

組合員とともに農業・地域の「夢」を実現!!

# ★輝けみなみ

2024  
Jan.

1



今月の  
特集

「新年のご挨拶」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♡



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。



# 謹賀新年

令和六年 新年のご挨拶

## 組合員・役職員が結集し

## ブランド産地として更なる発展へ

新春を迎え、謹んでお慶びを申し上げます。また旧年中はJAの事業全般に  
対して多くのご協力、ご利用を頂きましたことに、厚く御礼申し上げます。

はじめに、昨年を振り返りますと、侍ジャパンのWBC世界一の活躍  
に勇気づけられ、新型コロナウイルス感染症も五類へ移行など、ようやく通常  
の社会活動に戻ろうとする明るい兆しを感じられる中、令和四年から  
続く物価高騰に加え、当地では過去に例を見ない猛暑と渇水など、災害  
といえるような異常気象に見舞われ、「営農活動」「くらし」のいずれにも  
多大な影響を与える明暗のある一年でありました。

次に、営農分野を振り返りますと、先述のとおり少雨と猛暑及びフェーンの影響により稲作

生産では高温登熟特有の背白・乳心白など、品質・収量ともに低位な結果となり、コシヒカリの集  
荷量は契約数量・販売計画数量ともに届かない状況となっております。販売面でも実需者に品質低下の状況  
を丁寧に説明し販売促進に取り組んでおります。また、作柄の分析や次年度対策の検討など、最高級ブラン  
ド米産地として、消費者から求められる高品質・良食味な米づくりの推進と販促活動など、南魚沼市をはじ  
め関係機関と連携し取り組みを進めているところです。

一方、園芸生産も異常気象の影響を受ける中ではありましたが、八色西瓜では生産組合と生産者一人ひと



代表理事組合長

井口 啓一

みなみ魚沼農業協同組合

代表理事組合長 井口 啓一

専務理事 和田 浩信

常務理事 南雲 直樹

常務理事 駒形 正樹



りのブランド産地としての意地と誇り、また更なる発展の想いが実を結び、販売額五億円を回復しました。また、両直売所（四季味わい館・あぐりぱーく八色）でも、コロナ禍前以上の賑わいを見せており、十一月末において既に年間計画以上の販売高となっております。

本年は、これまでの経験を学習し行政をはじめとする関係機関と協力しながら、水稻ではトップブランドの産地として、品質・収量ともに目標を達成する取り組みを実施いたします。また、園芸においても生産者等の要望・実需者ニーズに応えるとともに、ブランド産地の更なる発展に向け、新たな西瓜選果施設の取得に取り組んでまいります。加えて、八色しいたけにおいても生産者等の要望・需要ニーズに応えるため、発生ハウスの増設を実施し生産基盤の強化と農業者の所得増大に取り組んでまいります。

続きまして、第一次中期経営計画（令和三～五年度）に掲げ取り組みを進めておりました、旧町単位の事業の拠点化では、昨年五月には本店・六日町中央支店がスタートし、六月にはアグリセンター六日町店のリニューアルオープンをすることができました。そして、本年七月には新たな車両センターのオープン（統合・移転）を予定しております。いずれも効率的な運営による組合員・利用者の皆様へのサービスを提供するための施策でありますので、何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

また、四年ぶりに「年金友の会 会員の集い」を開催することができ、川中美幸さんと華乃美幸さんによる歌謡ショーでは、満員の三六〇〇名の会員に楽しんでいただくことができ、組合員の皆様の事業参画とJAへの結集に感謝申し上げます。引き続き、将来にわたり「営農」と「くらし」の高水準な総合サービスを提供してまいりますので、より一層のご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後になりますが、年初より第二次中期経営計画（令和六～八年度）を策定致します。令和六年も厳しい環境が想定されており、変遷する社会情勢に的確に対応するため、目標とする経営指標を達成するための施策として成長戦略・効率化戦略を盛り込み、実行に移してまいりたいと考えております。引き続き、役員一同、皆様との対話を通じ、JA経営に取り組んでまいりますので、組合員の皆様方におかれましても協同活動への結集をお願い申し上げます。

結びに、組合員お一人おひとりのご健勝とご多幸を心よりご祈念申し上げ、新年のご挨拶とさせていただきます。

管理金融委員長 羽鳥 正一  
営農経済委員長 南雲 清治  
管理金融副委員長 小幡 武重  
営農経済副委員長 桑原 晃

理事 笹木 久稔

理事 若井 隆

理事 笠原 貴博

理事 山口 清志

理事 飯酒孟厚夫

理事 井口 弘美

理事 関 一之

理事 石田 正利

理事 井上千好里

理事 黒滝みゆき

理事 加藤 宏志

理事 林 アイ子

理事 富田 浩一

理事 曾根清一郎

理事 長尾 謙一

常勤監事 林 洋一

監事 桑原清吉郎

監事 腰越 晃

員外監事 小林 豊

職員 一同



# 目次

新年のご挨拶……………	2
みなみの一番星……………	4
辰年のみなさん大集合……………	6
農に生きる……………	8
特集 自己改革評価会議……………	10
特集 資産運用・資産形成を はじめてみませんか…	12
みなみニュース……………	14
耳寄り直売所情報 「あぐりぱーく情報」……………	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「間違い探し」 編集後記……………	24



## みなみの 一番星

城内地区

服部 ひな  
妃菜ちゃん(4才)  
あきと  
晃士くん(1才)

お父さん 服部 浩平さん  
お母さん 佳菜子さん

### Q. どんなお子さんですか。

妃菜は恥ずかしがり屋ですが、小さい子に進んで声をかけるなど、優しい姿をよく見かけます。晃士は活発で、常に動いて元気いっぱいです。まねっこが好きで「もしもし」がブームです。

### Q. 好きな食べ物は何ですか。

妃菜：オムライス、果物

晃士：野菜スープ

### Q. ハマっている遊びは何ですか。

妃菜：トランプでババ抜きと神経衰弱

晃士：ままごと、絵本を見ること

### 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：互いに助け合いながら、体も心も元気に成長してね。

お母さん：2人が仲良くしている姿を見るとママも嬉しいです。これからもずっと仲良くいてね！

将来の夢  
ケーキ屋さんか  
保育園の先生(妃菜)







# 南魚沼の 風景を 楽しむ

## 《石打地区 下一日市》

天気がよく気持ちのいい日に撮影しました。(撮影日 R5.12.9)  
道の駅南魚沼にある「四季味わい館」は、県内外から観光客が訪れ賑わっています。青空に巻機山と八海山に積った雪の白さが映えますね。気持ちを新たに、新年をむかえましょう。

## Information



## 農/KNOW THE FUTURE FINAL

完成!

J Aみなみ魚沼青年部を中心とした管内在住の若手農業者による、南魚沼産コシヒカリのプロモーション動画、待望の第5弾が完成しました！集大成となる今作は、南魚沼の四季と水稻栽培の様子を映像・音楽と詩の朗読で動画を作成しました。なお、詩の朗読は南魚沼市出身のTSUNEIさんが担当！ぜひこちらのQRコードからご覧ください。

六日町中央・浦佐・塩沢支店や各直売所のデジタルサイネージでもご覧いただけます。



KNOW THE FUTURE FINAL  
「しろのちから」公開中



城内地区 小泉 ゆうき 裕樹さん

①ガレージでBBQしたりゆっくりすること

②バイクで色々な所にツーリングすること、新しいことにチャレンジ!!



六日町地区 貝瀬 とうま 東真さん

①野球でバッティングをすること

②野球でホームランを打ってチームに貢献したい。6年生になるので勉強もしっかりやりたい



浦佐地区 山本 もちふみ 望文さん

①日本史と世界史を勉強すること

②還暦を迎えるので、同級会の幹事を無事に終わらせるよう努めていきたい




# 新年 のみなさん

# 大集合

大崎地区 上村 ひろし 博さん

①5才の孫の成長が楽しみ


②孫とはライバルのような関係なので、負けないよう健康に留意する



薮神地区 吉田 みつこ 光子さん

①自分の好きな事や友達とお茶などしている時

②まだ元気でいたいので、運動や畑作業をしたり、旅行したい





東地区  
塩野谷 のん 穩さん



① バスケットの友達とアグリ  
ーベイビズで遊ぶこと

② バスケットのボール運びが  
上手になりたいので一生  
懸命練習を頑張ります！

① バスケットをしている時！  
6年生が卒業するまで沢  
山の技を教えてもらいた  
いです

② 今ミニバスケットをし  
ていて、色んな大会に出  
て優勝したいです

中之島地区  
上村 さとる 悟さん



① たまに妻と2人で  
旅に出ること

② 常に色々と頑張  
ることはありますが、家族みんな  
健康に気をつけて  
いきたいです

上田地区  
山田 まお 茉緒さん



① 休み時間に友達  
とお絵描きやドッ  
ヂボールをするこ  
と

② なわとびで2重  
とびができるよう  
になりたい。委員  
会では6年生とし  
て下級生を引っ張  
っていきたい

石打地区  
山田 すずの 鈴乃さん



① 家族みんなで美  
味いご飯を食べ  
ること

② 就職してから精  
神的に辛かったと  
きもあったので、  
心と体の健康に気  
を付けていきたい

### 質問

- ① 今、一番楽しいこと
- ② 令和6年の抱負

湯沢地区  
南雲 よしのり 善則さん



① 孫とにぎやかな  
時間をすごすこと

② 日々変わらず、  
新しいことに挑戦  
し続けることとポ  
ジティブにアクテ  
ィブに暮らすこと

塩沢地区  
峠 あきよし 彰圭さん



① 趣味のゴルフと  
長期休みに行く家  
族旅行

② 30代も後半に  
入り、より健康に  
気を使い充実した  
生活を過ごせるよ  
う頑張りたいです



# 農に 生きる

Happy farming life



たいち  
太一さん(48)

《大崎地区》 佐藤

趣味：剣道

好きな食べ物：麺類

好きなごはんのお供：明太子、大崎菜と切り干し大根の漬け物

《経営規模》

コシヒカリ 7.5アール

大崎菜 6.4アール

小玉西瓜 2.6アール

きゅうり 1.6アール

《JAへひとこと》

共済を含めて色々話を聞いてもらい助かっています。大崎菜の販路拡大に尽力していただき感謝しています。これからもいい大崎菜を生産していきますので、よろしくお願いします。



Ｊ 就農して何年になりますか？

佐 24年になります。父親には「継がずに好きなことをすればいい」と言われて就職しましたが、一念発起して農業に専念することになりました。我が家は代々、大崎菜を生産しており、今もなお、父親は師匠です。

Ｊ 仕事で心がけていることを教えてください。

佐 素早くかつ丁寧に進められるよう一生懸命やっています。父親に比べると、作業のスピードがまだまだ遅いので、叱られながらですが（笑）

また、マニュアル通りではなく作物の状態を見て、足りないものを補うようにしています。父親にアドバイスや指示をもらいながら施すと、きち



# 受け継がれてきた 大崎菜の味を守り続けたい



んと思ひ描いたとおりになるので早く自分のもの  
にしたいですね。

Ｊ 大変なことはありませんか？

佐 春先は、大崎菜の収穫とスイカの苗づくりの  
時期が被っているので本当に忙しいです。コメに  
関してもすじまきが待っています。

Ｊ やりがいは何ですか？

佐 大崎菜だけでなくコメやスイカも、食べて  
「美味しかった」と言ってもらえるのが嬉しく、  
やりがいにつながります。

Ｊ 今後の目標を教えてください。

佐 大崎菜の生産を継続して行っていくことです。  
「広めたい」というよりは、作り続けることが大  
事だと思っています。種株が違ったり、同じ大崎  
地区の中でも土が違えば味も変わってきます。私  
は、代々受け継がれてきたこの大崎菜の味を守っ  
ていきたいです。

（ＪＡから）

佐藤さんは、管内に１０軒  
ある大崎菜の生産者の１人で、  
園芸品目を中心に父子で営農  
しています。代々、受け継い  
できた大崎菜の味を大切に守  
っています。これからの時期  
は大崎菜のシーズンです！ぜ  
ひ地域農業と一緒に盛り上げ  
ていきましょう!!

園芸畜産課  
上村 秀也





# コメ集荷結集による 安定取引拡大に向けた現状と課題

## —自己改革評価会議 開催—

ＪＡでは、「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」を基本目標とする自己改革実践サイクルに取り組みとともに、自己改革の実践を支える持続可能なＪＡ経営基盤の確立をめざしています。今回は、実需者のパルシステム生活協同組合連合会と生産者及び役職員が意見交換を行いました。主な意見を抜粋してご紹介いたします。

### 出席者紹介

(敬称略)

パルシステム生活協同組合連合会  
産直事業本部第1産直部米穀課

課長 佐野 正和

ＪＡみなみ魚沼稲作振興協議会  
会長 関 匡和

みなみ魚沼有機米部会

部会長 松井 崇

しおざわ稲作部会

部会長 外谷志津夫

ＪＡみなみ魚沼青年部

委員長 南雲 俊宏

みなみ魚沼農業協同組合

代表理事組合長 井口 啓一

専務理事 和田 浩信

常務理事 南雲 直樹

常務理事 駒形 正樹

営農部長 内藤 一也

営農次長 室橋 健

米穀販売部長 笠原 一幸

特産販売課長 山田 亘

総務企画部長 村山 勇

企画課長 岡村 真司

### 実需者として産地に求めること



佐野課長

「南魚沼産コシは  
安心して届けられる」

**佐野** 品質低下が問題になっている状況においても、南魚沼産コシヒカリは安心して消費者に届けられることができる。クレームもほぼなく、注文数もリピートを含め安定している。

パルシステムとしては「安全・安心」な高品質・良食味米を消費者に届けたい。コストがかかってしまうが、生産者には特別栽培米の持続的な生産を続けてほしい。パルシステムは有機ＪＡＳ米の人氣が高く、「南魚沼」ブランドと「有機ＪＡＳ」が組み合わせると魅力的な商品になるのではないかと。今後、生産者には積極的に有機米の生産に取り組んでほしい。

また、他産地では生産者と消費者の交流を行っており、ぜひ南魚沼の生産者とも交流の場を設けたい。

**駒形** 今後、日本の人口減少に伴って国内のコメ消費量が減少する。しかし世界人口は増加することから、長期的視点でコメ産地としての在り方を築き上げることが必要だ。消費者から信頼を得られるコメの生産を継続していきたい。





**駒形常務**

「消費者から信頼を得られる生産を」

**笠原** 品質の安定は生産者の努力の賜物だ。当産地のように実需者や消費者から望まれる産地はそう多くないと自負している。今後はコメの生産量を着実に確保していくことが重要だと捉えている。

**コメを取り巻く現状と課題**

**関** J Aの集荷量が減った要因のひとつに、精算金の関係があると捉えている。最終精算まで含めればJ Aの優位性が明確だと思うので、そこをしっかりと生産者にアピールしてほしい。そうすることで生産者の意欲も集荷量も増加していくのではないかと。



**関会長**

「最終精算金額のさらなるアピールを」

**松井** 南魚沼産コシヒカリの需要が多く、生産者としても嬉しい限り。日本人のコメ離れが進むなかで、産地として消費者の期待に応えられるものを生産していかなければならない。また、

消費者に誤った情報が広がらないよう初心を忘れず生産していきたい。



**松井部会長**

「消費者ニーズにあった生産を」

**外谷** 塩沢地区では、昨年比で5割減特別栽培米の生産面積が増加している。年々、J Aの協力体制が強化されており、今年度はしおざわカントリーで特裁米の受け入れが可能になった。非常にありがたい、生産者に周知・浸透すればさらに生産量が増えるのではないかと考えている。



**外谷部会長**

「今後も柔軟な協力体制を望む」

**南雲** 品質がよくない年が続き、若手生産者は戸惑いをみせている。また、コシヒカリ以外の品種についても様々な情報があり困惑している。パルシステムには、南魚沼が別品種を生産した時の受け止められ方を聞いてみたい。様々な銘柄が登場するなかで、「南魚沼産コシヒカリ」の意義を確認したい。そして、J Aには品種や晩期栽培など生産管理についての考え方を改めて聞かせてほしい。



**南雲委員長**

「改めて南魚沼産コシの意義を問う」

**佐野** 「南魚沼」というブランドであればコシヒカリで勝負すべき。「南魚沼ブランド」という付加価値を高めていくべきと考える。



**井口組合長**

「ブランド維持に向け生産者と協力を」

**井口** コシヒカリの生産を継続するべきと考える。

また、品質は気象に影響されるところが大きいが、それはリスクとしてふまえて、様々な取り組みをしていかなければならないと捉えている。コシヒカリの「南魚沼ブランド」を維持するためには、生産から販売まで一貫して生産者とJ Aが協力していくことが重要だと考える。

**駒形** 新之助やこがねもちといった選択肢もあるが、コシヒカリの需要が満たされていない現状がある。まずはそこを確実に満たしていかなければならない。



**和田専務**

「自己改革によって地域の活性化へ」

**和田** 今後、J Aは「農業者の所得増大」と「農業生産の拡大」を通じて、地域の活性化をめざし進んでいく。令和六年度から始まる第二次中期経営計画では、これまでの実践事項を土台にして、さらなる地域の活性化につなげていきたい。そして、園芸振興に向けた営農施設整備や支店を中心とした組合員とのつながりの強化に注力していきたい。組合員のみならずにご指導いただきながら着実に取り組んでいきたい。

お忙しい中、ご出席ありがとうございました。





# JAみなみ魚沼で 資産運用・資産形成を はじめてみませんか



「人生100年時代」—最近、そんな言葉を耳にする機会も増えてきましたね。また、超低金利時代や年金制度への不安もある時代。資産運用の第一歩は、お手持ちの資産を目的に応じて使い分けることです。



そもそも、資産運用・資産形成ってどういうこと？

資産運用は、すでに持っている資産を運用し、効率的に増やしていくこと。  
資産形成は、子どもの教育費や老後の生活費など、将来のために資金準備を始めることです。



営業課  
我田 淳子



どうして必要なの？

お金を取り巻く環境として、①物価の上昇で家計の負担が増えていることと、  
②長引く低金利が挙げられます。これまでのようにお金を増やすことが難しくな  
ってしまった今、資産運用が注目されています！将来のための資産づくりとして、  
NISAで資産運用・資産形成をしてみてもはどうでしょうか？



NISAって投資だよね？なんだかギャンブルのようなイメージが…

投資には常に「リスクとリターン」という関係があります。「リスク=危険」のイ  
メージがあるかも知れませんが、投資の世界ではリスクとは「収益の変動幅」を  
意味します。投資を始めるにあたっては、このリスクとリターンの関係、「投資」  
と「投機」の違いを理解することが大切です。

	投 資	投 機
保有期間	長期で保有する	短期で売買を繰り返す
利益	複利のチカラでゆっくり増やす	一発当てにいく
リスク	一定の水準にコントロールする	利益を得るためにリスクは大きくとる



なるほどね。NISAのこと、教えて！

NISA（ニーサ：小額投資非課税制度）とは、国民の資産形成を応援する**国の  
税制優遇制度**です。通常の証券総合口座の投資では20.315%の税金（復興特  
別所得税を加味）がかかるのに対し、NISA口座での投資ではそれらの**利益に  
税金がかかりません**。投資をするなら、ぜひ利用したい仕組みです。2024年か  
ら新しい制度になりますので、左ページでポイントを押さえておきましょう！





# 2024年から新NISA制度がスタート

一般NISAは2023年までの期間限定として始まりましたが、税制改正によって2024年に「新NISA」として生まれ変わります。

## 現行NISA制度と新NISA制度の違いは？

比較項目	現行NISA（2023年まで）		新制度（2024年1月～）	
	つみたてNISA	一般NISA	つみたて投資枠	成長投資枠
口座開設期間	2023年まで		恒久化	
非課税保有期間	20年	5年	無期限	
両制度の併用	どちらか一方		併用可	
年間投資上限枠	40万円	120万円	120万円	240万円
非課税保有限度額	800万円	600万円	買付残高 1,800万円 買付残高 1,200万円 （成長投資枠のみ利用の場合）	
対象年齢	18歳以上*		18歳以上*	
対象商品	長期の積立・分散投資に適した一定の投資信託 上場株式・投資信託等		現行の つみたてNISA 対象商品と同様	上場株式・投資信託等 ① 整理・監視銘柄 ② 信託期間20年未満、毎月分配型の投資信託及びデリバティブ取引を用いた一定の投資信託等を除外

POINT

1

### 非課税期間が無期限化

これまで、つみたてNISAが20年、一般NISAが5年と非課税期間が限られていましたが、**新NISAでは無期限**となりました。加えて**制度の使える期間が恒久化**されたため、いつでも始めることができ、ロールオーバーの手続きも不要です。現行制度よりもさらに長期・積立投資による継続的な資産形成が可能となりました。

※ロールオーバーとは、非課税保有期間が終了した際に、NISA口座で保有している金融商品を翌年の年間投資枠に移行(移管)することをいいます。

現行 NISA	つみたてNISA	最長20年	→	新 NISA	つみたて投資枠	無期限
	一般NISA	最長5年			成長投資枠	

POINT

2

### 年間投資上限額が増加

新NISAでは**つみたて投資枠（年間120万円）と成長投資枠（年間240万円）が併用可能**となり、合わせて年間360万円まで投資することができます。

どちらか一方			→	併用可		
現行 NISA	つみたてNISA	年間40万円		新 NISA	つみたて投資枠	年間120万円
	一般NISA	年間120万円			成長投資枠	年間240万円

POINT

3

### 生涯非課税限度額が拡大

新NISAでは新たに買付金額ベースで**最大1,800万円（成長投資枠のみは最大1,200万円）の生涯非課税限度額**が設定され、売却した場合は買付金額分の枠が翌年復活します。つみたて投資枠だけで生涯投資上限枠(1,800万円)を使いきることも、成長投資枠(1,200万円)だけを利用することも可能です。

現行 NISA	つみたてNISA	最大800万円	→	新 NISA	つみたて投資枠	最大1,800万円
	一般NISA	最大600万円			成長投資枠	（成長投資枠のみは最大1,200万円）

お問い合わせは…六日町支店…772-2341  
浦佐支店…777-3181  
湯沢支店…785-5311

六日町中央支店…788-1359  
塩沢支店…782-1175  
本店資金運用課…772-3460



# みなみニュース

pick up

## 鮮やかなほうきを製作



11月下旬、四季  
味わい館では、花壇  
のコキア（別名：ほう  
き草）を刈り取り、ほう  
きを製作しました。昨  
年は出荷者だけで行  
いましたが、今年は一  
般参加も呼び掛け、11名で取り組みました。赤く紅葉  
したコキアからタネを除き、奮闘しながら各自の自慢の



ほうきが完成  
しました。素  
敵ですね！



世界に1つだけの  
ほうきが完成！

## 検診後のアフターフォロー



11月下旬、人間ドックおよび脳ドックのア  
フターフォローとして健康教室を開催しました。  
南魚沼市は、国や県と比較して脳血管疾患の罹  
患率が高いそうです。講師からは、高血圧や高  
血糖値などの危険因子を減らすためには、幼少  
期からの塩分摂取量に気を付けることが大切だ  
と講話がありました。今後も組合員の健康とく  
らしを支援していきます。



塩分摂取量に気を付けましょう

## 農業の知識と技術の向上へ



11月下旬、農業アカデミーの修了式が行わ  
れました。農業アカデミーは、園芸や稲作につ  
いて基礎から学べる講習会で、季節ごとに、稲  
や野菜の成長に合わせた作業を実際に確認し、  
自分の作物と比較できることが利点です。今年  
度は延べ100名から参加いただき、最終回の  
修了式では、6名が皆勤賞を受  
賞しました。参加者からは「農  
作物の病気や異変が発生した場  
合に対応策などのアドバイスを  
すぐにもらえる身近な講座」と  
好評でした。



皆勤賞のみなさん





## 日頃の感謝を込めて



12月上旬、日頃の感謝の気持ちを表すため、六日町中央支店・浦佐支店で支店感謝デーを開催しました。期間中にご契約いただいた方にはポインセチアをプレゼントしました。また、りんごやみかんの詰め放題と生切りもちの販売も行い、喜んでいただきました。



笑顔が集まる日となりました

## バケツ稲栽培の成果を発表



12月上旬、西五十沢保育園でお遊戯会が開催され、年長児がこれまでバケツ稲で栽培してきたコシヒカリについて発表しました。同園の保育士だけでなく園児も積極的に稲のお世話をし、大事に育ててきました。お遊戯会では、種籾から収穫・脱穀までの流れをまとめたパネルをそれぞれが持ち、「全部で1817粒できました」と誇らしく発表しました。



とても立派な発表に感動です



## 収穫の喜びと感謝を伝える



11月下旬、中之島小学校5年生は、保護者や米づくりに携わった関係者などを招き、収穫感謝祭を開きました。児童は「きぼう米」と名付け、田起こしから収穫まで一連の作業を行い、JAも共に稲の成長を見守ってきました。収穫祭では、一人ひとりがコメについて興味のあることを丁寧に調べ発表しました。「きぼう米」をおにぎりにして全員で試食すると、「美味しい!」と笑顔が生まれました。



興味のあることを一生懸命、発表しました



## 今月のイチオシ 冬菜（とう菜）

# 耳より直売所情報

JAみなみ魚沼の直売所  
「四季味わい館」と「あぐりぱーく八色」の  
名物店長が、新鮮で耳よりな情報と  
旬な食材を交互で紹介いたします！



### 渡辺店長よりお客様へ一言

今月のおすすめは『冬菜（とう菜）』です。冬菜は「とう菜」や「唐菜」など書いている場合がありますが、春に花が上がってくる茎、いわゆる「とう」の部分を食べるので『とう菜』の方が、わかりやすいかもしれませんね。

『とう菜』は、県内各地で自家採種・選抜されてきたため、それぞれの地域の名前がついたものが多く、総称となっています。（女池菜・小針菜・五月菜など）

全国的にも有名な、南魚沼管内の『大崎菜』は300年以上前から栽培されている伝統野菜です。厳しい冬の寒さの中でじっくりと育つことで甘みが増し、ほのかな苦みと香りが特徴です。おひたしや煮物はもちろん、油との相性も抜群で炒め物にもおすすめです。

私たちが  
出荷しています！

ぜひご賞味  
ください！



馬場さん



星野さん

ご紹介した出荷者以外にも多数の方が出荷しています。

### イベント 情報

12月23日土・24日日  
年末大感謝祭

ガラポン抽選、ながのりんご詰め放題、  
みかん詰め放題  
焼き芋販売・生切り餅の特売



### 年末年始の 休業日

12月31日（日）～令和6年1月4日（木）まで休業となります。  
1月5日（金）【初売り】紅白まんじゅうの無料配布予定！

## 農畜産物直売所 あぐりぱーく八色

〒949-7302 南魚沼市浦佐5147-1 TEL.025-788-0253

《営業時間》12月1日～4月30日 10:00～17:00 《定休日》毎週木曜



イベント情報やお得な情報は  
随時フェイスブックに掲載して  
いきますのでご覧ください。







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！



JAみなみ魚沼  
管理栄養士  
関 奈美子

## 冬菜と麩の煮びたし

今月は、冬菜と車麩を使った簡単な副菜をご紹介します。車麩は下味をつけてから炒めます。冬菜は、さつと加熱してきれいな緑色を残します。

是非、伝統的な地元野菜を食事に取り入れて頂き、旬の味を楽しんで下さい。



《今月の主役食材》

### 冬菜

《主な効能》

風邪予防効果、骨粗しょう症予防効果、免疫力向上効果、高血圧予防効果等

●エネルギー 75kcal

●塩分 0.5g



### レシピ

#### 材料

- ・冬菜……………200g
- ・カット車麩……………15g（6個）
- ・醤油……………4g（小さじ1弱）
- ・砂糖……………3g（小さじ1弱）
- ・酒……………5g（小さじ1）
- ・生姜……………1かけ
- ・ごま油……………12g（大さじ1）
- ・乾燥わかめ……………3g
- ・醤油……………5g（小さじ1弱）
- ・めんつゆ（3倍濃縮）…5g（小さじ1弱）
- ・酒……………15g（大さじ1）
- ・みりん……………3g（小さじ1弱）
- ・かつお節……………3g（飾る用含む）
- ・水……………適宜

#### 作り方

所要時間20分

1. 冬菜は、一口大に切る。生姜はおろす。麩とわかめは各々別容器に入れて水でもどす。
2. もどした麩は、一口大に切り、水を絞りAに漬ける。フライパンにごま油を入れて漬けた麩と水気を絞ったわかめを入れ、弱めの中火で炒める。
3. 冬菜は、沸騰したお湯でさつと茹で、ざるにあける。お湯をかるく切ったら2に加える。飾り用のかつお節を残したBを加え、煮る。
4. 3を器に盛り付け、飾り用のかつお節を盛り付ける。

#### 調理のポイント



・麩とわかめ、冬菜を炒める際は、水分が飛びやすいのでやけどに注意して下さい。



# 今は昔は今

## (58) 「柿をむく」

干し柿はゴク好きなクイモンではなかった。正月元日、チンジョサマにお参りして帰ってきてのお茶。そのチャグアシ（茶菓子）。ハガタメだ、食うもんダスケ食え、といわれた。そういうもんか、ギョウ（行？）ならしかたないと食っていた。買った菓子などにくらべれば、はるかに魅力がなかった。しかし年をひろつてくると、なかなかつかしいクイモンになつてくるから不思議だ。

今では干し柿もつくる。なつた柿をモザモザ鳥のエサにするのはもったいない。ほぼ手間だけでできるのもビンボー人にはありがた。薪ストーブのおかげで干すのをソクネルこともなくなった。

その柿をむいていた。今年は百何十。イッポずつむいていく。そうしかできない。はじめは果てしなく時間がかかる気がする。むく前にそれにおじけづく人もいるだ

ろ。はてさてどのくらい時間がかかるものか。計ってみるとだいたい一個3〜40秒くらい。なんだかんたんで2時間もあれば終わる計算。しかし機械でない人間だし、お金もらうための仕事じゃないから、かかりつきりというわけにもいかない。いろいろ雑事がくる。それをかたづけ、せいぜい一所懸命むく。夜なべ（なんで鍋？）もする。

しているうちに皮むきの手の動きが、

板前修業を始めた頃、大根のカツラムキをしたのを思い出させた。

人より遅れて修業を始めたので早く追いつかなければならなかった。調理場から大根を無断でもらつて、住みこみの宿舎で酒を飲む先輩のツマミになってからかわれたり、手本を見せてもらった（魔法のようだった）りしながら練習した。



それが親方にバレてオツツアれた。バカヤロ、むいたのをブチャラないでエンソ（まかない）に使い。やさしかった。出入りの八百屋の大将にもきこえて、できるまでおれが大根をくれてやる、といわれた。おかげでなんとかなつた。と

くに関係ない若僧にこの親切。有難く忘れられない。

板前は薄刃という、野菜用の庖丁でむく。片刃で菜切り包丁のような形。はじめはなかなか長く平均に薄くはできない。ぎこちないし、よいけない力がはいっている。右手の親指は刃の上、

目と指の腹で薄さを感じながらむく。しかし指を切るようでなかなかできなかった。おっかない。「刃の横じゃない、上で指が切れるわけないだろう」といわれた。リクツはわかるが手がユーことをきかない。庖丁は横に押すのでは

なく、ブレないように上下に動かす、左手のオクリによつてむく。それでむいた大根にテリも出る。数をこなしているうちになんとなくなってくる。しかし先輩のように初めから終わりまで大根がカンペンな円筒形にはなかなかならなかった。でもいつか意識せずにできるようになつた。庖丁が体の一部のようになつた。

吸い物や煮物の薄い汁の味つけもむずかしかった。先輩のを吸えばうまいとはわかる。しかし自分で味つけをすると、あと何をどのくらいたせばいいのかわからない。先輩に味をみて直してもらうといい味になつている。これも魔法のように思えた。味のことを板前はアタリというが、自分でして味が決まるとまさに「当たり！」という感じ。モヤモヤがはれてピントが合う。

とか何とか、昔を思い出してゐるコマにもカツラムキが身についた手はイゴイテくれて、柿ムキをオヤシタ。皮は定法通り、干して沢庵に入れた。

（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をご紹介します!!

## 青年部

### 令和5年度 南魚沼産コシヒカリ食味コンテスト開催

#### 最優秀賞 笛木 正則さん

令和3年から開催し今年で3回目となった同コンテストには、管内の生産者から47点が出品され、一次・二次審査を経て最終審査に5組の生産者が進みました。11月19日に開催された最終審査では、五ツ星お米マイスター2名を含む7名の審査員によって食味官能審査が行われました。また、今回初の試みとして、二次審査と最終審査に直売所への来場客等、計150人を対象とした試食審査を実施し、一般消費者にも審査にご協力いただきました。来場したお客様からは「どれも美味しかったが、コメによってこんなに違いがあるなんて驚いた。審査はすごく悩んだ」との声がありました。



最優秀賞を受賞した笛木さん



受賞したみなさま

厳正な審査の結果、笛木正則さんが最優秀賞を受賞しました。笛木さんは「最終審査に残っただけでも驚いたが、まさか最優秀賞を受賞できるなんて信じられない。非常に嬉しくて今後の励みになる」と話しました。

青年部では、今後も南魚沼産コシヒカリのPRや良食味米生産を目的とした活動に取り組んでいきます。



一般試食審査の様子

成績	氏名
最優秀賞	笛木 正則
優秀賞	株式会社でんべえ 株式会社こまがた農園 株式会社 Qzaemon 株式会社神立リゾート

(順不同・敬称略)

## 女性部

### 笑顔の絶えない4日間ー素敵な思い出がたくさんー

女性部では、11月17日～20日にかけて新潟県JA女性組織協議会創立70周年記念旅行「ナニワ吉本新喜劇と、いも一れ奄美大島4日間の旅」に行ってきました。今回は5JA合同で、当JAからは26名の参加がありました。

1日目の大阪では、吉本新喜劇で漫才を楽しみ、道頓堀で食い倒れ!! 笑って食べて楽しい大阪nightを楽しみました。奄美大島で皆さんが楽しみにしていたカヌー体験では、思うよう進まず笑い声と叫び声がマングローブの森に響き渡っていました。伝統文化・芸能に触れ、地元の方、参加した他のJA女性組織の方々と交流を深め、終始笑顔の絶えない旅となりました。



## フレミズ

### クリスマス待ち焦がれて 料理教室開催

12月9日、あぐりぱーく八色調理室にて親子3組8名でクリスマス料理を学びました。メニューは「シュトーレンとロール白菜」です。シュトーレンは、クリスマスまで少しずつ切って食べ、味の変化を楽しむお菓子です。参加者は「シュトーレンを食べながらクリスマスを待つのが楽しみ」と話してくれました。



親子で協力してロール白菜を作りました



# みなみの掲示板

## 年末年始のＡＴＭ稼働状況について

事業所別	月・日	12月30日 (土)	12月31日 (日)	1月1日 (月)	1月2日 (火)	1月3日 (水)	1月4日 (木)
六日町支店		9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	8:00～20:00
六日町中央支店		9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	8:00～20:00
五十沢ＡＴＭ		9:00～17:00	非稼働	非稼働	非稼働	非稼働	8:30～18:00
城内ＡＴＭ		9:00～17:00	非稼働	非稼働	非稼働	非稼働	8:30～18:00
大巻ＡＴＭ		9:00～17:00	非稼働	非稼働	非稼働	非稼働	8:30～18:00
浦佐支店		9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	8:00～20:00
藪神ＡＴＭ		9:00～17:00	非稼働	非稼働	非稼働	非稼働	8:30～18:00
大崎ＡＴＭ		9:00～17:00	非稼働	非稼働	非稼働	非稼働	8:30～18:00
東ＡＴＭ		9:00～17:00	非稼働	非稼働	非稼働	非稼働	8:30～18:00
石打ＡＴＭ		9:00～17:00	非稼働	非稼働	非稼働	非稼働	8:30～18:00
塩沢支店		9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	8:00～20:00
はりまやナッツ店		9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	8:00～20:00
中之島ＡＴＭ		9:00～17:00	非稼働	非稼働	非稼働	非稼働	8:30～18:00
上田ＡＴＭ		9:00～17:00	非稼働	非稼働	非稼働	非稼働	8:30～18:00
湯沢支店		9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	9:00～19:00	8:00～20:00

◎キャッシュカード、通帳等の紛失・盗難の場合…ＴＥＬ．０１２０－８８７－２３９

◎ＪＡカードの紛失・盗難の場合…ＴＥＬ．０１２０－１５９－６７４

お問い合わせ…最寄りの支店または金融共済部金融課(TEL. 772-3460)



## 座りながら健康チャレンジ!

冬は運動量が減ったり、おいしい料理やお酒を飲む機会が増えて摂取カロリーも多くなり、「冬太り」しやすい季節ですが、実は「痩せやすい」季節でもあるのです。外気温が低いと、内臓や筋肉などを寒さから守ろうとして多くのエネルギーを発生させるため、少しの運動でもダイエット効果が期待できます。

オススメは下半身のストレッチ。椅子等に浅く腰かけて、両足のつま先をグッと上げ、戻したら次は両足のかかとを上げます。これを１０回ほど繰り返します。つま先を上げる際に指先グーパーを加えるとより効果的です。ストレッチは血流を改善し、老廃物の排出を促します。さらに下半身の筋力アップで、むくみが起きにくい体になります。

コタツで温まりながらストレッチをして、年末年始を健やかに過ごしてください。

## 旧大崎支店および倉庫解体終了のお知らせ

この度、旧大崎支店等（土地）の流動化・有効活用に向け、旧大崎支店および倉庫の解体工事が終了しましたのでご案内いたします。

工事期間中は何かとご迷惑をおかけしましたが、皆様のご理解のもと無事終了となりました。大変ありがとうございました。



## 令和6年度 農業用免税軽油のご案内

J Aでは、令和6年度農業用免税軽油の代行申請を行っております。新規で申請を希望する方、または、変更がある場合は届出が必要になりますので、以下までご連絡いただきますようお願いいたします。なお、昨年申請している方については案内を送付いたします。

○申請締切 令和6年1月25日(木)

お申し込み・お問い合わせ…石油センター(六日町・大和地区) TEL. 788-1373  
石打スタンド(塩沢・湯沢地区) TEL. 783-2865

### 変更による届出が必要な場合

- ①住所・氏名が変更になった方
- ②農作業の受託をされている方
- ③免税軽油の使用を止める方
- ④農業機械(トラクター、コンバインなど)を入れ替えた方  
(販売店から販売証明が必要です)

## セルフ六日町スタンドスタッフ募集!

○勤務場所 セルフ六日町スタンド(南魚沼市四十日2819)

○募集人員 1名

○勤務開始 令和6年4月より ※詳細についてはQRコードにて確認願います。



お問い合わせ…経済部燃料課 TEL. 788-1373

募集要領はこちらから

## 農業者年金のお知らせ

組合員の皆さま、実は“農業者のための年金”があることはご存知ですか? 知らないと損です!!

### 5つの メリット

- その1. 農業者であれば幅広く加入でき、老後を最後までサポートする終身型
- その2. 社会保険料の全額控除で大きな節税効果
- その3. 自分で保険料を選択できるため、いつでも見直しが可能
- その4. 条件を満たすと、月額最大1万円の国庫補助
- その5. 少子高齢時代に強い積立方式・確定拠出型

### 便利に なった 3つの ポイント

- その1. 若い農業者が加入しやすいよう保険料が引き下げられました
- その2. 農業者年金の受給開始時期の選択肢が広がりました
- その3. 農業者年金の加入可能年齢が引き上げられました

未加入の方は、ぜひこの機会にご検討ください。

農業者年金に関する内容やご相談等につきましては、最寄りの支店へお問い合わせください。

## みなみ魚沼ワラ工部会 新会員募集講習会開催のお知らせ

「ワラ工部会」は稲わらを加工して「メ縄」を生産するグループです。新たに会員を募集するにあたり、体験会を兼ねメ縄の作り方の基本を学べる講習会を下記により全3回にて開催しますので、大勢の皆さんのご参加をお待ちしています。

日時: 1月17日、24日、31日(水) 午後2時より(90分程度)

会場: 浦佐支店 2階大会議室(住所: 浦佐5130-1)

持ち物: 不要(左利きの方のみ、左利き用ハサミ)

締切: 1月15日(月)

お申し込み・お問い合わせ…園芸畜産課(大和) TEL. 777-3180





# みんなの川柳



今月のお題「夢」

・宝くじ買わず当選夢を見る

すずらん

・今宵又夢路辿らむ来し方の

浦佐山伏

・じいの夢孫すこやかに生き抜いて！

ひなじー

・いつの世も夢を持つこと大切だ

ざわちん

・夢に見たあの人に逢えて二度惚れに

五十沢良一

・大当り夢とは知らず寝正月

帛乙女

・夢の中尻しく妻をやり負かす

浦佐桐油屋

・もう一度逢えるのならば夢でもいい

グラン・バア

・初夢見る家族旅行古希祝い

大和新

・夢をもち皆といつしよにはばたこう

こつこばあちゃん

・夢うつ付添う妻に杖の音

五十沢ひさよ

・十代の夢をかなえて今がある

ひまわり

・出つくわす熊と人間無我夢中

ひつじい

・年取つて叶わない夢孫にかけ

五十沢小唄

・世界平和夢であつてはならぬこと

桃太郎

・逝つてから夢も見せずに三月すぎ

あさいち

・今年又財布はたいて夢を買う

ヒマ男

・年重ね私の夢はたつしやでな

ひいばあ

・夢がない本気でさがせば本物に！！

のりすけ

・口ずさむ渥美二郎の夢追い酒

茶々バア

・夢の中トイレを探して目が覚める

竹とんぼ

・夢で会い祖父と祖母への愛通じ

ゴールドライト三世

・爺婆が夢を語れば保たかど

笑われる女

・今年の千支昇り龍の如く夢叶うといね

ゆうわ

・亡き友がたずねて来たり夢の中

澄峰

・万歩計足腰元氣夢を見た

田村 清

・夢でもいい青春時代をもう一度

北のよっちゃん

・夢であれ破壊されたる戦下の街

ゆのばあ

・故里の思い出夢想年の暮

ここ

・宝くじ億万長者の夢をかう

俊坊

・夢美人不思議我が妻現われず

上村 邦夫

・先短かしとおもえばなんでも夢中になり

かたばみの花

・老いの夢ピンピンコロリと手を合わせ

酒町香木奉亭

・この夢を抱いて越えます

うらさめめよし

・夢の中夢で会つて人恋し

むらさき式部

・夢と欲買つて寝て待つ大みそか

三等火

・夢は夢現実を見て生きていく

聖☆おばあ

・ぼくわたしみんなそれぞれゆめがある

しょー

・老いたとて夢を無くさず頑張ろう

カッコ

・今年も大金当たる夢を買います

りん

・いやな夢誰かに言えば救われる

なっちゃん

・夢の中で富士登頂つかれたわ！

あんのいも

・百過ぎて老後の夢を語る祖母

麓の六万爺

・神棚の夢がしぼんだ今年こそ！

昼寝のトラ猫

・コタツ好きコーヒーテレビ夢ごち

八色ボッキー

・居所寝二十歳の私夢の中

城内ばあ

・ステーキだマグロだピザだ夢だった

ゲレーロJr

・あれも夢これも夢かとあきらめた

かつゆ

・今日もまた夢を求めて日が暮れる

よっちゃん

・こたつだし体ポカポカ夢の中

おばあちゃん

・初夢が意に沿わないので二度寝する

五日町の芋爺

・子が幼ない婆ちゃん若い夢でみた

M・T

・夢の中若き思い出末長く

よきい

・人生は粋も甘いも夢のこと

修一子

・孫の布団夢ですつきり世界地図

五十沢京新の星

・戻りたい夢の中では60代だ

キツコバア

・宝くじ夢見ていつも惨敗だ

フクヤマ マサハル

・今日晴れて夢中でやれる好きなこと

スーちゃん

・いやな事アア夢だったばつとする

清堂

・長年の夢の叶うや空の旅

あーちゃん

・忬度にはワハラされる夢を見た

風野又三郎

来月のお題「白」です。たくさんのご応募をお待ちしております。



「輝けみなみ」の表紙の小さなお子さん達の写真にいつも幸せを頂き、有り難いです。これからも、楽しい話題、嬉しい話を取り上げて頂きたいと思い願います。

いっちゃんのママさん

いつも楽しく読んでいます。自分の年齢が時代と共に過ぎてゆくのが、とてもいい思い出となりつつあります。これから冬の寒い時期がやってきますが、風邪等ひかぬ様に体を動かしましょう。

たんぽぽさん

「みなみキッチン」は美味しそうな料理や作ってみたい料理、作り方がわからない料理のレシピがあり参考になっています。レシピを見ながら作った料理は家族が美味しいと言ってくれました。

バニラさん

## みなみの家族



飯塚 結心さん(9歳)

お空のお星さまも飾りの一部みたいで素敵! サンタさんとトナカイさんもかわいいね。



しよーさん(9歳)

おいしそうなドリンクにフライドチキンでクリスマスパーティーが盛り上がりそう!



応募総数62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!!



大竹 瑛菜さん(5歳)

プレゼントがいっぱいで、どれから開けようか迷っちゃう♪何が入っているか楽しみ!



キツコバーさん(82歳)

飾り付けがキラキラ輝いていてきれい♡おしゃれなクリスマスが楽しめそうですね!



うにすけさん(10歳)

窓の外にサンタさんとトナカイさんだ! プレゼント届けてくれてありがと〜!







# 頭の体操

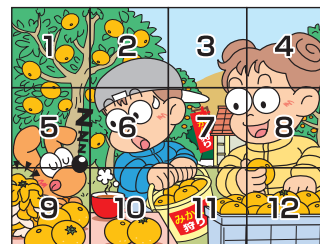
## 間違い探し

応募締切 1月12日(金)

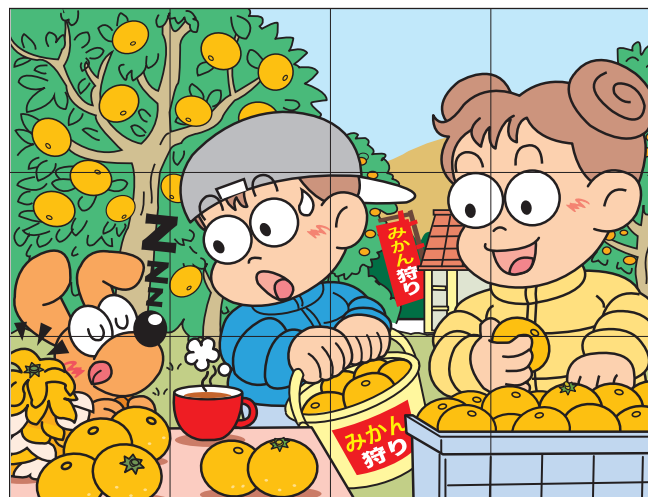
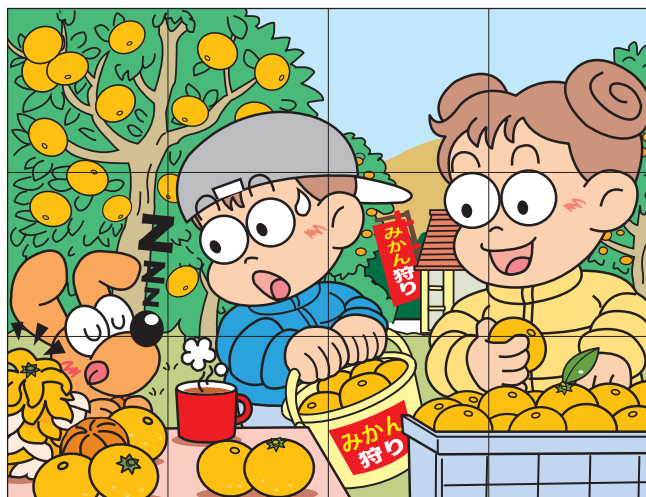
出題・イラスト：酒井栄子



クイズ応募  
QRコード



右のイラストには左のイラストと違う部分が5箇所あります。  
間違っている部分の番号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。



どの味が届くかは、  
届いてからのお楽しみ！

## 今月の当選賞品

グミ 2袋ドライフルーツ1袋  
× 10名様

ニッポシエール  
にっぽん生まれ、にっぽんきもち。



塩沢・湯沢エリア課 樋口 隼人

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

皆さんは「春の七草」の名前をすべて言えますか？  
「セリナズナ／ゴギョウハコベラ／ホトケノザ／  
スズナスズシロ／これぞななくさ」

五・七・五・七・七の音で出来ている短歌のように、  
リズムよく覚えると覚えやすいですね。

毎年1月7日、一年の最初の節句である「人日の節句」に七草がゆを食べると、七草の若芽を食べて植物がもつ生命力を取り入れ、無病息災でいられるようにという願いが込められているそうです。お正月におせち料理やお酒などを楽しんだあとの体を七草がゆでいたわるのもいいですね。（まっちゃん）

## 12月号の 答えと当選者

【答え】シクラメン

1	ク	6	ツ	8	シ	タ	15	ソ	17	コ
2	マ	イ	ゴ				13	サ	バ	ク
						11	テ	ラ		ド
3	シ	チ	9	メ	ン	チ	16	ヨ	ウ	
				10	カ	キ		ビ		
4	ラ	イ	7	ブ		14	キ	リ	18	エ
5	ク	キ				12	セ	メ	ン	ト

【当選者】

ごまあんこさん  
山田 富子さん  
上村 米子さん  
パンダさん  
黒井 優空さん

あ〜ちゃんさん  
高村 喜市さん  
I・Kさん  
ここさん  
ツルカメさん

