

今月の
特集

「JAバンクでNISAを
始めてみませんか?」



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

2024.9



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：JAバンクでNISAを 始めてみませんか？	6
みなみニュース	8
組合員紹介	10
輝く若者	
夫婦うふふ	
はつらつ元気人	
みなみ散歩	
耳寄り直売所情報	
「あぐりぱーく八色」	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「間違探し」	
編集後記	20



浦佐地区

ゆきな
遠藤 雪凪ちゃん(3才)
ひなと
柊翔くん(7カ月)

お父さん 遠藤 勇輔さん
お母さん 菜緒さん

Q. どんなお子さんですか。

雪凪はおしゃべりですっとしゃべっています。弟が生まれてお世話するのを見ているので、一緒にぬいぐるみなどのお世話をしています。柊翔は最近、ずりばいができるようになりました。

Q. 好きな食べ物は何ですか。

雪凪) プリン、ゼリー、いちご、かき氷のいちご味
柊翔) 離乳食を始めたばかりです

Q. 普段の様子を教えてください。

雪凪は歌が大好きで、テレビに合わせてダンスを踊ったりもします。柊翔はずりばいでどこにでも行きます。何でも口に入れてしまいます。

Q. ご両親からお子さまに向けて一言お願いします。

いっぱい食べて、いっぱい遊んで、大きくなってね！



南魚沼の 風景を 楽しむ



《城内地区 麓》

不安定な天気が続くなが、爽やかな青空と白い雲が印象的です。(撮影日 R6.8.18) ほ場では、稲穂が出て緑色のじゅうたんが金色へ変化する準備をしています。収穫まであともう少し。秋が待ち遠しいですね。

Information

JAみなみ魚沼 フォトコンテスト2024

作品大募集

応募期間

10月11日金まで (消印有効)

テーマ

「南魚沼の四季」(JAみなみ魚沼管内で撮影されたもの)



入賞者には
商品券贈呈!

★最優秀賞…1点(10,000円相当の商品券)

★優秀賞…2点(5,000円相当の商品券)

★入賞…9点(3,000円相当の商品券)

応募資格

JAみなみ魚沼の組合員
またはその家族



開催要領は
こちら

応募はこちら

《お問い合わせ》総務企画部企画課 TEL. 772-3111

農に生きる

Happy farming life



J) 就農するまでも農業に携わっていましたか?
飯 それまでは、何もしたことがありませんでしたし、知識も全くない状態で始めました。機械作業もユーチューブを観たり、先輩方に聞いて覚えました。農業を始めてみると、自分の時間を確保しやすいこともあり、自分に合っていると思いま

飯 就農して3年目になりますが、それまで会社員をしていました。父親が農業を縮小していく時期と私の仕事が一区切りついた時期が合い、農業をやってみようと就農しました。高齢化が進み、田園風景がなくなるのも淋しい気持ちもあります。私の場合は、ほ場も農業機械もあつたので、就農するハードルは高くなかったです。

J) 就農したきっかけを教えてください。

《塩沢地区》

たくや 飯酒盃 拓也さん(36)

趣味：釣り、キャンプ、スキー

好きな食べ物：ラーメン

ご飯のお供：納豆、生卵

休日の過ごし方：子どもと一緒に過ごす

《経営規模》

コシヒカリBL 3.5ヘクタール

5割減特栽米 4.0ヘクタール

八色西瓜・サツマイモ 合わせて
10アール

《JAへひとこと》

いつも営農指導員のみなさん
に農業の疑問を解消してもら
ったりアドバイスをもらい、
助かっています。これからも
よろしくお願いします。



未経験からの農業への挑戦

す。今ではあと10年早く始めていれば良かったと思うほどです。

Ｊ）好きな作業はありますか？

飯）田植えが終わって、少ししてからの草刈りです。気候もよく、青々と広がる風景を見ながら、精神的にも気持ちよく作業できます。

Ｊ）苦労していることはありますか？

飯）ほ場によつて地力の差があるので、バランスが良くなるよう肥料を調整しています。新緑の草刈りは好きですが真夏の草刈りは辛いですね。集落の上の方は畦畔も高く、本当に大変です。

Ｊ）今後の目標を教えてください。

飯）今はほぼ1人で作業していますが、規模を拡大していきたいです。地域の雇用創出にも貢献できること思います。また、今年から園芸品目にもチャレンジしており、1年の流れや収入を安定させたいです。



（ＪＡから）

飯酒盃さんは、多くの面積で化学肥料や農薬を削減した5割減栽培に挑戦しています。また令和6年度からは、新たに八色西瓜とサツマイモ栽培にチャレンジしています。就農3年目とのことです。農業に対する研究心には頭が上がりません。

まもなく令和6年産米の収穫を迎えますが、体調には十分気を付けて作業を行ってください。高品質・良

食味の令和6年産コシヒカリの出荷をお待ちしています！

営農指導課
上村 亮太



今月の
星占い



牡牛座
4/20~5/20生

【全体運】実り多い月。収穫を楽しみましょう。会合には出席を。楽しいことには率先して取り組んで。連絡を密にすると◎
【健康運】体操教室に参加を。仲間と一緒に取り組んで 【幸運の食べ物】リンゴ



JAバンクでNISAを始めてみませんか？

2024年1月からNISAの新制度がスタートしました。

まだまだ「NISAって、よく聞くけどなあ～に？」「資産形成って少額（つみたて）から始められるの？」「そもそも、何から始めればいいの？」なんて思っている方も多いのではないでしょうか。

JAみなし魚沼では、目的に応じたお金の管理方法やライフプランに沿った資産形成・運用のサポートを全支店で行っております。一緒にお金のことを考えてみませんか。

はじめての方も
お気軽にご相談
ください！



高橋 史恵

なぜ資産運用や資産形成が必要？

➡ インフレは、お金の価値を減らします

モノやサービスの値段が下がる「デフレ」が長く続いた日本。今は逆に物価が上がり、これまで以上の金額を支払わないと買えなくなってしまう「インフレ」時代へと向かう転換期にあります。

2016年と比較した2024年の商品価値の変化

軽自動車(1台)
130万円 ▶ 152万円
1.2倍

カップ麺(1個)
180円 ▶ 214円
1.2倍

テーマパーク入場料(大人1人)
7,311円 ▶ 8,891円
1.2倍

駒形 しおり

出所：総務省等のデータを基にQUICK、農林中央金庫で作成

➡ 人生100年時代はすぐそこに

最近「人生100年時代」という言葉をよく耳にしませんか？医療技術の進歩や健康志向の高まりで、100歳までの人生が続くのが当たり前の時代を迎えつつあります。

資金2,500万円から、老後の不足額約14万円を毎月取り崩していく場合の残高推移

そうなるとお金も心配ですね

桑原 尚実

年利0.1%と年利5%では
資金の寿命に約12年もの
差が生まれる！

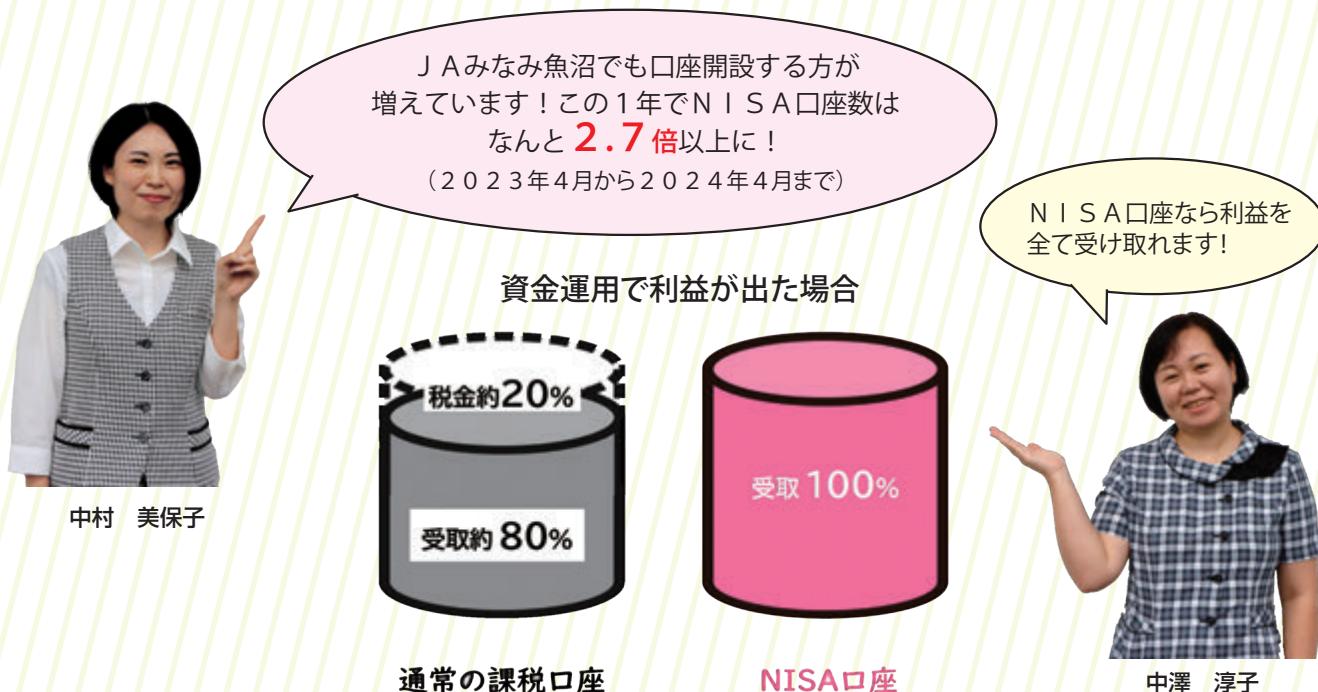
阿部 早苗

※QUICK試算。上記はあくまでもシミュレーションであり、
将来の投資成果をお約束するものではありません。

人生100年時代、必要な資金を資産運用で準備してみませんか？

NISA（小額投資非課税制度）とは

→国民の資産形成を応援するための国の税制優遇制度。通常の証券総合口座の投資では20.315%もの税金（復興特別所得税を加味）がかかるのに対し、NISA口座では投資から得た利益に税金が一切かかりません。投資をするなら是非、利用したい仕組みです。



NISAや資産形成に関するお問い合わせは、最寄りの支店まで

投資信託に関してご留意いただきたい事項

- 投資信託は、貯金等ではありません。
- 投資信託は預金保険・貯金保険の対象ではありません。
- 投資信託は国内外の有価証券等で運用されるため、信託財産に組み入れられた株式・債券・REIT等の値動きや為替変動に伴うリスクがあります。このため、投資信託資産の価値が投資元本を下回ることがあります。
- 投資信託の運用による利益および損失は、投資信託の購入者に帰属します。
- 投資信託の購入から換金・償還までの間に、直接または間接的に負担いただく費用等があります。

[本情報についてのご注意 情報提供:QUICK]

- 本情報は、投資勧誘を目的としたものではなく、特定銘柄の購入等を推奨するものではありません。金融商品等を購入される場合は、ご自身のご判断と責任においてお願いします。
- 本情報は、お客様ご自身のためのみのご利用とし、本情報の全部または一部を方法の如何を問わず、第三者へ提供することは禁止します。
- 本情報の提供元及びJAバンクは、本情報の内容について信頼しうる情報をもとに作成していますが、その内容に過誤、脱落等がある場合、または、お客様が本情報を利用したことにより損害等を被った場合には、一切責任を負いません。
- 本情報の提供元及びJAバンクは、本情報の正確性及び信頼性を調査確認する義務を負っていません。
- 本情報の内容は、情報提供元またはJAバンクの事由により変更されることがあります。
- 本情報に関する一切の権利は、本情報の提供元に帰属します。本情報の改変等は一切禁止します。



JAみなみ魚沼の話題が満載です！

みたみニュース

pick up

八色西瓜を求めて大賑わい

7月下旬から8月上旬にかけて、あぐりぱーく八色に八色西瓜の直売会場を設けました。この期間を待ち望んでいた県内外の八色西瓜ファンが集まり、週末には開店1時間前から長蛇の列ができました。1組で何個もの西瓜を買い求める姿も多く見られ、美味しい八色西瓜を堪能していただけたのではないでしょうか。



あっという間に山積みの箱がなくなっていました



高品質米の生産へ



7月中旬、高品質かつ良食味米の生産と一等米比率95%達成に向け、管内12地区で穂肥指導会を開催し、約230人の生産者が出席しました。指導会では、生育調査の報告や今後の管理について説明し、穂肥診断の方法を紹介しました。JAでは、宮農情報誌「あぜみち」やLINE配信で宮農情報を発信しています。



幼穂の確認方法を説明しました

安全に農作業を



農業機械によるトラブルを防止し、安全に農作業をしてもらうため、農業機械課では、7月中旬から管内各地区で刈払機安全講習会を開催しました。講習会では、草刈り時には最適な装備で行っていただくよう説明。また、暑い中で行うことが多いため、こまめに休息を取り体調に留意しながら行うことが重要だと啓発しました。



安全装備も健康管理も重要です

元気に夏祭り



8月上旬、デイサービスセンター「ほなみの里」と「なの里あいあい」で夏祭りを行いました。浴衣や法被を着て、ハチマキを締めて盆唄を流せば雰囲気もバッヂリ。輪投げやお手玉投げ、魚釣りゲームをしたり、太鼓を叩いて盛り上りました。おやつにはかき氷も登場し、夏祭り気分をたっぷり堪能しました。



元気に「わっしょいわっしょい！」

美味しく作れるかな？



ドキドキしながら挑戦！

7月下旬から8月上旬にかけて「夏休み子ども料理教室」を開催しました。南魚沼市の職員や食生活改善推進委員と連携し、マンツーマン体制で児童らの調理を補助しました。慣れない包丁さばきやガスコンロの点火に苦戦しながらも積極的にチャレンジする姿に感動！

J Aは、今後も食農教育の充実を図っていきます。



組合長による始球式でスタート

青空の下でナイスショット！



8月上旬、組合長杯争奪ゴルフ大会を開催し、約200の方から参加いただきました。当日は日差しが強く暑いなか、参加者の元気な笑顔と熱気あふれるプレーが飛び交い、最終組まで無事に終えることができました。見事に優勝したのは大巻地区の廣田英治さんです。おめでとうございます！





輝く若者!

【五十沢地区】 神南 駿也さん(25)
しゅんや

将来は稻作も園芸品目も

実家の株式会社りふえるむに就職して2年目になります。会社では稻作をはじめ、八色ミニトマトなど園芸品目も栽培しており、私は主に稻作を担当しています。学校を卒業して他団体に就職していましたが、会社で稻作の面積を増やすという話があったことと、将来、会社を継承することを考えた時に、就農は早い方が良いと思い、転職することを決めました。

高品質・良食味米を安定的に生産する方策を、日々考えています。スマート農業を取り入れており、諸先輩方（先人達）からの知識と経験に加え、客観的には場をデータ化し、効率よく作業できるようにしています。

また、今は稻作中心ですが、今後はミニトマトなど、園芸全般も担っていけるようになります。

いつも屋外での作業なので、休日は家でゆっくり過ごすようにしています。ラーメンを食べに行くことも好きで、基本的には今まで食べて美味しかった店に行きますが、まだ行ったことのない店の新規開拓もしています。



夫 婦
うふふ

【上田地区】

貝瀬 隆輔さん(33)
りゅうすけ
あやか
貝瀬 彩夏さん(33)
(旧姓:半澤 塩沢出身)

平成23年6月20日ご結婚

Q. お二人の出会いを教えてください。

彩夏) 中学の同級生です。中3で初めてお付き合いし、離れた時期もありましたが、3度目の正直で交際から結婚に至りました。

隆輔) 中学の陸上大会で好成績を修めたときに、自分のことのように喜んでくれたことが嬉しくて印象に残っています。

Q. お互いの好きなところを教えてください。

隆輔) 誕生日やイベントを大事にしてくれて、料理上手なところです。笑顔もかわいいです！

彩夏) 頼りがいがあって、私のワガママも叶えてくれるところが好きです。「どこかに行きたい」とお願いすると計画を立ててくれます。

Q. ケンカをしますか。

彩夏) 私が些細なことで不機嫌になって、しおちゅうケンカします。

隆輔) ケンカするとお互い無口になるので、私から歩み寄って仲直りします。

Q. 今後の目標を教えてください。

二人) 一週間位、二人で旅行しておいしいのを食べながらのびのびと過ごしたいです。

はつらつ 元気人

しっとり甘い 壺焼き芋の虜



ミーレス
Instagram



Q. 趣味や生活の張り合いは何ですか。

美穂子) ドライブです。どこへでも行きます。

澄江) 草花を育てることが好きです。その成長と咲いた花を見ることが本当に嬉しいです。

レイ子) 畑で野菜を作ることです。今後、私の畑で作ったサツマイモを使用し、3人で「壺焼き芋ミーレス」を経営していきたいです。

Q. 幸せを感じるときはどんなときですか。

美穂子) 家族や同じ集落の方にプレハブの改装や、看板の製作をしていただきました。温かく支援して



もらい、本当に感謝しています。

レイ子) よく食べ、よく笑い、よく遊ぶことを心がけていますが、3人集まれば自然と笑顔になっています。

澄江) 一番嬉しいのは、美味しく焼けたときです。

食べた人が笑顔になると、こちらも嬉しいです。

Q. 今後の目標を教えてください。

「食べると笑顔になり話題が広がる」壺焼き芋の存在を広めたいです。みんなから愛され、喜んでもらえるよう頑張っていきます。

みなみ 散歩

管内のお店を紹介!



【石打地区】 La.Bettola Kazu



ボリュームいっぱいのカツレツをぜひ食べてください。



オーナーシェフ
小林さん

手間暇惜します 美味しさ優先

平成21年にオープンしたイタリアンレストラン。使用する野菜は、オーナーシェフの小林和義さんが自ら無農薬栽培しています。食材がもつ本来の味を生かし、できるだけシンプルな料理を心がけているとのことです。

オススメは「チキンカツレツ タルタルソース添え」(写真左)。とアップルパイ(写真右上)。タルタルソースやブラックベリーソースなど、提供するものはほぼ手作りで、手間を惜しまないとのこと。「シェフのまかないシリーズ」のハンバーグは、ミニチ肉ではなく、手作業で肉をカットしているため、旨みも噛み応えも格別になるそうです。

小林さんが一人でお店を切り盛りしており、予約して来店するのがベストです。季節によってメニューが変わるので、いつ訪れても楽しめること間違いなしですね。



住 所: 南魚沼市南田中20-5
T E L: 025-778-3401

営業時間: 11:30~14:00
17:30~21:00

定 休 日: 毎週水曜



Facebook

今月のイチオシ カリフラワー



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
旬な食材を交互でご紹介します！



渡辺店長より
お客様へ一言

今月のおすすめは「カリフラワー」です。
生産者は、花蕾を包むように外側の葉を内側に折りたたんで日光と冷えから守る「葉かけ」という作業を一つ一つ手作業で行います。この丁寧な作業によって、真っ白な見た目を保ち、甘みとみずみずしさがギュッと詰まったカリフラワーに仕上がっています。

生産者が大切に育てた美味しいカリフラワーをぜひご賞味ください！

私たちが
出荷しています！
ぜひご賞味
ください！



桑原さん



井口さん

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

9月14日土・15日日 長野農産物フェア



長野の果物販売(りんご・ぶどう・もも) ハチミツ販売
野菜のつかみ取り(予定)

9月15日日 JAみなみ魚沼女性部 食育&募金活動
シャカシャカおにぎり・手作りみその配布

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》5月1日～11月30日 9:00～17:00



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
いきますのでご覧下さい。



天秤座

9/23～10/23生



今月の
星占い

令和6年9月

12



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

カリフラワーの八宝菜

今月は、カリフラワーを使った具沢山の八宝菜をご紹介します。それぞれの具材の旨味がからんだ、ほくほくのカリフラワーを味わってくださいね。ご飯にかけて丂ぶりにするのもおすすめです。



《今月の主役食材》

カリフラワー

《主な効能》

免疫力向上効果、整腸作用、風邪
予防効果、高血圧予防効果等

●エネルギー 246kcal
●塩分 1.9g



レシピ

材料 4人分

- 豚こま切れ肉……150g
- 冷凍むきえび……100g
- カリフラワー……250g
- 人参……………40g
- 長ねぎ…………40g
- たけのこの水煮……60g
- 干椎茸…………10g（2個）
- 生姜……………1かけ
- ゆで卵……………2個
- 鶏がらスープの素……8g（小さじ3弱）
- 醤油……………8g（小さじ1強）
- オイスターソース……6g（小さじ1）
- 酒……………15g（大さじ1）
- 片栗粉…………12g（小さじ1強）
- ごま油……………12g（大さじ1）

作り方 所要時間30分

- たけのこの水煮は、一口大にスライスし、下ゆです。冷凍むきえびは、下ゆです。干椎茸は水でもどし、一口大に切る。
- カリフラワーは小房に切る。人参は短冊切り、長ねぎは斜め薄切り、生姜は千切りにする。
- フライパンにごま油の半量を入れ、豚こま切れ肉、生姜と長ねぎを炒め、人参、カリフラワー、1を加え炒める。分量外の水を適宜加え、煮る。
- 3がやわらかくなったらAを加える。水溶き片栗粉でとろみをつける。
- 残りのごま油を4に混ぜ、器に盛り、ゆで卵を飾る。

調理のポイント

- 作り方4の片栗粉は、具材を煮た水分量に応じて加減ください。

今は昔は今

(66) 「出てくるもの」

それをほじつて食つてみたことのない人はいるのだろうか。冬のこらのハナクソは白っぽかつたが、上京するとまつ黒。食う氣にもなれない。当時は大気汚染がすごく「光化学スモッグ」もあつた。川の水はどぶ泥のようだつた。

出てくるものの続き。ノラで尿

意を催すと、タチ

ショーンベン。道端

でしている男はふ

つうだつた。女の

子どもとのとき大人がして

いるのを見てマネしておぼえた。テバナ

（をかむ）。ハナガミいらざでい

い。ノラに限るが。タンがノドに

からんでいるときもエツと吐く。

ツバキ（唾）もペツ。ノラはどこ

ででも、していいのでいい。

思いだせば昔の小学生はハナミ

ズをたらしているのが多かつた。

ハナツタレ。それを（鼻の下の）

「二本線」といつたような気がす

る。アオツバナ、ゴトバナはかた

いほう。ミズツバナはたれてきて

こまる。すりあげてもまにあわ

ない。ハナガミの持ち合わせがな

いと服の袖口でぬぐうモンダスケ

二、乾くとテカテカ。

ハナミズが中で乾くとハナクソ。

ならんでツレショ。ギザギザの穴をくらべてよろこんだこともあつた。

アッパは外ではふつうしなかつた。山の烟に行つたときしたくら

い。ちょっと足で穴を掘つてした。

フーキの葉つばで拭いたがそのザ

ラザラ感はまだおぼえている。家

ではいわゆるボツ

トン便所、アッパ

ンチヨ。ショーンベ

ンチヨと槽を別け

たのは肥料にする

都合だつたらしい。

たまつたのを桶に

汲むのはタメクミ。

テンビンボーで振

り分けに（という

のか）二つをかつ

いだ。五〇年ほど

前経験した。ハネ

がかからぬようバ

ランスとつて歩くのはなかなかむ

ずかしかつた。においのキマリ文

句「田舎の香水」。

便器をまたいでしゃがんでいき

む。落ちるとオツリがくることも

たまにあつた。夏のアンモニア臭

やうごめくウジの群れもすごかつた。でもしないわけにいかない、

（我田大、「季節料理大」主人）



パパガレイ(ナメタガレイ)

動物だもの、食えれば出る。ケツ拭くのはモンジャクツタ・シンブンガミークロチリ・シロチリと「進化」していった。水洗便所は小学6年新潟への修学旅行で初体験。洋式の水が便器からあふれ出しそうで、おつかなかつた。自宅がそうなるのに三〇年ほどかかつた。

アッパは古語ババと同じだつた。アッパは外ではふつうしなかつた。山の烟に行つたときしたくら

い。ちょっと足で穴を掘つてした。

フーキの葉つばで拭いたがそのザ

ラザラ感はまだおぼえている。家

ではいわゆるボツ

トン便所、アッパ

ンチヨ。ショーンベ

ンチヨと槽を別け

たのは肥料にする

都合だつたらしい。

たまつたのを桶に

汲むのはタメクミ。

テンビンボーで振

り分けに（という

のか）二つをかつ

いだ。五〇年ほど

前経験した。ハネ

がかからぬようバ

ランスとつて歩くのはなかなかむ

ずかしかつた。においのキマリ文

句「田舎の香水」。

便器をまたいでしゃがんでいき

む。落ちるとオツリがくることも

たまにあつた。夏のアンモニア臭

やうごめくウジの群れもすごかつた。でもしないわけにいかない、



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

防災学習研修に行ってきました!

女性部は南魚沼少年女性防火委員会に属し、家庭を守る女性の立場から防火・防災の意識を高め、安全な地域づくりをめざして学習と活動をすすめています。

防災学習研修旅行では、2日間で83名の部員が参加しました。東京臨海広域防災公園「そなエリア東京」に行き、「東京直下72h TOUR」で防災体験学習をしました。施設では、タブレット端末を使用し、クイズ形式で災害時の生存率判定をしたり、防災用品や避難所・仮設トイレなどを実際に見ることが出来ました。参加部員は「防災について改めて考える機会となった」と口を揃えて話していました。

今回は2月にオープンしたばかりの「豊洲 千客万来」にも行き、充実した研修旅行となりました。



防災グッズコーナーを見学中。何を備えておこうかな?

フレミズ

工作&パッククッキングで夏休みの宿題も完璧!

8月にフレミズキッズを対象に、夏休みの宿題企画として「工作&パッククッキング」を開催しました。女性部員2名を講師として、「ちゃぐりん」ハンドメイドクラブの記事を活用し、参加児童9名は「段ボールで作る恐竜&モール手芸」と「防災食のパッククッキング」にチャレンジしました。パッククッキングとは、災害時でも水を節約してできる調理方法です。

参加児童は「作品を自由研究として学校に持つて行く!」「パッククッキングで作ったハンバーグと『じゃがりこ』を使ったポテトサラダは家でも作りたい!」と笑顔で話しました。

工作では恐竜の色塗りに没頭し、パッククッキングでは予想以上のおいしさに感激。仲良く元気いっぱいに、楽しく学習した1日となりました。



みなみ魚沼 有機米部会

雑誌「月刊キャレル」で 紹介されます



和気あいあいと取材が行われました

新潟に関する情報が満載の雑誌「月刊キャレル」9月号で、美味しいコメを生産する生産者として「みなみ魚沼有機米部会」が紹介されます。新潟県の特別栽培農産物認証制度取得と独自の基準を設けた同部会のコメづくりに対する取り組みや、「南魚沼コシヒカリ」が美味しい理由などを伝えました。新米の季節にぴったりの特集となっています。



みなみの掲示板

家の光・ちゃぐりん11月号ご注文受付中!

※9月19日までのご注文で10月上旬お届け

家の光

特集1：秋です！旅に出よう
石川県の人気スポットや、
旅の達人による荷造りのコツ
をご紹介。



特集2：あなたも挑戦！？ キッチンカー最前線

今、キッチンカーが急増中。初期投
資、売れ筋など事例を交えてご紹介。



**特別企画：ライフプランでゆたかな
人生に〈後編〉**

当JAで開催された向井亜紀さんと
JA職員との対談を掲載。



価格 629円(税込)

ちゃぐりん

食&農企画：フライドきのこ

手軽に作れておいしいフライドきのこを秋の
食卓にぜひ取り入れてみてください。子どもの
おやつやお弁当のおかずにもぴったり！



価格 492円(税込)



※写真は10月号です

お問い合わせ・お申し込み…経済部生活課 TEL. 788-1314

セルフスタンド パート職員募集

私たちと一緒に働いてみませんか？石打スタンドではパート職員を募集しています。
乙4資格取得者優遇。資格が無くても大丈夫！取得支援いたします。

■勤務場所 石打スタンド（南魚沼市関969-3）

■募集人員 若干名

■勤務開始 随時

※ハローワーク六日町申請済み



詳細は[こちら](#)



お問い合わせ…経済部燃料課 TEL. 788-1373

セルフスタンド洗車機のご案内



秋の行楽シーズンに向け、JAのスタンド（大和・六日町・石打）で洗車はいかがですか？

JAのドライブスルー洗車機は車に乗ったまま
洗車ができるので、とってもお手軽！

決済方法は現金、クレジット、QRコードが利用できます。皆様の
ご利用をお待ちしております。



五十沢ATM 一時休止のお知らせ

電気工事を行うため、下記の期間で五十沢ATMを一時休止いたします。組合員・利用者の皆様にはご不便をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願ひいたします。

■日 時 9月12日（木）および13日（金） 終日

【あぐりスクール（小学生対象）】さつまいも収穫＆販売体験募集

収穫するだけじゃもったいない！直売所のバックヤードで出荷準備から販売体験、さつまいもの食べくらべなど、楽しいことが満載！採る・売る・食べるの欲張りなイベントです。

■日 時 10月5日（土）9:30～12:00
■会 場 あぐりぱーく八色他
■参加費 500円／1名
■申込み 電話またはQRコード、Instagramからも可



応募はこちら Instagram

お問い合わせ・お申し込み…経済部生活課 TEL. 788-1314

続けてうれしい健康習慣 JAみなみ魚沼 健康チャレンジ

今年の健康チャレンジは12月から開催します。

■期 間 令和6年12月1日（日）～令和7年1月31日（金）
抽選で合計10名様に美味しいごほうびプレゼント！！
詳細は後日、広報誌にて発表！乞うご期待！



お問い合わせ…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・ご法要についても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、JAみなみ魚沼管内のお届けに限ります）
- ③法要祭壇代金を50%割引
- ④生花・籠盛り・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「JA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・お申し込み…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「青」

来月のお題「笑」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

私は「みなみキッチン」にとても助けられています。レシピがわかりやすいので助かっています。ありがとうございます。

あいちゃんさん

毎月「南魚沼の風景を楽しむ」の
空からの写真を楽しみにしています。
お中元に小玉西瓜8箱送りました。
甘くて美味しいと大好評です!!

ナグモシさん

「頭の体操」の答え「ところてん」が食べたくなりました！行事カレンダーにあぐりぱーく八色のイベントが書いてあったので、行ってみようと思います。

松崎 由理さん

みんなの家族 ヒモ3-



なかみちゃんさん(10歳)
服が花火柄でかわいい! スイカもラムネも
花火を見ながらだと、より美味しいね♪

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!!



りょうとさんさん(8歳)



s a n aさん(8歳)
打ち上げ花火も線香花火もきれいでいいよ
ね♪ほなみも線香花火大好きだよー!



3才の息子もお手伝いさん(29歳)
花火と流れ星の共演なんて最高!いつまでも空を見上げていたくなりますね!



うらさめめよしさん(87歳)
花火が鮮やかで素敵ですね！うらさめめよしさんはこの夏花火を楽しみましたか？

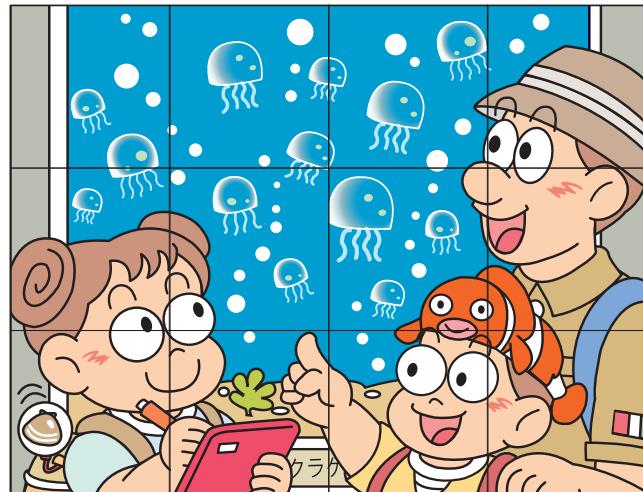
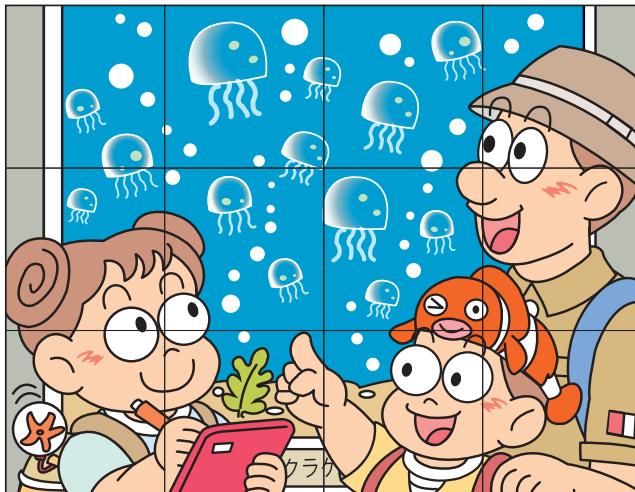


頭の体操

間違い探し

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。



応募締切9月13日(金)

出題・イラスト：酒井栄子



クイズ応募
QRコード



今月の当選賞品

カトジーの辛味噌・
柚子辛味噌
どちらか1個×10名様

どちらの味が届くかお楽しみに！

うま辛ですよ！



車両課 関 由希

農業部
LINE登録は
こちら！



• 営農情報発信中！ •



農業情報誌
「あぜみち」は
こちら！

編集後記

9月といえば、実りの季節！黄金に輝く稲穂！そして稻刈り！今から新米を食べるのが楽しみです♡

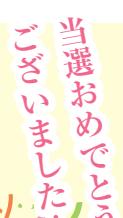
今年は、まだまだ暑い日が続きそうなので、農作業など、外で作業をする際は、こまめに水分を補給し、無理せず休憩を取りながら熱中症に注意しましょう。また、涼しい場所でのひと息も大切ですよ。皆さん、体調に気をつけて、実りの秋を迎えましょう！

(まっちゃん)



8月号の 答えと当選者

【答え】トコロテン



【当選者】

たこさん	ピーナツツさん
田中 壮季さん	てるさん
kokosan	坂西 三代子さん
修一子さん	ひめさゆりさん
高橋 静代さん	でこちゃんさん

1	リ	6	コ _B	8	ピ	ン	16	ソ	19	ウ
2	ス	キ	ー	13	ダ	ウ	20	ン	23	エ
ウ	マ	ス		10			17	メ	ガ	
				9						
3	ア	ユ	ン	7	ト _A	14	ウ	ン	20	シ
4	口 _C	ウ	ヒ	11	ア	メ			15	イ
5	エ	リ		12	タ	18	イ	ヤ	18	ヤ
					ス	テ	テ _D	コ		