

ECHIGO JOETSU

6

June

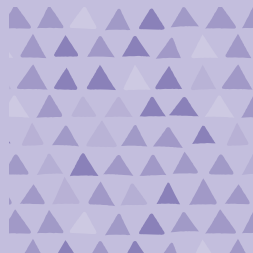
広報

えちご上越

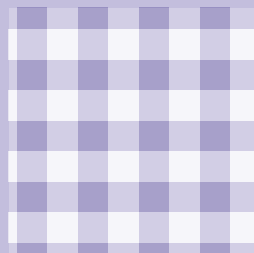
Vol.
16
2025

特 集

たっぷり野菜の
ごちそうレシピ



P.04 特集



P.16 旬 Kitchen



農ととに

地域の食を支える農業者



with agriculture

● 上越市頸城区下米岡

頸北農園

うえの せんいち
上野 千一さん

経営メモ 水稲 28畝

園芸(タマネギ、えだまめ、キャベツ、ブロッコリー、ダイコン、サツマイモ、ジャガイモなど)



高田農業高校の生徒が栽培し、販売しているマリーゴールド。えだまめ苗の傍に植えています。



JAわかば育苗センター内の簡易雪室を利用し、学校給食へ長期間の納品を行っています。



上越市内では珍しい、春収穫のブロッコリー栽培も行う上野さん。冷凍ブロッコリーにも加工しています。



夏にはえだまめが最盛期を迎えます。

未来を担う子どもたちへ 地場のおいしさを伝える

年間を通じ、数多くの園芸品目の栽培に取り組み、上野千一さん。タマネギやブロッコリー、えだまめ、キャベツなど、春夏秋冬切れ目なく栽培を行っています。

米農家で育った上野さんは、農業大学を卒業後、長野県の農業法人に就職しました。平成26年に頸城区の実家に戻り、園芸品目の栽培をスタート。それまで園芸と接点がなかった上野さんですが、家族が稲作の経営を確立させていたため、園芸に挑戦することを決めました。

上野さんが力を入れているのは、学校給食へ新鮮な野菜を提供すること。平成27年には頸城区の地元生産者らとともに「頸城区学校給食地場野菜クラブ」を設立。設立当初は頸城区内の小・中学校への提供だけでしたが、現在は上越市内の小・中学校へも新鮮な野菜を提供しています。また、同クラブでは今年度、小学校からの要望を受け、学校の給食室と上野さんの圃場をオンラインで繋ぎ、圃場の様子などを直接児童に伝える活動を初めて行いました。

現在最盛期を迎えているのは、タマネギ栽培。4・5年前から面積を拡大し、現在は2畝を管理しています。

近年、タマネギを栽培する生産者が減少していますが、「タマネギは学校給食でも多く使われているため、今後も力を入れていきたい品目です」と話します。

上野さんが今年度から新たに取り組むのは、高田農業高校での授業。週に1回、臨時教諭として3年生の生徒に向けて「農業経営」を教えています。授業の中で、生徒全員に理解してもらえるように、授業の計画を立てています。「農家だからこそ伝えられることもあると思います。現役の農家としての視点で、これまで実践してきたことや失敗したこと、経営面のことなどを伝え、参考になれば良いな」と思いながら授業をしています」と話します。

今後の目標は、学校給食へ新鮮な野菜を継続して提供すること。「生産者の役割として、しっかり提供をしていきたいです。今の小学生や中学生の子どもたちが大人になり、そのまた子どもたちにも私が栽培した野菜を食べてもらいたいです。すごくカッコいいことだと思えます。子どもたちに地場のおいしさを伝え続けて行けるようにがんばります」と意欲的に話してくれました。

たっぷり野菜のごちそうレシピ

6月は暑い夏に備えて、元気な身体をつくる大切な時期。食卓には栄養たっぷりの夏野菜が登場し始めます。旬の野菜は元気な身体づくりにぴったり!今回は、夏野菜をたっぷり使ったごちそうレシピを紹介します。ぜひお試しください♪

材料 10個分

- ・味付けいなり 10枚
- ・そうめん(乾) 100g
- ・刺身切り落とし 150g
- ・キュウリ 1/2本
- ・タマネギ 30g
- ・オクラ 1本
- ・大葉 5枚

- A** ・しょう油 小さじ2
 ・砂糖 小さじ1
 ・コチュジャン 小さじ1
 ・ゴマ油 小さじ1
 ・いりゴマ 少々



いなり
オープン
そうめん

作り方

夏はさっぱりそうめん♪もちろん酢飯やおそばでも○

- ①キュウリはあられ切り、タマネギはみじん切りにする。
- ②オクラはさっと茹でて、薄い輪切りにする。大葉は縦半分に切る。
- ③刺身の切り落としを1斜角に切る。混ぜ合わせた**A**に切った刺身と①を入れてあえる。
- ④鍋にお湯を沸かし、そうめんを袋の表示通りに茹でる。茹で上がったら冷水にさらして洗い、ザルにあげて水気を切る。

- ⑤そうめんを10等分にする。味付けいなりを開いて、そうめんを入れ、いなりのふちを少し内側へ折りこむ。
- ⑥そうめんの上に大葉を敷き、その上にあえた③と輪切りにしたオクラを飾ったら完成。



炒め
サラダ
夏野菜の

さっと炒めてあえるだけ!
市販のドレッシングやたれでもおいしい♪

材料 2人分

- ・ナス 3~4本
- ・オクラ 5~6本
- ・鶏ささみ肉 150g
- ・米油

梅じょう油ドレッシング

- ・梅干し(種を取り除いてたたく) 大2個(35g)
- ・米油 大さじ1と1/2
- ・しょう油 大さじ1
- ・酢 大さじ1/2
- ・砂糖 ひとつまみ

作り方

- ①大き目のボウルにドレッシングの材料を入れて混ぜ合わせておく。
- ②ナスは縦4つ割りにして半分にする。オクラは板ずりし、斜め半分に切る。鶏ささみ肉は4等分の斜め切りにする。
- ③フライパンに米油大さじ1/2を中火で熱し、鶏ささみ肉を焼き色がつくまで炒め、①に入れる。米油大さじ1/2を足し、ナスとオクラに火が通るまで約4分炒め、①に入れる。
- ④全体を混ぜ合わせたら完成。

オーブンラタトゥイユ

夏こそオーブン料理を♪
ごちそう感満載!

材料 3〜4人分

- ・ズッキーニ……………1本
- ・カラーピーマン(小)……………2個
- ・ナス……………2本
- ・トマト(中玉)……………2個
- ・市販のミートソース(2人分)…1袋
- ・合いびき肉……………80g
- ・ピザ用チーズ……………50g
- ・オリーブオイル……………大さじ1
- ・乾燥ハーブ(あれば)……………適量

作り方

- ズッキーニとナスは3mm幅の薄切りにする。トマトは5mm幅の薄切りにする。カラーピーマンは種を除き、3mm幅の薄切りにする。
- 合いびき肉とミートソースを混ぜ合わせ、耐熱皿に広げる。
- ①の野菜を交互にバランスよく並べていく。



- 表面にピザ用チーズをのせ、オリーブオイルを回しかけ、乾燥ハーブを振りかける。
- 200℃に温めたオーブンで20〜30分焼いたら完成。

大きさをそろえて切ると、
きれいに並べられます♪

火を使わずにつくって、
サバ缶のうまみたっぷり♪

材料 4人分

- ・サバ缶(水煮)……………1缶(約190g)
- ・木綿豆腐……………1/2丁(約200g)
- ・ナス……………2本
- ・キュウリ……………1本
- ・ミョウガ(輪切り)……………2個
- ・大葉(細切り)……………3枚
- ・水……………400ml
- ・塩……………ひとつまみ
- ・白すりゴマ……………適量

- A** ・味噌……………大さじ2
・しょう油……………大さじ1
・ショウガ(すりおろす)…小さじ1

作り方

- ナスは洗ってラップに包み、600Wのレンジで約1分加熱する。あら熱が取れたら、5mm幅の輪切りにする。
- キュウリは薄い輪切りにする。①と合わせ、塩をまぶして揉み、水気を絞る。
- 木綿豆腐は食べやすい大きさにちぎり、キッチンペーパーの上に10分ほどのせて水気を切る。



- ボウルに **A** と水を入れて混ぜ合わせ、サバ缶を汁ごと加えてかるくほぐす。さらに②、③を入れて混ぜ合わせる。
- ④を器に盛り、ミョウガと大葉をのせ、白すりゴマをふりかけたら完成。

夏野菜とサバ缶の冷や汁



4/18～

総代会に向けJAの運営方針を説明 地域別総代意見交換会

令和7年度の「地域別総代意見交換会」を4月18日からJA管内の5会場で行いました。

意見交換会では、5月30日開催の第24回通常総代会に提出する議案の中から、令和6年度事業報告や第8次中期3カ年計画および令和7年度事業計画などについて説明しました。

意見交換会で寄せられた意見・要望の一部を紹介します。

**Q JAが組合員との対話を求める姿勢を評価する。
今後もさまざまな意見を経営に反映してほしい。**

A 職員の日常業務や農家組合員との会合など、今後も役職員と組合員のあらゆる接点を対話の機会と捉えて運動をすすめ、組合員の願いや想いをJAの事業運営に反映させるべく取り組んでまいります。

Q 支店の運営や活動のさらなる活性化に期待している。

A 第8次中期3カ年計画にて、支店協同活動の内容充実により支店にどう仲間を増やすことを重点取組事項として掲げ、取り組みを進めています。
また、支店が将来にわたって組合員の拠り所としての機能を発揮するためにも、業務の効率化などの運営改善を進めてまいります。



わかば地域会場。(4月23日)



ひすい地域会場。(4月24日)

5/11

ねばり強いプレーで熱戦を展開 第19回JAえちご上越杯ママさんバレーボール選手権大会

女性の健康づくりと活気ある仲間づくりに貢献する「JAえちご上越杯ママさんバレーボール選手権大会」を、リージョンプラザ上越で行いました。今年は10チーム約120人が参加。どのチームも声をかけ合いながら抜群のチームプレーを発揮していました。

試合の結果、「高士スターズ」が優勝、準優勝に「板倉クラブ」、3位に「ARAI」が輝きました。



一進一退のプレーで白熱する試合。

4/18

栗産地維持へ剪定指導 直江津栗部会 剪定指導会

直江津栗部会は、上越市桑取地区の園地で剪定指導会を行いました。部会員や関係者など10人が参加。参加者は県農業普及指導センターの専門普及指導員の剪定実演を見ながら説明を聞き、知識を深めました。

部会では、産地維持へ新規生産者の確保に向けた活動にも力を入れています。今年度は、休耕となっている園地を整備し、令和8年からの新規受け入れを目指します。



指導員から剪定方法を学ぶ参加者。



旬の食材がずらりと並んだあるるん畑店内。



4月26日には、女性部フレッシュミズによる「シャカシャカおにぎり」づくりとフリーマーケットを行いました。

4/26～

日ごろの感謝の気持ちを込めて 上越あるるん村創業祭2025

7周年を迎えた上越あるるん村で、4月26日から5月6日まで「上越あるるん村創業祭2025」を行いました。

日ごろの感謝の気持ちを込め、さまざまな催しを企画。地場産の「越後姫」や「くびき和牛」の特価販売のほか、JAマスコットキャラクター「えこもりん」とのじゃんけん大会やガラポン抽選会、特製汁のふるまいなどを日替わりで行い、多くの来場者でにぎわいました。

5/15

直売で広がる交流の輪 女性部板倉地区 なごみ市

女性部板倉地区は、板倉支店で部員が栽培した野菜などを販売する「なごみ市」を行いました。販売スペースには、ホウレン草やサニーレタスなどの野菜や、コゴミ、ワラビなどの山菜のほか、山菜おこわやみょうが団子などの加工品などがずらり。開店と同時に来店者が続々と訪れ、会話を楽しみながら販売を行いました。

来店者は、「毎回、開催日をチェックして来ている。来月は何が並ぶのか楽しみ」と笑顔で話しました。



来店者に調理法について説明をする部員。



営農情報



「米の栽培履歴記帳」はパソコンを使って 専用Webサイトから入力・提出ができます！

ご利用にあたり、事前にJAへ申込書を提出いただき、ユーザーIDとパスワードの発行を受ける必要があります。(利用規約と申込書は、JAえちご上越のホームページからダウンロードできます)



【作業などの内容入力画面】

◀エラー表示により入力漏れを防ぎます。

▼キーワード検索で肥料・農薬名を調べることができます。

ペーパーレスなので押印・訂正印が不要。ご利用のパソコンからその場で提出できます。

JA育苗センターより水稻苗を購入の皆さまは、必要事項(苗購入育苗センター、苗種類等)を選択入力すると「播種日」「育苗資材・農薬」が自動で入力されます。

【育苗資材入力画面】

【育苗資材(農薬)入力画面】

令和7年産米の新規利用申込受付期間は
6月20日(金)まで



※期間を過ぎて提出された申込書は、令和8年産米からの利用申し込みとさせていただきます。

利用方法の説明はこちらから

お問い合わせ先 農業対策課 TEL025-527-2050

収量・品質向上を目指そう！－6月は中干しを遅れずに開始－

中干しの開始時期

田植え後25日ころ(3～4週間後)を目安に、茎数を数えましょう。

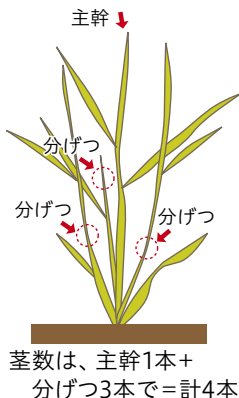
コシヒカリでは、目標穂数の7～8割(例年生育過剰となる圃場は、目標穂数の6～7割)の茎数を確認したら、ただちに中干しを始めましょう。遅くとも、田植え30日後には中干しに入るようにしてください。

茎の数え方

調査日

田植え後3、4週間後を目安に調査しましょう。

平均的な株を選びます。
葉が2枚以上出ているところが「茎」になります。
(5～10株調査し、一株平均を計算します)



【中干し時期の稲株の状況(60株/坪)】



中干し開始適期(移植後27日)



中干し開始の適期をやや過ぎている(移植後30日)

出典:新潟県農林水産部

中干し終了の目安

幼穂形成期(出穂の23～25日前ころ)まで中干しを継続すると根の張る範囲が小さくなり、高温年では品質が低下する場合があります。遅くとも出穂期1カ月前をめどに中干しを終了しましょう。

中干し作業のポイント

- ① 中干しは、田面に幅1㍓程度のヒビが入るまで乾かしましょう。
- ② 水田に足を踏み入れて、ワキ^(※1)の発生を確認し、多い場合は夜間落水を行い、根の健全化に努めましょう。
- ③ 田植えの遅い地域では、浅水管理^(※2)で分げつ^(※3)の発生を促進しましょう。



※1 田のワキ: 稲わらなどが分解するときに、ガスが発生すること。 ※2 浅水管理: 田んぼの水深を3㍓くらいの浅水にすること。
※3 分げつ: 稲の根元から新しい茎が次々に伸び出てくること。

農作業事故ゼロを目指しましょう！

刈り払い機・自走式草刈り機での事故が多発しています！



毎年6～7月は、刈り払い機と自走式草刈り機の事故が多発しています。過去には、農業用水路に刈り払い機のチップソーが接触し、反動で足の指を切創したり、自走式草刈り機を使用中に畦畔で足を滑らせて用水へ転落したりするなどの事故が発生しています。作業の際は、十分に安全対策を行いましょう。

事故防止対策

- ・事故防止のため、草刈り作業前に刈り取り場所に空き缶やごみが落ちていないか確認し、危険箇所の点検をするほか、目の保護具や滑り止めの付いた靴を着用しましょう。
- ・自走式草刈り機では、傾斜地での転倒事故に注意しましょう。
- ・共同作業など、複数人での作業は特に危険です。お互い5㍓以上の間隔を確保しましょう。



今年度の草刈り機(刈り払い機)の資格取得講習会について

毎年6月ごろに資格取得講習会を開催していましたが、今年度の開催はありません。資格取得希望の方へは、講習会を実施している他企業をご案内いたしますので、ご希望の方は下記までお問い合わせください。

お問い合わせ先 農業経営サポート課 TEL025-527-2035

営農部

ラジコン草刈り機等の実演会を開催します

問頸南農機工場 TEL0255-75-5032

農道畦畔の傾斜地などでの草刈り作業の安全化と労力軽減が期待できる新型草刈り機を紹介します。

■日時 6月11日(水)14:00~15:30

■会場 JA妙高低温倉庫
(妙高市岡新田62-1)

参加連絡は不要ですので、直接現地にお集まりください。

会場変更の場合は現地でお知らせします。



総務部

農政講演会の開催について

問企画課 TEL025-527-2001

食料・農業・農村基本法の改正により、食料安全保障への関心が一層高まっています。大転換期をむかえた農業と農政について理解を深めていただくための講演会です。どなたでも聴講できますので、ぜひご参加ください。

■日時 令和7年6月14日(土)13:30~15:30(13:00開場)

■会場 上越文化会館 大ホール(上越市新光町1-9-10)

■内容 農政講演会
テーマ「食料・農業・農村基本法の改正と農政の方向」
講師 一般財団法人食品産業センター理事長 荒川 隆 氏

人形供養祭・葬祭フェア開催のお知らせ

葬祭部

人形供養祭



問虹のホール TEL025-527-2077

■日時 6月15日(日) 供養読経11:00~
■会場 虹のホールなおえつ(上越市石橋2-5-30)

■供養料金(税込)

虹の会会員の方 1体300円

会員以外の方 1体500円

当日入会予約をされた方 1体300円

※持込数の上限はありません。ガラスケース、小道具、ブリキ、せともの、ひな壇などの不燃物はお断りしています。

■人形受付 6月15日(日)8:30~10:30

虹のホールなおえつにて

■申込方法 電話(0120-971-959)または、ホームページより6月14日(土)12:00までに事前予約をお願いします。



ホームページ

葬祭フェア2025

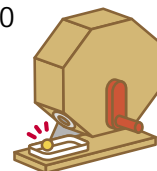
問フローリア TEL025-552-9245

■日時 6月21日(土)9:00~14:00

■会場 フローリア 西館
(糸魚川市南押上1-14-8)

■内容

- ・ガラポン抽選会
- ・フリーズドライ食品・お菓子つかみ取り大会
- ・野菜つかみ取り大会
- ・式場展示
- ・返礼品、式菓子の展示(各提携店)
- ・葬儀・法要のご相談会 など



JAマイカーサマーキャンペーン実施中!

生活部

問カーセンター中央(上越市鴨島1196) TEL025-525-6515 カーセンター北(吉川区原之町169-1) TEL025-548-2202
東自動車整備工場(板倉区針1385) TEL0255-78-2337 南自動車整備工場(妙高市関山1190) TEL0255-82-2112
カーセンター能生(糸魚川市桂144-1) TEL025-566-2035

期間中、JAハイゼットのご成約で新潟県産農畜産物をもれなくプレゼント!
この機会に、ぜひお近くのJAカーセンター・各整備工場までご相談ください。

■キャンペーン期間
令和7年7月31日(木)まで

働く人たちが
選んだ軽トラ
ハイゼット



●先進の予防安全機能
「スマートアシスト」搭載!

軽キャブトラック(FR車)初!

FR用CVT採用で、燃費・発進性能・静粛性UP(CVT車)。

軽キャブトラック(CVT車)初!

ぬかるみ脱出を容易にするスーパーデフロックをCVT車にも設定。

クラス初!

3モードを選択できる電子制御式4WD(CVT車)。

燃料センター(燃料配達)6~8月 日曜・祝日定休について

令和7年6~8月までの間、燃料センターの配達業務を日曜・祝日定休とさせていただきます。配達は月~土曜日の8:30~17:00までとなりますので、ご了承ください。ひすい燃料センターは、通年で土曜・日曜・祝日定休です。

問中央燃料センター
東燃料センター
南燃料センター
ひすい燃料センター

TEL025-524-1489
TEL025-530-4148
TEL0255-72-2666
TEL025-566-4627

弁護士による無料法律相談会を開催します

問各支店・出張所、または総務課 TEL025-527-2001

弁護士による「無料法律相談会」を下記の日程で行います。法律問題でお困りの方は、この機会にご相談ください。

- 担当弁護士 森 直樹(森 直樹法律事務所)
 - 日 時 令和7年7月3日(木)9:30~12:00
 - 会 場 JA糸魚川支店(糸魚川市大町1-3-4)
 - 対 象 者 組合員およびその家族
過去にご相談された方はご遠慮ください。
個人の相談内容に限りです。
 - 募集定員 5人(1人あたり約30分) ※お申し込み順
 - 申込方法 8:30~17:00(土・日・祝日除く)の間に、電話でお申し込みください。
 - 申込締切 令和7年6月20日(金)
受付の際に「住所・氏名・相談内容」を確認いたします。資料がある場合は、事前に提出をお願いします。
- 相談内容は当JAの個人情報保護方針に基づき、固く厳守します。

「さくらカレッジ」12期生 受講生募集

問農業対策課 TEL025-527-2030

たまにはゆっくり「自分のための時間」を過ごしてみませんか？
カリキュラム(予定)

第1回 【上越教室】6月27日(金)【ひすい教室】7月1日(火)

開校式

プロから学ぶ料理教室「女性のための栄養満点クッキング」

第2回 【上越・ひすい合同】8月22日(金)

修学旅行「JA管内の美味しいもの探検ツアー」

第3回 【上越教室】10月7日(火)【ひすい教室】10月17日(金)

プロから学ぶ料理教室「お米と発酵食品の力でととのう生活」

第4回 【上越・ひすい合同】11月21日(金)

閉校式

美活&健康ランチ会「健康と美を学んで、オトナ女子力アップ！」

■ 対 象 上越市・妙高市・糸魚川市在住の女性
(年齢は問いません)

■ 定 員 上越・ひすい教室それぞれ20人

■ 受講料 材料費など必要経費をいただきます。

■ 締 切 6月16日(月)

ご応募は
こちらから

JAで試してみるとおトク！JAの自動車共済お見積りキャンペーン実施中

問各支店、または共済課 TEL025-527-2022

今なら見積るだけで
抽選で
総計 **1,000** 名さまに
素敵な賞品が当たる！



！さらに！！
自動車保険証券を
スマホで読み取ると

当選
確率 **5倍！**



JA 賞

500名さま
(各期125名さま)JAタウン
GIFT CARD
(10,000円)

全国各地のJAなどから厳選した食材をお届けします。

JAタウン



A 賞

300名さま
(各期75名さま)ケルヒャー
高圧洗浄機
K 2 サイレント

K2シリーズ最高の洗浄力で初めての静音モデル。

KARCHER



B 賞

200名さま
(各期50名さま)ダイソン
Dyson Micro Focus Clean
(ハンディクリーナー)

ダイソン史上最軽量。手軽に車内や家中を掃除できます。

dyson



■ 応募期間 令和8年3月31日(火)まで ※賞品のデザイン・仕様・機種等は変更となる場合がございますので、あらかじめご了承ください。※画像はイメージです。

農業用廃プラスチック等回収日

■ 回収時間 9:00~16:00

■ ご用意していただくもの 委任状

詳しくは、広報5月号をご覧ください。

■ 回収日 6月 5日(木)~ 6日(金)【中央資材店舗、はまなす資材店舗】 6月19日(木)~20日(金)【わかば資材店舗、頸南資材店舗】

6月12日(木)~13日(金)【三和資材店舗、頸北資材店舗】

6月26日(木)~27日(金)【ひすいグリーンセンター、能生グリーンセンター】

営農部

コンテナ・パレットをご返却ください

自宅や倉庫にJAが貸し出し、返却し忘れていたコンテナ・パレットはありませんか？JAが貸し出した園芸用コンテナ・肥料用パレットは、JAの大切な資産です。ご確認の上、必ず返却をお願いします。

返却先 園芸用コンテナ：園芸拠点集出荷施設
肥料用パレット：最寄りの各資材店舗
各グリーンセンター



パレットイメージ



コンテナイメージ

生活部

お茶缶飲料はいかがですか？

問店舗生活課 TEL025-530-7556



外仕事や行楽のお供に「清水のお茶」などはいかがですか？

(全て税込)

清水のお茶ボトル缶	3,350円	清水の檸檬紅茶	3,650円
静岡茶ボトル缶	3,650円	みかん日和(果汁70%)	4,500円
国産りんごジュース	4,850円	キャロット&フルーツ	4,500円
信州ピーチジュース	3,800円	かぼすドリンク	4,450円
ダカラプロ	3,950円	自然湧水	3,100円

お支払いは未収金決済または代引決済をお願いします。

納品時期は下記の通りとなります。

	納品時期
6月19日(木)までのご注文	7月上旬
7月18日(金)までのご注文	8月上旬
8月15日(金)までのご注文	9月上旬

お申し込みは上記問い合わせ先までお願いします。

営農部

農業機械大展示会「2025サックスフェア」、農業機械展示会開催のお知らせ

問農業機械課 TEL025-525-6614 わかば農機工場 TEL025-592-2219 頸南農機工場 TEL0255-75-5032
農機センター上越 TEL025-525-6614 農機センター頸北 TEL025-536-3640 農機センターひすい TEL025-552-6666



農業機械メーカー 約30社が勢揃い！！ 農業機械大展示会 「2025サックスフェア」

- 日時
6月20日(金)9:30～16:00
6月21日(土)9:00～14:00
- 会場
新潟市産業振興センター
(新潟市中央区鐘木185-10)

- 内容
- ・ザルビオや高温対策のミニ講演会
 - ・低コスト共同購入コンバインの試乗
 - ・ラジコン草刈機やバッテリー農機の操作体験
 - ・旧型農機等のお買い得品コーナー
 - ・農業関連資材販売 など

農業機械展示会

共同購入コンバイン
「YH448AEJ」U」を展示します！
この機会にぜひご覧ください。



■「小型農業機械特価フェア」

日 時	会 場
6月11日(水)～13日(金)	9:00～17:00
ひすい営農センター カーセンター能生	

■「夏の農業機械展示会」9:00～15:30

開催日	会 場
7月15日(火)	わかば農機工場
7月16日(水)	農機センター頸北、頸北資材店舗
7月17日(木)	頸南農機工場
7月18日(金)	農機センター上越

金融共済部

上越あるん村 ATMサービス終了のお知らせ

問金融課 TEL025-527-2020

上越あるん村のATMコーナー(ローソンATM)は、下記日程をもちまして営業を終了させていただくこととなりました。永らくご利用いただきありがとうございました。

上越あるん村 ATMコーナー営業終了日 令和7年8月28日(木)18:00



上越あるるん村

バーベキューフェア 6/28(土) - 29(日)

くびき牛や夏野菜など、バーベキューにぴったりの食材が勢ぞろいしますので、ぜひご利用ください。そのほか、おすすめ商品やお得な情報は店頭や上越あるるん村ホームページ、SNSをチェック！

トマト・キュウリ

みずみずしい夏野菜が続々と入荷中！新鮮な野菜をぜひご賞味ください。



今月のおすすめ

上越あるるん村の旬な情報は **こちらから！**



LINE



Instagram



Facebook



ホームページ

上越あるるん村 上越市大道福田639
TEL 025-525-1183 9:30~18:00

ひすい食彩館

新ジャガ・新タマネギフェア 6/28(土)

新ジャガイモのコロック販売やふるまい、加工品の販売などを予定しています。

梅

6月下旬から地場産の梅が入荷予定。自家製梅干しづくりにチャレンジしてみたいか、がでしょうか。

今月のおすすめ



ひすい食彩館
糸魚川市東寺町1-6-64
TEL 025-553-0050 9:00~17:00



ホームページ Facebook

浦川原物産館

えご

丁寧につくられた大人気のえご。柔らかな食感で、ほのかな磯の香りが癖になる、初夏にぴったりの一品です。

今月のおすすめ

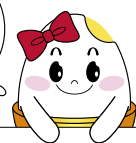


浦川原物産館 上越市浦川原区顕聖寺619-1
TEL 025-599-2387 10:00~17:00 定休日 毎週火・水曜日

新規出荷説明会開催のお知らせ

販売場所は「あるるん畑」、「浦川原物産館」、「ひすい食彩館」です。
新規出荷を検討中の方、または意向のある方はぜひご参加ください！

自慢の野菜を出荷し、
所得アップ！
新規出荷会員募集中！！



■説明会日時・会場 どの会場でも参加できます。

開催日	時 間	会 場	説 明
上越地域 6月24日(火)	14:00~	上越営農センター (上越市稲田4-5-15)	あるるん畑 浦川原物産館 ひすい食彩館 各店での販売について説明します。
頸北・わかば地域 6月25日(水)		頸北わかば営農センター (上越市頸城区百間町310-2)	
頸南地域 6月26日(木)		板倉支店 (上越市板倉区針881-4)	

■説明内容 ・入会から販売までの流れ ・販売事例、実績紹介 ・規約について ・年間行事紹介

■出荷会員登録条件

- ・JA えちご上越の組合員または組合員になる予定の方
 - ・野菜・果実を生産されている方、生産を予定されている方
 - ・地場産農産物を利用した加工品製造者の方(漬物・惣菜・乾物など)
- ※保健所の製造許可・販売許可が必要なものについては取得してください(取得予定者も可)

説明会以外でも随時入会についてのご案内をいたしますので、お気軽に各店へお問い合わせください。

お問い合わせ先 直売施設課(担当:鳥越・西條) TEL 025-525-1183

クロスワードパズル

出題: ニコリ

二重マスの文字をA～Dの順に並べてできる言葉は何でしょうか？

ヨコのカギ

- 1 6～7月はしとしとと降る日が多い
- 2 あの部長は——掌握術に優れている
- 3 化学式ではH⁺やOH⁻などと表します
- 4 「桃太郎」でおじいさんが刈りにいったもの
- 5 旧暦6月の異称
- 8 赤、青、黄、鮮やかな——の花々が咲いている
- 10 渋谷駅前の待ち合わせ場所として有名な忠犬——像
- 11 長女から見た次女や三女
- 13 父の日に——をこめてプレゼントを贈った
- 15 生の魚貝などを薄く切った料理
- 17 木の根と枝のあいだ
- 19 オニ、テッポウなどの種類がある花

タテのカギ

- 1 漢字では紫陽花と書く花
- 4 肌にできないように日焼け止めを塗りました
- 6 剣道の試合のとき頭につけます
- 7 植物を分厚い本にはさんでつくることも
- 9 1年を基準としたときの3カ月
- 11 inと表記する長さの単位
- 12 神棚に供える植物
- 14 サイン、——、タンジェント
- 16 海の宝石とも呼ばれる生き物
- 18 ——に交われば赤くなる
- 20 6月10日は——の記念日です
- 21 じょうろやホースで行います

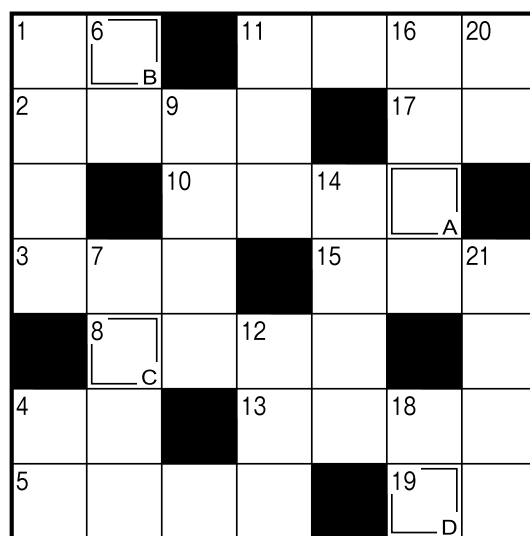
今月のプレゼント

エコープマーク品 手振りそうめん

細麺でコシが強くシャッキリとした歯ごたえが特徴です。



10名
さま



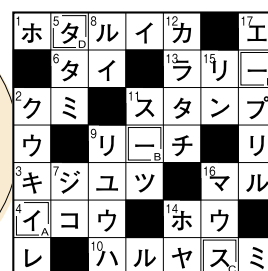
答え

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

4月号の答え

答え
「イースター」

応募総数は
150通でした。



パズルの答えと一緒に「おたより」もお待ちしております♪

広報誌への感想やおたよりテーマ、日々の出来事など皆さまの投稿をお待ちしています。

『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広報誌の感想など』を記入し、ハガキまたは封書、ホームページにてご応募ください。正解者の中から抽選で、「手振りそうめん」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。

Webでのご応募はこちらから



【締切】6/30(月)消印有効

切手 〒943-0817 JAえちご上越 広報クイズ係	上越市藤巻5番 30号	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
--------------------------------------	----------------	--

※郵便料金の不足にご注意ください。



新タマネギたっぷり！ サケの南蛮漬け

材料 2人分



- ・生サケ切り身……………2切れ(200g)
- ・新タマネギ……………1/2個(100g)
- ・ニンジン……………30g
- ・ピーマン……………1個
- ・酒……………大さじ1/2
- ・塩……………ひとつまみ
- ・小麦粉……………大さじ1
- ・米油……………大さじ1

- A** ・水……………1/2カップ
 ・ポン酢しょう油……………大さじ3
 ・砂糖……………小さじ1
 ・赤トウガラシ(小口切り) ……少々

調理動画を公開中！



YouTube
[JAえちご上越チャンネル]



©よい食P

つくり方

- ①生サケ切り身をバットに並べ、全体に酒と塩ひとつまみをふる。そのまま10分置いたら、キッチンペーパーで水気をふき取る。
- ②新タマネギは繊維を断つ方向で薄切りにする。ニンジンは細切り、ピーマンは縦半分に切って細切りにする。
- ③ボウルに**A**を入れて混ぜ合わせ、②で切った野菜を入れる。
- ④①のサケをそれぞれ4等分に切り、小麦粉を薄くまぶす。
- ⑤フライパンに米油を熱し、④を並べて弱めの中火で3分ほど焼く。焼き色が付いたら上下を返してさらに2～3分焼く。
- ⑥火が通ったら③のボウルに入れ、15～30分ほど漬け込み、味がなじんだら完成。

