

生きることは 食べること 支えあうこと

Niigata

kagayaki

かがやき

12ページに給油所で使える
割引券を掲載!
ぜひご利用ください!

農業で夢を 未来をかたちに

- 2・今月のイケてる農家さん
- 4・総代会報告・組合員説明会
- 6・新役員紹介
- 8・かがやきニュース
- 10・新潟かがやキッズ・家庭菜園・女性部

- 11・通信員が行く! 地元レポート
- 12・お知らせ
- 14・クロスワードパズル・おたより大募集!
- 15・おたより広場・健康情報
- 16・おかずコンテスト



2023 **08** vol.17



JA 新潟かがやき

う ちの枝豆を待っている人がいる。 喜ぶ顔を見られるのが 枝豆づくりの醍醐味。

枝豆生産者 高橋 邦幸さん（新潟市西区黒埼地区）



畑からふんわりと漂う、枝豆の香り。「これは明日か明後日に収穫ですね」と枝豆の実入りを確認する高橋さん。6月の「初だるま」に始まり、お盆前後の「くろさき茶豆」、9月の「肴豆」まで、約300アールの枝豆畑では、収穫のリレーが休みなく続きます。美味しい枝豆を出荷する秘訣は、収穫の適期を見逃さないこと。そのため、6～9月はほぼ毎日畑に出ているそうです。

30代でありながら、枝豆作りは15年になる高橋さん。お父様が病に倒れ、大学4年生の時に急遽家業を継ぎました。「いつか継ぐだろうと思っていたけど、卒業後はいったん企業に就職するつもりだったんです。でも親父に教わりながら無我夢中で働いているうちに、農業が面白くなってきた」と話します。お父様亡き後も自分なりに栽培方法を改良し、収穫量も食味もだんだんと自

信が持てるようになったそうです。新潟の消費者は枝豆へのこだわりが強いので、毎年味がブレないようにするのが課題。特にくろさき茶豆は伸びすぎて倒伏するなど、栽培管理が難しいとのこと

です。「朝から並んで買って、『美味しかったよ』と言ってくれると、その想いに応えたいし、食べる人の笑顔はやる気に繋がる」と語ってくれました。



井戸端バナシ 枝豆は鮮度が命！

買ってから食べるまで
時間がかかる場合は、
冷蔵庫で保存して
食べる直前に茹でるのが◎。
野菜室よりも温度の低い、
冷蔵室がオススメです。



6月1日から6月16日の間に23会場で開催された第2回通常総代会組合員説明会ならびに6月24日に開催された第2回通常総代会におけるご意見等を抜粋して掲載いたします。皆様からいただきました貴重なご意見・ご要望は、今後のJA運営に反映させていただきます。

通常総代会ならびに組合員説明会での 質問と回答^(抜粋)

● 組合員説明会

営農指導について

Q 旧JAでは営農指導が徹底していたことで金融や共済などの利用に繋がるという良い循環が生まれていた。営農指導員が「色々やってみよう」という意識を持ち地域を盛り上げるという良い流れであったので、JA新潟かがやきにおいても営農指導を充実してもらいたい。

A 営農指導員の配置体制を検討するとともに、総合農協として組合員の皆様のご期待に応えられるように取り組んでまいります。

JA合併について

Q 合併によって具体的に何が良くなったとお考えか。

A 旧JAの共同利用施設を隣接する地域の組合員が利用することにより、施設稼働率が向上し経費の圧縮が図られました。また、資金力も増強したことから老朽化した施設や設備を改修し、JAの販売力強化に繋がっております。旧JAの様々なノウハウを共有しながら、お互いに勉強する1年間でありましたが、これを今後のJA運営に活かしていきます。

組合員の 意思反映 について

Q もっと意見・要望が言えるように、旧JA単位での集落座談会等の開催と、事業計画等にあるように対話による意見反映の場を多く作って欲しい。

A 現在、各地区において「地区活動委員会」を開催しておりますが、この場において意思反映・対話の機会を設けており、皆様のご意見をJA運営の参考とさせていただきます。また、最寄りの支店、アグリセンターではご意見・ご要望を随時受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせいただければ幸いです。

● 通常総代会

生産資材の 価格について

Q 肥料・農薬が高騰しているが、JAとして対策、検討は行なっているのか。また、地域によってガソリンや灯油価格が違っているのはなぜか。

A 肥料価格については、国の補助事業申請を行っています。また、JAの手数料についても、最低限で設定しています。ガソリン価格については、基本的に管内統一を図っています。

第三者認証 GAP認証 農場確保・拡大 について

Q 評価員・指導員の職員数と生産者の認証数はどれくらいか。また、今後、どのように普及を進めていくのか。

A 令和4年度は8名の職員が取得し、現在30名ほどです。今後も、各アグリセンターと協議し、できる限り増員していきます。取得法人については、1法人のみです。今後については、要件等が多いので、協力いただける法人と相談しながら進めていきます。

「みどりの食料 システム戦略」 について

Q 中期3ヵ年計画に農水省が進めている「みどりの食料システム戦略」の記載がないが、JAの考えを聞きたい。

A 北陸農政局や新潟県と一緒に取り組んでいます。現時点では、白根地区のきゅうりで取り組んでいるところで、今後、他の品目も検討していきます。



6月24日、第2回通常総代会を五泉市のラポルテ五泉で開き、474人(書面議決含む)の総代が出席しました。経営管理委員会伊藤能徳会長は「今後も持続可能な農業が実現できるよう、組合員・地域の皆様から必要とされるJAを目指して役職員一丸となり経営に当たっていく」と挨拶しました。議案では、令和4年度の事業報告や、「永続的に事業を実践するため組織・経営基盤を強化し、総合事業の提供を通じて組合員・地域を支え続けるJAを目指す」とした中期3ヵ年計画や地域振興計画、令和5年度事業計画など全9議案が可決・承認されました。また、任期満了に伴う役員改選も行い、経営管理委員と監事が選任されました。

通常総代会 開催

第2回

出席総代数

【総代数・498人】
● 本人出席 … 174人
● 書面議決 … 300人
● 代理人出席 … 0人
● 合計 … 474人

中期3ヵ年計画 自己改革工程表^(抜粋)

中期3ヵ年計画 (令和5年度～令和7年度)	I 持続可能な 地域農業の実現	「農業者の所得増大」と「農業生産の拡大」を目指し、営農指導、産地育成、産地地消などを推進し、指導・販売事業が一体となって取り組み、持続可能な地域農業の実現に取り組みます。 ① 生産維持・拡大による出荷量の増加 ② 販売力の強化(販売単価の増加) ③ 販売方法の工夫 → 新規販売先の確保(販路拡大・独自販売) ④ 生産資材購買の競争力向上による費用削減 ⑤ 生産から販売までのサポート体制強化
	II 地域とつながる 事業の展開と 地域活性化への貢献	安心して暮らせる地域づくりと豊かな暮らしの実現を目指し、食と農、地域とJAを結ぶ事業を展開して「地域活性化」に貢献します。また、JAをもっと知っていただくため、それらの情報を発信することで組合員・地域住民との繋がりを拡充してJAのファンづくりと組織基盤強化に取り組みます。 ① 安心して暮らせる地域づくりと豊かな暮らしの実現、地域への貢献 ② 組合員・次世代への理解促進と接点づくり、継続的なアプローチ ③ 地域に向けた広報活動の展開 ④ 学校給食等を通じた食育の提案
	III 総合事業の 継続に向けた 経営基盤強化	近年の経営環境等の将来見通しに基づいた対応が急務であり、持続可能な経営基盤強化に向けて、経費削減、採算性の確保、新たな事業・業務展開による事業拡充を図り、収支改善に取り組みます。また、人が育つ組織の実現に向け、組合員・利用者の負担に応えられる専門的な知識・技術を身に付けた質の高いサービスを提供できる職員を育成します。 ① 総合事業として継続していくために必要な経営基盤強化 ② 協同組合としての人づくりと経営理念の実現に向けた人材育成
自己改革工程表 (令和5年度～令和7年度)		「かがやき農業振興支援事業」の活用による農業者への支援 … R5～R7総支援額 27,000千円 生産資材の予約メリットによる生産コストの削減 … コスト削減率 当用価格の6%～2% 米の産地指定・結び付きの拡大による手取り額向上 … コスト削減額(保管料) 23円/30kg 園芸品目の直接販売拡大による手取り額向上 … コスト削減率(販売手数料) 5.8%～7.8%

五泉・笹神地区 村松支店・ささかみ支店で 詐欺被害を未然防止

村松支店は5月30日に特殊詐欺を未然に防いだとして、6月16日に五泉警察署から表彰され、協力した農業法人社員の齋藤武史さんと同支店の齋藤智博課長が感謝状を受け取りました。

また、ささかみ支店でも6月14日に特殊詐欺を未然に防ぎ、6月29日に阿賀野警察署から表彰され、同支店の堀吉彦支店長が感謝状を受け取りました。



感謝状を受け取った齋藤さん(左)と齋藤課長(右)



感謝状を受け取った堀支店長

燕地区 園芸生産が盛んな燕地区で 夏野菜が出荷本番

6月下旬、燕集出荷場で大玉トマトの出荷が最盛期を迎えました。また、十全ナスの出荷も始まりました。

大玉トマトについて、同集出荷場はJA新潟かがやき全体出荷量の約8割を占めています。

また、同地区で盛んに生産されている十全ナスは、お盆にかけてナス漬の消費が増えることから需要が高まります。



大玉トマト生産者の坂爪さんと十全ナス生産者の金子さん(6月27日)

白根地区 しろねえだまめ選果施設で 選果スタート

新潟県内有数の枝豆産地、白根地区で6月上旬より枝豆の出荷が始まり、「しろねえだまめ選果施設」では6月中旬より機械選別が始まりました。洗浄から選別、袋詰めまでをほぼ全自動で行います。

6品種をリレーし、10月上旬まで出荷が続きます。

しろねえだまめ部会では、来年度のブランド化に向けた取り組みを進めており、白根地区の枝豆のさらなるPRを図っていきます。



「しろねのえだまめ」をPRする西村部会長(右)と小林副部会長(左)

笹神地区 「産地へ行こう。ささかみ 草取り生きもの交流ツアー」 を開催

6月、首都圏からパルシステム組合員ら60人が参加し、生産者と直接交流をしました。

過去に6回参加した参加者は「子ども達に『ささかみ』とただただ『行く!』と楽しみにしていた。有機栽培だから見られる生きものが多く、草取りは疲れたけど一番面白い」と話していました。



2時間ほどかけて草を取った参加者達

全地区 管内の生産者が集まり 栽培状況確認と情報共有

7月5日、ミニトマト「アンジェレ」の中間管理ほ場巡回指導会を開き、生産者や関係機関などが参加しました。全農オリジナル品種のミニトマトで、水稻育苗ハウスを活用した園芸導入品目として生産拡大を進めています。管内全体で栽培に取り組む統一品目として初めての指導会に、管内各地区の生産者が集まりました。



管内のハウスを巡回した指導会

全地区 各地区が連携し 玉ねぎ出荷

6月、玉ねぎの収穫・出荷が行われました。JA新潟かがやきでは各地区のアグリセンターが連携し、安定した品質と収量を出荷できるように品種構成や栽培スケジュールを綿密に計画。作業面では、全自動機械化一貫体系を導入し、農業機械の貸出を実施しています。

管内8か所のJA拠点集荷場に持ち込まれた玉ねぎは、全農にいがたがたまねぎ広域集出荷施設で乾燥・調製・選別・荷造りしたのち出荷・販売。全農にいがたで出荷する玉ねぎの約6割(250トン)がJA新潟かがやき産です。



タマネギの収穫作業(6月13日)

全地区 素牛県内JA 最多頭数を出品

6月27日、素牛市場が長岡市で開催され、当JAより43頭の素牛が出荷されました。管内の出荷頭数は県内JAの中で最も多く、今回の市場の約4割。素牛とは生後6~12か月の子牛を指し、競りのあとは県内外にて肥育牛や繁殖牛となります。生産者の渡辺崇さん(阿賀地区)は「引き続き管内生産者と協力し優良和牛子牛を生産していきたい」と話しました。



競りの様子を見つめる崇さんのお父さんの渡辺昇平さん

あがの地区 お米フェアを 開催しました

6月11日、あがのアグリセンターでお米フェアを開催しました。

当日は、阿賀野市産玄米コシヒカリ、こしいぶき、新之助各30kg、あがの地区産コシヒカリ精米「白鳥の舞」も当日限りの特別価格で販売し、多くのお客様からお買い求めいただきました。



あがの地区産コシヒカリ「白鳥の舞」を販売



SDGsとは…

「持続可能な開発目標(Sustainable Development Goals)」の略。持続可能でよりよい世界を目指す国際社会共通の目標で、17のゴール(目標)から構成されます。SDGsはJAが取り組む多くの活動に関連しており、かがやきニュースではその事例を紹介していきます。



通信員が行く！

地元レポート

広報の情報収集や情報発信の一翼を担う各地区の内部通信員が
地元のおすすめを紹介！

Vol.3 阿賀野市



私たちが
紹介します！

豊かな自然と観光名所のあるまち

五頭山の山懐にある「五頭温泉郷」や白鳥が飛来する「瓢湖」、パワースポットとして知られる旦飯野神社、サントピアワールドなどが有名です。「ゆうきの里ささかみ」として環境保全型農業を進めているささかみ地区と、原木しいたけや菊が特産のあがの地区がこの地域です。

ささかみ支店 渡邊 智恵(右)

ささかみアグリセンター 小林 嵩広(左)

今回の
お店

パンの店 カンパーニュ (しょこら亭 本店内)



ひとつひとつの丁寧な作業を心がけ、とことん生地にこだわったパンが並びます。



ベーカリーシェフ 平岩悠さん

小麦の配合やこね方、発酵時間などを調整し、生地だけでもおいしいパンを目指しています。一番のおすすめは「食パン」と「バゲット」です。ご来店は土日の午前中がおすすめ！種類豊富に用意してお待ちしております。

《お店DATA》

阿賀野市保田1398-1(しょこら亭本店内)

☎ 0250-68-5370 ☎ 9:30~18:00 (休) 月曜日(不定期で火曜日も休み有り)

Facebook



Instagram



集まれ！

皆様から投稿いただいた写真を紹介します♪

新潟かがやキッズ！



ぜーんぶ私のっ!!



白米大好き♡



うれしいな夏野菜



この食べ方が1番の贅沢♡



はじめての体験

他にもたくさんの写真が集まっています♪Instagramで「#新潟かがやキッズ」をチェック！
詳しくはこちら▶

家庭菜園 やってみよう！

一般的な玉ねぎの発芽適温は15℃前後です。また、生育適正気温は15℃前後であるため、秋冷が早い本県では少し早めの8月25日を目標に9月上旬には、は種を行います。

【育苗】育苗期間は2ヶ月程度で重さが4〜6g程度になると良いです。発芽後本葉1.5〜2葉までに株間15cm程になります。本葉が2葉になった時期に土寄せ・追肥を行います。

【本畑準備】表2の施肥設計を参考に、定植7〜10日前までに基肥を施用し耕転しましょう。

【移植】図2の状態になった3条千鳥植えで定植しましょう。地温が5℃以下になると根の伸長が弱まってし

図2 生葉数4〜5枚 太さ6〜7mm

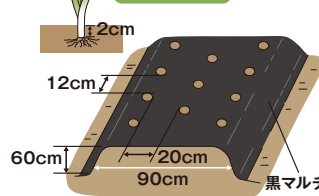


表2 施肥設計

肥料名	基肥(kg/a)	追肥(kg/a)		成分(N:P:K)/a		
		1回目	2回目	N	P	K
あい菜名人くみあい粒状苦土石灰 M-10	10			1.5	1	1.3
苦土重焼燐 NK化成	2				0.7	
合計	32	3	4	2.76	1.7	2.56

図1 播種は均一に

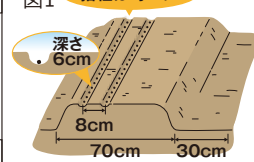


表1 苗床土づくり

苦土石灰(kg/m ²)	完熟たい肥(kg/m ²)	燐加安(kg/m ²)
0.2	2~3	0.1

おすすめ資材

土壌の酸化を防ぎ、どんな化成肥料とも相性抜群です。



くみあい粒状苦土石灰 M-10 20kg

中之口アグリセンター 大橋 凌

【病害虫対策】タネバエ、ネダニなどの防除には、粒状殺虫剤を予め土壌へ混和するか、播種時に施用します。べと病は15℃程度で低温多湿の状態が長く続くと発病します。玉ねぎは病気がかりやすい野菜であるため、耐病性がある品種を使うことも対策となります。おすすめの品種はアトンです。

表3 追肥時期

追肥	
1回目	2回目
4月上旬	4月下旬

輝け! 女性部



6/16

女性部巻地区は、新潟市西蒲区で行われた「まき夏まつり」の民謡流しに、部員41人が参加しました。



6/22

JA新潟女性協創立70周年記念大会に部員約170人が参加しました。ステージでは、各JA役員がダンスを披露しました。

お知らせ

西地区2支店オープンしました!

新潟西地区において支店統合を行い、坂井輪支店（新潟市西区坂井東3-32-1）とにいがた西支店（同区木山380-1）の営業を6月19日から開始しました。
より一層ご満足いただけるようなサービスの提供に努めてまいりますので、これまでと変わらぬご愛顧をよろしくお願いいたします。

坂井輪支店

にいがた西支店



オープン式典の様子

JA新潟かがやき
クーポン券付農業応援定期貯金

JA新潟かがやき農産物直売所で使えるクーポン券をプレゼント!!
貯金金額50万円ごとに500円分のクーポン券をプレゼントいたします。

※クーポン券は対象店舗でのみご利用いただけます。

対象商品
スーパー定期貯金（単利型）

ご利用いただける方
個人の方・お一人様1回のお預入れに限ります。

預入期間
1年／自動継続（元金継続または元利金継続）

預入方法
原則、通帳式（定期貯金通帳または総合口座通帳）でのお預入れに限ります。

預入金額
お一人様につき50万円以上500万円まで（新規お預入れに限ります）

募集金額
合計60億円

ホームページでもご案内しています。

JA新潟かがやき

詳しくは、お近くのJA新潟かがやき支店窓口にお問い合わせください。

取扱期間：令和5年6月1日（木）～12月29日（金）

寒くなる前に…ふとんのリフォームはいかがでしょう?

古い羽毛ふとんが、洗濯再生加工により新品同様に生まれ変わります！
リフォームには1か月程度お時間がかかりますので、ぜひお早めにお申込ください。

洗濯再生加工羽毛ふとん



※写真はイメージです

ふかふかの羽毛布団に生まれ変わります。
南アルプスで育まれたミネラル豊富な天然水で側生地から取り除いた羽毛だけを完璧に洗います。

○側生地が新しくなります。

側生地：60サテン（柄一任）立体キルト

サイズ	色	価格
シングル	赤系/青系	34,800円（税込38,280円）
ダブル	赤系	48,800円（税込53,680円）

シングル
150×210cm
補充羽毛300g（ホワイタダウ85%）
ダブル
190×210cm
補充羽毛420g（ホワイタダウ85%）

古綿ふとんの再生加工（敷布団1枚から布団1組など）も承っております。

受付期間 令和5年8月1日（火）～9月29日（金）

※上記期間以外でも受付しております。

お問合せ・お申込は各地区のアグリセンターまでお願いいたします。

○経営管理委員会報告（令和5年6月28日 営農経済本店ドリームホール）

- 決議事項**
- (1)経営管理委員の退職慰労金の支給について
 - (2)定款第57条第4項に基づく取引の承認について
 - (3)業務報告書及び連結業務報告書について

○理事会報告（令和5年6月21日 本店中会議室）

- 決議事項**
- (1)不良債権の処理方針について（新規）
 - (2)債権者代位権行使による出資金減口について
 - (3)定款第57条第4項に基づく取引の承認について
 - (4)資産査定要領の一部変更について
 - (5)「反社会的勢力及びマネー・ローンダリング等への対応に関する」規則類の一部変更について

○理事会報告（令和5年6月28日 営農経済本店3階）

- 決議事項**
- (1)理事の退職慰労金の支給について
 - (2)業務報告書及び連結業務報告書について

お知らせ

期間 8月15日～9月30日

JA新潟かがやき



SS

きらきら
キャンペーン

利用可能SS

- ・ネクススにいがたSS・木山SS・黒崎SS・福岡SS・岩室SS・分水SS
- ・中之口SS・白根SS・小林SS・新津SS・小合SS・神山SS・京ヶ瀬SS
- ・安田セルフSS・五泉SS・五泉東部セルフSS・五泉南部セルフSS・横越SS

※店頭給油に限ります。他の割引券と併用できません。

3円/L割引券



2 102660 009107

期間中何度でも利用可能

令和5年8月15日～9月末まで

切り取って給油する前にSS
スタッフにお渡しください。

キリトリ

ガソリン・軽油
3円/L割引
いたします!

給油して当てよう!

JA-SS県内統一キャンペーン

キャンペーン期間
2023年8月1日（火）～31日（木）

応募締切
2023年9月3日（日）まで

Wチャンス賞合わせて
抽選で
県内合計
350名様に当たる!!

20Lで応募可能
JTBTラベルギフト
20,000円相当

WEB応募限定 Wチャンス賞
WEBより応募した方の中から抽選で
Amazonギフトカードが
(1,000円分相当)
300名様に当たる!!

※キャンペーン主催：全農
※AmazonはAmazon.com, inc.またはその関連会社の商標です。

新潟県内キャンペーン実施中のJA-SSで、キャンペーン期間中にガソリン・軽油を合計20L以上給油したレシートをご用意いただくと応募可能となります。

- 応募方法は2通り!

応募用紙の場合
応募用紙に必要事項をご記入いただき、レシートを表面に貼付のうえ、JA-SSで直接ご応募ください。
- WEB応募の場合
WEB応募フォームに必要事項をご入力いただき、レシート画像を添付のうえ、ご応募ください。

当選発表 厳正なる抽選のうえ、当選者を決定いたします。発表は10月末（予定）までに当選者に連絡いたします。

全農 JA-SS いずれの商品も換金できません。詳しくはJA-SSのスタッフにおたずねください。

【農機センター・車両センターのお盆期間休業について】

下記期間は休業とさせていただきます。
ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解くださいますようお願いいたします。

8/10(木)	8/11(金)	8/12(土)	8/13(日)	8/14(月)	8/15(火)	8/16(水)
営業	祝日	休日	休日	休業	休業	営業

>CROSSWORD<

クロスワードパズル

出題●ニコリ

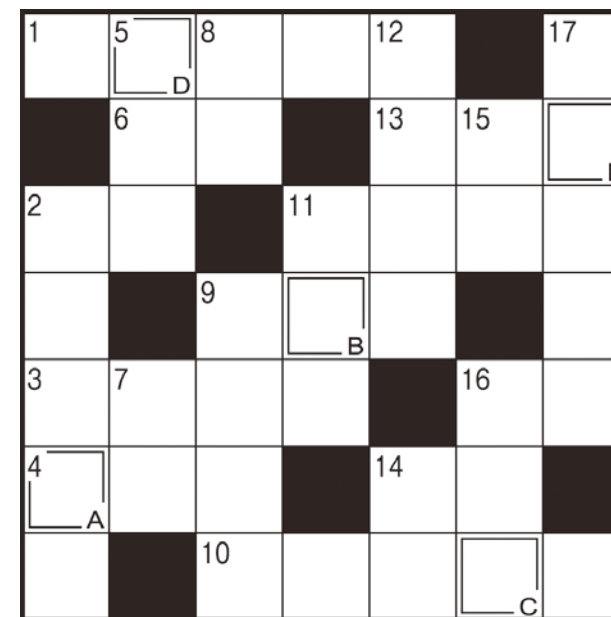
二重マスの文字をA～Eの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

ヨコのカギ

- 1 京都の五山送り火で、最もよく知られた形の送り火
- 2 エビネもカトレアもこの花の仲間
- 3 肥料の3要素の1つ。元素記号はK
- 4 どのドレッシングで食べようかな
- 6 骨切りをする細長い魚
- 9 イタリアの現在の通貨単位
- 10 山の頂上と麓の間
- 11 一緒に暮らしています
- 13 突破して決勝に進みます
- 14 夕空に輝く——の明星
- 16 歌謡曲で一番盛り上がる部分のこと

タテのカギ

- 2 パラシュートともいいます
- 5 法やルールなどに背くこと
- 7 イタリアの1つ前の通貨単位
- 8 「あかつき」や「白鳳」などの品種があります
- 9 日暮れ頃にザーッと降ります
- 11 読売ジャイアンツの本拠地は東京——です
- 12 植物に水やりをするときに使う道具
- 14 陰(いん)の反対語
- 15 毎度、バカバカしいお笑いを——
- 16 紙幣や貨幣を入れます
- 17 カレンダーに「FRI」と書かれていることも



答え

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

7月号の答え ヒヤケドメ



正解者の中から抽選で10名様にJA商品券をプレゼント!

商品の発送は令和5年9月上旬を予定しています。
当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

おたより大募集!

締切 8/31 (当日消印有効)

送付方法

官製ハガキに、
①パズルの答え ②郵便番号・住所
③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号
⑥今月のお題「挑戦してみたいスポーツ」
または広報誌へのご意見・ご感想を
お書きのうえ、お送りください。

宛先

〒953-8503 新潟市西蒲区漆山8833
JA新潟かがやき「組織広報課」宛

①パズルの答え
②郵便番号・住所
③氏名(ふりがな)
④年齢
⑤電話番号
⑥今月のお題
「挑戦してみたい
スポーツ」
または広報誌への
ご意見・ご感想

63

〒953-8503

新潟市西蒲区漆山8833
JA新潟かがやき
「組織広報課」宛



こちらからも
ご応募
いただけます

※いただいたおたより、ご意見・ご感想は広報誌に掲載させていただく場合がございます。

おたより広場

6月号のお題
「家族に関する話」

●最近、9ヶ月になった子どもがつかまり立ちをしたり、ハイハイして家中を動き回っていて成長を感じます!!これからも元気にすくすく育ってほしいです。
(阿賀町／Y・Yさん)

●私の家族は去年まで主人と母の3人でしたが、今年になって娘夫婦と孫が同居することになり、一気に倍の人数に。敷地内に息子夫婦と孫も住んでいるので毎日にぎやかに過ごしています!
(新潟市西蒲区／T・Hさん)

●北海道にいる次男の子どもに会ってきた。産まれて2か月。かわいい盛りで、引越しの手伝いもあつたけれど、たつぷりと癒されて戻って来た。家族はスマイルが一番!!
(燕市／K・Rさん)

●夫婦2人の生活。毎日雨が降らない時、2人で歩いています。
(新潟市西区／H・Sさん)

●毎月、このクロスワードパズルを解くのを手伝ってくれる娘にありがとうです。
(燕市／A・Sさん)

●1才になった息子が歩けるようになりました。少しずつ意思疎通もできるようになり、日々の成長に喜びを感じます。
(新潟市西蒲区／T・Sさん)

●我が家は4世代8人家族、日々の生活は食事時間や入浴などで制限がありますが、大家族で生活できる秘訣は、各世代であまり干渉しないことです。
(阿賀野市／S・Kさん)

●高校生の孫が2人いますが、今駅までの送迎をしています。車中での話が楽しみです。送迎が終わるとさびしくなります。
(燕市／M・Mさん)

●孫が可愛くて家の中を明るくしています。三世代同居ですが、毎日を楽ししく暮らしていることが長生きの秘訣だと思っています。母も95才になりました。
(新潟市西蒲区／T・Dさん)

●わが家には4歳6か月の男の子と女の子の双子ちゃんがあります。夕食時になると2人とも音楽が大好きで曲に合わせて踊り出します。とてもなごやかなひとときです。
(五泉市／T・Mさん)

●私は今、独り暮らしですが、かわいいネコと一緒に住んでいます。野良だったのを家で飼うようになって20年以上になります。
(阿賀町／K・Kさん)

●家族が大事です。父は3年前に亡くなりましたが母親を大事にしています。兄夫婦とも仲良くやっています。
(新潟市秋葉区／T・Iさん)



健康情報

認知症になっても自分らしく

新潟医療センター 居宅介護支援事業所 介護支援専門員 村山裕子

「尊敬を持って自分らしくありたい。」と、これはほとんどの方が望むことではないでしょうか。もちろん認知症の方も同じように望んでいます。2025年にはおよそ700万人、65歳以上の5人に1人がなるといわれる認知症。認知症の種類の中で最も多いアルツハイマー型認知症の進行は比較的ゆっくり進んでいきますが、周囲の環境や対応によって進む速度は異なると考えられています。認知症の方の多くが、今までできていたことができなくなつて、恥ずかしさや不安な気持ちを抱えています。そこで過度に物忘れや失敗を責める、安全のためにと行動を制限するようなことがあればそれは大きなストレスとなり、認知症が悪化してしまう可能性があります。また、認知症になると何もできない、何も理解ができない……といったネガティブなイメージをもつ方もいるかもしれませんが、認知症になったからといって、ある日突然、すべてを忘れる、何もできなくなるというわけではありません。確かに認知機能の低下によって、料理や買い物、掃除などの家事や身支度など、これま

で普通にできていたことが、スムーズにできなくなります。その様子を見て、できないと決めつけて、なんでも周囲の人が代わりにやってしまう、それは本人の自尊心を傷つけて、できることを奪ってしまいます。介護保険法は、介護が必要な状態になったとしても、自分らしさを尊重し、自立した日常生活を継続できるようにすることを目的としています。できないことばかりに目を向けるのではなく、できることに着目して、それを維持することが大切です。何ができるのか、どんな支援があれば継続できるのかを考えます。自分でできることがあるという事は、自信や達成感、生きがいにつながります。認知症を正しく理解し、その方がどのような生活を望んでいるのかに耳を傾けて、さりげなく必要な時に手を差し伸べてくれる人がいる……こんな心強いことはありませんよ。



魚座
2/19～3/20

【全体運】正確で確実な作業で高評価を得られます。行き違いがあっても落ち着いて話し合いを。良い方向へと進むはず
【健康運】野菜もタンパク質もバランス良く食べて
【幸運の食べ物】イチジク



水瓶座
1/20～2/18

【全体運】対人運が活性化。良い話も悪い話も聞こえてきそう。建設的な話題に参加を。うわさ話はできるだけスルーが正解
【健康運】食事と運動の両方から血行促進を図って
【幸運の食べ物】葉トウガラシ

Let's チャレンジ!!

女性部員が
腕をふるいます!

ごはんが♪
ごはんが♪
すすむ♪

おかず★コンテスト

今月は… 北蒲みなみ支部

ごはん食を通して、健康維持
や米の消費量アップにつな
げるため、「ごはんが♪ごはん
が♪すすむ♪おかずコンテス
ト」を開催。令和6年2月号ま
で各地区の女性部のレシピ
を掲載します♪

ゴーヤ餃子

ゴーヤが
食欲をそそります!

材料(2人分12個)

ゴーヤ …………… 1/2個
豚バラ肉 …………… 40g
卵 …………… 1個
長ネギ …………… 8g
乾燥きくらげ …… 2g
餃子の皮 …………… 12枚
★みそ …………… 少々
★醤油 …………… 少々
★塩 …………… 少々
★砂糖 …………… 少々

作り方

- ① 豚バラ肉を軽くミンチにする。
- ② ゴーヤは種と中綿を取り、粗みじんにして塩もみする。水分が十分に出たら水で洗い流し、水気を十分に絞る。
- ③ 長ネギと、水で戻したきくらげはそれぞれ粗みじんにする。
- ④ ①、②、③を油で炒める。そこに★の調味料を加えて味を調える。
- ⑤ 最後に卵をよく溶きほぐし炒めて④と合わせ、粗熱が取れてから皮で包む。
- ⑥ フライパンを強火で熱し、油をひいて餃子を入れる。
- ⑦ 焼き目がついたら鍋に水を入れて蓋をし、蒸し焼きにする。



よりな～れ燕いちの
今月のおすすめ!

＜ 地元産「なす」販売中 ＞

燕市は県内有数のなす生産地です。巾着型の「十全なす」のほか、「水なす」、「丸なす」などがあります。すでに6月中旬頃より販売していますが、まだまだたくさん販売しておりますので、皆様のご来店お待ちしております。



＜ 各種飲料・ゼリーあります ＞

スタッフ押ししの飲料・ゼリー各種取り揃えております。まだまだ暑いこの時期、飲み比べ、食べ比べてみてはいかがでしょうか。



よりな～れ燕いち 住所 燕市東太田2458-1 電話 0256-47-4173 営業時間 10時～15時 定休日 水曜日

JA新潟かがやき

ONLINE SHOP
オンライン
ショップ

JA新潟かがやき管内で8月中旬に通販サイトで取り扱いのある「枝豆」を紹介します。管内では、黒埼産のぴかり茶豆・白根産のあま茶豆・弥彦産の伊彌彦ちゃまめ・ささかみ産のえんだま・西蒲産のあま茶豆など各地域に特色ある「枝豆」があります。ぜひJA新潟かがやき管内の「枝豆」ご賞味ください。



旨味と香りが自慢です!

●組合データ(令和5年6月末現在)

正組合員数 …………… 28,804
准組合員数 …………… 30,178
合計 …………… 58,982
出資額 …………… 126億6180万2千円
貯金高 …………… 4219億4667万円
貸出金高 …………… 1049億3195万円
長期共済保有高 1兆3013億8023万円
年金共済保有高 …… 100億1843万円
購買品供給高 …………… 53億1005万円

耕そう、大地と地域のめらい。



JA 新潟かがやき

広報誌 かがやき 2023年 8月号 Vol.17

〒953-8503 新潟県新潟市西蒲区漆山8833 企画部組織広報課
TEL.0256-70-1501 FAX.0256-70-1511 <https://ja-kagayaki.or.jp>
発行/JA新潟かがやき 印刷/株式会社 北都

JA新潟かがやきの
SNSをチェック!
ホームページから
ご覧いただけます!

