

生きることは 食べること 支えあうこと

かがやき

Niigata

Kagayaki



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・米集荷・検査中
- 5・LINE & 周穫キャンペーン
- 6・かがやきニュース
- 9・バケツ稲報告・新潟かがやキッズ

- 10・通信員が行く! 地元レポート
- 11・お知らせ
- 13・家庭菜園
- 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

かがやきまる



2023

10

vol.19



JA 新潟かがやき

省

力化を進めながら、
手をかけるところはしっかり手をかける。
続けていくために、必要なこと。

日本梨生産者 桜沢 勝美さん（新潟市南区月潟地区）



燦々と日差しが照りつける桜沢さんの梨畑。8月の幸水から、豊水、二十世紀、新美月、新王、あきづき、新高、新興と、11月まで日本梨の収穫が続きます。「日本梨の収穫は稲の刈り取りと重なるから、特に忙しくて。他にも冬の剪定、5月の摘果、6月の袋掛けなど、梨栽培は機械化できるところが少ないんですよ」と、梨を丁寧にもぎ取りながら話す桜沢さん。80代のお父様が時折手伝うほかは、ほとんどの作業を一人で行っているそうです。それだけに、作業の効率化と省力化は大きな課題です。春の受粉作業は花粉交配機を使用。古い木を更新する際には新美月、新王といった受粉作業のいらない自家和合性を持った品種を取り入れるなど、新しい方法にもどんどんチャレンジしています。隣で話を聞いていたお父様が「昔に比べたら楽になったもんさ。俺たちの時代にはこんな便利な機械なんてなかったもの」と笑います。

今年はずっと晴天が続く、高温の夏となりました。桜沢さんは「今年は本当に大変だったけど、収穫の喜びは何物にも代えがたい。8〜11月まで品種リレーが続くので、いろんな品種を味わいたい。好みの梨を見つけてほしい」と話しました。



井戸端バナシ 梨の保存の仕方

食べる1時間ほど前に冷やして
食べるのがおすすめ。

保存する場合は新聞紙やポリ袋などに
包んで野菜室へ。

1週間〜10日間くらいは保存できます。



JA新潟かがやき LINE 公式アカウント 開設しました!

登録方法

STEP1



カメラを起動
二次元コードを
読み取り、
表示された
メッセージ・
リンクをタップ

STEP2



「追加」を
タップ

STEP3



「トーク」を
タップ
これで
登録完了!

イベント・キャンペーン情報

直売所カレンダー

お得な情報も…!?

友だち募集中!
今すぐ友だち追加してね!



二次元コードが読み取れない場合は
@079cvucw で検索してください。



令和5年産米集荷・検査中です

JA新潟かがやきでは、9月1日から令和5年産米の検査が始まりました。

検査初日、経営管理委員会の伊藤能徳会長は五泉市の木越低温倉庫で「7月、8月は気温が高く生産者は苦労されたと思う。生産者が丹精込めて作った米なので、丁寧に扱い、適正に検査し、新米を消費者に届けてほしい」とあいさつ。遠藤一雄副会長は新潟市西蒲区の西中倉庫で「この暑さの中で品質低下が懸念される。検査の結果で等級が左右されるので、間違えないように作業してほしい」と作業員に呼び掛けました。

令和5年産米について、JA全体でおよそ10万4千トンの集荷を見込んでおり、40ヶ所の登録検査場所で105人の農産物検査員が検査を行っています。



木越低温倉庫で
あいさつする伊藤会長

西中倉庫で
あいさつする遠藤副会長

新津低温倉庫が完成し集荷・検査開始

新津地区の倉庫集約のため、合併前から建設を計画し建設を進めてきた「新津低温倉庫」(新潟市秋葉区新津東町)が完成し、令和5年産米から集荷・検査が始まりました。

同倉庫は、敷地面積15,474㎡、延床面積5,384㎡の鉄骨造平屋建てで、6,000tの米が保管可能です。

新倉庫に米を集約することで効率的に集荷・保管・販売を行い、コスト削減と品質管理の徹底を図ります。



竣工式・開所式の様子



検査初日は多くの報道機関が取材に来ました



全農仮渡金に JA独自で上乗せ

全農にいがたからの仮渡金通知を受け、JA新潟かがやきでは直接販売分の財源から、60kgあたり「コシヒカリ」は1等100円、2・3等200円、「こしいぶき」は1等から3等に100円を独自に上乗せすることを決定しました。

品質・検査状況について(9月7日時点)

7月21日の梅雨明け以降、全く雨が降らない高温状態が続いた影響で、JA新潟かがやき管内の一部地域では、水田の地割れや稲穂が枯れるなどの被害が確認されました。JAでは関係機関一体となり、連携を図りながら、被害が拡大しないように努めました。

9月7日時点での検査状況については、平均気温が過去最高を記録した影響から、高温障害と思われる未熟粒(背白粒・心白粒、乳白粒)の混入が多く、主要品種の1等級比率は、「こしいぶき」で3.7%、「ゆきん子舞」で46.3%と、昨年・平年と比較すると大きく低下しています。今後検査が行われる「コシヒカリ」の品質についても非常に懸念されます。品質概況・検査実績は、11月号でお知らせいたします。

JA新潟かがやき 1周年記念&収穫の秋

周穫キャンペーン スタンプラリー

開催期間

2023年

10月2日

11月5日

各対象施設開店時間まで

合計
33施設
で実施!

抽選で計100名様に選べる豪華賞品が当たる!



にいがた和牛
毛毛焼肉用
[300g]

新米コシヒカリ
[10kg]

野菜のスナック(約50g)と
吊る女汁(レトルト食品)
[2~3人前(約500g)]
の詰め合わせ

*賞品の写真はイメージです。*詰め合わせは開発中の商品のため、仕様が異なる場合があります。*賞品の発送は11月以降となります。

対象施設

直売所

ファーマーズ・マーケット いっぺこ〜と、花夢里にいつ、農家の店、ベジランドにいつ、越王の里、よりに〜れ燕いち

支店

こしわ支店、岩室支店、弥彦支店、分水支店、吉田支店、黒埼支店、中央支店、中之口支店、西川支店、燕支店、しろね南支店、しろね北支店、五泉支店、村松支店、阿賀支店、横越支店、亀田支店、坂井輪支店、にいがた西支店、中野小屋支店、新津支店、荻川支店、小須戸支店、あがの支店、安田支店、京ヶ瀬支店、ささかみ支店

キャンペーン
詳細はこちら



※本イベントへのご参加には、LINEアプリをインストールし、JA新潟かがやきのLINE公式アカウントを友だち追加したスマートフォン・タブレット等が必要です。また、二次元コードを読み込むためにスマートフォン・タブレット等のカメラを使用するため、カメラへのアクセスを許可していただく必要があります。

参加方法

STEP 1	STEP 2	STEP 3	STEP 4	STEP 5
LINEでJA新潟かがやき公式アカウントを友だち追加	スタンプラリー参加ボタンをタップ!	スタンプを集める	応募	賞品プレゼント
JA新潟かがやきLINE公式アカウント	ここをタップ!	ここをタップ!	スタンプを5個集めて専用応募フォームに必要事項を入力!	応募完了! 応募者の中から抽選で豪華賞品をプレゼント!
JA新潟かがやきLINE公式アカウントを友だち追加!	JA新潟かがやきLINE公式アカウントのスタンプラリー参加ボタンをタップ!	二次元コードを読み込みボタンをタップ! 各対象施設の二次元コードを読み込もう!		

お問い合わせ | 新潟かがやき農業協同組合 新潟県新潟市西蒲区漆山8833 電話番号: 0256-70-1501 平日 8:30~17:00(土日祝は除く)



牡牛座
4/20~5/20

[全体運] ゆっくりと時間をかけて進めましょう。無理をしないのが一番。お誘いはできるだけ受けて。世界が広がります
[健康運] 腰痛予防を。ストレッチやコルセットで対策
[幸運の食べ物] サツマイモ



牡羊座
3/21~4/19

[全体運] 注目されやすい吉凶混合運。やっかんでくると称賛してくれる人がいそう。発言には責任を持って。人気者に
[健康運] 体調が変化しやすいとき。冷え対策をしっかり
[幸運の食べ物] 菊

国際協力機構JICA 研修生の視察受け入れ

全地区



8月22日、JICA筑波の稲作技術向上コース研修生の視察を受け入れました。研修生は開発途上国での稲作の課題解決などを目的に参加しています。当日は、JAの設立経過や組織体制、業務のほかJAが行う様々な活動を紹介し、JA管内の稲作の概要や営農指導員、TACの役割や指導・支援事例を説明しました。その後、カンントリーエレベーターなどの見学も行いました。



カンントリーエレベーターを見学するエチオピア、ガーナなどからの研修生

新入職員が 稲刈り実習

全地区



8月28日、今年4月に入組した新入職員5人が農業実習として、燕市のは場で「ゆきん子舞」の稲刈りを行いました。実習を通じて農業の大切さ、大変さを実感することで、生産者への理解を深めることが目的です。

農業実習は全4回を計画していて、4月に育苗作業、5月に田植えを行っています。10月には報告会を行う予定です。



手刈りをする新入職員



説明を受ける新入職員

市場担当者に 新潟の花きをPR

新津地区



8月24日、新潟県花き出荷組合は市場見本市を新潟市秋葉区のうららこすどで開きました。県内外の市場担当者や買参人35人のほかJAや行政の担当者ら関係機関が参加。9月から3月までの一押し出荷商品など200点を展示し、生産者は市場担当者に花きをアピールし、商談をしました。



情報交換をする生産者と市場担当者



展示されたアザレア

直売所が 子ども食堂へ食材提供

巻地区



8月9日、新潟市西蒲区のJA農産物直売所「越王の里」は、出荷者19人のスイカやタマネギ、オクラ、ゴーヤなどの農産物を子ども食堂に提供しました。JA共済連新潟が「JA共済の地域貢献活動」として、食のセーフティーネットの構築や農業者と地域の繋がりを目的として取り組んでいるもの。JA共済連新潟が新潟市社会福祉協議会を通じて市内の子ども食堂10団体に食材を提供しました。



提供する農産物を持つ職員ら

「親子あぐりスクール」2回目開催! 選果施設見学と枝豆収穫

全地区



8月6日、食農教育「親子あぐりスクール枝豆栽培&豆腐作り体験」の2回目を開きました。小学生親子12組31人が参加し、しろねえだまめ選果施設見学と5月に植えた枝豆の収穫を体験。バーベキューも楽しみました。11月の最終回は、豆腐作り体験を予定しています。



枝豆を収穫する参加者



参加者親子みんなで集合写真

日本梨出荷中!

白根・横越地区



8月上旬、集出荷施設フルーツフラワーしろね(新潟市南区)と梨の実館(新潟市江南区)で日本梨の出荷が始まりました。今年は、3月からの気温上昇が早かったことで生育が早まり、お盆前から出荷が始まる異例の年となりました。10月は「新高」を主力に、「王秋」と「あきづき」を交雑してできた「甘太」が今年から共選に仲間入り。日本梨の出荷は11月下旬まで続きます。



収穫をする生産者



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。

バケツ稲づくり 皆さんの稲の様子はどう?

4月発行のコミュニティー誌で参加者を募集したバケツ稲づくり。募集数を超える142人から応募があり、種もみや肥料などが入った栽培セットを計266セット発送しました。参加者の皆さんから種まぎの様子や生育状況の報告が続々と届いています。一部をご紹介します♪



わかばさん

苗が育ったので田植えをしました。丁度天皇陛下が植えた時期と同じでした。



らいとゆいさん

やっと穂が出てきました!近くの田んぼでは沢山穂がついた稲を良く見かけます。ずっと心配でしたが無事に出てきて良かったです。孫達も大喜び!収穫が楽しみです♪



りんりんさん

4/28にバケツに種蒔きしました。



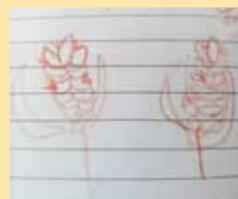
T.あいざわさん

8月14日すこし遅くなりましたが、穂が出ました。



ほくまるさん

苗の移し替えをしました。



あゆさん

稲の花が咲きました。つぼみがわれて、白い花(おしべ)が見えていました。田んぼの稲より穂が出るのがおくれたけれど、だいぶ大きくなりました。お米になるのが楽しみです。

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!

Instagramで写真募集中!

毎月1名様に「季節の農畜産物または加工品」(3,000円相当)をプレゼント!
詳しくはこちら▶



孫のために家庭菜園



自分で掘ったお芋で焼き芋を焼いて食べたよ!



自分で収穫したぶどうを早食い笑



はじめてのブドウ狩り



お米を炊いたよ



顔より長いナス



家庭菜園で採れたきゅうり



ぶどうが大好き♡



愛しい君へ

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!

イチジク「越の雫」 暑さに負けず出荷順調

旧越後中央地区



9月、県産イチジク出荷量の約8割を占めるブランド「越の雫」の出荷がピークを迎えました。

今年は110戸が約15ヘクタールで生産。イチジクは比較的暑さに強く、チューブなどのかん水設備が整っている園地が多いため、夏の猛暑・少雨の被害は少なく生育はおおむね順調です。

今年産の総出荷量は210トン(昨年実績1億8千万円)の見込みです。



集荷場に次々と持ち込まれる「越の雫」

優良和牛生産のため 管内巡回で構成員の意識向上

阿賀・阿賀野地区



8月30日、阿賀・阿賀野和牛改良組合は、牛舎巡回と意見交換会を行いました。和牛の発育を確認し合うことで、構成員の意識を高め合い、良い部分を吸収し、和牛の育種改良に活かすことを目的に毎年開いています。意見交換会では、農業普及指導センター担当者が構成員を対象に行った子牛育成アンケートの結果を報告しました。



2か所の牛舎を巡回しました

管内各地で さといも出荷開始!



五泉・新津地区

9月7日、秋葉区特産「里のいもこ」の出荷が始まりました。9月10日には、五泉一本杉集配センターでブランドさといも「帛乙女(きぬおとめ)」の選果を開始。五泉園芸組織連絡協議会野菜部会の新田幸夫部会長は「雨不足の年だったが生産者の懸命なかん水作業により、出来は平年並み。秋の味覚を味わってほしい」とアピールしました。



帛乙女の品質を確認する新田部会長



里のいもこをPRする新津アグリセンターの金子さん

お知らせ

主催:JA新潟かがやき



あそびにきてね

いい食の日/
2023.11.19(日)9:30~14:00
JA新潟かがやき
ファーマーズ・マーケット
いっぺこ〜と

贈答用
ルレクチエ
数量限定で
販売いたします。



野菜・くだもの・切花
特別栽培米おにぎり
とん汁セット
スイーツ販売予定!

※写真はイメージです。

しろねいい食の日

食育フェスティバル



〇×クイズ大会ゲスト
地域活性化モデル
山田彩乃さん
越後のコロナポ

9:30~
食べて実感!しろねの農産物販売
きゅうり詰め放題/かきのもとつかみ取り/きのご特売

11:00~
しろねの農家が環境に配慮した特別栽培米のおにぎりと
しろねの農産物を使用した特製とん汁セット販売(100セット限定)

9:30~
10月後半にホームページで公開予定/
しろね農産物を使ったスイーツ販売(100食限定)

13:00~
食べるを学ぶ、楽しむ〇×クイズタイム
クイズ正解者上位25名にしろね農産物詰め合わせをプレゼント!

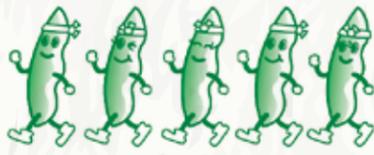
【アクセス】新潟市西区亀貝3066 ☎025-211-1831 営業時間9:30~18:00 水曜定休
ファーマーズ・マーケット いっぺこ〜と

「しろねのえだまめ」のブランド名を募集します! ~みなさまとともに産地ブランド化を目指します~

新潟県は枝豆の消費量が全国1位です。新潟市南区白根地区の枝豆は、JA新潟かがやきの「しろねえだまめ選果施設」から新潟県内はもちろん県外にも出荷しています。来年度の出荷に向けて、全国に誇れる「しろねのえだまめ」の愛称をつけていただきたく、ブランド名を募集します!

しろねのえだまめの特徴

- ・6月~10月まで切れ間なく品種リレーをしながら栽培を行っています。
- ・若手からベテラン農家まで隔たりなく、団結して生産しています。
- ・新潟市南区(旧白根市)は、川に囲まれており、水が豊かな環境で栽培しています。



応募期間

10月1日(日)~10月31日(火)

応募方法

オンラインまたはハガキ
・ハガキでの応募

オンライン応募は
こちらから▶



①ブランド名 ②ブランド名の理由 ③氏名 ④年齢 ⑤住所 ⑥電話番号
裏面に上記項目①~⑥をご記入の上、下記宛先まで郵送ください。
〒950-1431 新潟市南区上八枚字榎下浦1653-1 しろね南アグリセンター 宛



審査および選考方法

- ・応募締切後、しろねえだまめ部会が数点に絞り込み、関係者で最終投票を行います。
- ・最終投票の結果より、1位(ブランド名採用者)・・・表彰+賞金+枝豆5kg1ケース(ブランド名表記) 2位・3位・・・枝豆5kg1ケースの贈呈を予定しております。
- ・ブランド名決定後、JA新潟かがやきホームページ、広報誌等で発表する予定です。

お問い合わせ

しろね南アグリセンター TEL025-371-1221 担当 田才



シフォンケーキ
プレーン

シフォンケーキ
チョコレート

こだわりの材料



緑と人が共生する住みやすい街

西区は、新潟市の中心部から近く、人口も多いため、学校や商業施設が複数立地しており、とても住みやすい街です。海に面しているため、夕日ラインから美しい夕日も見ることができます。また、ねぎ、くろさき茶豆、いもジェンヌ、すいか、大根など県内外に知られているブランド品の生産地です。西区には、JA新潟かがやきの直売所である「ファーマーズ・マーケット いっぺこ〜と」や「茶豆の里」があるので、そこでぜひ1度、特産品を手にとってみてください!

身体に
やさしい!



ふわふわ
スイーツ♪

今回の
お店

坂井輪支店 高橋 柚葉(右)
にいがた西支店 佐藤 綾乃(左)

ニコサク
2539 kitchen



イトインスペース



チョコミント味のアイスクリーム

JA新潟かがやきから購入している米粉を使用した身体に優しいシフォンケーキのお店「2539 kitchen」は、小麦や白砂糖を使わず、米油、ライスマイルク、水など全ての材料にこだわっています。オープン前の材料には、奥様が体調を崩してしまい、身体に優しいお菓子を食べてほしいと作ったこと。店名はお子さんの名前が由来で、家族への愛いっぱいのお店です。この日いただいた「カフェ&チョコレートミチココ」のチョコレートを使ったシフォンケーキはカカオの香りがとても良く、ふわふわでおいしかったです!



代表 中村 剛さん

《お店DATA》

新潟市西区内野町552

☎ コーヒー・アイスクリーム 7:00~、シフォンケーキ 10:00~ ☎ 営業日はInstagramをご確認ください。

Instagram



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そめを紹介!

Vol.5 西区



私たちが
紹介します!

【全体運】リーダーシップを発揮すると喜ばれます。困難な状況もあなたの頑張りで打開できるはず。買い物は上旬にツキ
【健康運】頑張り過ぎないで。友人とお茶を楽しむと◎
【幸運の食べ物】ギンナン

天秤座
9/23~10/23

【全体運】美術展やコンサートへ行き、芸術の秋を楽しみましょう。厄介事は取東へと向かいます。推移を見守って
【健康運】頑張り過ぎないで。目の使い過ぎに注意して
【幸運の食べ物】さんしょう

蠍座
10/24~11/22

お知らせ

○経営管理委員会報告 〈令和5年8月17日 営農経済本店ドリームホール〉

- 決議事項**
- (1)コンプライアンス基本方針の一部変更について
 - (2)一部コミュニティ店舗の窓口営業時間(昼時間休業)変更の実施について
 - (3)ATMの廃止について
 - (4)定款第57条第4項に基づく取引の承認について
 - (5)令和5年度産米仮渡金について

○理事会報告 〈令和5年8月17日 営農経済本店3階〉

- 決議事項**
- (1)不良債権の処理方針(新規)について
 - (2)貸出金の承認について
 - (3)貸出金の実行前条件変更について
 - (4)債権の償却について
 - (5)コンプライアンス基本方針の一部変更について
 - (6)コンプライアンス・マニュアルの一部変更について
 - (7)個人情報取扱規程の一部変更について
 - (8)出資金の減口について
 - (9)業務報告書の一部訂正について
 - (10)地区活動委員の変更について
 - (11)一部コミュニティ店舗窓口営業時間(昼時間休業)変更の実施について
 - (12)ATMの廃止について
 - (13)定款第57条第4項に基づく取引の承認について
 - (14)令和5年度産米仮渡金について

○臨時理事会報告 〈令和5年8月30日 本店2階〉

- 決議事項**
- (1)令和4年産主食用米最終共計について(旧JA新潟みらい)

お知らせ

支店窓口営業時間変更(昼時間休業)のお知らせ

当JAでは、働き方改革に伴う円滑な店舗運営を図るため、下記のとおり一部店舗の窓口営業時間を変更しますのでお知らせいたします。

お客様にはご不便をおかけしますが、窓口営業時間中は、店舗職員全員で対応し、満足度の向上に努めてまいりますのでご理解・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

- 1. 変更内容** 11時30分～12時30分まで窓口休業(昼時間休業)
- 2. 実施期日** 令和5年11月1日(水)より
- 3. 対象店舗** 中之口支店、西川支店、安田支店、京ヶ瀬支店 計4店舗

※ATMコーナーの営業時間は変更ございません。

アグリセンター・給油所からのお知らせ

10月1日より施行されたインボイス制度の対応として、購入時にお渡ししている①「送り状兼購買代金請求書」・②「レシート」が「適格請求書」になりますので、大切に保管してください。

尚、購買取引明細書は要件をみたしていないため、「適格請求書」ではありませんのでご注意ください。

①送り状兼購買請求書(各アグリセンター)



②レシート(各給油所)

売上		
JA全農		
本所SS		
東京都千代田区大手町1-2-3		
TEL:03-1234-5678		
登録番号:T1234567890123		
2022/02/28(月)15:41		
現金フリー	種	
93-904-000-00000000-000-00	手	
現金フリー	区分	10
No.0001	レギュラー	
20.00L/リ	¥150.0	¥3000
No.0002	レギュラー	
20.00L/リ	¥150.0	¥3000
合計		¥6,000
10%対象		¥6,000
(内消費税等)		¥545
数量:マノージャ	レシートNo.0001.01	

登録番号: T4564567897891

新潟県LPガス料金高騰対策家庭向け支援事業のお知らせ

今月のLPガス料金が値引きされています。請求書等の料金明細※を御確認ください。

新潟県では、一般家庭の負担軽減支援として、9月・10月分のLPガス使用料金(税抜き額)から毎月1,000円の値引きを行っています。

今月が値引きの対象となっていますので、通常の請求料金(税抜き額)から1,000円が値引きされています。

※請求書、検針票、Webの使用明細等に値引きの内容が記載されています。

問い合わせ先

新潟県家庭向けLPガス料金補助金事務局
 住所 〒951-8131 新潟市中央区白山浦1-636-30 (一社)新潟県LPガス協会内
 TEL 025-211-7511 FAX 025-233-6267
 Mail ngt-katei.shien@themis.ocn.ne.jp

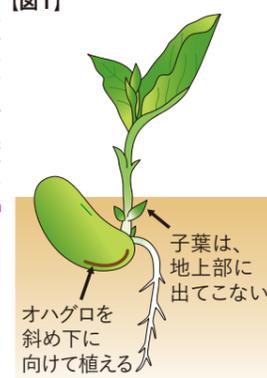
家庭菜園 やってみよう! ~そらまめ~

【鳥害対策と防寒対策】
 種まき直後は、カラスやハトが豆や芽を食べまてしまうことが多いので、本葉が出るまで「不織布」などをベタ掛けしておきましょう【写真1】。また、越冬時に大きく育った株は耐寒性が弱くなるので無理な早まきはしないようにします。直接霜にあたると傷みやよくなるので寒さが厳しくなる12月上旬から4月上旬頃までトンネル支柱に不織布や寒冷紗をかけると防寒



【写真1】

【圃場準備・播種】
 そらまめの発芽適温は15℃~25℃で、10℃以下・30℃以上では発芽率が悪くなるため10月中下旬を目途に播種を行います。元肥は目安として1aあたりチソン70g、100g、リン酸100g、150g、カリ100g、150gを定植1週間前までに施用し耕耘しましょう。そらまめの種子は深くまくと酸素不足になりやすいので、【図1】のように種子の尻部が地上にのぞいているくらいにまきます。畝幅120cm、株間30cm、1穴に2~3粒播種し、本葉が2枚くらいまでに1本に間引きします。



【図1】

子葉は、地上部に出てこない
 オハグロを斜め下に
 向けて植える

おすすめ資材

土づくり効果と肥料効果、そして混合肥料の相乗効果が期待できます。



エコレット055 20kg
 分水アグリセンター 中島 公子

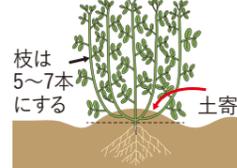
【収穫】
 【写真2】のように上を向いていた莢が下に垂れ、背筋が黒褐色になったら収穫時です。

【図2】
 冬の間はトンネル支柱を使い不織布や寒冷紗で覆う
 冬の強風に飛ばされないようハウスバンドなどで押さえておく

【図3】
 土寄せ
 枝は5~7本にする



【写真2】



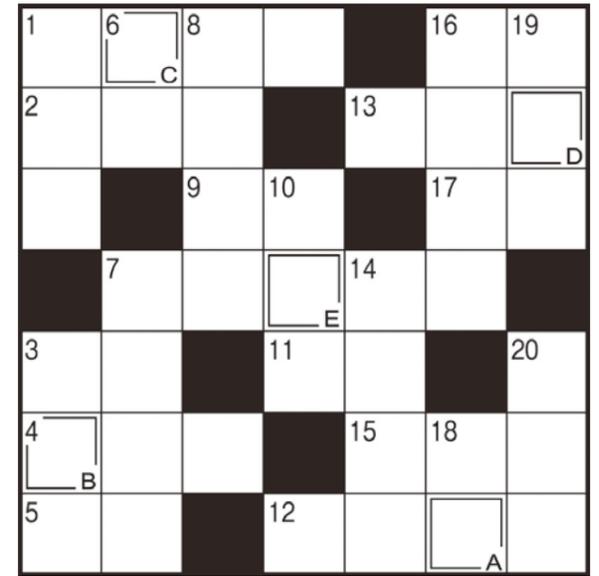
>CROSSWORD<

クワワードパズル

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？

Let's 脳活!



ヨコのカギ

- 秋桜と呼ばれることもある花
- 有効利用されていない土地
- イガに守られた実がなります
- 野球では右翼手ということも
- 小説家がつづるもの
- 寒くなる頃に日本に飛んでくるものもいます
- 春日局は徳川家光の——でした
- 刺し身にのっていることもある花
- 手紙のこと。往復——
- 絵を描いたり粘土細工をしたりする教科
- ローマやカイロ、マニラなど
- 日本海に大きく突き出た——半島
- 白川郷や下呂温泉で知られる県

タテのカギ

- オーストラリア固有の動物。子守熊ともいいます
- スペード、ハート、ダイヤ、——
- なるべく——嫌いをせずに食べてね
- 2枚の書類にまたがるようにはんこを押します
- カラオケでのレパートリー
- HPと表される仕事率の単位
- 秋の夜長にページをめくりつつ楽しみます
- 木材を切る道具
- 天井と向かい合っています
- 絹ごしや木綿があります
- リレーの選手がつなぐ物

答え	A	B	C	D	E
----	---	---	---	---	---

PRESENT
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11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。

9月号の答え アキナス

【おたより大募集!】10/31(火) 締切 (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「ここだけの秘密!」
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

- パズルの答え
- 郵便番号・住所
- 氏名(ふりがな)
- 年齢
- 電話番号
- 今月のお題「ここだけの秘密!」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

8月号のお題
「挑戦してみたいスポーツ」

- ヨガ。ゆったりとした動きで、健康のためにやってみよう。(燕市/J・Kさん)
- 私は学生の頃、バレーボールをやっていました。気の合う仲間とまたやってみよう。(新潟市西区/F・Sさん)
- 卓球、バドミントンと1週間に2回行っていますが、テニスをやってみよう。あのボール、ボールと聞こえるテニス! 中学の頃からなので、60年以上も前の事です。(新潟市江南区/Y・Sさん)
- マラソンに挑戦したい。今は杖が必要な体になりましたが、昔から走るのが好きで、杖があってもいいですね。思い切り走ってみたい。(五泉市/M・Iさん)
- 挑戦してみたいスポーツは「バドミントン」です。同居している中学生の孫がバドミントンをやっているの、私もやってみようかなと思いましたが、でも年齢的に無理かな!! (新潟市南区/T・Nさん)
- 県内に山城が数多くあるので、それらを山歩きしてみよう。(新潟市西蒲区/F・Hさん)

子どもと一緒に野球をしたいです!! 祖父とキャッチボールをしたりして軽く汗を流したいですね!! (阿賀野市/Y・Yさん)

トライアスロン。毎年、佐渡で競技会が開催されています。一度は、全国のみんなと走ってみたい。(燕市/K・Kさん)

60も半ばを過ぎた私には、汗をかけることが「スポーツ」みたいなのです。畑仕事で滝のような汗を流せるのが何よりのことです。早く、体重を80kg台から70kg台に減らしたいのです。(新潟市西蒲区/Y・Aさん)

水泳をやってみよう。でも、水着姿になるためにはダイエットが先です。トホホ... (新潟市秋葉区/K・Nさん)

頭の体操です。年齢的に競技スポーツは出来ないの、クイズ、パズル、ゲームなど脳トレに挑戦しています。脳の老化防止に少しでも役立つように。(新潟市秋葉区/H・Sさん)

普段から晩酌代わりにゲームをしているので、涼しい部屋でできる、eスポーツに興味があります。エアコンの涼しさも忘れるほど、ヒートアップしそうですけど... (新潟市西区/Y・Wさん)



健康情報

和食のすすめ「ご飯を食べまじり」

酷暑の夏が過ぎ、秋はご飯を中心とした和食が食べたくなる実りの季節です。

また、自然に感謝し、五穀豊穡を祈る祭りなどの行事が、全国各地で盛んにおこなわれる季節でもあります。近頃は、全国各地の食材や食品を簡単に食べられ、美味しいものはたくさんありますが、新米が食べられる時期に日本人の主食である「ごはん」の魅力をお伝えしたいと思います。

お米の主な成分は、炭水化物77%、たんぱく質6%、脂質1%が含まれ、パワフルなエネルギー源です。脂質が少ないため消化はよく、主食となるパンや麺にくらべ塩分は含まれていません。そのためご飯の良いところは、よく合うおかずがたくさんあるということです。たんぱく源である魚や肉、卵や大豆製品(納豆や豆腐など)主菜、ビタミン・ミネラル・食物繊維が豊富な野菜やきのこ類、海藻類など副菜をそろえて食べるのができます。調理方法は煮る・蒸す・焼く・炒める・揚げるなど、どの料理にしてもおいしくご飯が食べられます。白いご飯は、毎日食べても飽きることがありません。

昔から言われる「一汁三菜」とは、元々ご飯と汁物に加えて、漬物となります。焼き物または煮物の献立だった

新潟医療センター 栄養科管理栄養士 小坂恵子

たようですが、現代ではご飯と汁物の他に、主菜と副菜2品を食べる献立を一汁三菜としています。つまりバランスよい食事です。日本は四季がはっきりしていて、季節ごとに食べごろとなる旬の食材があります。旬の食材は、脂がのっている、身が引き締まっているなどおいしく食べられ栄養素も豊富です。

秋の旬の食材は、さんま・さば・鮭・里芋・さつまい芋・蓮根・しいたけ・舞茸・南瓜・栗・ごぼう・柿・ぶどう等々あります。秋の味覚メニュー
・ご飯・豚汁・さんまの塩焼きと大根おろし・南瓜の煮物
・舞茸・ご飯・わかめの味噌汁・肉じゃが・小松菜のお浸し
・ご飯・きのこ汁・鮭のホイル蒸し・蓮根の金平
旬の魚や野菜など、おかずをご飯と一緒に食べましょう。



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… **横越地区**

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♪

じゃがいものガレット

表面はカリッと、中はホクホク、チーズが香ばしい!

材料(2人分)

じゃがいも …… 350~400g
ベーコン …… 3~4枚
スライスチーズ(とろけるもの) …… 3枚
片栗粉 …… 少々
塩、コショウ …… 適量
オリーブオイル …… 適量
ドライパセリ(仕上げ用) …… 適量

作り方

- ① じゃがいもを細めの千切りにして軽く塩をしてよくもみ、10分位したらしっかり絞る。
※この時水にさらさない。デンプンによりくっつきます。
- ② ①の中に細切りベーコン・スライスチーズ(適当なサイズにちぎったもの)塩・胡椒を入れて混ぜる。最後に片栗粉を入れ形が整えられるようにする。
- ③ フライパンにオリーブオイルを入れ、②を入れ形を整えて蓋をして弱火で12分焼く。
- ④ 焼き色がついてきたらひっくり返して形を整え再度蓋をして弱火で12分焼く。
※ひっくり返すときはフライパンより少し小さめのお皿を使うと、形が崩れにくくきれいにできます。
- ⑤ 蓋を取って両面とも数分焼き表面をカリッとさせる。
- ⑥ お好みでドライパセリを振って完成。お好みでケチャップをつけても。



新鮮組の
今月のおすすめ!

秋の味覚がたくさん!

秋葉区は八珍柿の原木があり、おけさ柿の産地。9月下旬からは早生種の「刀根早生」が多く出荷されます。また、早掘りの里いも(大和早生)の栽培も盛んで、直売所でもたくさん販売しています。晩生種の枝豆(丹波の黒豆、肴豆など)もとてもおいしいですよ!



新米が登場

秋葉区で栽培されたガイドライン栽培のコシヒカリ「さつきむすめ」販売中です!



新鮮組 住所 新潟市秋葉区川根438 電話 0250-21-6633(※花夢里にいつ) 営業時間 9:00~17:00 定休日 年末年始

JA新潟かがやき

ONLINE SHOP
オンライン
ショップ

新米が出回り始めました。生産者が丹精込めて育てたお米をご自宅用、ご贈答用にいかがでしょうか。オンラインショップはJA新潟かがやき管内、各産地のお米を取り扱っています。また、プロ野球東京ヤクルトスワローズと燕市との交流・連携事業により誕生した「つば九郎米」も令和5年産は新パッケージで取り扱っています。



実りの秋! 新米販売中!

●組合データ(令和5年8月末現在)

正組合員数	28,814
准組合員数	30,308
合計	59,122
出資額	126億8315万2千円
貯金高	4191億6934万円
貸出金高	1059億1450万円
長期共済保有高	1兆3340億6447万円
年金共済保有高	101億296万円
購買品供給高	82億4194万円

耕そう、大地と地域の未来。

JA新潟かがやき

広報誌 かがやき 2023年10月号 Vol.19

〒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!

