

# JAしまねびより

2020  
7  
July  
Vol.52

特集

「JAの自己改革に関する  
組合員アンケート」最終集計結果のご報告

鳥根の  
いいもの再発見!!

梅

[雲南市]

詳細は6ページへ



JALしまね 西いわみ地区本部版



## 1 JA介護事業所等 へのマスク寄贈

JAしまねは6月5日、松江市の本店においてJA共済連島根より、新型コロナウイルス感染症予防用に役立ててもらおうと、JAの介護事業所およびJA島根厚生連へマスク10,000枚が寄贈されました。

新型コロナウイルスの新規感染者数は減少傾向にあるものの、全国的には終息には至っておらず、第2波が警戒されています。当JAでも高齢者をはじめとした多くの組合員・地域住民のコミュニティ形成の場として、大きな役割を担っているJA介護事業所や健診施設を運営しており、感染予防に向け職員が一丸となって日々細心の注意を払っています。

マスクを受け取った石川寿樹組合長は「まだまだ介護事業の現場等では新型コロナウイルス感染症防止対策に気を抜けない状況が続いている。頂いたマスクはありがたいが大切に使わせていただく」と話しました。



3 すべての人に健康と福祉を

SDGsとは、国連が決めた「持続可能な開発目標 (Sustainable Development Goals)」から、一文字ずつ取った略称です。17の目標をマークで示しています。

## 2 農作業の労力負担軽減！

農家の安全確保や作業負担軽減、また農業の効率化を図ることを目的に、やすぎ地区本部と雲南地区本部で農作業の軽減用機械の実演会を開催しました。

やすぎ地区本部を含む安来地域担い手育成総合支援協議会（安来市・島根県東部農林振興センター安来支所安来市農業委員会）は6月10日、安来市にある農事組合法人よしたのタマネギ圃場などで、収穫機械や乾燥機の実演会を開催し、営農組合や関係者ら約60人が参加しました。当日は収穫機で掘り起こしたタマネギをピッカーで拾い上げ、コンテナ詰めするまでの作業を機械で行い、乾燥作業では短時間で乾燥させる吸風式の特殊な装置が披露され、参加者は労働力の軽減や作業時間の短縮など、作業の効率化を実感していました。

同地区本部では水田を活用したタマネギ栽培を促進するため、播種から乾燥まで生産に必要な一連の機械を導入し、今年度から生産者への貸出事業を開始。これにより生産者の機械導入にかかるコストの低減を進め、タマネギの産地づくりを図っています。

また、雲南地区本部では、傾斜地での除草作業を軽減するラジコン草刈り機の実演会を6月5・6日の両日、仁多郡奥出雲町で管内の農業法人を対象に開催し、近隣の営農組合などの代表者らが参加しました。

今回実演が行われたラジコン草刈り機は、走行部をモーターで駆動し、エンジンで刈刃を駆動するハイブリッド方式を採用することで、力強く安定した草刈り作業ができるうえ、刈幅は70cm、刈高3〜9cm、最大傾斜45度まで作業を行うことができます。

中山間地域の農家にとって、高齢化や担い手不足が深刻化しており、短時間できれいに刈り取る様子を見た参加者は「安定感やスピードがあり効果的に草刈りができる」と、その手軽さと性能の良さ、安全性を実感していました。

両地区本部では生産者の作業負担軽減と安全確保、また農作業の効率化と人手不足を補うため、今後も導入を推奨していきます。



雲南地区本部：ラジコン草刈り機の実演会



やすぎ地区本部：タマネギ収穫作業機実演会

## お知らせ 次回8月号は総代会特集！

6月28日(日)に浜江市の石央文化ホールで開催した第6回通常総代会の様子は、8月号の特集誌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べきところですが、作成スケジュールの都合から8月号での掲載とさせていただきます。なお、第6回総代会資料は当JAのホームページに掲載しておりますので、ご覧ください。

# 新型コロナウイルス感染症の影響を受けた生産者の皆さまへ

## 高収益作物次期作支援交付金のご案内

新型コロナウイルス感染症の発生により売上げが減少する等の影響を受けた**高収益作物（野菜・花き・果樹・茶）**について、次期作に前向きに取り組む生産者の皆さまを支援いたします。

### 支援対象となる生産者

令和2年2月から4月の間に野菜、花き、果樹、茶について、出荷実績がある又は廃棄等により出荷できなかった生産者

### 支援内容その1（要綱第4の2の（1）関係）

◆高収益作物の次期作に向けた取組に対して、次のとおり支援します。

#### 【支援単価】

- ①基本単価5万円/10a（野菜、花き、果樹、茶） ※中山間地域等では単価を1割加算
- ②施設栽培のうち高集約型品目の単価



対象品目（高集約型品目）：新型コロナウイルス感染症の影響で需要が減少した品目	交付単価
施設栽培の花き、大葉及びわさび	80万円/10a
施設栽培のぶどう及びおうとう、マンゴー	25万円/10a

【対象施設】加温装置（空調装置）又はかん水装置がある施設

#### 対象となる取組例

- ・生産・流通コストの削減の取組
- ・種苗、肥料、農薬等の資材の購入
- ・土壌改良資材の投入
- ・自動環境制御装置の活用
- ・作業環境の改善の取組
- ・事業継続計画の策定
- ・機械化体系の導入
- ・被覆資材の導入
- ・空調装置の導入
- ・環境制御盤の導入 等

### 支援内容その2（要綱第4の2の（2）関係）

◆次期作に向けた下記の①～③のいずれかの取組を行う場合に、10a当たり2万円を支援します。

（野菜、花き、果樹、茶） ※中山間地域等では単価を1割加算

#### 対象となる取組

- ①新たに直販等を行うためのHP等の整備
  - ②新品種・新技術の導入等に向けた取組
  - ③海外の残留農薬基準への対応又は有機農業・GAP等の取組
- ※2万円/10a×取組数（3取組（①②③全て）で、最大6万円/10a）

### 支援内容その3（要綱第4の2の（3）関係）

◆高品質なものを厳選して出荷する取組に対して、取組を行った人数・日数に応じ、1人・1日あたり2,200円を支援します。

※新型コロナウイルス感染症の影響を受け、令和2年2月以降、厳選出荷に取り組んだ期間が対象となります。

#### 【対象品目】

花き、茶、施設栽培の大葉、わさび、ぶどう及びおうとう、マンゴー

※施設栽培のうち、いわゆる雨よけハウスは除きます。

お問い合わせ先：最寄りの地域農業再生協議会（市町村・JA）まで

## 肉用牛の生産を行う畜産農業者へのご案内

### 肥育農家向け

- 肥育牛経営等緊急支援特別対策事業…枝肉価格の下落に対する出荷奨励金交付  
出荷延期に伴う掛かり増し経費の支援  
牛マルキン負担金免除

### 繁殖農家向け

- 優良肉用子牛生産推進緊急対策事業…全国平均価格が一定額下回った際の奨励金
- 肉用子牛流通円滑化等緊急対策…出荷延期に伴う掛かり増し経費の支援



お問い合わせ先：地元地区本部畜産担当者まで



# アンケート」 最終集計結果のご報告

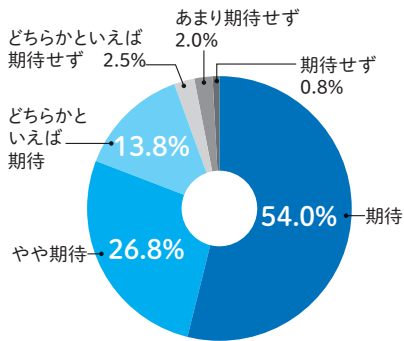
■組合員79,600人による回答（正組合員37,600人、准組合員42,000人）  
 ■回答率65.0% ■四捨五入の関係で構成比率が100%にならないグラフもあります。

**正組合員** **准組合員** = アンケート対象者

## 自己改革への評価について

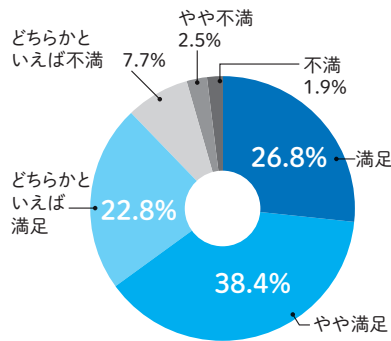
### ■ 営農指導事業（農業の栽培技術指導や経営支援など）

#### ■ 期待度 **正組合員**



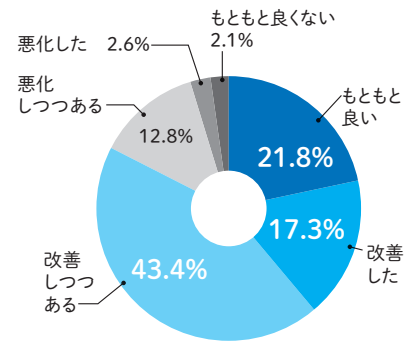
回答していただいた正組合員のうち、**94.6%**の方より**期待**を表す回答をいただきました。

#### ■ 満足度 **正組合員**



回答していただいた正組合員のうち、**88.0%**の方より**満足**を表す回答をいただきました。

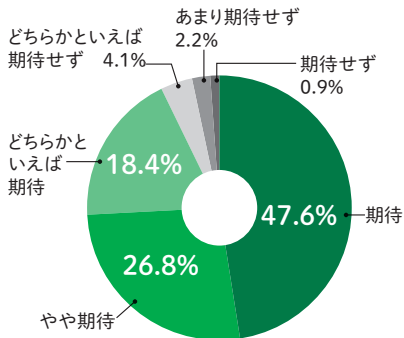
#### ■ 事業内容変化 **正組合員**



回答していただいた正組合員のうち、**82.5%**の方より**改善**を表す回答をいただきました。

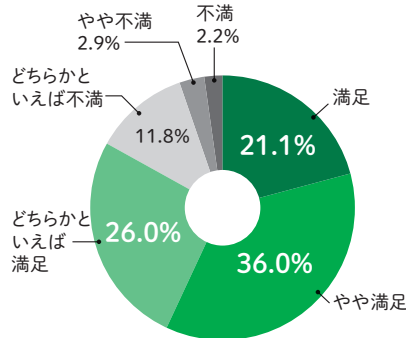
### ■ 農畜産物販売事業（農畜産物の販売など）

#### ■ 期待度 **正組合員**



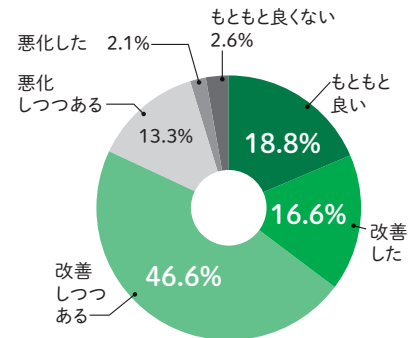
回答していただいた正組合員のうち、**92.8%**の方より**期待**を表す回答をいただきました。

#### ■ 満足度 **正組合員**



回答していただいた正組合員のうち、**83.1%**の方より**満足**を表す回答をいただきました。

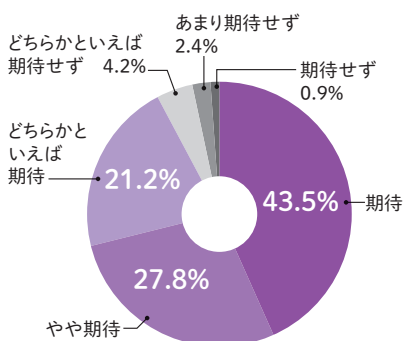
#### ■ 事業内容変化 **正組合員**



回答していただいた正組合員のうち、**82.0%**の方より**改善**を表す回答をいただきました。

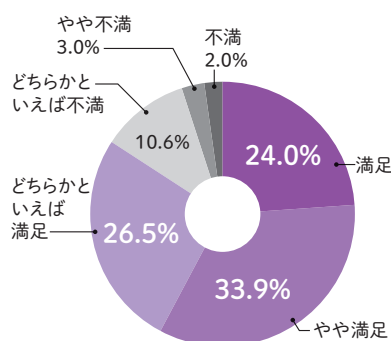
### ■ 生産資材購買事業（肥料や農機具等の販売など）

#### ■ 期待度 **正組合員**



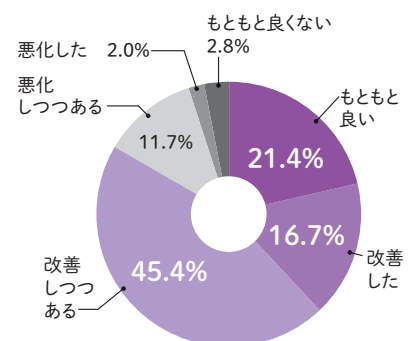
回答していただいた正組合員のうち、**92.5%**の方より**期待**を表す回答をいただきました。

#### ■ 満足度 **正組合員**



回答していただいた正組合員のうち、**84.4%**の方より**満足**を表す回答をいただきました。

#### ■ 事業内容変化 **正組合員**



回答していただいた正組合員のうち、**83.5%**の方より**改善**を表す回答をいただきました。

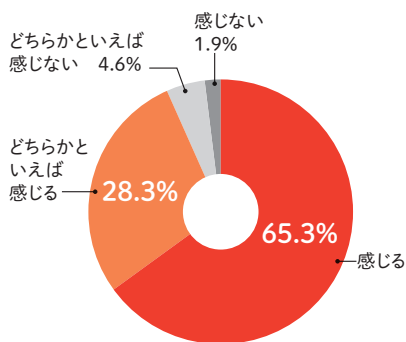


# 「JAの自己改革に関する組合員ア

JAグループでは、自己改革として、3つの基本目標「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」に取り組んでまいりました。その評価に関する組合員の意思を把握するため、平成31年1月から令和元年12月末にかけて、組合員79,600人に「JAの自己改革に関する組合員アンケート」を実施し、調査へご協力をいただきました。このたび、最終集計結果がまとまりましたのでご報告させていただきます。

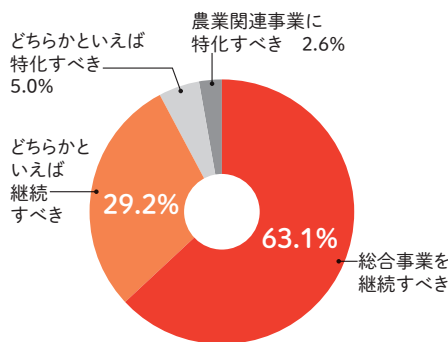
## JAの総合事業について

### ■ JAの必要性 正組合員 准組合員



回答していただいた組合員のうち、**93.6%**の方よりJAは地域農業やくらしにとって必要な存在として肯定的な回答をいただきました。

### ■ 総合事業の継続 正組合員 准組合員

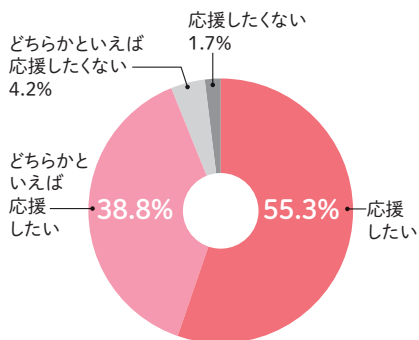


回答していただいた組合員のうち、**92.3%**の方より総合事業の継続について肯定的な回答をいただきました。



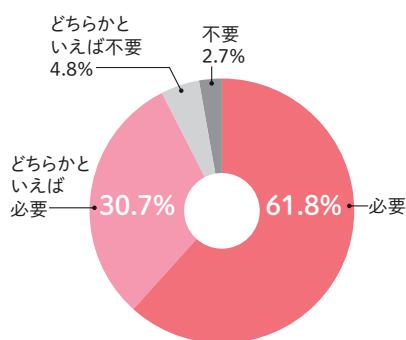
## 准組合員制度について

### ■ 地域農業や地域づくりの 応援 准組合員



回答していただいた准組合員のうち、**94.1%**の方より地域農業や地域づくりの応援に肯定的な回答をいただきました。

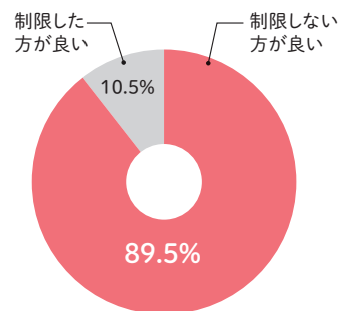
### ■ 准組合員のJA事業利用の 必要性 正組合員



回答していただいた正組合員のうち、**92.5%**の方より利用について肯定的な回答をいただきました。

### ■ 准組合員の利用制限

正組合員 准組合員



回答していただいた組合員のうち、**89.5%**の方より利用について制限しない方がよいとの回答をいただきました。

組合員調査の結果、「JAは必要な存在である」「総合事業を継続すべき」「営農関連事業（営農指導・販売・生産資材）に期待している」などの声を多くいただきました。

こうした結果をもとに、今後も対話活動を強化するとともに、組合員の意見や要望を聴きながらJA事業・活動に活かしていきます。調査にご協力いただきました皆さまへ、誌面をもってお礼申し上げます。



島根には誇れる  
農産品がたーつくさん!

## 島根のいいもの 再発見!!

[直撃・生産者インタビュー]

### 雲南市

# 梅

7月は、雲南地区本部。  
雲南市で梅の栽培に  
取り組む雲南梅生産  
組合の祝原光雄さん  
にお話を伺ってきました。



お話を伺いました  
祝原光雄さん

### 少しずつ植えていった梅の木

雲南市三刀屋町で約30年前から梅を栽培する祝原さん。元々、家では米や野菜など自分たちで食べるほどの農業はしていましたが、歳をとってからの楽しみのために梅を植えることにしました。最初は5aほどの敷地から始めましたが、当時の三刀屋町梅生産組合(現:雲南梅生産組合)に入ったことをきっかけに、本格的に栽培をすることになります。家の近くにある農地や田んぼだった場所などを活用して年々梅の木を増やしていき、今では約30aの広さで100本近くの木を育てています。

### 受粉の難しさ

出荷する主な品種は「南高梅」。皮が薄く、果肉が柔らかいという特徴があり、いちばんのヒット商品です。その南高梅が実をつけるには、他の種類の花粉が必要になります。そのため、受粉樹として小梅の木を植え、花が咲くタイミングで養蜂家からミツバチを借りて、そのハチを使って受粉させます。ハチは双方の木を行ったり来たりして花粉を運んで

くれます。ただ、南高梅と小梅が同じタイミングで花を咲かせないと受粉ができないため、お互いの開花の時期がずれると、その後の実の付け方にも大きく影響していきます。人工授粉という方法もありますが、手間も時間もかかってしまうため、自然のやり方を続けているそう。また、敷地内の全体の4分の1を占める小梅の木々にも実が付きませんが、小梅はほとんど需要がないため収穫・出荷はせず、自然落果していただくんだそう。何か良い使い道はないかと模索しています。

### 自分に合うやり方を探し続ける日々

祝原さんにとって、梅を育てる上でいちばん難しいのが「剪定作業」だと言います。通常、剪定は夏と冬に行います。夏は軽く20%くらいで、冬は細かいところまで丁寧に切っていきます。剪定には、芽の切り方や切る幅の長さ、深さなど幾通りものやり方があり、その中から自分の木に合ったベストな方法を見つけるのは容易くありません。祝原さんも、今まで色んな人から聞いたやり方でやってみたものの、これが良い!というやり方はまだ確立されてい







傷つけないよう丁寧にひとつずつ収穫していく。

ないそう。土壌や木の状態、さらに毎年変わる気候条件を見ながら、自分に合ったやり方を探しています。また、梅には「黒星病」という代表的な病気が出ることがあります。実に黒い点々が付き、見た目も味も落ち、一気に品質が下がってしまいます。これらの防止のため、前年から薬を散布します。病気にかかってしまうと1年間手塩にかけて育てた作物が一度に駄目になってしまうので、そうならないよう注意しながら対策を立てています。ただ、最近はなるべく消毒を使用しないように心掛け、堆肥として枯れ草を敷くなどの工夫をしながら栽培方法にも気を遣います。「長い間やっていても、毎年が初めてみたいな感じですよ」と祝原さんは今もなお試行錯誤を続けています。

## 喜びが積み重なった2週間

南高梅が実を付け始めるのは、毎年5月上旬ごろから。その頃に1度、摘果作業を行い、2〜3cmくらいの間隔にしてやります。その後は、多少自然落果しますが、必要なら2度目の摘果作業を行います。収穫の時期は、毎年6月中旬からの約2週間。この

時が祝原さんにとっていちばん嬉しい時です。このたった2週間の間に今までの努力が全て報われます。さらに収量があれば、なおやりの気持ちも感じられます。

出荷用のサイズはMから4Lまで5段階に分かれています。南高は漬け梅用なので、ほど良い大きさである2Lサイズが人気なのだとか。出荷先は、主に県内の酒造会社や地元の商品加工場、産直市など。慮しています。祝原さんや生産組合は「地元で使うものは、地元で作りたい」という思いが強く、こだわりを持ちながら栽培を続けています。

## 一口メモ

梅雨の季節が近づくにつれ、店頭には梅が並び始めます。最近、再び注目されている「梅しごと」。梅干し、梅シロップ、梅酒など保存用の梅を準備する一連の作業のことをそう言います。健康食品としても梅は注目されており、若者の間でも簡単にできる「梅しごと」の人气が高まっています。南高梅は皮が柔らかく、食べた後でも口の中で溶けるようにスツと消えていくので、漬けて食べるのがオススメです。

●雲南梅生産組合へのお問い合わせは TEL 0854-42-9055



梅ジュース



梅シャーベット

## 後継者不足という課題に向かつて

地元のために手間隙かけて育てる喜び。そういった思いを持ちつつも、現在抱える大きな悩みはやはり「後継者不足」。結成当初は80名近くいた生産組合の組合員も、今では8名までに減少しました。組合としても毎年JAと企画して剪定講習会などを開催しています。一般の方の参加もでき、昨年は30名近くの参加者がいたそう。「まずは、梅生産組合の存在を知ってもらうことが大事」と語る祝原さん。多くの人に参加してもらうことで、生産組合への興味も持ってもらい、いずれは組合にも加入してもらえたらと考えています。また、今後は1軒の農家が少しずつの量でも出荷でき、生産組合全体で量を増やせるような仕組みを作るなど、農家の負担を減らしながらも何とかこの地域の梅の生産を絶やさぬよう努力しなければならぬと、将来のことを考えながら活動しています。



30aの敷地に約100本の梅の木が植えられている。





## 雲南女性部

こんにちは! 雲南女性部です。私たちは、JAと地域をつなぐ架け橋となるよう、様々な活動を行っています。食育活動では、子供たちに命をいただくことへの感謝などを伝えています。また、講師などを務める「男の料理教室」は今年で6年目となり、魚のさばき方やそば打ち、時にはイノシシもメニューに加えるなど、雲南管内の地域性を生かし、年々進化(?)しています。

また、自分磨きや交流も大切な活動の一つです。昨年の女性大会では「シュシュコレクション」を開催し、42名の部員がお気に入りの服を着用し、ランウェイを堂々と歩きました。いくつになっても新たなことに挑戦することの楽しさや、支部を越えた交流など、沢山のものを得ることができました。

今年の活動は、自粛をせざるをえないのがとても残念ですが、「今だからできること」をみんなで一緒に考え活動していきたいと思います。



あぐりキッズ生と太巻きづくり



華やかに!! シュシュコレクション



男の料理教室

## 一所懸命青年連盟



JA YOUTH

## JAしまね出雲青年連盟

ひのともき  
日野 友喜さん



JAしまね出雲青年連盟(以下、農青連)に加入している日野友喜さん(31)は、出雲市大社町でぶどう約41aを栽培しています。地元の農林大学を卒業後、農業技術センターに5年間勤め、祖父が行っているぶどう栽培を引き継ぎました。

子どもの頃からお小遣い稼ぎで「箱折り」や「水かけ」、「ビニール張り」などを手伝っていた日野さん。ぶどう農家を志したのは、中学生の時に祖父が過労で倒れたことがきっかけでした。今は元気に回復されていますが、その時にぶどう廃業が頭に浮かび、「家業であるぶどうを絶やしたくない!必ず自分がぶどう農家を引き継いでやっていく!」と就農を決意しました。自分が作ったぶどうを友人や盟友が食べて喜んでいる姿を見ると「ぶどう栽培をして本当によかった」と感じるそうです。

農青連に加入して4年目。現在は大社支部の支部長を務め、JA祭りの出店やぶどう栽培教室の開催、福祉施設へのぶどう贈呈などを行っています。

「農青連では、行政やJAと意見交換できる機会があり、これは組織だからできること。自分達が抱えている課題や要望をしっかりと伝え、新規就農していく人達が今以上に増えていくように働きかけたい」と話しました。





# あなたもチャレンジ 家庭菜園

## カブ

適期に間引きを行う

生育適温は15～20度と冷涼な気候に適し、暑さと乾燥に弱い、寒さには強いという特徴があります。春まき(3～4月)と秋まき(9～10月)が一般的な栽培時期です。



園芸研究者 ● 成松次郎

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

## 品 種

大きさ、形、色(白、赤)がさまざまですが、小カブ品種では、豊円形で耐病性・耐暑性のある「CRもちばな」(タキイ種苗)、低温期に向く扁(へん)円球で白さび病にも強い「雪牡丹」(武蔵野種苗園)、中大カブ取りもできる「スワン」(タキイ種苗)などがあります。紅カブや上半身が赤く細長い日野菜など地方品種もお薦めです。

## 畑の準備

種まき1～2週間前に1平方m当たり苦土石灰100gをよく混ぜておきます。次に、化成肥料(NPK各成分で10%)150gと堆肥2kgを全面に散布し、よく耕しておきます(図1)。

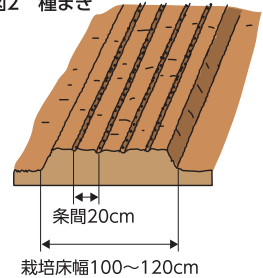
図1 畑の準備



## 種まき

幅100～120cmの栽培床を作り、深さ1cm程度のまき溝を20cm間隔で4条作ります。溝に1～2cm間隔で種をまき、薄く土を掛けます(図2)。

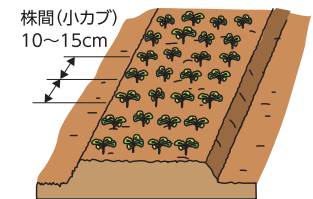
図2 種まき



## 間引き

発芽し、子葉がそろった時点で、まき過ぎて密になっている部分を間引きます。その後も、込み合ってきたら、生育の悪い株を間引きます。最終的な株間は小カブで10～15cm、中大カブで20cm程度にします(図3)。

図3 間引き



## 追肥・土寄せ

間引き後は株元へ土寄せして、株のぐらつきを防ぎます。中大カブでは、最後の間引き後に1平方m当たり化成肥料30gを株元と与え、土寄せします。

## 病虫害防除

アブラムシには、マラソン乳剤など、アオムシ、コナガにはゼンターリ顆粒(かりゅう)水和剤(BT剤)などで防除します。なお、栽培床に寒冷しゃをトンネル状に掛けたり、不織布のべた掛けをすれば、害虫の侵入を防ぎ、風雨から幼苗が守られます。

## 収 穫

小カブは直径が5cm程度、中大カブは10～15cmが適期で、早く育った株から収穫します。遅くまで置いておくと肥大が進み、す入りや裂根することがあります。

## 理事会情報 (5月28日開催)

### 【協議事項】

- ①令和2年6月1日付けやすぎ地区本部の機構改革の実施についておよび職制規程の変更について
- ②営農・経済事業改革における地産地消事業拡大の取り組みについて
- ③農産物検査業務規程の一部改正について
- ④令和元年産島根米買取価格の設定について
- ⑤専門酪農協乳用牛預託事業実施規程・契約書の一部改正について
- ⑥LPガス充填所の危害予防規程の一部改正について
- ⑦信用手数料(法人ネットバンク振込手数料)の変更について
- ⑧信用・共済事業改革の取り組みについて(令和2年度)
- ⑨令和元年度決算の承認について
- ⑩第6回通常総代会への附議議案について

- ⑪令和2年度の業績還元額の取り扱いについて
- ⑫地区本部損益管理にかかる基準日後利益活用額の取り扱いについて
- ⑬令和元年度決算を踏まえた財務調整の取り扱いについて
- ⑭やすぎ地区本部自動車課職員の不幸事にかかる再発防止策について
- ⑮「次期運営体制整備」と「本店機能と場所の検討」にかかる総代会資料への記載について
- ⑯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
- ⑰関連団体等への常勤役員の就任について
- ⑱島根県常例検査書(本店、くにびき)の回答について  
(紙幅の関係上、報告事項は省略いたします)



## 益田アムスメロン初出荷

益田市の特産の一つ益田アムスメロンの初出荷が5月25日、同市飯田町のJAしまね飯田選果場で行われました。

本年産は2月中旬から随時定植がはじまり、以降は天候に恵まれ生育は順調となりました。5月に入り気温が高く推移し、玉肥大、ネット形成も良く昨年より2日早い初出荷を迎えました。

JAしまね益田メロン部会大場尚俊部会長は「コロナの影響を受け量販店で販売促進活動ができない。しかしながら、40年以上のメロン栽培の歴史は知名度が高く強みだ」と意気込めます。



アムスメロンの選別作業



この日は、4戸の生産者が2,050キロのメロンを持ち込みました。本年産は、益田市内の農家62戸が11.4畝で栽培し、7月上旬までに5キロ箱で75,000ケースを山陰各市場、京阪神へ出荷。同部会では1.9億円の売上目標を掲げています。

## 教材用出前授業動画の撮影

JAしまね西いわみ地区本部は5月29日、新型コロナウイルスの影響に伴い、毎年6月に開催している市内小学生を対象とした選果場見学を中止したことから、出前授業用の教材とする動画撮影を行いました。

この日、JAが依頼した映像制作会社の撮影班4名がJAしまね飯田選果場を訪れ、選果場の外景や各種機械等を撮影したのち、手作りしたJAグループのキャラクター「笑味ちゃん」がJA職員に質問を投げかける様子を撮影しました。午後からは、トラックへの荷積み風景やメロン生産者の収穫風景も撮影しました。

出演した指導販売課中村課長は「本来であれば、選果場に来て勉強して欲しかった。この動画を見て選果場を見学したつもりで学習して欲しい」と話しました。

この教材は、市内の小学校を対象に6月中旬から希望小学校へ出前授業として使用される予定です。







## 農村歳時記 第一弾田植え

(有)赤雁の里(代表渡邊哲朗)とJAしまね西いわみ地区本部(本部長田村清己)は6月5日、益田市赤雁町の農村公園「赤雁の里」で田植えをしました。

従来は児童や保護者、関係者などが参加し田植え体験をしますが、今年は新型コロナウイルス感染拡大防止の為に中止となりました。稲刈りの体験ができるように地域住民・県と市の職員・ユタラボ・JA職員で田植えを行いました。



今年は「2020」の文字をうるち米「きぬむすめ」ともち米の「満月もち」で描きました。

初めて田植えをした方もおり、「田んぼの中が気持ちいい」「楽しかった」との声も聞きました。地域との交流もできる楽しい田植えを行うことができました。

次回9月に行う予定の稲刈りはたくさんの方に参加してもらえるとうれしです。

## 農協観光浜田支店職員 飯田選果場で働く



農協観光は、新型コロナウイルスの感染拡大による営業の縮小を受けて、社員に農家等で働いてもらう取り組みを始め、西いわみ地区本部飯田選果場では、浜田支店2名の職員が6月から勤務しています。

今の時期はトマトやアールスメロンの選果が盛んで、選果機へメロンの搬入や、出荷箱の組立て作業などを行っています。

農協観光浜田支店の森木支店長は「ピンチではあるが、顧客である農家・組合員を深く知るチャンスととらえ、次の旅行企画につなげたい。お世話になっているJAや農家に労働力の支援ができれば」と話しました。

この取り組みは7月も続ける予定ということです。





## 女性部食育グループが保育園へマスクを提供

J Aしまね西いわみ女性部食育グループは6月1日に手作りマスクを雪舟保育所菅奈央子園長先生と葵保育園山本条子園長先生に手渡しました。

同グループは毎週月曜日に自家栽培している野菜を給食用として提供しており、保育園の子どもたちに「ベジバアバ」と呼ばれ親しまれています。

今後もグループのさまざまな活動を通して、子どもたちと交流していきたいと思っています。



## ケイトウ栽培始まる



西いわみ女性部が営農活動として取り組んでいる「ケイトウ栽培」も今年で5年目となりました。

3月に開催予定だった「ケイトウ栽培講習会」は新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止になり思うように話し合いができませんでした。去年と同じ時期に苗の配達はすることができました。今年には苗の大きさや葉の色もよく、無事に定植することができました。

6月終わりには営農指導販売課と定植後の圃場巡回を行う予定です。







## 匹見農業応援隊協議会 設立総会

匹見地域において、平成30年からドローン防除組織の設立について話し合いが進められ、この度6月5日に、ドローン防除を中心とした広域連携組織匹見農業応援隊協議会の設立総会が開催されました。

新型コロナウイルス感染防止対策から来賓への案内はせず関係機関担当者のみで行いました。代表発起人の河本亮さんは「平成30年から話し合いをスタートし、水稻の省力低コスト化を目指した取り組みとしてこの度、匹見町



をカバーする広域連携組織を設立する運びとなった。今後は担い手のコスト削減のため資材の共同購入など事業を展開していきたい。また今後も会員の声かけを行う計画である」と話しました。

今年度の計画として実技講習会等を行う予定です。

## 出張授業で地元産メロンのPR

J Aしまね西いわみ地区本部は6月15日、益田市内の鎌手小学校で、地元産アムスメロンの出張授業を行いました。

例年、選果場に社会科見学の一環として小学生の受け入れをしていましたが、今年は新型コロナウイルス感染拡大の影響により見学を断っていたものです。

同地区本部営農企画課が楽しみにしている子供のために映像制作会社に動画の作成を依頼し、J Aグループキャラクター「笑味ちゃん」の手作り人形がリポーターとなり、農家へのインタビューや選果機の仕組み、選果の様子と一緒に勉強するといった動画を作成し、同地区本部指導販売課の中村幸大課長が教壇に立ち、14名の小学3年生に授業を行いました。子供たちは課長からメロンが出来るまでの説明を聞き、動画を視聴し、質問コーナーでは「なぜメロンは甘いのか?」「なぜ模様があるのか?」など、元気に質問が飛び交いました。中村課長は「地元で栽培されて全国に出荷されるアムスメロンについて、もっと興味と誇りを持ってもらいたい」と期待を込めています。

出張授業は他の小学校でも予定されています。



質問をしようと手を挙げる小学生を指名する中村課長

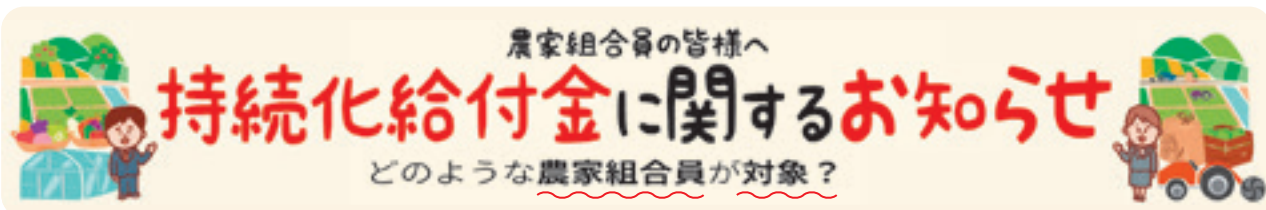
## 「持続化給付金」の申請が始まっています

西いわみ地区本部は6月12日、「持続化給付金」に関する職員向け説明会を本店担い手対策課横宮隆幸課長を招いて地区本部会議室で開き、各支店の支店長ら22名が参加しました。

組合員からの問合せに対応できるよう制度を認識し、電子申請や必要書類についてなど申請手続き支援の方法を確認しました。

申請サポート会場は、事前予約制として益田会場にも設置されています。

なお、代行申請支援については営農企画課で7月より対応することとしています。



持続化給付金とは？

新型コロナウイルス感染拡大の影響を受ける事業者に対する経営の下支えを目的とした事業であり、**農業分野の事業者も活用**できます。

申請期間

令和2年 **5/1** **金** ▶ 令和3年 **1/15** **金** まで

※申請は1回しかできません。上限額（個人100万円、法人200万円）以下の申請の場合は、申請のタイミングについて再度検討をしてください。

給付額は？

法人は **200** 万円、個人事業者は **100** 万円まで

■給付額の計算方法

※ただし、前年1年間の売上からの「減少分」が上限

前年の総売上(事業収入) - 前年同月比 **▲50%**月の売上×12ヶ月

※尚、取引先の休店、需要の減少による価格の低下など、新型コロナウイルス感染症拡大の影響によると認められるものに限りま





# 総代説明会の開催

J Aしまね西いわみ地区本部（本部長田村清己）は、令和2年度総代説明会を開催しました。今年度は新型コロナウイルス感染防止対策のため、6月18日(木)益田市民学習センター、6月19日(金)吉賀町ふれあい会館の2会場での開催となりました。

説明会の内容は、第6回通常総代会資料に関する事、また、営農経済事業改革に取り組む内容については、パンフレットやDVD上映にて説明を行いました。その他に、西いわみ地区本部の事業実績及び出資配当金の扱い等について説明しました。

総代から「畜産関連で広域指導体制の構築とあるが、今までの指導ができなくなるのか」や、「出資配当金の計算はどうするのか」「複合渉外の業務の内容はどのようなものか」「令和2年度事業計画は新型コロナウイルスの影響を加味しているのか」等の意見が出されました。

J Aしまねは今年度も事業改革に取り組むため、総代会資料に次のとおり実施事項を上げ、今後も組合員の皆様のご意見を頂きながら改革に取り組めます。

## (事業改革)

1. 営農・経済事業改革については、昨年度導入した「営農・経済事業の成長・効率化プログラム」（JAしまね改革55プラン）に基づき、本店と地区本部が一体となった具体的な取り組みを実践します。
2. 金融店舗やATMについては、信用・共済事業収益が大幅に減少するなか、将来的な採算性を検証しつつ、組合員・利用者に効率的なサービスを提供できるよう、本店と地区本部が連携しながら機能見直しや再編に取り組めます。
3. 総務・管理部門については、本店地区本部間の重複した機能や事務処理の集約等により、事務効率化に取り組めます。

# 営農経済事業改革を職員へ周知

西いわみ地区本部営農経済部は6月22日～26日までの5日間、全職員を対象とした「営農経済事業改革の取り組み」を職員へ周知しました。これは、役職員の一致団結を図ることを目的に役職員決起大会を開催し、職員へ周知を図る予定でしたが、新型コロナウイルス感染防止の観点から中止となったため、各地区本部で開催することとなったものです。

周知には本店で作成されたパンフレットやDVDを視聴する方法で行われました。参加した職員は「営農経済事業の改革の話は聞いてはいましたが、具体的な説明は初めて聞きました。

改革の内容は営農経済部職員だけでなく、全職員が一致団結して取り組まないといけないと思います。協同組合の力を結集しなければ」と話しました。

今年度から改革に向けて協議が進められており、進捗状況の確認の会議も開催される予定です。



月日	時間	地区	場所	品 種
8/3 (月)	10:00～	安 田	下遠田お宮前	慣行米
	13:30～	北 仙 道	北仙道農事組合法人事務所前	慣行米
	15:00～	種	種事務所前	慣行米
	9:30～	西 益 田	小俣賀ゲートボール場	慣行米
	11:00～	西 益 田	白岩多目的集落センター	慣行米
	13:30～	西 益 田	向横田 椋木氏ハウス付近	慣行米
	15:00～	西 益 田	大滝集会所前	慣行米
8/4 (火)	13:30～	中 西	中西支店会議室	慣行・ヘルシー
	10:00～	鎌 手	旧鎌手支所	慣行米
	13:30～	真 砂	真砂事務所	慣行・ヘルシー
8/5 (水)	9:00～	津 和 野	山下倉庫前	慣行・ヘルシー
	10:30～	津 和 野	倉増氏圃場前	慣行・ヘルシー
	13:30～	日 原	日原コイン精米所前	慣行・ヘルシー
8/6 (木)	9:30～	六 日 市	六日市カントリーエレベーター	慣行・ヘルシー
	10:00～	柿 木	白谷公民館	慣行米
	11:00～	六 日 市	朝倉東営農組合作業場	慣行・ヘルシー
	13:30～	六 日 市	広石上集落営農組合作業場	慣行・ヘルシー
	13:30～	六 日 市	樋口地区集会所前	慣行・ヘルシー

※美都・匹見地区については、別途お知らせいたします

令和2年産米  
刈取り講習会スケジュール

水 稻







# JAしまね西いわみぶどう部会 出荷中間検討会開催

JAしまね西いわみぶどう部会（部会長岩本和雄）は6月19日、中間検討会を開き出荷後半戦へ向け、品質維持等を確認しました。

生食用ぶどうは4月22日の初出荷から約3か月目となり主力のデラウェアの出荷もピークを迎えました。ワイン醸造用ブドウも誘引や防除等の管理作業を迎えています。

当日は、JAしまね本店担当者や関係機関を招き、これまでの情勢や販売実績、今後の消費動向や予測、栽培管理などの報告や協議を行いました。

同部会は2020年産デラウェアの出荷数量目標を140トン、販売金額2億1,000万円としており、6月10日付実績は数量約70トン（前年同日比96%）販売金額約1億3,000万円（同96%）となりました。

岩本部会長は出席部会員に向けて「4月以降、連日出荷が続いています。くれぐれも体調には気をつけてほしい」と気遣いました。

JA本店担当者は「新型コロナの影響で4月下旬、5月上旬は高級果実専門店向けの商材の動きが鈍く単価が伸びなかったが、量販店向けは順調な販売で、引き合いが強い状態だ」と説明しました。

ぶどう出荷は生食用、ワイン醸造用を合わせ4月から10月までの約7か月間続きます。今後は巨峰、シャインマスカットなどの大粒系ぶどう出荷が本格化します。

JAでは、今後も品質と単価の維持に努めます。



中間検討会会場であいさつする岩本和雄部会長  
（益田市駅前町JA地区本部にて）



# 移動スーパー とくし丸 販売パートナー (オーナー)募集!

あなたも、始めませんか?  
「ありがとう」と言われる  
仕事です。

未経験者歓迎!  
ドライバー(パート)  
同時募集!  
詳しくはお問合せ  
下さい。



この車が  
移動スーパー!  
とくし丸です!



とくし丸=篤志丸  
篤志=志のあつこと。  
特に、社会事業や公共の福祉  
などに熱心に協力すること。  
また、その心ゆ、そのさま。

少しでも興味がある方、詳しくご説明しますのでお気軽にお問い合わせください。  
**株式会社Aコープ西日本 TEL082-276-0700**  
733-0832 広島県広島市西区草津港2丁目6-50 (担当 木村・藤井) <http://nishinihon.acoop.jp/>

起点店舗：Aコープますだ中央店 電話：0856-31-1896  
Aコープラポ店 電話：0856-27-1388

J A連絡先 J Aしまね西いわみ地区本部企画総務部経営管理課 電話 0856-22-1584





西いわみ地区本部からのおしらせ

# 西いわみ地区本部の自己改革の取り組み 全役職員研修会

西いわみ地区本部では全役職員研修会を開催し、事業実績の報告・人権研修等を行っています。最近では新型コロナウイルス感染防止のため、開催を中止しておりますが、1月18日(土)に開催した研修会についてお知らせいたします。

1. 令和元年度11月末事業実績について
2. 交通安全研修 島根県安全運転管理者協会の「危険！自動車運転中のスマホ～事故発生メカニズム～」に関するDVDを視聴することで、安全運転の必要性を学びました。
3. 人権研修 益田人権センターの「くらしの中の人権問題(家庭編)」に関するDVDを視聴することで、人権の大切さを学びました。
4. コンプライアンス研修 日々の業務における法令遵守の内容や、過去に起こった事例等を参考にして研修を行いました。西いわみ農協であった平成18年は島根県から業務改善命令を受けており、それを知る職員も減少しておりますので、過去の振り返りも必要となっております。

JAではこれからも自己改革の実現のため、研修会等を通して職員の意識改革に努めていきます。

## 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、年金証書等をご持参いただきますと、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。どうぞ、お近くの会場にお越しください。

西いわみ地区本部益田中央支店金融課  
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

20日(木)	日原支店	午後3時～午後7時	社会保険労務士
--------	------	-----------	---------

\*日程・社会保険労務士は変更になる場合があります。



### お題「夕立」

9月のお題は「お彼岸」です  
ご応募お待ちしております

- |       |         |       |        |          |
|-------|---------|-------|--------|----------|
| 盛夏の日  | 夕立ほしい   | 庭の花   | (益田市)  | 大谷 恭子さん  |
| 夕立や   | 愛々傘は    | 何年振り  | (益田市)  | 梅津 穂さん   |
| 虹の橋   | 空いろそめて  | 夕立後   | (益田市)  | 両見かすみさん  |
| 夕立に   | ぬれて湯気出る | 野良帰り  | (益田市)  | 佐々木いと子さん |
| 夕立と   | コロナの終り  | 待っている | (益田市)  | 喜村 信江さん  |
| 夕立の   | あとにきりりと | 立ち葵   | (益田市)  | 木川 順子さん  |
| 夕立や   | ひと山越えて  | 晴れている | (益田市)  | 小笠原かよみさん |
| 夕立ちの  | 風情を残す   | 川遊び   | (益田市)  | 山下 昭子さん  |
| 夕立ち来て | そよ風吹いて  | 夕涼み   | (益田市)  | 初山 敏子さん  |
| 夕立を   | 鳴いて呼んでる | あまがえる | (津和野町) | 大井 悟美さん  |
| 夕立に   | 雲のどぎれに  | 虹を見る  | (津和野町) | 住吉 良子さん  |
| 黒い雲   | 夕立晴て    | にじの橋  | (津和野町) | 豊田 往野さん  |
| 夕立に   | ひとり追われる | 鬼ごっこ  | (津和野町) | 岸田 英子さん  |
| 夕立や   | やけつく道を  | 流れゆく  | (津和野町) | 高谷喜里菜さん  |
| 夕立や   | 大地洗いて   | 虹をかけ  | (津和野町) | 大庭百合子さん  |
| 野菜苗   | 夕立来るを   | 待つ畠   | (津和野町) | 廣田美代子さん  |
| 夕立に   | ぬれて帰れば  | もうやんだ | (吉賀町)  | 安富 亮子さん  |

川柳「夕立」の投稿数 津和野町9通、吉賀町1通、益田市13通

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2年9月4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





『ちゃぐりん』8月号普及活用全国特別運動展開中

A3-63

# 『ちゃぐりん』8月号別冊付録 田んぼの生きもの 発見ノート **虫見板**付き



## 田んぼの生きもの調査にも 大活やく!



田んぼにいる生きものや植物に興味をもって、田んぼの役割、農業のたいせつさを考えてもらえる別冊付録です。夏の水田での生きもの調査や、秋の収穫期の調査に使える「虫見板」付き!

**生きものがいっぱいいます!**



### 虫見板

虫見板とは、田んぼで採集した生きものを見るための板。白色と青色の両面仕様になっています。白いほうは水田で透明な容器に採集した水生生物を見やすくする面。青いほうは収穫期の稲の根元に当て、軽くとたいて稲から落ちてきた生きものを見る面。生きもの種類や大きさがわかるよう、目盛りやイラストがついています。※イラストはイメージです



### 発見ノート

#### 生きもの編 / 植物編

それぞれにクイズや塗り絵がついて、楽しみながら知識が身につきます。知らず知らずのうちに田んぼが大好きになっちゃう!

あくりスクールや  
ちゃぐりんフェスタ  
で活用できる!

夏休みの  
自由研究にも  
生かせる。

JAグループの食農教育をすすめる子ども雑誌

# ちゃぐりん

8月号

576円 (税込)  
●普通月号492円 (本誌とも税込)  
●付録月号(1-4-6月号)576円

お申し込みはお近くのJA本・支店(所)へ





西いわみ地区本部からのお知らせ



JALしまね × メガネの三城

メガネ・補聴器 巡回サービス

こんにちは。『メガネの三城』移動型店舗店長の狩野と申します。みなさまの町のJA各支店へお伺いさせていただいております。メガネ、補聴器の調整、ご相談などお気軽にお立ち寄りくださいませ。JA(タナカ)様でお求めの方はもちろん、他店でご購入の方も大歓迎です。

～ 無料で出来ること、お役に立てることがたくさんあります。～

選べる  
レンズ付  
メガネ一組  
¥12,000～

選べる  
レンズOD  
¥8,000～

「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!!

らくみみ  
『もっとたくさんの方に補聴器を使って欲しい』  
そんな想いから誕生したオリジナル補聴器  
らくみみMKシリーズ。

『お問合せ、訪問のご相談はこちらへ』  
090-6955-1612  
営業時間 (月～金 9時～17時、その他特別営業日)  
メガネの三城  
『移動型店舗 クーリエ号』  
認定補聴器技術者・SS認定眼鏡士  
店長 狩野 昭弘

日	月	火	水	木	金	土
<b>令和2年8月の巡回日程</b>						1 大安
2 赤口	3 先勝	4 友引	5 先負	6 仏滅	7 大安	8 赤口
9 先勝	10 友引 山の口	11 先負 美都支店 9時～12時	12 仏滅 匹見支店 9時～14時	13 大安 西益田支店 9時～12時	14 赤口 六日市支店 9時～13時	15 先勝
16 友引	17 先負	18 仏滅	19 先勝	20 友引	21 先負	22 仏滅
23 大安	24 赤口 日原経済C 9時～14時	25 先勝 益田グリーンセンター 9時～13時	26 友引 匹見支店 9時～14時	27 先負 津和野経済 9時～13時	28 仏滅 柿木経済 9時～13時	29 大安
30 赤口	31 先勝					

経済課より



シロアリ無料調査実施中!!



お客様の大切な財産を  
お守りいたします

こんなお宅は要注意

- 建物の周囲、庭先に古材がある家
- 庭先でシロアリを見た家
- 雨漏り・トイレが傷んでいる家
- 羽アリが何匹か舞い込んだ家
- 近くに山がある家

私たちが伺います  
=(株)コダマサイエンス社員=



中川 徳行



三浦 定

お問い合わせ先

JAしまね 西いわみ地区本部 経済課 ☎0856-23-0914

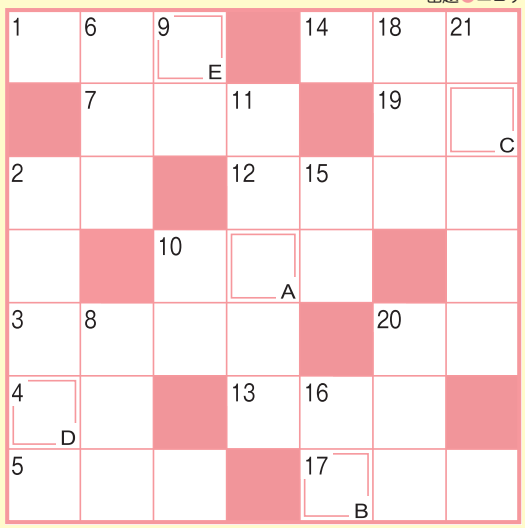
取扱業者

(株)コダマサイエンス 益田市三宅町3-37 益田営業所 ☎0856-22-5390

# CrossWord クロスワード パズル Puzzle

二重マスの文字をA~Eの順に並べて  
できる言葉は何でしょうか？

出題 ● ニコリ



答え  
A B C D E

・お預かりした個人情報は、プレゼントの抽選・発送以外の目的で  
利用することはありません。

## タテのカギ

- ② 香りの良い薬味の一つ。ウナギのかば焼きにも振り掛けます
- ⑥ ——は人のためならず
- ⑧ 釣り——と一緒に海に出掛けた
- ⑨ 宣伝などを書いて通行人に配ります
- ⑩ 上(かみ)の反対語
- ⑪ 京都の夏の代表的な行事、——の送り火
- ⑮ 原稿用紙につづることも
- ⑯ 10円硬貨に最も多く含まれる金属
- ⑰ イスラム教の礼拝堂のこと
- ⑱ 人の助けを借りずに——で切り抜けた
- ㉑ ——を引かれる思いでいとまを告げた

## ヨコのカギ

- ① 夏の夜空で打ち上げ——が開いた
- ② 飲ん兵衛(べえ)が好きな物
- ③ ニッケイの樹皮から作られるスパイス
- ④ 仕事や用事の合間の空いた時間のこと
- ⑤ 私は——も育ちも東京です
- ⑦ ツナ、シーザー、海藻といえは
- ⑩ 指先の腹側にある筋模様
- ⑫ 焼き肉のミノ、センマイといえはどこの部位？
- ⑬ 携帯電話を自分に向けてパシャッ!
- ⑭ 力士が土俵上で取るもの
- ⑰ 泳げない人が腰回りにはめます
- ⑲ 職人さんに握ってもらって食べることも
- ⑳ まったく派手ではありません



## 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「ＪＡ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  
2020年8月7日(金)(当日消印有効)

### ◆先月号の答え◆



# 俳句の広場

## 最優秀賞

新入生すきまだらけの歯が笑ふ

邑南町 三宅伊知枝様

新型コロナウイルスのため入学式も遅くなったが、うれしくてうれしくて笑顔が、すきまだらけの歯を見せ。

## 優秀賞

休校の甥姪つどふ田植まかな

益田市 伊藤 阡様

夏服で再開廊下 走る子ら

吉賀町 村田 綾美様

鴉外の胸像に置くミニトマト

津和野町 田中とよし様

## 佳作

昏睡す 田植疲れの美容院  
ドクダミの白十字架 薄明り 西ノ島町 眞野 早苗様  
梅雨の蝶々迷ひてをり 弥陀の前 出雲市 藤江 堯様  
朝もやに漁を終へた 返り船 松江市 岩成 恒子様  
粉雪を 睫毛にのせて 郵便夫 松江市 稲田 忠徳様

「家の光」では俳句・川柳・詩・短歌を毎月募集しています。J Aにも是非応募ください！  
「家の光」8月号 定価629円 ご購入は、お近くのJ Aへお問い合わせください。



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。優秀句(最優秀賞1句、優秀句3句、佳作5句)

### 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メールでご応募ください。  
※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「J A商品券1,000円分」をお贈りします。

## 組合員からの情報提供窓口の設置について

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)の提供を受け付けています。  
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 監査部  
受付 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け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。



JA共済にご加入のみなさまへ

全国で  
増加

# 共済金請求にかかる 県外 悪徳業者 にご注意ください!

島根県内でも  
発生して  
います!



こんな勧誘に  
ご用心!

と、うっかり  
応じてしまうと...

JA共済から指定されていますので、  
安心してください。

お宅の屋根瓦ゆがんでますよ。共済金の支払対象になりますし、  
共済金の範囲内で修理しますので、お客さまの**自己負担はありません!**  
もし請求手続きが面倒であれば、手続きも代行しますよ!

あら、それは  
いいわね。



こんなことも...

## 1 うその理由での請求を 勧められた!

「台風が原因と言えば問題ないで  
すから」と、**うその理由**で共済金  
請求をするように勧められた!

うその理由による共済金  
請求は、共済金詐欺に該  
当するおそれがあります。

共済金詐欺に  
あたらないかしら...



こんなことも...

## 2 法外な解約料金を 請求された!

見積書の金額が高すぎるので、  
知り合いの業者に頼もうと思  
い解約しようとしたら、**高額な解  
約料金を**請求された!

支払われた  
共済金の50%なんて  
聞いてないよ!



こんなことも...

## 3 ずさんな工事をされた!

見積書の内容どおりの工事をし  
てもらえず、引渡後すぐに**雨漏  
り**が発生した!

お金を  
返して!



ご注意

建物修理トラブル

「共済金使える」と言って建物修理の勧誘を受けたときには、  
建物修理契約を締結する前にまずJAにご相談ください!



JA共済

大好評!!

酸素系多目的工口洗浄剤 (酸素系漂白剤)

# サンリキ

漂白

洗浄

脱脂

脱臭

除菌

「酸素の力」で  
強気に落とす!

マスクの除菌・脱臭にも..かんたんつけおき!



①お湯に溶かす

1ℓ スプーン1杯



②つけおきする

つけおき  
1時間



③乾かす

軽くすすいで  
日光浴!



衣類



ワイシャツの襟汚れ 衣類のしみ抜き  
つけ置きだけですっきり漂白、色柄ものもOK

キッチン・住まい



換気扇の油汚れ 水筒の茶渋  
簡単つけ置きで手間なくピカピカに!

いろいろ使えて手肌にやさしい  
これ1本で家じゅうきれい!

- 衣類の黄ばみ・黒ずみ、作業着・柔剣道着・ユニホーム、部屋干しのおい軽減
- コンロ周りの油汚れや焦げ付き、まな板・包丁の除菌、排水溝の洗浄、冷蔵庫の除菌消臭
- 洗濯槽の黒カビ、エアコン、浴室・浴槽

安心・安全、  
だから...  
・ベビー肌着  
・おむつ洗い  
・哺乳瓶用洗剤



①1.5kg 袋入  
¥2,450+税



②3.5kg ボトル入  
¥5,350+税

製品に関するお問い合わせ先

(株) HALムスイ 出雲市塩冶有原町6-56 TEL 0853-22-7757



# しまねうれしび



島根県家の光講師 飯塚生美子先生

## 夏野菜のスタミナ炒め



・夏野菜には、暑い季節に必要な栄養素がたっぷり含まれています。さらに、油と一緒に摂ることで吸収率がアップします。

### \*アレンジ\*

- ・野菜は茄子、ズッキーニ、南瓜、オクラ、ゴーヤ、きゅうり等なんでもOK!
- ・牛肉を豆腐、厚揚げ、高野豆腐、豚肉、鶏肉、ベーコン等に変えても美味しいです。
- ・にんにくを加えると、さらにスタミナアップ!
- ・ご飯にかければ、これ1品でバランスの取れた夏野菜スタミナ丼に!

### ●材料 (4~5人分)

牛肉(薄切り)……………200g	トマト……………2~3個
A 砂糖……………小さじ1	ピーマン……………2個
しょうゆ……………小さじ2	油……………大さじ2
片栗粉……………大さじ1/2	B 塩……………小さじ1/2
卵……………2個	しょうゆ……………小さじ2弱
玉ねぎ(大)……………1個	砂糖……………大さじ1弱

### ●作り方

- ①玉ねぎ、トマト、ピーマンは食べやすい大きさに切る。(2×3cm位)
- ②牛肉は大きく切り、Aの調味料をもみ込んで下味をつけてから片栗粉をまぶす。
- ③フライパンに油大さじ1を熱し、ほぐした卵を流し入れ、大きくふっくらと焼きあげて、皿に取り出しておく。
- ④③のフライパンに残りの油大さじ1を熱し、②の牛肉を入れて焼き、火が通ったら卵と同様に取り出しておく。
- ⑤④のフライパンに玉ねぎ、トマトの順で加えて炒め、Bの調味料で味をつける。
- ⑥取り出しておいた卵と牛肉、ピーマンを加え、炒める。

## 茄子とろろ



・茄子には体の熱を逃す作用も、カリウムが豊富に含まれています。  
・茄子の皮にはポリフェノールが多く含まれ、抗酸化作用が高い食材です。

### \*アレンジ\*

- ・多めに作って冷やしておけば、すぐに食べられます。
- ・そうめんの上にトッピングすれば、山かけそうめんの茄子添えになります。
- ・茄子の皮は斜め細切りにして、きんぴらに!

### ●材料 (4人分)

茄子……………3本	だし汁……………2カップ
片栗粉……………大さじ1	A しょうゆ(薄口)……………大さじ2
長芋……………15cm	みりん……………大さじ1
	青しそ……………4枚
	練りわさび……………適量

### ●作り方

- ①茄子はヘタを落として皮をむき、長さ10cm太さ1cmの棒状に切り、水にさらす。
- ②茄子の水気を取って、片栗粉を全体にふりかける。
- ③Aの煮汁を煮立て、②の茄子を加え、中火で10分間煮る。
- ④長芋の皮をむき、すりおろす。
- ⑤器に青しそを敷き、その上に茄子を盛り、長芋をかける。
- ⑥長芋の上にわさびを乗せ、煮汁を適量かける。

# 健康散歩

けんこうさんぽ



JA島根厚生連

## 夏の冷え症

夏本番になり熱中症に気をつけることはもちろんですが、冷房の効きすぎなどで夏でも冷え症に悩まされる人が少なくありません。適切な対策で予防や改善を図りましょう。

冷え症とは、多くの人が寒さを感じないくらいの温度でも、手足や下半身の一部、または全身が冷えてつらい状態のことをいいます。具体的な症状には、「手足の先が冷えて動かしにくい、ジンジンする」「背中がゾクゾクするほど寒い」や、「手足は冷えているのに、顔がのぼせる」などが挙げられます。また冷え症は、疲れやすさ、めまい、頭痛、腰痛などの不調とも関連しています。

夏の冷え症が起こる原因には様々な要因があります。室内の冷房の効きすぎや屋外と室内温度の温度差などの環境要因、またその人自身の服装によっても冷え症が起こりやすくなります。人間の筋肉量でも冷え症の起こりやすさが異なります。女性は男性に比べて筋肉の量が少なく、その分熱が発生しにくいことから寒い環境に対応できず、冷えが起こりやすいとされています。冷たい飲み物、食べ物の過剰摂取も原因になります。冷たい物を摂りすぎてしまうと、下がった胃腸の温度を戻すために身体の熱が使われたりするため、末端の冷えにつながりやすくなります。

夏の冷え症を予防し、改善するためには次のような対策があります。

○**服装**：冷房が効いている職場などでは、カーディガンなどを羽織るようにしたり、ひざ掛けを使ったりしましょう。また、身体のなかでも足先は冷えやすい部位であるため、足の冷えがつかない人、特に女性はストッキングの上に靴下を重ねて履くことを勧めます。

○**入浴**：夏はシャワーだけで済みますが、冷えを予防・改善するためには、きちんとお湯につかることが大切です。38~40℃くらいのぬるめのお湯にゆっくりつかることで副交感神経が優位になり、手足などの末梢の血管が拡張することで全身の血流がよくなります。この温熱効果に加え、浮力と水圧によって足腰などの筋肉の緊張が緩み、血流がよくなって末梢まで血液が行き渡り、冷えやむくみの改善に効果があります。お湯につかる時間は10分間を目安にします。連続してお湯につかっていると良いです。体や髪を洗う合間など、何回かに分けて合計10分間お湯につかると良いでしょう。

体調トラブルを起こさぬよう適切な対策と予防を心がけ、夏を乗り越えましょう。

### 【編集後記】

JAしまねとJAしまね女性部統一行動として、殿町本店でも敷地の片隅にミニトマトの苗を植えました。JAビルに勤務する皆さんから育て方のアドバイスを頂いたり、大きくなったねと声をかけてもらったり・・・ミニトマトを通じた「ふれあい」を嬉しく思います。(木村)