

今月の
特集

いよいよ車西センターオープン

ほなみちゃん

ほなみちゃんを探せ!

このほなみの絵が
2~20ページの中に
いくつあるかな?
探してみてね♡

組合員とともに農業・地域の「夢」を実現!!

★**輝けみなみ**

2024
Jun.

6



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。

《六日町地区 美佐島》

7月1日、いよいよ新しい車両センターとオートバルがオープンします。(撮影日：R6.5.18) 本店構内には、六日町中央支店・アグリセンター六日町・農機センター六日町・本店があり、1つの構内で様々なお手続きを済ませることができます(ワンストップサービス)。JAの総合事業を活かした取り組みです。ぜひご利用ください。



目次

みなみの一番星	2
農に生きる	4
特集 車両センター グランドオープン	6
特集 草刈機メンテナンス 安全作業	7
みなみニュース	8
組合員紹介	10
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」	12
みなみキッチン	13
今は昔は今	14
地域と生きる組織活動	15
みなみの掲示板	16
みんなの川柳	18
ほなみのぬりえ おたより紹介 みなみの家族	19
頭の体操「間違い探し」 編集後記	20



湯沢地区

富沢 ^{ひより} 燈愛ちゃん(5才)

お父さん 富沢 将さん
お母さん 理恵さん

Q. 名前の由来を教えてください。

太陽のようにみんなに愛されるように、と名付けました。

Q. どんなお子さんですか。

元気いっぱい外遊びが大好きな子です。

Q. 好きな食べ物は何ですか。

いちごです。

Q. 好きな遊びは何ですか。

自転車とうんていです！

Q. ご両親からお子さまに向けて一言お願いします。

健やかに元気いっぱい大きくなってほしいな！



将来の夢
水泳選手

南魚沼の 風景を 楽しむ



Information

家の光

価格
629円(税込)

特集① 疲れにくい心と体を作る日々の習慣
今後も続くと予想される酷暑を元気に乗り切る方法をご紹介します

特集② 国産小麦が大活躍!全国人気ご当地麵
自給率の低い国産小麦にクローズアップして国産国産について考えます



価格
618円
(税込)

**特集 これからの時代の経営論
ESG経営の事始め**

「環境・社会・経済」の観点から、
今後も良好な経済活動を維持する
ための農業経営について考えます

ちゃぐりん

価格 576円(税込)

**【別冊付録】
日本の食のいまがよくわかる
～食料・農業なるほどクイズ～**

日本農業の特徴や魅力、食料安全保障など、イラストや写真を交えた解説で楽しく学ぼう!

8月号ご予約受付中! ※6月17日(月)までにご注文いただくと、7月上旬にお届けできます。
お問い合わせ…経済部 生活課 TEL.788-1314

園芸の多品目リレーで つないでいく



《石打地区》 株式会社hanaya.

ともゆき

左) 代表 **高野 智之さん(31)**

好きな食べ物：カレーや麻婆豆腐など辛い物

休日の過ごし方：家族で温泉

かずひこ

右) **高野 一彦さん(61)**

好きな食べ物：何でも好きです

休日の過ごし方：アウトドア

《社名の由来》

実家の屋号「花屋」から。

《経営規模》

コシヒカリ	5ha	長ネギ	30a
こがねもち	10a	リーキ	5a
シャクヤク	10a		

《JAへひとこと》

いろいろと教えてもらって助かっています。
一緒に何かおもしろいことをできるといい
ですね。これからよろしくお願いします。



「**就農したキツカケを教えてください。**」
6年前に新潟市で働いていた飲食店を退職し、
Uターンしました。地元の高齢化が顕在し「生ま
れ育った土地で安全・安心な農産物を作りたい」
という気持ちが強く、令和元年9月に会社を設立
しました。前職では、生産者の顔が見える食材や
地場産の食材を扱っていたので、「安全・安心」
という意識が強いです。

「**就農するうえで苦労したことはありますか。**」

技術や知識の面でもイチから覚えたので学ぶ
ことは多いですが、農業機械の高額さには苦慮し
ました。設備投資は欠かせませんので、生産コス
トの低減に取り組んでいます。

農に 生きる

Happy farming life



「農の楽しさを教えてください。」

「智」まわりに優しい人が多く、親身になって経験から得た知識を伝えてくれるので、ありがたい存在です。園芸品目に注力しているので、畑で作業することが多いのですが、素手で土を触ったり風を感じたり、汗をかいて体を使って作業するのが気持ちいいですね。

「このあたりを教えてください。」

「智」肥料は自分が納得・理解してから使用するなど、当然ですが責任を持って作業をしています。全て大切に育てていますし、高品質で良食味の農産物の生産を目指しています。

「今後の目標を教えてください。」

「智」さらに園芸品目を増やして農業経営の安定化を図りたいです。また、伝統的な手法だけでなく、その時代に合った農業技術を取り入れようと考えています。年を重ねても、地域とつながりながら生産し続けていきたいですね。

（JAから）

株式会社hanaya.さんは、今後の地域農業を盛り上げていただける重要な担い手です。米づくりの他にも園芸品目を積極的に導入し、複合経営を行っています。

日頃から智之さんの農業に対して前向きな姿勢に感心しています。智之さんが目指す農業の実現に少しでも力になれるようサポートしてまいりますので、いつでもご相談ください。

営農指導
小野塚 正和



JAみなみ魚沼車両センター

7/1
月



グランドオープン!



7月1日、車両センターが本店構内にオープンします。最新の修理設備を整え、先進技術搭載車両にも対応!オートパルも併設されてもっと便利に。南魚沼地域の生活必需品である自動車の修理・整備・販売等を通じ、組合員のみなさまの暮らしを支えるとともに、高品質なサービスを提供してまいります。

修理整備

国家資格を持った熟練の整備士が、充実した設備で修理・整備いたします。

定期点検

定期的な点検・整備は、お車の寿命を延ばします。買替時の査定も有利に!

車検

最新の設備で安全・安心の対応。代車もお貸出し可能です。

お車のことなら何でも
お任せください!

車両販売

新車はもちろん、中古車の販売もお取扱しています。JAなら全メーカーを一気に比較することも可能!



ボディー お手入れ

ガラスコーティング
・鉄粉取り・防サビ加工なども承ります!

用品販売

ドライブレコーダー
・カーナビ・ETC・タイヤなどもお任せください。取り付けももちろんOK!



車両整備士 上村光司



オートパル
荒井 隆

イベント予定

7月6日(土)・7日(日) 車両・農機合同展示会

JAみなみ魚沼 車両センター・オートパル
南魚沼市美佐島(本店構内)
TEL.772-3990/FAX.788-0280

車両センターしおざわについて

7月1日より、車両センターしおざわは軽整備のみ(タイヤ交換・オイル交換・電球交換等)の対応となります。誠に勝手ながら事前予約制とさせていただきますので、ご理解とご協力のほどお願いいたします。(TEL.782-0085)

保存版

草刈機 メンテナンス 安全作業

⚠エンジン始動直後は各部が高温になっています。必ず冷えてから作業を行ってください。

⚠点検・給油時は必ずエンジンが停止した状態で（停止スイッチが停止位置状態であること）行ってください。

⚠メンテナンス作業時は手袋等をし、安全に行ってください。

⚠詳しくは、取扱説明書をよくご確認ください。

チョーク

キャブレターの混合気（ガソリンと空気）を濃くし冷えたエンジンの始動性を良好にします。始動時は「閉」、運転作業時は「開」にします。



チョーク閉(始動時) チョーク開(運転時)

エアクリーナー

汚れがないかを確認し、汚れている場合は交換してください。



燃料フィルター

燃料タンク内の燃料フィルターが固まると始動が困難になります。針金等で燃料注入口から引き出して定期的に点検し、汚れがひどいときは交換をお勧めします。



ギアケース

ギアケース内の歯車をスムーズに稼働させるため、定期的に専用グリスを注入してください。



ボルトカバー

ボルトカバーは地面に接し、摩耗が進むと脱落する恐れがあります。摩耗状態を確認し、厚みが薄い場合は交換してください。



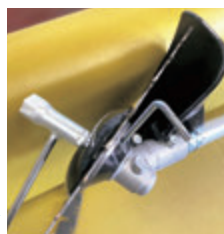
刈 刃

刃こぼれや割れがないかを確認し、振動等、機械の異常を感じたら刃を交換してください。

また、刃の交換時は付属の工具を使い、しっかり刃を固定し、手袋をして安全に締め付けを行ってください。刃の取り付けボルトは「左ネジ」です。



ゆるむ しめる



プライマリーポンプ

燃料タンク内の燃料を気化器内に送るポンプ。劣化や亀裂のある場合は交換してください。



点火プラグ

電極やガイシ部に蓄積するカーボンをワイヤーブラシ等で掃除してください。取り付け時はしっかりと締め付け、プラグキャップを確実に押し込んでください。プラグは消耗品です。定期的に交換してください。



メンテナンス動画は
こちらのQRコード
からどうぞ

刈刃編



エンジン編



【各種農機のお問い合わせ】

農機センターしおざわ TEL. 782-0036

農機センター六日町 TEL. 773-3462

農機センター大和 TEL. 777-2225

みなみニュース

pick up

総代へ理解求める



4月下旬、総代懇談会を地区別に開催しました。総代懇談会は、総代会の主要議題事項を説明し、組合員と対話することを目的に毎年開催しています。

5月の総代会を控え、令和5年度事業報告や令和6年度から始まる第2次中期経営計画などを説明しました。井口組合長は「南魚沼ブランドの更なる発展に向けた価格転嫁と、JA経営基盤の強化に向けて邁進していく」と挨拶し、総代へJA事業への理解を求めました。



会場の様子 大和地区



六日町地区



塩沢地区

八色西瓜の生産サポートへ



4月中旬、西瓜選果施設新築工事の地鎮祭を南魚沼市の建設予定地で行いました。八色西瓜生産組合や生産者の要望と実需者ニーズである出荷平準化と長期出荷体制の確立を目指してまいります。また、品質向上と栽培面積の拡大を図り、産地ブランドの基盤強化と農業者の所得増大に取り組んでまいります。



「優良農家組合」を表彰



令和5年産米は猛暑による異常高温と渇水の影響を受け、一等米比率が過去最低を記録するなど、米の品質・収量に課題の残る年となりました。

その中でも一等米比率が100%であり、且つ、食味調査結果においても優秀な成績を収めた2農家組合が魚沼米改良協会より表彰を受けました。おめでとうございます。



湯沢地区・添名農家組合



城内地区・広堀農家組合

V字回復へ 田植え最盛期



5月中旬から下旬にかけて南魚沼管内で田植えの最盛期を迎えました。天候に恵まれた日が多く、ほ場に青々とした苗が植えられていきました。

営農部では、営農情報誌「あぜみち」や営農部LINEで適宜、営農情報をお伝えしています。ぜひご活用ください。



「あぜみち」はこちらから



LINE登録はこちらから

消費者とふれあう



5月上旬、特産販売課のコメ販促イベントに新入職員を派遣しました。JAでは「人づくり基本計画」を策定し、職員の育成に取り組んでいます。県外客であふれる「四季味わい館」で、コシヒカリを1升枧に盛って特別販売を行うとともに、消費者とコミュニケーションをとりました。新入職員は「南魚沼産コシヒカリは、多くの消費者から喜ばれていると実感できた」と感想を語りました。



長蛇の列が出来るほど大人気



消費者とふれあう新入職員(右)

組合員組織等の総会 続々と開催



みなみ魚沼園芸開発部会



南魚沼堆肥生産組合



JAみなみ魚沼稲作振興協議会



八色しいたけ事業協同組合



八色花卉組合

前月号に掲載しきれなかった組合員組織等の総会の様子をご紹介します。JAは今後も各組織と連携を図りながら、高品質な農畜産物の生産をサポートしてまいります。



輝く若者!

【六日町地区】 勝又 ^{りく}陸さん(23)

温かな家庭を持ちたい

学生時代を都内で過ごし、コロナ禍に就職活動時期を迎えました。帰省するたびに温かく迎え入れてくれる環境と、親友が地元で働いていたこともあり、Uターン就職することを決めました。

南魚沼市役所の環境交通課で、交通安全運動や交通安全教室などを担当しており、保育園や小中学校、高齢者活動グループなどと警察署とのパイプ役が主な業務です。職場

ではとても温かく接してもらい、忙しいときもありますが、先輩や上司に協力をいただきながら乗り越えています。

休日は、冬にスノーボードをしたり夏は家族と坂戸山に登ったりして、リフレッシュしています。他にも高校時代にバレーボールをしていたので、社会人バレーに時々参加させていただき、体を動かして過ごすことが多いです。

将来は温かな家庭を持つのが夢です。子供にも囲まれ、子供から尊敬されるような父親になれるよう、公私ともに責任をもって取り組んでいきたいです。



夫婦 うふふ♡

【中之島地区】
石本 ^{たかし}峻志さん(35)
石本 ^{ひじり}聖さん(25)
(旧姓：小野塚 中之島出身)

令和元年5月22日ご結婚

Q. お二人の出会いを教えてください。

峻志) お互いに車が好きで、好きな者同士が集うオフ会で出会ったのがきっかけです。その後、車を口実にデートに誘いました!

Q. お互いの第一印象を教えてください。

峻志) 笑顔がかわいい人だな、と。

聖) 背が高い! ポイント高いなあ!

Q. お互いにどんな存在ですか。

峻志) 年の差があるので「知らないことを教えてあげたいなあ」と、心をくすぐられる人です。

聖) とにかく、気を遣ってくれる人です。家のこ

とにも「こうしたら」と優しく伝えてくれます。

Q. ケンカはしますか。

聖) 激しいケンカはしません。イヤなことがあったら、溜め込まずに話し合おうと約束しています。

峻志) 翌日に持ち込みたくないの、その場で解決するようにしています。

Q. 今後の目標を教えてください。

聖) いろんな所に行きたいです。東京の親戚にも会いたいですし、ついでにディズニーも楽しみたいと思っています!



はつらつ 元気人

【城内地区】 佐藤 ^{のぼる} 登さん(89)



花を絶やさず愛でる

Q. 趣味や生活の張り合いは何ですか。

カラオケと花を育てることです。カラオケは集落の同好会メンバーで練習したり、市民会館で歌ったりします。花は家の周りや近くの畑で育てています。

Q. どんな花を育てていますか。

水芭蕉やスイセンの時期が終わり、これからショウブが咲きます。ヒマワリも植えようと思っており、一年中いろんな花を咲かせて華やかなリレーを楽しみたいです。

Q. 花の魅力は何ですか。

花を見ているだけで心が和みます。花には上下もないし、「汚い」花なんてないですからね。花の世話は大変ですが、「楽しい」が勝っています。

Q. 今後の目標を教えてください。

植え付けてから草取りや肥料撒きなど、ほぼ一年中、作業することはあります。健康なうちはカラオケも花も続けていきたいですね。

みなみ 散歩

管内のお店を紹介！



【東地区】

おこめのケーキ quite(クテ)



素材にこだわりひとつずつ丁寧に

「おこめのケーキ quite」は株式会社こまがた農園がめざすフードロス削減の取り組みから生まれたお店です。有機JAS認証米の米粉を100%使用し、香料や保存料を一切使用しない無添加のシフォンケーキを提供しています。小麦粉アレルギーの方でも安全・安心で、しっとり・もちもち・ふわふわが絶妙に揃ったケーキは、やみつきになること間違いなし。アレルギーに関わらず積極的に選びたい美味しさです。生クリームも無添加で優しい甘さがします。

オススメは「紅茶キャラメルバナナ」と旬のフルーツを取り入れた「季節のフルーツ」(写真上)です。どれもなくなり次第終了なので、Instagram をチェックして来店してくださいね。夏に向けて八色西瓜を使用したジェラートも考案中とのことです。乞うご期待！

米粉のシフォンケーキをぜひ食べに来てください。

住 所：南魚沼市大桑原771-1
営業時間：10:30~15:00
(なくなり次第終了)
定 休 日：月~木曜、日曜不定休



Instagram



店主 駒形美穂さん

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

わらびは、山菜の中でも代表的なものの一つで、私たちが食するのは若芽の部分です。ほのかな苦みと独特の食感があり、表面はサクッと歯切れの良い食感ですが、茎の中は粘りがあります。また、プタキロサイドという天然毒が含まれることが分かっており、調理する場合は丁寧なく抜きが必要です。わらびのレシピは四季味わい館に取り揃えておりますのでぜひ来店ください。

アク抜き方法（重曹の場合）※一例をご紹介します

【分量】 わらび…200g～300g程度
水………2リットル
重曹………5グラム（小さじ1）

1. わらびの穂先部分を取り、根本は固い部分を切り落とす。
2. 鍋にお湯を沸かし、沸騰したら重曹を溶かし、わらびを入れる。10～15秒位軽く茹でたら火を止める。（わらびの鮮度や太さによって茹で時間が異なる）
3. わらびが浮いてこないよう落し蓋をし、そのまま一晩置く。
4. 翌日、濁った水を捨て、きれいな水をたっぷり入れて半日ほど浸して完了。



私たちが
出荷して
います！

加藤 まり子さん

イベント
情報

6月23日 道の駅南魚沼 創業祭

- 毎週金曜「金曜マルシェ」開催中！（9:00～10:30）
- 野菜苗販売中！（6月下旬まで）



ガラポン抽選会、ぬか釜炊きなど…他、もりだくさん！
皆様のご来場を心よりお待ちしております

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■ 9:00～18:00





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

わらびとそばの炒り玉子和え

今月は、わらびを使った具沢山の混ぜそばをご紹介します。わらびとそばをサラダ風に盛り付けた冷やし麺です。食べごたえがありますよ。

梅雨時期での食欲低下予防としても是非レシピをご活用下さい。



《今月の主役食材》

わらび

《主な効能》

整腸作用、美肌効果、老化防止、貧血予防等

- エネルギー 218kcal
- 塩分 3.0g



レシピ

材料 4人分

- ・わらび(あく抜き処理をしたもの)…100g
- ・めんつゆ(3倍濃縮)…18g(大さじ1)：A
- ・乾燥そば……………120g
- ・乾燥わかめ……………3g
- ・胡瓜……………50g
- ・カニ風味かまぼこ……40g

<炒り玉子>

- ・卵M玉……………2個
- ・水……………30g(大さじ2)
- ・サラダ油……………12g(大さじ1)

<和えるたれ>

- ・めんつゆ(3倍濃縮)…30g(大さじ2弱)
- ・酢……………5g(小さじ1)

} B

作り方 所要時間30分(わらびのあく抜きの時間は除く)

1. あく抜きしたわらびは一口大に切り、水を適宜入れ、Aを加え煮る。
2. 乾燥わかめは水でもどす。胡瓜は千切りにする。かに風味かまぼこは、さく。
3. ボールに卵を割り入れ、分量の水を混ぜる。フライパンにサラダ油を熱し、卵液を入れ中火で加熱し、菜箸等でかき混ぜながら炒り玉子を作る。
4. そばを半分に折る。鍋にお湯を沸かし、そばを茹でる。(パッケージに記載の時間) 茹でたらざるにあげ、何度か冷水にさらし、水気を切っておく。
5. ボールに1・水気を切った2、3、4、Bを混ぜ、盛り付ける。

調理のポイント

- ・わらびは、あく抜き後のやわらかさをみてから、作り方1の加熱時間を加減して下さい。



今は昔は今

(63) 「しょうがビール」

昔の小学校には図書室があった、今もあるだろうが。本が大量にならんでいた。あたりまえだが。でも初めて見たときにはなんか異様な感じがした。それまで本がたくさん並んでいるのを見たことはなかった。それぞれの本に文字がいっぱいつまっている。それがぎつしりならんでいる。学校のある側面の象徴、と今はいえるが。

七〇年ほど前のココラ、マチでないザイゴーは、保育所や幼稚園とは無縁だった。おおかたは、学校に「あがつて」から字を習いおぼえた。ことばはしぜんとおぼえたのだが。

絵本についた字を拾って読むのからはじまって、だんだんすらすら読めるようになってくる。私には性があったのか、読むのが好きになった。図書室で本を借りて読むのおぼえた。子ども文学全集みたいなのがあってカタッパジから

読んだ。その内容がどんなのだったかほとんど記憶にない。残っているわずかの一つが、外国では子どもが「しょうがビール」を飲んでいるとあったこと。ヨーロッパのどこかだったか。

好奇心から大人のビールの飲み残しにイビ指をツッコイテなめてみて苦いまいのを知っていたから、外人の子テヤ、エレーもんだ、アッケンガを飲んでいるが。外国には子どももアルコールOKなところがあるのかと思った。ココラでも一二月三日のトシトリには子どもでも酒をなめさせられたが。

その頃「ジュース」といえば粉末ジュースの素（ワタナベのジュースの素！）を水に溶かしたもの、飲むとヘラ（舌）に色がつくものと思っていた。時がたち、田舎も人は上京していろんな清涼飲料水があるのを知った。コーラやファ



ンタ、ジュースなど、その洗礼をうけた。うまかった。が、そのジュースでもまだ実はインチキ品で、フルーツを絞った汁のことをジュースというのだと後に知った。高価な輸入品だったオレンジを絞ったジュースを飲んだときは感激した。ホンモノの「ジュース」。

ちよつとマイナーなジンジャーエールというのもあった。英語も習っていたのでジンジャーは生姜、エールはビールの仲間とぐらいはわかった。飲んでみるとコーラほど刺激的ではなく、ちよつと複雑な味だった。あるとき、子どもの頃の思い出の「しょうがビール」とはもしやコレか？！☆。長年の疑問が氷解した。これなら子どもでもOKだ。

その記念でもないが店を開店した時からずっとジンジャーエールは売っている。四十数年前六日町ではまだ売っていないで取り寄せ

るのに苦労した。都会との格差があった。でも知られていないから売れなかった。

で、ハナシは現在になる。ネットをみていたらジンジャーエールの作り方があった。ヘー自分で作れるんだ。買うものとはかき思っていた。幸い畑でつくった生姜はイッペーある。買えば安くもないが、あれば作るハードルは低い。失敗しても損とも思わない。詳しい作り方はネットを参照してもらうとして、ざつといえ、砂糖水に薄切り生姜とシナモンなどを入れて煮出し、シロップをつくる。コップに氷をいれ、シロップを炭酸水で割る。

これでもうできあがり。ジンジャー・エール。あきれるほど簡単。試飲。シロップの量を加減して好みの味にする。うーん。シロップが多いと風味強く甘い。薄いとたよりない味。なんか甘い漢方薬を飲んでみたい。どうもあまり好き！とならない。家人にも却下された。ま、でも、いっぺん作って飲んでみたからいいや、しょうがビール。

（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

梅加工学習会

- ◇日 時 6月13日(木) 13:30~14:30 (予定)
- ◇会 場 JAみなみ魚沼 本店2階 中会議室
- ◇内 容 梅干し・梅のはちみつ漬けの作り方
- ◇講 師 林 アイ子先生 ◇参加費 無料
- ◇定 員 30名程度 ◇持ち物 筆記用具

お申し込みQRコード
締め切りは6月10日(月)
※当日の参加も大歓迎♪



フレミズ

浴衣の着付け&ランチ会 ~今年こそは夏祭りに浴衣で出かけよう!~

- ◇日 時 7月11日(木) 9:30~14:30 (予定)
- ◇会 場 塩沢公民館(集合) など
- ◇内 容 浴衣の着付け、つむぎ館見学、ミニうちわ作り体験、ランチ会(はなや)
- ◇講 師 女性部員2名
- ◇対 象 管内の20~40代の女性
- ◇定 員 8名
- ◇参 加 費 2,000円(昼食代込)、他に部費500円(初参加の場合)
- ◇持 ち 物 浴衣・浴衣用肌着・薄手のフェイスタオル・腰ひも2本・
伊達締め・帯・草履もしくは下駄など
- ◇そ の 他 浴衣に似合う髪型でお越しください♪

お申し込みQRコード
締め切りは6月30日(日)



食育活動

八色キッチン~料理教室~ 地域住民の方ならどなたでも参加OK!

6月21日(金) 13:30~15:00	米粉を使った料理をつくろう! 講師:宮田 悠先生 玄米米粉お好み焼き、他2品
7月18日(木) 9:30~11:30	郷土料理 講師:郷土食を考える会 にしんの味噌、じゃがいもの煮っころがし、他1品
7月18日(木) 13:30~15:00	夏野菜料理 講師:宮田 悠先生 夏野菜がたっぷり食べられる3品

- 共通事項**
- 会 場: あぐりぱーく八色内調理研修室
 - 参加費: 1,000円/回
 - 定 員: 16名/回
 - 持ち物: エプロン、三角巾、手拭きタオル

お申し込みQRコード



お問い合わせ…経済部 生活課 TEL.788-1314
(お申込みは、平日9:00~17:00)

■各種詳細は生活課のInstagramでチェックできます♪フォローしてね



みなみの掲示板

園芸(野菜)栽培講習会開催のご案内

夏野菜の管理、秋野菜の種まき・植え付け・病虫害防除などの管理作業を中心に、初心者の方にも分かりやすくポイントを押さえて説明いたします。

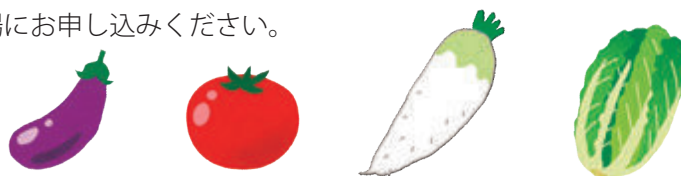
お気軽にご参加下さい。

日 時	会 場
6月25日(火) 9:30~11:30	本店 2階 大会議室
6月25日(火) 14:00~16:00	浦佐支店 2階 大会議室
6月26日(水) 9:30~11:30	しおざわ基幹センター 3階 第1会議室
6月26日(水) 14:00~16:00	湯沢支店 2階 会議室

※各会場で同じ内容です。都合のつく会場にお申し込みください。

◇定 員：各会場20名

◇締め切り：6月21日(金)



お申込み…営農指導課(しおざわ基幹センター) TEL. 782-1171

特産センターフリーダイヤルの受付時間変更のお知らせ

特産センターでは、電話受付の対応時間を次の通り変更させていただくこととなりました。皆さまにはご不便、ご迷惑をお掛けすることもあるかと思いますが、何卒ご理解賜りますようお願いいたします。

◇変 更 日 7月1日(月)より

◇受付時間 8:30~17:30 → **9:00~16:00**

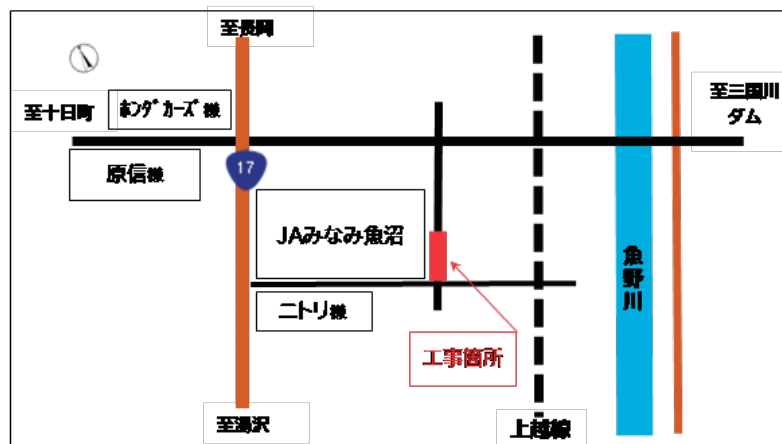
※休業日は、従来通り土・日・祝日および臨時休業日です

お問い合わせ…特産センター ☎0120-808-006

市道拡幅工事のお知らせ

7月中旬まで、下記のとおり市道拡幅工事を行っております。通行する際は十分お気をつけください。

組合員の皆様にはご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。



人形供養祭のお知らせ

毎年ご好評を頂いております人形供養祭について、今年度も「虹のホールみなみ」および「虹のホールしおざわ」で執り行います。

- 1 回目 虹のホールしおざわ 令和6年 6月15日(土)
- 2 回目 虹のホールみなみ 令和6年10月20日(日)

【虹のホールしおざわ人形供養祭】

日 時 令和6年6月15日(土) 10:30～

場 所 虹のホールしおざわ(南魚沼市目来田68番地)

人形受付 虹のホールみなみ: 6月10日(月)～6月14日(金) 供養祭前日まで
虹のホールしおざわ: 6月10日(月)～6月15日(土) 当日10時まで

持込場所 「虹のホールみなみ」「虹のホールしおざわ」どちらのホールでも構いません。

供 養 料 ファミリー会員の方は何体お持ち頂いても無料ですが一般の方は1体1,000円とさせていただきます。(その場で入会頂く事も可能です)

そ の 他 供養祭にご参列頂ける方にはプレゼントを差し上げます。10時までにお越しください。
また、33回忌法要後にご不要になりましたお写真などのご供養もさせていただきます。
額のお引き取りは出来ませんのでご了承ください。

お引き取り出来ないもの ガラス製、陶器等の人形・ガラスケース・写真額等の不燃物

お預かりしたお人形は仏式法要で心を込めて供養させていただきます。
(供養後の人形は専門業者に委託しますことをご了承ください)

※人形供養祭当日、納棺士による洗体湯灌のデモンストレーションを行います。詳しくは、虹のホールまでお問合せください。



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

特別金利定期貯金「ほなみ」のご案内

金利上乘せキャンペーン実施中です。この機会にぜひどうぞ!

- ◇商 品 名 JAみなみ魚沼 特別金利定期貯金(愛称:ほなみ)
- ◇期 間 令和7年3月31日(月)まで
- ◇対 象 商 品 スーパー定期貯金(複利型) 3年・5年(自動継続 元金または元利息)
大口定期貯金 3年・5年(自動継続 元金または元利息)
- ◇預入対象者 個人のみ
- ◇預 入 金 額 1人20万円以上1,000万円以内
- ◇概 要 お預入れ時の店頭表示金利に
3年もの **+0.06%**/年 を上乘せ
5年もの **+0.13%**/年 を上乘せ
初回満期日まで適用します



みんなの川柳



今月のお題「雨」

・雨蛙合唱出来ず独唱に	麓の六万爺	・雨あがり山の向うに虹の山	茶々バア	・雨上り七色の虹爽やかに	よきい
・毎日雨ばかりふり憂鬱だ	ー・T	・雪よりはましと雨雲見て笑う	ヒロたぬぎ	・かたつむり紫陽花の下雨を待つ	卯月
・梅雨入り紫陽花のはな露ひかり	大和新	・暴風雨買って三分傘が飛ぶ	煮つ転がし	・あゝらくちん野菜わが足めぐみ雨	スーちゃん
・降りそうだ雨洩り対策急がねば	澄峰	・雨の日は猫を相手に読みきかせでぶ猫があちゃん	ひまわり	・雨蛙日差しを避けて軒の下	五十沢小唄
・我が一生晴れのち雨で今台風	五日町の芋爺	・負けないぞ雨ダレだつて石うがつ	修一子	・雨音で目覚める朝はゆううつだ	おばあちゃん
・雷雨なし家の妻雷顎強し	上村 邦夫	・雨よふれ八代あきさん安らかに	田村 清	・雨乞いを今年はずに済ませたい	魚沼ロマン
・紫陽花はやつぱり梅雨が似合います	ヒマ男	・雨が降る傘がとりもつ二人連れ	ここ	・大雨は地固まらずに流れ出す	かたばみの花
・雨の日は朝からテレビと睨めつこ	五十沢良一	・五月雨は草木に目覚め促して	よつちん	・雨の日は茶呑みの客も長つ尻	城内ばあ
・雨よがり新緑まぶし生々と	ささだんご	・雨あがり巻機山に虹の橋	えくぼちゃん	・雨降つて地も固まらぬ時も有る	風野又三郎
・天津神晴雨の案配頼みます	浦佐山伏	・聴きたいな雨の慕情を生歌で	ひいばあ	・雨男お前は来るなとこそわれず	浦佐桐油屋
・野も山も緑に変えて五月雨	長崎の女	・雨嫌うてるる坊主の出番かな	八色ボッキー	・五月雨や高く泳ぐやこいのぼり	たんぽぽ
・洗車して一息つけば雨の降り	あーちゃん	・生きものは雨のおかげで生きている	のりすけ	・雨降れば老爺腰据え農休み	清堂
・稲作に程良い雨頼みます	つゆ草	・走り梅雨合間を縫って鎌仕事	ばあば	・ぶなばやし雨後の葉のきらめいて	桃太郎
・雨風は気力与える天祈る	五十沢ひさよ	・雨降れば輝きを増す紫陽花よ	あんのいも	・雨あがり緑爽やか五月晴	ひなじー
・六月は避けて通れぬ梅雨時期	こつこばあちゃん	・雨上りワラビ伸びてた三杯酢	笑われる女	・農繁期かえるの合唱梅雨の空	椿姫
・雨降つて今日は伴に笑顔なり	なっちゃん	・雨上り七色の虹プレゼント	あさいち	・高校時皆で読んだ「黒い雨」	たらちゃん
・おい雨いいあんばいにくつてくれ	ぶうちん	・いつの日も程良く降つてほしい雨	あさひ	・青葉雨山も田畑もにつこりと	北のよつちゃん
・雨の朝傘の花さく新学期	梟乙女	・二雨でいつせいに芽を出す野草達!	あさいち	・恵みの雨で自然界はニッコン	八海 写人
・野菜植え雨の予報を待つてをり	グラン・バア	・雨上り子がえるいっばいびつくりだ	笑われる女	・晴れ多き5月が過ぎて時雨とき	ゆうわ
・雨降つて地固らずすべり出し	酒町呑木奉亭	・早苗ぶりの夜の雨音心地好く	ゆのばあ	・雨降りし後遅咲きの桜ちらはらと	竹とんぼ
・雨晴れは令和の現代も神頼み	カツコ	・雨女傘は高級服よりも	奄美の亀	・雨模様傘を携えウオーキング	三等火
・にわか降り肩寄せ合いて雨宿り	りん	・待望の雨で一息農作業	ひつじい	・銭の雨降らし惨敗自民党	
・雨に濡れ早く拭けと吠える老猫		・せつあえもん(野菜)恵みの雨に笑つて			

来月のお題「進」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



ことしは、まなつのようなあつさですね。わたしは、さいきんTシャツです。わたしのいもうとは、4月にこのほりづくりをしました。

チビチーターさん

春が来て山菜まつりが始まりました。きのこ・うど・こごめ・ぜんまい・たらのめ、どんな料理にしようかと楽しんでいます。

ちゃーちゃんさん

毎月の「輝けみなみ」を拝見するのを楽しみにしています。これからも色々な記事の取材を頑張ってください。

ばんねんさん

みなみの家族

子ども



廣田 英菜さん(6歳)

おひさまニコニコ、ほなみもニコニコ♪外で食べる柏餅はもっとおいしいね!



応募総数63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!!



あいすさん(7歳)

カラフルな帽子に合わせてほなみもカラフルに♪こどもの日パーティーだあ!



ピンクタンさん(10歳)

満月とお星さまを見ながら、こどもの日をお祝い!お月見みたいで楽しいね。



清水 修平さん(75歳)

ピンク色の柏餅、すごくおいしそうですね!兜もカッコよく決まっています!



オムライスさん(12歳)

あじさいがとってもキレイ♡鯉のぼりも上から見てきっと喜んでいるだろうね。





頭の体操

クロスワード

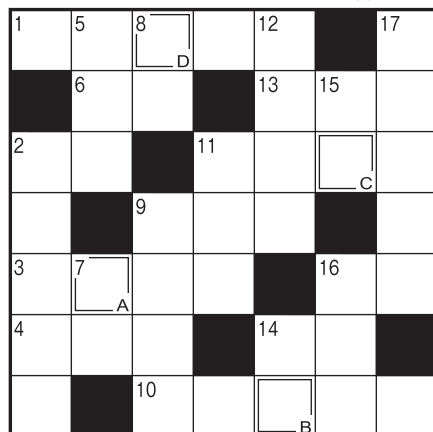
二重マスの文字をA～Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？
できた言葉を所定のハガキにご記入、またはQRコードから応募ください。

【ヨコのカギ】

- 1 アジサイに似合いそうな生き物。文部省唱歌の曲名にもなっています
- 2 いとこのお母さんです
- 3 空き店舗に____募集の看板が付いた
- 4 野菜とハムやゆで卵などを盛り合わせて作ります
- 6 6月の第3日曜日は____の日です
- 9 ポシェットやリュックもこの一種
- 10 梅雨時に洗濯物を干すとパリッと乾かすようになることも
- 11 テレビ・ラジオ欄にたくさん載っています
- 13 倉敷市の____地区を歩いて回った
- 14 足が8本あります
- 16 手前の反対側

【タテのカギ】

- 2 うちの____は稲、裏作はキャベツです
- 5 時には相手の____になって考えることも大切だ
- 7 シカと大仏が有名な県
- 8 耕したり肥やししたりします
- 9 カウボーイが首に巻きます
- 11 スポーツ紙では打棒と書かれることも
- 12 LDKのLです
- 14 たる、おけにはめられています
- 15 部屋の模様替えのときに動かすこともあります
- 16 もち米に具材を入れて炊いたもの
- 17 昭和の名曲『青い____』。同名映画の主題歌としても知られています



出題：ニコリ



クイズ応募
QRコード

今月の当選賞品



南魚沼産コシヒカリを使った、
上品でしっとりした米味噌です！

**JAみなみ魚沼 こしひかりみそ750g
1個×10名様**



六日町支店 岡田 萌

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！

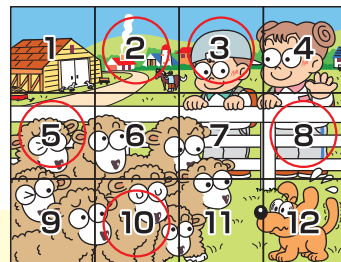
編集後記

今年度の企画課職員をご紹介します。組合員の皆様
に読んで良かったと思っていただける広報誌をめざし
て精進してまいります。情報等、お気軽にお寄せくだ
さい。どうぞよろしくお願いいたします。



5月号の 答えと当選者

【答え】2・3・5・8・10



【当選者】

原沢 かつ子さん	米山 秀雄さん
フクヤマ マサハルさん	野澤 文子さん
たねやんさん	パンコさん
シーちゃんさん	H・Yさん
つゆ草さん	こいのぼりさん

