

2023
7
July
Vol.88

SNSで旬な情報を
投稿しています



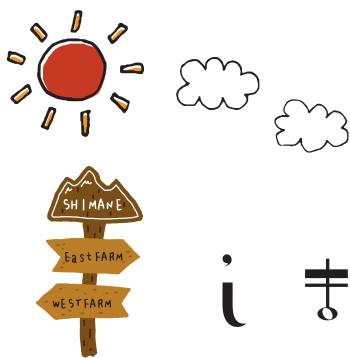
JAしまねびより

特集
直売所にてかけよう



JALしまね 西いわみ地区本部版

可ーつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers
ムラー フランク
Müller Frankさん
[隠岐どうぜん地区本部]



し ま ね の フ ァ ー マ ー ズ

Shimane farmers



常時10種類近くの野菜が栽培されている農園ととんがり屋根の鶏舎

ムラーズファーム

ムラー フランク

Müller Frankさん(49歳)

今月は隠岐どうぜん地区本部。海士町で農業と化学肥料を使わずに野菜作りに取り組む「ムラーズファーム」のムラー・フランクさんにお話を伺いました。

**多品種野菜にニワトリとヤギ！
多様性あふれるにぎやかな農園！**

約600万年前の火山活動でできた島、隠岐島前の海士町（中ノ島）。その北東部に位置する宇受賀地区に、ムラーズファームはあります。

農業や化学肥料を使わず、年間40〜50種類もの野菜を作っているのはドイツ人のムラー・フランクさん。移住してから約15年、もとは雑木林だった土地をコツコツと開墾し、生産力の高い農園を作り上げてきました。JAをはじめ、島内の各商店に出荷する野菜は「おいしくて長持ちする！」と評判です。

農園にはズッキーニやネギ、ダイコン、カブ、キャベツの他、バターナツカポチャなどの珍しい品種も含め、常時10種類近くの野菜が栽培されています。

畑の脇には、ムラーさんが自分で建てたとんがり屋根の鶏舎があり、平飼いのニワトリが約90羽、元氣よく走り回っています。鶏舎の逆側の奥には、山の斜面を切り拓いて作った階段状の畑にサツマイモの長い畝がずらり。その向こうにも農地を拡大予定で、開墾中のエリアには40頭のヤギが放たれ、のんびり草を食む姿が見えます。雑木林を農地へ変えるプロセスでは、草を食べてくれるヤギの存在が重要なのだとか。

「子どもの頃から食べものを自分で作ることに興味があった。でも、両親の勧めで大工になり、ドイツの他、イギリスやスイスで働きながら『いつかは農業をやりたい』と夢見ていた」と話すムラーさん



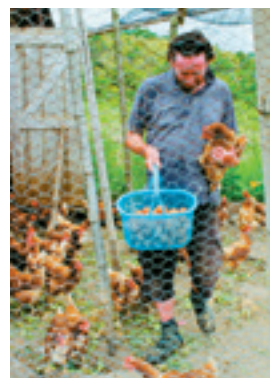
取材時にはダイコンなどが収穫を迎えていました

ん。その後、縁あって海士町に移住。豊かな自然とともに生きる島の暮らしに魅了され、この環境なら自分ができる！と、有機農業への挑戦を始めました。

**おいしい野菜の秘密は、
精魂込めてつくってきた「土」**

島の飲食店や宿の料理人から絶賛されているムラーさんの野菜は、島で唯一のホテル「Entôt」でも使われています。その味に感動した観光客が、本土へ帰るフェリーに乗る前にわざわざ畑に立ち寄り、野菜をお土産に買って帰ることも。

なぜ野菜がおいしいの？と聞くと、「土のおかげだよ！」と胸を張るムラーさん。表面約7センチの浅い層だけトラクターで耕して、あとは畑の中に空気を入れるようにフォークを入れ、丁寧に手で耕していきます。この耕し方をする中で土の中の微生物が増えるのだそう。ムラーさんは「うちの野菜が長持ちするのは土が豊かだから。農業や化学肥料を使わないことだけが大事なんじゃないくて、どれだけ土の面倒を見ているかが野菜の味や日持ち



タマゴを産み、土づくりも助けてくれるニワトリはムラーズファームにとって欠かせない存在です



目でも楽しませてくれる多種多様なムラーズファームの野菜

を左右すると思う」と話します。

飼っているニワトリは、タマゴを販売する他、鶏ふんを有機肥料として使っています。島内で生産される牛ふん堆肥も購入し、土づくりに活かしています。ただ、農業を使わない栽培法は手間がかかるのも確かです。ムラーさんは「例えば今年の春は天候のせいか初めてナメクジが発生したので、専用の手袋をして丁寧に取り除いた。毎年色んなことが起きるけど、すべてが経験。とにかく日々勉強だね」と話します。

ファーマーにもビジネスマインドは必須。 販路開拓やファン作りも積極的

ムラーさんは販路開拓や販売促進にも熱心です。島内ではJAや主な商店、宿、飲食店などに出荷。サンプルを送るなどしてこまめに営業し、隠岐の島町のスーパーや松江市のスーパーなど島外の販路も確保しました。また、インターネットでは、産直野菜の通販サイト「食べチョク」での販売に力を入れています。ムラーさんは「多品種の野菜を作っているのは、食べチョクで売る際に箱に詰めて見栄えが良いように。珍しい野菜も入れるとサプライズがあって良いですよ」と話します。今は毎週、定期的に買ってくれるお客様も増えてきており、応援してくれるファンが増えていると実感していると言います。

今が旬のズッキーニ。実は海士町で最初に栽培したのはムラーさんでした。移住当初、まだ島ではズッキーニを売っておらず、食べたくて自分で作ったのが始まり。するとだんだん知名度が広がり、他の生産者も栽培するようになって、今では人気野菜の一つに。野菜を上手にPRして野菜好きが増えれば、島の食が豊かになると同時にムラーズファームのファンも

増える。そんな好循環を

目指して、イベントやSNSを利用して情報発信に今後力を入れていく予定で、通販サイトも制作準備中とのこと。

隠岐の有機野菜のパイオニアでありたい。 原動力はパッション

他の生産者と助け合う「おたがいさま」は島の文化。ムラーさんも地域との繋がりを大切にしています。「農園の土地やスタッフ用のシェアハウスも地元で借りている。地域の人が農作業を手伝ってくれているのはとてもありがたい。本当にたくさん助けてもらっているから、できることで恩返しをしています」とムラーさんは話します。

仕事の充実ぶりがうかがえる一方で、とても忙しいそうなるムラーさん。リラクゼーションの時間もすべて農園にあると言い、スタッフとのお喋りやBBQが良い息抜きになっています。

「自分にとって農業は人生そのもの。夢見ること、食べることを考えること…生きることすべてがここに詰まっている。だから忙しくても頑張れる。原動力は、パッション(情熱!)」と笑顔を見せました。



農園のスタッフたちとお喋りするムラーさん



ズッキーニを収穫し笑顔のムラーさん

目標は、隠岐4島で初の有機JAS認証を取得すること。認証のために使用する資材にも条件があり、コストも手間もか

かりますが、これからも有機にこだわると決めています。ムラーさんは「有機栽培は大変だけど、認証されて島でブランド化していけたら希望はある！野菜以外にも、例えばヤギのミルクやチーズ、ソーセージ作りなどやりたいことはいっぱい。理想の農園までまだ途中だけど、仲間を増やして、少しずつ実現していきたい」と語りました。



理想の農園を目指すため、今後もムラーさんの挑戦は続きます

旬野菜・ズッキーニの美味しい食べ方

ズッキーニはカボチャの仲間で、油との相性も抜群。パベキューで焼くだけでもおいしいですが、衣をつけて揚げるとモチモチ！フライにはヨーグルトソースをかけるのがムラーズファーム流。ヨーグルトに塩と蜂蜜、おろしニンニク、刻みハーブ、レモン汁を混ぜたソースで、ギリシャ料理風のご馳走になります♪ニンニクと一緒にオリーブオイルで軽く炒めてから生野菜にトッピングするのもオススメです😊花もフライにして食べられますよ！ぜひお試しください♡



ズッキーニのフライ・ヨーグルトソースがけ(手前)と、炒めズッキーニのサラダ



楽しみがいっぱい!

直売所にてかけよう



皆さんは地元の直売所へよくおでかけしますか？新鮮な農畜産物、地元の旬を感じられる、珍しい野菜と出会う…などなど魅力がいっぱいですよね😊今回は、直売所を楽しむポイントとともに県内の直売所を紹介していきます！

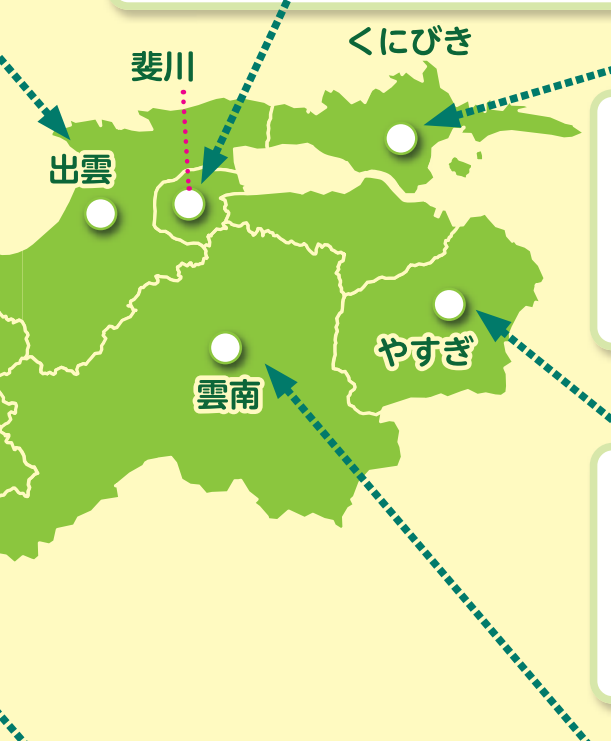
「花と野菜の産直市場」JAしまね斐川グリーンセンター

出雲市斐川町にある斐川グリーンセンターは、季節ごとの新鮮な野菜や花が豊富でお客さんに喜んでいただいている地域密着型のお店です。これからの時期は、出西生姜や枝豆、タマネギなど地域の特色ある農産物や、定番のトマト、キュウリなどの夏野菜が早朝からぞくぞくと持ち込まれます。お盆に向けて菊やストックなど切り花も充実していきます！



地元産の新鮮な野菜や花を豊富に取り揃えているお店ですので、たくさんのご来店をお待ちしています！

朝一で持ち込まれた旬の野菜詰め合わせ「くにびきっ」の発送も承っています😊



JAグリーンつだ

「JAグリーンつだ」は、新鮮な野菜はもちろん切り花の品揃えも充実のJA直売所。その場で精米する「今ずり」のお米も販売しており、毎週日曜日には5キロ以上を購入するとたまごをプレゼントする人気の企画も…！これからの季節は夏野菜の出荷が本番を迎え、8月にはお盆に向け売り場を広げて花の即売が行われます😊



道の駅あらエッサ「なかうみ菜彩館」

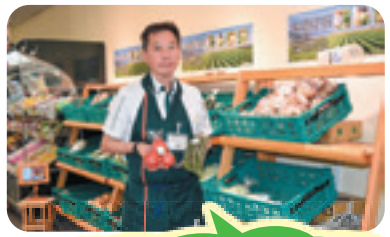
安来市の道の駅あらエッサ内の「なかうみ菜彩館」は、県外や市外からの来店客が「安来」と「四季」を感じることができるJA直売所。出荷される農産物はもちろん、店内の装飾や季節の行事に合わせたイベントなどで来る人を楽しませています。これからの季節は、トウモロコシを始めとした夏野菜やブドウ、メロン、二十世紀梨が棚に並びます😊



安来を感じられる直売所にぜひ足を運んでいただき、四季をご堪能ください！

Aコープ直売コーナー

JAしまね島根おおち地区本部管内のAコープ3店舗（いわみ店・おおち店・かわもと店）に設置している直売コーナー。シャインマスカットや夏野菜、白ナスなどの西洋野菜まで旬の農産物が勢ぞろい。出荷される野菜のファンで遠方の家族に送るために訪れる方もいる人気のコーナーです。生産者オススメの調理法も紹介されているので要チェックですよ◎



手頃な価格で新鮮でおいしい野菜を常に提供しています。ぜひお越しください！

たんびにきて家

道の駅「さくらの里きすき」併設の「たんびにきて家」は、雲南地域（1市2町）から農畜産物や加工品が集まります。同地域は平たん地から高冷地まで有するため出荷物の種類がとにかく豊富。名物の焼き鯖寿司や、夏場にはプラムや桃、ブドウなどが出荷され、新鮮な果物を求めて来店されるお客さんと賑わいます！



多くの方が出荷されているので、たくさんのお農産物や珍しいものと出会う直売所です😊

地元の直売所を利用＝「国消国産」「地産地消」につながる！

「国消国産」とは、JAグループが提唱している「国」民が必要とし「消」費する食料はできるだけその「国」で生「産」するという考え方のこと。これを身近なところで考えると「地産地消」になります。できるだけ国産、地元産のものを手に取り、食べることが生産者の皆さんや日本の農業を応援することにつながります！



©よい食P

直売所を楽しむ! 4つのポイント

JAグリーンおおだ

JAグリーンおおだ「産直市」は、288人の会員が四季折々の野菜や加工品、生花、苗物などを出荷しています。毎週月・水曜日には地元女性グループによる特産品「箱寿司」やお惣菜、地元蒲鉾店とJAがコラボした地元産アスパラガスを使ったカレー風味の天ぷらも販売しています。これからはキュウリ・トマトなどの夏野菜で棚が埋まります!



笑顔いっぱい皆さまのご来店を心よりお待ちしております! ぜひお立ち寄りください!

1 地元の採れたて新鮮な農産物が手に入る

「採れたてのおいしさを届けたい」そんな農家さんの気持ちが詰まっています。季節によって出荷される商品が変わるので、旬の味が楽しめます!

2 農家さんの顔が見える農産物

商品に農家さんの名前が付いているのは、商品の安全に自信をもっている証。お店で農家さんと出会ったら、商品の選び方や食べ方などを聞いてみるチャンス!

3 量販店では味わえない「選ぶ楽しさ」

直売所には同じ野菜でも形や色、味が違う多くの種類が並びます。これは農家さんが、少しでも他の人と違った作物を作り、消費者の皆さんのニーズに合うように工夫しているから。

4 直売所ではしか買えない「加工品」も大きな魅力

農家さん手作りのジャムや漬物、みそ、お餅など素材の味を生かした商品はどれもおいしさ満点です!

ラピタ農産物直売コーナー

JAしまね出雲地区本部が運営する生活購買店舗「ラピタ」8店舗の農産物直売コーナーでは、「安全・安心・新鮮」をモットーに地元農産物や加工品を販売しています。売り場に残ったものは翌日引き取るなど保管ルールを徹底しており、売り場には常に新鮮な農産物が並びます。夏場はナス、キュウリ、トマトなどの夏野菜が売れ筋商品です!



安全・安心を基本に消費者ニーズに応えていきます!

隠岐地区本部

JAしまね隠岐地区本部では、リースハウス事業でハウスを増設した島内生産者が栽培したキュウリやトマトを拠点となる同地区本部に集荷し、隠岐どうぜん地区本部管内のグリーンストアや直売所などへ納品しています。また、隠岐農産物生産者協議会野菜部会員が栽培したキャベツやジャガイモ、ネギ、ホウレンソウ、タマネギなど主要野菜を学校給食用の食材として給食センターへ納め、子どもたちに地場産野菜を食べてもらおうなどの地産地消に積極的に取り組んでいます。



JAで集荷すると出荷担当が検品した後、「隠岐育ちシール」を貼って出荷します。このシールがJAで検品した隠岐産の証!

グリーンストア

JAしまね隠岐どうぜん地区本部管内には直売所が併設されたグリーンストアが3店舗(西ノ島町・知夫村・海士町)あります。季節の旬の農産物はもちろん、シーズンには海産物やお寿司なども並びます。これからの季節は、毎年お客さんから好評をいただいている各種ブドウや桃、梨などが並ぶ予定です!



地元農家の皆さんが作った野菜や果物が並びますので楽しみにしてください!

愛菜果市「旬」

益田市内のAコープ2店舗にある愛菜果市「旬」は、葉物野菜や根菜類、果物、さらには加工品も多種多様で、時期にあった旬のものを提供することを基本としています。小菊を中心に四季折々の切り花がたくさん並ぶのも強み。梅雨が明けるとナス、トマトなどの夏野菜が所狭しと売り場に並び、柏餅や梅漬け、らっきょう漬けも出荷されます!



安全安心な新鮮野菜の提供を基本に、誠実で適正な価格表示を心がけて出荷いただいています。お客さまにも好評です!

きんさい市場 黒川店

季節の山の幸などは産直ならではですよ! 収穫したての新鮮な野菜や果物が並びます。近年は切り花も豊富でお花を楽しむ方も増えています。夏の時期は枝豆やミョウガ、スイートコーン、スイカ、トマトが、果物ではブドウや梨、柑橘類が人気です。きんさい市場では、とにかく元気なスタッフが皆様をお待ちしています!



おっ!この時期かあって感じたりして、季節のものをその時期に食べてほしいです。時々行うぶちイベントにもぜひお越しください!

お知らせ：次回8月号は総代会特集!

6月25日(日)に開催した第9回通常総代会の様子は、8月号の特集面にてご紹介いたします。

本来であれば7月号にて皆さまにお繋ぎするべきところですが、作成スケジュールの都合上、8月号への掲載とさせていただきます。

なお、総代会情報は、先行して当JAのホームページへ掲載していますので、ぜひご覧ください。





現場の声を
聞きたい

組合長が行く！



今月の
訪問先

J Aしまねやすぎ地区本部管内

- 田口好美さん・一成さん ● 安来地域バイオマスリサイクルセンター
- 農事組合法人ファーム宇賀荘 ● 石橋農園
- 砂流牧場 ● しふおんながた

今回は、田口好美さん・一成さん、安来地域バイオマスリサイクルセンター、農事組合法人ファーム宇賀荘、石橋農園、砂流牧場、しふおんながた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。

田口好美さんと一成さんは、水稲や和牛繁殖を家族3人で経営。昨年は全共鹿児島大会に県代表牛を出品するなど県内の和牛生産を牽引しています。牛舎を新設し増頭していることや自給飼料についてなど意見を交わし、一成さんは「市場へ出荷する際に、複数頭につき1人で対応できるように出荷体制を作ってほしい」と要望されました。有限会社サンコーブ雲南が運営する安来地域バイオマスリサイクルセンターは、家畜ふん尿と下水汚泥を堆肥化する処理施設。酪農家10戸と島根県東部浄化センターが利用し、年間で家畜ふん尿を約3,500トン、下水汚泥を約3,000トン処理しています。堆肥は管内の営農組合や個人農家へ販売されており、資源循環型農業の一翼を担っています。

農事組合法人ファーム宇賀荘は、水稲とエコ大豆を栽培し、環境にやさしい農業に取り組みられています。中でも、どじょうを放流した水田で化学肥料・農薬を使わず育てたブランド米「どじょう米」の取り組みでは、昨年3月に有機JAS認証に対応した乾燥調製施設を竣工し、同年8月には有機JAS認証を取得。同法人の岡田一夫代表理事組合長らは「玄米の保

管が難しいため、有機JAS認証に対応した保管倉庫ができる」と助かる」など要望されました。石橋農園の石橋賢一郎代表は、ハウス7棟で「紅ほっぺ」を中心に4品種を栽培し、うち1棟のハウスでは新たに高設栽培にも挑戦されています。就農した経緯や自分に合った苗を作るため育苗を行っていることなどを伺いました。石橋さんは「苗の特性や温度管理、定植時期をずらして常にイチゴがとれる状態を目指している」と目標を話しました。砂流牧場は、約100頭の乳牛を飼育。地域の田んぼや河川敷を整備し牧草を栽培する他、教育の一環で子どもたちを受け入れるなど幅広く活動されています。同牧場の砂流啓二さんと裕美子さんは、依然として続く畜産業界の厳しい状況や燃料費・電気代の値上がりの影響、高齢化による獣医師不足など今後の酪農業界について活発に意見を交わしました。



バイオマスリサイクルセンターの発酵棟を視察する石川組合長ら



牛舎を案内する好美さん(左)と一成さん(左から2番目)



乾燥調製施設について説明を受ける石川組合長ら



石橋代表(左から3番目)と石川組合長(左から2番目)ら



裕美子さん(前列左から2番目)と啓二さん(前列左から3番目)と活発な意見交換を行いました



永田さん夫婦にサンプルの米粉について説明する石川組合長(右)

しふおんながたは、永田瞳さんと健志さん夫婦が経営。米粉のパンとシフォンケーキを製造・販売しています。管内の米農家とやすぎ地区本部との三者契約で米粉を納入し、健志さん自らも米粉の原料の「きぬむすめ」を生産しています。J Aしまねが米粉事業に取り組んでいることを伝えた石川組合長は米粉のサンプルを手渡し「使った感想をぜひ教えてほしい」と話しました。

組合長から一言



今回は、和牛繁殖農家の田口好美さん・一成さん、有機JAS認証に対応して米の乾燥調製施設を導入された農事組合法人ファーム宇賀荘、イチゴ栽培農家の石橋賢一郎さん、家族で酪農経営をされている砂流牧場、地元産の米を使って米粉パンを製造されているしふおんながたと意見交換をさせていただきました。その他、安来地域バイオマスリサイクルセンターを訪問し、家畜ふん尿や下水汚泥を原料とする堆肥の製造施設を見学させていただきました。今後、ペレット堆肥の製造についても本格的に取り組むとのことであり、有機農業を進める上で大いに期待したい。



📺 巡回の様子を収めた動画はコチラ

組合長より一言
育児放棄
されし子牛や
今年竹



topics 1

島根ぶどう主力品種「デラウェア」を福岡県でPR



JAしまねと島根県は6月10日、主要な販売先の一つである福岡県で島根ぶどうの主力品種「デラウェア」の出荷ピークに併せ、トップセールスを行いました。同JAの石川寿樹組合長や丸山達也知事ら関係者約20人が同市内の青果市場と量販店を訪れ、「デラウェア」を始めとした県産品をPRしました。

福岡市中央卸売市場青果市場では、石川組合長が市場関係者に日頃からの取引に感謝を伝えながら「農産物の生産は厳しい状況にあるが、若手生産者も頑張っているため今後も県産『デラウェア』の販売をお願いしたい」と販売促進への協力を求めました。また、セリ前には「デラウェア」と「アムスメロン」の試食も行い、市場関係者らに旬の味覚を味わってもらいました。

量販店のサンリブ木の葉モール橋本では、「デラウェア」をメインに、タマネギやシイタケ、アスパラガス、ブロッコリーなどを販売。「デラウェア」の試食をすすめながら来店者へ魅力を伝えました。試食した来店者は「甘くて食べやすい」と感想を話しました。



サンリブ木の葉モール橋本で旬の「デラウェア」をPRする石川組合長（右）と丸山知事（左）

topics 2

積極的なJA運営参画へ JAしまね女性総代研修会を開催



JAしまねは5月31日、出雲市のラピタウェディングパレスで女性総代を対象とした研修会を4年ぶりに開きました。9地区本部から女性総代54人と役員らが参加し、JA運営参画への意識を高めました。

研修会では、同JAの日高光弘専務がJA運営への女性参画について情勢報告をした後、中国四国農政局経営支援課の堀越英樹課長が「女性参画が求められる背景と今後の展望」と題して講演。全員が参加できる・生きやすい社会に向け、新しいルール作りが求められていることなどを伝えました。また、同農政局島根県拠点の新田勇総括農政推進官が「しまね農業女子」の取り組みについて紹介しました。

後半は、11グループに分かれグループ討議や意見交換を実施。テーマごとに話し合い「JA運営に女性参画を進めるにも、今回のような研修会へ積極的に参加し情報を得ることが重要」「会議などに女性が参加しても大した意見が出ないのではないかと感じられることがある」など意識改革が課題となる意見が出ました。

同JAの石川寿樹組合長は「女性の声によりJAに届きやすい環境づくりを進め、JAの事業運営に女性参画が当たり前となる組織とするために現状や課題を考え、今後の事業運営に活かしていく」と話しました。



講演を真剣に聞く参加者ら

topics 3

「世界牛乳の日」に県内酪農・乳業代表者らが知事を訪問



島根県内の酪農関係団体でつくる島根県牛乳消費拡大運動実行委員会は6月1日、「世界牛乳の日」に合わせて丸山達也知事を訪れ、県産牛乳・乳製品の消費拡大や生産コストの高止まりなどで厳しい酪農業界への支援を求める要望書を提出しました。

同委員会メンバーで島根県酪農協議会の西谷悟郎会長は「酪農の実態を伝え、酪農の生産基盤維持と後継者が就農できるような環境を国として作ってもらえるよう要請をお願いしたい」と訴えました。丸山知事は「県としてもできる限りの対策を講じていきたい」と応えました。

この日は消費拡大のPRとして、丸山知事に試飲してもらおうと県産牛乳を用意。丸山知事は牛乳を一気に飲み干すと、県産牛乳・乳製品の消費拡大を県民に呼びかけました。



丸山知事（中央）らとともに消費拡大をPRしました

topics 4

島根たまねぎ出荷始まる!



JAしまねは5月24日、出雲市斐川町のJAしまね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。初日は約10トンの「七宝早生7号」を選果。今年産の同施設の出荷量は2,095トン計画し、9月中旬頃まで1日約20トンの出荷が続く予定です。

タマネギの県産地化を目指す同JAは、主産地の斐川町に県内全域のタマネギ調製保管拠点として施設を建設し、昨年度から稼働を始めました。根と茎を処理するタッピングマシンや1日35トンの処理が可能な選別機、乾燥と低温貯蔵ができる保管庫を備え、生産者の作業負担の軽減にもつなげていきます。

今年産は、十分な日照時間と適度な降水量で仕上がりが上々で、収量にも期待がかかります。同JAの担当者は「高品質な『島根たまねぎ』を消費者に届けたい」と話しました。



島根たまねぎの選果を行う選果スタッフら



想いをひとつに✿ しまねの女性部!

JAしまね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2年目です。

つなごうみ まもろうみ かかわろうみ
の3つの具体的目標を掲げ活動します。



住田奈々部会長
(石見銀山)



及川聡美副部会長
(やすぎ)



中島久美子副部会長
(雲南)



池田琴恵委員
(くにびき)



永瀬美和委員
(出雲)

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、「仲間を輪を広げ、活動内容の更なるステップアップを目指そう！」をキーワードに、楽しく活動しています。
令和4年度は新型コロナウイルスの影響で思うように活動ができませんでしたが、令和5年度は役員改選を行い、新メンバーで楽しいイベントをたくさん企画し、部会員同士の交流を深めることから始めていきます。
7月末には、『ちやぐりん』を活用した親子参加型イベントを開催し、食への関心を高めるきっかけ作りをお手伝いします。
今年度、一段とパワーアップしたフレッシュミズ部会は、新役員を筆頭に仲良く・元気に活動していきます。



一所懸命青年連盟

JAしまね石見銀山青年連盟

JA YOUTH

はやし だいすけ
林 大輔さん



地産地消に取り組み、
農業を通じて、
地域に貢献して
いきたい

JAしまね石見銀山青年連盟(以下、農青連)に加入している林大輔さん(38)は、大田市長久町で約600アールの耕作面積で、水稲と飼料用稲(WCS)、大豆の栽培を兼業で行っています。
非農家の生まれで農作業の経験はこれまでありませんでしたが、高齢化などに伴い離農する農家が増える中、農業をビジネスチャンスととらえて就農しました。
1年目は同町の生産者のもとで指導を受け、2年目からは同生産者の農地などを継承し今年で3年目になります。
「目標は20ヘクタールまで面積を拡大し、雇用の創造をすること」と話す林さん。そのためにもまずは10ヘクタールを一人で作業できるようにしなければと日々奮闘中です。
農業の魅力について「一生懸命作ったものを美味しいと喜んでもらえることが何よりも嬉しい」と語りました。
他にも地元保育園を対象に田植え体験や収穫体験、きたお米を提供するなど食農教育活動にも積極的に取り組んでいます。最後に「農業のイメージを変えたい」とその想いを語ってくれました。

令和6年版

J Aしまねカレンダー用 絵手紙募集!

イメージ



J Aしまね令和6年版カレンダーに使用する絵手紙(テーマは「農業・農畜産物・花卉」)を募集します。
作品採用者には農協全国商品券5,000円を贈呈

詳細はJ AしまねのHPをご覧ください。



絵手紙作品テーマ

島根県内で生産されている農畜産物や農業に関わる絵手紙であれば、種類を問いません。

- ① 農業 (稲刈り、芋掘り、田園風景…など)
- ② 農畜産物・花卉 (しまね和牛、デラウェア、トルコギキョウ…など)

- 応募資格 / 島根県内在住者
- 募集期間 / 令和5年9月13日(水)必着
- 応募方法

- ・ 応募サイズは、郵便ハガキ (100×148mm)
- ・ 1人5点、コピー不可
- ・ 応募作品の返却はいたしません
- ・ 応募の際は、自作絵手紙の表面に ①住所 ②氏名(ふりがな) ③電話番号をご記載の上、応募先までお送りください。

■ 応募・お問合せ先

〒690-0887 松江市殿町19-1 J Aしまね ふれあい福祉課 令和6年カレンダー係
電話：0852-67-7704 FAX：0852-67-7708

9/13(水)必着

<注意事項>

【応募に関する事項】

- (1) 費用の扱い
デザイン画の作成及び応募にかかる費用はすべて応募者の負担とし、応募作品は返却しません。
- (2) 失格となる場合
提出書類に虚偽の記載をした場合・募集要領の条件を満たしていない場合
- (3) 個人情報の取り扱い
応募者の個人情報は、応募作品の選考、採用通知、採用作品の発表、賞品の授与のために使用します。採用された作品の作者氏名、住所の市町村名などについて公表します。
- (4) その他
応募作品の不達等、送付中の事故については、一切の責任を負いかねます。

【著作権等の帰属に関する事項】

- (1) 応募作品は、第三者が著作権等を利用していないものに限りします。
- (2) 応募作品は、応募者が商標登録出願又は意匠登録出願を行っていないものに限りします。
また、応募者は、応募後においても、応募作品についての商標登録出願又は意匠登録出願を行わないものとします。
- (3) 採用作品に関する意匠登録を受ける権利及び著作権(著作権法第27条及び第28条に規定される権利を含む)は、全てJ Aしまねに帰属します。また、採用作品に関する上記権利の譲渡対価は賞金をもって充てるとします。
- (4) 採用作品の著作人格権は行使できないものとします。
- (5) 採用作品は、J Aしまねがデザインの一部を修正・変更する場合があります。
- (6) 採用作品は、採用決定以後、J AしまねのカレンダーやHP、SNS等において自由に使用できるものとします。
- (7) 応募作品について第三者から権利侵害等の警告又は訴えがあった場合、その作品を応募した応募者は、その解決に全面的に協力するものとします。

組合員からの情報提供窓口について

当組合の監事は、経営の健全な発展に資するため、農協法(法第35条の5)および農協法施行規則(第81条)に基づき、理事の職務の適正な遂行を阻害する行為に関する情報(組合経営に関する事象に限る)の提供を受付けています。

当組合理事の組合経営に関する気になる行為について、封書またはEメールにて下記宛に連絡くださいますようお願いいたします。

島根県農業協同組合 監事会

連絡先：住 所 〒690-0887 松江市殿町19番地1
Eメールアドレス kanji.hon@ja-shimane.gr.jp
部 署 名 監査部
受 付 監 事 常勤監事

※当組合の業務に関する一般的な苦情については、担当部署または支店で受付けていますのでご利用ください。
※ご厚意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する内容のものは受付いたしかねますので、予めご了承ください。

理事会情報 (5月30日開催)

【協議事項】

- ① 露地野菜の県央育苗拠点の整備について
- ② 令和5年度補助事業の実施について
- ③ 令和4年産島根米買取価格の設定について
- ④ 出雲地区本部葬祭利用料金変更に伴う葬祭会館及び葬祭具利用管理規定の改定について
- ⑤ 信用事業方法書(為替取引)の一部改正について
- ⑥ 令和5年7月18日付け隠岐どうぜん地区本部の機構改革の実施について
- ⑦ 令和5年度業績還元の取扱いについて
- ⑧ 令和4年度決算の承認について
- ⑨ 第9回通常総代会への附議議案について
- ⑩ 本店子会社等への役員の派遣及び推薦について
- ⑪ 大口貸出について

- ⑫ 定款及び定款附属書総代選挙規定の一部変更について
- ⑬ 通常総代会にかかる「総代会参考書類」および「議決権行使書」の取り扱いについて
- ⑭ 第9回通常総代会における功労者表彰について
- ⑮ 「西ノ島町特定地域づくり事業協同組合」への加入について
- ⑯ 自己改革工程表の策定について
- ⑰ 食料安全保障の強化に向けた食料・農業・農村基本政策の確立に関する特別決議について
- ⑱ 「従たる事務所」の変更登記について
- ⑲ 常勤理事の他の団体理事等への就任について
- ⑳ 役員報酬総額等の設定について
- ㉑ 島根県常例検査書(斐川地区本部)の回答について



益田メロン記念すべき節目の年の始まり

今年産のアムスメロンは、2月中旬から順次定植が始まり、3月初頭の早朝に厳しい冷え込みがあったものの、3月中下旬の気温が高めに推移し生育は前進傾向となりました。病害虫被害も見られず生産者の弛まぬ努力によって、糖度・形状（サイズ、ネット）共に最高のメロンに仕上がりました。

益田メロン部会の大場尚俊部会長は「春先の天候不順等で決して楽な年ではなかった。益田アムスメロンの生産が始まって今年で50年になる。これまで培ってきたものと生産者の皆さんの技術の向上によって今年も大変いいものに仕上がった。益田市ではメロンの新規就農者も育っており、関係機関も一体となって産地を支え益田メロンの支持者増大につなげてもらいたい」と話します。

出荷初日から2週間が経過した6月の第2週目には選果ピークを迎え、日量約20トンの出荷量で4,000ケースの製品を県内外の各市場へ発送しました。

また、6月9日からは恒例となった飯田選果場テント村も開設し、多くの根強いファンの方々が朝早くから販売開始を待っていました。

初日の列の先頭に並んでいたご夫婦は、「近所・友人にも頼まれて広島から前泊で買いに来ました。毎年この日を楽しみにしていて、この益田のメロンを食べたらほかのものは食べられません」と、トランクと後部座席に26ケースを積み込んで帰って行かれました。

アムスメロンが終わると8月上旬頃まではアールスメロンの出荷が続き、10月上旬の秋作アールスメロンの出荷へとつながります。



大場尚俊部会長





益田市山本市長へ瓶詰め匹見山葵 「わさびしょうゆ漬け」のリニューアルを報告



J Aしまね西いわみ地区本部は、5月25日山本浩章益田市長へ、匹見町の特産品である山葵の醤油漬けを、これまでのビニールパックから瓶入りにリニューアルして販売を始める旨の報告を行いました。この日は、J Aしまね西いわみ地区本部田村清己本部長と営農經濟部の職員が、益田市長室を訪問し、「パック以外に瓶入りがあればお土産などにも使える」といった消費者からの意見がきっかけとなった経緯等を説明しました。

説明の中で、寺戸聡担当職員は「匹見町の山葵は、これまで益田市街地での流通量が少なく、これを契機に市内スーパーや量販店等に新たな販路を開拓し、この美味しい匹見山葵を一人でも多くの人に食べてもらいたい。益田市の協力をお願いします」と話しました。

試食の提案を受けて山本市長は少量を口に運び、「これはご飯が進みますね」と感想を述べられ、同席した梅津明則産業経済部長からは「お酒も進みますよ」と声が上がりました。

地元では12月から1月頃の新芽を「ガニ芽」と呼び、辛みが最も強く感じられることから、醤油漬けにして食べる方法が一般的な食べ方として知られています。

今年度は120g入りの製品2,000本を製造する計画です。



第1回J Aしまね西いわみ地区本部 全役職員会議

J Aしまね西いわみ地区本部は5月20日、益田市民学習センターで令和5年度第1回全役職員会議を行いました。

田村本部長の挨拶に続いて、永年勤続表彰（30年1人、20年4人、10年5人）、令和4年度J Aしまね信用事業業績表彰を行い、続いて藤井孝彦経営管理課長が令和4年度事業実績の報告を行いました。

次に、なごみの里農産加工所の藤田恭裕氏より、「粟が地元にあるということ」と題して、自身のこれまでの足跡紹介と新たな商品開発など、身近にあるあらゆる可能性についてご講演をいただきました。

最後にコンプライアンス研修を行い、椋木鉄也統括部長が組合員利用者との信頼関係構築について触れ、全役職員が法令順守による業務遂行の重要性を再確認しました。



津和野経済センター 展示即売会



J Aしまね津和野支店（竹長隆支店長）は、6月9日津和野経済センターで肥料・農薬など農業資材や生活用品の展示即売会を開催しました。

この日は梅雨の中休みを思わせる好天に恵まれ、開店時から多くの来店者で賑わいました。

田植えもひと段落し、今後の畦畔管理・雑草対策に大型規格の除草剤や草刈り機、秋の収穫に向けた玄米保冷庫・米櫃クーラーといった貯蔵器などをご購入いただきました。

店舗内グリーンセンターしろやまでは、産直コーナーにおいて野菜などの販売も行い、多くの方にご購入いただきました。今回は秋10月頃に開催する予定です。



益田東部農地開発営農組合 通常総会

益田東部農地
開発営農組合
(山崎安夫組合
長)は5月14日、
益田市遠田町の
中遠田集会所で令和4年通常総会を
開催しました。



冒頭、山崎組合長は「コロナ禍も
落ち着き、総会が開催できてよかつ
た。草刈り活動など、活動自粛時の
対応が困難だったがご協力いただき
有難うございます」とあいさつしま
した。

議事では
令和5年の
計画として
新型コロナウイルス
の影響で控
えていた鳥
獣害対策講
習会の開催
を希望する
声や、幹線
道路にかか
る立木や工
事車両の運
行について
の意見があ
りました。



美都町水稲生産者部会 通常総会



美都町水稲生産者部会(寺戸和憲部会長)は、6月5日
ふれあいホール美都で令和4年度通常総会を開催しました。

開会に当たり寺戸部会長は「これまで現地研修会等を開
催してきたが、規約に定めるような個々の農業経営や地域
のために役立つ十分な活動に至っておらず、この総会で皆
さんの意見を拝聴し、有効な部会運営と今後の活動につな
げていきたい」また、新たな農業政策みどり食料システム
戦略について触れ「故山下惣一さんの著書(振り返れば未
来)の中に『農業の基本は循環』との記載がある。この取
組みを継続することが大事であり、私たちも土を大切に
作っていくことが重要だ」と挨拶しました。

続いて、JAしまね西いわみ地区本部田村清己本部長が
挨拶を行い、寺戸部会長が議長を務め審議が行われ、全て
の議案が承認決定されました。第8号議案役員改選では現
役員全員が再選され、互選の結果寺戸和憲部会長の再任が
決定しました。

総会終了後、益田市産業経済部農林水産課から地域計画
の策定、みどりの食料システム戦略についての概要説明を
受け、最後にDVD「食の安全を守る人々」を視聴しました。

美都町柚子生産者組合 通常総会

美都町柚子生産者組合(齋藤正明組合長)は、6月
8日美都町ふれあいホール美都において令和4年度の
通常総会を開催しました。

開会に当たり齋藤組合長は「長いコロナ禍もようや
く終息を迎えた感があり、書面議決で済ませていた総
会も、こうして一堂に会して行うことができるように
なった。前役員の方で搾汁施設も再整備され、安心
して出荷ができるよう受け入れ態勢も整った。今年産
の出荷量増に期待したい」と挨拶しました。



JAを代表してJAしまね西い
わみ地区本部田村清己本部長は、
「果樹の隔年結果による収量の増
減はあるものの、令和4年産を取
り返すべく今年産の出荷量増大を
お願いしたい」と挨拶し、美都ポ
ン酢や柚子ワイン等の県内外での
取り扱いについ
ても紹介しまし
た。

その後、齋藤
組合長を議長に
選任し、全ての
議案について承
認決定しました。
第5号議案役員
改選では、齋藤
正明組合長の留
任で新年度がス
タートしました。





まちむらネットワーク

赤雁農村歳時記 田んぼアート（田植え体験）

有限会社赤雁の里（渡邊一行代表）とJAしまね西いわみ地区本部は、6月11日市内の幼児・小学生と保護者を含む24人で同市赤雁町の田んぼに、きぬむすめ



渡邊一行 代表

の苗で「アカガリ」の文字を植えました。渡邊代表は開会に当たり「これまでコロナ禍で思うような活動ができなかったが、少しずつだが平時に戻ってきた。みんなは毎日ご飯を食べていますか？今日はしっかりとご飯を食べて思い切り楽しんでください」と挨拶しました。

西部農林水産振興センター益田事務所農業部の職員による植え方指導を聞いた後、スタッフから渡された苗を手に入れた子どもたち、はじめは戸惑いを感じていた子どもたちもアカガリの文字を植え終わる頃には、ぬかるむ田んぼと一体となって楽しんでいました。

アート完成後、参加した子どもたち全員で泥んこドッジボールや旗取りを行い、昼食には北仙道地区女性部の仲間による手造りの柏餅、むすび、酢の物、豚汁が振舞われました。

最後に旗取り参加者に、益田アムスメロン、トマト、ぶどうの景品が手渡され、島根県牛乳消費拡大運動実行委員会の協力で、参加者全員に牛乳（200mlパック）がプレゼントされました。

平成17年に始まり今年で19回目となったこの農村歳時記は、水稻の生育に沿った農業体験で、今後は夏の生き物調査、秋の稲刈り体験、収穫祭を行います。



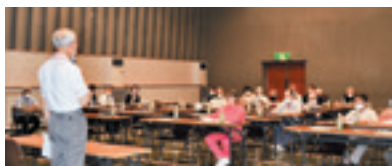
産直コーナー愛菜果市「旬」 通常総会開催

農産物直売コーナー出荷者協議会（大畑秀人会長）は、6月15日益田市市民学習センター多目的ホールにおいて第18回通常総会を開催しました。

開会にあたり大畑会長は「これまでコロナ禍の影響で見送ってきた総会も、徐々に日常を取り戻し本日の開催に至った。高齢者による農機具事故も起きており、経営移譲等農地の引継ぎにおいて様々な困難も想定されるが、本会においても意見を聞き事務局とも協議しながら進めていきたい」と挨拶しました。

続いてJAしまね西いわみ地区本部の田村清己本部長は「米をはじめとする農産物を生産する上で種苗法や農薬の適正使用等厳守すべき法律がある。決められたことをしっかりと守り、出荷いただいた良い物を責任もって売っていくという使命がJAにはある」と挨拶しました。

来賓のあいさつの後、飯田町の松本貴之さんが議長を務め全ての議案を承認決定しました。第5号議案役員改選では大畑秀人会長の留任を満場一致で承認し議事を終了しました。総会終了後に西部農林水産振興センター益田事務所農業部の職員による、農薬の適正使用について資料説明があり、注意事項等再確認しました。



令和4年度 商人榊生産組合定期総会

商人榊生産組合（田中聖司組合長）は、6月17日JAしまね日原支店ひまわりの会議室で令和4年度の定期総会を開催しました。



開会にあたり田中組合長は「出荷量はコロナ前に戻りつつあるが、冬場における市場からの注文に対応しきれない状況にある。昨年実施した市場訪問において、資材価格の高騰等出荷費用増大に対し市場側に理解を求め、価格交渉の結果、益田、浜田両青果市場での単価が引き上げとなり、花満では、M規格の1ケース100束から数量指定（端数）での出荷が可能となった。高齢化による生産量の減少が懸念される一方で、新たな組合加入者を迎えることとなり、今年度の事業計画には、労力の維持生産量の確保に向けて、圃場の継承や更新保全対策を実施する計画を盛り込んだ」と挨拶しました。

JAしまね西いわみ地区本部田村清己本部長の挨拶に続き藤山宏さんが議長を務め、全ての議案を承認決定しました。



JA提供さつまいも苗植え付けに挑戦



益田市立西益田小学校（岩崎伸史校長）では、6月8日同校1・2年生と特別支援学級児童47人が、小学校正門前の宮崎さんの畑で、JAしまね西いわみ地区本部が提供したさつまいも苗（鳴門金時100本）の植え付けを行いました。

西益田小学校

この日作業の指導に当たった地元の農業者4人を代表して、田村稔さんが植え付け深さや苗の向きなど定植方法について説明を行い、その後4班に分かれて全員で定植していきました。

定植を終えた児童は「楽しかったです」「上手に植えられて良かったです」など感想を発表し、お世話になった地元の方々や苗を提供したJAしまね西益田支店大石誠支店長、畑を借りた宮崎さんに元気な声でお礼を言いました。



最後に田村さんから「これからしばらくは雨も降りますが、気温が上がって暑い日が続くような時は忘れず水やりもしましょう」と今後の管理についても話があり、児童のみんなは元気な声で返事をしていました。秋にはみんなで芋掘りをします。

まるに保育所

6月12日、益田市白上町のまるに保育所（本田行信園長）の園児が、保育所近くの橋本敏子さんの畑を借りて、食育の一環としてJAしまね西いわみ地区本部が提供したさつまいも苗（鳴門金時100本）の植え付けを行いました。

最初に園児たちは大豆の種まきを行い、手渡された種子を決められた間隔で3粒ずつ落としていき、先生の「はい、それではお布団をかけてあげましょう」の声で一斉に土をかけていました。

次に岡崎雄一さんによって予め作られた畝の側に並び、置かれていくさつまいも苗を上手に植え付けていきました。

本田園長先生の、「上手にできたね、今日みんなが植えた芋苗や大豆は大きくなったら何になるのかな？」という質問に「焼き芋!」「枝豆!」など返ってくる様々な答えに、園長先生はやさしく微笑んでおられました。



この取組みは平成25年に津和野町を襲った豪雨災害の翌年から、1日でも早い復興を願った被災者を元気づける目的で始まり、15アールの水田で足元に気を付けながらSの形を描くように苗を植え終えた生徒たちは、その後青木さんから今後の稲の生育に関する説明を受け、秋に浮かび上がるSに早くも思いを馳せているようでした。

秋には稲刈りを行い、収穫したお米は津和野高校へ寄贈される予定です。

5月16日、元JA役員の青木和憲さん所有の水田で、島根県立津和野高校の生徒14人と、一般社団法人津和野まちばぐみの皆さんが参加して、恒例となった「S田んぼアート」苗の植え付けを行いました。

この取組みは平成25年に津和野町を襲った豪雨災害の翌年から、1日でも早い復興を願った被災者を元気づける目的で始まり、15アールの水田で足元に気を付けながらSの形を描くように苗を植え終えた生徒たちは、その後青木さんから今後の稲の生育に関する説明を受け、秋に浮かび上がるSに早くも思いを馳せているようでした。



「S田んぼアート」苗の植え付け



水稻中干し講習会



J Aしまね西いわみ地区本部営農経済部米穀課と島根県西部農林水産振興センター益田事務所農業部は、6月6日～6月12日の間、令和5年産水稻中干し講習会を管内23会場で実施しました。

◎中干しの必要性

- ①根に酸素が供給されることで根張りが良くなる (講習会資料から抜粋)
- ②窒素吸収量が減り、無効分げつが抑制される
- ③田面の小さなひび割れで土壌中のガスを放出

◎1株当たりの茎数が、18本程度(コシヒカリ) 16本程度(きぬむすめ)になったら実施

田植え時期	中干し開始時期	中干し期間	
4月末～5月上旬	田植え後 40～45日	砂質土	5日間程度
5月 中旬	田植え後 35～40日	壤質土	5～7日間程度
5月 下旬	田植え後 30～35日	粘質土	7日間程度

講習会参加者からは「毎年藻が発生する田がある。藻は越冬するのか?」「初中期一発除草剤を田植え同時で施用しているが畦際の薬効が低い」「今年の米価はどうか?」といった意見・質問があり、中干しの必要性や適合する薬剤の紹介と、安定した収量確保に向けて各生育ステージにおける留意点等の説明を行いました。



令和5年産米

刈取り講習会スケジュール

月日	時間	地区	場所
8/1 (火)	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	(旧)種事務所前
	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
8/2 (水)	13:30~	中西	中西事業所会議室
	10:00~	鎌手	(旧)鎌手支所
	13:30~	真砂	(旧)真砂事務所

月日	時間	地区	場所
8/3 (木)	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
8/4 (金)	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
	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	仙道公民館
	13:30~	都茂	美都事業所会議室

8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ご相談でき、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。

8月の年金相談会

8月17日(木)西益田支店

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。



組合員の皆様へ



虹のホールますだ

益田東支店感謝祭

人形供養式

令和五年

8月26日(土)

午後3時~7時30分

感謝祭

屋外ステージ
午後3時スタート



吹奏楽演奏 東陽中学校ブラスバンド
益田市民吹奏楽団

和太鼓演奏 和太鼓チームKABUTO

石見神楽上演 上吉田神楽社中

JA女性部演芸

サーラフラメンコサークル

※神楽イメージです



午後2時開式

人形受付

8/25(金)

8:30~17:30

8/26(土)

8:30~13:30

★お願い

不燃物(ガラス製 金属製 陶器製
土製等)はお受けできません。
ケースは、はずしてお持ちください。

葬儀事前相談会: 25日(金)26日(土)

無料 生前遺影写真撮影会: 26日(土)

無料 プロによるフラワーアレンジメント教室
(先着30組)26日(土)※1組1つとなります。

無料 ビーズ腕輪づくり: 26日(土)

展示: 電報コーナー 他

お楽しみ抽選会: 先着150人

屋外各種販売お楽しみコーナー

- お米すくいどりコーナー: 先着順
- ゲームコーナー: 風船無料配布 スーパーボールすくい 他
- 福産: 農業資材大特価販売 ●農機展示コーナー
- ラポくじ引き: ラポカードポイント付与
(10P × 50本)

屋外での催しは雨天の場合中止とします: 前日 25日決定

お問合せ

西いわみメモリアルセンター 電話: ☎ 0120-121-860

JA しまね益田東支店

電話: ☎ 0856-27-0003

縁日コーナー

※ホール内での飲食は
ご遠慮ください

からあげ
ソニメン
焼きそば
ラーメン
クレープ
かき氷
氷
ビール 他



益田市遠田町 972-1



西いわみ地区本部からのおしらせ

メガネ・補聴器の専門店 **PARIS MIKI**

国家検定資格 眼鏡作製技能士
認定補聴器技能者

移動型店舗 店長 狩野 昭弘

メガネ&サングラス **300本**~

高品質フレーム
選べるレンズ

¥13,200~

お問合せ、訪問のご相談は 直通 ☎ 090-6955-1612へ お気軽にどうぞ

令和5年 8月度 JA巡回スケジュール 西いわみ地区

1日(火) 9時~14時	益田グリーンセンター	17日(木) 9時半~13時	匹見事業所
2日(水) 9時半~13時	津和野経済C	18日(金) 9時~13時	日原経済C
3日(木) 10時~13時	六日市経済C	28日(月) 9時~13時	柿木事業所
14日(月) 9時~12時	西益田支店	29日(火) 9時~14時	奥徳温泉(湯元館)
15日(火) 10時~16時	益田中央支店(地区本部3F) トキメキフェア	30日(水) 9時半~13時	匹見事業所
16日(水)		31日(木) 10時~16時	Aコーラボ店 益田支店前

PARIS MIKI

日本製「鯖江製フレーム」
メガネ一式
¥19,800~ 税込

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
超薄型、遠近両用を選んでも
¥8,800~ 税込

トキメキフェア

【メガネと視力の総点検サービス】
~型直し、かけ心地、見えにくい等々~
気になることはございませんか?
他店様でお求めでも お任せ下さい!

2023 Sunglasses
¥3,300~

パリミキの補聴器

パリミキではライフスタイルにあった補聴器選びをサポートいたします。

「もっと気軽に」「もっと簡単に」

66,000円
120,000円
178,000円
268,000円

お題 「あじさい」

9月のお題は「稲刈り」です
ご応募お待ちしております

読者の心

川柳

にしーいわみひろば

色かわる	あじさいの花 これたのし	(益田市)	吉村 芳江さん
母の日の	鉢植えあじさい 星の型	(益田市)	両見かすみさん
プレゼント	今年もみごとな あじさいや	(益田市)	大畑 藤子さん
アジサイは	しとしと雨にも すぐやかに	(益田市)	佐々木いと子さん
あじさいの	おさなき毬に さす光	(益田市)	柳井 文江さん
一雨で	あじさいばつと はなやかに	(益田市)	竹田 雅子さん
ウオークで	色とりどりの あじさいロード	(益田市)	加治イトヨさん
生まれ来た	ヒ孫の名前は あじさいに	(益田市)	小笠原かよみさん
手をつなぐ	あじさいロード 笑みくれる	(津和野町)	豊田 往野さん
雨ががり	あじさいの葉に あまがえる	(津和野町)	大庭 定さん
なつかしい	里のあじさい 思い出す	(津和野町)	廣田美代子さん
あじさいの	満天星の あざやかさ	(津和野町)	古山 包子さん
散歩道	あじさいロード 足軽く	(津和野町)	斎藤 久衛さん
色ついて	雨に濡れたる あじさいよ	(津和野町)	藤井 礼子さん
梅雨晴れて	顎アジサイに あまがえる	(津和野町)	大井 守さん
紫陽花や	小雨の庭の うす明り	(吉賀町)	田村 民子さん
別の名が	七変化とは なるほどね	(吉賀町)	中村恵己子さん

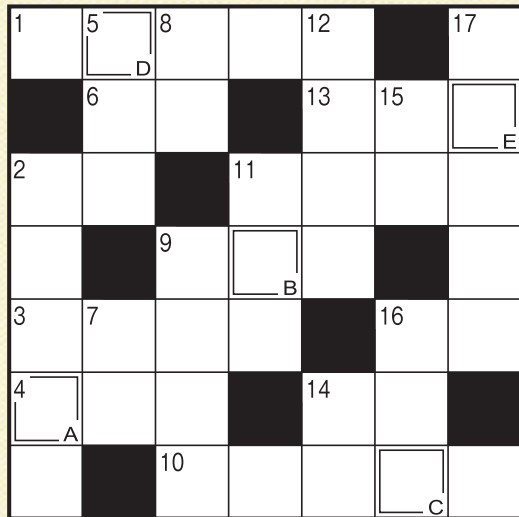
川柳「あじさい」の投稿数 津和野町14通、吉賀町2通、益田市19通

●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8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



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 ● ニコロ



答え

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

タテのカギ

- ②パラシュートともいいます
- ⑤法やルールなどに背くこと
- ⑦イタリアの1つ前の通貨単位
- ⑧「あかつき」や「白鳳」などの品種があります
- ⑨日暮れ頃にザーッと降ります
- ⑪読売ジャイアンツの本拠地は東京——です
- ⑫植物に水やりをするときに使う道具
- ⑭陰（いん）の反対語
- ⑮毎度、バカバカしいお笑いを——
- ⑯紙幣や貨幣を入れます
- ⑰カレンダーに「FRI」と書かれていることも

ヨコのカギ

- ①京都の五山送り火で、最もよく知られた形の送り火
- ②エビネもカトレアもこの花の間
- ③肥料の3要素の1つ。元素記号はK
- ④どのドレッシングで食べようかな
- ⑥骨切りをする細長い魚
- ⑨イタリアの現在の通貨単位
- ⑩山の頂上と麓の間
- ⑪一緒に暮らしています
- ⑬突破して決勝に進みます
- ⑭夕空に輝く——の明星
- ⑯歌謡曲で一番盛り上がる部分のこと

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（J Aしまね全体）の方に「農協全国商品券」をお贈りします。

● 当選者発表

賞品の発送をもってかえさせていただきます。

● 宛先・締切

〒698-0024 益田市駅前町15-1

J Aしまね 西いわみ地区本部 ふれあい課 「クイズ」係
2023年8月4日（金）（当日消印有効）

・先月号は、西いわみ地区本部管内で60人の方からご応募いただきました。

◆ 先月号の答え ◆

「ヒヤケドメ」



「家の光」8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

平凡な一日終へて豆ごはん
母の日を祝ってあげる母がいる
老鶯の競演しきり峽住まひ
仁王門くぐれば寺領栗の花
春愁や部分入歯のもどかしく

浜田市 三沢 孝子様
益田市 竹田 数子様
津和野町 中とよし様
出雲市 森脇 英徳様
安来市 斎藤美重子様

夕闇にとけこむやうに河鹿笛
兵庫県 小田 慶喜様

ふだん着も明るい色に更衣
出雲市 北村 功様

小康の夫と草引く雨上がり
出雲市 小豆澤典子様

優秀賞

（評）「母の日」は米國の女性が亡き母を偲びカーネーションを贈ったことから始まっている。作者の母上も明治の生れであろう。作者は終戦の頃の（季語が二つあるが当然「母の日」である）
生懸命で働いていた母の姿を記憶している。あの頃はたいへんな時代であった。

母の日やもんぺ姿の記憶のみ
邑南町 山塚 豊子様

最優秀賞

俳句の広場

選句者「白魚火」編集長・副主宰
安食彰彦先生

J A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）8月号は川柳を募集します。1回のご応募につきお一人様3句までご応募いただけます。

応募方法

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

あて先

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



JALしまね 総合ポイントカード「おさいふカード」会員様へ

優待割引のお知らせ



JALしまね ×



PARIS MIKI

メガネ一式
10%OFF!!
補聴器
5%OFF!!

＝PARIS MIKI＝
Collection

フレームもレンズも
フィッティングも全て込み込み。
選べる高品質レンズ付(超薄型/遠近)

¥13,200～ (税込)

- 程よくトレンドを取り入れた多彩なデザインの**高品質フレーム**
- 有名メーカーと共同企画したパリミキオリジナルの**選べるレンズ**
- 上級視力測定技術者が在籍するパリミキだからできる**フィッティング**

ご利用の際には、提携店舗にておさいふカードをご提示ください。

提携店舗 島根県内パリミキ全店

※他の割引が併用できない商品・サービスが一部ございます。詳しくは係員にお尋ねください。

お問合せ



JALしまね 本店経済部経済課 [TEL] **0853-25-8912**

ラストイヤー トロッコ列車「奥出雲おるち号」に乗る

奥出雲「豆腐作り体験」
玉峰山荘での昼食 **日帰り**



旅行代金

(大人お一人様・JR松江駅又はJR出雲市駅発着・税込)

13,500円

※小人代金(小学生以下)：お一人様1,000円引きとなります
※小人のお食事は「お子様メニュー」となります。

募集人員

各班20名様

(最少催行人員各班16名様)

添乗員

同行いたします

食事条件

昼食1回

利用バス社

仁多観光又は一畑バス
(バスガイドは同行いたしません)

旅行出発日 令和5年

JR松江駅発着 **8/25(金)・8/26(土)・9/22(金)**

JR出雲市駅発着 出雲市駅からの延長運転日 **9/23(土)・9/24(日)**

行 程		◎入場観光、○下車観光、△車窓観光	食事
JR松江駅発着	JR松江駅南口(9:00)	＝大東(9:30)＝	朝 × 昼 ○ 夕 ×
JR出雲市駅発着	JR出雲市駅北口(8:45)	＝ 宍道駅経由 出雲市駅よりトロッコ列車乗車 「ラストイヤー」人気の列車に乗車! ＝木次駅＝トロッコ列車「奥出雲おるち号」＝三井野原駅＝	
		＝ ○舞茸奥出雲・延命水(お買物) ＝ 玉峰山荘(昼食) ＝ お一人様200グラム×3つ作ります! ＝◎奥出雲とうふ・いしだ(豆腐作り体験)＝○奥出雲漬菜 松葉屋(お買物)＝	
JR松江駅発着	＝大東(17:00)＝JR松江駅南口(17:30)		
JR出雲市駅発着	＝JR出雲市駅北口(17:30)		



玉峰山荘 昼食 イメージ

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います。お気軽に下記販売店へご請求ください。



株式会社 農協観光

詳しくは
コチラから



山陰支店 TEL 0852-26-2600



本誌は地球環境に優しい植物性インキを使用しております。



JAしまね 公式ホームページ

JAしまね

検索



冷しゃぶトマト和え



コメント

- ・夏の太陽をいっぱい浴びた元気なトマト！変形したり割れたりしても小さく刻めば美味しさは同じ！
- ・豚肉は、沸騰した湯より低い温度の湯にくぐらすと固くならず、ふっくらと火を通すことができます。

材料（4人分）

- 豚ロース(しゃぶしゃぶ用)… 200g
 トマト(大)…… 2個(500g)
- A
 きゅうり…………… 1本
 オクラ…………… 2本
 青しそ…………… 5枚
- B
 大根(すりおろし) …… 250g
 オリーブ油…………… 大さじ1
 しょうゆ…………… 小さじ1
 塩…………… 小さじ1
 粗挽き黒胡椒…………… 適量

作り方

- ①トマトの1個は1cmの角切りにし、もう1個は粗みじん切りにする。
- ②きゅうりは薄く輪切りにする。
- ③オクラは塩で板ずりしてから、サッと茹でて水に取り、食べやすい大きさに切る。
- ④青しそは千切りに、大根はすりおろす。
- ⑤豚肉は半分に切り、沸騰したら水を約100cc加え、弱火にして80度位の温度のお湯にくぐらせて火を通し、取り出してそのまま冷やす。
- ⑥ボウルにみじん切りにしたトマトとBを入れて混ぜる。
- ⑦⑥にトマトの角切りと豚肉、Aを入れて混ぜ合わせる。

アレンジ

- ・色とりどりの夏野菜をサッと茹でたり、炒めたりして一緒に混ぜれば、目にも鮮やかな一品に！
- ・肉のゆで汁に春雨、人参のせん切り、オクラ、溶き卵などの具材を入れたら簡単スープに早変わり。

材料（4人分）

- 鶏むね肉…………… 2枚
- A
 小麦粉…………… 大さじ2
 塩…………… 小さじ1/2
 カレー粉…………… 小さじ1
 サラダ油…………… 大さじ1
 玉ねぎ…………… 1玉
 しめじ…………… 1袋
 トマト…………… 1個
- B
 塩…………… 小さじ1/2
 胡椒…………… 少々
 レタス…………… 5～6枚

作り方

- ①鶏肉は皮を取り、1cmの厚さのそぎ切りにする。
- ②玉ねぎは薄切りに、しめじは石づきを除いて小房に分けておく。
- ③トマトは1cm角に切る。
- ④ビニール袋にAと①の鶏肉を入れて振り、油を熱したフライパンで両面焼いて中まで火を通し、取り出しておく。
- ⑤④のフライパンに玉ねぎ、しめじを入れて炒め、玉ねぎが透き通ってきたら、トマトとBを加えて味つけする。
- ⑥皿にレタスを敷いて鶏肉を並べて盛り、⑤の炒めた野菜を上のにせる。

鶏肉のカレーソテー野菜炒め添え



アレンジ

- ・鶏むね肉を豚ヒレ肉や白身魚、水切り豆腐、厚揚げに替えても美味しくできます。
- ・ナス、ピーマン、ズッキーニ、小松菜、ゴーヤ、カボチャなどいろいろな野菜と組み合わせると楽しめます。

コメント

- ・たくさんのスパイスが詰まったカレー粉は、食欲増進、疲労回復などの効果が期待でき、夏にぴったり！
- ・鶏むね肉は脂肪分が少なく、良質なたんぱく質を豊富に含んでおり、筋肉疲労の改善に期待が持てます。

健康散歩

食中毒

JA島根厚生連

食中毒の原因には細菌やウイルスがありますが、梅雨時から9月頃までは高温多湿な状態が続き、細菌による食中毒が多く発生します。食中毒を招く細菌が増殖しても、食べ物の見た目や味は変わらず臭いもしません。そのため食事の準備をするときは「細菌をつけない」「細菌を増やさない」「加熱などでやっつける」ことを心がけ、食中毒を防ぎましょう。

STOP 食中毒



食中毒予防の3原則

- ①つけない（菌を他の食品に付着させない）
 食材を取り扱う前と後に、手指をしっかりと洗いましょう。手のひら、手の甲、指、爪、手首までせっけんを泡立てて洗い、流水で十分に洗い流すことが大切です。また肉や魚はポリ袋やラップでしっかり包んで冷蔵庫に保存しましょう。

- ②増やさない（菌が増殖する環境に置かない）
 冷蔵品や冷凍食品はすぐに冷蔵庫、冷凍庫に入れましょう。また、食品を詰め込みすぎると温度が高くなってしまいます。冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫はマイナス15℃以下に保ちましょう。ただし、冷蔵庫に入れておいても細菌が死滅するわけではありません。長期間にわたる保存は避け、早めに使い切るようにしましょう。

- ③やっつける（殺菌、消毒して死滅させる）
 多くの細菌は、75℃以上で1分以上加熱することで死滅します。十分に加熱処理すれば、ほとんどの食中毒は防ぐことができます。食材の中心部までしっかり火を通すようにしましょう。また、使用後の調理器具の殺菌には塩素系漂白剤に含まれる次亜塩素酸ナトリウムが有効です。ただし、食品カスが残っていると消毒力は失われますので、調理器具を洗剤でよく洗った後に使いましょう。



【編集後記】 今月号は直売所について特集しました。直売所にはスーパーなどには出回っていない珍しい野菜や果物があつたりするので、買い物や遠出する時についつい寄ってしまいますね。直売所で買い物をする＝地産地消にもつながります。ぜひこの機会に地域の魅力がたっぷり詰まった直売所へおでかけしてみたいかがでしょうか…♡(古)