

組合員とともに農業・地域の「夢」を実現!!

# ★輝けみなみ

2024  
Feb.

2



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♡

今月の  
特集

**「営農・経済事業の成長・  
効率化に向けて」など**



いいね!  
してね!



JAみなみ魚沼  
HPはこちら



**SUSTAINABLE 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。



## 《東地区 湯谷》

真っ白な世界が広がりました。(撮影日：R6.1.9) 晴れた日は日差しも暖かく、とても気持ちがいいですね。田畑や木々に雪が積もり、青空とのコントラストは、雪国だからこそ楽しめる光景ではないでしょうか。もうしばらく雪を楽しみましょう。



## 目次

みなみの一番星	2
農に生きる	4
特集1 JAみなみ魚沼の課題と 営農・経済事業の成長・ 効率化に向けて	6
常勤役員メッセージ	7
特集2 高齢者福祉事業の今後の 方向性について	8
特集3 キラリと輝く 南魚沼人	10
みなみニュース	12
組合員紹介	14
輝く若者 夫婦うふふ はつらつ元氣人 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「クロスワードパズル」 編集後記	24



五十沢地区  
とうり  
上村 橙莉くん(2才)

お父さん 上村 和也さん  
お母さん 恵未莉さん

### Q. 名前の由来を教えてください。

「橙」の色が好きで、この漢字に明るく健やかなイメージがあったので使いました。「莉」は母親から1文字もらいました。

### Q. どんなお子さんですか。

家ではひょうきんですが、外では慎重派で、そのギャップが可愛いです。

### Q. ハマっているものを教えてください。

電車がオタク並みに好きです。プラレールで遊ぶときは駅越しに電車を眺めたりするなど、画角にもこだわりを持って遊んでいます。

### Q. 好きな食べ物を教えてください。

基本的に何でも食べます。なかでも、ラーメンはお気に入りのお店があるくらい好きですね。

### Q. ご両親からお子さんに向けて一言

これからも優しく元気に育ってね！いっぱい電車を見に行こうね！





# 南魚沼の 風景を 楽しむ



## Information

### 車検はお早目のご予約を!

満了期日のある「車検」につきましては、前回のデータをもとに事前に「車検満了のお知らせ」をお届けしております。2月～4月は作業の集中と混雑が予想されており、急な対応をお受けできない場合もございます。早めのご予約・お申し込みをいただきますよう、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

令和6年7月予定  
**新・車両センター OPEN!**

本店隣接地(美佐島地内)にて建設中!



お問い合わせ…車両センター・オートパル TEL.782-0085



# 産法人 クテック

## 農に 生きる

Happy farming life



### 《上田地区》 有限会社アークテック

左) 代表取締役 <sup>いちろう</sup> 佐藤 一郎さん(69)

好きなこと：ビールを飲みながら、昔の  
フォークソングを聞くこと

右) 佐藤 <sup>かずや</sup> 一也さん(38)

好きなもの：ラーメン、仲間と飲む酒

#### 《社名の由来》

意味はおおまかに「北極」。北極は地球の中心とことから、地域の農業の核となれるようにと思い、命名しました。

#### 《経営規模》

コシヒカリ 15ヘクタール(うち5割減栽培米 3ヘクタール)  
こがねもち 2ヘクタール

#### 《JAへひとこと》

地域農業の将来をしっかりと考えて行動に移してください。営農に携わる職員を増やし、現地を回ってもらいたいです。農家をリードするJAであってください。



「就農したきっかけを教えてください。」

一郎 父の手伝いはしていました。平成18年に仲間と有限会社アークテックを立ち上げ、専業農家になりました。今は息子と2人で経営しています。

一也 30才頃に体調を崩し、リハビリ的に手伝い始めたのがきっかけです。身体の動く範囲から始めて今に至ります。

「大変なことは何でしょうか。」

一郎 草刈りですね！昨今の気象状況では地獄を見るような作業です。





農業生

(有)アーテック

# 農業の未来を考える

一也 今のところは不自由なくできていますが、  
しいて言えば、休みがないのが辛いですね。

Ｊ 楽しい作業を教えてください。

一也 田植え機やトラクターなど、農機に乗って  
作業するのが好きです。細かな技術は教えてもら  
いましたが、あとは「乗って覚える」というスタ  
イルだったので、自分なりにコツを掴みました。

Ｊ 今後の目標を教えてください。

一郎 米作りは天候に影響されるところが大きい  
ので、昨年のような異常気象は辛かったですね。  
何とか平年並みのことが出来ればありがたいと思  
っています。

一也 私も父と同じで、生活が成り立つ農業がで  
きばいいと思っています。農業環境が厳しいな  
か、今後、どうなっていくのかは難しいところだ  
す。私たちは肅々と美味しいお米を作っていくだ  
けです。

(ＪＡから)

(有)アーテックさんは、上  
田地区に加えて六日町地区の  
ほ場も管理されています。社  
名の由来にもあるように地域  
農業の中心となる担い手です。  
お困りごとがあれば、いつで  
もご相談下さい。一緒に解決  
していきましょう！



営農指導課  
小野塚 正和



# JAみなみ魚沼の課題と 営農・経済事業の成長・効率化に向けて

政府はJA版早期警戒制度を改正し、系統金融機関としての早めの経営改善を促すため、令和4年度から監督官庁のモニタリング等が開始されました。これにより、各JAでは収支シミュレーション・事業計画等の見直しや具体的な効率化戦略が求められることとなりました。

また、従来から信用・共済事業の黒字で全体収支を補うJAが多数を占めていましたが、JA経営が厳しさを増す中、赤字部門の放置は健全な運営を著しく阻害するため、収支構造を分析しながら、組合員とJA双方が危機意識を持って事業の必要な見直し・改善に着手していかねばなりません。

## 定量分析からみるJAみなみ魚沼の概況

### 財務分析

1. “稼ぐ力”の源泉である事業総利益が低下傾向
2. 事業総利益の落込みを事業管理費圧縮により対応
3. 営農・経済部門は赤字が常態化

- ・合併以降、純損益段階で平均約293百万円の損失を計上
- ・昨年度の管理会計単位：36部門中20部門（福祉含）が事業利益段階で赤字状態

アグリセンター六日町・湯沢、農機センター六日町・大和、  
園芸、畜産、あぐりぱーく八色、保管、育苗、種菌、  
カントリーエレベーター六日町・大和・しおざわ、  
六日町スタンド、石打スタンド、オートパル、虹のホールしおざわ、  
なの里あいあい、ほなみの里、居宅介護支援事業所

### 成行分析

4. 何も対策を講じない場合…

令和8年度の事業利益はさらに**マイナス99百万円**（試算）

単位：百万円

	令和6年度	令和7年度	令和8年度
事業総利益(A)	3,772	3,683	3,615
内 信用・共済	1,700	1,630	1,561
訳 営農・経済	2,073	2,053	2,053
事業管理費(B)	▲3,714	▲3,714	▲3,714
事業利益(A-B)	58	▲31	▲99
内 信用・共済	412	343	275
訳 営農・経済	▲354	▲373	▲373

営農・経済事業の見直し・改善が必要

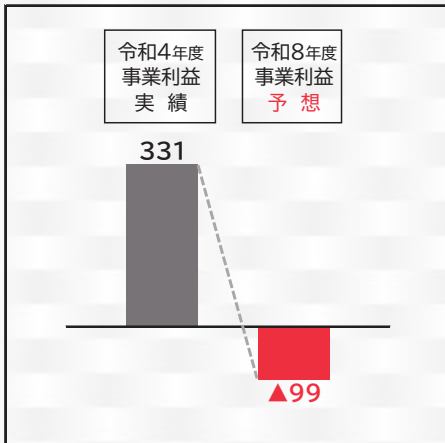


## 今後の方向性

J Aみなみ魚沼では組合員の皆様との対話を重ねながら、営農経済事業における利益体質化と生産性向上に向けた事業管理・収支設計・運営の見直しによって成長・効率化に向けた取り組みを実践していきます。

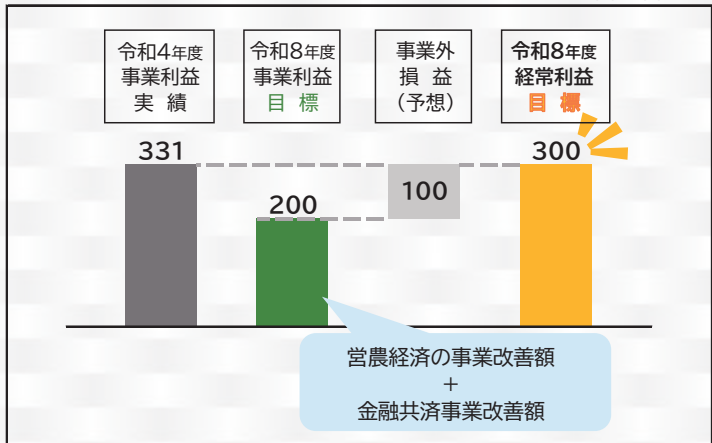
- 【例】
- ・カントリーの適正な施設利用単価設定と稼働率の向上
  - ・八色西瓜の指導体制強化による生産振興とブランド力強化
  - ・直売事業の販売力強化による生産者所得向上と出荷手数料適正化
  - ・農機事業の積極的出向く活動展開とレバレーの改善による収支改善
  - ・車両事業の施設統合を機とした収支改善

何も対策を講じなかった場合



取り組みを実践し改善できた場合

単位:百万円



成長・効率化に向けた取り組みを実践し、収支改善を目指していきます



常勤監事 林 洋一

三様監査とは、「監事監査」「内部監査」「会計監査人監査」の三者を称しています。三者とも役割、監査対象は異なり、監事監査は理事の職務の執行を、内部監査は監査部による職員の業務の執行を、また、会計監査人監査はJAの作成する財務諸表を監査対象としております。

内部監査は、組合長直属で組合内の独立した監査組織として、規定やマニュアルに沿った業務が実行されているかを監査すること、不正の防止や業務の効

常勤役員  
メッセー

### 三様監査について

率化等を実現するために実施します。

会計監査人監査は、外部監査として法的に義務付けられ、JA外の第三者が行う監査でありより評価の信頼性が高いとされる監査です。

監事監査は、「業務監査」「会計監査」の両面から理事を対象とした法令や定款の遵守を監視するために実施されるのに対し、内部監査は、職員を対象とした業務の実態を把握するために実施する点で違いがあります。

三様監査は役割、監査対象は異なりますが、三者が連携することによってそれぞれの監査の効率性・有効性が高まり、JAにとって有益な監査となるよう努めていきます。

今後ともご協力を賜りますようお願い申し上げます。



# 高齢者福祉事業の今後の方向性について

特集2



当JAには「なの里あいあい（大崎地区）」と「ほなみの里（城内地区）」の2つのデイサービスセンターと居宅介護支援事業所（城内地区）があり、行政等関係機関との連携によって管内で高齢者福祉事業を展開してまいりました。

また、これまでの組合員アンケートの結果では、高齢者福祉事業に対する期待や満足度は高く、当地区内で必要とされる事業であることが伺えました。

## 設置の沿革・経緯

- 平成8年 『デイホームみよう（東地区）』を開設  
※旧大和町からの依頼にて、旧JA新潟大和町が県助成事業を導入
- 平成10年 新施設取得（幼稚園購入によるリフォーム）
- 平成12年 『なの里あいあい』を開設（定員：35名）  
※JA合併後の介護保険法の施行（2000年）に合わせる形
- 平成14年 『ほなみの里』を開設（定員：35名）  
※既設建物を使用
- 平成15年 『居宅介護支援事業所』を開設

## 施設の現状

※設備に関しては耐用年数を超過しており、一部では修理部品も無い状況にあります。

	なの里あいあい	ほなみの里
土地	南魚沼市との賃貸借契約（賃借料：無償）	城内地区組合員との賃貸借契約
建物	旧大和町より購入 昭和48年新築（築50年） 416.48㎡ ※平成10年取得・改修、平成13年一部増築	城内地区組合員との賃貸借契約 昭和55年新築（築43年） 595.68㎡ ※平成13年改修
建物の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・フロア床の傾き</li> <li>・壁面のひび割れ</li> <li>・外周のひび割れ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・屋根老朽化</li> <li>・地盤沈下（建物後方の畑に影響あり）</li> <li>・盤面のひび割れ</li> </ul>
設備の課題※	<ul style="list-style-type: none"> <li>・厨房設備の老朽化</li> <li>・フロアエアコンの動作不良</li> <li>・利用者用ベッドの老朽化</li> <li>・送迎車両の老朽化（毎年複数回修理）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・浴室設備の老朽化</li> <li>・利用者用ベッドの老朽化</li> <li>・送迎車両の老朽化（毎年複数回修理）</li> </ul>

【課題】  
施設の老朽化  
職員確保等

現状2か所での  
運営は困難

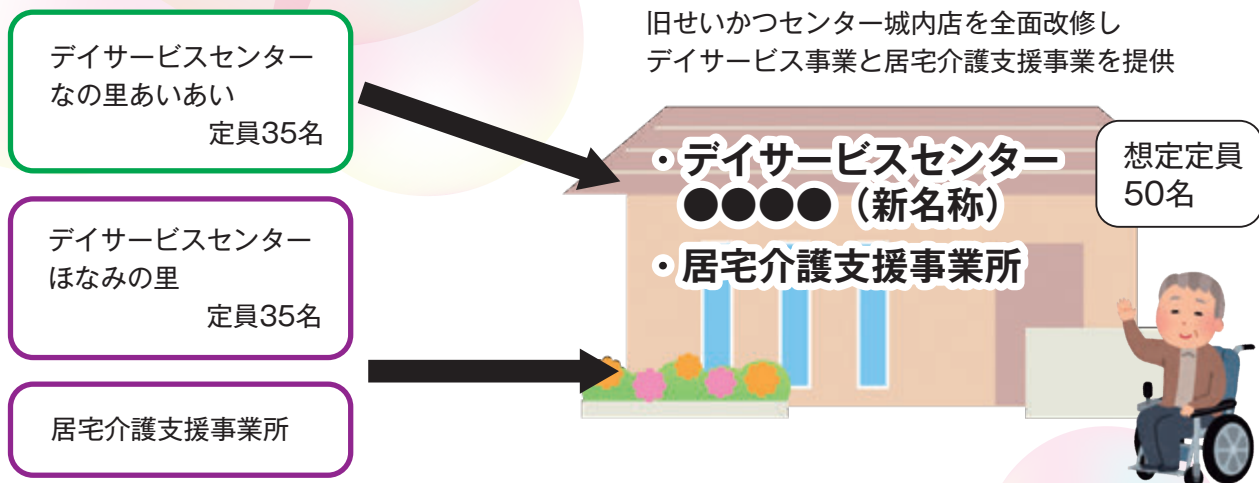
運営体制の  
見直しが急務



## 今後の方向性について

### (1) 施設の集約

- ・これまで2か所で運営してきたデイサービスセンターを1か所に集約する計画です。
- ・旧せいかつセンター城内店の全面改修を計画しており、改修終了後に集約する予定です。
- ・今後、デイサービスセンターの新名称を公募する予定です。

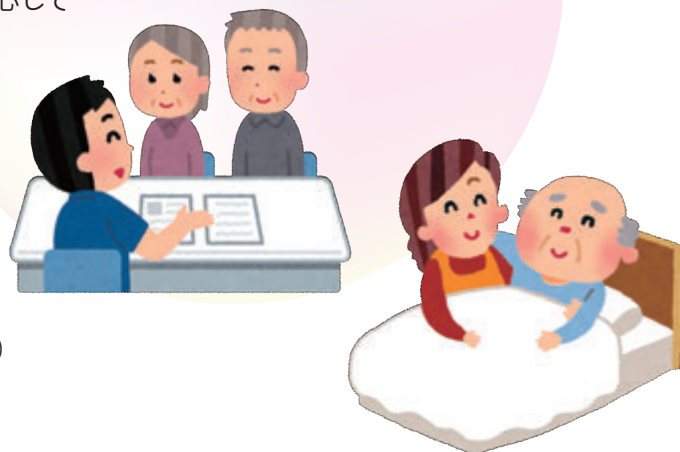


### (2) 今後の展開(計画)

これまでの運営理念(※)と管内で果たしてきた高齢者福祉事業の役割や課題への対処を踏まえ、引き続き、継続的に高水準な福祉サービスを提供するため、施設集約と事業規模縮小による運営体制を構築し組合員・利用者(家族含む)のニーズに応じていきます。



(※) 運営理念：「組合員・地域住民が住み慣れた地域で安心して暮らせる地域社会づくりを目指す」



### (3) 今後のスケジュール予定

令和6年3月	地区別座談会(組合員向け)
〃 4月	地区別総代懇談会
〃 5月	第6回通常総代会
〃 6月	改修工事着工(約6か月程度)
令和7年1月中旬	完成・引き渡し
〃 2月上旬	デイサービスセンター●●●●オープン





# キラリと輝く 南魚沼人

南魚沼には日本や世界に誇る優れた成績を修めた方たちが多くいます。  
今回は、2つのコンクールで優れた成績を修めた方たちをご紹介します！



## 第25回 米・食味分析鑑定コンクール《国際大会》

米・食味分析鑑定コンクールは国内外最大のお米の国際コンクールで、安全性や良食味を求めて「良質な米作り」に日々精進する生産者の支援と、それを認めることを目的としています。食味計を使った審査、味度計を使った審査を経て、審査員の食味による最終審査があります。12月上旬に津南町で最終審査が行われ、5,000点を超える応募の中から、国際総合部門で五十沢地区の桑原真吾さんが見事金賞を受賞しました！

### 国際総合部門



金賞

桑原農産

桑原 真吾さん (品種：新之助)

地元の新潟県で開催ということもあり、新潟県のお米である「新之助」で金賞を獲りたいと強く思っていました。前回の金賞受賞時はコロナ禍でオンライン開催だったので、今回初めて会場で名前を呼ばれ、素直に嬉しかったです。

新之助の知名度はまだまだ高いとは言えないので、さらに広めていきたいです。令和6年も金賞連続受賞を狙います！



特別優秀賞

農業法人株式会社かどや

外谷 志津夫さん (品種：コシヒカリ)

株式会社こまがた農園

駒形 宏伸さん (品種：コシヒカリ)



最終審査会場にて  
受賞発表時の様子



### 大型農業法人部門 〈50ha以上〉



金賞

有限会社笠原農園

笠原 快生さん (品種：コシヒカリ)

### 栽培別部門 〈若手農業経営者〉



金賞

株式会社関農園

関 智晴さん (品種：コシヒカリ)





# 第48回「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール



JAグループがすすめる「みんなのよい食プロジェクト」の一環として、小・中学生を対象に毎年開催されている「ごはん・お米とわたし」作文・図画コンクール。これからの食・農を担う次世代の子どもたちに、お米・ごはん食、稲作など、日本の食卓と国土を豊かに作り上げてきた稲作農業全般についての学びを深めてもらうことを目的としています。入賞および入選作品は、JAグループまたはJAグループ新潟のホームページに掲載されていますので、ぜひご覧ください。

## 図画部門



**文部科学大臣賞**



**UX新潟テレビ21賞**

塩沢小学校 5年

**川上 ましろさん**

**「初めて口にしたおにぎり」**

こんなにすごい賞をもらえて、今でも信じられないくらい嬉しいです。ごはん粒を白色だけでなく、色んな色を混ぜたり綿棒を使ったりして表現しました。特に、鼻に付いたごはん和海苔が難しかったです。姉から、影の付け方などのアドバイスをもらいながら何日もかけて完成させました。



東京で表彰式が行われました



**TeNYテレビ新潟賞**

中之島小学校 6年 **腰越 蒼空さん**

**「野球後のおいしいおにぎり」**

弟と僕が野球をした後におにぎりを食べているところを描きました。受賞できて、とても嬉しいです！



**入選**

中之島小学校 6年

**平賀 翔太さん**

**「きれいな田んぼ」**



**入選**

六日町小学校 4年

**山田 憩衣さん**

**「おすし大すき」**



## 作文部門



**入選**

おおまき小学校 5年 **笠原 心汰瑠さん**

**「ぼくの好きなごはんとお米の作り方」**

作品全文はこちらから



JAグループ(全国) HP



JAグループ新潟 HP





# みなみニュース

pick up

## 新年の縁起物



1月上旬、株式会社魚沼食品流通センターで仕事始めとなる初競りが行われました。野菜や果物が盛り付けられた縁起物の宝船が並ぶと、威勢のよい声で競りが始まりました。当JAからは和田専務が参加し、南魚沼地域の農業の発展を願い、宝船を競り落としました。



地域農業の発展を願い  
競り落としました

## 来年度も美味しいミニトマトを



12月中旬、みなみ魚沼養液土耕部会は、反省検討会を開催しました。令和5年度は夏の災害的な高温により目標収量には届かなかったものの、適切な栽培管理によって目標金額を達成しました。また、令和5年度は個別の収量目標を定めており、達成した4名のうち林昭彦さんがMVP賞を受賞しました。



MVP賞受賞の林さん(右)

## 生産者がテレビ出演



#にいがた農業のミライ！  
未公開特別編はこちら



1月13日放送のBSN「#にいがた農業のミライ！」をご覧になりましたか？当管内から株式会社関農園の関智晴さんが出演しました。NGT48の三村妃乃さんとBSNの前野智郎アナウンサーが、関さんが経営する「FARM FRONT」を訪問。魚沼地区の稲作農家グループ「魚沼ブラザーズ」に所属する、ひらくの里ファーム株式会社の青木拓也さん、桑原農産の桑原真吾さんらとともに農業への想いを語り、撮影が大いに盛り上がりしました。見逃した方はQRコードよりぜひご覧ください。



和気あいあいと撮影が進みました





真剣なまなざしで取り組みました



## スマホ教室好評！



1月中旬、女性部とその家族を対象にスマホ教室を開催し、30名がLINEでの写真保存方法やJ Aバンクアプリの紹介などを学びました。昨年までは携帯キャリア会社から講師を招いていましたが、今回は講師やサポートはすべてJ A職員。和やかな雰囲気で行われ、「優しく教えてもらってありがたい」と好評でした。J Aは、組合員との接点の一つとして、今後も継続的にスマホ教室を開催し、組合員との関係強化とくらしの利便性向上を図っていきます。



## 正月食品抽選会実施！



令和6年正月食品では多くの組合員の皆様からご利用いただき、誠にありがとうございました。1月上旬に「正月食品キャンペーン抽選会」を実施し、厳正なる抽選の結果、当選者24名を決定しました！今年の賞品は「Aコープマーク品詰合せ」です。当選者の発表は賞品のお届けをもってかえさせていただきます。たくさんのご応募ありがとうございました。



今年もAコープ商品が満載！

## 全農にいがたより職員が表彰



1月上旬、当J Aのオートパル職員2名が全農にいがた系統経済事業推進協議会より表彰されました。「令和5年度営農車成約コンテスト」において、成合賢二担当が県内3位、小野塚誠代理が10位の成績を収めたことによるものです。コンテストには県下100名以上の車両販売担当者の中で、次点には荒井隆担当と富所知也担当が入るなど、組合員のくらしを強力にサポートしています。新車・中古車に関わらず、お車をお探しの方は、ぜひオートパルへご相談ください。



表彰された成合担当（前列中央右）、小野塚代理（同左）





# 輝く若者!

【湯沢地区】南雲 <sup>かずや</sup> 和也さん(21)

## —— 平和な日々のありがたさを実感 ——



南魚沼市消防署救助隊で消防士として働き2年目になります。高校で救急法を学び、救急に携わる仕事をしたいと思ったのがきっかけです。専門学校時代に交通事故現場に遭遇し、習ったことができず悔しくて、人を救いたいという想いがさらに強くなりました。南魚沼市は比較的、事故や消防活動が多くはありませんが、初めて支援隊として現場に赴いた際は、普段では見ない状況を目の当たりにして緊張しました。また、1月の能登半島地震では、緊急消防援助隊として現地向かい、惨状を目にし、南魚沼の平和な日々のありがたさを改めて実感したところです。救急・救助だけでなく訓練や立ち入り検査など「全てが市民のため」ということを念頭に、日々使命感をもって勤務しています。

趣味は、登山やスキー、格闘技観戦です。総合格闘家の堀口恭司さんの人間性を尊敬しており、いかなるときも誠実でいる姿は、私も見習っています。今後は知識や技術をさらに向上させ、現場で活かせるようになりたいです。



## 夫婦 うふふ♡

【東地区】

ひろのぶ  
駒形 宏伸さん(44)

みほ  
美穂さん(34)

(旧姓：野上 石打出身)

おこめのケーキ quite  
Instagram



平成24年12月25日ご結婚

### Q. お二人の出会いと第一印象を教えてください。

宏伸) D J イベントで共通の知り合いに紹介してもらい、「若い!かわいい!」という印象です。美人局かと疑いました(笑)

美穂) タレ目で優しくさだなぁ、と。D J している姿を見て、すでいと思いました。

### Q. お互いの尊敬しているところを教えてください。

美穂) まず、農業を頑張っているところです。そして思いやりがあって、人の気持ちを考えて行動してくれるところです。

宏伸) ケーキ屋をオープンし、やりがいを見つけて一生懸命頑張っている姿を尊敬しています。

### Q. ケンカをすることはありますか。

美穂) 些細なことから大きなことまでしょっちゅうしていますが、結婚当初よりは少なくなりました。

宏伸) ケンカしても長引くのが嫌なので、必ず私から謝ります!一緒に農業してくれているので、一緒にいる時間が必然と長くなります。仲良しでいるためにも、常にコミュニケーションをとっていますね。

### Q. 今後の目標を教えてください。

2人) 夏は忙しいので冬にしか実行できませんが、家族で海外旅行したいですね。





# はつらつ 元気人



【藪神地区】

青木 一男さん(76)

## 自分にしかできないことを

Q. 趣味や生活の張り合いは何ですか。

様々な踊りですね。踊りだけでなく、ビデオや写真撮影、農業の閑散期には門松や竹あかりの制作など色々なことをしています。

Q. 踊りはどのくらい続けていますか。

10代の頃から踊りが好きで、50年ほど続けていました。耳が遠くなって7～8年休んでいましたが、やはり踊りが好きで1月から復活しました。

Q. 竹細工について教えてください。

正月の門松は、竹を自ら伐採するところから始めています。門松の本来の意味を理解し、YouTubeを見ながら制作しています。また、飾り終わった後の竹を有効活用して竹あかりを作っています。一人でやるのはもちろん大変ですが、何でも他の人が出来ないことを出来るようになると嬉しいですね。

Q. 今後の目標を教えてください。

YouTubeを見てさらに竹あかりの技術をレベルアップしていきたいです。型紙を自分で作れるようになれば、もっと細かな模様や漢字を入れるなど幅が広がるのでチャレンジしていきます。

# みなみ 散歩

管内のお店を紹介！



【城内地区】 ラーメンハウス万福亭



広東麺



麻婆ラーメン

## シンプルな味を守り続けて40年

国道291号沿いにある、オレンジの看板が目印のラーメンハウス万福亭は、店主の南雲裕明さんが先代のオーナーから受け継いで約40年。昔ながらのシンプルな味を守り続けています。

チャーシューは半身の肉から仕込み、味噌も醤油も自家製。コストを下げるためにも、極力、既製品を使わないというのが南雲さんのポリシーです。万福亭の味に魅了され、お子さんから年配の方まで地元を中心に幅広いリピーターがついています。遠くは上越から来るリピーターもいるとか。オススメは広東麺（写真上）、麻婆ラーメン（同下）など。若者には角煮ラーメンが人気だそうです。南雲さんは「来店くださる方には何度も来てもらえるよう頑張っています。みんなに気に入られるのは難しいけれど、いい加減なことはしません」と胸を張ります。ぜひ、万福亭のラーメンを堪能してみてください。

お金をいただくからには美味しいものを提供していきます！



店主 南雲裕明さん

住 所：南魚沼市泉甲207-1  
TEL：025-775-2222  
営業時間：11:00～14:00  
17:00～21:00  
定休日：毎週水曜日



X (旧Twitter)  
QRコード



## 今月のイチオシ ぎんなん



# 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します！

### 阿部店長よりお客様へ一言

ぎんなんはイチョウの実で、糖質を多く含みます。また、β-カロテンやビタミンCも含み、免疫力の増強が期待できるため、季節の変わり目で風邪をひきやすい秋から冬に最適です。漢方では、気管支炎や下痢、高血圧の症状改善を目的に利用されているようです。しかし、ぎんなんにはメチルピリドキシンという物質が含まれており、食べ過ぎると、まれに食中毒を起こすことがあるので注意しましょう。特に小さなお子さまは注意してください。ぎんなんは殻の表面がなめらかで白いものが良いです。振って音がするものや十分に乾燥していないものは避けましょう。



### 池田さん

私が  
出荷して  
います！



## 1月号の訂正とお詫び

1月号「耳より直売所情報」「みなみキッチン」で「冬菜」と紹介しましたが、春に花をつける茎、いわゆる「薹（とう）」の部分を食べるので「とう菜」と表記するのが一般的でした。訂正してお詫びいたします。また、「イベント情報」に過去のイベントを記載してしまい、重ねてお詫び申し上げます。

## 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

※ 12月1日～4月下旬の営業時間は下記の通りです。

10:00～17:00 (定休日: 1月1日)







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

## ぎんなん入りおぼろ豆腐と里芋のとろみ煮

今月は、ぎんなん入りの中華味のとろみ煮をご紹介します。材料に、おぼろ豆腐と里芋を使い、とろっとした滑らかな食感になるよう工夫しました。ぎんなんは、味のアクセントになりますよ。

是非、とろみのあるメニューで体を温めて下さいね。



《今月の主役食材》

**ぎんなん**

《主な効能》

高血圧予防効果、美肌効果、  
風邪予防効果、疲労回復効果等

●エネルギー 151kcal  
●塩分 1.1g



### レシピ

#### 材料 (4人分)

- ・ぎんなん……………40粒
- ・おぼろ豆腐…………300g
- ・カニ風味かまぼこ…40g
- ・里芋……………100g
- ・人参……………30g
- ・長ねぎ……………100g
- ・生姜……………1かけ
- ・ごま油……………12g
- ・鶏がらスープの素…6g(小さじ2弱)
- ・醤油……………6g(小さじ1)
- ・酒……………15g(大さじ1)
- ・水……………400g
- ・片栗粉……………12g(大さじ1強)

#### 作り方 所要時間20分

1. 里芋、人参は半月切り、長ねぎは斜め薄切りにする。長ねぎの青みは飾り用に残す。生姜はみじん切りにする。カニ風味かまぼこは、さいておく。
2. 鍋にごま油と生姜を入れ弱火で軽く炒め、里芋・人参・長ねぎを入れて炒める。
3. 2にぎんなんと分量の水を加え煮る。
4. 3の野菜がやわらかくなったらカニ風味かまぼことAを入れ、水溶き片栗粉でとじる。
5. おぼろ豆腐をスプーンで大きめにすくい、耐熱容器に入れる。ラップをして電子レンジの500wで3、4分程温める。(おぼろ豆腐の中心まで加熱する。)
6. 4に5を入れて煮る。
7. 6を器に盛り、長ねぎの青みを飾る。

#### ポイント

- ・おぼろ豆腐は崩れやすいため、電子レンジで加熱してから最後に野菜あんに加えます。
- ・ぎんなんの食べすぎには注意しましょう。



# 今は昔は今

## (59) 「ヤサブロバサ」

生まれ育った家は、カヤイ（茅葺き）やセーガイづくりでなく、ヤローづくりというのか、ナミの農家の作りだった。それに四〇年ほど住んだ。風通しはいいなんてもんじゃない。屋根の南北、ミネのハフ破風の下にはケブダシがあった。細長く壁がない。木を燃やしている囲炉裏のケブを出すしかけ。フキ（吹雪）の時はそこから天井裏を（床下も）雪が走った。戸や窓もアルミサッシじゃないから、すきまはふつう。細かい雪が部屋の中に降ってきた。朝起きると布団の上にうっすら雪があることもあった。

そのフーキ（吹雪）の夜。風の音、木の枝や電線のうなる音、雪が落ちてどこかにあたる音。そのなか、ヤサブロバサがフーキに乗って来るぞ。ワリイ子になってると連れてかれるぞ、早く寝ろ、といわれた。寝ても顔の上を冷たい風が動いた。ヤサブロバサの何かを知らず、イ

キアレ（雪荒れ）の嵐の中の心細いオツカナイ気もちとにもその名をおぼえた。バサのすがた形のイメージはわからず、闇のなかの、その時の気もちそのものとしてヤサブロバサはあった。家のとしよりは子どもに昔話をするとはなかったで、ど

ういうバサなのか、まったくわからなかった。

はるか後になって文字の形でヤサブロバサにいきあった。郷土の民話。記憶で書いているので正確ではないかもしれないが、なかでバサが妖鬼に変貌するシーンにひきつけられた。バサが孫の頭をスツテ

（剃って）るとき、テツパズシしてカミソリで切ってしまう。

出てきた血をペロンとなめるとンマイ。またペロン。止まらなくなつてワリワリと孫を食ってしまった。ジキニンキ食人鬼（小泉八雲でその名をおぼえた）だ。お



ケブダシ

そろしい話だ。こんなをふつうに子どもに語っていたのか。

話し変わって、子どもの時床屋がきらいだった。逃げまわっていた。床屋にいくとおじいさんが日本カミソリを砥石で研いで、それ

でカオスリをした。研いだばかりの剃刀のにおいや、おじいさんが刃に指の腹をあて研ぎ具合を見ているところ。小さく切った新聞ガミに剃ったものをなすりつけるシーンなどは忘れない。トコヤの、枕のついた金属メツキの部品の光る黒い革のアール・ヌーヴォー風だ

かの装飾的な椅子もおちつかなかった。小さい時はひじ掛けにかけわたす補助椅子みたいなのに坐らせられた。座高を高めて鏡に顔が写るように。そしてジッコしてろ、イごくなど警告し、切れるカミソリをもったおじいさんが冷たいカ

ミソリをあててスル（剃る）のだった。3、40分だったろうか、自由に身動きできないトコヤはヤだった。ヘアトニックみたいのと首筋にのびのびする粉をはたかれて無罪放免となった。帰ってくる

と投げられる決まり文句は「イイオツコ（オトコ）になったな」というもの。（ドコガー？）これで何ヶ月か拷問から逃れられる……。

また話し変わって、40年ほど前、片山健さん（好き）の絵本「おなかのすくさんぽ」を見ていた。なかで主人公の少年の顔を、クマがべろりとなめるシーンがあった。ちよつと異和感があった。忘れていたヤサブロバサのことがあったのかもしれない。後に、刊行前のバージョンでは、クマがガブリと食べました、だったというのを知って、ああ、やつぱりそうだったのか思った。ちよつと、それは、というので出版にあたつて変えられたらしい。

ヤサブロバサはペロリ、ワリワリだった。ことばだけでおそろしい。くらべてヤバンが人前から遠ざけられている世だ。

（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紹介します!!

## 女性部

### 地産地消・安全安心な味噌づくり

1月初旬より味噌加工が始まりました。今年度は245名が参加し、19工程で約7トンを仕込みます。



各家庭で食べられるのは秋頃からですが、早めに天地返しをすると発酵が進み、早く食べられますよ。

## フレミズ

### おから味噌づくり&意見交換会

1月中旬、大人6名と子ども6名でおから味噌作りと意見交換会をしました。意見交換会では、次年度の計画を立てました。LINEにて、やりたいことを投票してもらい決めていきます。フレミズ活動をたくさんの人に知ってもらい、参加しやすい・参加したくなるような活動にすることを目標に今後も活動していきます。



火を使わず簡単に作れるので、子供たちも楽しみながら作りました!

### 竹あかり作りに挑戦

1月下旬の2日間、親子1組と大人1名で竹あかり作りに挑戦しました。半日の体験で作品が完成!参加者は作品を飾る場所を楽しそうに相談していました。



## しあわせ組織

### JAデイサービスセンターのクリスマス会に訪問

12月下旬、しあわせ組織会員8名は、ほなみの里となの里あいあいで開催されたクリスマス会を訪問しました。

サンタクロースに扮したメンバーが、靴下とメッセージカードをプレゼントすると、みなさんが笑顔で喜んでいました。



# みなみの掲示板

## 棚卸しによる店舗休業について

決算棚卸作業のため、該当店舗を終日休業とさせていただきます。  
組合員の皆様にはご不便をお掛けしますが、ご理解賜りますようお願い申し上げます。

○日 時 令和6年2月29日（木）  
アグリセンター全店舗 終日休業

お問い合わせ… アグリセンター大和 TEL. 777-2431  
アグリセンター六日町 TEL. 773-6121  
アグリセンターしおざわ TEL. 775-7488



## J A ポイントサービス「失効予定ポイント」に関するお知らせ

会員の皆様の令和5年度失効予定ポイントは令和6年2月29日（木）をもちまして失効となりますので、期日までの還元をおすすめします。

《ポイントの確認及び還元方法》

項 目	内 容	ご利用場所
失効・残高 確 認	失効予定ポイントの確認	○アグリセンター大和店・六日町店・ しおざわ店に設置のK I O S K 端末 ○本店・各支店窓口
	ポイント残高の確認	
ポ イ ン ト 還 元	①ご本人様の口座へキャッシュバック （1,000円単位）	○アグリセンター大和店・六日町店・ しおざわ店に設置のK I O S K 端末
	②お買物券の発行 （100円、500円、1,000円）	
	③お買物時レジでのポイント直接還元	○あぐりぱーく八色（1ポイント→1円）

※ご利用の際は必ずポイントカードをご持参ください。

お問い合わせ…総務企画部 経理課 TEL. 772-3111

## J A ポイント交換カタログ商品発送に関するお知らせ

昨年12月にお申込みいただきましたJ A ポイント交換カタログの商品を1月下旬より順次発送しています。

お届けとなった商品の内容をご確認いただき、万が一不備がありましたら下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

※商品を複数お申し込みいただいている場合は、お届けが別便となることがあります。

※天候、地域によってお届けにお時間をいただく場合があります。

※ご不在の場合は、お申込みいただいたご連絡先にお問い合わせさせていただく場合があります。

お問い合わせ…総務企画部 経理課 TEL. 772-3111





## 家の光4月号・5月号別冊付録のご案内

「家の光」は料理や手芸、園芸、健康、暮らしの情報、J Aに関することなど、様々な情報が満載です。生活に役立つ別冊付録や本誌特集は旬の話題を取り上げています。この機会にぜひ、ご家族みなさんでご覧ください。

4月号

昨年大好評だった「家庭菜園カレンダー」と「人気の夏野菜ガイド」の2冊付！  
2冊あわせて野菜作りをサポートします。

価格 922円(税込)

2月16日(金)までにご注文  
頂ければ3月上旬にお届け



5月号

身体の部位別に、短時間でできる簡単トレーニングをご紹介します。

体調に合わせて組み合わせれば、自分だけのオリジナルトレーニングメニューの出来上がり！

価格 922円(税込)

3月18日(月)までにご注文  
頂ければ4月上旬にお届け



お問い合わせ・ご注文…経済部 生活課 TEL. 788-1314

## 葬祭ファミリー会員募集！

葬祭「ファミリー会」は簡単なお手続きで、どなたでもご加入いただけます。ご葬儀・ご法要について何でもお気軽にご相談ください。

会員  
特典

- ①葬儀代金を5%割引(但し、供物・飲食・車両代金は除く)
- ②花環代金を割引(但し、J Aみなみ魚沼管内のお届けに限りです)
- ③法要祭壇代金を50%割引
- ④生花・箆盛り・名入れローソク・灯籠代金を割引
- ⑤加入記念品と会員証を進呈
- ⑥ご葬儀の際「J Aみなみ魚沼ファミリー会」で花環1本サービス
- ⑦入会金は3,000円(税込)のみで、その後の徴収は一切ありません
- ⑧一度の加入で永久会員としてご家族へと引き継がれます
- ⑨葬儀後、49日忌法要生花サービス
- ⑩返礼品割引(割引率は品物により異なります。一部例外品あり)

お問い合わせ・お申込み… 虹のホールみなみ ☎ 0800-800-9050  
虹のホールしおざわ ☎ 0120-5666-49

# みんなの川柳



今月のお題「白」

・白い雪こんなにならないうさまりもの

ー・T

・光つるまっ白まんま待つている

ひつじい

・冬に晴れ白が少ない我が故郷ゴールドライト三世

・白々し国会議員の言いのがれ

よつちん

・白無垢の花嫁だったこともあり

聖☆おばあ

・同期会白毛と禿げが髪談義

酒町吞木奉亭

・寒い朝窓を開けたら白い雪

おばあちゃん

・白星は妻に捧げて負けが勝ち

上村 邦夫

・白鳥のつがいがたたずむ魚野川

うらさめめよし

・新年の客迎える白き紙垂

マコ

・雪白き松の蒼さと調和して

浦佐山伏

・大相撲高橋改めて白熊に

風野又三郎

・黒い傷ず白ろく直すに無理安倍派

田村 清

・書き初めの白紙に大文字黒光る

よつこ

・温暖化真冬少ない白息

五十沢京新の星

・何たる差見苦し人の世白銀の山

巻機助六

・青と白八海山はきれえです

グラン・バア

・ま白なり寒空に今投げ出され

スーちゃん

・白鼻心見目とやること大違い

ワレモコウ

・冬近し白鳥の群れ餌をやり

大和新

・能登地震不安を煽る白い雪

麓の六万爺

・パー券を白目でノルマ大派閥

清室

・白黒の写真に家族の歴史あり

帛乙女

・白銀にウクライナ地図平和あれ

雪だるま

・朝刊取りに身震いし吐く息白い

りん

・白銀にシニフル描き最高だ

ひなじー

・白銀を滑る今では走馬燈

五十沢小唄

・人生は野越え山越え其白髪

浦佐桐油屋

・南天に白菊添えて新年へ

ここ

・雪の白愛犬思い出目に浮かぶ

八色ボッキー

・閣僚もたたかれ白が黒になる

城内ばあ

・ちようどよく降つてほしいな白い雪

ひいばあ

・白き雪春の芽ぶきをお手伝い

アタマカラッポ

・雪の日に白餅背負い初歩き

ねずみ

・紅白の歌合戦で年の瀬を

俊坊

・まっ白な雪がちらちらふてくる

はつちゃん

・白黒の自信なくする大地震

五十沢ひさよ

・シロ白と呼んで来たのは黒い犬

むらさき式部

・白髪染めやめるかどうか悩むたる

あーちゃん

・白い餅雑煮の中にかくれんぼ

北のよつちゃん

・夏は黒冬は変身白顔!

あんのいも

・皆と待つ白銀の世界早くこい こつこばあちゃん

・白黒のパンダの模様に癒されて

修一子

・白雪かれ木に花よ雪ボウシ

雪ん子

・早く来い真白きたんぼしみわたり

なつちゃん

・相撲取白星あげていい気分

ざわちん

・竜の子に居場所とられた白うさぎ

キッコバー

・閣僚は白い気持の人が良い

五十沢良一

・八海の白の姿はいさましい

あさいち

・魚沼の白く輝き八海山

K・O

・窓に付く白い初雪そつと手で拭く

五日町の芋爺

・年を取り白髪がだんだん増え始め

椿姫

・白銀に夢を刻んでスラローム

笑われる女

・紅白もレコ大も皆異国の音

三等火

・白い息見れば寒さを知る体

のりすけ

・日の丸は白地に赤くシニフル美

ひまわり

・白サギの田から飛びたつ雄姿かな

桃太郎

・白銀が輝き元気な南魚沼

昼寝のトラ猫

・床の間の白梅凍と春を待つ

ヒマ男

・面白いギャグのつもりが叱られた

竹とんぼ

・雪白く南天紅き光る朝

かつゆ

・何ごとも白黒つけずに灰色に

かたばみの花

・抱負云う頭の中はまっ白け

チヨバア

来月のお題「実」です。たくさんのご応募をお待ちしております。





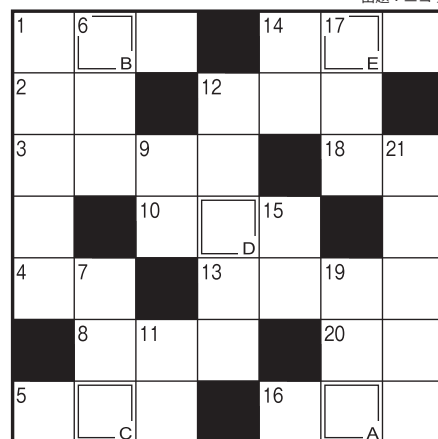


# 頭の体操

## クロスワード

応募締切2月13日(火)

出題：ニコリ



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】

- 最低気温が0度より低い日
- 現代人は電子\_\_\_\_\_に囲まれて暮らしています
- 水筒に入れます
- ヒヒーン!といなく動物
- スマホに入れたり消したりします
- ベッドが2つある部屋
- 頬のこと。\_\_\_\_\_ダンス
- スラロームやモーグルなどの種目があります
- 人がいっぱいに入っている状態
- 西アジアの国の1つ。首都はアンカラ
- 空気が乾燥しているので\_\_\_\_\_器をつけた
- 節分の豆を\_\_\_\_\_の数だけ食べた
- 実がなるまでの期間が短めの品種のこと

### 【タテのカギ】

- フキの花茎のこと
- 銀世界を眺めて楽しめます
- ガイド\_\_\_\_\_を片手に観光地を巡った
- 安倍川にして食べようかな、磯辺巻きもいいな
- 日没のことを日の\_\_\_\_\_ともいいます
- 雪だるまを英語(片仮名語)でいうと
- 佐渡島にはこの鳥の保護施設があります
- 漢字には音読みと\_\_\_\_\_読みがあります
- 平方根を表す記号
- 魚偏に「弱」と書きます
- 中国や台湾の旧暦の正月



クイズ応募  
QRコード

## 今月の当選賞品

天然醸造のお味噌!  
色々なお料理に大活躍です!



資料課 田村 健太

雪譜みそ(800g)×10名様



宮農部

LINE登録は  
こちら!



(((・宮農情報発信中!・)))



宮農情報誌  
「あぜみち」は  
こちら!

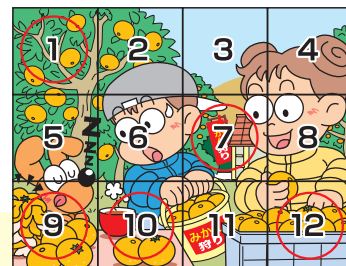
## 編集後記

今年のはうるう年ですね。「うるう」には「平年より月日の多い年」という意味があり、漢字では「閏」と書きます。地球は、1年かけて太陽の周りを一周します。地球の公転周期は、およそ 365.2422 日。つまり、1年が365日だと、季節と暦がずれてしまうので、うるう年を設けて、そのずれを補正しているのです。太陽暦では、うるう年の条件を設けており、その条件によって西暦2000年はうるう年にはなりません。4年に1度は必ずやってくると考えていましたが、つい最近(?)もうるう年にならなかった年がありましたね!すっかり忘れていました…

(こい)

### 1月号の 答えと当選者

【答え】1・7・9・10・12



### 【当選者】

ちこちゃんさん	青木 寿文さん
西潟 香穂さん	S20さん
うたさん	ゴールド・シルバーさん
ルルナさん	聖☆おばあさん
ばっくんさん	ザ・マミイさん

