

# JA えちご上越 Project

2  
February

広報  
えちご上越



特集

令和7年度

支店協同活動レポート



P.04 特集



P.16旬 Kitchen



ここを耕し、いのち育む。  
JAえちご上越



●糸魚川市日光寺

農産物直売所「ひすい食彩館」

ひすい産直運営協議会 会長 吉岡 秀明さん

経営メモ

園芸(越の丸茄子、ユリ、メロンなど約50品目)



日本梨の新品種「新碧」。



ひすい食彩館の店頭に並ぶ「糸魚川寒じめ野菜」。



令和7年6月25日には、羽深会長ら常勤役員も園芸振興に向けて圃場巡回に訪れました。



「糸魚川寒じめ野菜」の取り組み初年度の様子。野菜の鮮度を営農指導員と確認する吉岡さん(右)。

## 糸魚川地域の魅力を伝えていきたい

糸魚川市日光寺で、約50品目の野菜を栽培する吉岡さん。農産物直売所「ひすい食彩館」の出荷会員で構成する「ひすい産直運営協議会」の会長も務めています。

現在、ひすい食彩館で出荷最盛期を迎えるのは「糸魚川寒じめ野菜」です。令和5年から冬期間の野菜の安定供給と農家所得の向上に向け、雪を活用した「寒じめ野菜」の取り組みを開始。「糸魚川特有の気候を生かそう」と発起人となつたのが当時同協議会の副会長を務めていた吉岡さんでした。

「ひすい食彩館では、冬期間の商品確保が課題となっていました。上越市内で雪下・雪室野菜の栽培に取り組む農家の元への視察や研修会を開催し、栽培や販売方法について検討しました。同協議会の有志を募り、令和5年の冬に5品目で試験的にスタートしました」と振り返ります。

当時は、雪が少なかつたこともあり、地元のスキー場から雪を運び、貯蔵庫に手作業で雪を詰めて雪室をつくりあげました。常に2~3℃に保たれた雪室で貯蔵した農産物を店頭に並べると、「野菜の甘みを味わえておいしい」と好評だったこともあり、本格的に取り組みを開始しました。

現在は、11人の出荷会員が当初の

5品目に加え、ホウレン草やジャガイモ、アスパラ菜などの品目を出荷しています。「野菜本来のおいしさを味わえるので、ぜひ消費者の皆さんにも味わってもらいたいです。出荷量が増えれば、もっとPRすることもできます。まだまだスタートしたばかり。栽培の魅力を伝えながら仲間を募っていきたいと思います」と話します。

また、地元農産物のPRとして吉岡さんが令和5年から新たに取り組むのは、日本梨の県独自品種「新碧」の栽培です。新たな糸魚川地域の園芸ブランド品目を確立するため、吉岡さんが管理する圃場にモデル樹として苗木5本を定植。令和6年には初なりとして23個の果実を収穫しました。「表面が美しい「新碧」は、県の石「翡翠」を連想させます。産地化に向け、規模拡大を目指して取り組んでいきます」と意欲的です。

今後の目標は、年間を通して安定して糸魚川地域のおいしさを消費者の皆さんに提供し続けること。「食の安全・安心を第一に、環境に優しい農業に取り組んでいきます。また、協議会の会長としては、仲間づくりに力を入れ、生産品目の拡大や「ひすい食彩館」のPRに力を入れていきます」と笑顔で話してくれました。

特集①

つながるココロ  
広がるチカラ

令和7年度

# 支店協同活動レポート

支店を中心に、組合員や地域の皆さんと意見を交わし、地域の特色や要望を活かした活動を行う「支店協同活動」。令和7年度も各支店を中心に、活気あふれる活動を行いました。今回の特集では、各支店で行つたさまざまな活動の中から、ピックアップしてご紹介します。

## 准組合員ふれあい懇談会

### ひすい地域



上越あるるん村で施設見学

### 上越地域



「上越まるごとモリあげ祭」への参加

### 新井・泉・板倉支店



けいなん総合病院による健康教室

## “食農教育”活動

### 中郷支店



中郷小学校ブルーベリー収穫体験

### 大島支店



大島小学校田植え

### 名立支店



名立中学校サツマイモ苗定植

### 糸魚川支店



西海小学校田植え

### 頸城支店



明治小学校「こども田んぼ塾」

### 大潟支店



えだまめ収穫体験

### 能生支店



中能生小学校田植え

### 青海支店



田沢幼稚園サツマイモ苗定植

### 新井支店



斐太北小学校調理実習

## “おまつり・イベント”活動

板倉支店



ゲートボール大会

和田支店



地場産野菜即売会

清里支店



「きよさと坊太郎祭り」への出店

妙高高原支店



妙高高原ふれあい夏まつり

浦川原支店



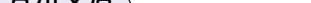
フラワーアレンジメント講習会

中央支店



新鮮野菜市

吉川支店



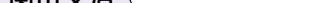
窓口感謝デー

有田支店



えだまめのつかみ取り

関山支店



グラウンドゴルフ大会

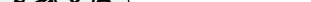
八千浦南川支店



フラワーアレンジメント教室

## さまざまな活動が盛りだくさん

安塚支店



安塚保育園児との交流

はまなす支店



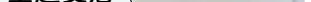
林家木久藏さんを招いた稲刈り

大潟支店



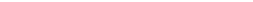
スマホ教室

上越支店



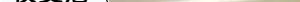
畑作・園芸講座

谷浜支店



特殊詐欺被害防止チラシ配布

牧支店



相続・遺言セミナー

三和支店



ふれあいの里・五公ヘタオルの寄付

多くの皆さまからご参加いただきありがとうございました。開催にあたっては、各地区の特色の違いを踏まえ、意見・要望などをもとに地区(各支店)のニーズに合った独自の企画・運営を基本としています。今後もより多くの方から楽しんでいただける活動を行い、地域とのつながりを深め、一層身近で頼れるJAを目指していきます。

2026年2月28日(土)まで

ダウンロード  
無料

# 日本農業新聞ニュースアプリ ダウンロードキャンペーン



CMに登場した  
お米が抽選で当たる!

新米 特別栽培米  
コウノトリ育むお米  
(無農薬)白米2kg

兵庫県 JAたじま産

30名様



コウノトリ育むお米が  
登場する日本農業新聞CMの  
特設サイトはこちら



## 応募方法

日本農業新聞の  
一部記事が  
無料で読める!

1 まずはアプリを  
ダウンロード



※アプリのダウンロードには「apple ID」または  
「Googleアカウント」が必要となります。  
※App StoreはApple Inc.のサービスマークです。  
※Google Playは Google LLCの登録商標です。

### 注意事項

- アプリをダウンロードしただけでは応募にはなりません。必ず「プッシュ通知」を受信できる設定にしていただき、応募フォームから応募してください。
- 当選発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。当落に関するお問い合わせには、一切お答えできませんのであらかじめご了承ください。
- キャンペーン期間前にアプリを既にダウンロードしていた方も応募できます。

2 キャンペーン期間中に  
届くプッシュ通知から応募



3 キャンペーン終了後、  
当選者に賞品が届きます



## ニュースアプリなら営農に役立つ機能も充実

※日本農業新聞ニュースアプリの全ての機能を使うには、電子版の購読(税込2,403円)が必要です

アプリの  
詳細は  
こちら



### 病害虫診断

スマートフォンで撮った写真から、農作物の病気や害虫をAIで判定することができます。

対応品目は、トマト、ブドウ、イチゴ、キュウリ、タマネギ、ジャガイモ、ナス、桃、ピーマン、菊、大豆、カボチャの12品目です。



### 気象情報

1週間の天気予報に加え、1キロ四方単位の詳細な気温、降水量、日照時間のデータ(過去7日間+今後7日間)を見るることができます。また、栽培品目の積算温度も計算でき、収穫適期の予測に活用できます。



### MYカテゴリ

関心のある用語や、栽培品目、居住地、産地名、JA名などを登録すると、自分だけのカテゴリを作成できます。カテゴリには自動で記事が分類され、読みたい記事を手軽に探せます。



お問い合わせ 日本農業新聞 電子版事務局 dkanri@agrinews.co.jp

THE JAPAN AGRICULTURAL NEWS  
**日本農業新聞**  
www.agrinews.co.jp

12/19

## 上越地域米の更なるブランド力向上へ 上越地域米「未来へつなぐ食と農」連絡会生産者交流会を初開催

上越地域米「未来へつなぐ食と農」連絡会は、上越市内で生産者交流会を初めて開催しました。生産者や関係機関、JA役職員など約60人が出席。上越地域米の現状や魅力を再認識し、生産者一丸となってブランド力強化を図ろうと申し合わせました。

グループワークでは、「上越地域米の魅力と発信について」をテーマに実施。豊富な雪解け水による高品質で良食味な米づくりや棚田が持つ役割・自然環境豊かな上越地域米の魅力をSNSで発信していくことが必要などという意見が出されました。



6グループに分かれ、活発な意見交換を行ったグループワーク。



意見を交わした記者懇談会。

12/25

## JA事業の周知と理解促進を 報道機関に向けた記者懇談会を開催

JAでは、報道機関に向けてJAの事業や活動について発信するため記者懇談会を毎年行っています。12月には今年度2回目の記者懇談会をJA本店で行い、報道機関とJA常勤役員など20人が出席しました。懇談会では事業計画や各部門の重点取り組み事項などを説明。農畜産物の生産・販売戦略やJA事業の成果などについて率直に意見を交わしました。

1/5

## 一年の商売繁盛を祈願して 新印上越青果(株)、糸魚川青果卸売市場で新春初市

上越市藤巻の新印上越青果(株)で恒例の新春初市式が行われました。市場には関係者ら約50人が参加し、商売繁盛を祈願。果物や野菜が盛られた縁起物の宝船を皮切りに、新鮮な農産物が次々と競り落とされました。

また、糸魚川市横町の糸魚川青果卸売市場でも新春初市が行われ、地元産の農産物やかまぼこなどを盛り合わせた宝船がせり落とされ、令和8年の取引がスタートしました。



「令和8年度も園芸品目の生産拡大に努めていく」とあいさつをする羽深会長。(新印上越青果(株))



新印上越青果(株)



糸魚川青果卸売市場



# 営農情報



## 令和8年度 水稲栽培の中干し期間延長による J-クレジット制度の説明会を開催します

### 水稻栽培の中干し期間延長によるJ-クレジット制度とは？

水田から排出されるメタンの排出量削減に取り組んだ際に、その排出削減・吸収量を「クレジット」として認証し、取引(販売)を可能とする制度が令和5年に国から認証されました。中干し期間を延長することで、実施面積に応じてクレジット販売代金として生産者の皆さんに入金されるシステムです。

J-クレジットの制度に参加するには、従来の中干し期間より、前後を含み7日間以上期間を延長する必要があります。地域や圃場条件によっては、減収の事例があること、また各種確認書類の提出やスマートフォンによる専用アプリへの登録作業も必要となるなどの留意点がありますので、取り組みをご検討の方は説明会への出席をお願いします。

JAでは、地球温暖化対策による環境への配慮と、温室効果ガス削減に向けて積極的な取り組みを行う産地としての米の有利販売、および農家所得確保の一助となるよう、昨年に引き続き「NTTドコモビジネス(株)」と「(株)フェイガー」の2社による説明を行います。

### J-クレジット説明会の日程

開催日	開催時間	会場	
2月17日(火)	13:30~	はまなす支店	上越市柿崎区柿崎3337-1
	18:00~	ひすい営農センター	糸魚川市大字大和川436
2月18日(水)	13:30~	富岡研修室(旧あるるん畑)	上越市大道福田615
	18:00~	頸城支店	上越市頸城区百間町310-2
2月24日(火)	13:30~	安塚支店	上越市安塚区安塚2544
2月25日(水)	13:30~	板倉支店	上越市板倉区針881-4

※説明会は、1時間程度の予定です。事前申し込みは不要。どの会場へご参加いただいても構いませんが、混雑回避のため最寄りの会場へのご参加をお願いします。

### 【プロジェクトの契約変更にかかる留意事項について】

J-クレジットは、プロジェクトを開始した日から2年経過しないと他のプロジェクトに移行することはできません。プロジェクトを開始した日は、中干しの開始日となることから、**令和6年から実施している生産者の方は、令和8年中干し開始前日まで乗り換えを選択できます。(イメージ図参照)**

【イメージ図】※令和6年から実施している場合

令和6年	令和7年	令和8年の中干し から乗り換える場合 は6月14日までに 切り替えが必要	令和8年	令和9年
6月15日に 中干し延長を 開始した場合	2年目		3年目	4年目
A社プロジェクト			B社プロジェクト	

お問い合わせ先 各営農センターまたは農業対策課 TEL:025-527-2050

## 山菜出荷で所得アップ! チャレンジしてみませんか?

令和7年の出荷実績に基づく平均手取単価一例

※価格は税込。市場出荷のため、単価に変動があります。

フキノトウ 2,649円/キロ		コシアブラ 8,970円/キロ		タラの芽 5,398円/キロ	
ワラビ 330円/キロ		ノカンゾウ 1,786円/キロ		山タケノコ 463円/キロ	

山菜は、関東方面においてさらなる需要が見込める商品です。令和8年も一層の取り扱いの拡大が期待されます。出荷者は、出荷規格に合わせて荷造りを行い、各地区指定の集荷場に持ち込みをお願いします。集荷した山菜は、JAで選別やパック詰めなどの作業を代行しますので、出荷者の負担軽減につながります。

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

山菜の収穫について、他人の所有地に立ち入るなど個人のモラルが問われるケースが増えています。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。

新規に出荷される際は、お手数ですが下記お問い合わせ先までご連絡をお願いします

お問い合わせ先 各営農センター、または園芸拠点集出荷施設 TEL 025-521-5181

## 令和8年産用「水稻種子」の価格について

令和8年産用「水稻種子」の価格が新潟県種子協会より示されました。米価の上昇に伴い、価格は大幅に上昇しています。「営農生産ガイド2025」の参考価格(前年度価格)に比べ大幅な上昇となっていますので、下記の品種別および消毒種類別の価格表をご確認ください。

### 令和8年産用 水稻種子価格表

品種名	規格(kg)	予約価格(税込・円)		
		消毒済	温湯消毒済	未消毒
コシヒカリ BL・こしいぶき・つきあかり みずほの輝き・にじのきらめき	20	22,506	22,506	21,098
	10	12,705	12,705	11,935
	3	4,268	4,268	4,070
新潟次郎・いただき	20	21,912	21,912	20,482
	10	12,375	12,375	11,594
	3	4,158	4,158	3,949
こがねもち・わたぼうし	20	23,738	23,738	22,374
	10	13,398	13,398	12,650
	3	4,499	4,499	4,312
五百万石	20	23,430	23,430	22,055
	10	13,222	13,222	12,474
	3	4,444	4,444	4,246

お問い合わせ先 農業対策課(指導購買) TEL 025-527-2060 または最寄りの資材店舗・グリーンセンター

## 上越コープサービス

## 社員募集(経験者採用・新卒者採用)のお知らせ

■(株)上越コープサービス 採用担当 TEL 025-524-7467

JAえちご上越グループの「(株)上越コープサービス」では、以下の通り社員を募集しています。

## ■職種

・電気工事士・設備工事士・営業職 各1名

## ■応募資格

経験者:概ね40歳以下の高卒以上の方

新卒者:令和8年3月高等学校以上の学校を卒業見込みの方

## ■必要資格等

自動車免許(普通MT・準中型)、パソコン操作

## ■応募方法

電話連絡のうえ、履歴書(写真貼付)および職務経歴書を提出してください。

## ■選考方法

書類審査、面接試験

詳しくは、上記問い合わせ先までお問い合わせください。

## 生活部

## JAハイゼット スプリングフェア実施中!

■カーセンター中央(上越市鴨島1196) TEL 025-525-6515

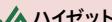
カーセンター北(吉川区原之町169-1) TEL 025-548-2202

東自動車整備工場(板倉区針1385) TEL 0255-78-2337

南自動車整備工場(妙高市関山1190) TEL 0255-82-2112

カーセンター能生(糸魚川市桂144-1) TEL 025-566-2035



働く人たちが  
選んだ軽トラ  
 ハイゼット

 ●新開発したFR専用CVTの採用など、  
安全・安心・便利機能が満載!

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8年3月14日(土)まで

## 営農部

令和8年度年間行事予定カレンダーを  
ご活用ください

■農機センター上越

TEL 025-525-6614

農機センター頸北

TEL 025-536-3640

頸南農機工場

TEL 0255-75-5032

わかば農機工場

TEL 025-592-2219

農機センターひすい

TEL 025-552-6666

春・秋の繁忙期対応  
日程や各種展示会  
などの日程を掲載し  
ています。トラブル  
時にはすぐにご連絡  
いただけるよう、各  
農機センターの電話  
番号も掲載していま  
すので、ぜひご活用  
ください。

カレンダーは、各農  
機センター・農機工  
場に設置しています。  
(無くなり次第終了です)

各資材店舗・グリーンセンター  
3~5月 土・日・祝日の営業について

■各資材店舗・グリーンセンター

3月 土・日・祝日の営業は行いません。

4月 営業時間(全店舗共通)

土曜日・日曜日 8:30~16:30

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

※4月29日(水・祝)は全店舗お休みです。

5月 営業時間(全店舗共通)

土曜日・日曜日 8:30~16:30

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

※5月4日(月・祝)、5日(火・祝)、6日(水・振)は全店舗お休みです。



## JAセレモニーサービス

虹のホールいなだ

0120-971-959

フローリア

0120-972-060



ホームページ

ご葬儀ご法要は

## 24時間・365日の安心サポート

事故の場合 0120-258-931

レッカー ロードサービス 0120-063-931



JJA自動車共済安心サポート

## みそ用大豆の予約注文受付中！

■店舗生活課 TEL 025-530-7556

みそ用大豆の予約注文を承ります。ご希望の方は、上記問い合わせ先までご連絡をお願いします。価格についても上記までお問い合わせください。

令和7年産新潟県内産大豆 中粒特定加工			
10kg	15kg	20kg	30kg

■申込締切 令和8年2月27日(金)

■荷渡方法 配達のみ

■配達時期 申し込みの際に配達希望月をお伝えください。日付指定はお引き受けできませんのでご了承ください。

## 野菜と食べる「らーめん」がおすすめ！

■店舗生活課 TEL 025-530-7556

国産小麦粉100%を使用した保存に便利な乾麺タイプです。たっぷりの野菜と一緒に召しあがりください。

・エーコープ

野菜と食べる醤油らーめん(3人前)×2つ入  
野菜と食べる味噌らーめん(3人前)×2つ入



詰め合わせ1箱(4つ入) 1,706円(税込)

■申込締切 令和8年2月20日(金)

■配達時期 令和8年3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。

## 近代 五月人形・鯉のぼり展示会を開催します

■店舗生活課 TEL 025-530-7556

五月人形・鯉のぼりの早期ご予約新作発表会です。お気軽にご来場ください。

■日時 令和8年3月14日(土)～15日(日) 10:00～17:00

■会場 JAえちご上越本店 別館4階(上越市藤巻5-30)



## フォークリフトの特定自主検査義務化のお知らせ

■農業経営サポート課 TEL 025-527-2035

これまでの労働安全衛生法では、フォークリフトを使用する事業者(法人・個人問わず)は、法令遵守義務のない定期自主検査を行うことと定められていましたが、昨今痛ましい事故が後を絶たないことから、**令和8年1月1日の改正**により、**厚生労働大臣の定める「特定自主検査基準」**に従って**『フォークリフトの特定自主検査』**を行うことが義務付けられました。また、車両系建設機械等も同様に「特定自主検査」が義務付けられています。

### 1. 対象となる事業者

対象となる事業者は**法人・個人を問わずフォークリフトを使用する全ての事業者が対象**となります。

### 2. 特定自主検査の基本ルール

- ①検査頻度 1年以内ごとに1回、定期的に実施すること。
- ②検査実施者 厚生労働大臣または労働局長に登録されている「登録検査業者」が実施すること。なお、検査資格を有する者が自社内にいる場合は、自社内のフォークリフトの検査を行うことが認められています。
- ③検査済標章 次の検査時期を示すステッカー(標章)を貼付すること。
- ④記録の保存 検査記録は3年間保存すること。
- ⑤罰 則 検査の未実施、記録の不備、無資格者による検査などは、労働安全衛生法違反として**フォークリフト1台あたり50万円以下の罰金刑**となる可能性があります。

### 3. 労災保険の適否

「特定自主検査基準」に従って検査を行っていないフォークリフトを使用して労働災害が発生した場合、労災保険の適用外となる可能性があります。

### 4. 登録検査業者

フォークリフトの特定自主検査が行える登録検査業者は、購入された販売店にお問い合わせいただくか、インターネットで「新潟県のフォークリフト特定自主検査登録業者」と検索いただくと新潟労働局登録検査業者一覧表が公開されていますのでご確認ください。

## 令和最新トレンド！

# 巧妙な詐欺の見分け方

その  
1

JAバンクから  
お客様情報の  
確認メールが来た！

メールのリンク先でIDやパスワード、  
確認番号の入力を求められてない?  
メールアドレスやリンク先のURLは  
本当にJAバンク？

JAバンクを装った詐欺メールをお客様へ送信し、リンク先より改サイトに誘導して、ID・パスワード・確認番号等を盗み取り、不正に送金を行うフィッシング詐欺が発生しています。JAバンクでは、メールやSMSに記載のリンク先でネットバンクのIDやパスワード、確認番号の入力を求めるることはありません。リンク先のサイトにおいて入力を求められてる、絶対に入力しないでください。JAバンクをかたる以下のような案内は、すべて詐欺ですのぞこ注意ください。



SNSで仲良くなった人が  
信頼できる投資話を  
教えてくれた！

本当に  
信頼できる人?  
必ずもうかる、  
あなただけって  
言われてない?

自分が見聞きした投資情報や、正直話に少しだけロマンチックな  
気分で見聞きする投資マガジンやニュースで著名人や投資家等  
を信頼し、「絶対にもうかる」「あなただけに有利」といった投資話を  
もじかねられたら、それは落成です。また、投資マガジンやアプリ  
で熱くなったりから「二人のお金のために投資を打診された  
時におかしいな」とと割り切らざるを得ない時があります。

その  
2

警察から

「あなたの口座が  
犯罪に利用されている」と  
電話があった！

その  
3

その人、  
本当に警察官？

電話でお金の話を  
されてない？

警察官や行政機関等を装い、電話やビデオ通話などで「あなたの口座が犯罪利用されている」、「高額料金があり、支払わないと裁判になる」などと不審をあおり、銀行等をだまし取る詐欺が発生しています。手が警察官や行政機関であっても、目に見えのないお金の話をした場合には警戒を怠り、危険の警戒に相談をしてください。以下のよき手口が取扱っていますので、ご注視ください。

### ● オレオレ詐欺

親族や警察官、弁護士等を装い、「お預金のため今すぐお金が必要」「あなたの口座が犯罪に利用されている」となどと不審をあおり、他の口座への振込や現金の支払いを通じて金目をだまし取る手口

### ● 開空料金詐欺詐欺

事業者・料金料金を装い、「開空料金の支払い日を名前としているアカウント」や「プライベートカードの購入を通じて金目をだまし取る手口

### ● 違付金詐欺

銀行開口日を装い、医療費や年金等の返却金があるなどと説明し、事務手続としてATMを操作させ、実際には他人の口座に操作を行なうことで金目をだまし取る手口

**大切な資産が奪われないように、詐欺に注意しましょう。**

JAバンクでは警察と連携し、金融犯罪撲滅に向けて取り組んでいます



ここぞと、いのち育む。  
JAえちご上越

警察庁  
National Police Agency



©よりや

Let's go!



# 直売所に行ってみよう



上越あるるん村

真冬が旬

## 雪下・雪室野菜を販売中！



いつもの野菜と  
なにが違うの？  
甘み・うまいが圧倒的に違います！

温度0~3°C、湿度90~100%の中で野菜を保存すると、寒さから身を守ろうと糖を蓄えるため甘みが増します。特にジャガイモは際立って糖度が増し、驚くほど甘みが強くなります。雪国ならではの、うまみがたっぷり凝縮されたみずみずしい雪下・雪室野菜をぜひご賞味ください。

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

浦川原物産館

今月のおすすめ



手づくりこんにゃく

手づくりこんにゃくはこんにゃく粉ではなく、原料のこんにゃくいもをすりおろして製造しています。風味豊かで適度な弾力と舌触りの良さが特徴。味が良く染みるので煮物や炒めもの、刺身にも最適です♪

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

SNSで情報発信中！

上越  
あるるん村



LINE



Instagram



Facebook

ひすい  
食彩館



Facebook



Instagram

妙高  
山麓直売  
センター  
とまと



Instagram



フォローしてね

ひすい食彩館

## 春の味覚フェア 2/14(土)

糸魚川産の「越後姫」やアスパラ菜の販売のほか、冬野菜シチューと甘酒のふるまいを行う予定です。ぜひ旬の味覚をお楽しみください♪



糸魚川寒じめ野菜



今月のおすすめ

冬の寒さにあって甘みの増した冬野菜を「糸魚川寒じめ野菜」の名称で販売しています。ダイコンやキャベツ、ハクサイ、ニンジンなどの野菜を販売中！

休業日  
2/28(土)

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

妙高山麓直売センター とまと



お食事処  
妙高

ウインタースポーツの帰りに温かいメニュー  
でほっとひと息。ぜひご賞味ください。

妙高山麓直売センター とまと

妙高市坂口新田430-1

TEL 0255-82-2760 9:00~16:00

# ➡ crossword puzzle ⬅

## 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 節分にまるかぶりします
- 2 働き者のイメージがある昆虫
- 3 羽根つきに使う道具
- 4 保育園の——に手編みの帽子を出品した
- 6 張り上げたりひそめたり
- 9 強い風に雪が舞います
- 10 作業機をけん引してさまざまな農作業をこなします
- 11 金太郎が担いでいるもの
- 13 ドアをコン、コン
- 14 魚へんに付と書く魚
- 16 寒いところやすくなる人もいます

### タテのカギ

- 2 東京にある、昔は電気街、今はポップカルチャーの街
- 5 はたきで払うもの
- 7 い草などで編んだ敷物
- 8 天井や空がある方向
- 9 長さの単位のひとつ。記号はft
- 11 眠くなると下がってきます
- 12 外湯めぐりで知られる兵庫県北部の温泉地
- 14 鬼は外、——は内
- 15 日本刀の手で握る部分
- 16 すべては忘却の——だ
- 17 チョコレートケーキの——をスマホで調べた

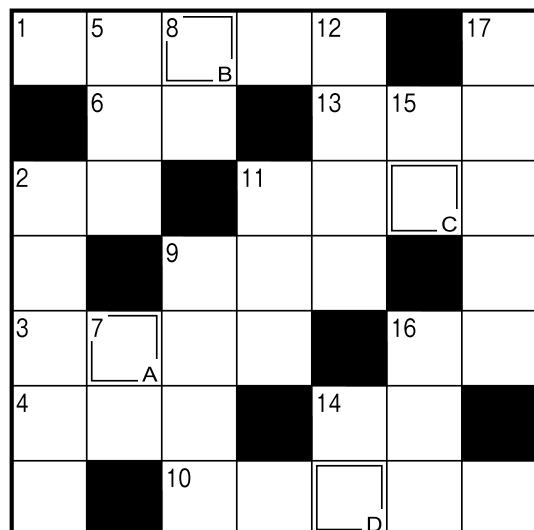
今月のプレゼント

エーコープマーク品

### 農協牛乳キャラメル&ひとくちチョコ

まろやかなキャラメルとほど良い甘さのひとくちチョコレートです。

10名  
さま



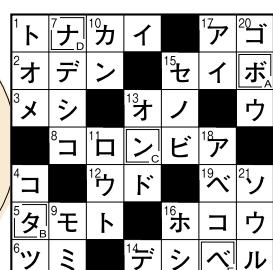
答え

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

12月号の答え

### 「ボタンナベ」

応募総数は  
244通でした。



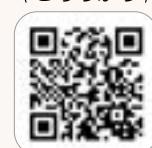
**パズルの答えと一緒に「おたより」もお待ちしています♪**

**【締切】2/27(金)消印有効**

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、「農協牛乳キャラメル&ひとくちチョコ」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



切手  
〒943-0817  
JAえちご上越  
広報クイズ係  
30番

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。



*Delicious*

旬 Kitchen

## 3色漬物丼



### 材料 1人分



- ・ハクサイの漬物 ..... 100g
- ・雪下ニンジン ..... 20g
- ・アスパラ菜 ..... 20g
- ・卵 ..... 1個
- ・かつお節 ..... 適量
- ・バター ..... 10g
- ・しょう油 ..... 小さじ1/2
- ・ごはん ..... 1杯分

### つくり方

- ①ハクサイの漬物は一口大に切り、キッチンペーパーに包んで水気を絞る。
- ②雪下ニンジンは千切りに、アスパラ菜は斜め切りにする。
- ③ボウルに卵を割り入れ、よく溶きほぐす。
- ④フライパンでバターを熱し、①を入れて中火でじっくり焼く。焼き色がついたら②を加えて炒め合わせる。
- ⑤火が通ったらしょう油を加えてひと混ぜする。漬物の塩分と合わせて味をみて、足りなければしう油で調える。
- ⑥⑤をフライパンの中央に寄せ、③を周りに流し入れる。半熟になつたら火を止める。
- ⑦器にごはんを盛り、⑥をのせる。仕上げにかつお節を振りかけたら完成。



調理動画を公開中！



YouTube  
「JAえちご上越チャンネル」 ©よい食P

広報 えちご上越 Vol.24 2026年2月1日発行

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-echigojoetsu.or.jp>

