

組合員とともに農業・地域の「夢」を実現!!

輝けみなみ

2023
April. 4



今月の
特集

自己改革の取り組み
など



ほなみちゃん

ほなみちゃんを探せ!



このほなみの絵が
2~24ページの中に
いくつあるかな?
探してみてね♥



いいね!
してね!



JAみなみ魚沼
HPはこちら



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT GOALS
JAみなみ魚沼は、持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

目次

みなみの一番星	2
農に生きる	4
特集 自己改革の取り組み	6
特集 農家組合方向性検討委員会 答申の具体化に向けて	8
特集 インボイス制度について	10
みなみニュース	12
組合員紹介	14
輝く若者	
夫婦うふふ	
はつらつ元気人	
みなみ散歩	
耳寄り直売所情報	
「四季味わい館」	16
みなみキッチン	17
今は昔は今	18
地域と生きる組織活動	19
みなみの掲示板	20
みんなの川柳	22
ほなみのぬりえ	
おたより紹介	
みなみの家族	23
頭の体操「クロスワード」	
編集後記	24



《東地区 茅荷沢新田》

しいたけパックセンターから撮影しました
(撮影日: R5.3.20)。暖かい日が続き、雪解けも進んで春の訪れを感じます。農作業も始まりますが、その前に機具の点検・整備もお忘れなく。



みなみの 一番星

大巻地区

笠原 況珀くん(1才)

お父さん…笠原 快生さん
お母さん… 成美さん



Q. どんなお子さんですか。

わんぱくで、笑顔が絶えません。店員さんや知らない大人にも手を振ったりペコリと挨拶をします。

Q. 好きな食べ物は何ですか。

バナナ、いちご、お米が好きです。

Q. ハマっているものを教えてください。

モコモコのお気に入りの毛布があり、かぶったりかじったりしています。かじるのは他の物でも同じで、くまの人形の黒い鼻がかじられすぎて色落ちしてしまいました。

Q. ご両親からお子さまに向けて一言お願いします。

お父さん) 何事にも挑戦する強い心を持つ子になってほしいです。

お母さん) 健康に育ち、優しい子になってほしいですね。

南魚沼の 風景を 楽しむ



Information

春ごはんキャンペーン

この時期だけの感謝価格！



商品コード 1403

南魚沼産こしひかり
5kg

通常価格 3,400円

↓
3,080円(税込・送料別)



商品コード 1471

南魚沼産しおざわコシヒカリ
「天地米」5kg

通常価格 3,400円

↓
3,080円(税込・送料別)

承り期間 4月25日(火)まで

お申込み・お問い合わせ…米穀販売部 特産センター

0120-808-006

農に生きる

Happy farming life



《上田地区》 上村きのこ園

代表 上村 政樹さん(59)
まさき
ひろゆき

趣味:仕事
好きな食べ物:酒・ごはん・奥さんの手料理!
上村 洋行さん(31)
ひろゆき
趣味:音楽・洋服
好きな食べ物:奥さんが作ったパエリア

《経営規模》
従業員数 6名
えのき 170,000本／年間

《JAへひとこと》
えのき生産は、合併したことでの販路が拡大・安定したため助かっています。生産軒数が減っていますが、さらなる販路の充実をお願いしたいです。



（）栽培を始めたキッカケを教えてください。
（政）父親が開業し、10才の頃から手伝っていましたので、身近にえのきの存在がありました。継ぐことは自然の流れでしたね。
（洋）中学・高校くらいから手伝い始めました。やりたいことが明確になかった時期もありましたが、就職や留学を経て思うところがあり、自分のスタイルを貫ける今の仕事に就きました。

（）心がけていることを教えてください。

（洋）「安定感」ですね。いつも同じ作業を繰り返し、同じ環境を整える、ということです。昨年は芽が出なくて失敗したこともあり、これを意識しています。

（政）えのきは繊細なので、ちょっととした環境の変化も出ないように注意しています。永遠の課題ですね。

安定した環境を 目指すたゆまぬ努力



(JAから)

政樹さんは、親の代から58年間「えのき茸」の生産を続け、大学卒業を機に規模を拡大して今に至っています。現在は、政樹さん夫婦と後継者の洋行さんと共に「安全・安心」の生産は勿論のこと、「儲かる農業」を目指し日々努力しておられます。

海外経験も豊富な洋行さんと親子2代これからも頑張ってください！

園芸畜産課
しおざわ農産物集荷所
館野 勉代理



」今後の目標を教えてください。

洋 「基本」を作りたいです。ベースを整えて、どんな環境にも対応できるように設定温度などを明確にするのが目標です。

政 産地を絶やさないことです。やはり冬が繁忙期なのですが、1年中安定した販路を模索しています。加工品なども視野に入れています。

」喜びを感じるときはどんときですか。
政 孫に「じいじのきのこが美味しい！」と言つてもらつたときは格別ですね！
洋 近所の方からも「みずみずしい」とほめているだけるのは嬉しいです。それが家では当たり前だつたので、あらためて気付きました。また、昨年の失敗から改善点を見つけ、芽が出たときは嬉しかったですね。

自己改革の取り組み



-JA自己改革 基本目標-

1. 農業者の所得増大

2. 農業生産の拡大

3. 地域の活性化

J A みなみ魚沼は、組合員との対話に基づき、「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」を基本目標とする創造的自己改革の実践に全力で取り組んできました。これまでの取り組みについてご紹介いたします。

農業者の所得増大・農業生産の拡大につながる取り組み



重点目標	成果指標・目標値		
	令和4年度	令和5年度	目標
需要に応じた南魚沼産米の販売拡大・農畜産物の販売高増加	目標	目標	目標
販売品販売高	73億円	68.6億円	76億円
南魚沼産米の有利販売追及と安定供給の実現	令和4年度	令和5年度	目標
コシヒカリ独自販売比率	目標	目標	目標
農業者応援事業による営農活動支援	令和4年度	令和5年度	目標
助成額	2,000万円	1,486万円	2,000万円

■需要に応じた南魚沼産米の販売拡大



■園芸産地拡大に向けた担い手との結びつき強化



■農畜産物の販売高増加への取り組み



■農業者応援事業による営農活動支援



■新規生産者説明会



■農業アカデミー



地域の活性化につながる取り組み



重点目標	成果指標・目標値		
女性組合員の事業参加・参画	令和4年度		令和5年度
	目標	実績	目標
女性役員5名以上	3名	3名	5名

■女性組合員の事業参加・参画



■支店協同活動の充実



■准組合員の意思反映



■食農教育



■産官学連携イベント



■スマホ教室



経営基盤の確立・強化に向けて

J A みなみ魚沼では、南魚沼地域で信頼され持続可能な経営基盤を確立するため、拠点型施設整備基本構想の着実な実践に向け、組合員とともに「営農」と「くらし」の高水準な総合事業を旧町単位（大和町・六日町・塩沢町・湯沢町）にワンストップサービスとして提供するため、次のこと取り組みます。

1. 金融店舗(13支店)再編によるワンストップサービスの提供

※令和5年5月: 3総合サービス店舗・2コミュニティ店舗

六日町地区	六日町中央支店(総合サービス店舗) 六日町支店(コミュニティ店舗)
大和地区	浦佐支店(総合サービス店舗)
塩沢地区	塩沢支店(総合サービス店舗)
湯沢地区	湯沢支店(コミュニティ店舗)

2. 営農経済施設の拠点化

六日町地区	生産資材配送拠点化(令和4年8月) 生産資材店舗の移転(令和5年6月) 車両販売・修理拠点化(令和6年7月)
塩沢地区	農業機械重整備拠点化(令和7年3月)

3. 本店機能集約による事業・経営の効率化(営農・経済・金融共済・管理)

4. 営農関連施設の効率化(園芸振興施設、農業倉庫)

5. 高齢者福祉事業施設の集約

■金融店舗再編によるワンストップサービスの提供



■営農経済施設の拠点化



農家組合方向性検討委員会答申の具体化に向けて

管内農業を取り巻く環境の変化を踏まえ、令和3年8月から令和4年12月にかけて「農家組合方向性検討委員会」が開催され、令和4年12月28日にはJA理事会への答申をいただきました。この答申に関する具体的な内容や取り組みについて、複数号に分けてご案内させていただきます。

農家組合の位置付けと役割について

○農家組合の位置付け

農家組合は、集落等を単位に結成される農業者や地域住民を中心とした組織です。自主的な組織であるとともに、農業関係団体の基礎的な役割も持っています。

また、構成員の要件は各農家組合で決定されており、JAの正・准組合員資格とは異なります。

○農家組合の役割

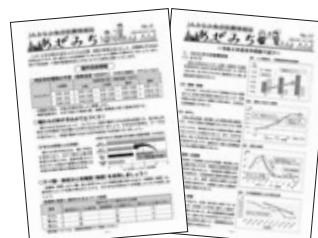
農業関係団体は、農家組合は農業・農村を守るうえで地域に必要不可欠な存在と考えています。農家組合からは主に農家組合長様を通じて以下の内容にご協力をいただいています。

農業関係団体の総代・役員等の選出

農家組合は、JAやNOSAI、農業委員会等の農業関係団体の基礎的組織として、総代・役員等を選出する役割を担っています。

農家組合や農業関係団体から農家組合員への情報伝達

農家組合長会議やNOSAI部長会議等の各種会議、毎月2回の農家組合文書配達を通じて農家組合員への幅広い情報伝達を行っています。



関係団体名	配布物
J A	宮農情報誌(年10回)、肥料農薬予約注文書(8月)、生産資材回覧注文書など
南魚沼地域振興局	普及センターだより、就農相談会案内など
南魚沼市	有害鳥獣駆除案内、農業者融資案内など
南魚沼市農業委員会	農地賃借料情報・農作業料金表
NOSAI 新潟	広報誌(奇数月発行)、当年度水稻共済保険料領収書(8月)、次年産水稻共済加入申込取りまとめ(11月)

農家組合員からの意見要望の集約と反映

農業、地域に関わる農家組合員からの意見要望は、農家組合を通じて集約されます。集約の場として、座談会や人・農地プラン（地域計画）検討会等が行われています。

各種共同活動

農家組合毎に活動は異なりますが、多面的な活動として農道・河川の草刈り、用排水路の泥上げ等の各種共同作業で集落内の農業環境整備、維持管理に取り組んでいます。

農家組合独自の活動

農家組合は自主的組織であり、活動は農家組合ごとに異なっています。令和3年12月に実施した「農家組合に関するアンケート」より特徴的な活動を紹介します。

《JA営農部門と連携した技術指導会の開催》

■事例1■

城内地区のA農家組合では、JAの営農指導員を招いた稲作技術（穂肥）指導会を開催しています。それぞれが自分の圃場の稲を持ち寄って穂肥時期の確認をしています。地域や圃場に合った栽培管理のための活動になっており、農家組合員同士の意見交換も活発に行われています。



■事例2■

上田地区のB農家組合では、1年の終わりに作柄検討のための収穫祭を開催し、JAの営農指導員からの作柄説明を受けており、その年の集落の状況を共有する貴重な機会となっています。また、会の中ではそれぞれが持ち寄った玄米の食味値測定結果を確認する「食味コンテスト」も行われており、集落全体で米の品質食味の高位安定化を目指す動きがとられています。



■事例3■

上田地区のC農家組合では、1年に1回、県内や県外への視察研修を行い、他地域の農業生産について学ぶ機会を作っています。視察にはJA職員も同行し、移動車内での技術指導会を行うほか、多地域の活動も踏まえた地域での活用方法等の提案も行い、その後の営農活動に結びつけています。



そのほか、農家組合の活動、方向性、その他依頼事項等に関するご相談は、JA営農指導課までお気軽にご連絡ください。

お問い合わせ 営農部 営農指導課 アグリセンター大和 TEL.777-3786
しおざわ基幹センター TEL.782-1171

インボイス制度 今までと何が変わる!?

～インボイス制度とは??～

税務署に届け出を行い登録された事業者だけが発行できる「適用税率」や「消費税率」などの正確な情報を記載した請求書や領収書、レシートなどを「インボイス」と呼びます。この「インボイス」を用いて令和5年10月から新たにスタートする消費税に関する制度が「インボイス制度」です。

【従来の区分課税請求書】

請求書	
◆◆ 様	〇年〇月〇日 ●●農園
化粧箱	1個 550円
果物(※)	1袋 3,240円
	3,790円
(10%対象)	550円
(8%対象)	3,240円
※印は軽減税率対象品目	

【インボイス】

請求書	
◆◆ 様	〇年〇月〇日 ●●農園
登録番号△△△△	
化粧箱	1個 550円
果物(※)	1袋 3,240円
	3,790円
(10%対象)	550円 内消費税50円
(8%対象)	3,240円 内消費税240円
※印は軽減税率対象品目	

適格請求書発行事業者の登録番号

税率ごとの消費税額

－インボイス制度でよく見る用語－

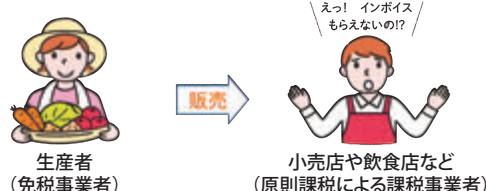
- 免税事業者：前々年の課税売上高が1,000万円以内で消費税の納税を免除される事業者のこと。
- 課税事業者：前々年の課税売上高が1,000万円以上で消費税を納付する義務がある事業者のこと。
- 原則課税：消費税の計算方法。消費者から預かった消費税から、仕入先などで支払った消費税を差し引いた額を納付する（仕入税額控除）方法のこと。
- 簡易課税：消費税の計算方法。課税売上高が5,000万円以下の事業者が選択でき、仕入れにかかる消費税額をみなし率で簡易的に計算する方法のこと。

漢字ばかりで面倒なイメージ…



～インボイス制度が始まると～

【農産物を販売する場合】



□買い手から直接インボイスを求められるケースが増加

原則課税による課税事業者である小売店や飲食店などに直接販売している場合には、先方からインボイスの発行を求められることになります。ただし、免税事業者の場合はインボイスを発行できないため、今後の取引が不利になることに留意する必要があります。

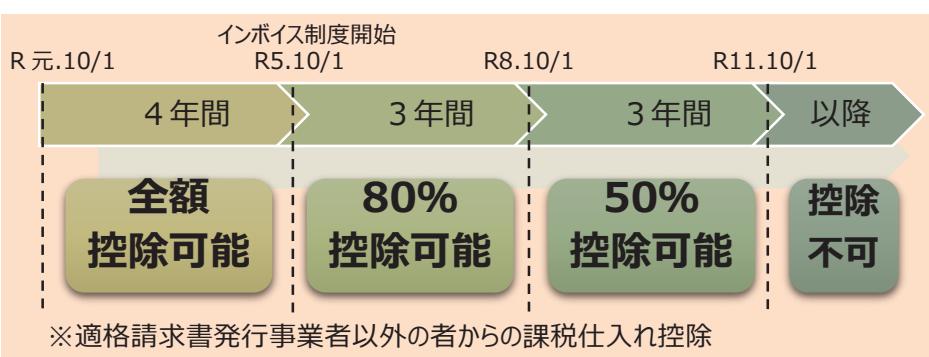
【農業用資材や農業機械を購入する場合】



□生産者（原則課税による課税事業者）は仕入れ時にインボイス発行を依頼します。

原則課税による課税事業者になった生産者が農業用資材や農業機械などを購入し、それらを仕入税額控除の対象とするには、仕入れ先にインボイスの発行を求めるようにしてください。

～よく分からなくても慌てない！(経過措置について)～



制度開始から6年間は、経過措置が認められており、影響が緩和されます。ご自身や組織がインボイス発行事業者になる必要があるのかこの期間に十分検討を行いましょう。



～インボイスで組合員とJAの関わりはどう変わる!?～



JAへお米や青果物(市場)の出荷



- 農協特例注①、卸売市場特例注②が適用されるため制度が開始されても原則として影響はありません。

注①農協特例:組合員である生産者の農産物を無条件委託方式で販売し、その代金を共同計算により精算する場合には、生産者はインボイス発行義務が免除されます。
※非組合員からの販売委託や生産者と販売先が結びついている取引は、農協特例の対象外となります。

注②卸売市場特例:生産者が販売委託した野菜などの農産物を卸売市場に出荷して販売する場合には、生産者はインボイス発行義務が免除されます。

今まで通り、安心して高品質・良食味な農産物の出荷をお願いします。



JA直売所への出荷 (あぐりぱーく八色・四季味わい館)



- 直売所では、農協特例や卸売市場特例が適用されません。
- JAの直売所では、出荷者のインボイス発行の有無に応じて、商品に記載する値札の表示方法を変更して陳列します。

※お客様が商品を見た際に、インボイスを発行できる商品かどうかを判断できる仕組みを検討しています。

- インボイスを必要とするお客様には、インボイスを発行できる出荷者の商品のみインボイスを発行します。

※インボイスの発行依頼があった際は、その都度、直売所スタッフが発行します。

インボイスを発行できるかどうかによって精算金額に影響はありませんが、インボイスを必要とするお客様からはインボイスを発行できる商品が選ばれやすくなる可能性があります。登録の有無に迷ったらご相談ください。

市場・直売所以外の出荷

- 取引先からインボイスを求められる可能性があります。取引先へ確認し、今後の対応を検討しましょう。

今後の対応を一緒に検討しましょう。



JAでのお買い物(仕入)



- JAではインボイス発行事業者の登録を行いました。

※肥料や農薬、ガソリンや軽油など、購入(配達)した際に発行されるレシートや伝票に「JAの登録番号」が記載されるようになります。

今まで通り、安心してご利用ください。

ご不明な点等がございましたらJA各担当課へお問合せください。



JAみなみ魚沼の話題が満載です！

みたみニュース

pick up

笑顔あふれる2日間



3月上旬の2日間、あぐりばーく八色では「雪まつり」が開催され、多くの来店者で賑わいました。今年はちびっこを対象とした「雪原宝さがし」が復活し、多くの子どもが参加。スタートの合図で雪原を走り回り、野菜や果物、お菓子たくさん拾い集めました。また、地場産の野菜や肉をふんだんに使った豚汁も3年ぶりに振舞われ、来店者の心とからだをほっこり温めました。



南魚沼の食が詰まった豚汁でほっこり



お宝をたくさんゲット！

店内には大崎菜やほうれん草などの葉物野菜や雪中野菜などが並び、テントでは地場産の焼いも販売やじゃがいもの詰め放題も行われました。笑顔あふれる2日間となりました。



オートパル職員にご相談ください！

新生活の準備のひとつ



3月上旬、オートパル車両展示会を開催しました。六日町と塩沢の2会場で行い、約50組が来店しました。オートパルでは、全メーカーを取り扱っており、マイカーローンや自動車共済まで一気に解決できるのが強み。今後も定期的に展示会を開催予定です。

車のことならオートパルにぜひご相談ください。

五穀豊穣を願って



3月上旬に浦佐毘沙門堂押合大祭が開催され、JAも3年ぶりに参加しました。大祭は日本三大奇祭の1つです。その起源は約1,200年前と言われており、国の無形民俗文化財にも指定されています。

J A職員は、はんたことさらし袋に身を包み、大行列と福物撒与に参加して五穀豊穣を祈願しました。



大行列に参加する今坂敦史福祉課長とJA職員

春作業のスタート前に



南魚沼地域振興局が主催する「農業女子会」に、農業機械課が講師として招かれ講義を行いました。農業女子会は令和3年度から開催されており、今年で2年目。5名の女性農業者が参加しました。職員が刈払機や管理機の使い方や点検方法、メンテナンス方法を実演し、参加者は春作業に備えて意欲的に学びました。



万が一の際は命が優先です



高鳥会長と井口組合長

持続可能な地域農業に向けて



J A グループ新潟は3月上旬、農業者が将来展望を持って生産に取り組み、食料安定供給を実現するため、自民党新潟県支部連合会の高鳥修一會長ほか県選出国會議員団へ要望書を提出しました。要望書には「生産資材価格高騰への対応について」など3項目を挙げています。高鳥会長からは、強く受けとめる旨の返事をいただきました。



役員のみなさん、ありがとうございました



感謝状を受け取る中澤会長

長年の尽力に 感謝の意を表して



3月中旬、J Aは、みなみ魚沼農業者年金受給者連盟の解散にあたり、同連盟の運営に尽力した役員8名に感謝状を授与しました。同連盟は、かねてから会員の減少・高齢化が問題となっており、同連盟の存続が難しいと判断。令和4年度の定期総会で解散が決議されました。

受給者組織は、全国レベルにおいても年金制度改正以降、農業者年金への加入促進運動がなくなり、組織の衰退が顕著になっています。昨年、新潟県では県内受給者組織の上部団体が解散しました。

この日は最後の役員会が開催され、同連盟の中澤貞夫会長が代表で井口組合長から感謝状を受け取りました。今後は、「J A みなみ魚沼年金友の会」が事業を継承する予定です。





休日は愛車で
ドライブ



輝く若者!

しゅり
【城内地区】久川 朱里さん(21)

—さらなる知識と技術の向上へ—

長岡赤十字病院で看護師をしています。昨年就職し、ちょうど1年が経ちました。現在は救急病棟で勤務し、患者さんの身の回りのお世話や医師の介助を主に行っています。入院生活は患者さんの治療がメインなのはもちろんですが、それだけでなく、入院中の生活に不自由がないか、また、退院後の生活をイメージしながらお世話するよう心がけています。

業務では、救急病棟という特性上、落ち込むときも少なからずありました。しかし、他の患者さんと関わるときはその方に集中して向き合うように気持ちを切り替えていきます。やりがいを感じるときは、具合の悪い方が徐々に話せるまでに回復したり、身体を拭いた後などに感謝してもらえたときですね。とても嬉しいです。

今後は、救急医療の知識や技術をさらに高めていきたいです。そして、認定看護師やフライトナースの資格を取得できるよう努力していきます。



夫 婦
うふふ ❤

【浦佐地区】小川 哲也さん(42)
てつや
あやか
彩香さん(35)
(旧姓:山本 魚沼市出身)

令和元年5月1日ご結婚

Q. お二人の出会いを教えてください。

彩香) 私が働いていたレストランに彼が来店したのが始まりです。

Q. 相手のどんなところに惚れましたか?

哲也) 一目惚れです! レストランの近所に住んでいたので、自転車で足繁く通いました。

彩香) よくしゃべるので、一緒にいておもしろいです。寝ているときと、ラーメンを食べているとき以外はしゃべっていますね(笑)

Q. ケンカはしますか?

哲也) あまりしません。よく話し、よく笑い、よく食べることが仲良しの秘訣ですかね。

彩香) 嫌なことも一晩経ったら忘れます!

哲也) 私は引きずるタイプだったのですが、見習って忘れるようにしています。

Q. お二人の今後は?

哲也) 私が県内外のトライアスロンやマラソンの大会に出場しているので、その際には家族みんなで行って、旅行を楽しみたいですね。

はつらつ元気人

【大崎地区】

ひさお
山田 久雄さん(68)



大会には親子で毎年挑戦しています

釣れたときの喜びは格別

Q. 趣味や生活の張り合いは何ですか。

釣りです。魚沼漁協に所属しており、アユやサケ、マスを釣っています。夏になると、午前中に田んぼの草刈りをして午後はアユ釣り、または、アユ釣りをしてから草刈りをするなど、その日で楽しんでいます。初めて釣れたのは中学のときで、友釣りの喜びは格別でした。

Q. 釣りを始めたきっかけを教えてください。

代々、釣りを生業として生活していたと聞いています。私も物心ついたときには釣りをしていました。

私は趣味ですが、息子にも受け継がれていますよ。

Q. 釣りの魅力は何ですか。

釣れると思った場所で釣れたときの喜びですね。アユの友釣りはなかなか奥が深く、時期や場所の選択がカギになります。8、9割は上手くいかないので、それがピシャリと当たったときはひときわ嬉しいですよ。

Q. 今後の目標を教えてください。

このままもう少し釣りを楽しみたいですね。家族が健康でいられれば、たいそうなことは望みません。

みなみ 散步

管内のお店を紹介!

【中之島地区】町の中華 喜多村



16時から提供



令和4年3月にオープンした「町の中華 喜多村」。店主の田村淳さんは「塩沢・中之島地区にとって喜びが多い村、そんな場所になれたら」と願いを込めて店名にしましたそうです。

オススメは、写真にある「油淋鶏」と「担々麺」。油淋鶏は鶏肉を蒸してタレ付けしたものを揚げているため、本格志向の油淋鶏を味わうことができます。また、食の安全を心がけた上で、タレはほぼ手作り、作り置きをしない、1テーブルに届ける料理のタイムラグを減らす、など妥協できない点がいくつあると淳さんは話してくれました。

店舗はバリアフリー仕様で、駐車場から入口までもスロープになっています。トイレも車椅子で利用できる広いトイレを設置。お年寄りからちびっこまで幅広くファンがいるのもうなずけますね。本格的な中華料理をぜひ召し上がってください。

心を込めてお料理をお出ししています。
気軽にいらしてください。

店主 田村 淳さん



住 所：南魚沼市大木六397

T E L : 025-711-1302

営業時間：10:00～22:00 (LO 21:30)

日曜のみ10:00～20:00 (LO 20:00)

定 休 日：火曜日

Instagram



今月のイチオシ

あさつき

耳より直売所情報



J.A.みなみ魚沼の直売所
「四季味わい館」と「あぐりばーく八色」の
名物店長が、新鮮で耳よりな情報と
旬な食材を交互でご紹介します！



阿部店長より
お客様へ一言

あさつき（浅葱）は、もともとは山菜として自生していたエゾネギという品種の変種であるといわれています。「あさつき（浅葱）」という名前は、「ネギよりも浅い緑色をしている」ということに由来しています。見た目の特徴として、他のネギ類とは葉の太さが違います。食用のネギ類の中では、あさつきの葉が最も細いといわれています。味の特徴は、香りがよく、辛味が強いことが挙げられます。その香りのよさから葉の部分は、汁物や冷奴などの葉味としてよく用いられています。また根元の部分はそばの薬味などにも使われます。そのまま味噌につけて食べても美味しいですよ。ネギとはまた一味違ったあさつきをぜひご賞味ください。

ご紹介した出荷者
以外にも多数の方が
出荷しています。



私たちが
出荷しています！
俵山さんコメント

酢味噌和えにして食べるの
がオススメです！

営業時間変更の お知らせ

4月下旬より、営業時間を以下のとおりとさせていただきます。

- 期 間 11月30日(木)まで
- 営業時間 9:00~18:00
- 定 休 日 年中無休(1月1日を除く)
- ※12月以降の営業時間につきましては、改めてご案内いたします。

四季味わい館(道の駅南魚沼雪あかり内)

〒949-6363 南魚沼市下一日市855番地 TEL.025-783-3983

《営業時間》 12月1日~4月下旬 10:00~17:00



【全体運】吉凶混合運です。その場だけで一喜一憂しないで。前向きな姿勢が吉運を引き寄せます。うれしい贈り物の予感も

【健康運】血圧は小まめにチェック。軽い散歩が◎ 【幸運の食べ物】ソラマメ

天秤座
9/23~10/23生



今月の
星占い

令和5年4月



JAみなみ魚沼
管理栄養士
関 奈美子

南魚沼は食材の宝庫!
美味しいレシピのご紹介

みなみ キッチン

かんたんレシピで美味しく食べよう!

あさつき入りサラダ巻き

今月は、あさつきを使った簡単なサラダ巻きをご紹介します。あさつきは、茹でて具や酢飯に混ぜる他、生で最後にちらすことで、特有の辛味も楽しめます。わさびのようなピリッとしたアクセントがサラダ巻きによく合います。



《今月の主役食材》

あさつき

《主な効能》

高血圧予防効果、疲労回復効果、血液サラサラ効果等

●エネルギー 1232kcal

●塩分 3.2 g



レシピ

材料 (サラダ巻き2本分)

<酢飯>

- ・少し硬めに炊いたご飯…300g
 - ・酢……………25g (大さじ2弱)
 - ・砂糖……………8g (大さじ1弱)
 - ・塩……………1g
- } A

<サラダ巻きの具>

- ・あさつき……………80g
 - ・ツナ缶……………70g
 - ・すりごま……………15g
 - ・マヨネーズ……………20g (大さじ1強)
 - ・醤油……………2g (小さじ1/3)
 - ・カニ風味かまぼこ……………6本
 - ・アボカド……………100g (1/2個)
 - ・焼き海苔……………2枚
- } B (サラダ)

作り方 所要時間30分

1. 鍋にお湯を沸かす。あさつきは、小口切りにする。飾り用を少し残し、30秒~1分程茹で、冷水にさらしてざるにとる。
2. ボールに御飯を入れてAを混ぜ、酢飯を作る。絞った1の1/4量を混ぜる。
3. 別のボールに残りの1、B(ツナは水分を絞って入れる)を入れて混ぜる。
4. アボカドは、包丁で周囲に切り込みを入れ、ひねって半分に割ってから種を除き、半分量の皮をむく。縦に6等分に切る。
5. 巻きすにラップをしき、焼き海苔をのせ、焼き海苔の奥2cm程を残して2を広げる。酢飯の真ん中に3、カニ風味かまぼこ、アボカドをのせる。
6. 5を巻いて、ラップにくるんだまま数分おく。
7. ラップを除き、お好みの長さに切り分ける。(包丁をぬらし、サラダ巻きを切るごとにぬらしたふきん等でふきながら切るときれいに切りやすい。)
8. 7を皿に盛り付け、飾り用の生のあさつきをちらす。

調理のポイント



- ・サラダ巻きのサラダの具には、水分を抑えるため、すりごまを混ぜています。
- ・サラダ巻きにはしっかりと味がついていますが、お好みで醤油をつけてお召し上がり下さい。

今は昔は今

(49) 「踏み台」

家には木製の踏み台がある。子どものときからあるからもう七年の上。まだコーレテないから使っている。子どもの時には、これにタチイタ（裁板。裁縫するときつかう幅の広い長い板）片方をのせてスベリ台をつくって遊んだ。（オツツアレタ）年暮れには神棚のお札を貼りかえたり、お供えの餅を上げたり、しめ縄をはつたり、歳徳神のかげ（カケジク）をかけたりに大活躍。使っているうちにどうもぐらぐらして危ないのに気づいた。

点検してみると、四方の隅がすりへつてぐらつくのだった。落ステからでは遅い、直すことにした。踏み台は安定のため、四角錐の上を切ったような末広がりの形をしている。四つの底辺の中央部を削ればいいと思ったが、反り鉗はもつてない。かんがえて、底邊正面の板の上のほうには持ち手用に穴が一つあいている。実用で

線に切つて、ともかんがえたが、置く場所が平らとは限らないので直線でなく、みな真ん中を浮かせている。作業はカセット式の胴付き鋸でした。

ホームセンター品。プロ用とはちがうだろうが、けっこう切れでうれしい。四



の中間に1センチほど切り込みを入れ、そこに向かって角から切つて凸部を落とすことにした。一直線に切つて、ともかんがえたが、置く場所が平らとは限らないので直線でなく、みな真ん中を浮かせている。作業はカセット式の胴付き鋸でした。

細長く端が丸い穴で十分なのに、作った人は一手間かけて、日本刀のツバ鍔や家紋、セトモノによく見るような形にしている。何といふのか調べたら木瓜（もつこう）形というそ

うだ。ちょっとウデとセンスを見せた、のか。穴はどうしてあけたのか。まわし挽き鋸でか。こういう直方体ではなく、いハコモノを作るのは、たやすくないので見習い大工が練習に作るときいたことがあるような気がする。

あらためて踏み台をみれば、厚さ1センチくらいの杉板製だ。わりあり薄い板なのはハードな使い方をしない屋内用で、軽さ、使いやすさを優先したのだろう。おんなどもでも楽に使えるように。

正面の板の上のほうには持ち手用に穴が一つあいている。実用で裏返してみると下端から1.5センチくらいのところに板がぴつた

（我田 大、「季節料理 大」主人）





地域で生きる 組織活動

このコーナーでは、JA各部や各組織の活躍を中心にご紹介します!!

女性部

令和5年度 JAみなみ魚沼女性部 サークル活動募集

1 リンパ体操

【期 間】 5～8月 月3回 月曜日
13：30～14：15
【会 場】 しおざわ基幹センター
【参加費】 5,000円（4か月）
※お試し体験500円！（おひとり様1回限り）



むくみスッキリ、基礎代謝アップの期待大！
楽しく体を動かして美容と健康を保ちましょう！
わたしたちの仲間になりませんか？

2 料 理

【期 間】 6～9月 月1回 金曜日
10：00～11：30
【会 場】 6・7月 塩沢公民館
8・9月 あぐりぱーく八色（浦佐）
【参加費】 3,000円（4回）
※お試し体験500円！（おひとり様1回限り）



季節の地場野菜をひと工夫した
調理方法を楽しく学びます♪食卓
に新メニューをお届けします！

※各サークル10名に満たない場合は中止となる場合がございます。

※女性部員ならどなたでも参加できます。（要年間部費500円）新規部員大歓迎！

※詳細についてはお申し込み後に郵送いたします。

【受付】令和5年4月5日（水）9時00分開始 電話にてお申し込みください。

※月～金 9時00分～17時00分まで受付いたします。

【締切】令和5年4月20日（木）

※ただし、締切り前に申込人数が多数になった場合はお断りする場合もございます。

女性部員が東京消防庁YouTube動画【消防団DAYS】に出演しました！

フレミズ部員である岡崎理香さんが所属する「南魚沼市消防団 女性消防隊」が消防団イメージ動画に出演し、当JA女性部とコラボした「非常時持ち出し品リストと防災手ぬぐい」のご縁で女性部役員も動画に出演しました！ぜひ、動画を視聴ください！

動画視聴はこちら↓



お申し込み・お問い合わせ…生活課（しおざわ基幹センター）TEL.782-1174



みなみの掲示板

福祉職員募集のお知らせ

福祉課では、介護職員および看護職員を募集しています。詳しくは、右のQRコードよりご確認ください。また、詳細はお気軽に問い合わせ下さい。



福祉介護職員はこちら 福祉看護職員はこちら

お問い合わせ…総務企画部総務課(採用担当) TEL. 772-3111



JA-SSよりお知らせ

① JA-SSでは現金、クレジットカード利用に加え便利な各種QRコード決済を利用できます。セルフ給油が初めての方もご安心ください。スタッフが丁寧にご案内いたします。(音声案内もあります)



お問い合わせ…JAセルフ大和 TEL. 788-0930
JAセルフ六日町 TEL. 776-2867
JAセルフ石打 TEL. 783-2865



②セルフスタンドのスタッフを募集します。詳細はQRコードからご確認ください。

セルフスタンド
スタッフ募集はこちら

お問い合わせ…経済部 燃料課 TEL. 788-1373

車両課からのお知らせ

美佐島本店構内の施設整備工事着工に伴い、新車両工場完成までの間、「車両センター六日町」の全業務を「車両センターしおざわ」で受け付けております。また、「オートパル六日町」の全業務を「車両センターしおざわ」に一時移転することとなりましたのでお知らせいたします。

移転期間中、組合員の皆様にはご不便をおかけ致しますが、迅速・丁寧な対応に心掛け、スタッフ一同皆様のご利用を心よりお待ちしております。

【オートパル六日町】

5月3日(水)～5月7日(日) 引っ越し作業のため休業
5月8日(月)～ 車両センターしおざわ内にて営業開始



お問い合わせ…車両センターしおざわ TEL. 782-0085



令和4年度の退職者について(報告)

大変お世話になりました。



退職日 令和5年3月31日	若井 美由紀 (総務企画部 福祉課)
宮嶋 和彦 (経済部 車両課)	春川 希望
阿部 和成 (農業部 園芸畜産課)	小杉 渉 (経済部 燃料課)
寺口 武 (農業部 米穀課)	野沢 満 (農業機械課)
木津 園江 (総務企画部 経理課)	山本 廣 (経済部 農業機械課)
並木 恵美子 (総務企画部 福祉課)	北村 翔 (経済部 燃料課)
岡村 久美子 (総務企画部 福祉課)	阿部 永寛 (農業部 資材課)
高橋 勝一 (経済部 埋葬課)	
渡辺 健太 (信用共済営業部 塩沢・湯沢エリア課)	
今井 貴大 (金融共済部 城内支店)	
佐藤 祐美 (金融共済部 湯沢支店)	
退職日 令和5年2月28日	
桑原 恵利 (総務企画部 福祉課)	
退職日 令和5年2月18日	



令和5年度 職員配置表について

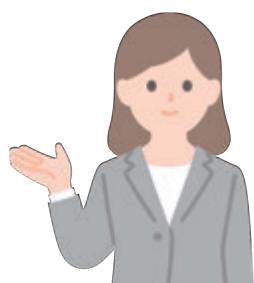
今年度の職員配置表をご希望の方は、以下までご連絡ください。

お問い合わせ…総務企画部 総務課 TEL. 772-3111

経済部「生活課」「燃料課」事務所移転のお知らせ

本店の新築に伴い、経済部の一部事務所が本店内に移転します。

- 移転部署 生活課（現在：しおざわ基幹センター内）
燃料課（現在：オートパル六日町2階）
- 移転予定 現事務所：令和5年5月2日（火）まで
新事務所：令和5年5月8日（月）より業務開始
- 移転先 新本店1階（南魚沼市美佐島1856番地）



お問い合わせ…生活課 TEL. 782-1174／燃料課 ガスセンター TEL. 788-1338
石油配送センター TEL. 788-1373





みんなの川柳

今月のお題「菜」

- ・山が呼ぶあぐりに山菜並ぶ夢 うらさめめよし
浦佐山伏
- ・大根菜足も含めて安定感 かつゆ
- ・春一番食卓かざる大崎菜 ひなじー
- ・菜の花や蝶のとびかう恋の色 春ぼけ
- ・菜の花と桜饗宴空あおし ひつじい
- ・なんまげだ煮菜ぐづぐ味をみろ ひつじい
- ・ラ・ラ店に山菜並び目に楽し あきいち
- ・漬菜煮の匂い田舎の風物詩 城内ばあ
- ・山菜が出番待てる雪の下 むらさき式部
- ・春告げ菜緑と黄色皿のうえ あーちゃん
- ・鍋料理野菜ばかりで肉はなし 浦佐桐油屋
- ・大崎菜緑の香り春招く 上村 邦夫
- ・白雪から黄菜色の春を待つ なんてん
- ・菜の花に何時もの頃に咲くか問う 風野又三郎
- ・山菜は雪の下から春を呼ぶ 五日町の芋爺
- ・心打つ一輪だけで菜の花が のりすけ
- ・青菜たべ春のにおいを感じます きよちゃん
- ・野良仕事笑顔で食べる菜っぱ飯 ねずみ
- ・戦時下は菜っぱ飯でも親の愛 ケーちゃん
- ・山菜は故郷からの春便り 昼寝のトラ猫
- ・春陽差し菜の花畠に蝶の舞 よっこ
- ・老いてきて山菜少しはとれるかな ひいばあ
- ・待望のとう菜毎食喉詰まる 五十沢京新の星
- ・雛飾り菜の花なくて桃と菊 五十沢小唄
- ・菜の花の薫奏てる春の詩 八海 写人
- ・食べてよし見てうるわしき大崎菜 吾亦紅
- ・八十の路惚けの唐菜が咲きだした 清堂
- ・打ち豆も仲間に入れて漬菜煮る 三等火
- ・患つてはまつているよ菜食に 俊坊
- ・雪とけて青菜のみどりあざやかに よっちゃん
- ・このあたり菜畠めざし雪を掘る 田村 清
- ・雪の中か青菜顔だし春をまつ あーちゃん
- ・菜の花と白い蝶々が遊びおり カツコ
- ・菜の字つく名前かわいい子が多い(私見) 聖☆おばあさん
- ・早く出る大地あらわれ山菜だ スーちゃん
- ・雪の下青菜が食べてと待っている あんのいも
- ・退職し手づくり惣菜たっぷりに ひまわり
- ・花菜さんの歌聞きながらトイレ掃除 ざわちん
- ・さくらい、山菜芽吹くもつとい ここ
- ・雪国ハウスで育った春野菜 単細胞母ちゃん
- ・清水湧き真冬に育つ大崎菜 八色ボッキー
- ・清氷湧き真冬に育つ大崎菜 帛乙女
- ・青い春菜の花大好き蝶も舞う バーバ
- ・山菜と菜花賑わう春の膳 竹とんぼ
- ・菜の花や新食かんじる春かんじる チャコのばあ
- ・雪とけて早く食べたい山菜を よきい
- ・ご当地の名の付く菜っぱ味比べ ミニトマト
- ・山菜やフキの天ぷら春匂う ヒマ男
- ・鳥さんよ私も食べたい菜の花を アタマカラップ
- ・黄色の畠いぱい菜の花咲き 大和新
- ・次の世は蝶になりて菜の花へ なつちゃん
- ・直近咲く雪国菜花の美食美飴 川壅すみれ
- ・待ち遠し野山雪解け菜の時期 ふきのとう
- ・雪の下春待つ我家の大崎菜 いまも乙女
- ・大崎菜曲げた腰あげ空を見る 笑われる女
- ・菜飯食べ戻りたくなるあの頃に ゴールドライトⅢ世
- ・菜花咲く蜂と蝶蝶の見合の場 五十沢ひさよ
- ・花菜さんの歌聞きながらトイレ掃除 ざわちん
- ・さあ出番冬菜山菜畠の草 かたばみの花
- ・たかが菜に地域名つけて競い合い 酒町香木奉亭

来月のお題「光」です。たくさんのご応募をお待ちしております。

おたより紹介

今月も広報が見やすくて地域の活動がわかつて参考になり良かったです。美味しいレシピの紹介、楽しみです。

関 千恵子さん

若い人達が農業で働いている紹介がいいです。ついつい農業を敬遠しがちですが、この人達がいるから我々が美味しい物が食べられ感謝しています。川柳はあまり読む場がないのですが、じっくり読むとおもしろいです。

廣田 洋樹さん

2年前より父が高齢化の為に家の稻作を始めました。2年前は2等米でしたが、昨年は1等米になりました。畑も今年は何か栽培しようと思います。

テツさん

みんなの家族



さくらフレフレさん(13歳)
お花がいっぱい♡春らしくて、見てるだけでウキウキしちゃうね。



応募総数 65通

当選しなかったみんなにも
参加賞として
色鉛筆をプレゼント !!



イヌケーヌさん(8歳)
お雛様とお内裏様が登場!雛飾りが完成したね。ほんぱりとかわいいね。



みづちゃんさん(5歳)
ハートや四角がたくさんあって、楽しそうな感じが伝わってくるね!



よっこさん(68歳)
桜がとてもきれい!お花見しながらひなまつりできたら、なんてステキなの♪



角谷優心さん(6歳)
賑やかなひなまつりパーティーが始まりそうだね♪三人官女も嬉しそう!

応募締切 4月12日(水)



頭の体操

クロスワード

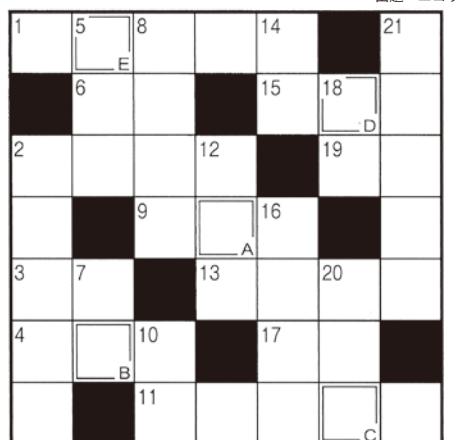
二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか?
できた言葉を所定のハガキにご記入、またはQRコードから応募ください。

【ヨコのカギ】

- 唱歌『花』に歌われている川
- 写真などを撮影するための施設
- ラクダやアルパカに似たアンデス地方の動物
- クジラより小さめです
- 4月なのに冷えるなあ、_____の戻りかな
- 書類の何も書かれていない部分
- 新1年生の皆さん、ご_____おめでとう!
- 爬虫（はちゅう）類は変温動物、哺乳類は_____動物
- 1、3、5、7、9 ··· ···
- 日本人の主食です
- 船を着けます

【タテのカギ】

- 野球のB S OのS
- 敵ではありません
- 正しい答えに付けるマーク
- 遠くて近きは_____の仲
- シオマネキもこの仲間です
- 得意なもの。漢字で書くと十八番
- 体温計を挟みます
- 空弁（そらべん）が売っている所
- 田畑を耕す道具の1つ
- ギリシャの字の最後の字。Ω、ωと書きます
- 選抜高等学校野球大会の会場です



クイズ応募
QRコード

今月の当選賞品

ちょっと小腹が空いたときにも
お手軽でちょうどいい1袋です!



営農指導課 石田 良美

Aコープマーク
かけうどん・カレーうどん 各2袋
×10名様



営農部
LINE登録は
こちら!



((・ 営農情報発信中！・))



営農情報誌
「あぜみち」は
こちら!

編集後記

新生活を始めるみなさん、おめでとうございます。入学や就職、引っ越しなど、ワクワクだったり、不安だったりでそれぞれの春を迎えていらっしゃることと思います。

私にとって、春は山々や花が色づき始め、心がウキウキする季節です。その一方で、花粉症も同時スタート。まだまだマスクが手放せませんが、何とか乗り切っていきましょう。

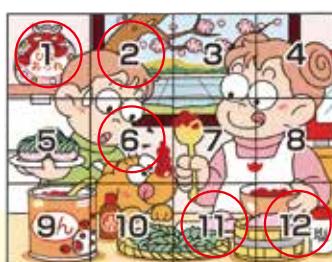
(こい)



3月号の 答えと当選者

【答え】1・2・6・11・12

当選おめでとう
ございました!



【当選者】

- | | |
|-------------|----------|
| ミックスナッツ無塩さん | 元チャンさん |
| 田中のふうどんさん | チーターさん |
| ひまわりさん | 我田 ふみこさん |
| 清水 修平さん | 丸山 笑里さん |
| 南雲 あや子さん | かつぴさん |