

広
報

えちご上越

特集

「農業者支援プログラム」の
ご紹介

5

2023
Vol.267



こころ耕し、いのち育む。



JAえちご上越

通年農業で
地域、伝統を守る



上越市丹原
板垣義一さん(66) 秀子さん(66)

自慢のウドを手に。



収穫したウドは素早く袋詰めし直売所へ。



上越市丹原で水稻、園芸の複合経営を行う板垣義一さん、秀子さん夫妻。義一さんは地域の耕作地を守るという強い意志のもと、会社を早期退職し就農。秀子さんは仕事をもちながら、そんな義一さんの農業をサポートしてきました。現在、若い担い手に稲作の指導をする一方で、園芸にも力を入れ、直売所へ精力的に出荷しています。

板垣さん夫妻が年間で出荷する野菜や加工品の品目は70を超え、春の山菜から始まり、季節ごとに畑で栽培した野菜を少量多品目で直売所に並びます。秀子さんは「こんなもの売れるのかな？」というものでも買ってくるお客さんもいらっしやいます。ちょっととしたアイデア次第で売り物になる直売所はすぐおもしろいです」と話します。他の生産者が扱わないような商品を販売したり、同じ野菜でも加工して付加価値をつけることで商品になる直売所に大きな魅力を感じています。

感じています。

年間を通して切れ目なく直売所に出荷する板垣さん夫妻の農業スタイルは、丹原地区のかつての農業が原点になっていきます。同地区では、海からの寒風を利用した干し大根が古くから盛んでした。その大根と稲作、タバコの栽培を合わせ、年間を通して作業が確立されていました。春から秋の稲作と並行し、春から夏までタバコ、夏から冬まで大根を栽培し、それぞれの作業が重ならず、年間を通じてうまく回ることで同地区の農業が成り立っていました。現在は、干し大根を出荷する農家もわずかとなってしまいましたが、板垣さんは地区の伝統である干し大根を作り続けています。今後は水稻を若い人に譲り、園芸に重点を置いていくという板垣さん夫妻。地域の伝統を守りながら、他の人がやらないことに挑戦していく。これからも一年を通じて「古くて新しい農業」に取り組んでいきます。

経営	水稻	3.1%
メモ	園芸	70%

労働力支援アプリ



1日バイトアプリ デイワーク
daywork



1日農業バイト「デイワーク」はスマートフォンやパソコンで利用できるアプリです。後継者不足や新規就農者の減少により人手不足が深刻化する農業において、1日単位で求人募集できることが特徴で、労働力を手軽に確保できるメリットがあります。



iPhone/iPad Android



従来の農業の求人募集は通年雇用のほか、1~2週間、1ヵ月といった季節雇用が多く、応募者は定年退職後の高齢者が中心でした。また、最も労働力が必要な繁忙期にはほかの農家と求人が重なってしまい人手確保は難しくなることが課題でした。

求人を1日単位にすることで本業を持った地域住民が広く雇用の対象となり、農業の手伝いが気軽な副業として選ばれやすくなります！

お問い合わせ先 農業対策課【経営サポート】(TEL:025-527-2035)

役員会だより(主な協議事項)

第2回理事会(3月30日開催)

- ・「不良債権」の処理方針(新規および変更)について
- ・令和5年度内部統制システム基本方針について
- ・令和5年度コンプライアンス・プログラムの策定について
- ・令和4年度決算結果について
- ・令和5年度事業計画について
- ・第22回通常総代会の提出議案および議決権行使書について
- ・定款および諸規程等の新設、変更について
 - Ⅰ. 定款および定款附属書総代選挙規程の変更
 - Ⅱ. 委員会規則の変更
 - Ⅲ. 税効果会計調整積立金規程の新設
 - Ⅳ. 高齢者福祉事業実施規程の変更
- ・出資口数の減少について
- ・貸出の承認について
- ・第22回JAえちご上越農業賞の受賞者決定について
- ・固定資産の取得について
- ・固定資産の取得並びに固定資産の取得にかかるとして
令和5年度県農林業補助事業等実施計画について
- ・令和5年度利用施設・保管倉庫の機械更新および補改修に伴う固定資産の取得について

・(株)アグリパートナーの令和5年度事業計画について

第2回経営管理委員会(3月31日開催)

- ・令和5年度コンプライアンス・プログラムの策定について
- ・令和4年度決算結果について
- ・令和5年度事業計画について
- ・第22回通常総代会の提出議案および議決権行使書について
- ・定款および諸規程等の新設、変更について
 - Ⅰ. 定款および定款附属書総代選挙規程の変更
 - Ⅱ. 委員会規則の変更
 - Ⅲ. 税効果会計調整積立金規程の新設
- ・第22回JAえちご上越農業賞の受賞者決定について
- ・固定資産の取得について
- ・固定資産の取得並びに固定資産の取得にかかるとして
令和5年度県農林業補助事業等実施計画について
- ・令和5年度利用施設・保管倉庫の機械更新および補改修に伴う固定資産の取得について
- ・臨時(合併)総代会の開催について

目次

16	15	14	12	11	10	8	6	4	3	2
うんまいレシピ	おたより広場	クロスワードパズル	JAからのお知らせ	直売所通信	健康百科 知って得する 信用・共済	営農情報	今月の話題	特集 「農業者支援プログラム」のご紹介	とれたて情報	F I A C E

JAえちご上越の組合員
38,082人
(令和5年3月末現在)
正組合員 15,871人
准組合員 22,211人

●氏名・住所・電話番号・組合員資格に変更があった場合は、JAまでご連絡ください。



「農業者支援プログラム」のご紹介

地域農業の活性化に向けて、意欲ある農家を「農業者支援プログラム」で支援します。皆さんの営農活動に、ぜひお役立てください。

支援策		支援内容	支援基準	R5支援計画 (千円)
営 農	1	集出荷施設運営協力にかかる経費支援 一次選別の効率化を図るため、必要な機械導入費の一部を支援	・ 導入費用の支援 (購入費の10%以内または最大20万円まで) ・ 運営協力費として (選別面積1,000円/10a)	500
	2	園芸排水対策支援 全農にいがたレンタル機械(排水対策)利用料に対する支援	・ レンタル利用料の1/2補助 (最大1万5千円)	75
	3	えだまめ品質・収量向上対策 生分解マルチ使用作型へのマルチ購入支援	・ マルチ移植栽培・マルチ直は栽培取組者に対し、取組面積に応じて支援(3,000円/10a)	500
	4	畜産関連支援 ・ 乳牛導入経費の一部支援 ・ 自家産牛(乳用種)の分娩に対する支援 ・ 枝肉重量奨励金	・ 乳用牛の導入費用に対して1頭ごとに支援 ・ 自家産牛分娩を1頭ごとに支援 ・ 基準重量以上の枝肉出荷に対し1頭ごとに支援	485
	5	畜産関連支援 ・ 良質肉生産に対する支援 ・ 移転運搬に対する支援 ・ 購入受精卵にかかる一部費用支援等	・ (良質肉) A5ランク3,500円/頭、B3ランク以上2,000円/頭 ・ (運搬) 上下牧や出荷にかかる運搬料の一部支援	875
	6	越の丸なす青枯病対策支援 青枯病対策で接木の際の苗代金支援	1本当たり20円を支援	50
	7	各種生産組織等に対する活動支援 各種生産組織の活動促進に向けた支援	1組織当り活動実績・構成員数等により支援	4,200
	8	イノシシ等鳥獣被害対策への支援 上越市・妙高市の鳥獣被害対策協議会を通じた被害防止対策支援	—	5,448
	9	土づくり支援 土づくり資材への支援	対象資材1袋当たり200円を支援	12,000
生 産 資 材	1	肥料工場直送支援 肥料工場直送利用者に対し1袋/20kg当り30円~100円を値引き	・ 4t車以上の持込みとフォークリフト等による荷降ろしが可能なこと ・ 1回の持込みが180袋/20kg以上 ※納品希望日の10日前までに申請	15,000
	2	床土・培土早期直送支援 10月から翌年2月までの早期直送利用者に対し1袋/20kg当り10円を値引き フレコンは別途重量換算し値引き	・ 10t車以上の持込みとフォークリフト等による荷降ろしが可能なこと ・ 1回の持込みが450袋/20kg以上 ※納品希望日の10日前までに申請	130
	3	園芸関係生産組織育成支援 園芸作物の生産振興を行う部会等に対し肥料1袋/20kg当り30円~100円、農薬は2%~4%を値引き	各資材店舗からの配達または引取 ※納品希望日の10日前までに申請	100
	4	防除作業受託組織育成支援 防除作業を受託する担い手等に対し使用する薬剤の予約価格から10%を値引き	対象となる薬剤は、スタークル粒・液剤、リンパー粒剤、キラップ粒・フロアブル剤 ※納品希望日の10日前までに申請	800



支 援 策		支 援 内 容	支 援 基 準	R5支援計画 (千円)	
生 産 資 材	5	水稻土づくり肥料 受託施肥支援	施肥作業を受託する担い手等に対し 使用した肥料1t当たり2,500円を支援	・ 水稻土づくり肥料を購入し、肥料散布を20ha以上 受託していること ・ 実施計画書が期限までに提出されていること ※ 作業実施後、秋施肥は11月末、春施肥は5月末まで に実施報告書を提出	100
	6	肥料・農薬予約購 入、大口利用者支 援	予約購入および購入金額に応じた割 引き	・ 予約購入者に対して当用価格から一定の値引き ・ 大口利用者に対して購入価格に応じた引き 秋渡し予約価格からの割引率 (カッコ内は春渡し) 30万円～ 50万円未満…2.5% (2%) 50万円～ 100万円未満…3.5% (3%) 100万円～ 200万円未満…4.5% (4%) 200万円～ 300万円未満…5.5% (5%) 300万円～ 500万円未満…6.5% (6%) 500万円～1,000万円未満…7.5% (7%) 1,000万円以上…8.5% (8%)	135,000
農 機	1	主要農業機械のセ ルフメンテナンス 支援	購入初期のメンテナンス費用支援と してエンジンオイルの定量無償提供	トラクター・コンバイン・乗用田植機・乗用管理機 (中古品除く)の購入時に初期メンテナンス費用の支 援としてエンジンオイル20ℓを無償提供	500
	2	コンバイン格納整 備料金支援	コンバイン整備料金の軽減支援 (生産コスト軽減)	新品のコンバインに対して初回点検整備料金(基本 整備料金)の1/2支援	800
	3	JA・全農レンタ ル機支援	レンタル料金の軽減支援 (生産コスト軽減)	JA・全農レンタル機の料金に対して10%支援	100
	4	ドローン免許取得 支援	免許取得支援 (スマート農業普及推進)	ドローンの免許取得をした組合員に対してライセン ス費用を1機につき1名限定で3万円(税抜き)助成	150
信 用	1 ※1	施設整備支援 農地取得支援	「担い手支援資金(アグリV)」におけ る(設備資金、中・長期運転資金)お よび農地取得(農地取得、借地料等) への利子補給等	・ 当初3年間、実質金利(保証料込)が年0.50% ・ 4年目以降、実質金利(保証料込)が年2.00%	196,000
	2 ※1	経営改善支援 金融負担軽減支援	「農業近代化」等、対象となる農業資 金借入にかかる保証料相当額の助成 および利子補給による金利負担軽減	○保証料助成 ・ 農業近代化資金 ⇒当初5年間 ○利子補給(100万円以上のお借入のみ) ・ 農業近代化資金 当初5年間 最大1.0% (令和5年12月末までのお借入) ・ 農機具ローン、アグリマイティー資金(証書) 当初3年間 最大0.8% (令和5年12月末までのお借入)	農業近代化資金 70,000 アグリマイティー資金等 210,000 農機具ローン 60,000
担 い 手	1	農業後継者育成支 援	就農に向けて必要な知識・技術を習 得できるようにJA職員として雇用	原則3年間の雇用とし、雇用契約終了後には農業経 営の継続もしくは就農の確約ができることが条件	—
支 援 総 額※2				176,813	

※1 信用事業の令和5年度計画は新規実行額です。 ※2 支援総額に信用事業部分は含まれていません。

良品生産に向けた対策を紹介

園芸・大豆圃場 排水対策実演会



専用機「モミサブロー」による補助暗きょ施工の様子。

4月12日、上越地域農業振興部会とJAえちご上越は、三和区圃場で園芸・大豆圃場排水対策実演会を開催しました。良品生産に向け避けては通ることのできない排水対策。管内の重粘土質圃場では土壌自体が水分を含みやすく、湿害による生育不良や品質低下につながります。今回は専用機と粉がらを用いた補助暗きょ施工による、地下排水性の改善を実演しました。参加者は掘られた溝に粉がらが入る様子を見つめ、説明者に質問していました。JAは、今後も行政や各種団体と連携し、園芸振興に向けた取り組みを行っていきます。

「食・農・地域」を柱に活動を展開

JA女性部 第22回総会



あいさつをする女性部 高宮部長。

女性部は3月30日、JA本店で第22回総会を行いました。役員、部員、計47人での開催となりました。議事では令和5年度活動計画や役員改選など4議案を承認。女性部員の拡大運動や次世代向けの食の情報発信、「一地区一特産品づくり」による地域の活性化に取り組むことを決定しました。

役員改選では、部長に上越支部の高宮照代さん、副部長にわかば支部の岡ふさ子さん、頸北支部の新都礼子さん、頸南支部の井上成子さんを選任。再任した高宮部長は「女性部員協力し、活動を盛り上げるとともに、次世代につながる取り組みをしていきたい」と抱負を語りました。

JAえちご上越の話題 ホームページやSNSでも発信中！

facebook

JAえちご上越
公式情報



JAえちご上越
公式HP



LINE

営農情報



JAえちご上越
公式情報



LINE

あるん村情報



Instagram

JAえちご上越
営農部公式情報



自分磨きで、いきいきと

女性大学「さくらカレッジ」 9期生卒業式



修了証書を受け取った9期生と学長の羽深理事長、副学長の高宮照代女性部長(前列左から2人目)

さまざまな講座を通して自分磨きを目指す、JAの女性大学「さくらカレッジ」では、9期生の卒業式を4月14日に行いました。受講生は、学長の羽深理事長から修了証書を受け取り、1年間のカリキュラムを振り返っていました。

式の後には、卒業制作として余り布を使った「春色リース」づくりを行い、カラフルな花が散りばめられたリースを作りました。

JAでは1年を通して農業や食、文化などを学びながら仲間を増やし、毎日の生活をより豊かにすることを目的に、平成26年から「さくらカレッジ」を開催しています。これまでに117人が受講し、修了生の多くは女性部やフレッシュミズ組織などで活躍しています。





あいさつをするあるるん畑利用組合 相澤誠一組合長。



優良表彰受賞者の皆さん。

消費者の期待に応える直売所を目指して あるるん畑利用組合 第18回総会 & 優良出荷者表彰式

あるるん畑利用組合は3月25日、第18回総会をJA本店で行い、38人が出席しました。長引くコロナ禍においても、イベントに頼らない集客と「地域にとって必要なあるるん畑」をテーマに取り組んできた令和4年度。基本に立ち返り、会員による高品質産品出荷に努めるとともに、新たな取り組みとして、会員、地域住民より提供いただいた1,388点もの食品をフードバンクへ提供する社会貢献活動も行いました。

令和5年度は、営農センターと連携した新規出荷者説明会の開催や、自粛してきた対面販売や試食販売の再開、地元小学校との連携した食育活動の強化などに取り組んでいきます。

また、総会に先立ち、優良出荷者表彰を行いました。受賞者は以下の通りです。

- | | | |
|-------|------|------------------------------|
| 野菜部門 | 最優秀賞 | 藤田幸雄さん |
| | 優秀賞 | 清水由美子さん 小林進一さん |
| 加工品部門 | 最優秀賞 | manmaru terrace (Amaya farm) |
| | 優秀賞 | 植木志津子さん 上原恵美子さん |
| 特別部門 | 最優秀賞 | 平野圭祐さん |



Point!

あるるん畑はおいしい地元野菜を届けるとともに、地産地消の大切さを広げていきます。

高品質イチジクの安定出荷を目指す

イチジク部会 越冬後栽培指導会



県指導員の説明を熱心に聞く参加者。

4月10日、JAえちご上越イチジク部会は板倉区で現地指導会を開催しました。生産者、指導員など22人が参加。良品生産に向け越冬後の剪定や施肥についてなど樹木管理を中心に、普及センター担当者より指導を受けました。昨冬は比較的少雪で、幹や枝の雪害や、野ネズミによる食害は少なく春を迎えられました。例年より1週間ほど生育が早い今シーズンは、芽が早く動き出しているため5月上旬までの凍害・霜害対策がより重要になってくることを確認。高品質なイチジク生産に向けて、越冬後管理のポイントを共有しました。



Point!

JAでは園芸振興を進め、農業者の所得増大に向けた園芸指導会を開催していきます。

個別にテーマを決め課題に取り組む

課題解決チャレンジプロジェクト



岩崎常務(写真右)から表彰を受ける指導員

営農部は昨年度、「指導員 課題解決チャレンジプロジェクト」として、課題解決や企画提案スキルの向上を図る取り組みを行いました。

3月23日には、「チャレンジプロジェクト優秀者発表会」を開催。優秀賞を受賞した6人の指導員が発表を行い、表彰を受けました。

受賞課題には「重粘土質による排水不良の圃場改善にむけて」や「稲作主体経営における園芸導入「ブロッコリー」による農作業の平準化と所得の向上」といった営農関係ものから、「フードロス削減の取り組みとフードバンク応援について」といった地域貢献に関する取り組みもありました。



Point!

JAは、今年度も同プロジェクトに取り組み、農業者の所得増大と農業生産の拡大、地域の活性化につなげていきます。



あなたもアスパラガスのハウス栽培に挑戦してみませんか？ 令和5年度「ハウスアスパラ塾」 塾生募集！



アスパラガスのハウス栽培メリット

- ・安定して高品質なアスパラガスの収穫が期待できる
- ・露地栽培に比べ春芽の収穫が早く、高反収が見込める
- ・病気の対策がしやすい
- ・JAの共同選別対象品目なので、選別・梱包など作業労力も軽減される

露地栽培に比べ高反収が見込めるアスパラガスのハウス栽培。JAでは新規取り組み予定者を対象に「ハウスアスパラ塾」を企画しました。先輩生産者をアドバイザーに招き、栽培ノウハウをより実践的に学べる研修会となっています。

実施日程

5月下旬	現地指導	立茎について
6月下旬	現地指導	夏芽収穫作業、調整、出荷研修
9月中旬	現地指導	防除について
11月研修	座学	休眠期の対応、春作業について

※日程は予定であり、内容は変更する場合があります。

申込締切 5月末まで

「取り組んでみたい!」、「興味がある」という方はぜひお問い合わせください。

お問い合わせ先 頸北わかば営農センター (TEL:025-530-3000) 上越営農センター (TEL:025-523-5075)
頸南営農センター (TEL:0255-78-2475) 園芸畜産課 (TEL:025-521-5181)



乾燥ヨモギの出荷で農業所得アップへ！ 新規出荷者向け説明会にご参加ください

お灸に使用されるもぐさや、健康食品の原料として、「乾燥ヨモギ」の需要が高まっています。ヨモギを採取して出荷し、農業所得の向上と中山間地域の活性化を目指しましょう。ヨモギは栽培しやすい品目なので、将来的には遊休化した水田や畑の活用も期待できます。出荷方法や荷姿、生産方法などについて説明会を行いますので、ぜひご参加ください。

各地で説明会を開催！ ご都合に合わせてご参加ください

説明会開催日	時間	開催会場
5月18日(木)	午後1時30分～	吉川支店
5月19日(金)	午後1時30分～	浦川原支店
	午後3時30分～	安塚支店
5月25日(木)	午後1時30分～	牧支店
	午後3時30分～	三和支店
5月26日(金)	午後2時30分～	泉支店



■手取り概算単価：
600円～650円
(税込)
※乾燥1kg単価

■お問い合わせ先
頸北わかば営農センター (TEL:025-530-3000)
上越営農センター (TEL:025-523-5075)
頸南営農センター (TEL:0255-78-2475)
園芸畜産課 (TEL:025-521-5181)
または、支店駐在の営農担当職員まで

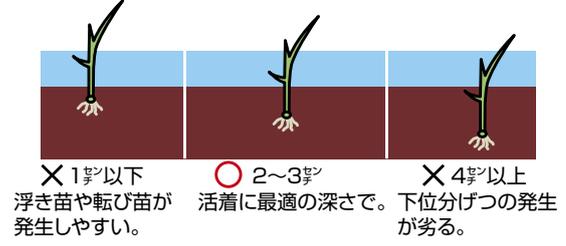
適期田植えを行いましょ！

高品質米の生産には、適期出穂を見据えた田植えが重要です！出穂が早まり、高温登熟で玄米品質が低下することを避けるため、**コシヒカリの移植は5月10日以降を基準とし、好天日での田植え**を心がけましょ。

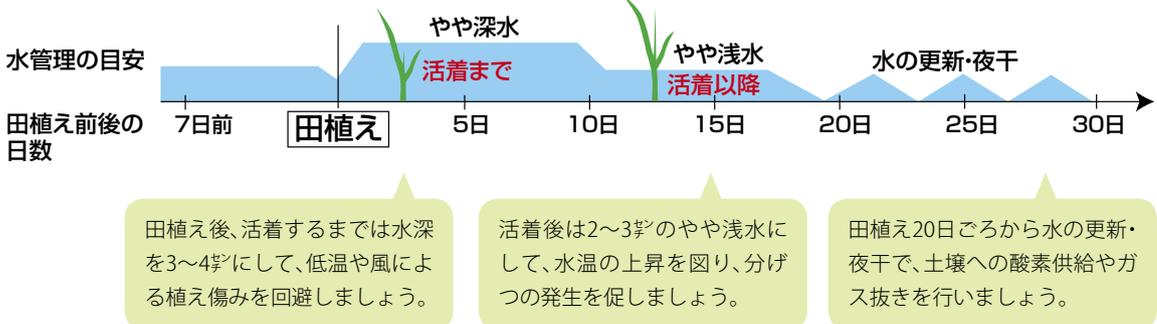
田植え作業のポイント

- ❶ 植え付け本数は1株当たり3~4本。
→ 植え付け本数が多いと過繁茂になり、細莖化による倒伏や品質低下が生じやすい。
- ❷ 適正な植え付け深さ(2~3㌫)を確保。
- ❸ 田植機の移植速度は適正速度で行う。
→ 田植え中も、植え付け精度を確認しながら欠株の発生を防ぐ。

植え始めにチェック！ 【植え付け深さと障害の関係】

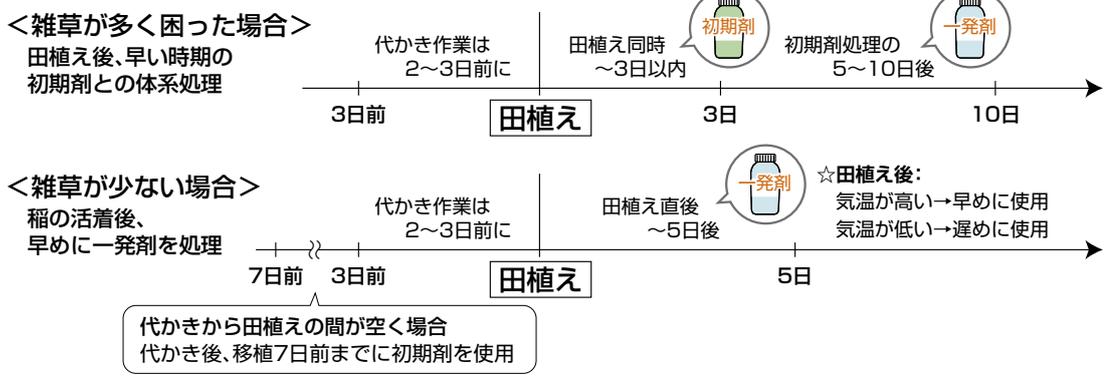


田植え後は保温的な水管理を行いましょ！



除草剤を上手に使って雑草を抑えましょ！

除草効果を高めるためには、田面の均平に努め、畦畔や排水口からの漏水防止に努めましょ。



- ※田植え同時処理の登録が取れている薬剤は、省力性に優れていますが、正しく使用しないと効果が出ません！
⇒水田の土が見えない程度の“ひたひた水(超浅水)”で田植えを行ってください。
- ※一発剤散布後は3~4日間は湛水状態を保つようにましょ。
- ※毎年同じ除草剤を使うと効果が弱まる場合があります。薬剤を変更することで高い効果が期待できます。

◎農薬を使用する際は、農薬のラベル内容を確認し、適正に使いましょ。

季節の変わり目の「揺らぎ肌」対策



栄養士 吉田理江

季節の変わり目に吹き出物、かゆみ、乾燥などの不調を感じることはありませんか？ 一時的に不安定な状態になる肌のことを「揺らぎ肌」といいます。原因は、花粉、温度、湿度などの変化による肌のバリアー機能の低下です。一時的な不調ですので化粧品を変えなくても、食事を見直すことで改善が期待できます。

今回は、肌を健康に保ち、揺らぎ肌を改善する効果が期待できる、お薦めの栄養素三つをお伝えします。

【1】タンパク質

肉、魚、卵、乳製品、大豆製品などのタンパク質は、筋肉、皮膚などの材料となります。美しい肌を保つためには、タンパク質を毎食取るのが好ましいですが、過剰に取るのは控えましょう。取り過ぎた分は、尿中に排出されるため腎臓に負担をかけます。1食で手のひらサイズのタンパク質を取るようにしましょう。

【2】亜鉛

カキ、豚レバー、納豆、油揚げな

どに含まれる亜鉛はタンパク質の合成や細胞の新陳代謝にも関わる栄養素です。亜鉛不足になると新陳代謝がスムーズに行われなくなり、肌荒れなどさまざまな肌トラブルの原因になります。みそ汁に油揚げを入れたり、朝ご飯に納豆を取り入れると良いでしょう。

【3】ビタミンE

オリーブ油、ナッツ、ゴマなどに含まれるビタミンEは、抗炎症作用や抗酸化作用があり、肌荒れ改善、アンチエイジング効果が期待できます。また、血行を促進させる働きがある栄養素です。血行が促進されると体の隅々の細胞にまで栄養素と酸素が運搬されるため、新陳代謝もスムーズになり、揺らぎ肌を改善する効果が期待できるでしょう。間食にナッツを取り入れるのもお勧めです。

体や肌は、日々の食事から取る栄養素でつくられています。肌に良い食事と良質な睡眠を心がけて健康な肌をつくりましょう。

知って得する信用・共済

「証書式定期貯金・定期積金から通帳式への切替えキャンペーン」のお知らせ

証書式定期貯金・定期積金を通帳式に切替えていただいた皆さまに、もれなくオリジナル商品を進呈するキャンペーンを実施しています！

【通帳式への切替えメリット】

- ▶ ATMやネットバンクで定期貯金の預入が可能となります。
- ▶ 通帳レス(デジタル通帳)への切替えが可能となります。

【キャンペーン内容】

- 実施期間: 令和5年5月1日(月)～令和6年2月29日(木)
- 対象者: 個人のご利用者様
- 対象取引: ①証書式定期貯金から通帳式への切替え
②掛込方法が「窓口」の証書式定期積金から通帳式への切替え
- 進呈粗品: 「ベジフレッシュ(鮮度保持袋)」または「オリジナルドリップパックコーヒー」
- 手続方法: 証書等をご持参の上、各支店・出張所窓口へのご来店をお願いします。



ベジフレッシュ (イメージ)



オリジナルコーヒー (イメージ)

お問い合わせ先 各支店・出張所または金融課 (TEL: 025-527-2020)



上越あるん村

みずみずしい野菜！新鮮な魚介類！

そしてうまみたっぷりの肉！

焼いておいしい食材がそろっています！



晴れた休日にご家族でバーベキューはいかがでしょう？上越の食材はシンプルな調理法でもおいしく食べられるものばかり！あるんの畑では焼き肉用セットのご注文を常時承っております。必要な数量や日時を事前にご連絡いただければ、ご指定日に店頭で待たずに受け取ることができます。

あるん畑

直売所出荷会員 **大**募集

出荷会員になって自慢の野菜や加工品を販売しましょう！野菜などの栽培に関する疑問は、あるん畑駐在の営農指導員が相談を承ります。



野菜を出荷してみたいんだけど、どうすればいいんだろう？

よくある質問をまとめました！

私が
お答えします！



あるん畑
亦野潤一店長

Q. 年会費はかかりますか？

A. 年会費はかかりませんが、出荷会員に申し込む際に入会金2,000円を納めていただきます。

Q. 家庭菜園で野菜をつくっています。家で食べ切れない分を販売してもいいですか？

A. 商品としてお客さまに提供できる品質であれば販売可能です。まずはご相談ください。

Q. 布マスクや小物入れ、人形など手工芸品を販売したいです。

A. 手工芸品のみでは出荷会員になれませんが、農産物や農産加工品と併せての出荷販売は可能です。

●出荷会員についての詳細は、あるん畑(TEL:025-525-1183 担当:亦野)までお問い合わせください。

浦川原物産館 **おすすめ品**

※季節により商品種類や取り扱い数量が異なります。



<春の恵み山菜を楽しもう>

春の恵み・山菜がたくさん届いています！ウドやタケノコなど春の味覚が店頭にズラリ！ぜひ浦川原物産館で地元の山菜をお買い求めください！

浦川原物産館 (浦川原区顕聖寺619-1)

TEL 025-599-2387

■営業時間/10:00~17:00

■定休日/毎週火曜日、水曜日、12月31日~1月3日



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)

草刈機(刈払機)資格取得講習会を開催します！

草刈りは誰もが携わる作業ですが、年々草刈機による農作業事故が増加しています。また、勤め先や請負作業など、業務で使用する場合、草刈機の資格が必要です。講習会は下記の日程で開催いたしますので、ご希望の方は受講くださるようご案内いたします。

(実技講習の様子)



●開催日・会場

6月22日(木)	上越支店
6月23日(金)	板倉支店

実技は近くのJA施設へ移動します

●お申込み締切 令和5年6月7日(水)までに下記までお申込みください。

※受講人数が定員に達した場合、参加日の変更または募集を締め切らせていただきますのでご了承ください。

受講者の草刈機を使用して、燃料フィルタやマフラーの汚れを落としたり、ギヤーケースにグリースを注入したりするなど、実際に手を動かして点検・整備方法を学ぶことができます。

●受講料 11,000円 ●受講人数 各20名

●時間 午前9時～午後5時

●講師:コマツ教習所 粟津センタ

●当日は草刈機をお持ちください

お問合せ先 農業対策課【経営サポート】(電話:025-527-2035)

令和5年度 (株)農協観光 の営業について

令和5年につきましても、新潟支店にて県内の旅行需要に一括で対応いたします。また、4月より上越駐在の担当者を配置しましたので引き続きのご愛顧、ご利用をお願いいたします。

新潟支店 所在地 〒950-1101 新潟県新潟市西区山田2310番地15

(JA全農にいがた県本部ビル3階)

連絡先 TEL 025-232-7778 / FAX 025-232-7775

定休日 土・日曜日と祝日及び年末年始

営業時間 9:00～17:00

(12:00～13:00は昼食休憩とさせていただきます)

【上越エリア担当(上越駐在)】

連絡先:070-1587-9281

Eメール:kouichi.y@ntour.co.jp

横山 晃一

農業用廃プラスチック回収のお知らせ

農業用廃棄プラスチックなどについて、下記の通り回収を行いますのでご確認ください。

(次回は8月を予定しています。詳しくは広報7月号でお知らせします。)

■回収日時と回収場所 回収時間 午前9時～午後4時

回収日	回収場所	住所	電話番号
6月8日(木) ～6月9日(金)	中央資材店舗	上越市藤巻5-26	025-527-2000
	はまなす資材店舗	柿崎区柿崎3315-1	025-536-2285
6月15日(木) ～6月16日(金)	三和資材店舗	三和区野832	025-532-2315
	頸北資材店舗	頸城区百間町1029	025-530-3120
6月22日(木) ～6月23日(金)	わかば資材店舗	安塚区安塚2544	025-592-3238
	頸南資材店舗	妙高市高柳1-16-8	0255-72-6503

■回収品目と回収料金 育苗箱1枚・ほか1kg当たり(税込)

品目	農ポリ類	農ビ類	育苗箱	廃棄農薬	空容器	廃棄肥料	米紙袋
単価	44円	66円	19円	198円	214円	198円	37円

※農薬…水銀剤・PCB・PCP・BHCなどについては別料金となります。

■提出していただくもの

処理・運搬などの事務をJAに委託していただくため、**委任状の提出**をお願いいたします。各資材店舗の備え付け用紙に、「排出者の住所・氏名・電話番号・排出量など」を記入し、押印していただきますので、必ず**印鑑**をご持参ください。

なお、排出者が団体や法人の場合は、代表者名での記載・押印をお願いします。

梱包要領と注意事項

ビニール類

ハウスビニール
ビニールシート

- 1梱包20kg以内とし、また大きさも1m以内で梱包する。
- ポリ袋で梱包する(※20kg以内)
- ハトメ・金具・ファスナーは取り外しておく。
- 水濡れ・泥付きのないようにする。



ポリエチレン類

ポリマルチ
農ポリ・肥料袋

- 1梱包20kg以内とし、また大きさも1m以内で梱包する。
- ポリ袋で梱包する(※20kg以内)
- 水濡れ・泥付きのないようにする。



水稲育苗箱

- 1梱包10枚とする。
- 農ポリ袋で梱包する(※20kg以内)



農業空容器・廃棄農薬

- 1梱包20kg以内とする。
- 農業空容器と廃棄農薬は別々に梱包してください。
- ダンボール箱や透明なビニール袋に詰めて梱包してください。



※肥料袋等に入れたものはお引取りできません。



令和5年度 新採用職員紹介

地域の皆さま、よろしくお願いいたします！



いわさき たいよう
岩崎 太陽



いまい あおと
今井 碧人



たきざわ あらた
滝澤 新



おかも のぞみ
岡庭 希実



さいとう わかな
齊藤 和奏



入組式で決意表明を行う岩崎太陽さん(左)

4月3日に入組式を行いました

令和5年度は5人の職員が入組しました。4月3日から4月12日までJAや農業に関する基礎知識や、ビジネスマナーなどを習得する着任前全体研修を行いました。

今後は、6月末まで営農センターや直売所、給油所などで実習を行い、7月より正式に着任する予定です。



農家の元で実習を行い、農業への理解を深めました。



若い力ががんばりますので、どうぞよろしくお願いいたします！

景観作物種子等予約受付について

購入希望の方は、最寄りの資材店舗へお申込みください。昨年ご購入いただいた方には、申込書を郵送いたします。

■景観作物種子等の予約価格

品名	規格	価格(税込)
ひまわり種子(ハイブリッドサンフラワー-NEO)	200g	1,435
コスモス種子(センセイション)	1L	5,781
白クローバー種子	1Kg	3,318
赤クローバー種子	1Kg	3,122
イタリアンライグラス種子(普通種、ガルフ)	1Kg	993

■申込期限 令和5年5月17日(水)まで

■お問い合わせ先 各資材店舗

JA女性大学「さくらカレッジ」10期生 参加者募集

1期6回のカリキュラムで、食や農、文化を学びませんか？あなたらしく輝く、すてきな女性を目指しましょう！



カリキュラム(一例) ※令和5年7月から令和6年4月までの全6回コース

第1回	7月12日(水)	JAを学ぶ プランターでミニニンジン栽培しよう！
第2回	8月11日(金・祝)	上越消防署見学と濃煙体験 (親子参加OK！)
第3回	11月8日(水)	新米を食べよう お米の食べ比べ バラエティー野菜を使ってみよう

※各回とも午前9時30分から開始します。

■対象 上越市・妙高市の40歳までの女性

■定員 20人(定員になり次第締め切り)

■受講料 1,000円(女性部フレッシュミズ部会の年会費含む)
※別途、材料費などが掛かります。

■締切 令和5年6月28日(水)

■お問い合わせ先 地域ふれあい課(TEL:025-527-2030)



Eメールはこちら

葬儀・法要は

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」

JAセレモニーサービス



おすすめ
カンタンWEB見積
ホームページはこちら

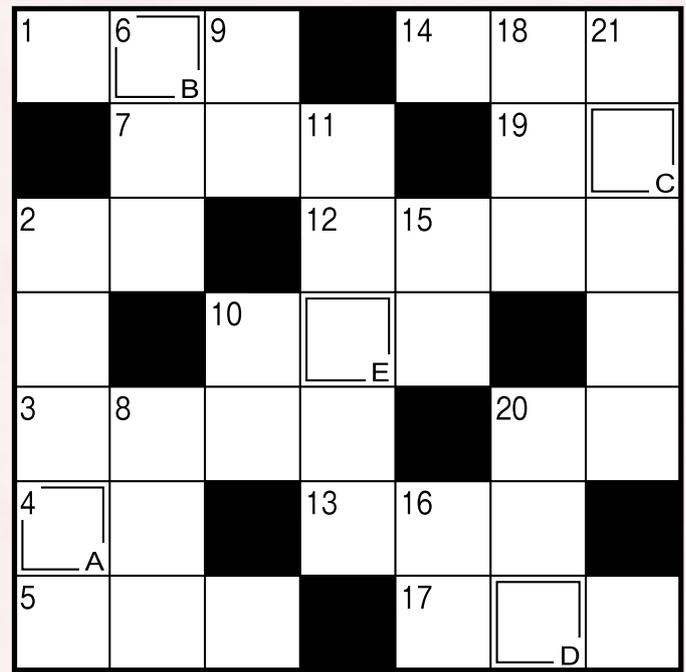
TEL 025-527-2077 フリーアクセス 0120-971-959



クロスワードパズル

出題:ニコロ

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

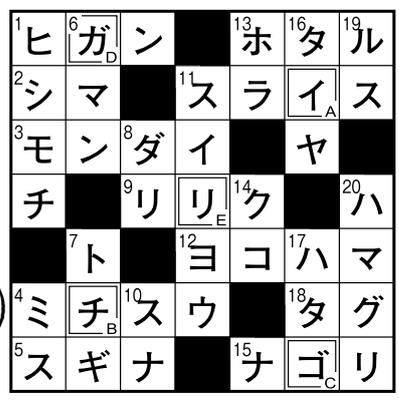
- ② ザツと降ってサツとやみませ
- ⑥ 変わると寝付けない人も
- ⑧ お稻荷さんの——はキツネです
- ⑨ 桃太郎のお供をした鳥
- ⑩ 南の反対側
- ⑪ 田んぼへ——から水を引き入れた
- ⑮ 小野妹子が遣わされた国
- ⑰ 潮干狩りに出かける所
- ⑱ 星座占いので5月生まれの人——座か双子座です
- ⑳ 夜になると家々にともります
- ㉑ ——ヤマネコは特別天然記念物です

ヨコのカギ

- ① 端午の節句に食べるものの1つ
- ② 竹林が似合う猛獣
- ③ ——感のある3D映像
- ④ 母の日に贈るカーネーションの、定番の色
- ⑤ 大正の1つ前の年号です
- ⑦ 害獣や害虫を追い払うこと
- ⑩ 淡水と海水が混じり合ったもの
- ⑫ 鳴門海峡のものが有名
- ⑬ 校内で「走らないように」と注意されやすい場所
- ⑭ 京都三大祭の1つ、——祭は5月15日に行われます
- ⑰ 煮切って使うこともある調味料
- ⑲ メロンやスイカはこの仲間
- ⑳ 街を——もなくうろついた

3月号の答え

答え
「イチゴガリ」



応募総数は
191 通でした。



広報担当のつぶやき

いよいよ田植えが始まります。今年の気象はどうなりますでしょうか？作物にとって良い気象となることを祈ります。今年はこちらまで趣味の方に時間をとることができていません。海のお魚たちはお腹を空かせて待っていてくれるのでしょうか？お腹いっぱい私の餌(針)には食いついてくれないかもしれません。早くお魚に会いたいです。(金・洋)

今月のプレゼント

尾西食品(株)

「カレーライスセット1袋(1食入り) & 携帯おにぎり(1ヶ)」セットを10名さま

尾西食品(株)のアルファ米を使用した、5年間の長期保存が可能なカレーライスセットと長期保存用携帯おにぎりを抽選でプレゼントします。お湯で15分、水なら60分でできあがり！災害時の非常食やミニマムキャンプのほか、通常時に食べても良しの一品です。



おたより広場

今月のテーマ

健康的な食生活のために
気を付けていることは？

腹八分目と三食時間通りにきちんと食べることです。

(三和区 O・Mさん)

気を付けていることは、バランス良く食べることです。あとは、甘い物を控えることです。なかなかうまくいきません。

(上越市 N・Yさん)

すごく痩せているのですが、甘い物とごはんが大好きです。食事の時は野菜料理から食べて、タンパク質ごはんの順に食べるようにしています。

(妙高市 U・Nさん)

5、6年前から胸やけやゲップがひどくお医者様に「逆流性食道炎」と診断されました。昔から早食いで口の中に入れる食べ物が多いみたいで、最近はお口の中に入れる量を減らし、良く

かんで食べるように気を付けています。(板倉区 T・Tさん)

気を付けていることは家族は大丈夫なのですが、私の血圧が高いので、減塩を心掛けているのと、野菜を多めに食べ、よく噛んで食べるようにしています。

(板倉区 S・Tさん)

特定健康診断で特に異常は無かったのですが、2月に姉が心筋梗塞で緊急入院したこともあり、血液をサラサラにするように、タマネギや酢の物を意識して摂るようにしています。

(上越市 O・Hさん)

「暴飲」、「暴食」はしない！しかしながら時々食欲が勝り、ついついということもあります。タヌキさながら「満腹！満腹！」とお腹を叩いている姿をわが愛猫は目を丸くして見上げています。

(妙高市 T・Yさん)

好きな酒類はどうしてもやめられません！せめてもとツマミは体のためになる食品を摂っています。例えば、茹でたブロッコリーや大根おろしなどは肉・魚

の倍は摂るようにしています。こうして体の調子を整えて今夜も乾杯です!!

(蒲川原市 Y・Nさん)

テーマ以外のおたより紹介

二年前に主人がなくなり稲作をやめました。農機具は全部処分しました。

今ごろの時期になると、肥料まきから始まって・・・田んぼをやっていたころを懐かしく思います。大変だったけれど、収穫の喜びを味わえた時が、一番幸せだったのかなと思います。さみしくなりました。

(妙高市 N・Kさん)

編 今月もたくさんのおたより、ありがとうございました。(金・洋)は早食いで大食いなので、ゆっくり食べて、量も減らしていきたいと思っています！
...と頭ではわかってはいるのですが、なかなか...

次号のテーマ

教えて！

どんな趣味をお持ちですか？

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、「カレーライスセット&携帯おにぎり」のセットを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	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
	上越市藤巻5番30号	
JAえちご上越	30号	
広報クイズ係		

締切
5/31(水)
消印有効

5月のうんまいレシピ

今月の料理当番

地域ふれあい課

(TEL:025-527-2030)

春の味覚山菜！今月はシンプルにゴマあえにしました。ウドの苦みと香りに、ごまの風味をプラスして、体の中に春風が吹き込むのをお楽しみください。すり鉢でゴマをすりつぶせば香りの高いゴマあえが。忙しい方はすりゴマを活用して時短も。

甘みを抑え、少しだけ塩味を強くしたゴマあえにラー油をたらせばお父さんのおつまみに早変わり！（↓写真）ぜひお試しください。



ウドのごまあえ

材 料(3人前)

ウド……………3本
ゴマ……………大さじ3
みそ……………大さじ1
砂糖……………大さじ2
みりん……………大さじ1

作り方

- ① ウドの皮をむき、短冊に切り、煮てあく出しをする。
- ② すり鉢の中で、ごまをすり、みそ、砂糖、みりんを入れ、味をみておく。
- ③ すり鉢の中によく水切りしたウドを入れあえる。



エーコープ
いりごま
(白)・(黒)
200g



エーコープ
二度焙煎
すりごま
(白)・(黒)
85g



今月の食材



ウド(山ウド)

春の訪れを告げる山菜の一つで、独特の苦みと香りが楽しめます。一般的に、暗い場所で光を当てずに栽培される真っ白なウドは「軟白ウド」、日光に当たって緑色に育った路地物は「山ウド」と呼ばれています。山菜の宝庫・上越地域では、山ウドが多く出回っています。

ウドは、穂先から茎、皮までほとんど捨てずに食べられる食材です。香りと苦みが際立つ穂先は天ぷらに、皮や細い茎は千切りにしてきんぴらにするのがおすすめ。水にさらしてあく抜きをしてから調理しましょう。