

2023
4
April
Vol.85

SNSで旬な情報を
投稿しています



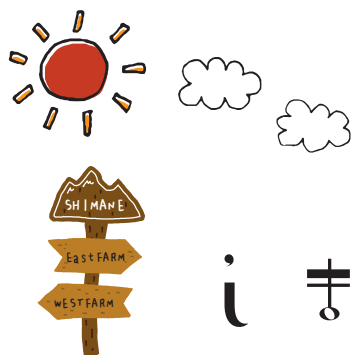
JAしまねびより

特集 特殊詐欺の手口と対策を知って身を守る！



可ーつけた
しまねのファーマーズ
Shimane farmers

砂流 啓二さん
[やすぎ地区本部]



し ま ね の フ ァ ー マ ー ズ

Shimane farmers



砂流牧場の牛舎

砂流牧場

すながれ 砂流 けいじ 啓二さん(67才)

今月はやすぎ地区本部。安来市上坂田町にある砂流牧場で、乳牛の飼育をしている砂流啓二さん(67)にお話を伺いました。

一人旅の先に人生を変える出会いが



牛と触れ合う啓二さん

安来市を流れる飯梨川のふもとにある砂流牧場は、1962年に先代が子牛1頭を飼うところから経営がスタート。その後、娘の裕美子さんと結婚した啓二さんが後を継ぎ、今では約100頭の乳牛を飼育する牧場になりました。

結婚前、会社員だった啓二さんは趣味の一人旅で北海道を訪れ、牧場での仕事を5日間体験。その時感じた自分の力不足と、もともと農業に興味があったことなどから、会社を辞めてその牧場で本格的に働くことを決意しました。働き始めて2年が経った頃、牧場主からのすすめもあり、アメリカで研修することに。なった啓二さん。英語も喋れない上に、慣れない牛の飼育も失敗の連続でした。

アメリカでの経験が今に繋がっている

もともと専門的に酪農を勉強したことがなかった啓二さん。研修先では子牛の哺乳に失敗し、死んでいく30頭の子牛を見守りながら挫折を味わいました。それでも、ボスからは「問題ない。君だけのせいではない。君は一生懸命やっている」と励ましてもらっ

たといいます。「あの時ボスが帰れと言っていたら、自分は今酪農家になっていない」と振り返る啓二さん。アメリカでは技術はもちろん、相手の気持ちを看極めながら人を指導し育てていくことを学びました。1年間の研修を経て帰国し地元に戻った啓二さんは、縁あって砂流牧場を手伝うことになり、その後、裕美子さんと結婚。アメリカでの経験や知識を活かしながら、自分なりの酪農を続けてきました。

地域の一員としてできることを

酪農をする上で重要なのが、地域住民の理解。「ここは土手があって、牛の声が跳ね返ってきます。きつとみなさんに迷惑をかけています」と話す啓二さん。だからこそ、地域のことは率先してやるように心掛けていこう。時には近所の人を牧場に招いてBBQをしたり、地域の役も積極的に引き受けたりと、この場所で経営を続けられる感謝の気持ちから周囲への気配りも大切にしています。

また、十数メートルほどの高さの竹林が広がっていた河川敷を整備し、牧草作りもしている啓二さん。有機の堆肥を散布し、化学肥料や農薬を使わず安全・安心なエサを作ることも目的の一つですが、地域の景観を保つためにも耕作を続けています。「こうした環境づくりにも貢献できるのが畜産農家の強み」と、自分のできることを認識しながら地域の活動にも取り組んでいます。



河川敷に広がる牧草地は安全・安心なエサ作りの他、地域の景観を保つ役割も果しています

効率と安全のために機械を開発

試行錯誤しながら、状況を改善していこうと仕事に向き合う啓二さん。効率化や安全性のために、自分で機械を開発することもあるのだとか。中でも、子牛の出産時に介助する機械は、特許を取得した自信作。市販の分娩介助用機械は、子牛の前足を紐でくくり四連滑車で人が引つ張るものが一般的ですが、その際どうしても母牛から離れる必要があります。ひとりでお産を介助することが多い啓二さんは「母牛のそばにいられるように」と、子牛を引つ張る機械を開発しました。また、引つ張る際には相当な力が必要でしたが、この機械で牽引することで、女性や高齢の方でもひとりで介助できるようになりました。「とても便利ですし、必要な酪農家の方がいるはずですよ。そういう方たちの助けになれば」と話しました。

作ったもので人に喜んでもらう

アイデアを形にしていくことが好きな啓二さん。木工やガーデニングが趣味で、庭は常にたくさんのお花で彩られています。牧場にあるピザ窯はスタッフ協同の手作りで、地域の集まりや子ども会などの行事に使われることも。自分たちが作ったもので、人に喜んでもらうことが楽しみの一つでもあります。



さまざまな花や木で彩られた砂流さん宅のお庭

どんなに厳しい状況であっても

物価高の影響で飼料代や燃料費の値上がりが続く、畜産業界も大きな打撃を受けています。「酪農家が一人廃業することによって、飼料を作る営農法人や燃料を売るガソリンスタンドなど、地域産業も衰退していく恐れがある」と将来を案じる啓二さんですが、そんな中でも嬉しい出来事があります。毎年地元で中学校で行う酪農講座で、生徒の一人から「将来酪農家になりたいが、自分に今何ができますか？」と質問が。啓二さんは「君たちが大人になった時に牛乳やバターがない世の中にならないためにも、畜産の大切さを理解し、それをみんなに広めること」と答えました。さらに、今年小学生になるお孫さんは「おじいちゃんのように牛を飼いたい」と牛飼いの絵を描いたそう。こうして若い世代に興味や希望を持つてもらったことが、啓二さんの活力に繋がっています。幾度となく危機的な状況を回避してきた啓二さん。絡まった糸が少しずつほぐれていくように、どんなに難しいことがあっても、頑張っていればそのうち良くなっていく経験もしてきました。厳しい社会情勢の中、揺れ動く気持ちを持ちながらも、将来の食の安全を守るための歩みを止めてはいけないうと、啓二さんの奮闘はもうしばらく続きます。



妻の裕美子さん（左）と談笑する啓二さん（右）



孫のあやとさんが描いた「うしをそだてるひと」

「啓二さんからのメッセージ」

酪農は万能産業です。牛は、飼料用米や加工食品から出るカス類と稲わらなどを食べて牛乳や肉に代える。主食用米の需用減少の中で、飼料用米作りは水田活用や農地維持につながる。やっかいなもみ殻は牛の寝床として使ったり、糞と混ぜたりすることで良質な堆肥となり再利用できる。牛乳からは生活に欠かせないチーズやバター、ヨーグルト、アイスが作られる。また、乳牛は受精卵移植で和牛子牛を産む。最後には肉となり、皮まで利用させてくれる「循環型農業」の最たる産業だと私は考えています。

世の中の経済活動の柱となる牛たちに魅了され、酪農家になれたことを誇りに感じます。



インタビューを受ける啓二さん

全国モーモー母ちゃんの集い

妻の裕美子さんは3月9、10日に松江市で開かれた「全国モーモー母ちゃんの集いinしまね」の実行委員会の副委員長として活躍🌟当日は、全国から集まった約180人の“母ちゃん”たちを前に、司会進行を務めあげました！熱い大会の様子は7ページのトピックスをご覧ください♪



大会で司会を務めた裕美子さん

Message

対策を知って身を守る!



「特殊詐欺」とは、電話やメールなどを用いて言葉巧みに現金などをだまし取る詐欺のこと。いませんか? 詐欺の被害に遭った方は「まさか自分が被害に遭うなんて——」と思っているのです。今一度「特殊詐欺」の手口や対策を理解しておきましょう!

県内でもこれだけの被害が発生しています!

令和4年に島根県内で発生した特殊詐欺は、島根県警の発表によると、**被害件数56件**(前年比+17件)、**被害金額約7,272万円**(前年比+629万円)となっています。前年に比べて被害件数、被害額とも減っていますが、依然として大きな被害が発生しています。

その中でも「**架空料金請求詐欺**」が**38件と半数以上**を占め、次に多かったのは「**還付金詐欺**」でした。

特殊詐欺の手口と対策

① 架空料金請求詐欺



インターネットサイト事業者などを名乗る犯人から、インターネットの未納料金が発生しているなどの名目で、携帯電話にショートメッセージ(SMS)が送られたり、法務省や裁判所などの名称で自宅にはがきが送付されることにより、実際には使用していない料金を支払わせようとする詐欺です。



- 事業者、法務省や裁判所などが「未納料金などの支払い」の名目で、コンビニエンスストアで、電子マネー(プリペイドカード)を購入させることは絶対にありません
- ハガキやメールなどにある連絡先には連絡しない

② 還付金詐欺



自治体、税務署、年金事務所の職員などと名乗り、医療費・保険料の過払い金や、一部未払いの年金があるなど、お金を受け取れるという内容の電話をかけてきます。被害者が犯人の指示通りにATMを操作すると、実際には犯人側の口座にお金が振り込まれるという詐欺です。



- ATMでお金が返ってくることは、絶対にありません
- 電話でお金のお話が出たら、家族に相談しましょう
- 留守番電話機能や迷惑電話防止機能などを利用しましょう

ATMに送金制限をかけていない60代女性が狙われています!

③ オレオレ詐欺



息子、孫などの親族や警察官、弁護士などを装って電話をかけ、親族が起こした事件・事故に対する示談金などを名目に現金やキャッシュカードをだまし取る詐欺のこと。



- 電話でお金のお話が出たら、一旦電話を切り、すぐに家族などに相談しましょう
- 電話をかけてきた家族に自分から電話して確認してみましょう
- 事前に家族の合言葉を決めておきましょう

④ 預貯金詐欺



親族、警察官、銀行協会の職員などを装い、口座が犯罪に利用されているなどの名目で、キャッシュカードやクレジットカード、預貯金通帳等をだまし取る詐欺のこと。



- JAや警察、行政などの職員が暗証番号を聞いたり、キャッシュカードを預かりに来ることは絶対にありません
- おかしいな...と思ったら家族に相談してみましょう
- 個人情報や暗証番号を教えない



特殊詐欺の手口と

今回の特集は、年々手口が巧妙になり被害が後を絶たない「特殊詐欺」について。「自分は絶対だまされない」「いざとなっても特殊詐欺って見抜けるでしょ!」…と他人事のように思って皆さんの大切な財産を守るため、家族の身を守るため、

そわって詐欺かも…? 被害金の受け渡し手口について

①電子マネーを購入させてID番号を伝えさせるケース



電子マネーカードは、コンビニエンスストアやドラッグストアなどで販売されており、カードに記載されているID番号をパソコンなどに入力するだけで、簡単にインターネットで買い物などができる便利な物です。犯人はこれを悪用して、高額な電子マネーカードを購入させてID番号を聞き出し、お金をだまし取ります。

②コンビニエンスストアのマルチメディア端末を利用させるケース



犯人の指示どおりに端末を操作すると紙が出力されます。出力された紙をレジに持っていくと、その支払いを肩代わりさせられてしまいます。

要注意

●利用料金の支払いに「〇〇カードを買ってID番号を教えて」「コンビニの△△端末で支払って」は詐欺の可能性大!

③ATMや銀行窓口で振り込ませるケース

個人名の口座への振込は詐欺の可能性大!



④犯人が直接受け取りにくるケース



「キャッシュカードが古くなっているから交換する」と言い、封筒にカードを入れさせて、割印をさせるために、印鑑を取りにいかにしている際に封筒をすりかえる手口もあります。

公的な機関を名乗る場合もあり、服装は信用させるためにスーツがほとんどです。キャッシュカードを受け取りに来ることもあります。「キャッシュカードが古くなっているから交換する」と言い、封筒にカードを入れさせて、割印をさせるために、印鑑を取りにいかにしている際に封筒をすりかえる手口もあります。

⑤レターパック・宅配便で現金を遅らせるケース

内容物の欄には「現金」とは書かせず、書類や本などと書くように犯人が指示します。



要注意

●「現金書留」以外の方法で現金を送ることはできません。宅配便などで現金を送るように言われたら詐欺です!

キャッシュカードの暗証番号は、絶対に他人に教えないでください!

被害を未然に防ぐためJ Aしまねでも警戒中!

J Aしまねでも、特殊詐欺から皆さまの大切な貯金を守るため、さまざまな対策に取り組んでいます。

窓口では、キャッシュカードの暗証番号を人に教えないことなどの声掛けを行い、広報誌「しまねびより」や独自のチラシで注意喚起・情報発信をしています。

また、特殊詐欺の被害防止を含めた防犯訓練を行い、職員間でも意識を高めています。



架空料金請求詐欺と還付金詐欺を想定した声掛け訓練をする職員ら



特殊詐欺を防いだとして感謝状が贈られました ※日本農業新聞より

不安を感じたら
まずは相談を!

警察相談専用電話 # 9 1 1 0
消費者ホットライン 1 1 8



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
色とりどりに聞きたい

組合長が行く！



今月の
訪問先

J Aしまね雲南地区本部管内

- アグリサポート八川
- 農事組合法人飲水思源の里大谷
- 上三所集落営農組合

● 農事組合法人飲水思源の里大谷

飲水思源の里大谷は、平成17年3月に設立され、水稲やソバなどを栽培するほか、林業用苗（スギやヒノキ）も生産。できることはすべてやる”をスローガンに、様々なことに活発に取り組



アグリサポート八川の石原博理事長
(飲水思源の里大谷の組合長)

「コミュニティセンターが行う小さな拠点づくりの活動とも連携しながら、なんとか集落を維持していけるよう取り組んでいきたい」と力強く話されました。

今回は、アグリサポート八川は、過疎化や労働力不足に対応するため、奥出雲町八川地区の農事組合法人飲水思源の里大谷、農事組合法人かわにし、農事組合法人三森原、古市営農組合が連携し、令和2年11月に設立。ドローンを活用した防除作業など、八川地区の農地の維持や保全に向け取り組んでいます。各組織の代表らとは、肥料価格の高騰への対策に向けた助成や国への要望、鳥獣被害対策や水田からの転作としてのソバ栽培、後継者の育成についてなど、活発に意見を交わしました。石原博理事長（飲水思源

の里大谷の組合長）は、



活発に意見を交わした



共同作業場の前で上三所集落営農組合の石原組合長(前列左から2番目)らと石川組合長(後列中央)ら

生産資材価格の高騰による補助事業や米価の下落への対策、鳥獣被害の状況や「アンジェレ」栽培の今後について活発に意見を交わしました。

上三所集落営農組合は、平成9年に設立され、田植えなどの春作業と刈り取りなどの秋作業の受託や、ミニトマト「アンジェレ」などを栽培しています。収穫祭や稲刈り交流会を開催するなど、人との繋がりを大切にしながら地域の活性化にも取り組んでおられます。石原誠治組合長らとは、



上三所集落営農組合が栽培するミニトマト「アンジェレ」のハウスを視察する石川組合長(左)



生産方法などについて説明を受ける石川組合長(中央)と日高専務(右)

組合長から一言



最初に奥出雲町八川コミュニティセンターにて、アグリサポート八川の皆さんと意見交換を行いました。アグリサポート八川は、同地区内の3法人と1任意組合で組織され、ドローンによる水稲の共同防除などに取り組まれていました。

その後、農事組合法人飲水思源の里大谷の林業用苗ハウス栽培や上三所集落営農組合のミニトマト（アンジェレ）栽培など、見学させていただきました。

いずれの組合も、過疎化・高齢化がすすむ中山間地の地域や農地を守るため、知恵を出し合い、協同の力を発揮して、すばらしい取り組みが行われていました。

組合長より一言
水車挽きの
八川小蕎麦や
寒の水



topics 1 全国モーモーママの集い in しまね 厳しい時こそ一致団結



酪農や和牛繁殖など牛を飼育する女性らが集う「全国モーモーママの集い」が3月9、10日の2日間、松江市で4年ぶりに開かれました。全国から生産者・関係機関合わせて約180人が参加し、会場は「厳しい時こそ一致団結しよう！」と“ママ”たちの笑顔とパワーであふれました。

大会は、子牛価格が低迷していた2000年当時に現状を乗り越えようと、兵庫県の繁殖農家の女性らによって始まり、今回で11回目を迎えました。

当日は、大田市の住田富美子さんが「夢をおいかけて」、津和野町の京村まゆみさんが「未来を創る子どもたちとともに」と題して体験発表を行いました。後継者育成をテーマに取り組みを紹介した他、「もっと現場に赴いて畜産農家の声を聞き農政に活かしてほしい」「次世代のために牛飼いを通してできることがたくさんある」と思いを伝えました。

また、大田市の繁殖農家の白石茜さんが大会宣言を行い、担い手の育成に積極的に関わることや若い生産者の活躍を支え、経験や技術を次世代へ繋いでいくことなどを宣言しました。

松江市で和牛繁殖を経営する永江りえ実行委員長は「畜産の経営状況が厳しさを増すこんな時こそ、ママが集い『がんばるぞ!』とお互いに明日への活力を与えあってほしい」と笑顔で話しました。



開会のあいさつをする永江実行委員長



全国から集ったママたち

topics 2 第52回日本農業賞 ライスフィールド有限会社『大賞』受賞



NHKとJA全中、都道府県JA中央会が主催する第52回日本農業賞で、県東部農林水産振興センターとJAしまねくにびき地区本部が推薦した松江市のライスフィールド有限会社が「個別経営の部」で最高位の「大賞」を受賞しました。3月10日には、JA島根中央会の石川寿樹会長と同地区本部の越野浩昭本部長らが同社を訪れ、受賞を祝いました。

同社は2002年7月に設立し、常勤従業員は代表取締役を含め17人で構成。高齢化と担い手不在が進む中、農地の集積やライスセンター・大型機械を導入し効率化に注力。また、飼料用稲の安定供給と畜産農家からの堆肥還元にも取り組み大規模な耕畜連携を実現するなど、地域の農業・農地の守り手として大きな役割を果たしている点が評価されました。

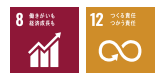
同社の吉岡雅裕代表は「社員の支えがあってこそこの受賞。今後も農地の受け皿を続けることを一番に経営していく」と話しました。

日本農業賞の「個別経営の部」と「集団組織の部」は、日本農業の確立を目指して、意欲的に経営や技術の改革に取り組み、地域社会の発展に貢献する農業者・営農集団や、食と農の担い手として先進的な取り組みをする個人・集団組織を表彰しています。「個別経営の部」には全国から93件の応募がありました。



吉岡代表(中央)、石川会長(左から2番目)、越野本部長(左)

topics 3 島根県酪農ヘルパー利用組合が発足 ゆとりある酪農経営へ



島根県内4つの組合が合併し、1県1利用組合となる島根県酪農ヘルパー利用組合が発足しました。酪農を営む44戸の組合員で構成し、4月から事業をスタートさせます。生き物を相手に休みなく働く酪農家に「ゆとりある経営」を支援するのが目的。規模を拡大することでヘルパーの人員を確保し、広域的・不規則な派遣の実現や、研修機関として担い手育成にもつなげていきます。

県内の各組合は「ゆとりある酪農経営」を合言葉に結成されましたが、利用農家の減少などで組織の維持や安定的な運営が難しくなっていました。そこで、2021年12月に設立準備会を立ち上げ、新たな組織作りに向けた議論を進めてきました。

3月27日には、出雲市のJAしまね営農経済本店で設立総会を開き、各組合の代議員や関係者らが出席。同組合規約の制定や2023年度事業計画など3つの議案が承認されました。2023年度は、傷病時利用などの不規則な出役に対応できるよう、広域的で安定したヘルパーの確保体制の構築などを基本方針に盛り込み、全ての組合員が「ゆとりある酪農経営」を実践できるよう取り組みます。

同組合の長廻康治組合長は「酪農家は休みがないのが一般的。ヘルパーを使うことでゆとりある経営をしてもらいたい」と話しました。



新組合長となった長廻さん



想いをひとつに✿ しまねの女性部!

島根おおち女性部

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

つながろうみ 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。

つながろうみ



仲間と・地域と・他組織と・次代と

J Aしまね島根おおち女性部は「食」と「農」を基軸として地産地消活動や食農教育活動に積極的に取り組んでいます。2022年度は、引き続きコロナ禍で活動が制限される中、管内の保育園児を招いてサツマイモの苗植え体験と収穫体験で交流し、子どもたちの明るい笑顔に元気をもらいました。

また、冬季には活動の励みになればと、部員自家製の漬物を出品し味を競う「わが家の味・つけものコンテスト」を4年ぶりに開きました。感染防止のため部員が一堂に会することはできませんでしたが、J A職員に試食と投票してもらい順位を決定しました。その他にも、営農活動ではケイトウ栽培、J A職員と行う「おもてなしプロジェクト」など女性部ならではの楽しい活動を模索し、地域とつながり、部員同士、青年連盟、J A役職員との絆を大切に活動していきたいと思えます。



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

一所懸命青年連盟

J Aしまね雲南青年連盟



JA YOUTH

ふくま ともひで
福間 友英さん



J Aしまね雲南青年連盟（以下、農青連）に加入している福間友英さん（39）は、地元である飯南町頓原で就農し8年目を迎えます。主にサツマイモを生産。栽培規模を少しずつ拡大し、3年前と比べて3倍の面積となる90aで栽培しています。今までのいろと苦労もありましたが、栽培から販売まで一元化できるようになりました。

ご縁にも恵まれ、自分が生産するサツマイモの魅力を十分に引き出してくれる焼き芋屋さんとの出会いがあり、販売先も広がりました。自分の農法に共感して手伝ってくれる仲間とともに、安定生産ができるように日々取り組んでいる最中です。

福間さんは「今後はさらに栽培体系を安定化し、オリジナルブランドを全国的に広めるため探求を続けていきたい」と今後の意気込みを語りました。

あなたもチャレンジ！

家庭菜園 ケール

品種

葉の形や色、草姿によりさまざまな品種群があります。

○コロード系ケール

丸みのある楕円（だえん）形の葉と、表面にしわのないことが特徴。「ジュシーグリーン」（増田採種場）、「スカイクロップ」（タキイ種苗）など。

○カーリー・ケール

葉に縮みがあり、苦味やえぐ味が少ない。「ライトキッチン」（増田採種場）、「カーリーノケール・ヴェルデ」（トキタ種苗）など。

○カーボロネロ（黒キャベツ）

葉は細長く、細かく縮れ、葉の縁が裏側に丸まっています。

苗作り

少量の苗を作るには9cmポリポットを使うのが便利です。1ポット当たり3、4粒をまき、本葉2、3枚で1株になるよう間引き、本葉4、5枚の苗に仕上げます。苗作り期間中は、防虫ネットで害虫の飛来を遮断します（図1）。

畑の準備

畑1平方m当たり苦土石灰100g程度をまいて、よく土を耕します（図2）。次に、化成肥料（NPK各成分10%）

害虫の予防を万全に

青汁の原料のケールは、ベータカロテン、ビタミンC、カルシウムやカリウムなどのミネラル、食物繊維など栄養価が高いスーパーフードです。[栽培期間] ケールは冷涼な気候を好み、生育適温は20度前後ですが高温や低温に強く、中間地では7月上旬～8月上旬に種まきすれば、2カ月後から翌春まで長期に収穫できます。

200gと堆肥2～3kgを施し、土とよく混ぜて幅90cm程度の畝を作ります。

植え付け

本葉4、5枚の頃、2条植えでは条間40cm、株間40cm程度に植え付けます。このとき、植え穴を掘り、穴に十分水やりをして植え傷みを防ぎましょう（図3）。

追肥

植え付けの1カ月後から、2週間置きに株の周りに化成肥料を1株当たり10gくらいまいて、株元に土寄せします。

病虫害の防除

ヨトウムシ、アオムシなどが多いので、植え付け時から防虫ネットで予防しましょう。農薬は野菜類または非結球あぶらな科葉菜類の登録農薬を使います。

収穫

盛んに生育するようになったら、下の方の葉から随時かき取ります（図4）。

図1 苗作り

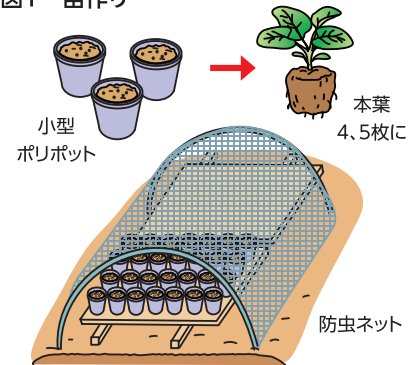


図2 畑の準備

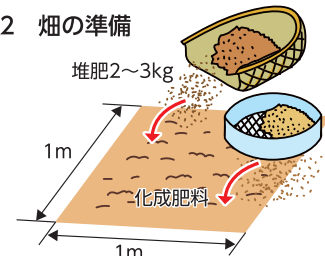


図3 植え付け

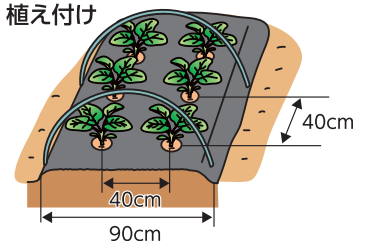


図4 収穫



理事会情報（2月27日開催）

【協議事項】

- ①家畜市場業務規程ならびに業務要項の一部改正について
- ②令和5年3月1日付け機構改革の実施について
- ③職制規程の一部改正について
- ④令和5年度事業計画について（中間協議）
- ⑤令和4年度決算見込（2次）について
- ⑥出雲地区本部今市6号線道路改良事業に係る収用による土地等売却について
- ⑦総代定数の見直しの進め方について

- ⑧組合員による意思反映・運営参画の進め方および准組合員に係る意思反映・運営参画促進要項の設定について
- ⑨「J Aしまね10年史（仮称）」編纂について
- ⑩令和5年度J Aしまね地域貢献活動について
- ⑪有期雇用職員（嘱託・臨時等）の人事制度の統一に伴う諸規程等の制定・廃止について
- ⑫令和5年度新規職員の採用方針について
- ⑬令和5年度内部監査計画について

令和4年度地区別座談会

質問・意見

回答要旨

店舗再編関連

Q 中西地区は企業誘致したファクトリーパークがある支店でもあり、今まで同様の支店で業務対応してほしい。

A 管内人口の減少、マイナス金利、コロナ禍等の様々な影響で信用・共済事業は大幅に収益減少し、令和6年度に導入予定の新システムのコストアップにより、JAが持続可能な経営を行うために支店貯金量は100億円以上の店舗に再編せざるを得ません。ご協力をお願いいたします。

Q 店舗再編の影響により貯金流出はないのか。ご心配をいただきありがとうございます。そうならないように経済事業は従来通りとし、信用・共済事業については取次業務でフォローするなどして、地域の利便性を確保してまいります。尚、先行実施した匹見・柿木の事業所での貯金流出は殆ど無いと認識しています。

Q 小野ATMは今回の店舗再編後も残すのか。また無人店舗のATMでトラブルが発生した場合の対応はどうなっているのか。

A 地域の広い当地区本部の店舗再編はATMを基軸とした考え方による検討を行った経過があり、西いわみ地区本部としてはATMを存続していく考えです。硬貨対応や通帳繰り越し等のATM機能の利便性は向上していますが、硬貨つまり等のトラブル発生は避けられません。トラブル発生時にはATM内のオートフォン通話でのやり取りとなり、対応が必要な際には警備会社が駆けつけて対応します。

Q 事業所となった後に、キャッシュカードの

無い利用者がどうしても当日に現金が必要という場合の対応はどうなるのか。

A 原則、事業所（地区渉外担当）での当日対応はしないとしていますが、支店へ行っていただくこととなります。地区担当渉外の効率性を考慮した考え方によりですが、状況により特例対応が可能かもしれませんので、その際は事業所まで相談下さい。

Q 自動車共済の継続連絡等は今まで通りしてもらえるのか。

A 今まで通り行います。電話連絡は基幹支店の共済担当職員からする予定ですが、継続手続きは事業所での取次業務対応により今まで通り行います。

Q 以前の座談会で、中西事業所となる際に肥料等の生産資材を配置したらどうかという協議があったが、その後どうなったか。

A 今まで当用の生産資材を置いていない店舗での生産資材配置はあまり利用が無いのではという意見でした。また予約注文で良いから価格を下げてほしいという意見も多く、カタログ配布や事業所内に分かりやすいパンフレットを配置することとします。

Q 事業所移行後も回覧や注文等は事業所で受けてくれるのか。

A 引き続き、経済担当職員がいますので今までと変わりません。

Q 美都事業所にも先行実施された匹見事業所のような待合コーナーを設置してほしい。

A 事業所内に待合コーナーを設置します。

Q 女性部の事務局はどうなるのか。

A 事業所長と基幹支店長を交えて今後どうするかを女性部と一緒に検討します。

Q 廃プラ回収、検診の対応、生産部会等会議室も利用していたが、事業所となっても対応は変わらないか。

A 事業所長と経済担当を配置していますの

で、今までと変わりません。

Q 事業所となったが、ATMの機能は良くない事業所職員は大変良くしてくれる。

A ありがとうございます。職員の励みになります。

Q 吉田出張所が無人ATM店舗となるが、営農経済の注文書等の提出先は営農部でもよいか。

A 営農部や益田グリーンセンターへ提出していただいても大丈夫です。

企画総務部門

Q 地区別座談会への参加者が少ないが。

A 出席を働きかけていますが、座談会の開催日時や場所等、地域の組合員・利用者が参加しやすい場の「在り方」検討が必要であると認識しています。

Q 店舗再編等で以前より不便となる地域が出る中で、増資を組合員にお願いする考えはあるのか。

A 組合員へ増資をお願いする考えは現状ではありません。前年度まで増資に回していた出資配当金についても今年度から口座への振り込みに変更しました。

Q 令和4年度の収支見通しは計画以上の赤字との報告だが、内容は人件費等の事業管理費を削減したものである。収益を上げて収支をプラスにしないと職員も大変だと思ふが。

A 営農経済事業改革と店舗再編によって、プラスとなりましたが、今後は人員を減らすこと無く、店舗機能と渉外活動を充実し、しっかりとご利用をいただき収益を確保していきます。

Q コロナ禍の影響もあり職員との繋がりが減っている。組合員とJA職員の何気ない会話も無くなり関係性が薄くなっている。ちょっとした声掛け等が大切であり、コミュニケーションが取れる職員教育をお願いする。

A 組合員・利用者に信頼され愛される人材育成に向けた職員教育に努めます。そのためにも職員が働きがいを持てる職場づくりを目指します。組合員と対話し、共に考え、改革を実行できるJA職員育成に取り組みます。

Q 不祥事再発防止に向けての職員へのコンプライアンス研修の取り組みは。

A 朝礼でのコンプライアンスマニュアルの唱和や全職員会議等での研修実施等の取り組みを継続しています。

Q 女性部でのハム作りを今年度3回行ったが、参加した方は大変喜んでいて。準備等についてもJA職員に協力していただき感謝している。

A ハム作りは大変好評です。基本目標の「地域の活性化」に向けて、ハム作りを通じて地域の輪を広げていただきたいと思います。

Q 津和野支店が老朽化しているが、建て替え等を考えているのか。

A まずは耐震性能調査を実施する予定としています。老朽化が進む津和野支店・六日市支店の問題は令和5年度から本格的に検討を始めることとしています。

Q 営農センターと益田グリーンセンターの移転問題は。

A 益田川左岸南部地区土地区画整理事業の都市計画道路の対象地域にあり、移転予定に変わりありません。令和5年度には現在の準備委員会から組合設立へ移行し本格的な運営が開始される予定ですが、移転時期や移転場所等についてはもうしばらくお待ちください。

営農経済部門

Q 生産資材の高騰や米価低下という状況に對して、組合員の生産意欲が湧く取り組みを実施してほしい。

A JAしまねとして飼料・肥料高騰支援対策

事業の支援を実施し、併せて国の肥料価格高騰対策事業が施行されて、JAが申請支援を行っていますので6月上旬までに申請をお願いいたします。米価についても毎年1円でも高い仮単価と追加金が支払えるよう最大限の努力をしています。今後も「農業者の所得増大」、「農業生産の拡大」、「地域の活性化」の基本目標達成に向けて、管内の農業振興に取り組みます。

Q 肥料・飼料は他社で購入した方が安いので、価格の検討をお願いします。

A 原材料の値上がりにより価格が上昇しています。物流コストの低減、規格変更等に取り組みより1円でも安く提供できるように努めます。

Q 肥料高騰で農家は大変であるが、今後の肥料価格の見通しを教えてください。

A 今の価格が高止まりとは断定しかねます。価格が安定するまでにはしばらく時間が掛かるとお思います。

Q インボイスについて、米などJA出荷の場合には取得が必要となるのか。

A JAへの共同出荷の場合は、農協特別によりインボイスの発行をJAが行うため組合員個々の取得は必要ありませんが、組合員であることが条件であり、今後確認作業を行います。

Q カントリーエレベーター施設の今後の運営について検討するとのことだが。

A 平成7年に補助事業を活用して建設した施設で、築後27年を経過し大規模な修繕が必要状況です。利用率30〜40%の推移で、事業収支は毎期大きな赤字を計上しています。今後の管内農業動向からも施設自体が大き過ぎたため、現状施設に対しての多額の修繕費支出は相応しくないと判断しています。今後の在り方については、行政を交えて組合員としっかり議論して方向性（代替案等）を出していきます。

Q 管内は高津川に親しむ地域であり、農業などについて環境に配慮した物づくりを進めてほしい。

A 水田除草剤については皆さんに呼びかけを行っています。一発除草剤のコーティングが問題視されていますが、新しいコーティングの取り組みもされています。

Q 農機センターの人員が減少してサービスの低下を招いている。高額な機械を購入しているので人員をきちんと配置して対応していただきたい。

A 3月からは職員を1名増員して対応してまいります。専門的職員の雇用・育成に向けて、県下統一の事業体制となる新会社を設立し、より良いサービスの提供を目指します。

Q 農機センターで修理した際には出張費を支払わなければならないが、部品代より出張費が高いこともあり、農機センター拠点からの距離感で不利益を被っている。

A 農機事業の県下統一の事業体制により、より良いサービスの提供を目指すこととしています。要望としてしっかり繋ぎます。

Q 益田市内で車検工場が減少している中、農機事業の体制変更（別会社化）に併せて軽トラ等の車検の取り扱いが出来ないか？

A 自動車事業を行っている地区本部はありませんが、特殊な専門的業務についての人員確保が難しい状況にあります。今回の農機事業一体化も専門的職員の育成・確保という面を含めて実施するものであり、人員や設備面等を考慮すると難しいです。

Q コンビニ等で「パックご飯」の売れ行きがよいと聞く。また米粉の普及についてもあまり取組内容が見えていない。島根米の消費拡大の取組みについて組合員の目に見える形でしっかり取り組んでほしい。

A 米価を上げるためにも米の消費拡大の取組みは重要です。本店が主導となる部分もありますので、本店と連携してしっかり取り組みます。

Q 燃料や肥料等は値上がりするのにも米価は下がる。こんな状況で担い手や後継者を増やせ

と言われても難しい。もっと米価が上がるように国にしっかり働きかけてほしい。

A 国内農業の今後については、国・県・市町村を巻き込んだ農政活動の取組みが大変重要となります。JAと農政会議等がしっかりと連携して行政等に対して働きかけます。

Q 「とくし丸」はJAが行うのか。

A Aコープ西日本と委託契約を結んだ個人事業主という形です。JAの直営の事業というわけではありませんが、JAグループとして地域の買い物難民を始めとした各種課題等が解決出来るようにしっかりと連携して進めていくつもりです。

Q 「とくし丸」についての詳しい状況説明を？

A Aコープ西日本と委託した個人事業主という形となります。現時点では「美都・中西・鎌手・小野」の4エリアに絞って顧客開拓を行い開始する予定です。店舗再編に併せて事業所（駐車場）での販売依頼をしましたが、決められた場所に留まって販売するのは無く、事前に該当地区を全戸訪問して顧客を開拓した後に、決まった曜日の時間帯へ訪問して軒先販売を行うスタイルとなります。

Q ラーバン店舗閉店後の対応として、美都事業所内に食品等のコーナー設置と「とくし丸」の二川地域を含む美都全域での対応をお願いします。

A 事業所内での商品販売は、地区民から要望がある商品で、事業所職員が対応可能な商品を配置して実施します。「とくし丸」は委託された個人事業者が行うため、JAからの回答は出来かねますが、地区からの要望としてしっかり繋ぎます。

Q 鳥取県のAコープは廃止とニュース報道されたが、鳥根県のAコープは大丈夫か。

A 運営するAコープ西日本は中国地方に7店舗を展開していますが、地域人口の減少や老朽化による設備投資も迫られ、JA鳥取中央のAコープなど経営が厳しい店舗もあります。鳥根県内のAコープについては、地域の

ライフラインになっていくことから、存続に向け鋭意努力しています。管内にはラポ店・益田中央店がありますが、益田東支店をラポ店に移転するなど地域の利便性確保に努めており、今まで以上のご利用をお願いします。

金融共済部門

Q 大量の小銭をJAへ持っていくと手数料を取るが、取らないようには出来ないのか。

A 実際の作業に手間が掛かります。他の金融機関の状況を考慮し、必要経費として徴収することがJAしなで決定したものです。ご理解をお願いします。

Q キャッシュカードの発行率は？

A 通常総代会以降、店舗再編の該当支店ではATMを基軸とした店舗の在り方のため、キャッシュカード発行の声掛けを行っていますので、カード発行者はかなり増えていると認識しています。

Q 県外のATMを利用して手数料が掛からないといったJAのATMメリットをもっとPRした方がよい。

A 県外ATMの無料、窓口利用とATM利用との手数料の優位性等についてホームページには掲載していますがPR不足でした。PRに努めます。

Q 抽選で賞品が当たる貯金キャンペーンが多いが、もっと多くの方に景品が行き渡る内容が良いのではないか。

A 県下統一キャンペーンのため、今後の在り方については本店との会議で十分に協議します。

Q ATMの防犯対策はどうなっているのか。

A 現在は防犯カメラとオートフォン設置により、不測の事態には警備会社から駆け付けるといった内容です。操作中に他の入店が出来ない装置の導入等、無人ATM店舗の防犯対策については今後検討します。



中西事業所

JAしまね中西支店は金融・共済業務を基幹支店に集約した【事業所】として3月13日より営業をスタートしました。事業所長と経済担当者が常駐し相談機能を充実させ、地区担当渉外員が地域を巡回することにより、地域組合員・利用者の拠り所となる事業所を目指します。



美都事業所

JAしまね美都支店は金融・共済業務を基幹支店に集約した【事業所】として3月13日より営業をスタートしました。事業所長と経済担当者が常駐し相談機能を充実させ、地区担当渉外員が地域を巡回することにより、地域組合員・利用者の拠り所となる事業所を目指します。



高津ATM店舗

JAしまね高津支店は3月13日より益田中央支店内に集約し、通帳繰り越し機能や硬貨にも対応した高機能ATM店舗として営業を開始しました。



中吉田ATM店舗

JAしまね中吉田出張所は3月13日より益田中央支店内に集約し、通帳繰り越し機能や硬貨にも対応した高機能ATM店舗として営業を開始しました。



経費削減川柳

※部署は令和5年2月28日現在

🎀 本部長賞

「経費削減」声に出したら 意識高まる

芝田かおり・山内 理恵 (日 原)

🎀 統括部長賞

節電の 寒さに耐えて 待ちわびる春

下山 弘美 (美 都)

🎀 統括支店長賞

スイッチを 切るその指先が 美しい

齋藤 一貴 (営農企画課)

🎀 営農経済部長賞

「ん？」と思う 小さな気づき 節電に

佐々木芳宏 (日 原)

🎀 経営管理課賞

時間内 仕事終わらせ 経費削減

石橋八重子 (金融課)



吉賀町に新たな農業法人が誕生しました

この程、吉賀町広石地区を活動拠点とする、構成員32人の農事組合法人広石営農が設立されました。

3月3日、広石上集落集会所で開催された設立総会において、代表理事に近藤彰彦さんが選出され、令和5年度の営農計画等今後の活動方針を決定しました。



母体となった「広石集落営農組合」の歴史は古く、平成2年10月に、機械の共同利用や作業受託を目的として設立。任意組合時代に築き上げた活動基盤を引き継ぐ形で、水稻を中心に、1.4 haの経営面積に合わせ、6.4 haの作業を受託します。

将来は地域内の若手認定農業者との連携や、ウーマンパワーの協力で味噌づくりや加工品などの取り組みも視野に入れ、地元農業の維持発展に向け地域に密着した活動を展開していきます。

わくわくつわの協同組合並びに津和野町農事組合法人連絡協議会通常総会開催

3月10日、「津和野温泉なごみの里」において、丸山達也島根県知事を来賓に招き、わくわくつわの協同組合並びに津和野町農事組合法人連絡協議会の通常総会が開催されました。

水稻を中心に良質米の生産や、生産コストの低減等あらゆる情報の共有と、法人間の連携による生産基盤の強化を目的に、津和野町内のそれぞれの拠点で活躍しています。

開会にあたり糸賀盛人会長は「会員の13法人で地域の農地を守ってきた。これからも、肥料が高騰している中、農地を守りぬき安定した食料の生産に努めたい」とあいさつされました。





春の展示会開催

J Aしまね西いわみ地区本部は3月3日～4日益田市向横田町のJ A農機拠点センターで春の展示会を開きました。共同購入を目的とした大型トラクターから、現品持ち帰り特価商品の草刈り機や管理機、チップソー等を販売し、ミニセミナーとして3日に水稻育苗講習会を開き大勢の人が講習を受けられました。尚2日間で150人の方が来店され、大いに賑わいました。



益田グリーンセンター 春の感謝セール開催

J Aしまね西いわみ地区本部益田グリーンセンターは、春の農作業も間近となった3月17日、18日の2日間、春の感謝セールを開催しました。

肥料をはじめとする農業資材や農業機械の展示に合わせ、メーカーの協力による資材の特売品の販売も行いました。

2日間の来場者は350人で、総額540万円のご購入をいただきました。多くの皆様にご来場いただき誠にありがとうございました。





環境を守りましょう

水稲用一発肥料にはプラスチックが使われています

水田から流出させない

対策をお願いします

被覆肥料は、プラスチック等で肥料をコーティングしているため、肥効の調節が可能です。施肥回数減による軽労化、施肥量の削減、養分の流出防止などの利点がありますが、一方で肥料成分が溶出した後の被膜殻が河川や海へ流出することが問題になっています。

被覆肥料のプラスチック殻は 水田から流出させないようにしましょう！



<製造メーカー・全農による共同研究・開発について>

- ①環境にも配慮するため、光や微生物の働きにより土壌中に崩壊・分解しやすくなるように各メーカー工夫をしていますが、分解するまでかなりの時間がかかります。
- ②より速やかに分解させる技術の確立を目指し、メーカーと協力して研究開発に取り組んでいます。



水稲

適正な播種量と植付本数で品質向上を目指しましょう！

●健全育成のポイントには播種量

米づくりは苗半作といわれ、苗の良し悪しによって収量・品質は大きく左右されます。良質米生産のためには、まず健康な苗をつくることから始まります。そのためにも、播種量は乾籾で120g/箱の薄まきとし、茎が太く腰のすわったがっしりした苗をつくりましょう。

●田植えのポイントには植付本数！

今年もいよいよ本格的に田植えがスタートする時期となりました。近年は乳白粒による品質低下が大きな問題となっています。その原因の一つが、過剰な生育による過繁茂です。そこで次の点に注意して田植えを行ってください。

① 一株の植付け本数は3〜5本にしませう！

一株の植付け本数が多いと、田植えをした後の見栄えは良いのですが、その後は過剰分げつとなって乳白粒が発生しやすくなります。

*乳白粒対策として

- 出穂期を遅らせる：遅植えにより出穂を遅くして登熟期の気温を下げる
- 水田や稲体を冷やす：かけ流し灌がいや夜間入水などの水管理がある

② 植付間隔は条間30cm・株間18cm(坪60株)にしましょう！

一株の植付け本数を3〜5本とした場合、植付け間隔が広くなりすぎると収量が低下する場合がありますので適正な栽培密度を心掛けましょう。



③ 植付け深さに注意しましょう！
極端な深植えをすると活着が遅れ、分げつが抑制されます。また、株が広がりずに筒状の姿となり、紋枯病などの病害虫に弱く、倒伏しやすくなります。また、極端な浅植えは除草剤の薬害を受けやすくなりますので、植付け深さは3cm程度の深さとしましょう。

●除草(ヘルシー米圃場には、使用しないでください。)

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。

中期除草剤

例) ○セカンドショットSジャンボMX
田植え後14日〜ノビエ3・5葉期まで。湛水状態で散布する。

中・後期除草剤

例) ○バサグラン粒剤
田植え後15日〜55日までに散布する(収穫60日前まで)。
落水して散布する。

例) ○ハイカット1キログラム粒剤
田植え後15日〜ノビエ3・5葉期まで。湛水状態で散布する(収穫60日前まで)。

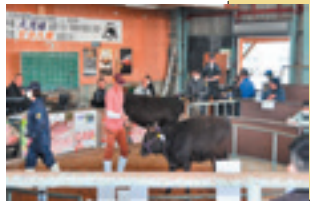
畜産

3月の子牛市場

3月14日(火)に雌72頭、去勢83頭、計155頭の上場により、今年度最後の西部家畜市場が開設されました。普段よりも購買者が多かったものの、上場牛にバラツキが散見されたことや、3月から全国的に市場価格が下落していることなどから、平均価格で雌430千円(前回比79%)、去勢645千円(前回比96%)、計545千円(前回比87%)と前回の市場から大きく値を下げ、特に雌は前回比で110千円の下落となりました。

今後も購買者に支持されるよう①発育良好な牛、②肋張りの良い牛、③肢蹄のしっかりした牛を目指して「子牛飼い方マニュアル」の実践に努めて頂きますようお願い致します。

なお、今回の市場開設日は5月16日(火)、セリ開始時間は9時30分からとなっております。出荷を予定されている方は対象牛に事故(疾病)等無いよう宜しくお願いします。



3月西部子牛市場成績(税込)

(単位：円・kg)

| 市町村 | 性別 | 頭数 | 最高 | 最低 | 平均 | 平均種 |
|-------------|----|-----|---------|---------|---------|-----|
| 益田市(益田) | 雌 | 47 | 697,400 | 118,800 | 424,576 | 274 |
| | 去勢 | 50 | 970,200 | 415,800 | 670,230 | 304 |
| | 計 | 97 | | | 553,867 | 290 |
| 益田市(美都) | 雌 | 2 | 508,200 | 286,000 | 397,100 | 267 |
| | 去勢 | 0 | | | 0 | |
| | 計 | 2 | | | 397,100 | 267 |
| 益田市(匹見) | 雌 | 1 | 551,100 | | 551,100 | 252 |
| | 去勢 | 3 | 633,600 | 367,400 | 544,867 | 282 |
| | 計 | 4 | | | 546,425 | 275 |
| 津和野町(津和野) | 雌 | 2 | 509,300 | 473,000 | 491,150 | 285 |
| | 去勢 | 2 | 662,200 | 640,200 | 651,200 | 316 |
| | 計 | 4 | | | 571,175 | 300 |
| 津和野町(日原) | 雌 | 1 | 506,000 | | 506,000 | 278 |
| | 去勢 | 7 | 896,500 | 498,300 | 690,643 | 306 |
| | 計 | 8 | | | 667,563 | 302 |
| 吉賀町(柿木) | 雌 | 1 | 346,500 | | 346,500 | 251 |
| | 去勢 | 1 | 641,300 | | 641,300 | 316 |
| | 計 | 2 | | | 493,900 | 284 |
| 吉賀町(六日市) | 雌 | 1 | 493,900 | | 493,900 | 240 |
| | 去勢 | 1 | 693,000 | | 693,000 | 321 |
| | 計 | 2 | | | 593,450 | 281 |
| 西部市場 総合計 | 雌 | 72 | 697,400 | 118,800 | 430,604 | 270 |
| | 去勢 | 83 | 970,200 | 238,700 | 644,706 | 298 |
| | 計 | 155 | | | 545,252 | 285 |



Tとことん、A会って、Cコミュニケーション!!



充実したTAC訪問活動の展開に努めます。

5年後、10年後と地域の農業を担っていく「担い手」の皆様を訪問し、必要と思われる情報を的確に提供し、JAに対するご意見やご要望をお聴きする重要な役割を担っています。

日頃の訪問活動を通じて、農業生産振興や担い手の経営改善に資する資材・技術の提案、事業承継支援等、地域農業の維持発展に向けた活動にまで拡大したいと思っています。(村上課長)



前列左から、三輪TAC (中西地区を除く益田市全域担当)、花本TAC (津和野町全域担当)
後列左から、村上営農企画課長、熊谷TAC (吉賀町、益田市中西地区担当)



にしいわみひろば

読者の川柳

お題 「チューリップ」

6月のお題は「あじさい」です
ご応募お待ちしております



- | | |
|--------------------------------|----------|
| 手をまるめ チューリップした娘 (こ) 今はママ (益田市) | 和崎富久代さん |
| この寒さ 耐えて咲いたか チューリップ (益田市) | 西川 真悟さん |
| 春ですよ 並び咲いてね チューリップ (益田市) | 喜村 信江さん |
| チューリップ 新ランドセルに よく似合う (益田市) | 佐々木いと子さん |
| 庭先に 一輪咲いた チューリップ (益田市) | 梅津 穂さん |
| 心地よい 春風にゆれる チューリップ (益田市) | 大谷 恭子さん |
| 二才児が 初めて画く絵 チューリップ (益田市) | 初山 敏子さん |
| 新学期 応援してネ チューリップ (益田市) | 野村 芳子さん |
| チューリップ 朝露あびて キラキラと (益田市) | 小笠原かよみさん |
| 保育園 はじめて書いた絵 チューリップ (益田市) | 両見かすみさん |
| もう春ね チューリップの芽 のぞいてる (津和野町) | 藤井 礼子さん |
| チューリップ 寄り添う笑顔の 花談義 (津和野町) | 高谷喜里菜さん |
| チューリップ 柔らかなき陽に 笑みあふれ (津和野町) | 大庭百合子さん |
| チューリップ ふわりふわーり 春の蝶 (津和野町) | 斎藤 久衛さん |
| 愛を込め チューリップの歌 ハーモニカで (津和野町) | 大井 守さん |
| 廃屋の 庭を飾れり チューリップ (津和野町) | 中野 健二さん |
| きれいだね そっぴゃなくて チューリップだよ (吉賀町) | 三浦 清さん |

川柳「チューリップ」の投稿数 津和野町12通、吉賀町2通、益田市17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5年5月12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4月1日現在



JA マイカーローン

他でお借入中の
残価設定型の
自動車ローンも
借換可能です

© よりぞう



固定金利型

どなたでも
年1.75%

変動金利型

どなたでも
年1.70%

下記のいずれかに該当する方は、組み合わせで**最大 年0.3%金利引下げ!**

年1.45%

年1.40%

金利引下げ対象

① JALしまねで給与
または年金の受取
指定をいただいている方
年/0.2%

② 子育て応援
サービス対象の方
対象は、ご融資実行時に18歳未満もしくは満18歳
となった最初の3月31日を迎えるまでのお子様
いらっしゃる方です。
年/0.1%

③ JAネットバンク
をご利用の方
年/0.1%

④ JAカードをご利用の方
年/0.1%

⑤ カードローンをご利用の方
年/0.1%

⑥ JAの正組合員の方、
正組合員のご家族の方
年/0.1%

当座貸越型 「ジョイカード」 変動金利型 **年1.70%**

※変動金利型は、基準金利の変動(年2回)によって返済額も変更になりますので、あらかじめご了承ください。金利は令和5年4月1日現在のものです。

インターネットで
仮審査申込が可能です。

※JAマイカーローンのご利用に際しては、組合員
加入のための出資が必要となります。
<https://www.web-moushikomisy.jp/jaweb/ui/>

こちらも
ご利用
頂けます

JAネットバンク
マイカーローン

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

詳しくは
検索 JAしまねマイカーローン

| JAマイカーローン商品案内 | | | |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | ジョイ | ジョイクラブ | ジョイカード |
| 貸付方式 | 証書貸付型 (借入金額・期間が確定しており、計画的にご利用いただけます) | | 当座貸越型 (ご契約金額の範囲内で繰り返しご利用いただけます) |
| ご利用いただける方 | 当JAの組合員の方 | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> ●お借入時の年齢が満18歳以上75歳未満であり、完済時の年齢が満80歳未満の方。また、お借入時の年齢が71歳以上の方は当JAに農産物代金の入金・年金振込指定・給与振込のいずれかがある方に限ります。 ●前年度税込年収(自営業の方は前年度税引前所得)が150万円以上ある方 ●原則として、居住実態が確認できる方 ●当JAが指定する保証機関の保証を受けられる方 ●その他、当JAが定める条件を満たしている方 | <ul style="list-style-type: none"> ●お借入時の年齢が満18歳以上であり、完済時の年齢が満76歳未満の方。ただし、当JAと農産物代金の入金・年金振込指定・給与振込のうちいずれかのお取引のある方は、お借入時の年齢は満80歳未満となります。 ●前年度税込年収(自営業の方は前年度税引前所得)が100万円以上ある方 ●当JAが指定する保証機関の保証を受けられる方 ●その他、当JAが定める条件を満たしている方 | <ul style="list-style-type: none"> ●ご契約時の年齢が満20歳以上満66歳未満の方 ●自営業者(農業者は除く)は対象外とする ●前年度税込年収(農業者の方は前年度税引前所得)が150万円以上ある方 ●原則として、居住実態が確認できる方 ●当JAが指定する保証機関の保証を受けられる方 ●その他、当JAが定める条件を満たしている方 |
| 借入期間(契約期間) | 6か月以上10年以内 (お借換の場合は、現在ご利用中の自動車ローンの残存期間内) | | 契約日から1年後の応答日の属する月の15日まで ただし、JAが契約更新に支障がないと判断した場合は、さらに1年間延長するものとし、以後も同様とします |
| 借入金額(契約金額) | 5万円以上1,000万円以内 | 5万円以上300万円以内 | 10万円以上300万円以内 |
| 担保 | 不要です | | |
| 保証人 | 原則不要です(島根県農業信用基金協会が保証いたします) | | |
| 保証料 | ご融資時に一括で金額・期間に応じた保証料(年率0.40%~0.65%)をお支払いいただけます。 | ご融資時に一括で金額・期間に応じた保証料(年率0.80%~1.40%)をお支払いいただけます。 | 毎月、ご利用残高、期間に応じて、保証料(年率0.40%~0.65%)を残高に元加されます。 |
| 手数料 | 不要です | | |
| その他 | <ul style="list-style-type: none"> ●お申込みの際は審査がございます。審査の結果によっては、ご希望に沿い兼ねる場合がございますので、予めご了承ください。 ●返済額の試算については、JAの窓口で承っております。 | | |

その他の商品、商品詳細につきましては、お近くのJA窓口へお問い合わせください。
上記の他に三菱UFJニコス(株)、山陰信販(株)保証の商品もございます。詳細についてはJAの窓口にお問い合わせください。



西いわみ地区本部からのおしらせ



「パリミキ 移動型店舗 クーリエ号」



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

令和5年 5月の巡回日程

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-----------------------|----------------------|------------------------|------------------------|----------------------------|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 9時半～13時 津和野経済 | 9 9時～14時 美都温泉前 | 12 9時半～13時 匹見事業所 | 13 10時～13時 六日市経済 | 14 9時～13時 日原経済C | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 9時～12時 西益田支店 | 23 9時～12時 美都支店 | 24 9時～13時 益田中央支店 | 25 9時半～13時 柿木事業所 | 26 9時～14時 益田グリーンセンター | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |

認定補聴器技能者

1級 眼鏡作製技能士

【最新 補聴器の体験会】

テレビの音が大きいと言われる、何かを言われているのは分かるけど話の内容が掴めない、聞き返しが多い

【メガネと視力の相談会】

スれる、痛い、見えにくい、疲れる 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ませ。

こんなお宅は要注意

- 建物の間隙、隙先に古材がある家
- 隙先でシロアリを見た家
- 雨漏り、トイレが臭っている家
- 羽アリが何匹か飛んでいる家
- 増設されて床下の通気が悪くなった家

経済課より

シロアリ警報!5月は羽アリが多発!!



無料

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仕様にのっとり「しろあり防除施工士」が施工しています。

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 鳥根県 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「株児玉商會」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

5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。

5月の年金相談会

5月18日(木)六日市支店

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。

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。



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



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



【組合員・ご利用者の皆様へ】

4月以降のJ Aにおける旅行事業の取り扱いについて

このたび、J Aしまねでは令和5年3月末をもってJ A旅行センターを廃止し、4月1日以降は旅行事業をすべて(株)農協観光に委ねることといたしました。

コロナ禍で事業環境が厳しい状況のなか、諸情勢を考慮し、(株)農協観光と協議して決定した次第です。

皆様には長きにわたりご愛顧賜り、誠にありがとうございました。

今後、旅行に関するご相談、お問い合わせ等のご連絡は下記の(株)農協観光山陰支店までお願い申し上げます。

何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

観光庁長官登録旅行業第939号
 株式会社 農協観光 山陰支店
 〒690-0065 島根県松江市灘町1-7 松江プラザビル8階
 Tel0852-26-2600 fax0852-26-2603
 営業時間 9:00~17:00 休日 土・日祝日 年末年始



下本郷女性部

JALまね西いわみ女性部下本郷ブロックの皆さんから届いた春の便り、手芸「春色リース」です。西いわみ地区本部の玄関フロアで展示しています。ご来店の際は是非とも足を止めてみてください。



島根県農業協同組合
西いわみ地区本部
人事異動

〔令和5年3月13日付〕

| 新任部署・職位 | 氏名 | 旧任部署・職位 |
|----------------|-------|---------------|
| 益田東支店金融共済課 | 真庭 康世 | 美都支店金融共済課 |
| 益田東支店金融共済課総合渉外 | 青木 優佳 | 美都支店金融共済課複合渉外 |

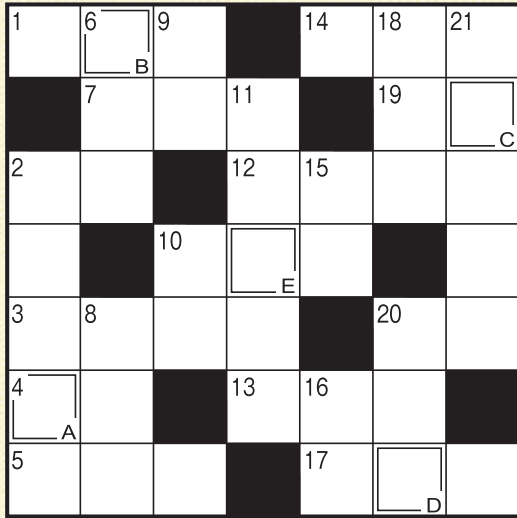
店舗から連休中の対応について 4月29日(土)～5月7日(日)までのゴールデンウィーク対応について下記のとおりご案内いたします。

| | 益田グリーンセンター | グリーンひまわり | グリーンしろやま | 六日市グリーンセンター | めいぶる(匹見) | 匹見SS |
|----------|------------|------------|----------|-------------|------------|------------|
| 4月29日(土) | | | | | 休業 | 7:00~18:00 |
| 4月30日(日) | | | | | 休業 | 休業 |
| 5月1日(月) | | | | | 9:00~14:00 | 7:00~18:00 |
| 5月2日(火) | | | | | 9:00~14:00 | 7:00~18:00 |
| 5月3日(水) | | 休まず営業いたします | | | 9:00~14:00 | 7:00~18:00 |
| 5月4日(木) | | | | | 9:00~14:00 | 7:00~18:00 |
| 5月5日(金) | | | | | 休業 | 7:00~18:00 |
| 5月6日(土) | | | | | 休業 | 7:00~18:00 |
| 5月7日(日) | | | | | 休業 | 休業 |



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

- ② ザッと降ってサッとやみます
- ⑥ 変わると寝付けぬ人も
- ⑧ お稲荷さんの——はキツネです
- ⑨ 桃太郎のお供をした鳥
- ⑩ 南の反対側
- ⑪ 田んぼへ——から水を引き入れた
- ⑮ 小野妹子が遣わされた国
- ⑯ 潮干狩りに出かける所
- ⑱ 12星座占いで5月生まれの人には——座か双子座です
- ⑳ 夜になると家々にとりまします
- ㉑ ——ヤマネコは特別天然記念物です

ヨコのカギ

- ① 端午の節句に食べるものの1つ
- ② 竹林が似合う猛獣
- ③ ——感のある3D映像
- ④ 母の日に贈るカーネーションの、定番の色の1つ
- ⑤ 大正の1つ前の年号です
- ⑦ 害獣や害虫を追い払うこと
- ⑩ 淡水と海水が混じり合ったもの
- ⑫ 鳴門海峡のものが有名
- ⑬ 校内で「走らないように」と注意されやすい場所
- ⑭ 京都三大祭の1つ、——祭は5月15日に行われます
- ⑰ 煮切って使うこともある調味料
- ⑱ メロンやスイカはこの仲間
- ⑳ 街を——もなうろついた

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5月5日（金）（当日消印有効）

・先月号は、西いわみ地区本部管内で76人の方からご応募いただきました。

◆先月号の答え◆

「ハルガスミ」



川柳の広場

最優秀賞

コロナ禍で祭りなしです過疎の里

隠岐の島町 上川 晃一様

選句者 島根県川柳連盟会長 竹治ちかし先生

（評）コロナ禍であるべきことがなくなりました。祭りが無くなった過疎の町、もうどうする事ありません。

優秀賞

生きてきた道をドラマに問うている

出雲市 榎井 伸幸様

寒さ耐え明けて春待つ福寿草

邑南町 渡辺 里枝様

しんしんと冷え込む夜は鍋がいい

江津市 山形ゆうき様

佳作

定位置に座ってリズム整える 松江市 佐藤 正子様
 躓いたり転んだりして生きている 安来市 斎藤美重子様
 常識の中で立場が生きている 奥出雲町 堀江 英子様
 学舎へ思い出残し巣立つ春 浜田市 岩本 静代様
 路味噌が美味しいと思ふ歳となり 兵庫県 小田 慶喜様

「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」5月号定価 922円
ご購入は、お近くのJAへお問合せください。



JAしまねびよりは、皆様からの俳句・川柳を募集しています。締切は毎月14日必着です。（最優秀賞1句、優秀賞3句、佳作5句）5月号は俳句を募集します。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、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」
 F A X : 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5年度 新型コロナウイルス感染症及び 原油価格・物価高騰等対策資金



新型コロナウイルス感染症や原油価格・物価高騰等の影響により
経営の維持安定が困難となっている農業者の皆さまを支援します。

| | |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 資金用途 | 農業経営の維持に必要な運転資金 |
| 対象者 | 右記の影響を受けている方 ①新型コロナウイルス感染症 ②原油価格・物価高騰等 |
| 融資限度額等 | <p>【①②両方の影響を受けている方】 年間経営費の18/12又は粗収益の18/12のいずれか低い額 (簿記記帳を行っていない場合は1,800万円)</p> <p>【①②いずれか一方のみの影響を受けている方】 年間経営費の12/12又は粗収益の12/12のいずれか低い額 (簿記記帳を行っていない場合は1,200万円)</p> <p>※新型コロナウイルス感染症及び原油価格・物価高騰等の農業経営への年間の影響額又は影響見込額を対象とします</p> <p>※島根県農業信用基金協会による原則無担保・無保証人の限度額 個人2,500万円、法人5,000万円(基金協会の特例により増額)</p> <p>※なお、ご融資額については、融資審査後に決定いたします</p> |
| 融資利率 | 年0.10%(当初5年間はJAしまねの支援により無利子です) |
| 信用保証料 | 年0.15% ※日本公庫資金(農業分野)の借入者は、島根県の保証料補給により不要です |
| 償還期間 | 15年以内(うち据置期間3年以内) |
| 取扱期間 | 令和5年4月1日から令和6年3月31日(融資実行分)まで |

※本資金の詳しい条件などについては最寄りの支店までお問い合わせください。

シロアリ警報!初夏は羽アリが多発!!

無料調査



お宅は大丈夫ですか?

シロアリ来襲

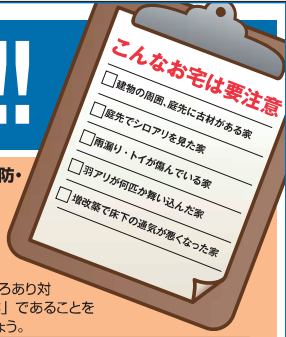
初夏は羽アリが出る季節。早めの防除があなたの家を守ります。

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が効力・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仕様にとり「しろあり防除施工士」が施工しています。



| | | |
|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>取扱業者 (公社)日本しろあり対策協会正会員 会員番号 島根県 002 会員番号 鳥取県 002</p> | <p>株式会社 コダマサイエンス (本社) 〒690-0048 島根県松江市西塚島 2丁目 8-23 本社 TEL.0852-43-0852 FAX.0852-43-0866</p> | <p>JA全農基本契約業者「株児五商会」特約施工店 松江営業所 TEL.0852-26-6757 出雲営業所 TEL.0853-31-9600 益田営業所 TEL.0856-22-5390 江津出張所 TEL.0855-52-6852 隠岐営業所 TEL.08512-2-2471 http://www.kodama-s.co.jp/</p> |
|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

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、よろしくお願致します。

お問い合わせは、最寄りのJA各支店へご連絡ください。



本誌は地球環境に優しい植物性インクを使用しております。



おろし竹の子の海老しんじょ揚げ



コメント

- ・竹の子は低カロリーでありながら、食物繊維・カリウム・アミノ酸などの栄養が豊富な食品です。
- ・茹でて硬い根元の部分は、すりおろすことでふんわりとした食感も楽しめます。
- ・節の隙間などにつく白いものは、チロシンという旨味成分です。食べても害はありません。

材料 (4人分)

| | |
|------------------|---------|
| 竹の子根元 (アク抜きしたもの) | 250 g |
| むきエビ | 150 g |
| 片栗粉 | 大さじ 2 |
| おろし生姜 | 小さじ 1 |
| A 酒 | 小さじ 1 |
| しょうゆ | 小さじ 1/2 |
| 塩 | ひとつまみ |
| 揚げ油 | 適量 |
| B 白だし | 大さじ 1 |
| 水 | 250cc |
| 三つ葉 | 適量 |

作り方

- ①竹の子はすりおろし、むきエビは背ワタを取って粗みじん切りにする。
- ②ボウルに①とAを入れてよく混ぜ合わせ、12等分して丸める。
- ③170度に熱した油で②を揚げる。
- ④③を器に盛り、鍋に入れてひと煮立ちさせたBをかける。
- ⑤最後に1~2cmの長さに切った三つ葉を散らす。



アレンジ

- ・むきエビを鶏肉やツナ缶に替えたり、きのこや野菜を加えても美味しいです。
- ・ケチャップやポン酢など好みのソースでもどうぞ!

材料 (4人分)

| | |
|----------|----------------|
| 鯛刺身切り身 | 100 g (8~10切分) |
| 昆布茶 | 小さじ 2 |
| あすっこ | 1袋 |
| スナップえんどう | 8本 |
| しょうゆ | 小さじ 2 |
| A 練わさび | 小さじ 1 |
| オリーブ油 | 大さじ 1 |

作り方

- ①鯛に昆布茶をまぶして、空気が入らないようにきっちりラップをして冷蔵庫で30分以上寝かせる。
- ②鍋に熱湯を沸かし、あすっこをサッと茹でて水に取り、長さ3~4cmに切り、水気を絞る。
- ③スナップえんどうの筋を取り、②の鍋で好みの硬さに茹でて水に取って、斜め半分に切る。
- ④ボウルにAを入れて混ぜ合わせ、①、②、③を順番に加えて和える。



アレンジ

- ・練りわさびを練り辛子に替えたり、すりごまや焼き海苔に替えたり、香りの変化を楽しめます。
- ・あすっこ、スナップえんどうの他、新玉ねぎなど旬の野菜や長芋の短冊切り等いろいろな野菜と組み合わせてもOK!

お手軽鯛の昆布じめ和えサラダ



コメント

- ・春が旬の鯛を昆布じめにすると水分が抜け、もちりとした食感とうま味がプラスされます。
- ・あすっこは、平成15年に「ビタミン菜」と「ブロッコリー」を配合させて誕生した、島根県オリジナル野菜です。

健康散歩

花粉症

暖かくなり、春らしい気候になってきました。天气が良いと外に散歩へ出かけたいと思いませんか。しかし、草花が成長し花粉が飛ぶようになると「花粉症」に悩まされている方にとっては、良い季節とは言いがたいかもしれません。花粉症は対策や治療により症状を軽くすることができます。今回は花粉症の症状を軽くするための対策をいくつか紹介します。

①花粉の情報をこまめにチェックする

→テレビやインターネットなどを利用して気象情報や花粉情報を入力しましょう。また、1日のうち飛散の多い時間帯の外出も控えるといいでしょう。



②外出時の服装に気をつける

→マスクはもちろん、帽子やコートを身につけましょう。コートは花粉が付きにくいツルツルとした素材のものを着ると良いでしょう。また、目の症状が強い方は、コンタクトではなくメガネに切り替えましょう。普通

のメガネでも目に入る花粉を3分の1まで軽減できるといわれています。特にゴーグル型のメガネは目への花粉の侵入を防ぐ効果が優れています。



③帰宅時の行動を習慣化する

→衣服についた花粉は外ではらって玄関に入りましょう。洗顔やうがいをして体についた花粉はきちんと洗い流しましょう。



④自宅での花粉対策を心がける

→花粉は外出時の対策を行っていても、日常生活において室内にかなり侵入しています。掃除はこまめに行いましょう。また、飛散が多い日は、洗濯物やふとんの外干しを避けましょう。空気清浄機も有効に活用すると良いでしょう。

これらの対策とともに早いタイミングでの医療機関への受診をおすすめします。しっかり花粉症への対処をして、これからの春を満喫してください。