

広報

# きゅっと中越

2024年  
5月号  
May

vol.16

## 読者プレゼント

おたよりを応募いただいた中から、  
抽選で**10**名様に  
**JA 商品券**を  
プレゼント

おいしい  
おいしい  
お米になくれ



## 田植えスタート！ よ〜いドン！

とある地域の田植えの様子です。帽子とズボンを新タマネギに見立てた子どもたちを、端午の節句にかかせない柏餅の子犬が見守ります。鯉のぼりの棒と電柱はアスパラガスで描きました。

## 特集 JAえちご中越青年部に迫る!!

- |                    |                      |
|--------------------|----------------------|
| 02 今月のぎゅっ人         | 10 お知らせ              |
| 06 ぎゅっとピ!          | 11 けいじばん・脳トレ! クロスワード |
| 08 ぐるっとえちご中越 こしじ支店 | 12 ぎゅっとKitchen       |

 JA えちご中越

# 新入職員紹介

①趣味・特技 ②好きな言葉、モットー

皆様 よろしくお願ひいたします!

## さんとう地区

- ① 最近散歩にハマっていて、通ったことのない道を歩いて新鮮な気分を味わうことが楽しいです。
- ② 不言実行

おおくぼ たかひこ  
大久保 孝彦(22)  
こしじ営農センター

- ① 熱帯魚の飼育が趣味で大型魚をたくさん飼育しています。スノーボードにハマっています。
- ② 誠実

しみず ゆうと  
清水 優翔(22)  
こしじ支店 貯金担当

はせがわ こうだい  
長谷川 皓大(22)  
寺泊支店 貯金担当

よこざわ そうたろう  
横澤 爽太郎(20)  
さんとう北営農センター

- ① サッカー観戦が趣味で、今年は九州や大阪まで行きました。リアルとアルビのファンです。
- ② なんくるないさ

- ① レコード集めが好きです。好きなアーティストは JJJ と THE BLUE HEARTS です。
- ② 初志貫徹

## 柏崎地区

- ① 特技はトランペットで、音楽を聞くことが好きです。
- ② 聞くは一時の恥、聞かぬは一生の恥

つなもと はるな  
綱本 春菜(18)  
東部田尻支店  
貯金担当

いちかわ しおり  
市川 栞(19)  
刈羽支店 貯金担当

もとじま うた  
本島 歌(20)  
かしわざき営農センター  
園芸特産課

- ① 球技が趣味で特にバスケットが好きです。
- ② Every failure is a step to success. (すべての失敗は成功へのステップだ)

- ① お料理にハマっています。家族に野菜を沢山たべてもらえるように工夫しています。
- ② 諸行無常

## ながおか地区

- ① 体を動かすことが好きです。「ソフトテニス」では北信越大会まで行きました。
- ② 一悪を持ってその善を忘れず

いからし りりか  
五十嵐 梨々香(22)  
長岡北支店 貯金担当

- ① バンドの Mrs.GREEN APPLE にハマっています。好きな曲は「僕のこと」です。
- ② 雲外蒼天

きむら まなか  
木村 愛花(20)  
ながおか葬祭センター

くわばら みつき  
桑原 光希(20)  
栃尾支店 貯金担当

- ① 漫画が好きでおススメは「ANGEL VOICE」です。晴れた日のドライブにハマっています。
- ② 成せばなる成さねば成らぬ何事も

はっとり れいじ  
服部 零路(20)  
宮内支店 共済担当

- ① 車が好きで、一番乗りたいたのはフォード・マスタングです。バスケットをしていたのでプロの試合を見るのも好きです。
- ② 泥臭く

よしおか ゆうま  
吉岡 佑馬(22)  
日越支店 共済担当

- ① スポーツ観戦、銭湯やサウナに行くことが好きです。
- ② 特にありませんが、慎重な性格だと思います。

## なんかん地区

- ① 体を動かすことが好きで、バドミントンを高校から始め、大学でもサークルに入っていました。
- ② 塵も積もれば山となる

あさの ひびき  
浅野 響(22)  
なんかん北営農センター  
米穀課

- ① 趣味はF1観戦です。好きなドライバーはランド・ノリスさんです。
- ② 転ばぬ先の杖

あらい たくみ  
荒井 拓海(22)  
下田支店 共済担当

かわさき たかのり  
川崎 貴徳(20)  
なんかん北営農センター  
園芸特産課

- ① 趣味は映画観賞でオススメは「ライトオフ」というホラー映画です。
- ② 「ご飯」「寝る」「遊ぶ」「ありがとう」

とやま みゆう  
外山 美佑(20)  
加茂支店 貯金担当

- ① 音楽を聴く、ドライブ。写真を撮ることにハマっています。
- ② ありがとう

もりやま かえで  
森山 楓(18)  
あぐりセンターいちい店

- ① ゲーム、ギター、バイク。バイクはアメリカンタイプが好きです。
- ② なんとなかな!

# 今月のぎゅっ人

と

Vol.14



## Profile

長岡市才津西町 株にいがた花壇  
代表取締役

中川 華恵さん(54歳)

法人として鉄骨ハウス4棟、パイプハウス18棟で苗栽培、畑144㎡で野菜栽培を行う。

株にいがた花壇販売所  
長岡市西津町1688

「苗の声をよく聞いて、赤ちゃんを育てるように大切に育てています」と話すのは、株にいがた花壇で代表取締役を務める中川華恵さん。野菜苗と花苗を主体に、野菜の生産販売や公園の花壇管理などを行っています。苗は野菜と花をあわせ、年間約500種類、28万5千本を育てています。

野菜苗は接木苗が中心です。「昔から苗半作と言われるほど、苗づくりは重要なものです。適期を逃さず、品質・納期・価格にこだわった、とにかく病気に強い「元気苗」を届けています」。

にいがた花壇の苗や野菜は、自社の事務所に併設した販売所やJA農産物直売所「なじろて」、JAあぐりセンター福戸店、県内の一部のスーパー、ホームセンターなどで販売しています。「1年前に販売所を広く新設してから、新規の方もたくさん来てくれるようになりました」と中川さん。「苗を選びながら、どんな野菜が良いか、どう育てたら良いかなど、なんでも聞いてほしいです。今後も地域に密着して、たくさんの人に喜んでもらいたいです」と笑顔で話してくれました。

丈夫で育てやすい  
”元気苗”を届けます。



ながおか

### 夏休みアグリスクール

小学4～6年生を対象に1泊2日で加工体験や農産物の収穫、選別体験などを行い、部員と楽しく農業を学びます。



なんかん

### 調理実習への食材提供

地場産農産物の良さを知ってもらおうと、地域の小中学校の調理実習に部員が育てた野菜や果物を提供しています。部員が栽培の裏話や、思いを子どもたちへ話します。



かしわざき

### フードバンクへの食料支援

ひとり親家庭の子育て支援などを目的に、部員たちが作った米を毎年フードバンクへ届けています。(今年は玄米約700キロを提供しました。)



全体

### 地域の祭り、イベントへの参加

各支部で地域イベントの運営や出店に協力し、地域を盛り上げます。部員が育てた野菜や加工品を販売することも！

全国コンクールにも出品しています。



全体

### 手作り看板で農の魅力をアピール

消費者、地域住民に農業のある地域づくりに共感してもらうため手づくり看板でアピール。各支部の個性溢れる作品が地域を彩ります。



### 青年部と一緒に活動しませんか？

青年部では仲間を募集中です！農家以外の方も大歓迎！！性別、年齢問わず JA 管内にお住まいの方であれば誰でも仲間になれます。詳細は右の青年部事務局までお問い合わせください。

ながおか 本店 総務部 組織福祉課

TEL:0258-35-1304

なんかん なんかん地区センター

TEL:0256-46-8840

かしわざき かしわざき営農センター

TEL:0257-21-0220

農政企画課

特集

## 農業の明日のために今日も活動中！

## JAえちご中越青年部に迫る！！

JA 青年部は地域の農業振興のために活動している青年組織です。青年部が普段どのような活動をしているのか紹介します！！

### 青年部とは

農業を基点とした地域の活性化や食農教育に取り組み、仲間との交流を通じて営農技術の向上を目的とした組織です。各支部がそれぞれの特色を生かし、地域農業の発展と農業の魅力、農業のある地域づくりや食の大切さを子どもたちや地域住民にPRしています。

### 各地区の部長を紹介

子どもたちや地域の方に、農業が盛んなえちご中越でしかできない経験を通して、食や農について知ってもらいたいです！

部員みんなで意見を出し合って、活動内容や方針を決めています。食を通じた地域交流はもちろん、HP 制作など青年部のPRも積極的に展開中！

毎年行っているフードバンクへの寄付など、食で地域や子どもたちの未来を応援します！



かしわざき地区 部長  
大橋 肇 さん

なんかん地区 部長  
吉田 昌広 さん

本部 部長(ながおか地区 部長)  
加藤 弦太 さん

## 食農教育

学校教育田や野菜苗の栽培指導を通して、子どもたちに食と農の大切さ、農家の思いを伝えます。



学校教育田での米づくり体験。みんなで汗を流しておいしいお米を作ろう！

心を込めて野菜を育てます。大きく育てよう！

### 今年3月「JAえちご中越青年部」が誕生！！



3月25日に設立総会を開催。旧 JA 単位で活動していた3つの青年部が1つになり、部員数349人の大規模組織が新たなスタートを切りました。

### 青年部の活動を一部ご紹介！

## 令和6年産「えちご中越米」の生産がスタート



播種作業を見守る濁川担当

JAは令和6年産「えちご中越米」の生産を始めました。管内全体の、育苗センター13施設で「コシヒカリ」、「こしいぶき」、「新之助」など約114万枚を播種します。3月28日には、JA柏崎育苗センターで、極早生品種「葉月みのり」約1万6,000枚を播種しました。

かしわざき営農センターの濁川貴之担当は「昨年のような猛暑に負けない丈夫な苗を生産者に届けたい」と意気込みました。

## 新たに17人が入組 令和6年度入組式



力強く決意表明する五十嵐さん

JAは4月1日、長岡市のパストラル長岡で令和6年度新入職員の入組式を開きました。新採用17人が気持ちを新たに、社会人としての第一歩を踏み出しました。

長岡北支店に配属された五十嵐梨々香さんは「何事にも全力で、謙虚な姿勢を忘れずに取り組む。日々、学びと成長を繰り返し、一日でも早く組合員の力になれるよう精一杯精進します」と決意を述べました。



JAえちご中越管内の活動やイベントなどのニュースをお届けします。

## 三条市の山田浩市さん 日本梨で農林水産大臣賞受賞

令和5年度新潟県果樹高品質生産拡大共進会にて、三条市井戸場の山田浩市さんの出品した日本梨「あきづき」が最優秀賞（農林水産大臣賞）を受賞しました。

審査では園地管理の徹底、高い収量と品質、地域の栽培技術向上にも貢献を続けてきたことなどが評価されました。

山田さんは「農家を始めて30年以上だが収穫は毎年1回きり。気候や木の状態も毎年変わるので日々勉強だ。今年もおいしい果実が届けられるよう努力する」と力強く意気込みました。



園地で管理作業をする山田さん

## 良いお米は健苗から！



ポイントを解説する土屋担当

こしじ営農センターは3月25日、同センターで「こしじ地区水稻育苗研修会」を開きました。生産者ら37人が参加し、育苗の要点を学びました。

JAの土屋祐貴担当は、昨年のハウス巡回で気づいた点を踏まえて作業管理のポイントを解説。「『苗半作』と言われる通り、米づくりは苗の出来で半分決まる。今回の研修が健苗育成に役立つと嬉しい」と話しました。

## 次世代の絆を「ぎゅっと」！



JA若手職員も参加する

JAでは4月4日、さんとう地区センターで第1期となる「令和6年度稲作塾」を開きました。

若手農業者を中心に、担い手や後継者の基本育成と修了生のフォローアップを通じて、仲間作りや担い手後継者の技術向上を促し、次世代担い手農家の育成を目指します。

講師は営農経済部の高橋技術指導統括が務め、今年は全7回開催予定です。

## 海岸道路をきれいに



砂をかきだす職員ら

柏崎市荒浜町内会は4月7日、荒浜町海岸道路で清掃除砂活動を行いました。荒浜町の住民、東京電力ホールディングス株式会社、JA合わせて約430人が参加しました。

JAからは中央柏崎支店と高田プラザ店の職員48人が支店協同活動として参加し、フェンス下に蓄積した砂をかき出し、ごみを回収しました。

## 合併1周年に営農大展示会 29社が出展



展示コーナーを見て回る来場者

JAは3月22日、23日、合併1周年の感謝を込め、長岡市千秋で春の営農大展示会「ありがとうフェア」を開きました。肥料や農薬、生産資材などのメーカー29社が出展し、約1,800人の来場者で賑わいました。

各メーカーの製品PRや資材の販売、家庭菜園の相談コーナーもあり、展示会は盛況。講習会会場では、省力資材の有効活用などをテーマに、各メーカーが説明を行いました。

## 出雲崎・こしじで女性部いちご大福作り



羽二重粉でもちもちの大福

JA女性部さんとう地域は4月2日、3日、三島郡出雲崎町と長岡市越路で地域住民向けに「いちご大福作り講習会」を開きました。両日合わせて25人が参加し、いちご大福作りを楽しむと共に、女性部活動をPRしました。

この講習会は、同地域の女性部で15年以上続く伝統行事。出雲崎では、テレビや新聞の取材も入り、少し緊張したかも？



エリア内の JA 施設



**こしじ支店**  
長岡市南部の来迎寺駅近くにある店舗です。越路エリアを管轄し、27人の職員が在籍しています。駐車場にある蔵は、右の「神友館」から移築したものです。



**こしじ営農センター**  
こしじ地区の営農部門を取りまとめています。建物2階では、JAの子育て支援イベント「あぐりんこ」を毎月開催。



**こしじ青空市**  
小規模ながら「地場産が手に入る」、とリピーターの多いJA直売所。ここでしか手に入らない商品も。火曜定休です。



**メイプルこしじ給油所**  
長岡南越路スマート IC 近くのガソリンスタンド。現金会員割引や、お得な洗車ブリカもあります。



03 / **神友館**



**04 / (株)INPEX 長岡鉱場 越路原プラント**



越路は天然ガスの宝庫?!ソバやさつまいもの栽培が盛んな台地「越路原」。その地下5,000mにはなんと国内最大級のガス層が眠っています。1984年、天然ガスを採取・精製するために建設されたのが「越路原プラント」。天然ガスなどを24時間365日ノンストップで生産し、1都8県へ供給しています。

地主で実業家・政治家として農業振興に尽力した高橋九郎氏が創設し、農協の前身となった「神谷信用組合」の2代目事務所で昭和3年に建築。昭和23年に来迎寺農協が引き継ぎ、事務所として長年利用しました。平成27年神谷区が土地・建物を取得。現在は地域の拠り所、歴史を伝える場所として活用されています。

- 住 長岡市神谷1612-1
- Tel 0258-92-2156
- 営 8:30～12:00(水土のみ開館) ※開館日以外の見学希望は、電話で問い合わせ



写真提供：(株)INPEX

- 住 長岡市来迎寺字原2943
- Tel 0258-41-3583(代表)
- ※プラントでは団体見学を受け入れています。詳しくは上記までお電話でお問い合わせください。



酒蔵「朝日酒造」や米菓の「岩塚製菓」、テニスラケットの「YONEX」など、大企業が軒を連ねる越路地区。今回は「ちょっとディープ」な見所をご案内します



こしじ支店 近藤 武 支店長

01 / **岡鶴堂菓子舗**

看板商品は累計27万個以上を売り上げる「ほたる焼き」。にっこりとしたかわいいホタルの頭と体には、北海道産小豆100%で炊いた自家製あんこ、おしりにはカスタードクリームが詰まっています。また、長時間発酵で丁寧に作られた食パンも人気。岩塚製菓の工場真向かいにあり、同社の「割れせん」も購入できます。

- 住 長岡市沢下条甲488-2 Tel 0258-92-4963
- 営 9:00～18:00(土・日・祝日17:00まで)
- 休 水曜と1月1日

02 / **越後古材 (株)井口製材所**

製材所と共に古民家の解体・古材の買い取りにも取り組む同社。買い取った古材や古民具、古道具などのアンティーク品は、12棟ある広大な倉庫に所狭しと陳列され、レトロ好きにはたまりません!また製材所として一枚板も多数取り揃え、オーダーメイドのテーブル製作にも対応しています。

- 住 長岡市不動沢568-1 営 10:00～17:00
- Tel 0258-92-2357 休 不定休
- @echigokozai ※買い取りのご相談はお電話で

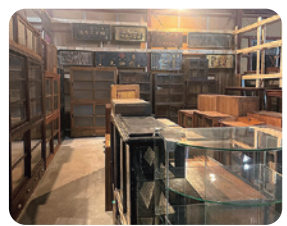


後ろ姿も かわいいすぎるんです♡

共済担当 横山 碧



博物館みたいな店舗です。古～い農具も買い取ってもらえる物があるかも!



副支店長 西脇 忠昭



令和6年度 定年退職者

長い間JA事業に尽力した23名が  
3月31日付で定年退職となりました。  
皆さまからの長年のご愛顧に  
感謝申し上げます。



|                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| かざま<br>風間<br>なかざわ<br>中澤<br>にしやま<br>西山<br>かたぎり<br>片桐<br>くずわた<br>葛綿<br>たかはし<br>高橋<br>いづか<br>飯塚<br>おがわ<br>小川<br>なかむら<br>中村<br>つちだ<br>土田<br>わかすぎ<br>若杉<br>おおはな<br>大花 | くにかず<br>国和<br>のぶひろ<br>伸浩<br>としひさ<br>利久<br>よしき<br>芳樹<br>みつお<br>光男<br>かずひこ<br>一彦<br>かつゆき<br>勝幸<br>ひでお<br>英夫<br>すすむ<br>晋<br>たけゆき<br>丈幸<br>ふみこ<br>富美子<br>おさむ<br>修 | わしお<br>鷺尾<br>ほりい<br>堀井<br>にしわき<br>西脇<br>いちの<br>市野<br>ろくはら<br>六原<br>いからし<br>五十嵐<br>うえの<br>上野<br>なんば<br>南波<br>おおもり<br>大森<br>たちばな<br>よしみ<br>橘好美<br>わたなべ<br>渡辺昇 | あけみ<br>明美<br>ひろひと<br>博人<br>ひでき<br>英樹<br>のりやす<br>法康<br>むねお<br>宗雄<br>きんいち<br>公一<br>ひろみ<br>広美<br>ゆたか<br>豊<br>ひでき<br>英樹<br>よしみ<br>好美<br>のぼる<br>昇 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

JA共済アンパンマン  
交通安全キャラバン開催!

アンパンマンたちと  
交通ルールを楽しく学ぼう!  
参加ご応募お待ちしております。

参加  
無料

チケット  
制

開催日 2024年6/30日  
1回目11:00～ 2回目14:00～

場所 見附市文化ホール アルカディア 大ホール  
新潟県見附市昭和町2丁目1番1号

応募期間 応募期間:  
2024年5月1日(水)～5月29日(水)  
※ご応募はJAえちご中越管内にお住まいの方に限ります。

☆状況により開催内容が変更または中止となる場合もございますので、あらかじめご了承ください。その場合はJAホームページにてお知らせいたしますのでご確認ください。  
※参加ご希望の方は、JA支店等に設置の所定の応募用紙で最寄りの支店窓口までお申し込みください。応募多数の場合は抽選とさせていただきますので、あらかじめご了承ください。

※所定の場所以外でのカメラやビデオでの撮影はご遠慮願います。  
※個人によるトラブルや事故については、主催者は責任を負いかねます。  
※交通事情等により中止になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

主催 JAえちご中越  
問合せ 0258-86-4264(営業部 営業企画課)

衣替え(令和6年6月1日)以降の  
就業中の服装について

当JAでは、社会における労働者の働き方や就業中の服装に対する考え方が多様化しており、オフィスカジュアル・ビジネスカジュアルを導入する企業の増加も踏まえ、職員一人一人が信頼される服装を自律的に考え、着用することといたしました。

また、現下の気候変動等に応じた快適で働きやすい軽装に取り組みます。

つきましては、勤務場所や業務内容を踏まえ、安全面から統一した作業服やユニホームを着用する職員を除き、職員の制服(事務服)は廃止し、服装を自由化いたします。

なお、服装を自由化するにあたって、一定のルールを定め着用することといたします。

ご理解の程、宜しくお願いいたします。



えちご中越農業協同組合

けいじばん  
今月の  
テーマ

地元で好きなもの  
(食べ物編)

【柏崎】もずく

「笠島のもずく」。それも生もずくのしゃきしゃきした食感がいい。塩蔵もありますが、やっぱり生。(H・Y様)

【長岡】パン

摂田屋の「旭屋パン」です。看板娘のおばちゃん、「斗缶から山盛りに挟むジャム・クリーム・あんこ・バター。どれもこれもおいしいです。ぜひ一度ご賞味ください。おばちゃんの手際の良さも見事です。いつまでも元気です!」(S・A様)

【出雲崎】車麴

車麴を、しいたけ、にんじんなどと甘辛く煮つけてくれた味が忘れられず、年中常時置いてあります。これからはタケノコ、そのうち里芋...何でも合う。(H・Y様)

出雲崎の車麴といえば「南波商店」さんですね

【柏崎】ラーメン①

「横綱」の白ラーメン、柏崎市堀にあるラーメン「横綱」には、市外ナンバーの車も多くおいしそうですよ!(Y・T様)

【長岡】ラーメン②

「角八食堂」の中華そば(ラーメン)。昔ながらの中華そばらしい中華そばに中々お目にかかれなくなつて、角八のラーメンが私には長岡で一番おいしく思われます。具の緑の物が、季節季節の物で変わるのも楽しみです。(H・S様)

食べたい!なんかん地区は「カレーラーメン」の声も

【三条】オススメ5選

大橋屋の太巻き、大祐の納豆、星野園のほうじ茶、アメヤ精肉店ののり弁、こなかわの油揚げ(M・K様)

知らないという人がいっぱい!調べて行ってみます

おたより大募集!

来月の  
テーマ 「忘れられない結婚式」  
締切 5月27日(月)まで

送付方法

官製ハガキに、①クロスワードの答え ②郵便番号・住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号 ⑥来月のテーマ「忘れられない結婚式」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

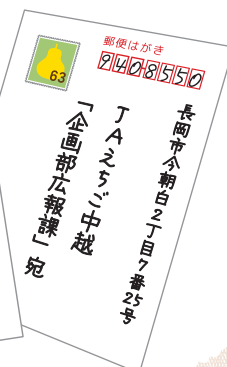
〒940-8550 長岡市今朝白2丁目7番25号 JAえちご中越「企画部広報課」宛

※おたよりの内容を、広報誌にてご紹介する場合がございます。匿名ご希望の方は「匿名希望」とお書きください。  
※いただいた個人情報は賞品発送の目的のみに使用いたします。

Webでのご応募は  
コチラから



- ① クロスワードの答え
- ② 郵便番号・住所
- ③ 氏名(ふりがな)
- ④ 年齢
- ⑤ 電話番号
- ⑥ 来月のテーマまたは  
広報誌へのご意見・ご感想



脳トレ! クロスワード

クロスワードに挑戦! ※広報通信より転載 出題●ニコリ

正解者の中から抽選で10名様に  
JA商品券500円分をプレゼントします!!

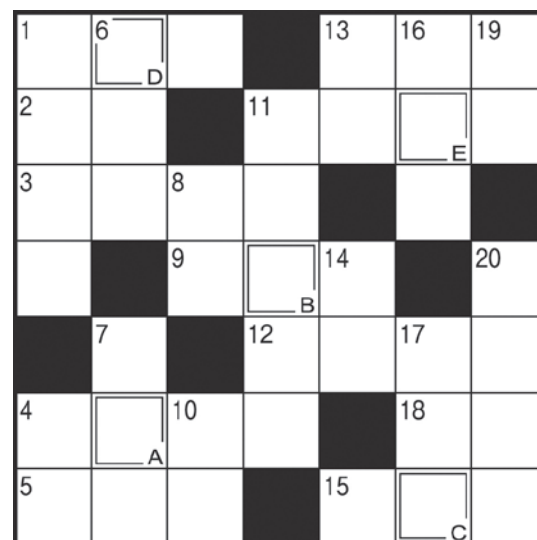
賞品の発送は令和6年6月中旬を予定しております。  
当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

ヨコのカギ

- 1 陰暦の5月のこと
- 2 棋聖、天元、本因坊といえば
- 3 ワインやウイスキーはこれ
- 4 話題となるような出来事
- 5 ギョーザのたれに入れる辛い調味料
- 9 指揮者が振るもの
- 11 家臣が仕えます
- 12 村下孝蔵のヒット曲。歌い出しの言葉は五月雨(さみだれ)です
- 13 目には――山ホトギス初ガツオ(山口素堂)
- 15 遠くの親類より近くの――
- 18 1と-1の中間点

タテのカギ

- 1 アルパイトの――試験を受けた
- 2 黄色に黒いしま模様がある猛獣
- 6 ーのよい日にお越しください
- 7 ケシ科の花、特にヒナゲシのこと
- 8 味を感じ取ります
- 10 沖縄では5月中旬に――入ることが多いですね
- 11 ゴールデンウィークのホテルは、――客で混雑しそう
- 13 魚偏に占と書く魚
- 14 凸という字の音読みは
- 16 早く実る稲は早稲(わせ)、遅いものは
- 17 ポケットの中でチャリチャリと鳴ることも
- 19 相撲の取組を数えるときに使う言葉
- 20 衣服のしわをのばします



先月号の  
答え

答 フリージア

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

A

B

C

D

E

# ぎゅっと Kitchen



## 材料 (2人分)

- アスパラガス ..... 3本
- じゃがいも ..... 大2個(300g程度)
- たくあん ..... 30g

- A
- マヨネーズ ..... 大さじ2
  - 調味酢(エコープ「らっきょう酢」など) ..... 小さじ2
  - 砂糖 ..... 小さじ1
  - 粗挽き黒コショウ ..... お好みで



## 作り方

- (1) じゃがいもは芽を取り除き、皮をむいてから一口大の乱切りにする。耐熱ボウルにふんわりとラップをかけ、600wの電子レンジで5分加熱する。
- (2) アスパラガスは根元1cmを切り落とす。根元をしならせ、折れそうな所より下の皮をむき、3cm長さに切る。耐熱ボウルに入れてふんわりとラップをかけ、600wの電子レンジで1分加熱し粗熱をとる。
- (3) たくあんをみじん切りにする。ボウルにAの材料を入れて、たくとよく混ぜ合わせる。
- (4) (1)～(3)を全て混ぜ、お皿に盛り付けたら完成。

### ワンポイント

調味酢が無い場合は、酢小さじ2に砂糖・塩・粉末だしを少量混ぜたものでもOK。たくの甘みと酢の酸味に合わせて、砂糖の量は好みで加減を

## アスパラガスのはなし



### 【アスパラガス】

管内では4月上旬から出荷が始まり、10月上旬まで楽しめます。春は甘みが強く、夏はさっぱりした味わいです。柏崎市・刈羽村では2022年に生産部会が立ち上がりしました。

### 【選 び 方】

太くて張りがあり、切り口がみずみずしいものがおすすです。穂先が締まって、まっすぐ伸びているもの。

### 【保存方法】

鮮度が落ちやすいので、乾燥を防ぐのがポイントです。湿らせたペーパータオルを根元に巻いて保存袋に入れ、冷蔵庫に立てておくと5日ほど保存できます。

JAえちご中越

vol.16

広報 きゅっと中越

発行日:2024年5月1日 担当:企画部広報課  
〒940-8550 新潟県長岡市今朝白2丁目7番25号  
TEL:0258-35-1300 FAX:0258-36-7085  
<https://www.ja-chuetsu.or.jp>



### 編集後記

暖かくなってきた頃、子どもと散歩を始めました。最初はまだ残雪のあった里山。雪がすっかり消えた頃にカタクリが咲き始め、続いて登場したのは白く可憐なコセリバオウレン(多分)。暖冬とはいえ、冬を経た春の訪れはウキウキします♪ただ悲しいのはポイ捨てが多い事…。ゴミ拾い散歩を、しばらく続けたいと思います!

(編集員:小野塚)