広報

ぎゅっと中越

2026年
9月号
September
vol.44



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 えちご中越 管内農業の歴史を巡る

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 けいじばん 脳トレ! クロスワード
12 国消国産ぎゅっとKitchen

＼公式SNSはこちら!／

昔の農具で脱穀にチャレンジ

学校の総合学習の時間、お米の脱穀体験で先人の知恵に触れるワンジャ達。こき胴がレンコンの足踏み脱穀機や、歯が赤唐辛子の千歯こきで籾を落とし、昔の農作業を体験です。

JA えちご中越

今月のぎゅっ人と

Vol.42



Profile

三条市　貝喰新田（かいばみしんでん）

ただいまーと出荷者　横山（さとし）聖さん（就農15年目）

美穂（みほ）さん（就農3年目）

栽培品目：トマト（ハウス10㌃）ほか、ピーマン、トウモロコシ、イチゴ、ジャガイモ、キャベツ、白菜などの園芸品目がメイン

・夫婦での晩酌が日々の楽しみ。夏のおつまみは「自家製トマトのカプレーゼ」。

夫婦で「おいしい野菜を地元のみんなに届けたい」

うだるような暑さの夏の日、40度を超えるハウス内でトマト栽培に励む横山さん夫妻。暑さを忘れさせる、さわやかな笑顔が印象的です。現在は聖さんのご両親との家族で経営。園芸品目を中心に栽培し、夏場はトマトがメイン。ただいまーとにはファンも多く、店舗に「今日は横山さんのトマトありますか？」と問い合わせがあることも。

聖さんは家業を継ぐため前職を退職。「大変だけど自分で経営し、自由に計画を立てられることに憧れがありました」と振り返ります。

美穂さんは子育てが落ち着いた後、本格的に現場へ。「植物を育てるのが好きだったので就農に抵抗はありませんでした。でも最初は虫が出るとキャーッ！とよく叫んでました（笑）」。

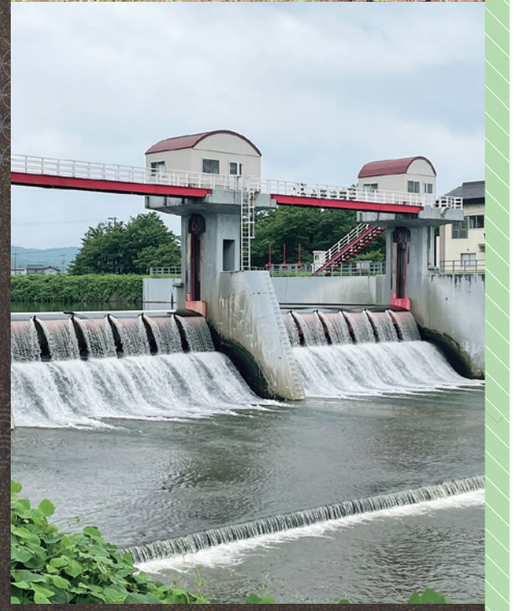
「旬の野菜を一番おいしい状態で味わってほしい」と、綿密な栽培計画や土づくり、気象の変化に対応した繊細な管理に力を注ぎます。「地元の皆さんに、うちの野菜を味わってほしいという思いがあります。『子どもや孫と一緒に食べたよ』という声を聞くと、本当にうれしい。子どもや孫の世代まで地域の食を支えていけるよう頑張りたい。高品質で、需要に応えられる生産ができるようこれからも励みます」と笑顔で話してくれました。

特集

えちご中越 管内農業の歴史を巡る







何気なく見渡している田園風景や、昔からそこにある水路、棚田、農業施設。その一つひとつには、先人たちの知恵や努力、地域の暮らしを支えてきた歴史が息づいています。

えちご中越管内にも、農業の営みや文化の歴史を今に伝える貴重な場所が数多く残されています。その成り立ちや地域農業との関わりを知れば、見慣れた風景もきっと新たな魅力が見つかるはず。地域の魅力を再発見し、愛着と誇りを深める歴史の旅へ、一緒に出かけてみませんか。

豪雪、中山間地を活用した伝統的な棚田・棚池

山々に囲まれた豪雪地帯、長岡市山古志に広がる棚田との風景。雪解け水や雨水をためる棚池や、山肌を横に堀り地下水を活用する横井戸など、先人たちが築いた特徴的な水利は現在も受け継がれ、山間地特有の寒暖差をいかした良質な米づくりや、〝泳ぐ宝石〟と言われる錦鯉の養鯉を支えています。

豪雪や中山間地という不利な条件を知恵で活用したこの稲作・養鯉システムは、将来に受け継がれるべきものとして、平成29年に日本農業遺産に認定されました。

もうすぐ収穫の秋。地域の各所で黄金色の棚田と水をたたえて光を反射する棚池の美しい景観が広がります。


横井戸



【所在地】長岡市山古志





出来秋の米運んだ貨物列車 往時を伝える廃線跡

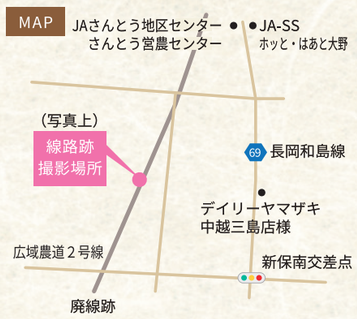
昭和の出来秋、刈り取りの終わった田園をガタゴトと走る貨物列車。1995年に全線廃線となった「越後交通長岡線」は、旧三島郡の来迎寺駅と寺泊駅を結び、農協と地域の暮らしを支え続けた愛おしい存在でした。

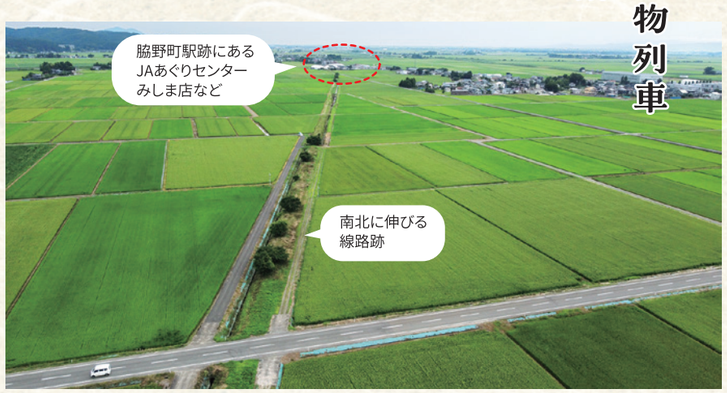
当時の農協施設は、秋の出荷のため、その多くが駅近くにありました。出荷期、JA倉庫にうずたかく積まれた米袋と、汗を流しながら列車へ積み込んだ日々。かつての脇野町駅や線路周辺（写真下）には、往時をとどめるレール（写真左）やコンクリート橋がひっそりとたたずみます。

歴史を深堀り廃線跡を訪ねれば、懐かしい情景が蘇りそうです。



【所在地】長岡市三島





地域を支える主幹産業 100年以上の歴史を持つ県内最大産地

長岡市中之島地域は伝統の「大口れんこん」の産地。同地域は県内一の出荷量を誇り、令和3年には高い品質管理などが評価され、国の地理的表示（GI）保護制度に登録されました。

中之島は、かつて水田から天然ガスや地下水が噴き出し、稲作には適さない土地でした。そこで、肥沃な土壌を生かせるレンコン栽培に着目したことが、現在の産地の始まりと言われています。

出荷は毎年8月から翌年5月頃まで続き、今年は全体でなんと1、200トンを見込みます。収穫期には一面に広がる蓮の葉が美しい景観をつくり出します。



【所在地】長岡市中之島





水を巡る400年の歴史 藤井堰

柏崎市の鯖石川下流部に位置し、北鯖石地区や田尻地区などの約800ヘクタールの農地を潤す水利施設。約400年前、直江兼続が新田開発のために築いた堰が起源とされ、当初は川底に打ち込んだ松杭に細枝を束ねた「そだ木」を組み、土俵を積み上げた「草堰」でした。

その後は洪水による流失と改修を繰り返し、1644年頃には堰をずらして積み重ねる丈夫な「鎧堰」へ。1977年に現在のコンクリート造りの藤井堰が完成しました。

江戸時代の大名らによる無秩序な開田による争い、昭和の上下流の用水配分を巡る水争いなども経て、今も変わらずに水を安定供給して地域農業を支えています。





【所在地】柏崎市安田３４７０−２
（藤井堰　管理棟）





▶所在地：長岡市関原町
▶撮影日：2026年8月14日

17 ながおか地区　長岡市

縄文の歴史を感じる長岡市西部丘陵地の風景

遺跡と畑と街並みがのどかに広がる丘の景色

JA直売所「なじら～て関原店」のある長岡市西部丘陵地は、歴史と自然が調和する地域。直売所の向かいには、火焔土器などが出土した国指定史跡の馬高・三十稲場遺跡や新潟県立歴史博物館、馬高縄文館があり、縄文時代からの歴史や文化に触れることができます。

なだらかな丘陵に広がる畑は、かつて、たばこの栽培が盛んに行われていました。現在はサトイモや、キャベツ、ネギ、大豆、サツマイモなど様々な農産物が栽培されています。

夏はなじら～て関原店脇のひまわり畑も見ごろ。空から見渡すと、歴史と農業、人々の暮らしが息づく風景が広がります。



空から中越を動画で!

スマホカメラで読み取ってね

※JAえちご中越のYouTubeが開きます。



『JAの地域貢献活動!
みんなで海岸清掃ジャの巻』

各地で長年続く地域貢献活動。刈羽支店が長年協力する「西山町美石地（ビーチ）クリーンデー」にワンジャも参加したんジャ!



発見! イッツ! ワンジャ vol.18

ワンジャがJAの魅力「ワンジャー（ワンダー＋JA）」を紹介します！

JAえちご中越　公式キャラクター「ワンジャ」





JAは大崎海岸の受付も担当したんジャ







地域と農業を未来へつなぐJAの地域貢献活動

JAでは地域の活性化や交流を目的に、支店が中心となって「支店協同活動」を行っています。その内容は、地域美化や食農教育、組合員の交流イベントなど様々。今回は、刈羽支店が実行委員会の一員として参加する「西山町美石地（ビーチ）クリーンデー」を取材しました。

同イベントは12回目を数える町の恒例行事で、地域を拠点とする企業や団体、地域住民ら324人が協力。海開き前の石地海浜公園・石地海水浴場・大崎海水浴場・長浜海水浴場の4会場をキレイにする計画です。約4kmにわたる砂浜で、朝7時から約1時間。収集したごみは、990㎏にもなりました。

大崎海水浴場を取りまとめた刈羽支店の目﨑雅吏支店長は、「皆さんの協力で、海岸のゴミが片付いてすっきりした。観光客には、きれいになった海岸の景観や海水浴を楽しんでもらいたい」と感謝しました。



今月の発見

経営理念「ともに支え合い、地域と農業を未来へつなぐ」の実践に欠かせないんジャ!



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ジャ



柏崎地区　8/7▶葉月みのり収穫スタート

昨年より2日早い刈り取り

営農

柏崎・刈羽地区では8月7日、極早生品種「葉月みのり」の収穫が始まりました。

葉月みのりは、8月（葉月）のお盆の時期に収穫できることが名前の由来となっている極早生品種です。大粒で強い甘みがあり、炊き上がりのつやの良さが特徴です。

今年産は平年より生育が早く、適度な降雨に恵まれました。また、JAの指導のもと生産者が適期穂肥や飽水管理などを徹底したことが実を結び、順調に生育しました。

8月下旬から「愛菜館」などの直売所に並び、新米を待つ多くの消費者が買い求めていました。



刈り取りを行う生産者

なんかん地区　JA天果糖逸出荷販売協議会 ぶどう部会

特産「ブドウ」の出荷が最盛!

営農



「巨峰」を収穫する宮島さん

三条市と加茂市では特産のブドウの出荷が最盛期を迎えています。今年産は天候にも恵まれ、順調に生育し高品質であま～いブドウに仕上がっています。同部会では今年度、「巨峰」や「シャインマスカット」など合わせて94㌧の出荷を見込んでいます。

同部会の三条市の宮島一貴さんは「摘粒など繊細な作業が多く、手間暇かけている。丹精込めて育てたブドウを楽しんでほしい」と話しました。

ながおか地区　7/25.26▶夏休みアグリスクール2026

夏休みに食と農を体験

青年部



桃の収穫も体験!

JA青年部は7月25日、26日、1泊2日の小学生向け農業体験イベント「夏休みアグリスクール2026」を開きました。長岡市の小学4～6年生12人が参加し、青年部と一緒に野菜や果物の収穫、収穫した野菜を使ったカレーと米粉ナン作りや枝豆の選果場見学、スマート農業の座学などを行いました。参加した児童は「野菜の収穫など、2日間でたくさん体験できて楽しかった」と喜んでいました。



カラフル実験は子どもの驚きと笑顔でいっぱい♪

全　体　8/9▶わくわくキッズアドベンチャー

食と農の魅力を子育て世帯にPR!

JA共済の地域貢献活動

JAは親子で楽しみながら食と農を学ぶ体験型企画「わくわくキッズアドベンチャー」を、パストラル長岡で開催しました。

同企画は昨年に続き2回目で、7つの体験を用意。食べものの不思議に触れるカラフル実験や米粉蒸しパン作りなどの新企画や青年部が準備した朝どり枝豆を枝からもぐ体験など、大盛況を博しました。

さんとう地区　7/16▶さんとう地域農業生産者会議

さんとう地区農業者が研修交流会

営農



越路地区の神谷生産組合ほ場で大型ドローンを実演

さんとう地区の生産者で構成する「さんとう地域農業生産者会議」が、会員の研鑽と交流を目的に研修会を開き、69人が参加しました。農業用大型ドローンの導入やザルビオ活用の事例などを共有。作業効率改善につなげます。

さんとう地区　8/7▶子育て支援活動「あぐりんこ」

夏休みに調理体験♪米粉パン作り

食農教育



ピザ生地をめん棒で伸ばす作業にチャレンジ!

JAの子育て支援活動「あぐりんこ」は、長岡市のこしじ営農センターで「米粉パン作り」の講習会を開き、親子7組18人が参加。小学生も一緒に保護者と調理し、米粉生地の「夏野菜ピッツア」など3品を作りました。

全　体　7/25▶ワンジャのフードドライブ大作戦

継続で支援の輪広がる　直売所4店舗で

地域貢献



なじら～て東店で精米100㌔を寄付した㈱すよし農事の佐藤孝文代表

JAは農産物直売所4店舗でフードドライブを行いました。JA共済の地域貢献活動の一環で、今年2回目の開催です。地域住民や生産者から、支援品約250点が集まり、JAも玄米と精米合わせて500㌔を寄贈しました。

全　体　6月～7月末▶経営定期点検面談

経営改善へ個別面談

営農



生産者と面談する営農担当者（ながおか地区）

JAは、農業簿記の記帳代行サービス利用者を対象に経営の点検面談を実施しています。今年度は40人と面談。損益データや販売データを活用した分析表を基に経営を振り返りました。次年度は面談対象を拡大して取り組みます。

けいじばん

今月のテーマ　わが家の秋の楽しみ

●家族総出の稲刈り
わが家の一番のイベントは、稲刈りかな？小さな田んぼ一枚ですが、子ども達と一緒に半日汗を流して、野外での仕事中に日々の話をして、一人暮らしの私にとってはかけがえのないひとときです。（T・S様）
みんなの汗と会話は宝物ですね✨

●お味噌汁で秋を堪能
我が家の秋の楽しみというより、私の楽しみは「あまんだれ」正式名称は「ナラタケ（なら茸）」を味噌汁で食べる事です。ナラタケ、豚肉、豆腐だけのものです。（T・T様）
心も体も温まりますね。

●孫の運動会で応援！
孫達の運動会の応援に行き、成長を観るのが楽しみです。腰の持病があるのでじじちゃん・ばばちゃんも一年一年が勝負です。（H・M様）
孫の成長がパワーの源💪

●読書の秋
我が家の秋の楽しみは、秋の夜長に読書を楽しみます。今年は、何を読もうか？と今から楽しみです。（T・N様）
心豊かな秋のひととき📖

●やっぱり新米！
やはり新米が楽しみです。炊きたてのご飯は豆腐の味噌汁と塩鮭でいただきます。自家製の梅干しも添えます。（Y・I様）
最高の組み合わせ🍚✨

●道の駅めぐり
わが家の秋の楽しみは、秋の食べ物（野菜、果物等）。行楽を兼ねて道の駅をめぐります。農家の作ったものを見て買います。紅葉を観るのも楽しいですが、秋の味覚も楽しみです。秋が待ち遠しいです。（K・I様）
旬の味覚を満喫する秋のドライブは最高🚗

●日々の楽しみ
地元の八石山の紅葉です。上から順に色付く様子を毎日確認します。（S・K様）
贅沢な時間ですね🍁

おたより大募集！

来月のテーマ　文化の秋「紅葉」で一句

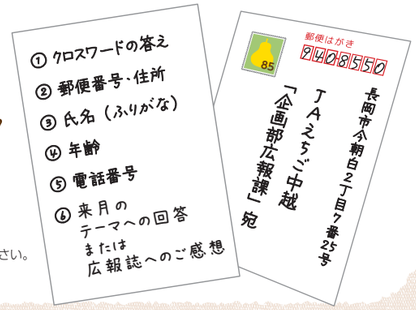
締切９月２５日（金）まで

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　文化の秋「紅葉」で一句
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。

Webでのご応募はコチラから

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!!

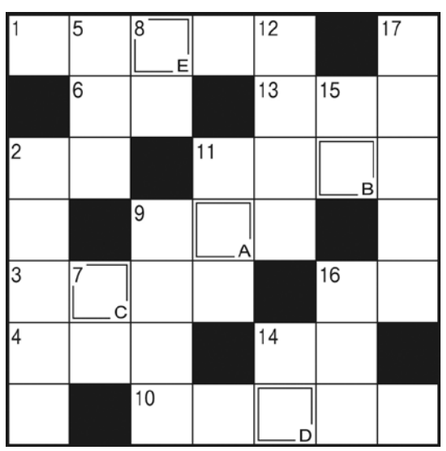
賞品の発送は令和8年10月中旬を予定しております。
当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

ヨコのカギ

1　秋らしい風情の雲。魚の名前がつきます
2　天・地・――
3　大酒飲みのこと
4　先手が黒、後手が白を使います
6　さつま、里、こんにゃくといえば
9　でこぼこの進みづらい道のこと
10　音楽にのれる人に備わっているもの
11　アルバイト、グミ、カルテといった言葉の元はこれ
13　形態――はものまねの一種
14　サギソウもデンドロビウムもこの仲間
16　ゆっくりつかって疲れを取ります

タテのカギ

2　ススキや月見団子を供える行事
5　ブドウを使って仕込む酒
7　エックスとゼットのあいだ
8　カミの反対
9　北海道の市。監獄があったことで有名
11　悪いものが入っていないか、先に食べて証明します
12　髙橋真梨子のヒット曲『――吐息』
14　羊の肉はマトン。子羊の肉は
15　落花生にはタンパク――も豊富に含まれます
16　鹿児島県の桜島は活発に繰り返しています
17　はえば立て、立てば歩めの――



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



先月号の答え

答　コウシエン

お知らせ　JA information

農作業事故にご注意ください！

農繁期は農作業事故が全国で多発します。
事故が起きる原因には

①機械的な原因
②本人の不注意・手抜き
③過信・慣れ
④誤った作業

などがあげられます。
日頃からの注意が大切です。



事故防止のための注意事項！

- ▶ゆとりある作業と適度な休息の実施
- ▶日常点検や始業点検の励行
- ▶点検時やトラブル時のエンジン停止徹底
- ▶シートベルトの着用徹底
- ▶常に危険がないか周囲の気配り
- ▶自分は大丈夫という意識をなくす
- ▶家族に帰宅時間、作業場所を伝える

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います。

参加無料　チケット制

開催日　2026年 **11/14**（土）
1回目11:00～　2回目14:00～

場所　パストラル長岡 平安の間
長岡市今朝白2−7−25

応募期間　**応募期間:**
2026年9月7日（月）～10月2日（金）
※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ことがございます。あらかじめご容赦ください。

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



国消国産 こくしょうこくさん

ぎゅっと Kitchen

私たちの国で消費する食べ物は、できるだけこの国で生産する



ニラたっぷり大判つくね

POINT

ニラともやしに片栗粉をまぶすことで、水分が出にくくなります。またフライパンが冷たい状態から始めるとゆっくり火が通り、ふわふわに仕上がります。

材料（4人分）

- ニラ …… 50g
- もやし …… 100g（半袋）
- しょうが …… 20g
- 片栗粉 …… 大さじ2
- ● 鶏むねひき肉 …… 100g
- ● 鶏ももひき肉 …… 100g
- ● マヨネーズ …… 大さじ1
- ● 砂糖 …… 小さじ1
- ● 卵白 …… 1個分
- ● 塩 …… 小さじ1
- ● ごま油 …… 大さじ1

- 酒 …… 大さじ2
- 卵黄 …… 1個分
- 大葉 …… お好みで

作り方

1. ニラは2cm、もやしはみじん切り、しょうがはすりおろしておく。卵の卵白と黄身を分ける。
2. 1のニラともやし、片栗粉をポリ袋に入れ、ふってまぶす。
3. 2にすりおろしたしょうがの汁、●の材料を全てポリ袋に入れ、粘りが出るまで揉む。
4. 3を熱していないフライパンに広げ、ふたをして中火で3分焼く。ひっくり返したら酒大さじ2を加え、ふたをしてさらに5分焼く。
5. お皿に移し、卵黄をのせたら出来上がり。

＼国消国産／ 直売所のはなし

100%

ＪＡえちご中越直売所の農産物は、１００％国産です。国産を選択して買うことは日本の農家を応援すること！消費者の「食べて応援」が、持続可能な食と農の実現につながります。

JAえちご中越 広報 ぎゅっと中越 vol.44

発行日：2026年9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

遠くに住む妹が、子ども3人を連れて泊りに来てくれました。直売所で枝豆やトウモロコシ、ブドウなど自慢の管内産をたくさん買っておもてなし♪最終日はスイカ割り。大笑いしながら割った後は、縁側に座ってみんなでガブリ！夏の思い出を刻みました。

（編集員：小野塚）

R70（古紙パルプ配合率70％再生紙を使用）