



こころ耕し、いのち育む。

広
報

えちご上越

特 集

特集1 JA自己改革実践報告

特集2 ごはん・お米とわたし作文・図画コンクール入賞作品紹介

2021

03

Vol.241



JAえちご上越



①=浦川原物産館利用組合の皆さんと店舗職員。(前列右から五十嵐さん、西山さん)
②=手づくりこんにやくの製造風景。
③、④=開店前に会員自慢の新鮮野菜や手づくり加工品を、自らの手で並べていきます。

浦川原物産館利用組合

組合長 上野陽市さん
(前列右から3人目)



浦川原物産館

浦川原区顕聖寺にあるJAえちご上越の「浦川原物産館」は、地元の新鮮な野菜や農産加工品、手工芸品などバラエティーに富んだ品ぞろえの直売所です。浦川原・安塚・大島の3地区の農業振興や農産物の販売拡大に向けて平成10年にオープンし、地域の立ち寄りスポットとして長年親しまれています。現在、物産館に商品を出荷する「浦川原物産館利用組合」の会員数は297。地場産品を利用した加工品を出荷する会員も多く、店内には手づくりの味噌やおやき、豆腐、餅など農家自慢の品が並びます。上野陽市組合長は、「豪雪地帯に位置するわかば地域では昔から農産加工が盛んで、家庭によって味やつくり方もさまざま。そのおいしさをもっと多くの人に知ってもらい、大切な食文化として受け継がれるよう、浦川原物産館ではPRに力を入れています」と話します。

地域に伝わる農産加工品の おいしさを伝えたい

す。

物産館で一番人気の加工品は「手づくりこんにやく」。生芋からつくるこんにやくは、独特の歯応えと食べ応えの良さ、味の染み込みやすさが特徴で、午前中に売り切れてしまうことも多いといえます。こんにやくを出荷する浦川原区の五十嵐佐代子さんと西山由紀子さんは、「昔ながらのつくり方を守り、手づくりのおいしさを多くの人に知ってもらえたら良いなと思っています」と笑顔を見せます。

また、地元の加工グループ「美女クラブ」が毎週月・金曜日に実施する「おやきの実演販売」も人気で、毎回多くの人々が訪れます。野沢菜やあんこが入った出来立てのおやきを購入できるだけでなく、ガラス越しに製造風景を見学することもでき、買い物客から好評です。

今後の利用組合の目標について上野組合長は、「これからも浦川原物産館に安全・安心でおいしい加工品が並ぶよう、後継者の掘り起しや育成に取り組んでいきます。お客さまには、おやきのように色々な加工品の製造風景を知っていただき、愛着を持ってもらえればうれしいです。物産館が地域の食を盛り上げる拠点となるよう、会員一丸となってがんばります」と意気込んでいました。



新型コロナウイルスの影響で令和2年度の集落座談会が中止となりました。今後、このような状況下でどのように組合員の意見を聴いていくのでしょうか？



新型コロナウイルスが日本でまん延し始めておよそ1年が経ち、私たちの生活や各業界に甚大な影響を及ぼしています。

JAでは、昨年の第19回通常総代会は書面議決中心に規模を縮小しての開催となりました。また、農協まつりなどのイベントや諸会議、さらには組合員の皆さまから貴重なご意見・ご要望を頂く集落座談会も、感染拡大防止のためやむを得ず中止としました。

集落座談会の中止に伴い、組合員の皆さまには農家組合長を通じて「JAに対する意見・要望の記入用紙」を配付し、支店あてに提出いただきました。皆さまからのご意見はJA経営管理委員会などで協議・検討を行い、経営計画に反映させるとともに、主だったものについては後日、広報誌を通じてお知らせする予定です。

また、今年春には総代ならびに農家組合長の皆さまと意見交換する場を設ける予定です。徹底した感染防止対策を講じた上で実施いたします。但し、新型コロナの感染拡大状況により中止となる可能性もあることを、予めご了承いただければ幸いです。



理事長
羽深 真一

この先、新型コロナウイルスがある日突然なくなるとは考えられず、組合員の声を聴き、反映させる新しい仕組みづくりが必要です。組合員の皆さまから率直なご意見をいただけるよう、地域の実情に合った新しいJAの情報発信や意見集約の方法を検討してまいりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

役員会だより(主な協議事項)

第14回理事会(1月28日開催)

- ・令和3年度監査計画について
- ・「不良債権」の処理方針について
- ・会計監査人の再任に伴う報酬等の決定について
- ・(株)上越コープサービスの令和3年度事業計画について
- ・出資口数の減少について
- ・諸規程等の変更について
- Ⅰ. 減損会計要領

- Ⅱ. 鍵・カード管理要領
- Ⅲ. 共済業務権限表
- Ⅳ. 貸出権限表
- ・堆肥施設における散布料金の設定について

第15回理事会(2月3日開催)

- ・雪害による共同利用施設の解体・撤去および復旧工事について

目次

16	14	13	12	10	8	3	6	4	2
うんまいレシピ	JAからのお知らせ	直売所通信	くらしに役立つJA情報 知って得する信用・共済	営農情報	今月の話題	役員室から	特集2 ごはん・お米とわたし 作文・図画コンクール 入賞作品紹介	特集1 JA自己改革実践報告	Face to Face

◎「おたより広場」と「クロスワードパズル」は別紙折り込みとさせていただきます。

JAえちご上越の組合員
40,038人
(令和3年1月末現在)

正組合員 17,224人
准組合員 22,814人

特集1

地域になくてもならない存在であるために



JA自己改革実践報告

JAえちご上越では、「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域の活性化」の基本目標の達成に向け、自己改革に取り組んでいます。令和2年度の事業・活動を中心に、自己改革の実践状況を報告します。

「地域の活性化」を目指して

上越地域の
魅力を発信！

▶「無印良品 直江津」とあるるん畑が連携

令和2年7月にオープンした「無印良品 直江津」には、あるるん畑と連携して地場産品の魅力を発信する「なおえつ良品市場」が設置されています。旬の野菜や米、農産加工品などを取り扱い、上越産の販売拡大や新規客層の獲得を目指しています。



▶支店協同活動

支店を中心に、地域からの要望を取り入れた活動を実施しています。令和2年度は新型コロナウイルスの感染防止対策を講じながら地域の美化活動や地場産品の直売活動、小・中学生を対象とした食農教育などに取り組みました。



▲小学生が伝統野菜の栽培に挑戦。(浦川原支店)



▲地場産野菜の即売イベント。(和田支店)



▲支店・施設職員らによる美化活動。(安塚支店)

▶地域福祉の一助に

令和2年度の新採用職員が農業実習で生産した「新米の新米(つきあかり)」120kgを、「フードバンクじょうえつ」に寄贈しました。フードバンクじょうえつは、児童養護施設や福祉施設、こども食堂などに食料提供を行い、食品ロス削減に取り組んでいます。

JAでは今後も安全・安心な食の提供と、誰もが安心して暮らせる地域づくりに貢献していきます。



生産の苦労や喜びを知るため、
通年で農業実習を行っています。



▲目録を手渡す笹原茂会長(右)。



「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」を目指して

▶ えちご上越米の販売戦略

●家庭用から業務用まで、主食用米の独自品ぞろえ

- ◎地域特性に合ったこだわりの「コシヒカリ」
- ◎値ごろ感があり、安定した需要を持つ「こしいぶき」
- ◎冷めてもおいしい、安定品質と良食味の「みずほの輝き」
- ◎弁当・おにぎり用として需要が高まる「つきあかり」 など



JAえちご上越は県内のどこよりも作付品種数が多く、全国の取引先からの多様な需要に対応できることを強みにして、販売拡大や販路開拓に取り組んでいます。

●契約栽培で農業所得の安定確保へ

- ①「コシヒカリ」「こしいぶき」「みずほの輝き」「つきあかり」の複数年契約栽培を推進し、農家が安定した農業所得を確保できるよう努めています。
- ②もち米や酒米でも、県内取引先との契約栽培を進めています。

●水田活用米穀を含めた多様な需要への対応

一定の手取水準を確保した多様な需要に応じた「水田活用米穀」の複数年契約栽培を拡大させる計画です。

▶土づくりで品質向上・収量安定へ

令和元年の異常高温による品質と収量の低下を受け、2年度は気象変動に負けない米づくりを推進。ケイ酸資材を積極的に活用した土づくりに向け、JAでは資材の購入助成を実施しました。

令和2年産米用土づくり資材の活用助成(令和元年9月1日～令和2年6月30日実施)

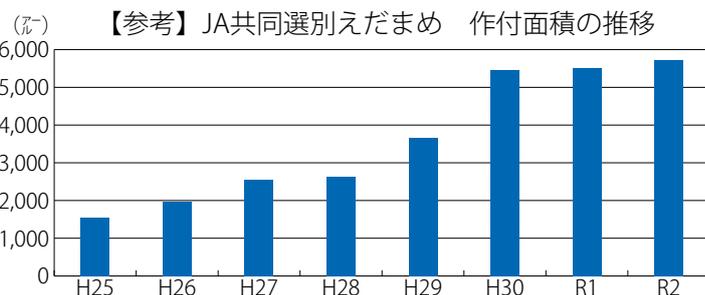
- 助成単価:300円/袋
- 助成合計金額:15,824,400円
- ケイ酸資材の供給実績:60,218,410円【前年対比 約147.7% ※R元 40,760,195円】

品質向上・収量安定に向けて土づくりへの意識が高まり、ケイ酸資材の利用が大きく増加しました。

※ケイ酸資材は、えちご上越ソイル元気、越後の輝きソイル米スター、スーパーシリカプレミアムなど。

▶園芸振興に向けた土台づくり

年間販売額1億円の産地をつくろうと、えだまめを中心とした園芸重点品目の面積拡大と販売・取引力の強化を図っています。園芸拠点集出荷施設では、えだまめやアスパラガス、ピーマンなどの選別作業を代行し、農家の生産拡大をサポートしています。



▶支店別農業振興計画



▲ゴボウの試験栽培。(三和支店)



▲スマート農業技術の実演。(有田支店)

地域の実情を踏まえ、支店ごとに農業振興計画を策定し、農家とともに課題解決を図っています。令和2年度は、スマート農業技術の研究、土地柄に合った園芸品目の導入・拡大(ピーマン、ゴボウなど)、鳥獣被害対策、栽培・収穫体験事業などを実施しました。

ごはんのお米とわたし

作文・図画コンクール 入賞作品紹介

作文部門

優秀賞 新潟日報賞

鋼鉄の手のおにぎり

上越市立三和中学校

2年

佐藤 さとう

陽里 ひかりさん

「あれっ今日ごはん無いの？」夕飯の用意をしながら私は祖母に尋ねた。

「ああもう少しで炊けるからちよつと待ってないね。」と祖母が答える。私は炊きたてのごはんがあるとどうしても祖母の作るおにぎりが食べたくなるのだ。ピーピーお米が炊きあがるのとはぼ同時に私は「おばあちゃん塩むすび作って」と、元気よく注文していた。すると祖母は、驚いて少し目を丸くしながら「はいよ、ちよつと待ってないね。」と言い、釜を取り出した。

祖母がおにぎりを作っている姿は私にとってはただただ驚きでしかない。なぜなら祖母のその手が本当に人間離れしているからだ。祖母は湯気の立ちのぼる釜に手を入れ平然とおにぎりをにぎり始めたのだ。私は当然「熱くないの？」と率直な疑問をぶつける。すると祖母は決まって「ばあちゃんの手は鋼鉄の手だからね。」と冗談を言う。この鋼鉄の手を聞くと私は正直、少し悲しくなる。祖母の手は、

長年の農作業のために硬く、厚くなってしまっている。だからちよつとやそつとの熱さはほとんど感じないのだ。また、祖母の手は関節が少し、自由でなく握りしめることもあまり出来ない。

しかし、私は祖母のこの手で作るからこそあのとてつもなく絶妙な味・食感のおにぎりが生まれるのだと思う。

私と祖母の至福のおしゃべりタイムが終わると、「さ、できたよ。」と言っておにぎりを二つお皿に置いてくれる。たくさん湯気が放つおにぎりの香りが胸いっぱい広がる。一口食べると思わず「熱っ熱っ」と言ってしまう。軽くふんわりとにぎられたおにぎりは、空気をたくさん含み、お米も一粒一粒がしっかり立っているのだ。とても塩が効いているが、それもまたお米の甘みとあいまってとても食欲をそそのかすのだ。私はこのおにぎりを食べると自然と笑みがこぼれ、心が優しい気持ちになっていく。おにぎり一つでこんなに幸せな気持ちになるとは思わなかった。しかし、これは祖母が私達の事を思っただけでなくくれたからなのではないかと感じた。

「おばあちゃんすつごくおいしいよ。」私はこの一言を毎回伝える。すると「そうかね、そうかね。」と祖母が笑顔で返事をくれる。

何かたくさんのお言葉を伝えなくても、ビックリするくら



園児や小・中学生が、毎日のごはんでおいしかったことや、家族とのコミュニケーション、お米・ごはん食に関しての思い出や考えたことなどを自由に表現するコンクールです。今年度は新潟県内で作文147点、図画843点の応募がありました。ここでは当地域から出品され、優秀賞を受賞した作品をご紹介します。

い二人の心が通い合う。おにぎりを通して私と祖母は今までよりも更に絆を深めることが出来た。

祖母の作るおにぎりには他にも五目おにぎり、炊き込みおにぎり、おかかおにぎり、シヤケおにぎり…などたくさんレパートリーがある。そしてそのどれもが文句なしにおいしいのだ。外で仕事をしてきてどれだけ家に入るのが遅くなっても、祖母は一から手作りでおにぎりを作ってくれる。祖母が「陽里たちがたくさん食べるようにね。」と言って作ってくれたおにぎりたち、特に五目おにぎりには祖母特製の甘い五目と白米がとても良く合い私は食欲がない時でもたくさん食べられるのだ。

祖母のおにぎりを食べている時、私は笑顔になっている。悲しい事があっても、おにぎりの湯気に包まれるような、祖母の手に包まれるような気持ちになって心が温かくなる。私は、祖母のおにぎりを通しておにぎりのおいしさ、お米のおいしさだけでなく、祖母の優しさまでもを感じる・知ることが出来た。

私はおばあちゃんのおにぎりが大好きだ。あの食べた人みんなを笑顔にする魔法のようなおにぎり。私もいつか大切な人に作りたいと思う。

「おばあちゃんおいしいご飯をいつもありがとう。おばあちゃんのおにぎりは日本一だよ!!」

図画部門

優秀賞 UX新潟テレビ21賞

お母さん 早く一緒に食べよう!!

上越市立直江津東中学校

1年

高橋 たかはし

李嘉 ももかさん



受賞おめでとう

ごさいます



長年の功績を称え感謝状を贈る

JA えちご上越年金友の会 会長会議



羽深理事長(左)が5人の年金友の会会長に感謝状を贈りました。

2月2日に年金友の会会長会議をJA本店で行い、各地区の会長や支店長が出席しました。議事では、令和2年度の活動や年金取扱状況などを報告。現在検討を進めている支店機能の再編に伴う年金友の会の体制変更について説明し、出席者の意見を聞きました。

また、通算で3年以上就任し、会の発展に尽力した会長を対象に感謝状贈呈式を実施。羽深真一理事長が、5地区の年金友の会会長にそれぞれ感謝状を贈りました。

野上農林水産大臣が雪害現場を視察

農家や笹原会長が被害状況を説明



竹田代表や笹原会長らが、野上農水大臣(左から2人目)に状況を説明。

今冬の記録的な豪雪により、上越市・妙高市ではJA施設や組合員の農業施設に大きな被害が発生しています。

1月23日には、野上浩太郎農林水産大臣が上越市を訪れ、農業被害の状況を確認しました。上越市大湊区の(農)大湊ナショナルカントリーでは大雪で倒壊した育苗ハウスを視察し、同法人の竹田稔代表が被害状況を説明。また、笹原茂会長も同行し、復旧費用の負担軽減など組合員の営農再開に必要な支援を要請しました。

米粉と野菜を使ったスイーツはいかが

柿崎小学校5年生があるんの杜で対面販売



児童は「子どもから大人まで食べられるおいしいスイーツです」とPRしながら、対面販売を行いました。

上越市立柿崎小学校の5年生46人は1月28・29日の2日間、自分たちで育てた「コシヒカリ」や、米粉を使ったオリジナルスイーツの対面販売を、あるんの杜で行いました。

スイーツは「春菊スノーボール」と「さつまいもモンブラン」の2種類を販売。地元の野菜と米粉を使ったメニューを児童が考え、あるんの杜が商品化しました。どちらも、各日100袋限定で用意し、販売開始からわずか30分ほどで完売となりました。

対面販売を行った児童は、「スイーツはみんなで考えた自信作だったので、たくさん売れてうれしかったです」や、「お菓子で春菊のおいしさをPRできてよかったです」と話していました。

練習の成果を発揮してゴール目指す

第42回妙高高原のんちゃんスキー大会



勢いよくスタートを切る選手たち。

2月6・7日の2日間、妙高市の赤倉観光リゾートで「第42回妙高高原のんちゃんスキー大会」が開催されました。妙高高原地区などの小学生約130人が参加し、アルペン競技とクロスカントリー競技に出場。選手たちは仲間や保護者らの声援を受けながら、日ごろの練習成果を発揮して力強い滑りでゴールを目指しました。

大会は、妙高高原ジュニアスキー育成会とJA妙高高原支店協同活動委員会が主催。地元の小学生に本格的なレースの機会を提供し、スキーの普及発展とトップ選手を育成することが目的です。

JAえちご上越の話題はフェイスブックなどで配信中!



JA えちご上越

フェイスブックはこちら➔



こちらも
チェック!



こころ耕し、いのち育む。
JAえちご上越
ホームページ

JA えちご上越

検索

旬の情報が満載!
SNS もあります

上越あるん村

上越あるん村

検索





作物の品種特性を確認し、次年度の指導に生かそうと熱心に研修する営農指導員。

指導力を高めて園芸振興に弾みを 園芸重点品目栽培技術研修会

当JAでは、これまでの作物担当と園芸担当に分かれていた営農指導体制を見直し、組合員から求められる総合的な相談体制の構築に取り組んでいます。

2月3日には全ての営農指導員を対象に、次年度に向けた「園芸重点品目栽培研修会」を実施。当JAの園芸重点品目「えだまめ」、「ブロッコリー」、「カリフラワー」、「キャベツ」、「アスパラガス」の収量増加に向けた管理方法について研修しました。

園芸畜産課は、「園芸品目の産地化を目指し、組合員へ迅速で的確な指導ができるように指導員全体の底上げとスペシャリスト育成を図ります」と話していました。



Point!

上越地域の園芸振興に向けて、JAの指導力を強化し、組合員の農業所得増大につなげていきます。

親しみやすい支店だよりを目指して 令和2年度支店だよりコンテスト 最優秀賞は安塚支店



▲令和2年度コンテストの受賞者とJA役員。



JAでは地域との結び付き強化に向けて、全24支店で「支店だより」を発行しています。内容はキャンペーン情報やイベント紹介、営農情報、職員紹介など支店によってさまざま。担当者は、さらに読みやすく親しみやすい紙面を目指し、レベルアップを図っています。

2月4日には令和2年度支店だよりコンテストの表彰式を実施。令和2年3月から12月までに発行した支店だよりを対象に、読みやすさや見栄え、オリジナリティなどに着目して審査を行った結果、最優秀賞は安塚支店、優秀賞は名立支店と浦川原支店、特別賞ははまなす支店と谷浜支店が受賞しました。



Point!

JA事業・活動の様子や身近な話題を盛り込んだ楽しい支店だよりを作成し、組合員や地域の皆さまとの良い関係づくりを進めています。

雪国ならではのブランドづくりに挑戦 雪下・雪室研究会 研修会



会員一丸となって雪下・雪室野菜の魅力を広めていこうとあいさつする相澤会長。

生産者とJAなどで組織する雪下・雪室研究会は1月26日に、新たな栽培品目の選定や雪室施設の活用方法を探るための研修会を行い、約20人が参加しました。研修では、雪下・雪室野菜向けの栽培品目として、カブやレンコン、長イモなどの根菜類や、アスパラガス、レタス、小松菜など耐寒性のある葉物野菜類を新たに選定。今後、貯蔵方法や糖度の変化などを研究し、生産に取り組んでいく考えです。

相澤誠一会長は「雪下・雪室野菜は雪国ならではの商品。おいさをしっかりPRして、ブランド力を高めていきましょう」と会員へ呼びかけました。



Point!

貯蔵方法の研究や品目選定を行い、雪下・雪室野菜の生産と販売の拡大を目指しています。

中山間地域の特産品づくりへ！山菜を出荷してみませんか

近年、山菜の収穫範囲について、個人のモラルが問われるケースが増えています。他人の所有地に入らないなど、採取可能な範囲を確認し、ルールを守って収穫をお願いします。

※市場出荷のため、単価が変わります。

<p>ワラビ 昨年実績に基づく 手取単価(税込) 230円/キロ</p>		<p>フキ 昨年実績に基づく 手取単価(税込) 150円/キロ</p>		<p>山タケノコ 昨年実績に基づく 手取単価(税込) 260円/キロ</p>	
---	---	--	--	---	---

新型コロナウイルスの影響により、令和2年は手取単価が低くなりましたが、一定の需要がある商品です。出荷者は、収穫した山菜からゴミを取り除いた後、指定の集荷場に持ち込みます。JAにて選別し、パック詰めを行います。(※1回目の出荷の際はお手数ですがご一報ください)

●受入品目:アケビの芽、ウド、ウルイ、カタクリ、コゴミ、コシアブラ、タラの芽、フキ、ノカンゾウ、フキノトウ、ミズナ、山タケノコ、ワサビの花、ワラビ

Bパワー注文を受付しています

良質な農産物の生産と土壌改善ならびに環境保全型農業に向け、
 粉殻を有機資材(たい肥)に変える
 「Bパワー(ぼかし原料)」の製造・
 販売を行っています。



申込期間:令和3年3月1日(月)~4月2日(金)
 引渡し期間:令和3年3月中旬~4月30日(金)
 引渡し場所:園芸拠点集出荷施設(上越市藤巻58-1)
 1キロあたりの価格:150円(税込)
 ※受注製造のため、お早めにお申し込みください。

**たい肥の
つくり方** 約10アールのほ場からとれる粉殻(約1㎡)に、Bパワー(ぼかし原料)5キロ、尿素1キロ、こぬか5キロ以上、十分な水分を与えて積み上げる。スコップなどで切り返しを行い、約1ヵ月半で完成!

お申し込み方法
 たい肥にしたい粉殻の重量(または何アールの粉殻か)とたい肥の使用時期をお申し込み時にお伝えください。

引渡し方法
 Bパワー(ぼかし原料)製造完了後、引渡しの日時などをご連絡します。

お申し込み・お問い合わせ先 園芸畜産課(TEL:025-521-5181)

トラクター・草刈機の安全対策とセルフメンテナンス講習会を開催します

農業は事故の発生率が高く、危険な産業ともいわれています。作業環境や機械整備の問題、機械操作ミスや加齢に伴う操作の遅れなど事故の要因はさまざまです。安全な使用方法やメンテナンス方法の習得を目的とした講習会を開催します。

■日時・会場 **参加は無料**

	午前の部	午後の部
3月23日(火)	はまなす支店	安塚支店
3月24日(水)	上越支店	板倉支店

■時間 午前の部:午前9時30分~11時30分
 午後の部:午後2時~4時

■研修内容
 ・身近で起きたトラクター・草刈機の事故事例と安全対策
 ・草刈機の修理およびメンテナンス方法の説明

■申込締切 令和3年3月12日(金) ■定員 各会場20人



※メンテナンス方法の説明では実機を使用する為、近くの施設へ移動していただきます。
 ※新型コロナウイルス感染予防のためマスクの着用をお願いします。また、感染状況により中止する場合があります。

お問い合わせ先 農業対策課(TEL:025-527-2035)

令和3年産用 農薬価格を改定しました

(令和3年2月1日から改定)

『営農生産ガイド2020』に掲載の水稲用農薬・茎葉除草剤についてお知らせします。 ※表示価格は予約引取り価格(円・税込)。

品名・規格		ガイド掲載価格	改定後価格	価格差	品名・規格		ガイド掲載価格	改定後価格	価格差
育苗用	カスミン粒剤(3kg)	4,328	4,169	-159	中後期除草	アトトリ豆つぶ(250g)	2,717	2,703	-14
	タチガレン粉剤(1kg)	1,310	1,379	69		ワイドショット1キロ粒剤(1kg)	3,011	2,998	-13
	ダコニール粉剤(3kg)	810	927	117		セカンドショットSジャンボMX(25g×20)	3,173	3,177	4
	ダコレート水和剤(500g)	3,909	3,923	14	特殊除草	クリンチャー1キロ粒剤(1kg)	1,515	1,453	-62
箱処理	パディート箱粒剤(1kg)	2,238	2,207	-31		バサグラン粒剤(3kg)	2,876	2,808	-68
	プリンススピノ粒剤6(1kg)	2,655	2,836	181		バサグラン液剤(500ml)	1,889	1,799	-90
	DR.オリゼパディート粒剤(1kg)	3,873	3,731	-142	殺虫	スタークル粒剤(3kg)	3,428	3,286	-142
	DR.オリゼプリンススピノ粒剤6(1kg)	3,961	4,115	154		スタークル粉剤DL(3kg)	1,467	1,399	-68
ルーチンブライト箱粒剤(1kg)	3,863	3,822	-41	スタークル豆つぶ(250g)		3,540	3,372	-168	
初期除草	エリジャン乳剤(300ml)	752	756	4		キラップ粒剤(3kg)	3,454	3,454	-
	メテオフロアブル(500ml)	1,240	1,256	16	キラップ粉剤DL(3kg)	1,358	1,358	-	
	デルカット乳剤(500ml)	1,978	1,978	-	MR.ジョーカー粉剤DL(3kg)	1,423	1,423	-	
	メテオ1キロ粒剤(1kg)	902	889	-13	殺菌	リンバー粒剤(3kg)	2,635	2,589	-46
	ソルネット1キロ粒剤(1kg)	724	738	14		オリゼメート粒剤(3kg)	2,283	2,451	168
	ショキニー豆つぶ(250g)	1,454	1,446	-8		フジワン粒剤(3kg)	2,201	2,305	104
一発除草	ボデーガードプロ1キロ粒剤(1kg)	2,963	3,006	43		バリダシン粉剤DL(3kg)	1,014	1,014	-
	ウィナー1キロ粒剤51(1kg)	2,938	3,055	117		ブラシン粉剤DL(3kg)	1,197	1,359	162
	コメット1キロ粒剤(1kg)	2,803	2,803	-		Zボルドー粉剤DL(3kg)	1,128	1,127	-1
	ベンケイ1キロ粒剤(1kg)	2,939	2,873	-66	オリブライ1キロ粒剤(1kg)	2,361	2,361	-	
	アップレZ1キロ粒剤(1kg)	3,027	2,974	-53	殺菌殺菌	ブラシンジョーカー粉剤DL(3kg)	2,218	2,379	161
	センイチMX1キロ粒剤(1kg)	3,021	3,021	-		ダブルカットスタークル粉剤DL(3kg)	2,204	2,204	-
	トップガンGT1キロ粒剤51(1kg)	2,938	2,946	8	茎葉除草剤	トレファノサイド粒剤2.5(3kg)	1,531	1,582	51
	コメット顆粒(80g)	2,865	2,781	-84		ラウンドアップマックスロード(500ml)	1,978	1,978	-
	ボデーガードプロジャンボ(30g×10)	3,001	3,085	84		ラウンドアップマックスロード(2L)	6,008	6,008	-
	ウィナーLジャンボ(50g×10)	3,232	3,366	134		クサクリーン液剤(500ml)	698	698	-
コメットジャンボ(30g×10)	3,065	2,994	-71	バスタ液剤(500ml)		2,164	2,164	-	
ベンケイジャンボ(25g×10)	3,267	3,202	-65	バスタ液剤(2.2L)		7,503	7,575	72	
ベンケイ豆つぶ(250g)	2,884	2,889	5	ザクサ液剤(500ml)	2,143	2,149	6		
アップレZジャンボ(40g×10)	3,329	3,236	-93	ザクサ液剤(2L)	7,258	7,258	-		
センイチMXジャンボ(50g×10)	3,197	3,197	-	カソロン6.7粒剤(3kg)	2,520	2,514	-6		
トップガンLジャンボ(25g×10)	3,093	3,092	-1						
トップガンL豆つぶ(250g)	2,884	2,988	104						

農機センター 春期(繁忙期)の対応について

施設名	休日(土・日・祝日)を営業日とする期間
農機センター上越 農機センター頸北 農機センター頸南	4月10日(土)～5月30日(日)
農機センターわかば	5月1日(土)～5月30日(日)

※営業時間は午前8時30分～午後5時までといたします。



やる気あふれる
新生活スタート!



春は日々の寒暖差や気圧変動の大きい季節で、交感神経が活発に働き、だるさや疲れやすさを感じたり、頭痛やめまい、気持ちの高ぶりによる不眠など不調が出やすくなります。対策の一つとして、肝臓の働きを助ける“苦み”のある食材と、“酸味”のある食材(酢や梅干しなど)を組み合わせるのをおすすめです。

くらしに役立つ



担当: 地域ふれあい課

春の体調を整える
おいしい食材

山菜&とうな

上越地域で採取される山菜

フキノトウ、カタクリ、アマドコロ、ノカンゾウ、コシアブラ、ワサビの葉・花、コゴミ、ウルイ、タラの芽、ウド、ワラビ、フキ(ノブキ)、山タケノコなど種類豊富!



香りが高く独特な苦みやコクを持つ春の山菜を楽しもう!

採取後はアクがどんどん強くなるので、油で揚げたりゆでたりするなどアク抜きが必要です。ゆでて冷水にさらすときは、「噛んで多少渋みを感じる」程度が目安です。ゆで過ぎると風味が損なわれるので注意しましょう。



とうな(三月菜・五月菜)

地域に根付いた伝統野菜「上越野菜」にも認定されている、上越地域ではおなじみの葉物野菜。寒さの中でじっくり育つことで甘みが増します。

JAの食育活動のご紹介 次世代に向けた出前講座

女性部が講師となって、子どもたちに食・農の大切さを楽しく伝える出前講座(内容は要相談)を行っています。PTC活動などで興味のある方は、お気軽にお問い合わせください。

■お問い合わせ先 地域ふれあい課(TEL:025-527-2030)



浦川原小学校
~土鍋ごはんと野菜料理~

野菜の切り方の説明をよく聞いて、上手に包丁を使うぞ!



北諏訪小学校
~豆腐づくり~

細かくつぶした大豆と水を火にかけて…うまくなりますように。



金融共済部からのお知らせ

知って得する信用・共済
vol. 12

資産形成はiDeCoで!

個人型確定拠出年金(愛称:iDeCo)とは、**税制優遇のある**年金制度です。月額5,000円から始められる長期積立を、税金の負担を軽くして運用することで、将来受け取る自分の年金を増やすことを目指せる仕組みです。税制優遇メリットが**三拍子揃っている** iDeCoは、老後資金づくりに適した商品となっています!

☆iDeCo加入で享受できる3つの税制優遇メリット

拠出時 掛金が全額「**所得控除**」※1
所得税と住民税がおトク

運用時 運用益が「**非課税**」※2
効率よく増やせておトク

受取時 「**退職所得控除**」「**公的年金等控除**」
大きな控除がおトク

☆加入申込はwebからカンタン!



JAバンク iDeCo ホームページ:
<https://www.jabank.org/ideco/>



JA職員がweb入力を代行することも可能ですので、お気軽にご相談ください!

©よりぞう

老後のために備えたい方は
JAバンクの
iDeCo
【個人型確定拠出年金】

※1. 税負担軽減額は年収・掛金額などにより異なります。(課税所得がない場合は、所得控除を受けられません)

※2. 運用中の年金資産には、1.173%の特別法人税がかかりますが、現在は課税が凍結されています。

■原則、60歳まで途中の引き出し、脱退はできません。 ■運用商品は、ご自身でご選択いただけます。運用の結果によっては、損失が生じる可能性があります。

■加入から受け取りが終了するまでの間、所定の手数料がかかります。 ■JAバンクはみずほ銀行のiDeCo(個人型確定拠出年金)プランの一部業務を受託しています。



上越あるん村 3月から営業時間が変わります

3月1日(月)より、上越あるん村の営業時間が下記の通り変更となります。

令和3年3月1日(月)より



午前9時30分～午後6時(通年) 定休日:12月31日～1月3日



午前9時30分～午後6時(通年)
定休日:毎週水曜(祝日の場合は営業。翌木曜を代休)、12月31日～1月4日



午前9時30分～午後6時(通年) 年中無休(臨時休業あり)

☆3月7日(日)まで

**「ひな祭り&
スイーツフェア」
を開催中**

3月3日(水)のひな祭り
当日は、あるん杜も
営業します!

(※翌4日(木)は休業)

あるん杜 Vege'c 卒業・入学のお祝いに ギフトセットはいかがですか

※価格は税込。写真はイメージのため、内容が変更となる場合がございます。

3種類のサイズのオリジナルギフトセットをご用意しています。Vege'cオリジナルの新食感スイーツ「米ジェンヌ」のほか、米粉クッキーやパウンドケーキなど定番の焼菓子が入った特別商品です。大切な人への贈り物にぜひご利用ください!

ギフトセットL

3,200円(約13個入り)

ギフトセットS

1,600円(約6個入り)

ギフト
セットM

2,200円
(約8個入り)

あるん畑 自然の恵み・山菜の おいしい季節が到来!

雪解けとともに山菜が売り場に並び始めます。フキノトウの出荷を皮切りに、カタクリ、コゴミ、ワラビ、ウドなどさまざまな山菜を販売! 春の味覚をお楽しみください。

※天候や雪解け状況などにより商品種類や販売数量にバラつきが出る場合がございます。



新規出荷会員 大募集

春は野菜・山菜がよく売れるため、農業所得アップのチャンスです。直売所への出荷に興味のある方は、あるん畑までご連絡ください。

浦川原物産館

おすすめ品



家庭用だけでなく贈り物としても人気の切り餅のほか、各種農産加工品を取りそろえています。



地場産の果物やジャムもおすすめです。自然のおいしさをご賞味ください。

お問い合わせ先 上越あるん村(代表TEL:025-525-1183)、浦川原物産館(TEL:025-599-2387)





令和3年度「にいがた農業応援ファンド」募集事業のお知らせ

1. 1億円園芸産地チャレンジ事業

「新潟県園芸振興基本戦略」で推進する販売額1億円増を目指す「産地育成計画」を策定している園芸産地において、園芸生産の規模拡大や新たに園芸生産に取り組む際に要する費用の30%を助成します。

(上限50万円、県域助成枠: 上半期2,000万円、下半期1,000万円)

■ 募集期間

- ①上半期: 令和3年4月1日～令和3年4月30日
- ②下半期: 令和3年10月1日～令和3年10月29日

■ 事業実施期間

- ①上半期: 令和3年4月1日～令和3年9月30日
- ②下半期: 令和3年10月1日～令和4年3月31日

2. 園芸生産拡大支援事業

園芸生産の規模拡大や新たに園芸生産に取り組む際に要する費用の30%を助成します。

(上限30万円、県域助成枠: 上半期1,000万円、下半期1,000万円)

■ 募集期間

- ①上半期: 令和3年4月1日～令和3年4月30日
- ②下半期: 令和3年10月1日～令和3年10月29日

■ 事業実施期間

- ①上半期: 令和3年4月1日～令和3年9月30日
- ②下半期: 令和3年10月1日～令和4年3月31日

3. 新規・親元就農応援事業

① 新規就農者営農支援事業

就農後3年以内かつ満年齢が18歳以上50歳未満で、青年等就農計画の認定を受けた認定新規就農者や農業経営改善計画認定者で、かつ独立就農者の営農費用の一部を助成します。

② 親元就農応援事業

平成31年1月～令和3年12月に親元就農した満50歳未満の子またはその配偶者を持つ担い手農業者へ営農費用の一部を助成します。

(上限20万円、県域助成枠: 1,500万円)

■ 募集期間: 令和3年7月1日～令和3年7月31日

■ 事業実施期間: 令和3年4月1日～令和4年3月31日

4. 商談会等販路拡大の活動支援事業

商談会などを通じた県産農畜産物の販路拡大に繋がる取り組みに要する費用を助成します。

(上限: 国内10万円、海外30万円、県域助成枠: 500万円)

■ 募集期間: 令和3年2月1日～令和3年12月30日

■ 助成対象期間: 令和3年2月1日～令和4年1月31日に開催される商談会など

※各事業の詳細な内容については、問い合わせ先までお願いします。

■ お問い合わせ先

各支店・出張所、各営農センター、または融資課(Tel:025-527-2002)

<令和2年度に「にいがた農業応援ファンド」を利用された方々>



令和2年に親元就農した妙高市の吉越傑さん(写真左)と父親の信之さん(右)。稲作経営を行っています。



令和2年に親元就農した妙高市の小出聖さん(写真中央)と父親の信行さん(右)。稲作経営を行っています。

コンテナ・パレットの返却にご協力ください

これまでにJAが貸し出した園芸用コンテナと肥料用パレットは、JAの大切な資産です。自宅や倉庫にJA名が入っている返却し忘れたコンテナ・パレットはありませんか? ご確認の上、必ずご返却をお願いします。

■ 返却先

園芸用コンテナ: 園芸拠点集出荷場(TEL:025-521-5181)

肥料用パレット: 中央資材店舗(TEL:025-527-2000)、

または最寄りの資材店舗



パレットイメージ

コンテナイメージ

JAの自動車共済なら24時間・365日の安心サポート

事故の場合は **フリーダイヤル 0120-258-931** (24時間受付)

レッカーロードサービスは **フリーダイヤル 0120-063-931** (24時間受付)

平日の営業時間内(午前8時30分～午後5時)は、JAえちご上越までご一報ください。



令和4年度 職員募集のお知らせ

■採用人員および職種など

総合職:計10名程度

- ①事務・営業・施設業務:6名程度
- ②営農指導業務:1名程度
- ③農業機械整備、または自動車整備業務:1名
- ④葬祭業務:1名
- ⑤障がい者雇用枠:1名

■応募資格

令和4年3月大学・短大・専門学校を卒業見込みの者(全学部・全学科)

※高校生の募集は、広報誌7月号でご案内します。

■応募要領

①応募受付期間

令和3年3月15日(月)～令和3年4月5日(月)

②応募方法

当JAホームページ「職員採用情報」より、エントリーシート
の入力をもって応募完了となります。

③お問い合わせ先

JAえちご上越 総務部人事教育課(採用担当)
住所:〒943-0817 新潟県上越市藤巻5番30号
TEL:025-527-2001
Eメール:jjinjikyokuika1@ja-ej.com

メールはこちら

■採用試験

【1次試験】

日時:令和3年4月15日(木) 午前9時～午後3時頃
会場:JAえちご上越 本店

試験内容:能力試験、適性検査、個別面接試験

【2次試験】

日時:令和3年4月26日(月) 午後1時～
試験内容:常勤役員による個別面接試験

■合同説明会

①広報しえん主催「就職縁日」(上越会場)

日時:令和3年3月6日(土) 午後1時～

会場:上越観光物産センター(上越市大字藤野新田175-1)

②上越商工会議所主催「大卒等合同企業説明会」

日時:令和3年3月17日(水) 午後1時～

会場:デュオ・セレッソ(上越市西城町3-5-20)

■JA単独説明会

【集合開催(対面形式)】

日時:①令和3年3月15日(月) 午前10時～

②令和3年3月19日(金) 午後2時～

会場:JAえちご上越 本店

【オンライン開催(Web形式)】

日時:令和3年3月22日(月) 午後2時～

会場:令和3年3月24日(水) 午後2時～

■応募要領については、JAえちご上越ホームページの「職員採用情報」をご覧ください。

※個人情報につきまして、採用に係る連絡などに使用します。また、司法手続きや法令に基づく要請を除き、本人の同意なく第三者に開示しないものとします。

2021年(令和3年)カレンダーの
祝日変更について

当JAオリジナルの2021年(令和3年)カレンダー「詩季彩暦」について、令和2年12月4日に公布された「令和3年東京オリンピック競技大会・東京パラリンピック競技大会特別措置法」に基づき、一部の祝日・休日下記通り変更となりましたのでお知らせします。カレンダーをご利用の皆さまは、お間違えのないようご注意ください。



祝日の名称	変更前 (カレンダー上では祝日ですが平日となります)	変更後
海の日	7月19日(月)	7月22日(木)
スポーツの日	10月11日(月)	7月23日(金)
山の日	8月11日(水)	8月8日(日) 振替休日:8月9日(月)

けいなん総合病院のJAバンクATMの
営業終了について

けいなん総合病院のJAバンクATMは、2月末をもって営業を終了させていただきました。長年にわたりご利用いただき、深く感謝申し上げます。今後につきましては、新井支店と新井ショッピングセンター店(妙高市栗原)のJAバンクATMをご利用いただきますようお願いいたします。ご不便をおかけいたしますが、ご理解賜りますようお願いいたします。

なお、同病院のATMコーナーにつきましては、「ローソン銀行ATM」(365日24時間稼働)が3月15日午前9時から稼働予定となっております。JAバンクのお取引については、キャッシュカードを利用した「入金」「出金」「残高照会」が可能です。

ご葬儀・ご法要は

JAセレモニーサービス フリーアクセス 0120-971-959年中
無休24時間
対応虹の会会員募集中
「会員の3大特典あり」虹のホール いなだ 025(527)2077
虹のホール あらい 0255(70)0101虹のホール おおがた 025(535)1210
虹のホール なおえつ 025(544)1044

3月のうんまいレシピ

広報
えちご上越
VOL.241
2021年3月1日発行

今月の料理当番

ほっこり笑顔のお惣菜

おかげさま

今回はカブを使った洋風レシピです。クリームソースをつくらなくても、片栗粉でとろみを付ければOK！ 鮭とキノコの相性もばっちりなので、ぜひ試してみてください。

カブのグラタン

材料

カブ(葉付き) ……………大2個
タマネギ……………小1個
生鮭……………一切れ
シメジ……………1パック
牛乳……………200ml
コンソメ……………固形1個
(顆粒の場合は大さじ1/2)
とろけるチーズ……………50g
片栗粉……………大さじ1
水……………200cc
塩・コショウ……………適量

つくり方

- 1 カブは一口大に切る。カブの葉は1〜2茎に切り、電子レンジで加熱する。
- 2 タマネギは薄切りにする。シメジは石づきを取り除き、ほぐしておく。
- 3 生鮭は食べやすい大きさに切り分けたら、熱湯をかけて臭みを取る。
- 4 鍋にカブとタマネギ、シメジ、コンソメと水(200cc)を入れ、フタをして3分ほど煮る。
- 5 牛乳、鮭の順に加える。軽く煮立って鮭に火が通ったら、カブの葉を入れる。
- 6 水溶き片栗粉で全体にとろみをつけ、塩・コショウで味を調える。
- 7 グラタン皿に移し、とろけるチーズをのせてオーブンで焼く。チーズに焼き目が付いたら完成。

コンソメの代わりに鶏がらスープの素を、片栗粉の代わりに米粉を使ってもおいしくできます。オーブンがない場合は、電子レンジでチーズが溶けるまで加熱してください。

今月の食材



カブ

カブは別名で「すずな」とも言われ、春の七草の一つでもあります。旬は春と秋の2回で、春ものは肉質が軟らかいのが特徴。生でもみずみずしくておいしいカブは、加熱調理すると食感や甘みに変化して、また違ったおいしさを楽しめます。

選ぶ時は、表面にハリとツヤがあり、ひげ根の少ないもの、葉の緑色が鮮やかでみずみずしいものがおすすめ。葉付きのまま置いておくとカブの水分が奪われるので、切り分けて別々に保存します。葉は湿らせたキッチンペーパーに包んでビニール袋に、カブはそのままビニール袋に入れて、野菜室で保存しましょう。

編集／JAえちご上越 総務部企画課

〒943-0817 新潟県上越市藤巻5番30号

TEL (025) 527-2001 FAX (025) 527-2009

URL / <https://www.ja-echigojoeitsu.or.jp>



おたより広場

● 今月号のテーマ ●

卒業式の思い出は？



高田の中学校を卒業したのですが、なぜかその日にクラスメイトと直江津の海へ行つて走り回った思い出があります。何がしたかったのかな？皆で写真を撮りました。

(上越市 O・Aさん)

約60年前に中学を卒業。当時は謝恩会と称し、生徒・父兄で担任を囲み、ささやかな食事をした思い出があります。高校進学はわずかで、金の卵といわれ関東圏に就職しました。

(大島区 N・Kさん)

中学校の卒業式で制服のボタンを、普通ならば1つだと思いましたが、3つ取られた記憶があります。今思えばとてもうれしかったですね。(頸城区 A・Sさん)

♪ 仰げば尊し わが師の恩♪ と歌うと何となく今までのことが

思い出され、胸がジーンとしたものでした。あの頃の先生、友だちはどうしているだろうか？ 会ってみたいなあ！と思うばかりです。(柿崎区 N・Sさん)

翌日が高校入試だったので、そちらが心配でした。

(名立区 M・Hさん)

小学校卒業の時、母の流した涙が忘れられません。子どもときはなんで泣くのか分からなかったけれど、自分の子孫の卒業式にやっと母の気持ちに分かりました。

(中郷区 S・Nさん)

テーマ以外のおたよりもご紹介☆

1月の大雪には言葉を失いました。ですが、ご近所の皆さんと声をかけ合い、助け合い、何とか乗り越えることができました。ご近所のありがたさを感じました。雪は人と人をつないでくれるものでもあるのですね。

(頸城区 K・Yさん)

今年は大雪になり、毎日除雪作業に追われています。新型コロナウイルス

ナで中止になったスポーツ教室の代わりに、毎日体を動かしているのが風邪もひかずに元気に過ごしています。

(妙高市 T・Eさん)

春は異動の季節ですね。うちの息子も春から新潟に行く事になりました。祖父母のつくる野菜が大好きなので、休日に帰ってきたらたつぷり食べさせてあげたいです。春から上越を離れる皆さん、お身体に気を付けてがんばってください。

(上越市 K・Yさん)

今月もたくさんのおたより、ありがとうございます。春は別れ、そして始まりの季節です。JAの広報室では、(久・雅)が異動となり、新体制で新しいスタートを切ることとなりました。引き続きよろしく願います！皆さんの周りではどんな変化がありましたか？おたよりお待ちしております。

● 次号のテーマ ●

この春から

挑戦すること・したいことは？

パズルの答えと一緒に「おたより」もお待ちしています♪

テーマへのご意見や日々の出来事など何でもOK！絵手紙やイラスト、俳句などもお寄せください。応募された作品の返却はできませんので、ご了承ください。皆さまの投稿をお待ちしています。

※郵便料金の不足にご注意ください。通常はがきは63円です。

『①パズルの答え、②郵便番号・住所、③氏名、④年齢、⑤電話番号、⑥広報誌の感想、おたよりなど』を記入し、ハガキまたは封書にてご応募ください。正解者の中から抽選で、「白米と同じように炊けるやわらかい玄米(900g²)」を10名さまにプレゼント！当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

※ハガキまたは封書に基づく個人情報は賞品の発送、おたよりなどの掲載に利用します。

切手	〒943-0817 上越市藤巻5番 30号 JAえちご上越 広報クイズ係	①パズルの答え ②郵便番号・住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥広報誌の感想、 おたよりなど
----	--	--

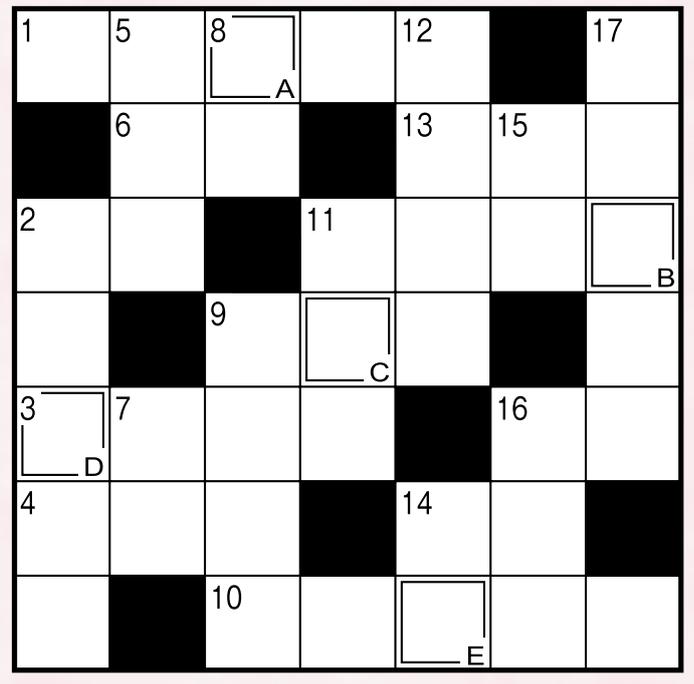


※今月号では「おたより広場」と「クロスワードパズル」を別紙折り込みとさせていただきます。

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?



答え

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

タテのカギ

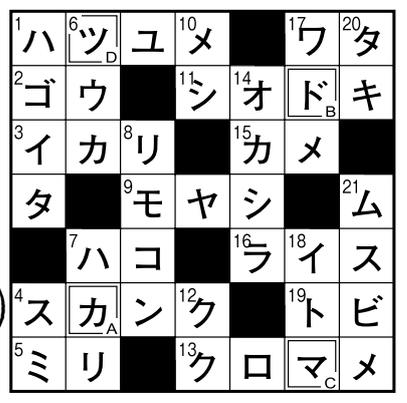
- ② 速度違反の交通取り締まりをこう言うことも
- ⑤ 仏様の頭の渦巻き
- ⑦ 名を捨てて——を取る
- ⑧ お清めにも使う調味料
- ⑨ 円を描くときに使います
- ⑪ 人数確認のために——を取った
- ⑫ ポビンに巻いてミシンにセットします
- ⑭ クロワッサンやコロネ、マフィンなど
- ⑮ コウゾやミツマタの繊維をすいて作ります
- ⑯ 花より団子、色気より——なのです
- ⑰ 三蔵法師の旅物語。堺正章主演のテレビドラマもありました

ヨコのカギ

- ① 桃の節句に付きもののすし
- ② 体温計であるかどうか確かめます
- ③ 理科で学ぶ動物プランクトンの代表格
- ④ 難関を——して大学に合格した
- ⑥ 恥ずかしいときに赤らめます
- ⑨ 萩本欽一と坂上二郎のお笑いコンビ、——55号
- ⑩ 乳液や化粧水、パックなどを使って行います
- ⑪ 「元気で留守がいい」と言う人も
- ⑬ 友人と——もない話で盛り上がった
- ⑭ 円周率を表すギリシャ文字
- ⑯ アスパラガスやウドは主にこの部分を食べます

1月号の答え

答え
「カドマツ」



応募総数は
180通でした。



広報担当のつぶやき

3月1日の人事異動に伴い、有田支店へ異動になりました。広報誌の編集に携わって2年。この間、たくさんの皆さまにお世話になりました！本当にありがとうございました！いろいろ大変なこともありましたが、「広報えちご上越」を楽しみにしていただいている方々のおたよりが何よりの励みになりました。広報編集の経験を生かして、支店でも頑張っていきたいと思ひます。



(久・雅)

今月のプレゼント

ヤマトライス

「白米と同じように炊けるやわらかい玄米(900g?)」を10名さまに

当地域で令和2年に生産されたコシヒカリの玄米を使用。えちご上越米の消費拡大につながる期待の新商品です。栄養価の高い玄米を、白米と同じように炊飯器で炊いて手軽に食べられるので、初めて玄米を食べる方にもおすすめです。

あるるん畑で
販売中!
(税込648円)

