

広報

# きゅっと中越

2025年

5月号

May

vol.28

## 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

青空いっぱい

泳ぎだそう

さあ

## 特集 令和7年度新入職員紹介

02 今月のきゅっ人

03 空から中越

04 特集

07 発見! イッツ! ワンジャ〜

08 きゅっとピ!

10 お知らせ

11 けいじばん・脳トレ! クロスワード

12 きゅっとKitchen

## 元気に大きく育て

かぶと  
お揃いの紙の兜を身に付け、鯉のぼり  
を見に来たワンジャ達。子どもが手に  
持つミニ鯉のぼりはスナップエンド  
ウ、空を泳ぐ鯉のぼりは筍でできてい  
ます。

 JA えちご中越





なんかん地区 三条市

## 02 井栗の桜並木の風景

### のどかな田園地帯に咲き誇る 圧巻の桜並木

毎年4月になると、三条市井栗の桜並木では約200本の桜が見事に花を咲かせ、まるで華やかな花道のような美しい光景を作り出します。

さらさらと流れる布施谷川など、周囲にはのどかな田園風景が広がり、心安らぐ景色を楽しむことができます。

周辺には道の駅「庭園の郷 保内」や、少し足を延ばせば、お隣の加茂市の加茂山公園や青海神社など、魅力的なお出かけスポットが盛り沢山。晴れた日の散策やお出かけにぜひ訪れてみてはいかがでしょうか。



なんかん北営農センター  
園芸特産課 川本 祐作



空からの絶景  
動画をチェック！



スマホカメラで  
読みとってね♪

#### MAP



# 今月のぎゅっ人<sup>と</sup>

Vol.26



#### Profile

三条市 ナカノファーム

たか ふみ

中野 貴史さん(39歳)

経営面積:キャベツ春作70畝、秋作70畝、  
サツマイモ60畝、サトイモ20畝、  
ジャガイモ20畝

昨年から三条園芸振興協議会(キャベツ)と  
下田甘藷部会に入会。

モットー:「失敗から学び、とにかく何でも挑戦!」

### 「農業で生きていく」 夢に向けて挑戦の日々

県内1のキャベツ産地、三条市石上・栗林地区でキャベツ栽培に取り組む中野貴史さんは、昨年専業農家としてのキャリアをスタートしました。

元々実家が米農家の中野さんは「挑戦したい気持ちはあったんですが、農業だけで食べていくことに不安がありました」と言います。そんな中、仕事で訪れた群馬県で冬でも農業が盛んな様子を目にし、「工夫次第で1年中農業ができる!」と感銘を受け、農家への道を決意しました。

その後、地元の道の駅で働きながら農産物や加工などを学び、昨年4月、満を持して専業農家としての第1歩を踏みだしました。就農1年目はキャベツやサツマイモなどを栽培。ベテラン農家に指導を仰ぎ、研究を重ねました。

農作業の傍ら、自ら育てた野菜を使ったコロッケ、大学いもなどの製造や、キッチンカーでの移動販売など、多忙な日々を送ります。「作業は大変ですが、全然辛くないです。自分がやりたいことをやれるので、今は『農業で生きていく』という夢への過程ですね」。中野さんのひたむきな挑戦は、今日も続きます。



# 新人職員紹介

フレッシュな新米たちが  
仲間入り



今年度は  
29人が  
入組ジャ！



さんとう北営農センター



こざき ほどか  
**小崎 穂高**  
ランニング。  
フルマラソン  
完走しました！

限界突破

こしじ営農センター



ほしの あいり  
**星野 愛莉**  
韓国アイドル  
の動画を見る  
こと。  
食べることも  
好きです。

しあわせ

なんかん北営農センター  
米穀課



ほりぐち あきら  
**堀口 亮**  
筋力トレーニ  
ング。  
ダンベル等を  
使って鍛えて  
ます。

悔しいと思ふがまた戦ふ

なんかん北営農センター  
園芸特産課



いしづき けんしん  
**石附 賢紳**  
ドライブ。  
マニュアル車  
を楽しく運転  
しています。

一生懸命

なんかん南営農センター  
米穀課



おぐら ゆうと  
**小倉 悠登**  
文具集め。  
新しいペンを  
手にすると  
気分が上がり  
ます。

一日一善

あぐりセンターいちい店



たぶせ らうか  
**田伏 来奏**  
動画鑑賞と  
散歩。音楽を  
聴きながら  
歩くのが好き  
です。

七転び八起き

かしわざき営農センター  
農政企画課



よしむら ちひろ  
**吉村 知紘**  
バスケットボール。  
仲間とのプレーも  
観戦するのも  
好きです。

素直に恐れず愛で

かしわざき営農センター  
園芸特産課



しなだ なおき  
**品田 直紀**  
野球と読書。  
東野圭吾の  
本が好き  
です。

努力

ながおか葬祭センター

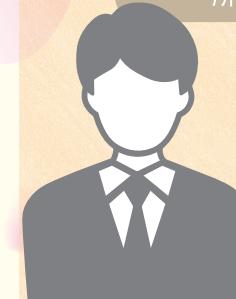


たけべ りょうが  
**竹部 凌雅**  
読書と散歩。  
知らない場所  
を歩くのが  
好きです。

無知の知

【見本】

所属部署



氏名  
趣味・特技

好きな言葉

企画部 企画IT課



たけうち あきら  
**竹内 光**  
サッカー観戦。  
海外サッカー  
を中心に見て  
います。

成長の先に成功がある

なじら〜て関原店



なかにし りこ  
**中西 莉子**  
趣味は音楽鑑  
賞。特技は部  
活でやってい  
たテニスです。

ありがとう

宮内支店



けら しゅうじ  
**計良 修司**  
カラオケ。  
歌うことが  
好きです。

有言実行

長岡支店



いまい しょうた  
**今井 翔太**  
バドミントン。  
高校生の時  
から続けて  
います。

今

長岡北支店



はせがわ はると  
**長谷川 陽人**  
筋力トレーニ  
ング。  
体を動かすこ  
とが好きです。

自分に勝つ

なじら〜て東店



よこやま あやか  
**横山 文花**  
音楽を聴くこと。  
特に  
Mrs.GREEN  
APPLE が大好  
きです。

絶対大丈夫

愛菜館



たけもと みをり  
**武本 滯李**  
サッカー。  
小学1年生か  
ら中学3年生  
まで続けてい  
ました。

ナイス

営農経済部 資材物流課



よしい くるみ  
**吉井 来実**  
音楽を聴くこと。  
TM NETWORK  
がお気に入り  
です。

明日は明日の風が吹く



## 『フードドライブで 地域貢献ジャの巻』

「フードドライブ」って知ってるか～？  
家庭で余っている食品を寄付する活動で、  
フードロスも削減できて人助けにもなる  
SDGsな取り組みジャ！



JA えちご中越 公式キャラクター「ワンジャ」

女性部なんかん地域みんなが  
フードドライブに挑戦した！



ワンジャも  
お手伝いした

貴重なお米…!



乾麺に



握手でお礼した



### 「助け合い活動」で地域とつながる

女性部なんかん地域が3月14日、初めての「フードドライブ」に挑戦!女性部の重点活動の一つ「助け合い活動」で、地域とのつながりを大切にすることを目的に行いました。

部員から集まったのは、米をはじめとする食品や日用品など約200点。中には精米5kgをドーン!と寄付する部員も。集まった品物は、女性部役員が「新潟県フードバンク連絡協議会」へ寄贈しました。同協議会を通じて、県内のひとり親家庭等に届けられます。

女性部は、JAをよりどころに、食や農、暮らしに関心のある女性が集まって活動する組織。幅広い世代の人が、楽しく参加しています♪

今月の発見

女性部は、食や農を通じて地域に  
貢献しているんジャ！



©ワンジャ

上川西支店



さいとう そうた  
齋藤 颯太  
音楽を聴くこと、  
ピアノ、作曲等。  
音楽に関連した  
ことです。

自分は他の誰かではない

栃尾支店



しみず みゆ  
清水 未有  
料理。最近  
はお菓子を作っ  
てます。特技は  
バドミントンです。

初志貫徹

寺泊支店



にわの たつや  
庭野 辰也  
趣味はスノー  
ボード。  
特技は野球  
です。

やることはやる

みしま支店



たなか なお  
田中 南帆  
レコードやCD、  
古本などレトロ  
なものの収集。

行動すればなんとかなる

こしじ支店



ほさか もえ  
保坂 萌  
ランニングと  
ライブに行く  
こと。  
マラソン大会  
にも出場します。

仲間と笑う瞬間がトロファ

三条支店



にらさわ きょういち  
荻澤 杏一  
バレーボール。  
14年間全力で  
打ち込んで  
きました。

ありがとう

加茂支店



たかい ひまり  
高井 向日葵  
音楽鑑賞。  
「04 Limited  
Sazabys」と  
「なにわ男子」が  
好きです。

ありがとう

下田支店



しだ たくと  
志田 拓斗  
サッカー観戦と  
音楽鑑賞。  
邦ロックを  
よく聴きます。

let it be

見附東支店



きくち せいな  
菊池 聖菜  
音楽を聴くこと。  
主に K-POP を  
聴いています。

努力しただけ結果につながる

見附西支店



いまい のどか  
今井 和華  
映画鑑賞。  
ディズニー映画  
が好きで、  
アラジンが  
おすすめです。

人は必要とする必要な人と出会う

小国支店



わたなべ しゅうせい  
渡邊 秀聖  
ドイツ剣術。  
西洋甲冑を  
着て戦って  
います。

騎士たるもの優雅たれ

刈羽支店



ねづ しんいち  
根津 信一  
読書とギター。  
最近では弾き  
語りに挑戦中  
です。

日進月歩

これからよろしくお願いします！





ウォーキング後、五分咲きの桜と共に

さんとう地区 4/12 ▶ JA女性部さんとう地域健康ウォーキング

### 名水の町を練り歩き、歴史学ぶ

女性部

JA女性部さんとう地域は、部員の健康増進を目的に長岡市三島地域で「歴史散策ウォーキング」を行いました。残雪と桜が共演する中、部員ら約35人が春の散策を楽しみました。三島地域は、豊かな里山が育む名水の町。みしま観光協会の小林裕会長の歴史解説と共に、酒蔵や味噌蔵を訪ね歩きました。

柏崎地区 4/16 ▶ 水稻極早生品種「葉月みのり」

### 田植えへ向けて育苗順調!

営農



葉月みのりの苗の生育をチェックするかしわざ営農センター 川瀬大地担当

県内で最も早い新米として人気の「葉月みのり」の田植えが、4月下旬から始まりました。直前の育苗ハウスでは、すくすくと育った苗が、今か今かと出番を待ちわびていました。新米の香りと甘み、8月が楽しみです(^ ^)♪

ながおか地区 3/18 ▶ 祝蕾栽培研修会

### 知る人ぞ知る人気の「祝蕾」を研修

営農



収穫作業を行う参加者

生食から炒めもの、汁物にも使える祝蕾のわき芽

JAは冬場の直売所の品揃え充実などを目指し、直売所出荷者向けに祝蕾の栽培研修会を行いました。祝蕾は比較的珍しい野菜で、食感や味が良く人気があります。研修では10人が参加し、栽培管理のポイントを学びました。

さんとう地区 1/20 ▶ JA&クボタ BIG TRYセールスコンクール

### さんとう北農機センター職員県内トップ表彰!



農機のセールスで販売額県内トップの成績を取めた山後さん(左から2番目)

(株)クボタ主催の「JA&クボタ BIG TRYセールスコンクール2024」において、さんとう北農機センターの山後大海さんが、「拡販功績賞」を受賞しました。「組合員に感謝し、アフターケアでも貢献したい」と話しています。

全体 4/4 ▶ 「稲作塾」開講式、第1回目講座

### 担い手農家の生産技術向上を目指す

営農



講義を進める高橋統括

JAの令和7年度「稲作塾」がスタートしました。今年は20～50代の担い手生産者11人が受講。開講式で自己紹介をし、JAの高橋友行技術指導統括を講師に「種子粃と育苗」について学びました。今後はハウスやほ場での現地研修も行います。



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ジャ



なんかん地区 三条市 渡辺康弘さん 農林水産大臣賞受賞

### ル レクチエの 繊細な栽培管理が功を奏す

営農

令和6年度新潟県果樹高品質生産拡大共進会にて三条市の渡辺康弘さんの出品した「ル レクチエ」が最優秀賞(農林水産大臣賞)を受賞しました。

昨年、県内産地で褐色斑点病が多発した中で、例年と変わらず高品質な果実を安定生産したことなどが評価されました。

渡辺さんは(株)渡辺果樹園を経営する果樹専門農家。昨年のル レクチエ栽培では、病害葉処理など対策を迅速に講じ、感染拡大を抑え込みました。

渡辺さんは「お客さんにどうしたら喜んでもらえるか常に考えている。需要に応えられる技術を今後も追及していく」と意気込みました。



3月下旬に真剣な表情で剪定作業をする渡辺さん

全体 3/21 ▶ ながおか・さんとう地区生産者大会

### 初の2地区合同開催 品質・収量兼備へ

営農



約400人が会した生産者大会

展示会にはワンちゃんも登場!

令和7年産の米づくりスタートを前に、ながおか・さんとう地区生産者大会を長岡リリックホールで開きました。生産者やJA関係者など約400人が参加し、「品質と収量を兼ね備えたえちご中越米」への意思統一を図りました。2地区合同開催は初めてです。

また同日、ハイブ長岡では「春の営農大展示会」も開催。農業DX相談会や、農作業事故体験VRブースが人気を集めました。

柏崎地区 3/28 ▶ JAアスパラガス生産部会

### 柏崎・刈羽地区産 アスパラガス出荷中!

営農



アスパラガスを収穫する部会員 安達慶太さん

柏崎・刈羽地区では、アスパラガスの出荷が始まりました。10月上旬まで続き、今年は4トンのお荷を見込みます。「愛菜館」などJA直売所5店舗のほか、市場を通じて県内スーパーにも並びます。

JAアスパラガス生産部会では、5経営体が約60aのビニールハウスで栽培しています。3月に入り、日照量増加とともに土壌温度が上昇したことで順調に生育し、太く柔らかく仕上がりました。



けいじばん  
今月のテーマ  
母との思い出  
母の日に寄せて

● 母の日に  
息子が中学一年生の時、カー  
ネーション本プレゼント。  
嬉しかった。ありがとね！  
(まるQ様)

● 母に似てきた  
鏡に映るたび母に似てきた  
自分を見て。料理上手だった  
母と一緒に北海道旅行に行っ  
たことが一番の思い出です。  
(K・Y様)

● 雨の日は  
子どもの頃、田んぼや畑で忙  
しく働く母が、雨の日は家に  
いるのがうれしかった。器  
用な母は縫ったり編んだ  
りして、手作りの服を着せて  
くれました。(M・Y様)

● 歌舞伎座で  
かつて、母と一緒に着物を着  
て歌舞伎座に出かけまし  
た。都営浅草線東銀座駅前  
の目の前が歌舞伎座です。

● 一緒に畑仕事  
母と一緒に畑仕事したことが  
思い出に残ります。畑仕事  
は好きでなかったのですが、  
母の手伝いをするようにな  
り、大好きになりました。土  
に触れていると穏やかな気  
持ちになります。お母さん、  
ありがとー。(H・N様)

● 薄味の食事  
母からは、他人に振る舞うと  
きは濃い目の味付けに、毎日  
の食事は薄味に、と言われた  
ことを思い出しながら、日々  
調理しています。(T・S様)

● 土に宿る母の面影  
母からは、他人に振る舞うと  
きは濃い目の味付けに、毎日  
の食事は薄味に、と言われた  
ことを思い出しながら、日々  
調理しています。(T・S様)

● 母の日に  
息子が中学一年生の時、カー  
ネーション本プレゼント。  
嬉しかった。ありがとね！  
(まるQ様)

● 母に似てきた  
鏡に映るたび母に似てきた  
自分を見て。料理上手だった  
母と一緒に北海道旅行に行っ  
たことが一番の思い出です。  
(K・Y様)

● 雨の日は  
子どもの頃、田んぼや畑で忙  
しく働く母が、雨の日は家に  
いるのがうれしかった。器  
用な母は縫ったり編んだ  
りして、手作りの服を着せて  
くれました。(M・Y様)

● 歌舞伎座で  
かつて、母と一緒に着物を着  
て歌舞伎座に出かけまし  
た。都営浅草線東銀座駅前  
の目の前が歌舞伎座です。

おたより大募集！  
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 父との思い出～父の日に寄せて～  
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。

来月のテーマ  
父との思い出  
～父の日に寄せて～  
締切 5月26日(月)まで

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  
テーマへの回答  
または  
広報誌へのご感想

## 脳トレ！クロスワード

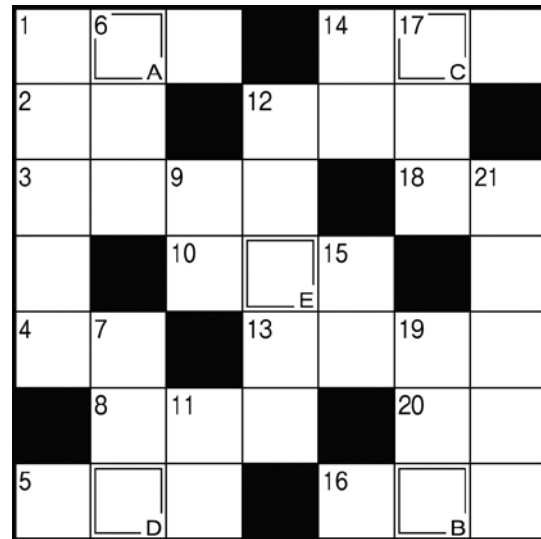
クロスワードに挑戦！ ※広報通信より転載 出題●ニコリ  
正解者の中から抽選で**10名様に**  
**JA 商品券 500 円分**をプレゼントします!!  
賞品の発送は令和7年6月中旬を予定しております。  
当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

ヨコのカギ

- 端午の節句に――人形を飾った
- 鉛筆にもリングにもあるもの
- 2018年ごろに大流行した――ミルクティー
- 漢字などの読み方を示す小さな文字
- 小学校で一番授業が多い科目
- 福島県の――は浜通りと呼ばれます
- カアカアと鳴きます
- スロバキアと分離してできた国。首都はプラハ
- フラダンスの腰で揺れるもの
- 初夏でも強く照りつけることがあります
- 漢字では雲雀、日晴鳥などと書く鳥
- 三毛、トラ、サバといえは
- ギョツと押すと気持ちいい

タテのカギ

- ひげそり前に顔に押し当てる人もいます
- その泉は――的な空気に包まれていた
- 日本には謙譲の――の精神があります
- 周囲より小さくなっている土地のこと
- 大きなビルが――のタケノコのごとく増えてきた
- ひじをグッと曲げて出します
- 雑穀の一つ。アワやキビと並んで知られています
- ちらしやにぎりがります
- 大勢の人が床のあちこちで眠ること
- 結んで吸い物に入れることもある葉野菜
- 5月の空を泳ぎます



先月号の  
答え

答え イースター

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？

答  
A  
B  
C  
D  
E

お知らせ JA information

JAえちご中越 LINE 公式アカウント  
6月公開予定!

準備中  
じゃ!

JAえちご中越の  
公式LINEアカウントがついに登場!

JA直売所や給油所のお得情報を中心に、イベントや農産物の旬、  
レシピなどの最新情報を配信予定♪配信内容は自分で選択でき  
るので、ほしい情報だけを受け取れます。詳しくは来月の広報誌  
でお知らせ予定ですが、フライングして少しだけご紹介します!

POINT 1 ほしい情報  
選んでお届け!

POINT 2 お友だち限定  
クーポン配信!

POINT 3 イベントや  
旬レシピも♪

初回アンケートに回答して、  
選んだ情報だけ受け取れる♪  
通知が多すぎる...と思ったら、  
いつでも変更できます!

公式LINEアカウントの  
お友だち限定で、  
JA直売所や給油所で  
使えるクーポンを配信!

お近くの支店や、  
営農センターなどの  
イベントもご案内!  
農産物の旬情報や  
レシピも配信予定です!

クボタ・ヤンマー除雪機  
早期予約受付中!

5月1日～7月31日まで  
通常価格より**3万円以上おトク!!**

スノースラロームサイレントエディション

シンプル装備で  
使いやすい  
スタンダードモデル!

充実装備で  
しっかり除雪  
ハイパワーモデル!

SLA-1070ST SLA-1280ST

空冷ディーゼルエンジン搭載で、  
パワフルに除雪できます!!

JM-1092DW,XELR

ご購入後も安心の  
アフターフォロー付き!  
修理・点検整備も  
充実!

※価格はお問い合わせください

お問い合わせ  
ご注文は JAえちご中越 各農機センター  
(株)ジェイエイサービス柏崎

## 組合員の皆様からの情報提供窓口について

当組合の監事は、経営の健全な発展に資するため、  
経営管理委員及び理事、並びに子会社3社(株)ジェイ  
エイサービス柏崎、(株)JAなんかんサービス、(株)アグリ  
サポートさんとう)の取締役の職務遂行に関する情報  
(組合・会社経営に関する事象に限る)を組合員の皆様  
から広く提供を求めています。

当組合の経営管理委員及び理事の組合の経営、並  
びに子会社取締役の会社の経営に関する気になる行  
為について、見たり聞いたりした事柄があれば電話、  
封書、Eメールにて下記宛にご連絡下さいますようお  
願います。

えちご中越農業協同組合 監事会

## 連絡先

- 住 所 〒940-8550 長岡市今朝白2-7-25
- 電話番号 0258-35-1300(代表)
- 受付監事 常勤監事 大倉 常栄 宛
- Eメールアドレス kanji@ja-chuetsu.or.jp

お電話の場合は、  
平日(月曜～金曜)午前9時～午後5時の間に  
お願いします。

※ご好意による情報提供であっても、誹謗・中傷に類似する  
内容のものは受付いたしかねますので、予めご了承下さい。  
※当組合の業務に関する一般的な苦情については、別途窓口  
を設置しておりますので、そちらをご利用下さい。







(ぎゅっと)

# Kitchen



## 材料

- きくらげ(生) ..... 150g
  - にんにく ..... 1 かけ
  - 鷹の爪 ..... 1 本
  - コショウ ..... 少々
  - ごま油 ..... 大さじ 1
  - 白ごま ..... 適量
  - 万能ねぎ ..... 適量
- A
- 醤油 ..... 大さじ 2
  - 酢 ..... 大さじ 2
  - 砂糖 ..... 小さじ 1
  - 塩 ..... 少々



## 作り方

- (1) きくらげは軽く洗って水気を取り細切り、にんにくはみじん切り、鷹の爪は輪切りに、万能ねぎは小口切りにする。Aの調味料を合わせておく。
- (2) フライパンにごま油を熱し、にんにく、鷹の爪、コショウを入れて香りが立つまで弱火で炒める。
- (3) きくらげを加えて、中火で炒める。
- (4) 合わせておいた調味料を加え、中火で1分程炒める。
- (5) よく冷やしたらねぎを和えてごまをふり、出来上がり!

## きくらげの中華和え



### ワンポイント

酢を黒酢に、ねぎをパクチーにするとさらに本格的な味わいになります!

きくらげのはなし



### きくらげ

管内では、長岡市中之島を中心に一年を通して栽培されています。令和6年はJAを通して1.6tが出荷されました。生のきくらげは、プリプリとした食感と瑞々しい弾力が特徴です。

### 選び方

大きくて肉厚で光沢があり、弾力のあるものを選びましょう。

### 保存方法

生のきくらげは、約90%が水分です。水分が蒸発しないように、ラップで包み野菜室で保存します。約1週間保存できます。

JAえちご中越

vol.28

広報 **ぎゅっと中越**

発行日:2025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

先月から始まった7pのコーナー「イツツ!ワンジャー」は、管内とこそせましとワンジャが大活躍。大きい頭を揺らしながら、飛んだり跳ねたりして頑張っています(´▽`)b 今月はどこに出没するのか?ぜひご覧ください。

(編集員:角屋)