

37
2026
新春号

「農家さんのすぐとなりに」

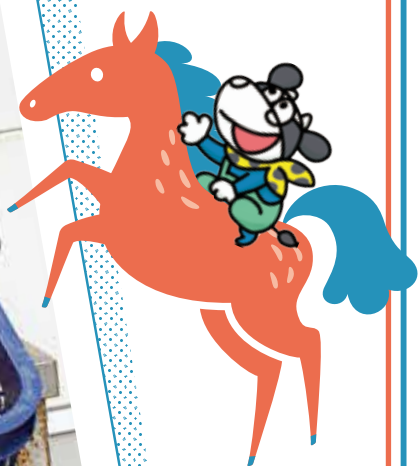
NOSA I

島根

SHIMANE AREA
INFORMATIONAL
MAGAZINE



NOSA I は
島根の農業を
応援しています！



Contents

P.4 特集 新年を祝う、島根の神社めぐり

P.10 しまね情報便

P.12 ガンバレ！しまねの農業人

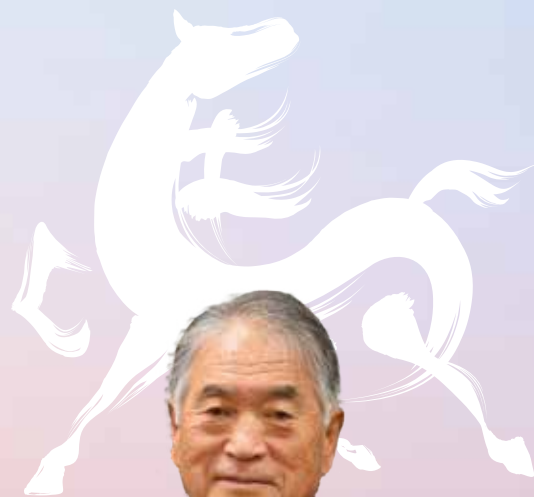
P.15 お知らせ

表紙：西浜いもの生産に取り組む三原さん(P.7)

安心のネットワーク
NOSA I

「未来へつなぐ」

安心を農家へ



新年あけましておめでとうございます。

ご家族おそろいで輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

組合員の皆様には、旧年中NOSAI島根に対し格別のご理解とご協力を賜り厚く感謝を申し上げます。

さて、昨年は厳しい冬が終わり、春が来たと喜んだものの、少雨に終わった短い梅雨が明けてその後、異常な酷暑続きの夏を迎えました。

水不足による干ばつ被害が各地で見受けられました。被害にあわれた皆様にお見舞いを申し

上げます。

2025年産の水稲では、令和の米騒動に端を発した米価格の高騰が話題となる中、高温障害も心配されました。しかし、8月初旬にまとまった雨が降ったことにより全般には豊作となったことは幸いでした。

収穫の秋も暑さが続く中で大変であったと思います。

未だ、米の高値は続いており、農政も目まぐるしく変化しております。農家の皆様が安心して米作りができる価格に落ち着いてほしいと願うところです。

また、昨年の後半は毎日のよ



うに各地でクマによる被害のニュースが流れました。クマが人里に出没し住民に多数被害が出るというまさに異常事態であります。被害にあわれた方々に心よりお見舞い申し上げます。これまでは、イノシシ、サル、シカ等による被害でしたが、今後はクマを含めて早急な対策が必要です。

今後も予想される異常気象、頻発・激甚化する自然災害に加えて、常態化する獣害など「まさか」に備えて、農業保険の役割が一層重要となっております。

NOSAI島根は合併から早や8年が経過しようとしております。この間、農業情勢が日々変化する中、一層の効率的・効果的な運営が求められており、これまで理事会等でも鋭意検討を行ってまいりました。

現在、本所では出雲支所業務を併せ持った業務を行っております。

ます。今後を見据え、この度本所と出雲支所を分割し、新本所において事務作業を集中的に管理することとします。

各支所・事務所ではこれまで通り農業保険・収入保険等の加入推進及び損害評価業務を中心に行うこととします。この機構・組織改革を本年4月の新年度から実施できるよう検討を行っております。引き続き、組合員の皆様に一層安心をお届けできるよう努力してまいります。

今年も役職員一同、地域のNOSAI関係の皆様と力を合わせ、農業保険の加入推進に努めます。

今年一年、皆様の健康と飛躍を御祈念し、新年の挨拶とします。

組合長理事

堀江 真

【石見国一宮】

大田市

物部神社

- ◆住所／大田市川合町川合1545
- ◆営業時間／9時30分～17時頃
- ◆TEL.0854-82-0644



石見一宮物部神社は、物部氏の始祖とされる宇摩志麻遲命（うましまじのみこと）をまつり、社殿は春日造として国内最大の本殿を有します。

古来より文武両道の神・鎮魂の神・勝運の神として崇敬されており、様々な運氣にご利益があるとされています。

【年末年始の行事予定】

- 令和7年◎12月31日 午後8時 大祓式・除夜祭・御柱献供式
- 令和8年◎1月1日 午前0時 歳旦祭
- ◎1月3日 午前10時 元始祭
- ◎1月7日 午前9時より 奉射祭

【縁結びの大親神】

松江市

八重垣神社

- ◆住所／松江市佐草町227
- ◆営業時間／9時～17時
- ◆TEL.0852-21-1148



ヤマタノオロチ退治の後、スサノオノミコトと稲田姫はこの地で結ばれたと伝承があり、縁結びの神様として知られています。NHK 朝の連続テレビ小説「ばけげん」にも取り上げられ毎日多くの参拝者が訪れています。本殿から少し離れた小さな森の中にある『鏡の池』はパワースポットとして人気があります。また、珍しい3本の夫婦椿がありますのでぜひ見てください。

【年末年始の行事予定】

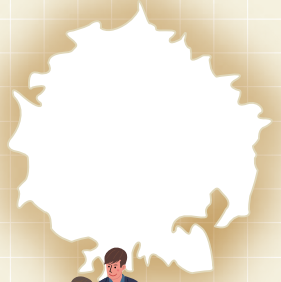
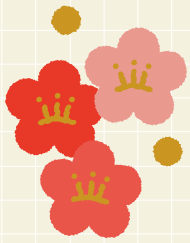
- 令和7年◎12月31日 15時 大祓
- 令和8年◎1月1日 9時 歳旦祭



特集

新年を祝う、 島根の神社めぐり

神話の国島根県には、新しい年の願いを込めて参拝できる初詣スポットが各地にあります。家族の健康や良縁、仕事運など、神社ごとのご利益を感じながら、一年のスタートを穏やかに迎えてみませんか。



【出雲国一宮】

出雲市

出雲大社

- ◆住所／出雲市大社町杵築東195
- ◆営業時間／6時30分～19時
- ◆TEL.0853-53-3100



新しい年の始まりに、多くの参拝者でにぎわう出雲大社。縁結びの神として知られる大国主大神（おおくにぬしのおおかみ）をまつり、古くから「ご縁の社」として全国から人々が訪れます。壮大なしめ縄や荘厳な本殿に手を合わせ、一年の幸せと良きご縁を祈ってはいかがでしょうか。

【年末年始の行事予定】

令和7年 ◎12月27日 午前10時頃 御饗井祭

◎12月31日 午後4時 大祓

◎12月31日 午後9時30分 除夜祭

令和8年 ◎1月1日 午前7時 大御饗祭・御飯供祭

◎1月3日 午前1時 福迎祭

◎1月5日 午前9時 説教始祭



【津和野のおいなりさん】

津和野町

太鼓谷稲成神社

- ◆住所／鹿足郡津和野町後田409
- ◆営業時間／24時間営業
- ◆TEL.0856-72-0219



山あいの城下町、津和野町を見晴らす太鼓谷稲成神社。朱塗りの鳥居が連なる参道は、新年の願いを込めながら歩くのにぴったり。家内安全や商売繁盛などのご利益で知られ、初日の出とともに訪れたい人気の初詣スポットです。

【年末年始の行事予定】

令和8年

◎1月1日 午前0時 歳旦祭



雪害対策の 季節です！

園芸施設共済で
大雪の発生前から
対策を
心がけましょう！

補償対象



ハウス本体



附帯施設



施設内農作物

オプション加入



撤去費用



復旧費用

ハウス本体は必ず加入していただき、オプションの加入・組み合わせは自由に選択できます。

園芸施設共済の
掛金シミュレーションは
こちらから！



異常気象の多い昨今、例年以上の大雪になるかもしれませんが。強風や積雪の備えとしてスノーポール（中柱）の設置やバンドを張り直すなどの被害防止対策をしっかり行いましょう。

それでも、被害にあってしまった時のために園芸施設共済に加入して復旧に向けた対策も行いましょう。

★付保割合追加特約を設定すると最大10割の補償を受け取ることができます。

★小損害不てん補1万円特約を選択することで、1万円を超える損害額から共済金を受け取ることができます。

右記にある特約以外にも補償を選択いただけます。納得できる加入内容をお探しの方や、加入をご検討される方は、お近くのNOSAーまでお気軽にお問合せください。

園芸施設共済

加入者の声

「農」飲水思源の里大谷
理事

砂田 茂敏さん

（奥出雲町大谷地区）



栽培規模

水稲30ha そば5ha

やまゆきなえ
山行苗約9万本

ビニールハウス13棟
（水稲育苗10棟、山行苗3棟）

標高450mの位置にハウスが建っています。今年2月の積雪によって連棟ハウスが全壊しました。もしもの時のリスクに備えて付保割合追加特約・附帯施設・復旧費用のオプション加入をしていたので復旧する際、共済金を多くもらえました。

資材も高騰している中での再建だったので共済の存在に大変助けられました。

気象災害はいつ発生するか分かりませんので今後も園芸施設共済に加入し災害リスクに備えたいと思います。



農業者の皆様

青色申告をはじめましょう

収入保険

CHECK!

青色申告を始めるには

「所得税の青色申告承認申請書」に必要事項を記入し最寄りの税務署に提出する必要があります。

青色申告承認
申請書の提出期限

令和 8 年

3月15日



**青色申告を始めると
収入保険に加入できます！**

収入保険は青色申告の実績が
1年以上ある農業経営者が対象になります。

令和 8 年(2026年)より青色申告
を始める方は令和 9 年(2027年)
から加入ができます。

青色申告とは…

確定申告の方法のひとつで、定められた帳簿を作成し、その記帳内容に基づき申告・納税を行う制度のことを言います。

青色申告のメリット

- ・青色申告控除として最高 65 万円の控除が受けられる。
- ・専従者の給与を必要経費にできる。
- ・損失額の繰越し、繰戻しができる。

青色申告を始めて2年目で収入保険に加入しました。近年の夏の高温少雨など様々な異常気象によって、イモの収量が安定しないことが想定されるので、収入保険に加入することで、安定した農業経営を行うことが可能になると思いました。今後は規模拡大を視野に入れているため、より収入保険の重要性を感じています。

収入保険は、毎年被害がなければ保険料が下がっていく仕組みなので、規模拡大をして補償金額が大きくなった際に安い掛金で手厚い補償が受けられることを期待しています。

白色申告に比べて青色申告にすることで用意する書類が少しだけ増えましたが、負担に感じていません。簿記の記帳が心配であれば、青色申告会に相談する方法もありますね。

今年で就農して4年目になります。就農して1年目は白色申告でしたが、2年目から青色申告を始めました。最大65万円の青色申告特別控除があることや、補助金を受け取る際に有利になったので始めてよかったと思います。



三原 雅智さん(28)

作付面積

・西浜いも 60
・いも苗 5
ルア ルア

収入保険加入者の声

農機具の点検・整備をしておきましょう！

定期的なメンテナンスを行うことで作業中の危険事故や高額な修理代の負担を未然に防ぎましょう。また、農機具のパフォーマンスの維持、生産効率の向上、機械を長持ちさせることも期待できます。思わぬトラブルを防ぐために見ておきたいポイントを紹介します。

コンバイン

① 使った後の掃除をしておきましょう。

していないと…？

掃除を怠ると
ネズミによる被害
(電気線・配線の食害、スポンジの
食害による粉のまれ)が発生します。



②

刈刃、わら切り刃、
カッター刃が摩耗していれば
交換しておきましょう。

していないと…？

摩耗・損傷した刃を使用することで
内部にフラが詰まる原因になります。

田植機

植え付け爪が摩耗していれば
交換しておきましょう。

していないと…？

苗取りがうまくいかず欠株の原因に
なります。

トラクタ

点検時にはロータリーと一緒に

①

ロータリーのチェンケース・
ギヤケースのオイルチェックを
しておきましょう。
量は十分ですか？
漏れはないですか？

していないと…？

オイル漏れがあると、
泥水が浸入して内部の
部品がさびてしまいます。

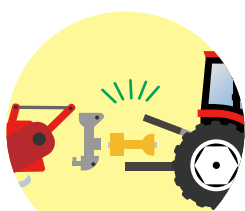


②

ユニバーサルジョイントに
グリスを注油しておきましょう。

していないと…？

トラクタからロータリーや
ハローなどの作業機に
動力を伝える
ジョイント部分。
グリス切れによる
焼き付きが
故障の原因と
なります。



消耗部品の交換はお早めに

ベルトやチェーン、刈刃、植え付け爪など
消耗部品のみに生じた損害は農機具共済の
支払い対象外です。農機具整備工場などに
依頼して、適期に交換しておきましょう。

まさかの事故の備えに…

農機具共済

共済金額100万円あたり

年間掛金 6,890円 (総合共済)

(普通物件、臨時費用担保特約付き、基本等級の場合)

2カ月間無料!

毎週おとどけ



▲新聞QR



試し読み キャンペーン

実施中

農業共済新聞を読めば分かるシリーズ

- 1 農業・営農の**今**が分かる
- 2 農政の**動き**が分かる
- 3 農業共済・収入保険の**仕組み**が分かる
- 4 所得確保や経営改善の**手**がかりが分かる
- 5 暮らしを豊かにする**ヒント**が分かる

農業共済新聞

人気コーナー

農家や研究者
のコラム
「ズバリ直言」



農業女子が
思いを寄せる
「晴れ間」



役立つ
営農技術情報



充実の地方版



申し込みは **NOSAI** へ



▲パンと雑貨の両方をぜひお楽しみください！

2



▲体に優しい卵不使用パン



▲可愛い動物パンとにこパン



▲オーダーメイド雑貨と小物

雲南市

kinoca

雲南市大東町大東1463-3

☎0854-47-7932

営業時間／11時～17時

定休日／水・日・祝日

オーダーメイド雑貨と 体に優しい卵不使用パン

雲南市大東町にある「kinoca」は、「パンを売るときにみんなが安心して自由を選べるパンを作りたい」と語る角森泰子さん(58)の思いから、2023年10月26日にオープンしました。「kinoca」で販売しているパンは全て卵を使わずに作られているところが特徴です。

卵不使用のパンを作るきっかけは、角森さんのお孫さんが卵アレルギーをもっていて、ほとんどのパンが食べられない姿を見たことから、「卵を使わないおいしいパンを作りたい」との思いからです。またパンの

生地は国産小麦100%を使用し、無添加で作られた優しいパンです。人気の商品はカレーパン、メロンパン、クロワッサンのほかに、東北地方でポピュラーなくるみペーストを使用したオリジナルパンもおおすすめです。

また建築会社(角三ツ和)を経営している夫の宏一さん(60)が作った家具や雑貨も同じ店内で販売しています。

角森さんは「今後はお客様向けのDIYコーナーを設けて、パンと雑貨の両方を家族で楽しんでもらえるお店にしたい」と話します。



▲自家製ソーセージ等
各種持ち帰りあります



▲「手作りの立て看板を目印にお越しください」と永田さん



住所／安来市赤江町論田6009
☎080-5627-1383(永田)
営業時間／11時～17時(ラストオーダー16時)
夜は17時～21時
(予約制当日17時までに連絡ください)
定休日／不定休(ほぼ無休)

安来市

燻製レストラン けむり家

素材の力を生かす、 やさしい燻し

安来市赤江地区論田にある「燻製レストラン けむり家」は、手作りの燻製食材が堪能できるお店として2024年3月にオープンしました。

地元産の野菜や果実、山陰で仕入れた肉や旬の魚など選りすぐりの食材を使用しています。

店内は二階続きの和室に座卓とテーブル席がある落ち着いた空間。北海道の富良野で学んだ燻製技術を生かした豪華な料理を楽しめます。

オープン当初から提供している自家製の「トントロスモークワイ

ン煮込み」は、スモークの風味と濃厚なソースが素材にしっかりと絡み、ひと口ごとに豊かなコクを感じられ、ご飯が進む美味しさです。

提供される料理は季節により違う味わいが楽しめることも魅力のひとつです。

「燻製料理は珍しいですが、気軽に足を運んでいただいて香りと味を楽しんでもらうことを大切にしています」と永田さんは話します。

ゆっくりとくつろげる場所で、おいしい燻製料理を堪能しに訪れてみてはいかがでしょうか。



▲ミツバチの状態を確認する
馬場さん



▲後味すっきりの
ハチミツ



←一度味わってくださいと話す
馬場さん



益田市 馬場 一幸さん

自然と向き合い、
ミツバチとともに生きる

「自然に任せながら、持続的に飼育したい」と話すのは、益田市で養蜂業に取り組む馬場一幸さんです。病気がちだった幼い頃、母親に勧められて口にしたハチミツのやさしい味が忘れられず、その健康効果も実感したことが、現在の仕事につながりました。

馬場さんが養蜂を始めたのは約7年前。仕事の傍らで3箱からスタートしましたが、昨年末に約20年勤めた病院を退職し、養蜂専業として独立しました。商工会の紹介で事業を継承した現在は、市内21カ所・計150箱の巣箱で西洋ミツバチを飼育しています。

「ミツバチは暑さに弱く、音や振動にも敏感です。巣箱を動かすときは特に注

意しています」と、日々の苦労を語ります。

採蜜は、ミツバチの負担を減らしたいという思いから、初夏と秋の年2回に限定。自然のリズムに合わせることで、すっきりとした後味のハチミツになるのだそうです。年間の生産量は1トンを超え、地元スーパーやECサイトを中心に販売しています。

今後は「Amato.rabo」としての法人化や採蜜体験ができる店舗の展開、洋菓子店とのコラボ、さらには海外展開にも意欲を見えています。「楽しみながら養蜂を広げ、農業の一端を支える存在になりたい」と語る馬場さん。地域に根ざした新たな挑戦が、これからも続きます。



▲原木栽培と比べると、生産調整ができることがメリットです。



▲軸のほうが出汁もでて、
栄養素も多く含まれています。



▲新田農園のホームページからも注文ができます。

美郷町 新田農園

邑智郡美郷町都賀行547
☎0855-82-3510

菌床しいたけ10ア
2万7千床

「肉厚でおいしいシイタケを多くの人に食べてもらいたい。きれいな水で育てた自慢のシイタケです」と美郷町の新田晋太郎(40)さんは話します。

2013年、このままで良いのだからと漠然と考え、それまで勤めていた会社を辞めて、母の農園に就農しました。

生産から販売まで、自分が考え行動したこと全てが結果に表れることに魅力を感じています。

「商品を購入してくれたお客さんの言葉を直接聞けることも



▲肉厚のおいしいシイタケ

やりがいに繋がっていますね。これからも、さらに質の良いものを生産し、より多くの人に食べてもらいたいと思っています。」と話します。



出雲市知井宮町の吉川正紘さん（38）は農業大学卒業後、農業法人を経験し、現在はアスパラガス（ハウス6棟、20畝）を栽培しています。正紘さんは、父の鉄男さんのアスパラガス栽培に興味を持ち、その跡を継ぎました。現在では母の朝子さんと家族三人で営農しています。

アスパラガスは他の野菜と比べて収穫期が春から秋（3月から10月）と長く、毎日収穫ができるため、比較的安定した生産が可能なのがメリットですが、管理に手間がかかり水やりや収穫などの作業に毎日追われ、週末に休みがとれないことも多くあります。

特に夏は作業が過酷な時期で「暑い中、商品としてまっすぐ育てるために朝夕の水やりと風通しを徹底することに苦労しています」と正紘さんは話します。

収穫期が過ぎると12月から1月にかけて病害対策として、根株の茎と葉の刈取りや土の焼却をし、春前には土と畝づくりの作業に取り掛かります。

一年の大半をアスパラガス栽培に費やしている正紘さんは「病害や水

春の収穫に向けて

出雲市

きっ かわ まさ ひろ
吉川 正紘さん（38）



害などの大きな被害もなく、一年作業を終えられたときの達成感が何よりのやりがいです。今後はアスパラガスの栽培と同時に、他の野菜の圃場を増やしていきたいです。今はアスパラガスの収穫が落ち着く時期になったので、大根やブロッコリーの栽培に力を入れています」と話します。

① 採れたアスパラガスは地元のスーパーに卸しています

② 今年の収穫を終えたアスパラガスの根株

③ 1本ずつ丁寧に収穫する吉川さん

**早期発見!!
定期的な検診が
大切です!**



協会けんぽ島根支部からのお知らせ

がん検診を受けましょう!

全国健康保険協会島根支部

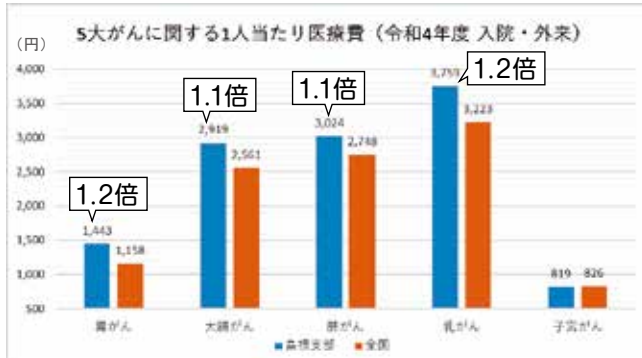


協会けんぽ島根支部キャラクター
しまめちゃん

協会けんぽ島根支部での毎年の医療費の内訳を調べてみますと、入院と外来では「新生物(腫瘍)」いわゆる「がん」に関する医療費の占める割合が高い状況にあります。

さらに、「がん」のうち、5大がん(胃がん・大腸がん・肺がん・乳がん・子宮がん)の加入者1人当たりの医療費を全国(協会全体)と比較すると、島根支部では子宮がん以外の4つのがんで医療費が高い状況です。

これは、多くの方が「がん」で受診している、または「がん」の発見が遅れ、より高度な治療を長期に受けている可能性が考えられます。



定期的ながん検診による 早期発見が安心のカギ

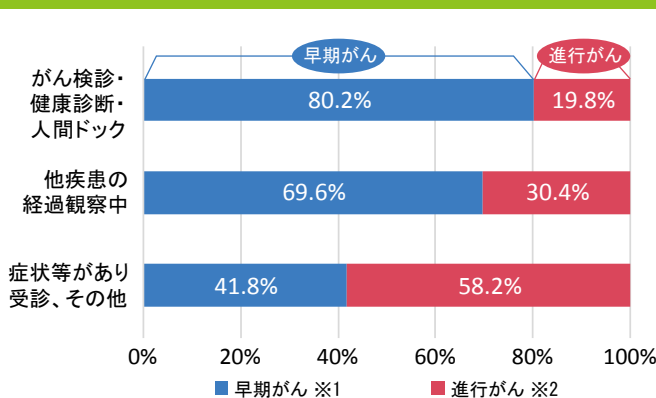
がんは進行するまで自覚症状が出にくいと言われています。

島根県がとりまとめたデータからも早期に発見となるのは、やはり検診時が一番高くなっています。

早期に発見できれば、それだけ治る可能性が高く、治療も軽くすむことが多くなり、身体的・経済的な負担を抑えることができます。

他人事とは思わず、定期的ながん検診を受診いただき、検診の結果、要精密検査であれば、精密検査を受診いただくようお願いいたします。

がん発見時の経緯と進展度



※1: 上皮内(がんが上皮細胞と細胞を隔てる膜を破って浸潤していない状態)と限局(がんが発生臓器にとどまっている状態)のがん

※2: 領域リンパ節転移、隣接臓器浸潤、遠隔転移したがん

島根県のがん登録2016-2020年診断症例(胃・大腸・肺・乳房・子宮の合計(進行度合不明を除く))

オンラインで健康保険の 各種申請手続きができるようになります

令和8年1月13日スタート!

協会けんぽでは、令和8年1月13日から健康保険の各種申請手続きが、スマートフォンやパソコンなどのインターネットを利用して申請することができる「電子申請サービス」を開始します。電子申請サービスでは、従来の紙での申請よりも便利に申請手続きを完了していただけますので、ぜひご活用ください。



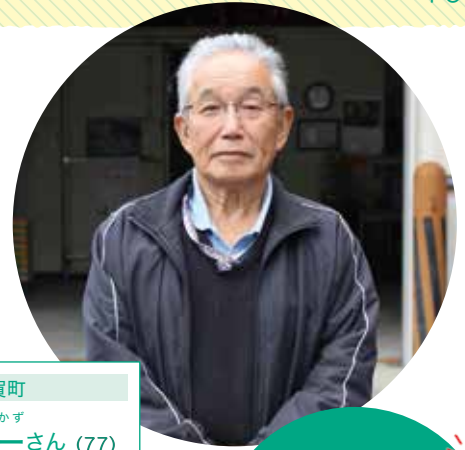
電子申請について詳しくは
協会けんぽホームページを
ご確認ください

冬の夜空は星がきれいに見えますね。星にも寿命があるのをご存じですか。太陽の寿命

は約100億年で、今は約46億年が経過しています。また、誕生したばかりの若い星は青色をしていて、年を重ねるにつれて白色、黄色となり、寿命が近い年老いた星は赤色になります。

星も生きていて、それぞれの場所で自分なりの色で輝いていると思って眺めてみるのもいいかもしれませんね。

暮らしの中の生きものたち



鹿足郡吉賀町

さいとう てつかず

齋藤 哲一さん (77)

NOSAI区長

農業と鮎釣り

10年前に県外から戻ってきて、水稲約160㌦、野菜10㌦を栽培しています。

吉賀町は有機農業が盛んな地域で、農業を行いながら有機栽培された野菜等の流通を担う組合の理事長としても活動しています。

趣味は鮎釣りで、父の影響で始め10年ほどになります。6月から9月のシーズンではよく釣りにいっていますね。

高津川の鮎は有名で、釣った魚はアンテナショップで販売したりしています。ぜひ食べてみてください。

組合員さ〜ん

ひとこと

くださ〜い!

農作業が
日々の楽しみ

昭和52年にUターンして実家に帰り、もう48年になります。最初は60㌦からスタートした稲作も3畝になりました。毎年変わる気象条件の中、秋の収穫を目指し毎年奮闘しています。黄金色に実った稲穂を見ると、農業をやっていることが、日々の楽しみです。

畑では、野菜を年間10種類くらい栽培しています。11月には玉ねぎ、にんにくを植え付けました。毎日成長していく野菜の姿を見守ることが、日々の楽しみです。

体に気を付けて、末永く農業を続けていきたいですね。



浜田市弥栄町

おおたに とみかず

大谷 十三一さん (74)

NOSAI部長・損害評価員・区長・総代

しまね 島根 散歩



松江市

月照寺

◎拝観料・一般700円
・小中学生500円
◎拝観時間10時〜16時
※6月は8時半〜17時半
◎乗用車・バス駐車場あり

現在放送中のNHK朝の連続テレビ小説「ばけげん」。そのオープニングの中で印象的な大亀の像があるのが、こ月照寺です。

この大亀の像は小泉八雲の著書のなかで、夜ごと町に出て暴れ回ったので当時の住職が動けないように石碑を置いたと紹介されています。

月照寺は旧松江藩松平家の菩提寺で、境内には初代から九代藩主までの墓所と廟門が当時のまま残っており、その

佇まいを八雲も絶賛していたようです。また6月には約3万本のアジサイが咲き誇り、「山陰のアジサイ寺」として多くの人を楽しませています。



七代不昧(ふまい)公の墓所▶



▲頭をなでると長生きできるとか



島根県消費者センターです！

消費に関するトラブル解決をお手伝いします

ネット通販のチェックポイント

インターネット通販のトラブルを防ぐには、**注文前の確認**がなにより大切です。**注意すべきポイント**を押さえて上手に利用しましょう。



作：柏屋コッコ

ご相談は **消費者ホットライン**

局番なしの **188**

泣き寝入りは **いやや**

**変更や事故の報告は
お早めに**

ハウスの被覆期間の変更や事

水稲、麦、ぶどう共済金をお支払いしました。

水稲共済金 25,678,156円
(支払日 令和7年12月19日)

麦共済金 3,533,023円
(支払日 令和7年9月26日)

ぶどう共済金 226,880円
(支払日 令和7年12月19日)

共済金の支払について



家畜の異動報告について

家畜の導入・譲渡や子牛が生まれたときは、異動の報告をお願いします。(家畜を預ける際にも同様)

連絡がない場合、共済金の一部または全額が免責される場合があります。

掛金は口座振替で

コンプライアンス(法令順守)の徹底を図るため、共済掛金等を口座振替で納入していただくようお願いしています。手続きには、所定の口座振替依頼書の提出をお願いします。

見本紙を
無料で
お届けします

営農や暮らしに役立つ情報が満載
農業共済新聞を購読しませんか。

見本紙無料キャンペーン

農業共済新聞は農業の専門紙として農業情勢、最新技術や日常に役立つネタなど満載です。

- ◎発行日 / 毎週水曜日(月4回)
- ◎購読料 / 年極 5,520円
- ◎申込み / 購読を希望される方は、NOSAIまでご連絡ください。

応募方法

宛先面

693-0004
出雲市渡橋町748-1
NOSAI島根
「NOSAIクイズ」係

通信面

答え
郵便番号
住所
氏名 年齢
NOSAIや広報紙
への意見や感想

ハガキに答えと郵便番号、住所、氏名、年齢、NOSAIや広報紙への意見や感想などを書いてご応募ください。(下記のFax、Eメールでも可)。

正解者の中から、抽選で20名の方に2,000円分の図書カードを進呈いたします。

応募締切：令和8年1月30日(当日消印有効)

Fax (0853) 21-1619

Eメール shimane@nosai-shimane.jp



みなさんの

声



- * しまねの農業人いつも関心を持って読んでいます。今回のまきはた牛乳ぜひ飲んでみたいです。(松江市 女性)
- * 組合員さんひとことください!のコーナーで、農業が元気の源の欄を楽しく読ませてもらいました。野菜作りは大変ですが本当に元気をもらいました。(出雲市 男性)
- * 時短レシピ簡単にできてさっそく夕食に作りました。大好評でした。(出雲市 女性)
- * 各土地で頑張っておられる方々、生き生きしておられますね。生活の中に食事を大切に!!つくづく感じますね。(江津市 女性)
- * あちこちしまね情報便近くにあっても知らない店もあり、新しい情報を待っています。(雲南市 女性)

今月の
Q
クイズ

八重垣神社から少し離れた小さな森の中にあるパワースポットで有名な池の名前は?

答え. ○○○



太陽と大地の恵を受け、旬に収穫された野菜には特に豊富な栄養素が含まれています。野菜は温めると野菜本来の甘みや香りが引き出されます。旬のさまざまな野菜を食べて健康なからだを目指しましょう！



白菜と鶏肉のトマト鍋

作り方

- ①鍋にオリーブ油小さじ1を熱し、とり肉の皮を下にして並べる。3分焼いて裏返してさっと焼く。
- ②鍋つゆの材料を加えて混ぜ、煮立ったらにんにく、白菜を加えてなじませる。再び煮立ったら中火にして15分くらい煮る。器に盛り、パセリ、粉チーズをふる。

point! ◎白菜の甘みとトマトの酸味のうまみで食欲アップ!

材料(2人分)

白菜(葉先は大き目の一口大。葉元は一口大)・・・1/4株(400g)
鶏モモ肉(一口大に切り、塩、こしょう少々すり込む)・・・1枚(300g)
にんにく(薄切り)・・・2かけ
鍋つゆ
トマト水煮缶(カット)・・・1缶
水・・・400cc
塩・・・小さじ1と1/3
砂糖・・・大さじ1
パセリのみじん切り、粉チーズ
オリーブ油



ブロッコリーのゆかりマヨ和え

作り方

- ①ボウルにAを合わせて混ぜ、ブロッコリーを加えてよく和える。

point! ◎ブロッコリーは、沸騰した湯に塩少々入れて茹で、取り出して冷ます。

材料(2人分)

ブロッコリー
(小房に分けて塩ゆで)・・・1/2個
ゆかり(ふりかけ用)・・・小さじ1
A マヨネーズ・・・大さじ1と1/2
酢・・・大さじ1/2

うれしい
もう一品!



監修

島根県食生活改善推進協議会
会長 宮本 美保子さん

健康づくりのアドバイザーとして、バランス食の普及や企業を訪問しての食育教室を通じて食から人を元気にする活動を行う。また、郷土料理スペシャリストの資格を持ち食文化の継承と地産地消にも取り組んでいる。

本所／各支所

本所／出雲支所

〒693-0004 出雲市渡橋町748番地1
TEL(0853)22-1478
FAX(0853)21-1619

石見支所

〒694-0064 大田市大田町大田1652番地5
TEL(0854)82-0656
FAX(0854)82-0898

東部支所

〒699-0109 松江市東出雲町錦浜474番地3
TEL(0852)52-6727
FAX(0852)52-5380

石西支所

〒698-0003 益田市乙吉町1598番地1
TEL(0856)23-1950
FAX(0856)23-1927

各事務所

雲南事務所

〒690-2404 雲南市三刀屋町
三刀屋110番地1
TEL(0854)45-3635
FAX(0854)45-3673

浜田事務所

〒697-0006 浜田市下府町350番地7
TEL(0855)22-1622
FAX(0855)22-3857

邑智事務所

〒696-0101 邑智郡邑南町
井原1286番地5
TEL(0855)95-1034
FAX(0855)95-1035

隠岐事務所

〒685-0104 隠岐郡隠岐の島町都万2016番地
TEL(08512)6-9152
FAX(08512)6-3330

仁多郡事務所

〒699-1822 仁多郡奥出雲町
下横田277番地1
TEL(0854)52-2470
FAX(0854)52-2428

【お問い合わせ・ご相談は最寄りの各支所・事務所までお気軽にご連絡ください。】

