

JAしまねひより

2024

5

May
Vol.98

SNSで旬な情報を投稿しています



YouTube



Instagram



LINE



Facebook



「特集」ようこそJAしまねへ！



来月の
外勤日は **6月15日(土)**

みーつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers

安達 京兵さん
[出雲地区本部]

JALしまね 出雲地区本部版

みーつけた

Shimane farmers しまねのファーマーズ

合同会社 安達ファーム

代表 **安達 京兵さん(40歳)**

今月は出雲地区本部。出雲市西園町でブドウの栽培を行う合同会社 安達ファームの代表・安達京兵さんにお話を伺いました。



ました。作業的な部分は父親から直接教わることでありますが、一般的な栽培技術を一から習得するため学校に通ったそう。今までやってきた父親のやり方を軸にしつつも、「今後は自分の考えも取り入れながら、JAの担当者や県の普及員と一緒に新たな方法を模索していきたい」と語ります。

品質にこだわったブドウを作るために

全国的に早い時期の4月末〜5月初めに初出荷を合わせるため、ハウスでは温度調節ができる「二重被覆」を行っています。2枚の幕に覆われているハウスですが、最近気温の変化が激しく、状況を見ながら、幕を上げ下ろしする必要がありま

す。また、ブドウの芽を休ませるために「低温期間」も一定の期間必要となりますが、温暖化により低温を保



「父に負けないくらいおいしいブドウを作ることが目標」と意気込みを語る安達さん

年の12月に法人化。現在80アールという大規模な面積のハウスを、家族5人で管理しています。もともとは、飲食店勤務やバスの運転手をしてきた安達さんでしたが、父親の作業を手伝ううちに跡を継ぐことを決意。安達さんは「父が今まで作ってきたおいしいブドウを、この代で終わらせるのが嫌だった」と語ります。他の兄弟はすでにそれぞれ自分の目指す道を進んでいたこともあり、安達さんが家業を守っていくことになりました。

継承であっても、学びを忘れない

家業を継ぐ形で農業を始めた安達さんですが、最初の1年は出雲市が主催するアグリビジネススクールのブドウコースで基本的な知識を学び、その後は島根県立農林大の短期コースに1年間通い



着色具合をみて出荷日の予定を立てる安達さん(右)とJA担当者(左)



収穫を間近に控えた安達さんが栽培するデラウェア

父の作るおいしいブドウを残したい

出雲市の西部、のどかな田園風景に数多くのビニールハウスが建ち並び光景が広がっています。ハウスで栽培されているのは「デラウェア」。島根県はブドウのハウス加温栽培面積で全国一を誇り、中でも出雲地区は県内出荷量の約7割を占めています。そんなブドウ農家の一人として汗を流している安達京兵さん。祖父が始めたブドウ栽培を継ぎ、一昨

つことも難しい状況に。そういった対策に適した薬もありますが、できるだけ使用せずに安心で安全なブドウを作り続けたいという安達さん。日頃から常に天気予報をチェックし、天候には敏感になりながら作業を進めています。「お昼ごはんを食べていても、日が当たってきたら食べるのを中断して、急いでハウスに行って幕を開けています」と苦笑い。品質にこだわって良いものを作りたいという思いがあるからこそ、大切な時期は休みなくブドウに向き合っています。

1年の最大の楽しみは自然の中で

プライベートでは小学生の男の子のお父さん。特に繁忙期の今は休みがなく、なかなか子どもと遊ぶ時間も確保できない日々が続きます。そんな安達家では、収穫が終わった秋の時期にキャンプに行くことが恒例。「子どもはもちろん、僕も妻も楽しみにしています。おススメは三瓶山。星空の下で飲むお酒は最高です」と笑う安達さん。家族で過ごすとおきの時間が、1年の疲れを癒し、最高の思い出を作り上げています。



キャンプを楽しむ安達さん

「デラウェア」を残していきたい

安達ファームが栽培するブドウは、「デラウェア」が約7割を占め、残りの3割は「シャインマスカット」。近年、人気が上昇してきた「シャインマスカット」ですが、その人気の傍らで「デラウェア」の認知度が低くなってきていると感じているそう。最近の子どもたちにブドウの絵を描かせてみると、黄緑のクレヨンを持つ子どもが増えてきたのだとか。そんな現状を見た安達さんは「子どもの頃から慣れ親しんで食べてきたのは『デラウェア』。やっぱり、ブドウといえば『デラウェア』と言われたいですね」と、「デラウェア」を残していきたいという想いは一層強くなったといいます。

島根県を「デラウェア」の一大産地として成長させる

現在、島根県の「デラウェア」生産量は全国で4番目。ただ、全体の生産量も減ってきている中、今後どうやってその量を維持していくかが課題となっています。「島根県はハウス栽培が一般的なので、どこよりも早い時期に初出荷できることが強み。ハウス栽培ができる環境が整っているこの島根県が「デラウェア」の産地として残っていくためにも、みんなで支え合っていきたい」と語る安達さん。高齢などを理由に辞めていく農家がいたとしても、ハウスを再利用することで設備投資の金額も少なく、新規就農しやすい環境が整っています。また、ある程度は栽培方法がマニュアル化されているので、初心者でも始められるハードルは低いのもかもしれません。島根県が「デラウェア」の一大産地となるため

にも、今後もブドウ農家が増えていくことが期待されています。

安達さんは、紫色に輝く「デラウェア」をこれからもずっと残していくという想いと、「出雲の特産品」として多くの人たちに届けたいという想いで育て続けています。



インタビューを受ける安達さん

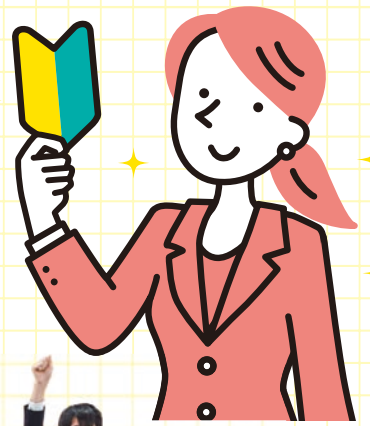
デラウェア

島根県は、全国有数の「デラウェア」の産地として知られ、島根を代表する園芸品目です。県産「デラウェア」は一粒一粒が大きくその美しい外見は紫色の宝石を彷彿とさせます。種無しで食べやすい上、房全体が甘く適度な酸味もあるため、根強い人気がある初夏の代表果です。



プチっと情報!

ようこそ JAしまねへ!



令和6年度JA島根ユースカレッジ「新入職員課程」の職員ら

桜が満開を迎えた4月、JAしまねに新たな仲間が加わりました!
今月号では新入職員たちが配属されるまでをご紹介します😊

4/1 入組式



決意表明する三東さん

JAしまねは4月1日、松江市のJAビルで2024年度入組式を開き、新入職員17人に辞令書を手渡しました。

当JAの石川寿樹組合長は自身の長年にわたる農協人生に触れながら「職場での仲間づくりや先輩との絆を大切にしてもらいたい。人生は挑戦。職場でさまざまなことを学びながら、常にアイデアを出し、挑戦して行ってほしい」と激励しました。

新入職員を代表して三東舞子さんは「農業を取り巻く環境が厳しさを増す中、協同組合の役割を発揮し、JAしまねの職員として誇りをもって、組合員・利用者・地域の皆さまに信頼してもらえるよう精進していきます」と意気込みました。

また、同日にはJA島根ユースカレッジ「新入職員課程」も開講。当JAの職員に加え、JAグループ島根の新入職員とともに約1年をかけてJA職員として必要な基礎知識や実務、社会人の心構えなどを習得していきます!



石川寿樹組合長

仲間との絆を大切に!

JA島根ユースカレッジ「新入職員課程」って?



JAしまね本店教育企画課
熱田由香職員

JA島根ユースカレッジ「新入職員課程」は、新入職員と入組1年未満の職員を対象としたJAの基礎知識や社会人としての心構えをはじめ、JA職員として必要な基本的知識・実務を習得する必須研修です。4月の約1か月にわたる長期研修に加え、1年を通してフォローアップ研修を開催し、職員の段階的な成長を目指します。また、この研修会を通して職員同士の仲間づくりも目的としています✨



ユースカレッジをのぞいてみよう！

Youth College

配属前の研修は4月1日～19日と約3週間にわたって行われました！



ビジネス基礎研修

社会人として必要なマナーや立ち振る舞い、来客対応などについて学びました。



コミュニケーション研修

職員が営業と製作の役割に分かれ、お客様からの要望を受けて商品を作るという傾聴力やコミュニケーション力を培うゲームを行いました。



JAの事業内容を学ぼう

各部署からJAしまねの取り組みや事業内容などについて研修を受けました。



施設見学

JAアグリ島根の花き市場や当JAの種子選穀センター、広域玉葱調製保管施設などを視察しました。

「JA島根厚生連では「健康教室」を体験！」



4/19 決意表明

4月19日には、出雲地区本部で配属前最後の研修を行いました。その後、職員が一人ずつ決意表明しました！



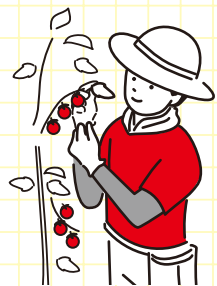
斐川地区本部
松下小夜さん

苦手な仕事に対しても、慣れるチャンスだと思ってポジティブに取り組みます！



西いわみ地区本部
佐々木暉さん

業務をこなしたり質問したりして、できることを増やして自信をつけていきます！



…など一人一人、目標や熱い思いを発表しました！

新入職員たちは、4月下旬からそれぞれの配属先でJAしまねの職員として歩み始めています。新しい環境で期待と不安が入り混じりながらも、組合員・利用者の皆さまの力になれるよう、一生懸命業務に取り組んでまいりますので、これからどうぞよろしくお願いたします！

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



現場の声を
もっと聞きたい

組合長が行く!



今回の訪問先

J Aしまね斐川地区本部管内

- 農事組合法人あかつきファーム今在家
- 森脇司さん



巡回の様子を収めた動画はこちら



金築組合長（左）からイチゴのハウス栽培について説明を受ける竹下常務（右）



イチゴのハウスで集合写真



森脇さん（右）から青ネギ栽培について説明を受ける石川組合長（左）

今回は、農事組合法人あかつきファーム今在家、森脇司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。農事組合法人あかつきファーム今在家は、平成15年に設立。現在は土地利用型農業で水稲や麦、大豆の他、タマネギやキャベツ、白ネギを栽培。ブドウとイチゴの観光農園も展開しています。同法人の金築基組合長、久野美幸副組合長、北村文宏副組合長、三代修治副組合長とは、経営の効率化を図るため株式会社へ移行準備中であることや、後継者・労働力の課題、当J Aの広域玉葱調製保管施設の完成をきっかけに再開したタマネギ栽培、組合員の出役体制などについて意見を交わしました。また、昨今の異常気象についても触れ、金築組合長は「農業者が収入を確保するためにも、異常気象に対応した品種選定や栽培方法を提案できるよう取り組んでほしい」と要望されました。森脇司さんは、会社員として勤めていたが退職し、令和3年1月に父親から事業承継しました。現在は、年間3作を目標に青ネギの他、白ネギを栽培。昨年より新たにサツ



同法人が栽培するイチゴ

マイモ栽培にも挑戦しています。また、当J A斐川青年連盟にも所属し、地域農業の一翼を担っています。森脇さんには猛暑による作物への影響や青ネギの販売状況、補助事業を活用したことなどについてお話いただきました。森脇さんは「生産資材の高騰が叫ばれる中、紙製品を使った段ボール出荷からコンテナ出荷への移行など出荷資材についても工夫していただきたいと思います」と要望されました。



青ネギハウスの前で森脇さん（右から3番目）と石川組合長（右から2番目）ら

組合長から一言



今回、最初に訪問したのは、農事組合法人あかつきファーム今在家。同法人は、最大2.7ha、平均1.3haの大区画圃場整備事業が実施され、完成後の平成15年3月に現在の法人が設立された。近くを通るたびに一度はお邪魔したいと思っていたが、この度ようやく願いが叶った。組合員数は83名で、水稲（49.3ha）をはじめ二条大麦（18.5ha）、稲WC S（13.2ha）、大豆（7.2ha）、キャベツ（2.8ha）、タマネギ（2.7ha）、白ネギ（45a）、ミニハクサイ（30a）などを栽培。この他、観光農園用にブドウ（90a）やイチゴ（27a）が栽培されていた。島根県を代表する大型法人であり、現在、持続的な組織の発展に向け、株式会社への経営形態変更を検討中とのことであった。次に訪問したのは、認定農業者の森脇司さん。令和3年1月より事業を承継され、森脇さんと両親の3人で青ネギ（22.2a）、白ネギ（42.4a）、サツマイモ（3a）を栽培されていた。現在、当J A斐川青年連盟組織部長も務められ、今後の活躍を期待したい。

組合長より一言
あおむぎの
青麦の
おおきなばら
大海原を
つばね
燕飛ぶ





topics
1

令和6年産島根ぶどう取引協議会を開催



販売方針や市場情勢などについて活発に意見を交わした

JAしまねは4月9日、出雲市のラピタウェディングパレスで令和6年産島根ぶどう取引協議会を開きました。関東から九州まで18市場の関係者や生産者、JA・行政関係者ら約60人が出席。本年産の生産、販売方針について意見を交わし、「島根ぶどう」販売金額19億7200万円の目標達成に向け士気を高めました。

当JAの石川寿樹組合長は市場関係者らに本年産「島根ぶどう」販売への支援と協力を要請し、市場側は生産者やJAと一体となり販売目標達成に向け取り組むことを示しました。意見交換では、流通の2024年問題による影響や各地の動向、島根県産「シャインマスカット」の販売方針などについて意見・質問があがりました。

また、生産者を代表し、いわみ中央ぶどう部会の中下祐介さんが「消費者に喜ばれる高品質・良食味のブドウを生産し、選果・検査を徹底する。精度の高い産地情報を市場へ発信し、産地維持に仲間づくりを進めていく」と決意表明しました。

topics
2

「島根ぶどう」始動！主力品種「デラウェア」出荷始まる



JAしまねは4月24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10月頃まで出荷します。当日は出雲市と益田市の生産者2名が持ち込んだ「デラウェア」654キロを関係者が見守る中、山陰や関西、東海など10市場へ送り出しました。



「デラウェア」の品質を確認する検査員

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。2024年産「デラウェア」は前年比7%増の880トンを出荷、同5%増の12億5800万円の販売を計画し、6月上中旬をピークに8月上旬まで出荷します。激しく変化する気象条件を乗り越え順調に生育し、糖度の乗った高品質な「デラウェア」に仕上がりました。

当JAの坂本満常務は「物価高で購買意欲低下につながりかねない厳しい販売状況だが、関係機関が一体となり精一杯『島根ぶどう』を全国にPRしていく」と意気込みました。当JA西いわみぶどう部会の大場耕造部会長は「例年以上に美味しいブドウに仕上がった。消費者の皆さんにどんどん食べていただきたい」とPRしました。



初出荷の様子を
YouTubeで配信中!



topics
3

T S K情報番組で島根県産アスパラガスをPR!



同番組の福島睦アナウンサー（左）と山田さん（右）

T S Kさんいん中央テレビで毎週土曜日に放送されている情報番組「SOUP（スープ）」で収穫期を迎えた島根県産アスパラガスをPRしました。

生活に役立つ旬の情報を紹介する同番組内コーナー「L I F E U P」には、JAしまね出雲アスパラガス部会の山田郁子さんが出演。山田さんは県内の産地状況や春先から出荷が始まった春芽の特徴などについて伝えました。山田さんは「旬を迎えているので、店頭で見かけたら手にとってみてほしい」とPRしました。

アスパラガスは、当JAと島根県が水田を活用した高収益作物として産地化を推進する園芸6品目の一つ。新規就農者を中心に生産者や栽培面積が増えており、島根のブランド野菜として注目を集めています。



想いをひとつに✿ しまねの女性部!

JA女性組織3か年計画

「JA女性 想いをひとつに かなえよう✿」の実践3年目です。

石見銀山女性部

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

りを大切に活動していきたく思います。

このクラブ活動により、昨年度4年振りに開催したJA祭で販売したことをきっかけに、今年2月に行われた山陰道開通記念プレイベントへの出店依頼があり、手作りの手芸品や多肉植物の寄せ植えを販売しました。また、6月にも大田市のイベントへ出店する予定です。これからもますます地域とのつながりが増えようです。

JAしまね石見銀山女性部は、部員がつながりをもって活動できるクラブ活動を令和4年度より開始し、【料理クラブ（地元の食材、家の光を活用）】、【手芸クラブ（家の光記事等を活用）】、【園芸クラブ（多肉植物等を活用）】の3つのクラブ活動を月に1回のペースで開催しています。



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

なかしま 中島

たかひろ 貴博さん



JAしまね西いわみ青年連盟益田支部（以下、農青連）の中島貴博さん（32歳）は、益田市飯田町でメロン（延べ54a）、キャベツ、ホウレンソウなどを栽培しています。中学生のころから「将来は実家のメロン農家を継ぐ」と決め、農大卒業後、就農して11年目になります。以前から地域のイベントには積極的に参加し、農青連活動を通じてさまざまな方たちと交流を深めてきました。昨年度は益田支部OBとの意見交換会を企画し、先輩方との交流を深めました。今年度は中島さんが積極的に声掛けを行い、新たに5名の盟友が加わります。「仲間とともに産地を盛り上げていきたい。ただ、販売高を上げるのももちろんだが、品質が伴っていないと意味がない」と話す中島さん。今年1月には3人目の子どもも産まれ、ますます精力的に生産に取り組んでいます。

追肥と摘葉で大球を作る

アブラナ科野菜で太い茎にキャベツの形状をした小さい球がぎっしりと付く様子から、コモチカンラン(子持ち甘藍)とも呼ばれます。キャベツから分化したため、似た性質を持ちます。生育適温は18~22度ですが、寒さには強い反面、暑さに弱い野菜です。小さい球を芽球(がきゅう)といい、5~20度でよく締まった球が形成されます。中間地での栽培時期は、7月に種をまき、収穫期は12~3月です。

品種

「早生子持」(タキイ種苗)、「ファミリーセブン」(サカタのタネ)などがあります。なお、球状の芽球を作らない「プチヴェール」(増田採種場)は、家庭菜園向きの品種です。

苗作り

少ない本数の苗では、直径9cmのポリポットに種を直接まき、間引いて1本にするのが便利です。多くの苗を作るときは、セルトレーを使用し、発芽後に密生部を間引き、本葉2、3枚で9cmのポットに鉢上げします。苗作りの期間は、防虫ネットで被覆します。

畑の準備

畑1平方m当たり苦土石灰100gを土とよく混ぜておき、その後、畝幅90cmを取り、中央に幅20~30cmの溝を掘り、溝1m当たり化成肥料100gと堆肥2kgを施し、畝を立てます(図1)。

植え付け

本葉5、6枚の頃、株間50cm程度に植え付けます(図2)。事前に植え穴に十分水を注ぎ、植え傷みの少ないようにします。

追肥・摘葉

追肥は植え付け後、月に1回、畝の肩に1株当たり化成肥料10gをまいて、株元に土寄せします。株が倒れないよう支柱を立てて誘引します。晩秋には、老化した下葉を4、5枚取り除きます。さらに、芽球が大きくなってきたら、下葉数枚の葉柄を4、5cm残して切り取ると、大球を作ることができます(図3)。

害虫の防除

ヨトウムシ、コナガなどは、比較的安全なBT剤で駆除します。アブラムシには粘着くん液剤などを散布します。なお、株の小さいうちは、防虫ネットでトンネル栽培し、害虫の被害を防ぎます。

収穫

固く締まった芽球をもぎ取ります。芽球の直径2・5~3cmが良品です。

図1 畑の準備

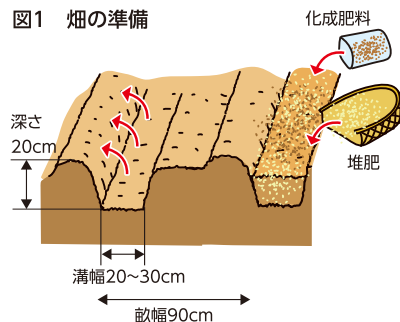


図2 植え付け

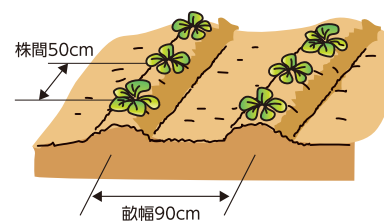


図3 摘葉・収穫



栽培カレンダー (芽キャベツ)

| | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 |
|-----|---|---|---|---|---|---|----|----|----|---|---|---|
| 冷涼地 | ● | ● | ▲ | ▲ | ▲ | ■ | ■ | ■ | | | | |
| 中間地 | | | | ● | ● | ▲ | ▲ | ▲ | ■ | ■ | ■ | ■ |
| 暖地 | | | | | ● | ● | ▲ | ▲ | ▲ | ■ | ■ | ■ |

● 種まき ●●● 苗作り ▲ 植え付け — 生育 ■ 収穫

お知らせ

4月の理事会は5月2日開催のため、広報誌の作成スケジュール上、6月号への掲載とさせていただきます。

「デラウェア」出荷始まる 粒張り、糖度も上々

JAしまねは4月24日、益田市で「島根ぶどう」の初出荷式を開き、令和6年産の「島根ぶどう」の出荷がスタートしました。JAしまね出雲地区本部管内では、4月26日に荒茅ぶどう集荷所で検査を開始。この日は生産者1人が148kgの「デラウェア」を持ち込みました。

今年度は1月下旬から3月にかけの低温や日照不足の影響でやや生育が遅れたものの、4月に入ってから好天に恵まれ、その後は順調に生育。粒張りも良く、糖度



出雲地区本部の初出荷式であいさつする藤江副本部長(中央)



26日にIizumi市で出荷されたデラウェア

が20度を超える高品質な「デラウェア」に仕上がっています。初検査に先立ち、同地区本部の藤江美由紀副本部長は「いよいよ令和6年産の出荷が始まった。長い期間になるので体調にはじゅうぶん気を付けながら、県全体で880tの出荷を目指して頑張っていたきたい」と話しました。

※益田市での初出荷式の記事は7ページに掲載しています。

ラピタ屋上バーベキュービアガーデン 「星空ガーデン」オープン

4月26日、ラピタ本店4階特設会場で、ラピタ屋上バーベキュービアガーデン「星空ガーデン」がオープンしました。星空ガーデンは、出雲地区本部子会社の(株)JAアグリフードサービスが手掛けるもので、開放感のある会場で炭火を使った本格的なバーベキューが楽しめます。昨年はおかげさまで14,100名の方にご利用いただきました。今年は11月4日までの営業を予定しています。

会場はテント席に加え、座敷席、アウトドア席、オープン席を用意。趣向を凝らした店内となっております。幅広い年齢層に楽しんでもらえる仕様になっています。「奥出雲ホー



オープンを祝い珍部本部長があいさつ



炭火を使った本格的なバーベキューが楽しめる

ク「大山ハーブ鶏」など山陰を代表する食材がセットになったバーベキュープランは予約ありで2,500円(当日3,000円)《税込》、ご飯の食べ放題とソフトドリンク飲み放題が付きます。1,500円《税込》でアルコール飲料の飲み放題を追加することができ、当日ラピタで購入した食材の持ち込みも可能です。営業時間は午後5時30分から午後9時まで(午後8時30分ラストオーダー)、予約は左記二次元コード(ぐるなび)かパソコン、スマートフォンから「ラピタビアガーデン」で検索、または050-5486-13296(電話受付時間：午前9時から午後5時まで)で受け付けております。皆様のご来場をお待ちしております。



令和6年産米 田植えが始まる

J Aしまね出雲地区本部管内で令和6年産米の田植えが始まりました。

4月15日、管内でいち早く伊野地区の常松守男さんの田んぼで田植えが行われ、この日は正木原野さんが田植え機を操り、つきあかりの苗を丁寧に植えていきました。

常松さんは伊野地区を中心に約47haの田んぼを管理。つきあかり、コシヒカリ、つや姫などの品種を順々に植えていき、8月中旬ごろから収穫が始まる予定です。田植えを担当した正木さんは「栽培管理等をしつかり行い、安全安心で良質なお米を作りますので、ぜひおいしいお米をたくさん食べていただきたいです」と話しました。



水田に植えられていく「つきあかり」の苗

J Aバンク食農教育応援事業の教材本 「農業とわたしたちのくらし」を寄贈

J Aしまね出雲地区本部は4月25日、出雲市教育委員会を訪問し、管内の小学校へ向けて教材本「農業とわたしたちのくらし」1640冊を贈りました。

J Aバンクでは、平成20年度から食農教育等の取り組みを実践する、J Aバンク食農教育応援事業を展開しており、その事業の一環として、子どもたちが食や環境と農業への理解を深めるきっかけとなることを目的に贈呈しています。この教材本は、主に小学5年生の社会科の学習内容との関連を図りながら構成されており、家庭科や総合的な学習の時間にも活用できる内容となっています。

贈呈式では同地区本部の藤江美由紀副本部長が「農業や食、環境に関する学習にぜひ活用いただきたい」と杉谷学教育長に教材本を贈呈しました。杉谷教育長は「出雲市トキによるまちづくり構想」の実現に向けて取り組むなかにあつて、子どもたちが環境にやさしい農業を学ぶ教材にもなると思う。有効に活用させていただきたい」と話しました。



藤江副本部長(右)から杉谷教育長(左)へ贈呈

出雲・斐川・石見銀山女性部統一行動 今年も美化ウォークで爽やかな汗流す

J Aしまね出雲女性部は、ごみ拾いをしながらウォーキングをする「美化ウォーク」を行いました。この取り組みは出雲、斐川、石見銀山女性部との統一行動で、「J A健康寿命100歳プロジェクト」に呼応し、女性部員の健康づくりときれいな街づくりを目的に平成28年度から実施しています。

出雲地区本部では、4月を「春の美化ウォーク月間」とし、各地区・各支部がそれぞれ日にちと場所を設定して実施。部員、J A職員合わせて約300人が参加し、春の美しい景色を楽しみながらウォーキングするとともに、ごみ拾いや草取りを行いきれいな街づくりに貢献しました。



平田柿部会定期総会開催 販売高3億円以上を目指す

JAしまね出雲地区本部平田柿部会は4月22日、JA平田中央支店で定期総会を開きました。部会員、行政関係者、JA関係者など約80人が出席。令和5年度の事業報告や令和6年度の事業方針などを協議し、全議案を承認しました。

令和5年度は収穫期に気温が高い日が続いたことによる着色遅れや、雹被害の影響もあり多くの品種で出荷量が伸び悩みましたが、販売単価は他産地も物量が少なかったことから高単価で推移。各市場と連携して出荷を行い、2億7千万円の販売高となりました。

令和6年度は販売高3億円以上を目指し、より一層安全安心で高品質なおいしい柿の生産を行い、出荷量の確保、試食宣伝活動によるPR、年々需要が高まっている干し柿の更なる増産などを事業方針に掲げました。

総会では、令和5年産「ひらたの柿」の優秀生産者表彰も行われ、西条柿の部で清水渡さん、富有柿の部で岡峰子さんがそれぞれ最優秀賞に、西条柿の部の優秀賞に山根一佳さんが選ばれました。



あいさつをする
川瀬利治部会長

つや姫の匠を認定 出雲から塩野一男さんと有限会社RFC

JAしまねは3月25日、「つや姫」の生産拡大の推進役となる「つや姫の匠」に法人を含む9経営体を認定し、本店斐川事務所で開催式を開きました。「つや姫の匠」は令和3年度に制度を創設。3年間を任期とし、JAの栽培指針に基づき、各地域の良品質・良食味生産のモデルとなる栽培管理を実践するほか、栽培指導、研修会などへ協力、「匠のつや姫」として販売する生産物をJAに出荷します。今回の2回目の認定には県内から15件の申請があり、サンプル玄米の食味・味度の測定結果や栽培方法などから審査。出雲地区本部管内からは、塩野一男さんと有限会社RFC(栗原元一代表)が選定されました。

日本穀物検定協会の令和5年産米の食味ランキングで島根県の「きぬむすめ」が3年連続、また「つや姫」が令和2年以来的の取得で初の2品種同時特Aが実現できた状況下、同JAの坂本満常務は「猛暑など異常気象下の特A取得は、生産者の日々の努力の賜物。匠には良品質・良食味の生産モデル、栽培者の地域リーダーとして期待する」と激励しました。



つや姫の匠に選定された
塩野さん(右)と
有限会社RFC栗原代表(左)

台湾の高雄東ロータリークラブ 出雲市訪問 JAしまね出雲女性部がおもてなし

JAしまね出雲女性部は4月14日、ラピタウエディングパレスで行われた台湾の「高雄東ロータリークラブ」の歓迎会で餅つき体験を提供し、日本文化でおもてなしをしました。

かねてから出雲市と親交がある同クラブの出雲市訪問を受け、同女性部が歓迎のアトラクションを提供。日本伝統の昔ながらの餅つきを体験してもらおうと、杵と臼のほか、同市産のもち米を用意しました。同クラブの会員は杵の持ち方を教わった後、掛け声と手返しにあわせて力強く餅をつきました。つきたての餅は同女性部員が一口サイズに丸め、きなこをつけて参加者で味わいました。

体験した同クラブの会員は「台湾の餅つきは短い杵を使用する。杵を上から振り下ろすように餅をつくの初めてで楽しかった」と感想を話しました。同女性部の浦部えつ子部長は「高雄東ロータリークラブの皆さんを餅つきを通じておもてなしし、日本の文化に触れていただくことができた。楽しいひと時を過ごしてもらえてうれしい」と話しました。



餅つきを楽しむ
高雄東ロータリークラブの会員

大切なお知らせ

農業者・女性部健診のご案内

農業者と女性部のための“特別な健診”

“生活習慣病”や“がん”は自覚症状がないまま進行することもあります。
ご自身・大切な人のために健診を受けてみませんか。



| | | | |
|---------------------------------------|--|-----------------------------------|--------------------------------|
| お得 | 充実 | 好評 | さらに |
| 最大 17,850円OFF (差額はJA・厚生連助成) | 一般的な健診(国保) 21項目 < 農業者・女性部健診(Aコース) 29項目 | 毎年 700人以上 が受診 (リピーター多数) | 受診特典 JAおさいふカード 70P付与 |

日程・会場 10/15(火)、10/16(水)、11/25(月)、11/26(火) 各日定員 **80名**
 JALしまね 出雲地区本部

対象者 農業に従事する方および家族 / JAしまね女性部の加入者および家族

受診料金

| | | |
|-------|-----------------------|-----------------------------------|
| 基本コース | Aコース 胸部CTあり | 6,000円(税込) (通常 23,850円) |
| | Bコース 胸部CTなし | 3,500円(税込) (通常 17,850円) |

受診に関する注意事項

「農業者・女性部健診」を受診される方は、**市町村が実施する特定健診を受診いただく必要はありません。**
 ※農業者・女性部健診には特定健診の項目が全て含まれています。

次に該当する方は胸部CT検査を受診することができません。

- ① 妊娠中又は妊娠の可能性がある方
- ② ペースメーカー・ICD(植込み型除細動器)をご利用の方
- ③ 1週間以内に胃・大腸のバリウムを飲まれている方
- ④ 4月以降に胸部CT検査を受けている方

オプション検査(別途料金)

| | |
|--|--|
| <p>ヘリコバクター・ピロリ抗体検査(血液) 2,000円(税込)</p> <p>胃がん発症に強く関与するピロリ菌の有無を調べます。(次に該当する方は受診できません) ①既に除菌された方、胃を全摘出された方</p> | <p>腹部エコー検査 3,500円(税込)</p> <p>肝臓 腎臓 膵臓 胆嚢 脾臓の腫瘍をはじめ、胆石や肝硬変など血液検査では分かりにくい疾病を発見します。</p> |
| <p>頸動脈エコー検査 3,500円(税込)</p> <p>頸動脈における血管の厚み、プラークの有無等を調べて動脈硬化を早期発見します。</p> | <p>前眼部OCT検査(眼科) 3,000円(税込)</p> <p>失明のリスクが高い閉塞隅角緑内障を前段階で発見する検査です</p> |

胃内視鏡検査(胃カメラ) ※経鼻 **10,000円(税込)**

先端にCCDカメラのついた内視鏡を鼻から挿入し、食道、胃、十二指腸の検査をします

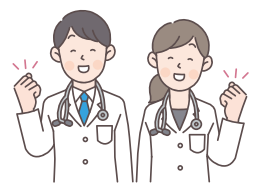
(受診に関する留意事項)
 ①対象年齢35歳以上
 ②胃カメラ検査は以下いずれかの日程での受診となります。
 10月8日(火) / 10月15日(火) / 10月22日(火)

申込方法 対象の方には外勤日でご案内と申込書が届きます。お近くの支店へ申込書をご提出ください。

申込締切 **7月31日(水)**

お問い合わせ

| | |
|---|---|
| 申込等に関すること  JALしまね 出雲地区本部 TEL 0853-21-6013(ふれあい福祉課) | 検査に関すること  JA島根厚生連 TEL 0853-31-4770 |
|---|---|





野中の敏さん (36)

— きゅうり —

栽培面積

きゅうり

春・夏・秋作

延べ22a

他にも

メロン、小松菜、

水菜、神在ねぎ、

水稲などを栽培

出雲市神西沖町できゅうりを栽培する野中一敏さん。もともと実家がきゅうりなどを栽培する農家であり、令和6年1月からお父さんの後を継ぎ、認定農業者としてきゅうりをはじめ、メロンや小松菜、ほうれん草などさまざまな作物を栽培しています。

農家の方の姿に心ひかれ 就農を決意

野中さんは就農前までJAで勤務していました。営農部門に携わり、さまざまな部会を担当。そこでの出会いが、農業への想いを強くさせました。「営農業務を担当し、たくさんの農家の方と接する機会がありました。そのなかで、しっかり栽培について考えながら、楽しそうに農業をしておられる皆さんの姿に憧れ、いつか自分もしてみたいという気持ちになりました」と話します。農業を始めるにあたり、家が農家のため設備投資が少なく済むことも後押しとなり、就農を決意しました。

基本に忠実に、手をかけて良いきゅうりを

農業の基本的な知識はJAに勤務していた時の経験が役に立っているという野中さん。一方、実際にやってみて初めてわかる事も多く、JAの担当者や県の普及員からの栽培情報やアドバイスを基に、基本に忠実に作業を行うことを心掛けています。

現在は春作きゅうりの収穫最盛期。野中さんは「収穫箱いっぱいになったら、ぐなきゅうりが採れた時は、手入れが上手にできたことが実感でき嬉しいです」と笑顔で話します。忙しい日々が続きますが、高品質のきゅうりを届けようと努力を惜しまず栽培に取り組んでいます。

産地振興の一助になれるように

「きゅうり部会は生産者同士のつながりが強く、情報交換や相談がしやすい環境も栽培するうえで心強いと感じています。私も部会の一員として産地を盛り上げていければと思っています。部会全体でおいしいきゅうりをつくっています。ぜひ出雲産きゅうりをたくさん食べていただきたいです」と話す野中さん。これから

もおいしいきゅうりを多くの方へ届けたいという想いで栽培を続けていきます。





出雲市農政会議だより

令和6年5月18日

No.110

発行元：出雲市農政会議(出雲市今市町106番地1 JALまね出雲地区本部営農企画課内)
発行責任者：事務局長 山根 康太

【活動内容報告】

○第51回島根県農政会議通常総会ならびに 第48回島根県農業者政治連盟通常総会

4月24日(水)第51回島根県農政会議通常総会ならびに第48回島根県農業者政治連盟通常総会が松江市のサンラポーむらくもで開催され、出雲市農政会議からは代議員36名が出席しました。

開会にあたり、島根県農政会議の石倉茂美会長は、「飼料・肥料・燃油等の生産資材価格の高止まりに加え、物流の2024年問題の影響も想定されることから、生産現場の不安を払拭させるための対策を求め、食料・農業・農村を守り続ける運動を継続していく」とあいさつされました。また、令和6年通常国会で審議されている食料・農業・農村基本法およびその関連法案について、我々生産者の考え方をしっかり訴えていくことを確認しました。



令和6年度 経営所得安定対策申請について

経営所得安定対策等交付金の交付を受けるためには、営農計画書を提出していただくほかに、別途申請が必要となります。

すでに提出いただいている営農計画書より交付対象の可能性があり、前年に申請実績がある方へは各地区水田農業推進委員を通じて申請書一式を配布させていただきますが、それ以外で申請を希望される方については**6月7日(金)までに**最寄りのJA各営農センターに申し出の上、お手続きくださいますようお願いいたします。



■ 申請時の提出書類

- 経営所得安定対策等交付金交付申請書(様式第1号)
- 経営所得安定対策等交付金振込口座届出書兼口座名義人に対する委任状(様式第3号) **該当者のみ**
- 振込通帳のコピー(通帳見開きのカナ氏名、支店番号、口座番号が記載されているページ) **該当者のみ**

■ お問い合わせ先

JALまね出雲地区本部

中部営農センター：電話 (0853) 31-9055 河南営農センター：電話 (0853) 43-7007
 東部営農センター：電話 (0853) 62-9059 南部営農センター：電話 (0853) 84-0213
 西部営農センター：電話 (0853) 53-2168

複合渉外員・金融渉外員 業務用携帯番号について

出雲地区本部では、組合員・利用者の皆様のニーズにお応えし、利便性向上を図ることを目的に、複合渉外員・金融渉外員に業務用携帯を貸与しています。

JAとして地域の皆様に寄り添い、お役に立てるよう活動してまいりますのでよろしくお願いいたします。なお、電話に出ることができない場合や、勤務時間外については、折り返し対応をさせていただきますことをご了承下さい。

中部南推進課

課長 井戸 敬洋

金融渉外員

土江 登

TEL.090-3732-7825

大津支店

TEL.21-0860

塩冶支店

TEL.21-0189

出雲支店

TEL.31-4106

川中 祐香 TEL.090-3732-6723

児玉 祥平 TEL.090-3732-6819

神田 智史 TEL.090-3732-6875

松田 裕也 TEL.090-3732-7139

常松 真希 TEL.090-3732-7320

小豆澤 徹 TEL.090-3732-7400

米田 徳之 TEL.090-3732-7410

日野 敦子 TEL.090-3732-7493

福田 慶子 TEL.090-3732-7738

中部北推進課

課長 川上 正人

金融渉外員

福田 昌平

TEL.090-3732-8646

四絡支店

TEL.22-1054

川跡支店

TEL.21-0178

山口 実矢子 TEL.090-3732-7981

矢田 絵梨 TEL.090-3732-8004

西尾 賢 TEL.090-3732-8040

本池 怜雄 TEL.090-3732-8047

釜屋 寛子 TEL.090-3732-8117

福代 裕太 TEL.090-3732-8146

久家 良子 TEL.090-3732-8303

松本 達也 TEL.090-3732-8340

三原 絵里子 TEL.090-3732-8514

東部ブロック 推進課

課長 多々納 誠司

金融渉外員

高橋 めぐみ

TEL.090-3732-9299

柳原 佑哉

TEL.090-3732-8856

平田中央支店

TEL.63-3650

西田支店

TEL.63-3653

平田東支店

TEL.67-0121

山岡 健人 TEL.090-3732-8675

村松 咲穂 TEL.090-3732-8685

常松 明希 TEL.090-3732-8747

馬庭 拓也 TEL.090-3732-8954

後藤 久士 TEL.090-3732-9167

石原 陽子 TEL.090-3732-9323

田中 理恵 TEL.090-3732-9374

高橋 勇人 TEL.090-3732-8884

常松 正樹 TEL.090-3732-9766

北村 卓也 TEL.090-3732-9799

竹内 信雄 TEL.090-3733-0277

吉清 結 TEL.090-3732-9877

渡部 一宏 TEL.090-3733-0297



西部ブロック 推進課

課長 柳楽 俊介

金融渉外員

藤原 悠夏

TEL.090-3733-1535

高松支店

TEL.21-0610

長浜支店

TEL.28-0002

大社支店

TEL.53-5555

荒木支店

TEL.53-2315

坂本 江里香 TEL.090-3733-0356

坂本 真理子 TEL.090-3733-0579

山崎 邦裕 TEL.090-3733-0873

柳楽 篤志 TEL.090-3733-0898

大野 真司 TEL.090-3733-0997

澄田 亨 TEL.090-3733-1305

高橋 知子 TEL.090-3733-1791

永見 和也 TEL.090-3733-1377

花田 宏美 TEL.090-3733-1584

岡 裕司 TEL.090-3733-1694

脇坂 幸 TEL.090-3733-1863

竹田原 大 TEL.090-3733-1883

錦織 純子 TEL.090-3733-1946

河南ブロック 推進課

課長 長岡 繁

金融渉外員

山根 滉大

TEL.090-3733-3174

神戸川支店

TEL.21-0681

湖陵支店

TEL.43-2231

多伎支店

TEL.86-2311

大野 晃裕 TEL.090-3733-2066

天野 芙紀子 TEL.090-3733-2140

田辺 加奈子 TEL.090-3733-2298

藤林 浩正 TEL.090-3733-2438

藤井 美穂子 TEL.090-3733-2547

水師 香菜 TEL.090-3733-2601

田中 洋一 TEL.090-3733-2979

原 愛美 TEL.090-3733-2801

板垣 加奈 TEL.090-3733-4167

片寄 大介 TEL.090-3733-4316

南部ブロック 推進課

課長 森山 陽司

金融渉外員

梅野 圭吾

TEL.090-3733-4737

朝山支店

TEL.48-0206

佐田支店

TEL.84-0212

名原 鈴佳 TEL.090-3733-4359

勝部 めぐみ TEL.090-3733-4529

伊藤 迪子 TEL.090-3733-4909

千葉 勝 TEL.090-3733-5041





出雲市四絡地区

よつがねファーマーズ

安全安心でおいしい野菜を届けたい

よつがねファーマーズは、四絡地区の農家が集まり結成した農業者グループです。結成は令和5年。その年のよつがね夏まつりで野菜を販売してほしいという声があり、農産物の販売を企画し、農業を営んでいるメンバーを探したところ、集まった農家は4軒ほど…。年々都市化が進み、農地や農家が減少している現状を目の当たりにし、農家同士でネットワークを形成することで、地域の農業を楽しんでいきたいと思ったことがきっかけでした。現在は9軒の農家が集まり、農作物の栽培方法や土壌環境(土づくり)、メンバー同士の野菜を持ち寄って試食をするなどの勉強会を開催し、農家同士でつながりをもった活動をしています。

また、四絡地区でも農業を頑張っていることを知ってもらうため、基本毎月第2日曜日の午前中、JA四絡支店駐車場で『よつがねマルシェ』を開催しています。会場には、安全でおいしい農産物を届けたいと土づくりからこだわって栽培した新鮮野菜のほか、その野菜



を使った総菜やお菓子、花などが並び地域の方々に喜ばれています。よつがねファーマーズの代表を務める和泉里佳さんは「農地が少なくなった四絡地区でも頑張っている農家がいることを多くの方に知ってもらえると良いと思います。また、マルシェが生産者と地域の方がつながる場であったり、地域の方々が集う場になったりすると嬉しいです」と話しました。

健康ライフかわら版

「5/31は世界禁煙デーです」

毎年5/31は世界保健機関(WHO)が制定した禁煙を推進するための記念日、「世界禁煙デー」、5/31～6/6は「禁煙週間」です。

自身と大切な家族をたばこの煙から守るため、この機会に禁煙について考えてみませんか？

禁煙したい人を応援します！

たばこに含まれるニコチンは依存性が高く、自力でなんとかしようと考えても、実際にはなかなか難しいものです。そんな時、利用できるサポート情報をご紹介します。

「禁煙サポート」に関する情報は [こちらから](#) ➔



県内で禁煙治療を受けられる医療機関や、禁煙に関する相談ができる支援薬局を掲載しています。



1. 「禁煙支援薬局」
禁煙の進め方などの相談に、薬剤師が無料でアドバイスします。「禁煙したいけど病院や診療所に行くのも…」という時にも、気軽に相談してみてください。
2. 「禁煙治療実施医療機関」
条件を満たせば、禁煙治療に健康保険が適用されます。
3. 禁煙サポート手帳「まめなくんの禁煙手帳」
薬局や保健所では禁煙達成までのサポートとなる、禁煙手帳を置いています。禁煙の記録をつけることも、モチベーションの維持や振り返りの機会になります。

ぜひご利用ください。

お問い合わせ先 出雲保健所健康増進課 TEL 21-8785

おたより広場

読者のみなさんからの投稿コーナーです。最近あった「楽しかったこと」「最近思うこと」「感動したこと」…ぜひお聞かせください。写真や絵手紙・イラスト也大募集!!

〒693-8585
出雲市今市町106番地1
JAしまね出雲地区本部内
「広報誌JAしまねびより」編集係 宛
☑メールでの投稿也大歓迎!
izumokouhou.izm@ja-shimane.gr.jp

●より良いぶどう栽培に頑張っておられる若い方が紹介され、大いに期待しています。例年、県外にいる子どもや孫たちに送り喜ばれています。おいしいぶどうづくり頑張ってください。

(松香下町 K・Tさん)

JA: いよいよ今年産の「鳥根ぶどう」デラウエアの出荷がスタートしました。鳥根の初夏を代表する果実であり、長年愛され続けるデラウエア。ご自宅の食卓はもちろん、県内外のご親戚や知人の方への贈り物としても喜ばれますね♪

●先日、アスパラガスを食べましたが、とても柔らかくて本当にお

いしかったです。出雲のアスパラガス最高です。

(大社町 Y・Hさん)

●アスパラガス、おいしいですね。生産者の方々、頑張ってください。いつも食べていますよ。

(浜町 N・Tさん)

JA: 根元まで柔らかくて甘い出雲のアスパラガス、私も大好きです。茹でてよし、焼いてよしでおいしい食べ方もいろいろ! 出雲の地で丹精込めて育てられたアスパラガスをぜひご賞味ください!

●「川柳の広場」のコーナーを毎回楽しみにしています。出してみたいな、そんな気持ちで毎回楽しんでいきます。(高松町 M・Yさん)

JA: 「川柳の広場」「俳句の広場」に、毎回たくさんのご応募をいただきありがとうございます! 日々の生活のなかで感じたこと、自然や四季に関することなど…今後またくさんご応募いただければ幸いです。皆様からの川柳、俳句をお待ちしています。

● 神西ATMコーナーの移設について ●

神西ATMコーナー (JA神西会館に設置しているATM) につきまして、下記のとおり移設することとなりました。今後とも多くの組合員・利用者様にご利用いただきますようお願い申し上げます。

記



神西ATM 最終営業日 令和6年6月24日(月) 19:00まで

移設後

| | | | |
|-------|--------------------------------|------------|------------|
| ATM名称 | メモリア河南 | | |
| 設置場所 | JAしまね葬祭会館メモリア河南敷地内(出雲市神門町1423) | | |
| 営業開始日 | 令和6年6月27日(木) 8:45から | | |
| 営業時間帯 | 平日 | 土曜 | 日・祝 |
| | 8:45~21:00 | 9:00~20:00 | 9:00~20:00 |
| 機能 | 硬貨対応・通帳繰越対応* | | |

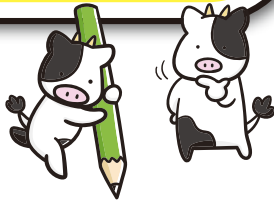
*通帳繰越機能については、令和6年7月下旬に付帯致しますのでご承知おきください。

クロスワードパズル

農協全国商品券をもらっちゃおう!!

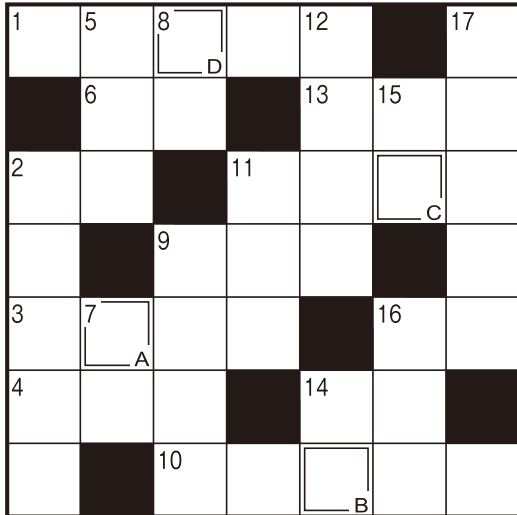
出典：(株)新聞連『JA広報通信』2024年5月号

CrossWord Puzzle



二重マスの文字をA～D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 |
|---|---|---|---|

タテのカギ

- ②うちの——は稲、裏作はキャベツです
- ⑤時には相手の——になって考えることも大切だ
- ⑦シカと大仏が有名な県
- ⑧耕したり肥やしたりします
- ⑨カウボーイが首に巻きます
- ⑩スポーツ紙では打棒と書かれることも
- ⑫LDKのLです
- ⑭たる、おけにはめられています
- ⑮部屋の模様替えのときに動かすこともあります
- ⑯もち米に具材を入れて炊いたもの
- ⑰昭和の名曲『青い——』。同名映画の主題歌としても知られています

ヨコのカギ

- ①アジサイに似合いそうな生き物。文部省唱歌の曲名にもなっています
- ②いとこのお母さんです
- ③空き店舗に——募集の看板が付いた
- ④野菜とハムやゆで卵などを盛り合わせて作ります
- ⑥6月の第3日曜日は——の日です
- ⑨ポシエットやリュックもこの一種
- ⑩梅雨時に洗濯物を干すとパリッと乾かずこうなることも
- ⑪テレビ・ラジオ欄にたくさん載っています
- ⑬倉敷市の——地区を歩いて回った
- ⑭足が8本あります
- ⑯手前の反対側

応募要項

応募方法

ハガキに、答え、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌に関するご意見・ご感想を記入して、下記宛先にお送りください。

賞品

正解者の中から抽選で30名（JAしまね全体）の方に「農協全国商品券」をお贈りします。

当選者発表

賞品の発送をもってかえさせていただきます。

宛先・締切

〒693-8585 出雲市今市町106-1

JAしまね 出雲地区本部 ふれあい福祉課 「クイズ」係

2024年6月7日（金）（当日消印有効）

◆先月号の答え◆

「ピクニック」



俳句の広場

最優秀賞

仕舞湯の程良き温さ種浸し

出雲市 金山 陽様

選句者「白魚火」編集長・副主宰 安食彰彦先生

優秀賞

初蝶やわが胸襟をひらくとき

出雲市 北村 功様

花散らす雨に心のとぎれがち

出雲市 小豆澤典子様

握りたての筍糠を添へられて

浜田市 三沢 孝子様

佳作

パソコンの指柔らかく春一番
卒業式着物袴にブーツはき
野も山も雨に洗はれみどりの日
うぐひすの初音うれしや雨の朝
児に負けることも楽しやかなるた取り

西ノ島町 川上 茂様
出雲市 竹田喜久子様
邑南町 山塚 豊子様
西ノ島町 向原 淳代様
邑南町 三宅伊知枝様

「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」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。



JAしまねびよりへ、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、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6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

概要

①地域活性化団体活動表彰(副賞10万円)

募集期間 令和6年5月7日(火)▶9月30日(月)

②フードバンク・子ども食堂活動支援(活動に要する費用。上限10万円)

募集期間 令和6年5月7日(火)▶10月31日(木)

詳細はこちらから



スーツに、もっと進化を。

洋服の青山 60th Anniversary

JAしまね組合員の皆様へ

ご来店の際は、本広告を必ずご持参ください。(モノクロ印刷または、本広告のコピーでも可)

JA×AOYAMAタイアップカードご登録・ご提示で

10%OFF 店内全商品

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。



上品な装いで品格のあるブラック。洗練されたフォーマル

メンズフォーマル ¥21,890~の品
JA×AOYAMA タイアップカードご提示で ¥19,701~

レディースフォーマル ¥21,890~の品
JA×AOYAMA タイアップカードご提示で ¥19,701~

オーダースーツなら

オーダースーツ

Quality Order SHITATE

1着 ¥31,900~の品
JA×AOYAMAタイアップカードご提示で



リピート意向!

94%以上

※自社調べ

1着 ¥28,710~

※レディースオーダーは一部取り扱っていない店舗がございます。詳しくは店舗またはホームページにてご確認ください。

「JA×AOYAMAタイアップカード」ご登録・ご利用の流れ

入金金・年会費 無料

※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

洋服の青山店頭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

※カード発行の際に、キャッシュカードをお預かりしたり暗証番号をお聞きすることは、一切ありません。※詳しくは店舗スタッフまで。※JA×AOYAMAタイアップカードはクレジットカードではありません。

使わなくなった衣類を「下取りOK!」他社製品も!

3つのポイント全て貯まる!使える!



仕事服にお悩みの方必見! ビジネスウェアガイドや店舗検索はこちら▶▶▶



ご来店確認用バーコード



4029200043507

広告有効期間:本日より2024年10月31日(木)まで

※掲載商品はイメージです。※本広告掲載内容は、2024年4月時点の内容です。セール内容及び割引内容などが変更になる場合がございます。※オンラインストアを除く全国の洋服の青山でご利用いただけます。※裾上げ・ネーム・その他お直しにつきましては、別途補正料金を頂戴いたします。ご了承ください。※詳しくは店舗スタッフまで。

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 | 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 | 11676 | 島根 | 石見 銀山 | 11680 |
| やすぎ | 生活燃料課 | 11674 | やすぎ | 伯太支店 | 11830 | 出雲 | 島根 おおち | 11677 | 西 | いわみ中央 | 11681 |
| やすぎ | 赤江支店 | 11827 | やすぎ | 広瀬支店 | 11831 | 斐川 | 西 | 11678 | 西 | いわみ中央 | 11682 |
| やすぎ | 安来東支店 | 11828 | 雲南 | | 11675 | | 西 | 11679 | 西 | いわみ | 11683 |

今が旬!

島根県産

デラウェア 祭り開催!!

期間

●5月18日(土) 本店のみ ラピタ本店 センターコート

●5月24日(金)・25日(土) (2日間開催) ラピタ全店

期間限定

デラウェア 2kg 特別価格にて販売!

※数量に限りがございますので、売切れの際はご容赦ください。出荷状況により、開催期間の変更もございます。

組合員のみなさまへ

JAの 羽毛ふとん

日本羽毛寝具製造協同組合の
羽毛布団リフォーム事業
認定業者です。

再生リフォーム

JALまね

取り出した羽毛を直接洗浄することで汚れを取り除きます!!

節約応援! 捨てるのはもったいない!
リフォームは **ECO** でお得!!

新しい羽毛を補充します!

22,400円~

(税別)
税込 24,640円~

シングル 300g・ダブル 400g

※お預かりする布団によって補充料が変わります。

Before

へたってしまったお布団が...

再生リフォーム!!

After

こんなにふっくらふかふかに!!

- ①お申し込み
電話かFAXでJA支店へ連絡。
- ②荷造りキット到着
回収袋・着払伝票・出荷手順書が届きます。
- ③返送パックに布団を収納
羽毛ふとんを袋に詰め、着払伝票を貼り付け運送会社に集荷依頼。
- ④最寄りの運送会社から着払いで発送
- ⑤再生リフォーム
約20日間
- ⑥羽毛ふとんがあなたの元に
再生リフォームされた羽毛ふとんが届く。
- ⑦支払い
JAから請求書が届いたらお支払いください。
※くびき地区本部でお申し込みの方は商品お届け時に代金引換にてお支払い頂きます。

出雲地区本部 ラピタ本店 生活課 ☎ 0853-21-6080 FAX 0853-21-5715 (各支店でも取り扱いいたします)

lapita beer garden

ラピタ屋上 バーベキュー ビアガーデン

星空ガーデン 2024

当日ラピタで購入した食材
持ち込みOK!!

4/26(金) ~ 11/4(月)

17:30~21:00 (ラストオーダー/食べ物 20:30 飲み物 20:45)

ラピタ本店 屋上

お席は、テント席、座敷席、アウトドア席、オープン席より選べます。
雨天の場合はテント席のみご利用が可能です。

Barbecue Menu

| | |
|--|--|
| <p>●バーベキュープラン 【アルコール飲み放題付】</p> <p>予約あり 4,000円<small>(税込)</small></p> <p>予約なし 4,500円<small>(税込)</small></p> | <p>●キッズプラン (小学生以下)</p> <p>予約あり 1,500円<small>(税込)</small></p> <p>予約なし 1,700円<small>(税込)</small></p> |
|--|--|

全てのプランに、ご飯食べ放題、ソフトドリンク飲み放題付! ※各種プランは1人前料金です。

予約はこちらから

予約割引あり! 24時間自動受付

インターネットでの予約は「ぐるなび」から ▶

検索はこちら

QRコード

無料 Wi-Fi も使えます!!

Instagramもチェック!
LAPITABEERGARDEN

ご予約の流れ

- 1 予約日のご指定
- 2 ご利用人数
- 3 ご来店時間
- 4 プランの決定
- 5 座席の種類を決める

お電話での予約・お問い合わせ先 **Tel.050-5486-3296** | 9:00~17:00 受付
※17時以降は、お電話での予約・お問い合わせはできません。

ラピタ取扱い商品券(販売)の変更について

「三菱UFJニコスギフトカード」の販売が3月末をもって終了いたしました。在庫が無くなり次第「JCBギフトカード」の販売を開始いたします。また、新たに「農協全国商品券」の販売を開始いたします。

お手持ちの「三菱UFJニコスギフトカード」については引き続きご利用いただけます。

取扱券種

- JCBギフトカード(1,000円・5,000円)
- 農協全国商品券(500円・1,000円)

ニンジンごはんの海老クリームかけ



コメント

- ・ニンジンが苦手な方でもこれなら食べられること間違いなし！ニンジンパワーをいただきましょう！
- ・海老をたっぷり使ったリッチな味わいのクリームソースです。

アレンジ

- ・マッシュルームの代わりにシメジやエリンギ、シタケを加えてもおいしいです。
- ・牛乳を豆乳に替えてもOK！また海老クリームはパスタソースにも最適です！

材料（4人分）

◆ニンジンごはん

- 米……………2合
- ニンジン……………1/2本
- コンソメ……………小さじ2
- 粗びき黒胡椒……………適量

◆海老クリーム

- むき海老……………200g
- 酒……………大さじ2
- マッシュルーム……………8個
- タマネギ……………1個（200g）
- アスパラガス……………2本
- バター……………20g
- 小麦粉……………大さじ2
- 牛乳……………300cc
- 鶏がらスープの素…小さじ2
- 塩胡椒……………少々
- パセリ……………適量

作り方

◆ニンジンごはん

- ①ニンジンは皮をむいて、すりおろす。
- ②炊飯器に洗った米を入れ、少し硬めの水加減にする。
- ③②にコンソメを入れてひと混ぜし、すりおろしたニンジンを加えて炊飯する。
- ④炊き上がったら、大きく混ぜて皿に盛り、粗びき黒こしょうをふる。

◆海老クリーム

- ①むき海老は背ワタを取り、酒を振りかけておく。タマネギは皮をむいて縦半分になり、厚さ5ミリの細切りにする。マッシュルームは薄くスライスする。アスパラガスは下半分皮をむき、3センチの長さに切り、レンジ(600w)で1分30秒加熱する。
- ②フライパンにバターを入れて火にかけ、溶けたらタマネギ、マッシュルームを入れてしんなりするまで炒める。
- ③鶏がらスープの素を入れ、下味をつけ火を止める。
- ④③に小麦粉を入れて混ぜ、粉っぽさがなくなったら牛乳を入れひと混ぜする。
- ⑤再び火をつけ、むき海老を加え、木べらで混ぜながらとろみがつくまで火を通し、アスパラガスを加え、味をみてから塩胡椒で味を整える。
- ⑥皿にニンジンごはんを盛り、海老クリームを添える。

材料（4人分）

- 豚小間切れ肉……………250g
- ジャガイモ……………2個（250g）
- タマネギ……………1個（160g）
- ナス……………2本（250g）
- オリーブ油……………大さじ1
- トマト……………1個（150g）
- アスパラガス……………4本
- 水……………800cc
- コンソメ……………小さじ2
- 味噌……………大さじ2
- 粗びき黒胡椒……………お好みで

コメント

- ・ナスはオリーブ油をからめてレンジで加熱することで時短にもなり、色鮮やかな仕上がりに！
- ・冬のイメージが強い豚汁ですが、カラフルな夏野菜の栄養をたっぷり摂ることができる一品です。

作り方

- ①ジャガイモは皮をむいて厚さ5ミリに切る。タマネギは皮をむいて縦半分になり、厚さ5ミリの細切りにする。ナスとトマトは乱切りにする。アスパラガスは長さ3センチの斜め切りにする。
- ②ナスを耐熱容器に入れ、オリーブ油をからめて軽くラップをかけ、レンジ(600w)で6分加熱する。
- ③鍋にAとジャガイモ、タマネギを入れて火にかけ、煮立ったら中火にする。
- ④③の野菜が柔らかくなったなら、豚肉とナス、トマト、アスパラガスも加え火を通す。（アクがあれば取り除く）
- ⑤ひと煮立ちしたら、火を止めて味噌を溶き入れる。
- ⑥器に盛り、お好みで粗びき黒胡椒を振る。

洋風夏野菜豚汁



アレンジ

- ・お好みでニンニクや豆板醤を加えてもおいしいです。
- ・たくさん採れる夏野菜をいろいろ組み合わせると楽しめます。薬味に青シソやミョウガもおすすめです。

健康散歩

骨粗しょう症を予防しよう

JA島根厚生連

私たちの体には、約200個の骨があります。元気に動いて、自分らしく生活していくためには、骨を強く丈夫に保つことが大切です。

私たちの骨は毎日少しずつ古い骨が壊され、新しい骨が作られる「骨代謝」が行われています。その骨代謝が加齢などによりバランスを崩して骨密度が低下し、骨がスカスカになり、著しく弱くなった状態が骨粗しょう症です。

骨量は、成長期に増え、20歳頃に最大になります。しかし、その骨量も40歳ごろから徐々に減少してしまいます。加齢とともに骨量が減少していくことは避けられません。そのため、できる限り加齢による骨量減少のスピードを遅らせ、骨量を維持していくことが骨粗しょう症の予防につながります。自分ができる対策としては、「運動」と「食事」が大切です。

「運動」は骨に衝撃や、やや強めの負荷がかかることで骨を丈夫にして骨粗しょう症のリスクを減らすことができます。また、運動には転びにくい体をつくる効果もあります。かかとの上げ下げや片足立ち、スクワットなどは下半身の筋肉やバランスをとる力を鍛えることで転びにくくなり、転倒による骨折を防ぐことができます。かかとの上げ下げや片足

立ちは壁や椅子などにつかまって行うと安心です。

そして「食事」です。しっかりした骨をつくるには、十分なカルシウムが必要です。ただ、カルシウムだけをたくさんとっても強い骨はつくれません。カルシウムの吸収を助ける「ビタミンD」とカルシウムを骨への沈着を促す「ビタミンK」も大切です。どちらも脂溶性ビタミンなので油と一緒にとるのがお勧めです。「ビタミンD」は日光に当たることで皮膚でもつくられます。1日15分くらい日光に当たしましょう。「ビタミンK」は緑黄色野菜や納豆などに多く含まれます。また、コラーゲンは外から加わる衝撃をしなやかに吸収し、骨を折れにくくする役割があるので意識してとりたい栄養素です。コラーゲンの材料は、筋肉の材料と同じタンパク質です。丈夫な骨と筋肉をつくるために、1日3食、肉や魚、卵、乳製品、大豆製品などをとるようにしましょう。



ビタミンK

【編集後記】つい最近まで春の気分でしたが、なんと5月は初夏にあたるそうです。今年も猛暑が予想されるそうなので皆さんも体調に気をつけてください…そんな5月号の特集は新入職員について。取材で研修会にお邪魔しましたが、講習内容を聞いていると社会人としての基礎が今できているのかと身が引き締まる思いでした。どんなことに対しても初心を忘れずにいたいですね（古）

