



晴れますようにと願いをこめて

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

特集

JAえちご中越 LINE公式アカウント 6/2スタート!

02 今月のぎゅっ人

03 特集

06 空から中越

07 発見! イッツ! ワンジャ〜

08 ぎゅっトピ!

10 お知らせ

11 けいじぼん・脳トレ! クロスワード

12 ぎゅっとKitchen

天気にな〜れ!

父の日が晴れるよう願いを込めて、
てるてる坊主を作る親子とワンジャ。
さくらんぼの実を透明な紙で包み、
リボンを結んで出来上がりです。マント
の模様にも注目してね。

JAえちご中越

LINE

公式アカウント

6/2 スタート!!

JAえちご中越のLINE公式アカウントがついにスタート。JAの事業を網羅するお得で便利な機能を紹介します。さっそく登録して使ってみて!



※これまでの直売所LINE・給油所LINEは順次配信停止し、今後は公式アカウントから情報配信していきます。旧LINEから案内を配信しますので、再登録をお願いします。



友だち募集中

なんじゃ!

友だちになると...

- ✓ 直売所や給油所のクーポンがもらえる
- ✓ イベント情報など、あなたのほしい情報をキャッチ
- ✓ ATM設置場所など、便利なJA情報に素早くアクセス

期間限定!

スタート記念
お友だち登録特典

アンケートに答えてクーポンをゲット!

お友だち登録ありがとうなんじゃ!

🎁 選べるクーポン 🎁

直売所で使える

300円以上のお買い物で

200円引

給油所で使える

ガソリン・軽油

5円/引

または

SAMPLE

有効期限 2025/8/31日まで | お一人様いすれか1回限り

かなりお得!

お友だち登録は
こちらから



- ① スマホのカメラで上のQRコードを読み取る
- ② メッセージ送信などを許可
- ③ 追加ボタンをタップ

今月のぎゅっ人

と

Vol.27



Profile

長岡市小国町

まなぶ
西野 学さん(64歳)

経営面積: コシヒカリ4ha、八石なす5a、
神楽南蛮5a

関東で板前を経験。帰郷後、兼業農家に。
現在は農業一筋で栽培に取り組む

趣味: 海釣り(柏崎市の海岸でできす釣り)、
盆栽(30鉢)

生産者として食を支えたい
調理する立場から、
生産する立場へ

長岡市小国町の育苗ハウスで、笑顔で苗
を見守る西野学さん。

実家が米農家で、子どもの頃から農作業
を手伝い、身近に食と農のある環境で育ち
ました。高校卒業後は関東の日本料理店で
修業し、調理師の資格を取得。板前として
包丁を握る日々を送った後、39歳で帰郷し、
実家の米作りを手伝い始めます。また、調
理師資格を活かし、学校や診療所の給食を
作りながら、地域住民や子どもたちの健康
を支えてきました。

定年後も仕事は続けましたが、地元の農
業仲間の声掛けもあり2年前から専業農
家に転身。昨年から小国町特産の黒十全な
す「八石なす」、今年から「神楽南蛮」にも挑
戦し、生産の幅を広げます。どちらも小国
町で昔から親しまれてきた農産物です。「こ
どもの頃、食卓に並んだ八石なすの漬物と
神楽南蛮味噌の味が忘れられず、自分でも
作りたいと思っていた」ことから挑戦を決
めたと話します。

「生産者として日は浅く、試行錯誤の連続。
先輩方のアドバイスを仰ぎ、日々精進してい
きたい」と農業と向き合う未来を示しました。

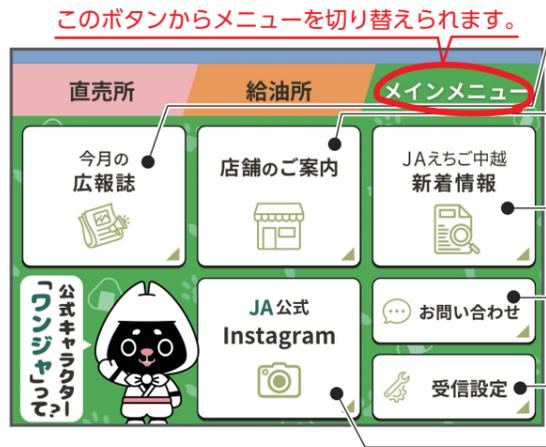
JAえちご中越 LINE

公式アカウントでできること

簡単メニューでらくらく!

3つのメニューから、目的に応じてさまざまなことができます。

メインメニュー



- ① 広報誌「ぎゅっと中越」が読めます。広報誌懸賞への応募にもすぐにアクセス！
- ② 支店、ATM、直売所、給油所など JA施設の住所や電話番号がすぐに探せる。
- ③ JAえちご中越HPの新着情報に簡単アクセス。
- ④ どんな情報がほしいか変更できる。
- ⑤ JAへのお問い合わせフォーム
- ⑥ JA公式Instagramにつながる。

裏メニュー ワンジャのことを知りたい人はワンジャをタップ！

直売所メニュー



- ① 直売所で使える期間限定クーポンを随時配布。
- ② 各直売所店舗のInstagramが見られます。旬の農産物や今のオススメなどの情報が満載。
- ③ JAの農産物のネットショップ「華むす日」でお買い物♪
- ④ 店舗ごとのイベントや、チラシなどをチェック！

裏メニュー ワンジャをタップすると!?

給油所メニュー



- ① 給油所で使えるクーポンを随時配布。
- ② 店舗開催のお得なイベントが分かる！
- ③ コード決済キャンペーン情報などが分かる！
- ④ JAの給油所の住所、地図、営業時間などを確認。

裏メニュー ワンジャをタップすると!?



関心のある情報に絞ってお届け。

登録後、始めにアンケートで関心のある情報を選びます。お住まいのエリアや興味のある項目などをチェックすると、あなたにおススメの情報が届きます。

例えば…直売所に関心のある方に！



STEP1 まずはトーク画面のここをタップ



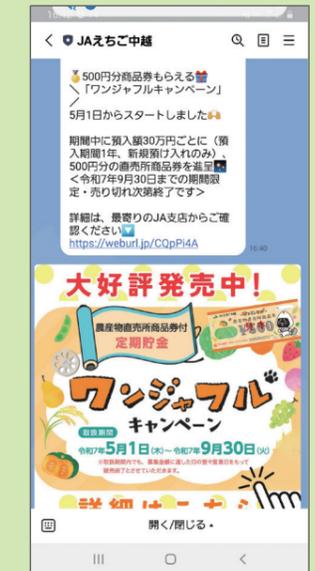
STEP2 アンケートに答えると



あなたにおススメの情報が届くようになります。



例えば…お得な貯金に関心のある方に！



※アンケートの内容は後から変更することができます。

こんなことを配信していく予定なんじゃ!

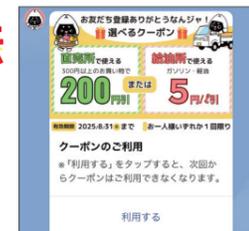
- ・ お得なクーポン
- ・ 直売所、給油所などのキャンペーン情報
- ・ 料理教室、健康教室、年金感謝デーなどのイベント情報
- ・ 旬のレシピ



お友だち登録クーポン利用方法



上記のアンケートに答えるとトーク画面にクーポンが届きます。お一人様いずれか一回限り。



※画像はイメージです。

注意 スタッフに見せる前に「利用する」を押すと使えなくなります！

直売所ではレジでの支払い時、給油所では給油パネル操作前に、スタッフに画面を見せて「利用する」をタップしてください。

どうぞ期待!

JA えちご中越 LINE 公式アカウント 地元の特産品が当たるプレゼントキャンペーン、ただいま計画中!!

『総(代)会で組合員の 意思を反映ジャの巻』

JAの最高意思決定機関、それが「総代会」！
組合員の代表「総代」が、JA経営や事業に
関する重要事項を決議する場なんじゃ!!
今年は4月22日に第3回通常総代会を開いたんじゃ!



JA えちご中越 公式キャラクター「ワンジャ」

管内の総代たちが大集合ジャ!



総代の挙手や投票で組合員の意思を確認!



議長も総代の方が
務めるんじゃ!

議長の大野正明さん(中之島支店管内総代)

第3回通常総代会は書面議決を含む
468人が出席(定数500人)。
全7議案について過半数以上の賛成で
承認・可決したんじゃ



組合員との意見交換の場

総代会では、各地区の組合員の代表「総代」が前年度の事業報告や決算の承認、新年度の事業計画や予算の決定、役員を選任などを協議します。組合員の意思を反映した事業運営を行うJAにとって、総代会が最高意思決定の場として必要不可欠です。議案の採決方法は総代の挙手や投票で行われ、過半数、もしくは3分の2以上の賛成で承認・可決されます。JAは総代会の決定をもとに、事業運営を行っています。

今月の発見

JA運営に組合員の意思をしっかり反映させるために、
総代会があるんじゃ!
これからも組合員×JAの二人三脚で歩いていくんじゃ!



©ワンジャ



さんとう地区 出雲崎町

03 小木ノ城跡から望む 丘陵の春の風景

ハナモモの山へ ボランティアが1,000本手植え

4月下旬、長岡市と出雲崎町に跨る山城跡「小木ノ城山」で、赤やピンク、白のハナモモが花盛りを迎えていました。

ハナモモの植栽が始まったのは、約20年前。山の荒廃に胸を痛めた出雲崎町出身の女性が、「きれいな場所にしたい」と、夫と活動を始めました。賛同した地元住民有志も協力。2024年には280本を植え、山のハナモモはついに1,000本となりました。

標高345mの「小木ノ城山」。頂上エリアからは、西に日本海を跨いで佐渡を望み、東には長岡市街を見渡せます。山道は舗装され、スニーカーで登れる気軽さも魅力。山頂の「出雲崎町農産物直売所」脇には今年4月、水洗トイレも整備されました。深緑の6月、歩いてみませんか?



動画で
もっと詳しく!



スマホカメラで
読みとってね♪
※JAえちご中越の
YouTubeが
開きます。





晴天の下、松井さんのほ場で行われたロケ(中央が松井さんご夫妻) 番組はこちらから▶

なんかん地区 5月24日放送▶NST「スマイルスタジアム」

管内特産のニラをTV番組でPR!!

5月24日放送のNST「スマイルスタジアム」内で管内特産のニラが紹介されました。5月15日に長岡市中之島地区の松井由美子さんのほ場に料理家の村山瑛子先生と飛田厚史アナが訪れ、撮影を行いました。

番組はJAグループ新潟のHPで配信中です。ぜひご覧ください!

柏崎地区 4/25▶JA女性部がサツマイモ苗植えを指導

子どもたちと「ベニアズマ」を植え付ける

女性部



植え付ける園児と女性部員

JA女性部柏崎地域高田支部は、柏崎市立高田保育園の園児23人に「ベニアズマ」の苗植えを指導しました。食農教育の一環として苗100本を植え、最後は全員で「大きくなーれ」とおまじないをかけました。

ながおか地区 5/1▶長岡市 真下敏彦さん ほ場

乗用型植付機で里芋の植え付け

営農



乗用型の植付機で作業。1時間あたり最大3,850株植ええられる。

ながおか地区で力を入れている里芋の生産が今年も始まりました。稲作と園芸を経営する真下敏彦さんのほ場では、今年から乗用型の植付機を導入。「作業の負担が減り、速さも3~4倍になった」と話していました。

さんとう地区 5/1▶「コシヒカリ」乾田直播実演会

挑戦事例少ない品種 体制確立へ

営農



土壌を鎮圧しながら播種するトラクター

こしじ農機センターが、「コシヒカリ」乾田直播の実演会を開き、約30人が参加しました。

乾田直播は早生品種で取り組むことが多く、コシヒカリでの挑戦は稀。生産拡大に向けて、JAと担い手が一丸となって取り組みます。

柏崎地区 5/7-9▶JA女性部が「坊ちゃんかぼちゃ」づくり

地産地消を目的に地域貢献活動

女性部



苗を受け取る部員ら

JA女性部柏崎地域の部員365人は恒例の「坊ちゃんかぼちゃ」づくりに取り組みます。全員で同じ作物を育てることで、一体感や仲間意識の向上を図ります。収穫後は、自家消費の他、柏崎市内の子ども食堂やフードバンクへ寄付する予定です。

ぎゅっトピ!

TOPICS

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するんじゃ



全体 4/22▶長岡市

第3回通常総代会

第3回通常総代会を長岡市立劇場で開きました。書面議決を含め総代468人が出席し、中之島支店管内総代の菅野正明さんを議長に審議を行い、第1次中期3ヵ年経営計画や、令和7年度の事業計画などを決議しました。

令和7年度は、営農部門では気象変動に対応した栽培技術の確立、スマート農機具の普及などを進めていきます。えちご中越米は1等級比率90%以上、集荷量138万俵(1俵60kg)、取扱高234億円を目指します。地域に向けては、くらしの活動の充実や農産物直売所を中心としたイベントなどを積極的に進めていきます。



議案を確認する総代

ながおか地区 5/5▶なじら〜東店

野菜育てて食べてみて

食農教育



野菜苗を受け取る親子

なじら〜東店で、こどもの日に合わせて来店した子どもたちへ野菜苗をプレゼントしました。自分で育てた野菜のおいしさを味わってもらおうという企画で、用意した苗はミニトマト、キュウリ、水ナス、長ナス、ピーマンの5種類。子どもたちは真剣に悩みながら育てる野菜を選んでいました。近藤弘行店長は「育てて食べて、楽しく体験してほしい」と話しました。

全体 5/1▶新1年生にオリジナルノート贈呈

新1年生3400人にノートを贈呈して入学をお祝い!

地域貢献



オリジナルノートを受け取った児童ら

JAは3月から5月にかけて、管内の小学校109校、約3,400人の新1年生へ「JAオリジナルノート」を入学祝いとして贈りました。

5月1日には三条市立井栗小学校を訪れ、JA経営管理委員会の布施栄一委員と三条支店の藤田勝也支店長が1年生25人に手渡しました。児童は「可愛いノートで嬉しい。これから勉強を頑張りたい」と笑顔でした。

農業機械大展示会 2025

サンクスフェア

農業機械メーカー 約30社が勢揃い!

令和7年 6月20日(金) 9:30-16:00 / 6月21日(土) 9:00-14:00

新潟市産業振興センター 新潟市中央区鐘木185-10

ご来場プレゼント オリジナルサマーキャッププレゼント!

お楽しみ抽選会

コスト低減

- JAグループ共同購入コンパイン
- 各社低価格モデルコンパインなど

注目! 実演

- アグリロボ田植機(無人仕様)
- 共同購入コンパイン試乗
- 【操作体験】ラジコン草刈機
- バッテリー農機

スマート農機

各社、最新機械やザルピオ対応農機など展示

ミニ講演会

- ザルピオ
- 米の高温対策
- 乾田直播
- もみ殻活用 など

※内容は当日変更になる場合があります

最新も! 低価格も! 幅広いラインナップ。4大メーカーの機械が一度に見られるのはJAグループだけ!

主催 / JAグループ農業機械事業推進協議会
後援 / 出展農業機械メーカー

JA/JA 全農にいがた
※詳しくは最寄りの農機センターへお問合せください。

けいじばん
今月のテーマ
父との思い出
父の日に寄せて

父の日に息子夫婦から真っ白なブランドもののポロシャツをもらって、初めて着た日にスタバでコーヒーをこぼしてしまい…。人目を気にせずトイレでもの凄く生懸命洗いました。しばらくく言えなかつたです。(Y・A様)

● 仕事人間だけど
仕事人間の父は地域の仕事や身内の田んぼ手伝いに行くばかりですが、生懸命頑張っていますし周りから慕われているから、それはそれでいいかなと思うこの頃。(匿名希望)

● 形見の日記
地域の欠かせない存在! 亡父の形見の日記を見た。そこには毎日、俺の帰宅時刻が書いてあった。あれは、ためき寝入りだったのか。多忙で帰りの遅い俺のことを心配してくれていたんだ。ありがとっ、父ちゃん。(匿名希望)

● 父の日の思い出
父の日に息子夫婦から真っ白なブランドもののポロシャツをもらって、初めて着た日にスタバでコーヒーをこぼしてしまい…。人目を気にせずトイレでもの凄く生懸命洗いました。しばらくく言えなかつたです。(Y・A様)

● 思う出の日記
小学3年生からおじいちゃんを貰うことになりました。最初に、父が用意してくれたのは、「こづかいちょう」です。表紙に「こづかいちょう」と書き添えられていた横野のノートで、書き方の見本を示しながら、お金の大切さを教えてくれました。半世紀以上経ち、形式は変わっていますが、今でも金銭(や物)の管理をしっかりしようという気持ちが変わりません。父に感謝です。(M・S様)

● 瓜二つ
かけがえのない贈り物
東京で働いていた時、「あなたのお父さんテレビに出ていたんじゃないかしら」と教えてくれた人がいました。後で確認したら本当に出ていました。かなり似ているようです。(M・N様)

画面越しでも分かる血縁

おたより大募集!

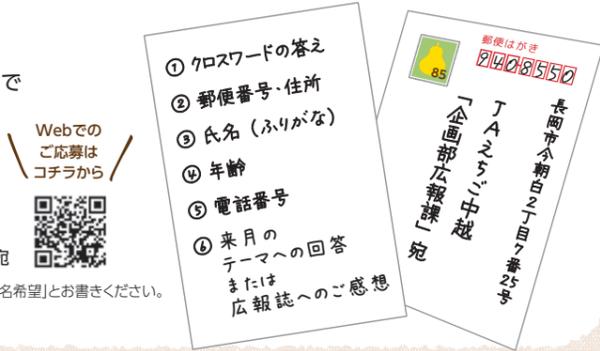
来月のテーマ
人生で最高の旅
締切 6月25日(水) まで

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 人生で最高の旅
または広報誌への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、広報誌でご紹介する場合がございます。イニシャルで記載しますが、匿名希望の場合は「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します。



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!!

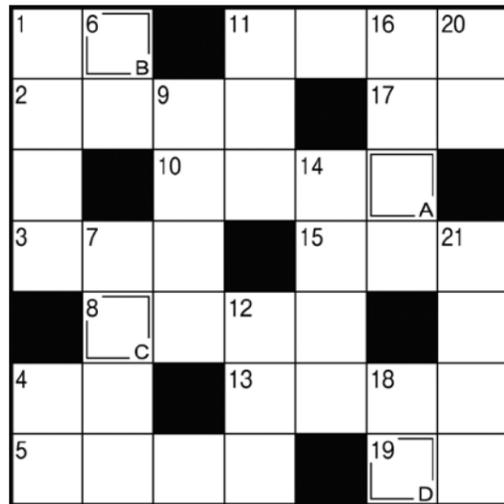
賞品の発送は令和7年7月中旬を予定しております。当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

ヨコのカギ

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

タテのカギ

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



先月号の答え
答 シバザクラ

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?

- 答
- A
 - B
 - C
 - D

JAハイゼット サマーキャンペーン

令和7年6月1日~7月31日にJAハイゼットをご成約いただいた方全員に新潟県産農畜産物をプレゼント!!

この機会にぜひともご相談ください! 詳しくはお近くのJA車輛センターへお問い合わせください

- ながおか車輛センター TEL 0258-24-2914
- ながおか西車輛センター TEL 0258-27-1368
- とちお車輛センター TEL 0258-52-3080
- さんとう車輛センター TEL 0258-42-2333
- さんじょう車輛センター TEL 0256-38-3362
- たがみ車輛センター TEL 0256-57-2416
- なかのしま車輛センター TEL 0258-66-5395
- オートパル柏崎 TEL 0257-22-8888

好評販売中!

農産物直売所商品券付 定期貯金

ワンジャフル キャンペーン

取扱期間 令和7年5月1日(木)~令和7年9月30日(火)

※取扱期間内でも、募集金額に達した日の翌々営業日をもって販売終了とさせていただきます。

JAえちご中越の直売所で使える商品券付の定期貯金「ワンジャフルキャンペーン」が大好評販売中です。

期間中に預入金額30万円ごとに500円の商品券を進呈

※預入期間1年、新規預け入れのみ対象です。

詳しくは最寄りのJA支店にお問い合わせいただくか、または右記2次元コードから案内をご確認ください。

詳細はコチラ



ぎゅっと

Kitchen

常備菜にぴったり♪

オクラとひよこ豆のカレー炒め



材料

- オクラ 8本
- ひよこ豆(蒸しまたは水煮) 110g
- にんにく 1かけ
- しょうが 1かけ
- オリーブオイル(またはサラダ油)

- | | | |
|---|------------------------|-----------------|
| A | • 酒 大さじ 1 | • 塩 少々 |
| | • カレー粉 大さじ 1/2 | • コショウ 少々 |
| | • オイスターソース 大さじ 2 | |



作り方

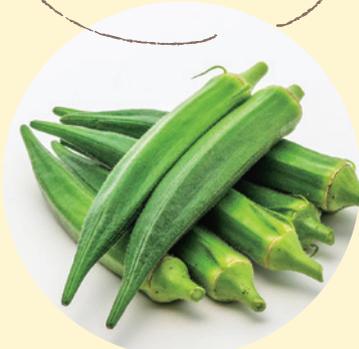
- (1) にんにくとしょうがはみじん切り、オクラはガクの部分をぐるりとむき、1cm幅に切る。
- (2) フライパンにオリーブオイルを熱し、にんにくとしょうがを入れ弱火で炒める。香りが立ったらオクラとひよこ豆を入れ、中火で1分程炒める。
- (3) Aの調味料を加えて炒め合わせたら、出来上がり!



ワンポイント

お好みでクミンなどのスパイスを加えても◎。

オクラのはなし



オクラ

管内のJA直売所では、6月下旬頃から出荷スタート。7～9月は特に豊富に出回り、10月頃まで地物を楽しめます。

選び方

ヘタの周りが瑞々しい緑色で黒ずみがなく、うぶ毛がびっしり生え、ガクがピンとしたもの。

保存方法

冷蔵保存では3～4日程度と、傷みやすいオクラ。オススメは冷凍保存です。軽く洗って水気をとったら、保存袋に入れて冷凍庫へ。1ヶ月ほど保ちますし、冷凍庫から出してすぐ使えます。

JAえちご中越

vol.29

広報 **ぎゅっと中越**

発行日:2025年6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

梅雨の日の思い出です。夕立がひどい日、傘を持たず出かけた弟を迎えに行きました。近所の公園に到着し、遊具で雨をしのぐ弟に歩み寄ると、「僕の傘は?」と一言。そこで自分のさした傘しかないことに気づき、兄弟で1つの傘に入り帰りました。(編集員:櫻井)