かせていました。

JAしまねいわみ中央女性部は、一人一人の思いを大切に、JAと力を合わせながらたくさんの仲間を増やし、活動の輪を広げていけるように取り組んでいきます。

つなごろうみ

仲間と・地域と・他組織と・次代と



一所懸命青年連盟

JAしまね西いわみ青年連盟

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



JA YOUTH

やまもと じんせい
山本 仁成さん



JAしまね西いわみ青年連盟益田支部に加入している山本仁成さん(28)は、益田市飯田町でメロンをのべ60アール、同市隅村町で水稲8ヘクタールを栽培しています。就農8年目で、昨年から同支部で委員長を務めています。

高校生の時から益田市の特産品であるメロン栽培に興味があり、農大を卒業後、栽培を始めました。今後は品質をさらに向上させ、栽培面積の拡大に取り組んでいきます。

同支部で一番若く責任感も強い山本さんは「以前は盟友との飲み会や視察研修がなよりの息抜きになった。新規就農者への積極的な声掛けと、今後はより仲間意識が高まるようさまざまなイベントを企画したい」と話しました。

農業災害復興対策支援事業のご案内

令和5年1月24、25日の大雪により被害にあわれた方々には心からお見舞い申し上げます。この度、JAしまねではこの大雪により被害を受けた農業生産施設等の早期の復興のために支援事業を実施することとなりました。

1. 支援対象経費

- ①小規模土地基盤整備（施設の撤去※施設を再整備する場合に限る、果樹植栽）
- ②施設整備（ビニールハウス等、農機具格納等の施設） ③果樹棚 ④付帯施設

2. 支援額

(1) 島根県および市町村による農業復旧対策事業の対象である場合

- ①支援額の算出方法 補助対象事業費 = 総事業費 - N O S A I 共済金 × 1 / 2

$$J A 支 援 額 = 補 助 対 象 事 業 費 \times 1 / 6$$

- ②補助対象事業費は、島根県および市町村による農業復旧対策事業と同額とする

- ③下限事業費は400千円とする

- ④農業共済対象外の施設については、補助対象事業費は総事業費とする

(2) 島根県および市町村による農業復旧対策事業の対象とならない場合

- ①支援額の算出方法 補助対象事業費 = 総事業費 - N O S A I 共済金 × 1 / 2

$$J A 支 援 額 = 補 助 対 象 事 業 費 \times 1 / 2$$

- ②事業費は400千円未満とし、下限事業費は200千円とする。ただし、農機具格納等の施設については事業費が400千円以上となり、県と市町村の対象とならないものについては、JA支援額の上限を200千円とする

※詳細および申請方法についてはお住まいの地域の地区本部営農企画担当部署へお問い合わせください。



「つや姫の匠」とは、選定基準【①一定の品質・食味を超えること②JAへの出荷が概ね50袋以上であること③ST（JAしまね統一資材）基準で生産されたもの】を満たすJAしまねが認定した生産者のこと。

認定された生産者は①各地域の良品質・良食味生産のモデルとなる栽培管理の実践②栽培指導・研修会等への協力③「匠のつや姫」の出荷④サンプル玄米（500g）の提出⑤その他「つや姫」産地振興に関することへの協力をいただき、地域の収量や品質、食味の先導的な役割を担います。

【お問い合わせ先】各地区本部米穀担当課

我こそはという生産者の方のご応募をお待ちしています！

理事会情報（3月30日開催）

【協議事項】

- ①令和5年度補助事業の実施について
- ②令和5年度JAしまね農業振興支援事業 要項・要領について
- ③令和5年度県域品目販売手数料の設定について
- ④JAしまね次世代総点検運動に基づく産地振興計画策定の取り組みについて
- ⑤令和3年産飼料用米の最終精算について
- ⑥酪農経営緊急支援の継続について
- ⑦雲南地区本部葬祭会館及び葬祭具利用料の変更について
- ⑧余裕金運用規定の改正について
- ⑨令和5年度余裕金運用にかかる年次運用方針について
- ⑩令和5年度第1四半期の余裕金運用計画額および運用方針について
- ⑪プロジェクトの設置について
- ⑫店舗内店舗（ランチインランチ）に伴う母店の機構

- 改革の実施について
- ⑭令和5年度事業計画について
- ⑮令和5年度固定資産取得・処分計画について
- ⑯職制規程の一部改正について
- ⑰令和5年度における各種限度額について
- ⑱コンプライアンス・マニュアルの改正について
- ⑲令和5年度コンプライアンス・プログラムの設定について
- ⑳組合と理事との取引（契約）の承認について（都度承認分）
- ㉑出資口数の減少（減口）の承認について
- ㉒行方不明組合員等の脱退手続きに係る組合員資格の確認について
- ㉓総代選挙の実施について
- ㉔担い手農業法人への出資について
- ㉕令和5年度JAしまね「家の光三誌」および「日本農業新聞」普及方針について

【お詫びと訂正】

しまねびより4月号において、掲載の記事に誤りがありました。お詫び申し上げますとともに訂正させていただきます。

- (誤) ⑤レターパック・宅配便で現金を遅らせるケース
- (正) ⑤レターパック・宅配便で現金を送らせるケース
- (誤) 消費者ホットライン 118
- (正) 消費者ホットライン 188



令和5年度益田産春作トマト初出荷

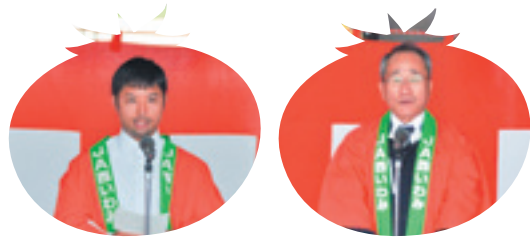
益田トマト部会（部会員28人）は4月14日、4年ぶりに益田産春作トマトの初出荷式を、JAしまね西いわみ飯田選果場で開催しました。

JAしまね西いわみ地区本部田村清己本部長の「生産者の皆様のご努力によって今年産トマトも素晴らしい出来に仕上がっている。職員スタッフ総出で力を合わせ目標必達に向けて全力で売っていきましょう」力強い挨拶に続き、今年度新任された益田トマト部会の金山千年部会長は、仲間の部会員から「がんばれ！」の声援を受け、「近年の肥料等生産資材の高騰に合わせ、強風や豪雨といった自然災害の影響もあり生産者にとっては大変な時期だと思う。しかし農家の一人一人が全力で農業に向き合うことで、産地益田を守っていくことにつながる」と信じ、これからの栽培に取り組んでいきたい」と挨拶されました。



来賓としてご出席いただいた山本浩章市長からは「温暖な気候と清流の恵みを受けて市場では高い評価を受けている。肥料や資材・燃料代が高騰する中で、少しでも高い値段で流通していただければ農家所得の向上につながる。関係機関のご理解ご協力に感謝し、一層のご支援をお願いする」とご挨拶をいただきました。

JAしまね西いわみ地区本部営農経済部指導販売課では、令和5年産トマトの年間の出荷目標を613トン、年間販売目標を約2億円に掲げ取り組みます。初出荷のこの日は、生産者6人による93ケースを市場へ向け出荷しました。



令和5年度事業進発式を開催しました

JAしまね西いわみ地区本部は、4月15日に遠田町ジュンテンドージャストホールで令和5年度事業進発式を行いました。開会にあたり同地区本部の田村清己本部長は「今年度のテーマはみんなが『主役』、職員一人一人が主役であり、主役が集まってチームが出来る、そのチームが一丸となって進むことで西いわみの方向性が決まる、力を合わせて頑張ろう」と挨拶しました。続いて職員から応募があった経費削減減川柳（応募総数96句）の中から、選ばれた優秀作品の表彰式があり、作者5人に本部長賞をはじめ各部門長賞を贈りました。その後、各部門からの事業方針の説明に続いて支店単位で決意表明を行い、最後に「ガンバロウ」を三唱して全役職員の意識統一を図りました。





肥料価格高騰対策事業 説明会



益田市、津和野町、吉賀町の各農業再生協議会は、4月5日から4月13日の間、肥料価格高騰対策事業の説明会を9会場で開催し、JAしまね西いわみ地区本部営農経済部村上孝次営農企画課長（農業再生協議会構成メンバー）が事業内容を説明しました。

世界人口の増加や穀物需要の拡大等を背景に、生産資材価格の高騰が続く中、国が示した肥料価格の上昇率は、前年同期と比べ1.4倍と農業者の経営を圧迫しています。

令和4年6月から令和5年5月までに購入された肥料が支援対象で、化学肥料低減の取組みを行った上で、前年から増加した肥料費に対して85%（国70%、島根県15%）の支援金を受けることができます。

説明会に参加された方からは、交付対象となる肥料や申請要件等について質問が上がり、事務局側は「この厳しい状況の中、多くの農業者の方々に申請を行っていただき、少しでも生産費の軽減に役立てていただきたい」と事業の主旨について理解を求め、申請書提出までのサポートを行うことを伝えました。

申請書の提出期限は6月9日（金）までとし、JAまたは市町の担当課で受け付けを行います。

産直コーナー出荷者を対象とした インボイス制度説明会の開催

JAしまね西いわみ農産物直売コーナー出荷者協議会（大畑秀人会長、総会員数350人）は、今年10月1日からスタートする「消費税インボイス制度」について研修会を開催しました。

研修会参加者は6グループに分かれ、3月28日から3月31日の4日間、旧吉田出張所2階会議室を会場に、制度の内容及び注意点について学びました。

生産者自らが価格を設定する産直は、JAが行う通常の委託販売とは異なり、「農協特例」の適用を受けることができないため、JAしまね西いわみ農産物直売コーナー出荷者協議会では、JAしまねの産直事業方針に沿った、「消化仕入方式（買取方式）」を取り入れる方向で、段階的な経過措置を設け、これまでどおり買い手（課税事業者）が負担を感じることなく、取り引きしていただけるよう取り組むことを確認しました。



令和5年産水稻育苗が 始まりました



JAしまね西いわみ地区本部の益田、日原、六日市各育苗施設において、水稻の育苗作業が始まりました。

それぞれ田植え時期に合わせた段階的な播種作業を行い、3施設全体でコシヒカリ約30,000箱、きぬむすめ約12,000箱、ヒメノモチ約1,000箱を生産する計画です。

作付け可能な丈に成長するまでの1か月近くは、天候に注意しながら適切な換気や散水作業を行い、良質米生産に欠かすことのできない健康な苗づくりに向けてスタッフ全員で管理しています。



夜光反射材を
中学校2校に寄贈しました

J A 共済連島根、(一財)島根県農協共済福祉事業団、J A しまねは、令和5年春に入学する中学生に、登下校時の交通安全に役立ててもらうため、夜光反射タスキを贈呈しました。

中学校生活では交通混雑時や夕暮れ時の登下校機会が増え、交通事故に遭遇する危険性も増すことから、3月22日に益田市立東陽中学校、3月23日に津和野町立津和野中学校の2校で「反射タスキ」の贈呈式を行いました。



J A しまね女性部 米一握り運動

J A しまね西いわみ女性部(元岡タツ子部長)は、3月29日、フードバンクや子ども食堂の運営者(団体)への支援を通じて、心豊かで暮らしやすい地域づくりを目指す取り組み、「J A しまね女性部米一握り運動」による米の寄贈を行いました。

この日は、吉賀町抜月のなないろ食堂(藤井和子代表)、津和野町部栄の畑迫地域食堂(吉野幸枝代表)へ、元岡タツ子部長が部員から届いた米30キロを、「皆さんで食べていただき元気を出して下さい」と手渡し、受け取った施設の代表者からは「部員の皆さんの思いを大切に使用していただきます」と感謝の言葉をいただきました。



第61回 中西ゴルフクラブコンペ

4月8日、30年の歴史をもつ中西ゴルフクラブ(岡田定佳会長、会員60人)が、第61回のゴルフコンペを行いました。

当日は晴天に恵まれたものの、強風に悩まされ30人の参加者がスコアーを伸ばしきれない中、みごと下本郷町の原田保さんが優勝されました。



水稲

水稲中干し講習

JASしまね西いわみ地区本部営農部米穀課
島根県西部農林水産振興センター益田事務所



1. 水管理

①当面の間は、浅水間断灌水を基本とする。

水のためっぱなしは藻やガスの発生
の元となり、根を弱らせる原因とな
る。

②茎数が1株当たり

18本程度(きぬむすめは16本程度) になったら中干し
を行い、倒伏の軽減に努める。

※中干しは、田面に
小さなび割れを
生じる程度まで行
う。

中干しすることに
よって、根の張りを
良くし、余分な窒
素を抜き、過繁
茂を防ぐ。

③中干し終了後は、

根に急激な刺激を
与えないよう、走
り水を1〜2回行
い、その後は、再
び間断灌水とする。

④出穂期前には、湛
水管理とする。

(田植え時期と中干し時期のめやす)

田植え時期	中干し開始時期
4月末～5月上旬	田植え後40～45日頃
5月中旬	田植え後35～40日頃
5月下旬	田植え後30～35日頃

(期間のめやす)

中干し期間	
砂質土	5日間程度
壤質土	5～7日程度
粘質土	7日間程度

2. 追肥

ケイ酸、加里等の肥料を施用し、窒素肥料の追肥は原則として行わない。ただし、ハナエチゼン・きぬむすめは、葉色が薄かったり、茎数が少ない場合に限り、窒素成分で1kg/10a施用する。

〈ケイ酸・加里資材の施用時期〉

出穂30～40日前

〈施用量と施用資材〉

○ホスヒタ20kg/10a

○ケイ酸、苦土、リン酸など補給)

○珪酸加里20kg/10a

○ケイ酸、苦土、加里など補給)

※効果

加里は日照不足の場合に光合成促進の効果があり、倒伏防止に役立つ。

ケイ酸は登熟向上やイネの体を硬くし、倒伏防止の効果がある。

鉄は根を丈夫にする効果がある。

3. 除草

(ヘルシー米圃場には、使用しないでください。また、農薬散布時期は、全て移植栽培のみ記載しています。)

5月下旬田植えでは薬害の危険があるため、中期除草剤は使わない。

(1) 中期除草剤

例) ○セカンドショットSジャンボMX
移植後14日～ノビエ3・5葉期。ただし収穫45日前まで。

(2) 中・後期除草剤

例) ○バサグラン粒剤(ナトリウム塩)
移植後15日～55日。ただし収穫60日前まで。

落水散布又は、ごく浅く湛水して散布。

例) ○ハイカット1kg粒剤

移植後15日～ノビエ3・5葉期。ただし収穫60日前まで。

湛水散布又は無人航空機による散布。

例) ○ウィードコア1kg粒剤

移植後7日～ノビエ4葉期。ただし収穫60日前まで。

湛水散布又は無人航空機による散布。

(3) ヒエ対策

例) ○クリンチャー1kg粒剤

・10a当たり1kgの場合

移植後7日～ノビエ4葉期。

・10a当たり1・5kgの場合

移植後25日～ノビエ5葉期。

ともに収穫30日前まで。

(4) アオミドロ、ウキクサ対策

例) ○モゲトン粒剤

発生始め～発生盛期。ただし収穫45日前まで。

4. 病害虫防除

★葉いもち防除

○置き苗はいもち病の発生源となるので、早急に取り除く。

○病兆を発見したらすぐにいもち防除用の粉剤を散布する。

○長期持続型の箱剤(ルーチンアドスピンノ箱剤等)を施用しても条件によっては、いもち病が発生する場合があるので注意。

★カメムシ予防

○稲の出穂10日前までに、畦畔や水田周辺の草刈りを徹底する。

・斑点米の原因となるカメムシ類は、出穂したイネ科雑草などで増殖する。

・一斉草刈を行うと効果的！

○雑草の除去によりカメムシの密度は低下する。

○出穂後の草刈りは、カメムシ類を水田へ追い込むこととなり逆効果となる。

★その他

○苗箱処理のルーチンエキスパート箱剤は、紋枯病の防除効果がある。



令和5年産米

中干し講習会スケジュール

月日	時間	地区	場所
6/6 (火)	9:30~	美濃	美濃公民館
	11:00~	二条	二条事務所会議室
	13:30~	中西	中西支店会議室
	15:00~	小野	戸田：四ツ辻圃場付近
6/7 (水)	10:00~	安田	下遠田お宮前
	13:30~	北仙道	北仙道農事組合法人事務所前
	15:00~	種	種事務所前
6/8 (木)	10:00~	鎌手	旧鎌手支所
	13:30~	真砂	真砂事務所
	9:00~	津和野	山下倉庫前
	10:30~	津和野	倉増氏圃場前
	13:30~	日原	日原コイン精米所前

月日	時間	地区	場所
6/9 (金)	9:30~	西益田	小俣賀ゲートボール場
	11:00~	西益田	白岩多目的集落センター
	13:30~	西益田	向横田 椋木氏ハウス付近
	15:00~	西益田	大滝集会所前
	9:30~	六日市	六日市カントリーエレベーター
	10:00~	柿木	白谷公民館
	11:00~	六日市	朝倉東営農組合作業場
6/12 (月)	13:30~	六日市	広石上集落営農組合作業場
	13:30~	六日市	樋口地区集会所前
	10:00~	仙道	東仙道公民館
	13:30~	都茂	美都支店

水稻生産者の皆様へ

米麦水分計の点検整備について

米出荷時の乾燥調製の品質向上を図るため、米麦水分計の点検修理を行います。

点検対象機種につきましては
 ◎株式会社ケット科学研究所 ◎静岡製機株式会社
 の2社の水分計のみとさせていただきます。ご理解・ご協力をよろしく
 お願いいたします。
 最寄りの支店・経済課・営農センター・農機センターへご提出ください。
 左記の期限を過ぎての点検は点検料が上がりますのでご了承ください。

提出期限 令和5年6月30日(金)

お問い合わせ先 JAしまね西いわみ地区本部 営農経済部米穀課 TEL 0856-23-1911 農機拠点センター TEL 0856-31-5255

にしーいわみひろば

7月のお題は「あじさい」です
 ご応募お待ちしております

読者の川柳

お題 「牡丹」

庭先の 牡丹の花みて 癒される 昨日より 膨らむ色や 牡丹の芽 古里は 大根島と 牡丹言う ぼたん咲き 春らんまんの はなやかさ 牡丹咲き はじめてきた チューリップ 目に青葉 空みあげてる 花牡丹 佇みし 深紅の牡丹は 百花の王 ぼたん咲く 島根の空に こい泳ぐ 立ばシヤクヤク すわれば牡丹に ひとめぼれ こもの中 りんと咲いてる 冬牡丹 牡丹のよう いわれてみたい 一度だけ 牡丹咲き 香りと花に いやされる ボタン咲く 古き家の庭 なつかしや ユリと 牡丹とシヤクヤク 競う姿が面白い 今の世の 十二単のよな牡丹 鉄旅で 牡丹もとめて 西から東	(益田市) 稲岡三紀子さん (益田市) 柳井 文江さん (益田市) 喜村 信江さん (益田市) 佐々木いさ子さん (益田市) 重田 伸子さん (益田市) 大谷 恭子さん (益田市) 加藤 富之さん (益田市) 野村 芳子さん (益田市) 小笠原かよみさん (益田市) 両見かずみさん (益田市) 大谷 律子さん (津和野町) 大庭 定さん (津和野町) 桑原八恵子さん (津和野町) 大羽 克巳さん (津和野町) 斎藤 久衛さん (吉賀町) 中村恵己子さん
---	---

川柳 応募方法 ●葉書に 川柳、住所、氏名、電話番号をご記入ください。●締切 令和5年6月15日(当日消印有効) ●あて先 〒698-0024 益田市駅前町15-1 JAしまね 西いわみ地区本部 企画総務部 ふれあい課



令和5年度経営所得安定対策等交付金の申請受付が始まります。

- 経営所得安定対策では、担い手農家の経営の安定に資するよう、諸外国との生産条件の格差から生ずる不利を補正する交付金（ゲタ対策）と、農業者の抛出を前提とした農業経営のセーフティネット対策（ナラシ対策）を実施しています。
- さらに、飼料用米、麦、大豆など戦略作物の本作化とともに、地域の特色を活かした魅力的な産地づくり、高収益作物の導入・定着等を進め、水田のフル活用を図る水田活用の直接支払交付金を実施しています。



◎書類がお手元に届いたら

令和5年産水稻生産実施計画書の内容をもとに、交付対象に該当されると思われる農業者の方に対し個別に申請書を郵送していますので、申請される方は、提出期限までに書類をご提出ください。

◎申請に必要な書類

- ①経営所得安定対策等交付金申請書
- ②令和5年産水稻生産実施計画書（本人控え）
- ③交付金振込先の通帳の写し

◎申請受付期間

令和5年4月下旬ごろ～

令和5年6月30日(金)※必着

※提出期限は、各地域農業再生協議会で異なりますのでご確認ください。

◎提出先・問い合わせ先

お近くの地域農業再生協議会まで、お気軽にお問い合わせください。

〒698-8650 益田市常盤町1-1
益田市農業再生協議会事務局
(市農林水産課内) ☎0856-31-0316

〒699-5605 鹿足郡津和野町後田口64-6
津和野町農業再生協議会事務局
(津和野町役場農林課内) ☎0856-72-0653

〒699-5301 鹿足郡吉賀町柿木村柿木500-1
吉賀町農業再生協議会事務局
(吉賀町役場柿木庁舎産業課内) ☎0856-79-2213

西部開パイ

農産物の即売会

開パイで採れた新鮮な果物・野菜を販売します

★×ロン★トマト★バラ★ぶどうほか



6/18 (日)

9:00～11:00

ところ/ 益田市立
開発地営農研修センター
駐車場(益田市喜阿弥町)



主 催 益田西部農地開発地区営農組合
問合せ先 JALまね 西いわみ地区本部 営農センター TEL.0856-23-1911

益田産のトマトを使ったトマトジュレ・トマトカレーのご案内

西いわみ管内の特産品を使った、おいしいオリジナルブランドの加工品をご紹介します。
管内の直売所やスーパーなどでもお買い求めいただけます。



ジュレ

トマトジュレ (トマト丸ごと1個使用)

販売価格: **4,000円** (送料、消費税込み)
内容量: (195グラム) 6個入り



カレー

トマトカレー (トマトをたっぷり使ったカレー)

販売価格: **3,200円** (送料、消費税込み)
内容量: (200グラム) 5個入り

お申し込み・
お問い合わせ

西いわみ地区本部 営農経済部 (土・日・祝日はお休み) 〒698-0042 益田市中吉田町1000番地
TEL 0856-23-1911 FAX 0856-24-0453



農業用フィルムの販売

JAしまね西いわみ地区本部は農業用フィルムの加工場を有し

災害発生時にもスピーディに対応します



農ビ加工解反機

解反機 (幅10メートルまで解反できます)

《お問い合わせ》

JAしまね西いわみ地区本部 営農経済部 経済課

〒698-0024 鳥根県益田市中吉田町1000

TEL: 0856-23-0933 FAX: 0856-22-4350



西いわみ地区本部からのお知らせ

おさいふカード会員様へ
優待割引

補聴器 メガネ一式
5% OFF!! **10% OFF!!**

MADE IN JAPAN 「SABAE・鯖江」
日本製 メガネ一式 税込 **¥19,800~**
UVカット超薄型、運転用、室内用、遠近両用レンズを選んで選べます。

☆お気に入りのメガネが眠っていませんか？
レンズ交換承ります 税込 **¥8,800~**
UVカット超薄型・運転用、パソコン用、遠近両用レンズを選んで選べます。

わざわざ新しい電池交換不要「専用充電器に置くだけ」

耳穴に合わせて形をデザインするから「ピッタリフィット」

J.A.巡回 & 訪問サービス
メガネと補聴器の専門店

J.A.しまね x パリミキ
PARIS MIKI

お問合せ、訪問のご相談は
090-6955-1612
クーリエ店長 狩野 まで

1級 眼鏡作製技能士
【メガネと視力の相談会】
スれる、痛い、見えにくい、疲れる、おまじに気になることはございませんか？
他店舗でもお求めでも大歓迎！
お気軽にご相談下さいませ

認定補聴器技能者
【最新補聴器の体験会】
こんなことありませんか？
ご家族様からテレビの音が大きいと言われる、声は聞こえるが何を言われているのか？わからない、聞こえたいふりをしたことがある、聞き返しが多くなった

令和5年 6月の巡回日程

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5 9時半~13時	6 9時~14時	7 9時半~13時	8 10時~13時	9 9時~13時	10
	津和野経済	美都温泉前	匠見事業所	六日市経済	日原経済C	
11	12	13	14	15	16	17
18	19 9時~12時	20 9時~12時	21 9時半~13時	22 9時半~13時	23 9時~13時	24
	西益田支店	美都支店	匠見事業所	柿木事業所	益田中央支店	
25	26	27	28	29	30	

経済課より

シロアリ警報!5月は羽アリが多発!!

無料

J.A.しまね

シロアリ来襲

お宅は大丈夫ですか？

初夏は羽アリが出る季節。早めの防除があなたの家を守ります。

シロアリの予防・駆除は確かな実績と安心のJAへご相談下さい。

シロアリ防除は「(公社)日本しろあり対策協会登録企業」であることを必ず確認しましょう。

JAのシロアリ予防・駆除は安心です。毎年莫大な量の木材が、シロアリや木材腐朽菌によって失われております。JAとして、組合員の皆様の住まいの耐用年数を延ばし、住まいを守る天災対策として、シロアリおよび腐朽被害対策を行っております。

環境に適合した薬を使用
(公社)日本しろあり対策協会で効力・安全性の審査に合格した認定薬剤を使用しています。

資格者(プロ)による施工
(公社)日本しろあり対策協会の施工士様へのつとりしろあり防除施工士が施工しています。

こんなお宅は要注意

- 建物の周囲、壁面に苔がある家
- 庭先でシロアリを見た家
- 雨漏り・トイが漏れている家
- 羽アリが何匹か飛んできた家
- 増改築で床下の通気が悪くなった家

取扱業者 **株式会社 コダマサイエンス**

(公社) 日本しろあり対策協会正会員
会員番号 鳥根県 002
会員番号 鳥取県 002

(本社) 〒690-0048 鳥根県松江市西塚島 2丁目 8-23

JA全農基本契約業者「株元五商会」特約施工店

■益田営業所 TEL0856-22-5390

■各営業所/松江・江津・隠岐・鳥取・倉吉・米子・広島
<http://www.kodama-s.co.jp/>

床下の無料調査(シロアリ駆除・防除等)に伺います。

床下の無料調査をご希望の方には、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しますので、よろしくお願い致します。

中川 徳行

赤松 勝

お問い合わせ先 益田市中吉田町 1001-1 JAしまね 西いわみ地区本部 経済課 TEL:23-0914

6月の無料年金相談会~お気軽にご相談を~

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

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

6月の年金相談会

6月8日(木)津和野支店

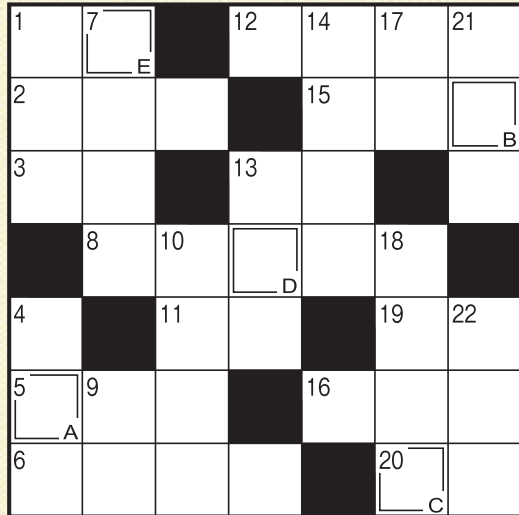
6月22日(木)日原支店

10:00~19:00 JA年金相談員 ※日程・社会保険労務士は変更になる場合があります。



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 招く側がホストなら、招かれる側は
- ④ タマネギを切ると出ることも
- ⑦ 建てたばかりの建物のこと
- ⑨ 数字のゼロを日本語でいうと
- ⑩ サープ→→→トス→アタック
- ⑬ 「海鼠」と書く生き物
- ⑭ 置き時計はクロック、腕時計は
- ⑰ 仕事や用事がない空き時間のこと
- ⑱ コショウ、ナツメグ、シナモンなど
- ⑳ プールの授業のときに着ます
- ㉑ 領収書に収入——を貼った

ヨコのカギ

- ① 1年で一番昼が長い日
- ② 徳川家康が晩年を過ごした——城
- ③ 不動産会社が売買するものの1つ
- ⑤ 『落穂拾い』や『晩鐘』を描いた画家
- ⑥ 奈良や鎌倉のものが有名
- ⑧ テッセンとも呼ばれるキンポウゲ科の花
- ⑩ 相撲取りが踏みます
- ⑫ 抑揚のないせりふ回しは
- ⑬ トウモロコシやゴーヤーが多く出回る季節
- ⑮ 弁当箱にご飯と一緒に詰めます
- ⑯ ——コート、——ブーツ
- ⑰ 円周率を表す文字
- ⑳ ネタとシャリで作ります

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。

● 賞品

正解者の中から抽選で40名（JAしまね全体）の方に「農協全国商品券」をお贈りします。

● 当選者発表

賞品の発送をもってかえさせていただきます。

● 宛先・締切

〒698-0024 益田市駅前町15-1

JAしまね 西いわみ地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2023年6月2日（金）（当日消印有効）

・先月号は、西いわみ地区本部管内で63人の方からご応募いただきました。

◆ 先月号の答え ◆

「アマリス」



「家の光」6月号 定価629円
ご購入はお近くのJAへお問合せください。

「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！



佳作
校門に母と大きなランドセル
黄砂降る巨大クレーンは首を振り
薔薇園のベンチに風と語らひぬ
マフラーの結びさまさま登校児
赤ちゃんも枝垂桜の人の輪に

松江 上野 操様
出雲市 小豆澤典子様
兵庫 小田 和子様
島南町 三宅伊知枝様
浜田市 小川美砂子様

泣かないで白詰草の首飾り
飯南町 渡部 夢霧様

青き踏む歩きははじめの赤い靴
浜田市 三沢 孝子様

雪解川流されてゆく記憶かな
出雲市 金山 陽様

優秀賞
下校子の顔寄せ合うて蝌蚪のぞく
出雲市 藤江 堯様

俳句の広場
最優秀賞
選句者「白魚火」編集長・副主宰
安食彰彦先生

JAしまねびより、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）6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。

令和5年度

地域貢献・地域活性化支援事業

募集

地域住民やJAの組合員が構成員であるグループ・団体・非営利法人の地域活性化・地域貢献活動を応援します

支援内容

① 地域活性化団体活動表彰 (副賞10万円)
募集期間 令和5年5月8日(月) ▶ 8月31日(木)

② フードバンク・子ども食堂活動支援 (活動経費の1/2を助成。上限10万円)
募集期間 令和5年5月8日(月) ▶ 9月29日(金)

概要

詳細はこちらから

洋服の青山

JALしまね組合員の皆様へ

ご来店の際は、本チラシを必ずご持参ください。
(モノクロ印刷または、本チラシのコピーでも可)

みんなにできること。青山にできること。

下取り

他社の製品もOK!

※一人様1アイテムにつき最大まで下取りいたします。

軽くて涼しい サマーフォーマル

メンズ・レディース

¥29,601~ ¥19,901~

JA×AOYAMAタイアップカード
ご登録・ご提示で
店内全商品

10%OFF

JA組合員様専用のカードが誕生しました。

タイアップカードからの切り替えをお願いします。

オーダースーツ取り扱い中

メンズ・レディース
オーダースーツ
¥31,900~の品

合計¥28,710~

無料 「JAXAOYAMAタイアップカード」ご登録・ご利用の流れ

※ご登録の際には、本広告及び本人確認書類をお持ちください。

お近くの「洋服の青山」へご来店

おさいふカードと本広告をお持ちください
登録用紙に記入

洋服の青山店舗にてカードを即日発行!!
その日から特典をご利用いただけます

3つのポイント全て貯まる!使える!

T-POINT dPOINT AOYAMAポイント

ご来店確認用バーコード
4029260043507

広告有効期間:本日より2023年9月30日(土)まで

青山タイアップコード

地区本部名	店舗指定	コード番号	地区本部名	店舗指定	コード番号	地区本部名	店舗指定	コード番号
くにびき		11673	やすぎ	安来南支店	11829	隠岐	石見 銀山	11680
やすぎ	生活燃料課	11674	やすぎ	伯太支店	11830	隠岐	島根おおち	11681
やすぎ	赤江支店	11827	やすぎ	広瀬支店	11831	出雲	いわみ中央	11682
やすぎ	安来東支店	11828	雲南		11675	斐川	西いわみ	11683



豚肉とごぼうのかき揚げ



コメント

・春から初夏にかけて収穫する新ごぼうは、「夏ごぼう」とも呼ばれています。
・一般的なごぼうと比べてアクが少なく、優しい香りと軟らかさが特徴です。

材料 (4人分)

- 豚細切れ肉…………… 200 g
- ごぼう…………… 1 本
- 人参…………… 1/2 本
- 生姜 (すりおろし) ……ひとかけ
- A 味噌……………大さじ 2
- 酒……………大さじ 1
- B 卵…………… 1 個
- 片栗粉……………大さじ 4
- 揚げ油……………適量
- 赤玉ねぎ…………… 1 玉
- パセリ……………適量

作り方

- ①ごぼう、人参は皮をむいて、細せん切りにする。
- ②赤玉ねぎは薄くスライスする。
- ③豚肉はひと口大に切り、ポウルに入れ、Aを加えて粘り気が出るまでもみ込む。
- ④Bと①の野菜と③の豚肉を混ぜ合わせる。
- ⑤フライパンに油を深さ1cm入れ、170度に熱し、④を1/12量ずつ落とし入れる。上下を返しなが、5分間揚げたら、油をきる。
- ⑥スライスした赤玉ねぎを皿に盛り、かき揚げを盛り付け、パセリを添える。

アレンジ

・ごぼうをもやしや玉ねぎに替えてもおいしくできます。
・味噌を醤油に替えたり、豚肉を鶏肉に替えたりして、味替えも楽しめます。

材料 (4人分)

- 合挽肉…………… 200 g
- 春雨…………… 30 g
- キャベツ…………… 200 g
- 玉ねぎ…………… 1 個
- 人参…………… 1/2 本
- アスパラガス…………… 4 本
- ごま油…………… 大さじ 1/2
- 塩こしょう……………適量
- A ケチャップ……………大さじ 2
- しょうゆ……………大さじ 1
- コチュジャン……………小さじ 1
- 中華だし……………小さじ 2
- 水…………… 100cc

作り方

- ①鍋に熱湯を沸かし、火を止めて春雨を加え、3分間置いて水気をきる。
- ②キャベツは1cm幅の棒状に切る。
- ③玉ねぎは5mm幅のくし切りに、人参は長さ2cmの斜め切りにしてから薄切りにする。
- ④アスパラガスは2~3cmの長さに切る。
- ⑤フライパンにごま油を熱し、合挽肉を入れて炒め、軽く塩こしょうをふる。
- ⑥⑤に玉ねぎ、人参、キャベツを加えて、さらに炒める。
- ⑦キャベツがしんなりして、人参に火が通ったら、混ぜ合わせたAと春雨を加えて全体に行き渡るよう混ぜ合わせる。
- ⑧最後にアスパラガスを加えて、サッと火を通す。

アレンジ

・アスパラガスをスナップエンドウやピーマンに替えたり、合挽肉を海老や豚バラ、牛肉に替えてもおいしいです。
・春雨をしらたきに替えることで、カロリーダウンできます。

コメント

・野菜やお肉のうま味をたっぷり吸った春雨は、おつまみにもごはんのおかずにもぴったりです！
・つるんとしたのごしが魅力の春雨は、スープやサラダ、炒め物や煮物など様々なお料理に使えます。

春雨とキャベツのピリ辛炒め



健康散歩

JA島根厚生連

五月病

環境が変わり、緊張や疲れで張りつめていた糸がゴールデンウィークでプツリと途切れ、休みをとっても気分が悪かったり、疲れがとれなかったり…。もしかしら、五月病かもしれません。五月病を予防するためには、ストレスをためないことが一番です。

今回はストレスを軽減するための対策をいくつか紹介します。

① 継続できる運動をしてみる

「体が重い」と何日も感じたら体を動かしてみましょう。ウォーキングやサイクリングなど有酸素運動がより良いと言われてます。お気に入りのエクササイズをするのも良いですよ。

② 生活のリズムを整える

不規則な生活は体内リズムを乱し、肉体のみならず心の健康を害しやすくなります。寝る前に携帯電話やテレビを見ない、寝室の環境を整える、お酒を控える、朝日を浴びて体内時計をリセットすることなどで睡眠の質を上げましょう。



③ 栄養バランスに配慮する

偏った食事はNG！きちんと3食とも栄養バランスの取れた食事を摂るよう心がけてください。

- ビタミンC (抗ストレス) : ピーマンや煎茶
- ビタミンB1 (情緒の安定化) : 豚肉や大豆
- トリプトファン (不眠、うつ症状改善) : 大豆や乳製品
- フェニルアラニン (精神高揚、抗うつ作用) : 豆類…が摂れるとより良いでしょう。

④ 人と話す

人と話すことは、ストレスを和らげるオキシトシンや心のバランスを整えるセロトニンの分泌を増やします。不安やネガティブな気持ちが和らぎ、新しい視点を得られるかもしれません。

他にも「散歩」「掃除」「料理」など身近なことがストレス軽減につながることがあります。

五月病についての理解を深め、連休明けの落ち込みを未然に防ぎましょう。



【編集後記】 編集後記を考えている今日、デラウェアの出荷が始まりました。島根県外に住んでいた頃、スーパーに島根県産デラウェアが並んでおり、同級生のお弁当にも入っていました。自分が生まれた地域の農産物が遠く離れた地で愛されているのを見て誇らしく感じたことを覚えています。島根県にはたくさんの誇るべき農畜産物があるので、広報誌やSNSを通じて多くの方に知っていただけるよう発信していきたいです。(古)