

人と地域とJAを結ぶ

まんま

manma!

北新潟

食と農を通じ
人々の笑顔を未来へ

12月号

2025

Vol.22

 JA北新潟



Contents

Farmers Stories File.19	
ブロッコリー生産者	
大沼 智さん、宮嶋 一希さん	2
北新潟News	4
あなたもチャレンジ!家庭菜園	7
manmaの台所	11
コミュニティmanma	12
ぶらり北新潟	14



JA北新潟は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています

ひやくしょう
百笑

で地域を耕す

管内の生産者を訪ねて

砂丘地から山間部まで、広大で多様な栽培環境で農業が営まれるJ A北新潟。
この地域の農を担い、食や暮らしを支える生産者さんの姿を紹介します。

File. 19



ブロッコリー生産者

新発田市金塚地区

ひやくしよう

生産組合 百笑

かずき

宮嶋 一希さん(35)(右)

さとし

大沼 智さん(37)(左)

目指すのは、地域に頼られる存在

失敗を共有しながら成長

「普段作業する格好で」と取材をお願いしたところ、表紙の姿で現れた。『おちゃらけ』の中に、実は地域農業への真摯な思いが潜む。

中学時代の先輩後輩であり、就農は大沼さんが24歳、宮嶋さんが22歳のときと、ほぼ同時期。J A青壮年部、金塚ライスセクター利用組合の作業員としても一緒に、どちらかが忙しい時にお互いの圃場を見合うようになった。互いの作業を補完し合う関係が進み、平成27年、生産組合を設立。「つくった野菜を食べてもらい、何度も笑顔になってほしい」と、組合の名称を「百笑」と名付けた。

宮嶋さんは家業を継ぐ形で就農したが、間もなく独立して園芸作物の栽培を始めた。大沼さんはゼロからのスタート。「先生もいなかったから最初の5年は失敗しかしていない」と大沼さん。宮嶋さんも「失敗してくれた人がいたから」と大沼さんを指差し、失敗を共有しながら栽培技術を身に付けてきた。

「失敗は財産」（大沼さん）。「農業は失敗する可能性を下げていく仕事」（宮嶋さん）。手探りで始めた2人の言葉に実感がこもる。

栽培品目も試行錯誤

現在は、紫雲寺地区の砂丘地や金塚の圃場を中心に2人で秋冬ブロッコリー60a、夏ブロッ

コリー55a、秋冬ネギ20a、アスパラガス15a、ハウス栽培のオースタムポエム4棟13aを栽培する。今に至るまではオクラやサツマイモ、エダマメなど、さまざまな作物を試してきた。2人は「いろいろとやってみて、今は自分たちに合う野菜を育てている」と話す。

ブロッコリー栽培も「便利な道具があることも知らなかったから」と、最初は全て畝に手で穴を空け、苗を定植していたという。アスパラガスの定植器を代用できることを知り作業がはかどり出すと、それが他のブロッコリーを栽培する農家にも広がった。

「畝立てマルチやブロードキャスターなど、機械がいろいろ

りと揃い、作業もだいぶ楽になってコツが分かり始めた」。6、7年ほど前のことだ。限界があった作付面積も作業の効率化に伴い増え始めた。

「地域農業の受け皿になる」

2人はお互いの圃場だけでなく、声がかればほかの農家の圃場にも手伝いに行く。

今後、高齢化による離農者が増えることも予想され、農地を減らさないためにも「田んぼの委託を含めて自分たちが地域農業の受け皿になる」と話す。

「地域に頼られるような存在になりたい」と力強く語った。



紫雲寺地区の砂丘地に広がるブロッコリー圃場



収穫間近のブロッコリー。ピンポン玉サイズから7日から10日ほどで収穫できるようになる



カメラを向けると何かをせずにはいられない2人。こう見えて2人とも生産部会の役員を務め、大沼さんはブロッコリーの共励会で何度も最優秀賞を受賞している



2025.10.7 新潟県肥育牛求評共励会 最優秀賞に漆間平さん

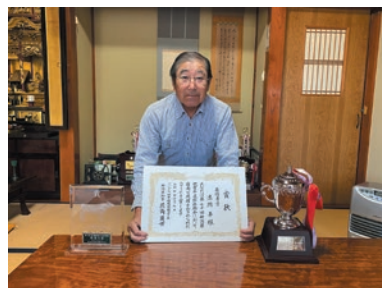
JA全農にいがた主催の新潟県肥育牛求評共励会が東京都中央卸売市場食肉市場で開かれ、最優秀賞に村上牛生産者の漆間平さん(村上市)が出品した去勢牛が選ばれました。

同共励会は、「にいがた和牛」の認知度向上などを目的に開催されており、今回は県内の黒毛和牛33頭(雌7頭、去勢26頭)が出品されました。

最優秀賞牛の枝肉重量は596キロ、単価は3015円。漆間さんは「最優秀賞牛は仕上がりが抜群で、特にモモの仕上がりが良かった。また最優秀賞を取れるようがんばりたい」と話しました。

JA北新潟管内の他の入賞者は次の通り(敬称略)。

優秀賞=小野耕司(胎内市)▽優良賞=高橋利明(村上市)



最優秀賞を受賞した漆間さん

2025.10.17 畜産業後継者育成へ 県農業大学校学生と交流会

県農業大学校畜産経営科の1年生5人が10月17日、ブランド牛「村上牛」の生産者と交流しました。生産者の高齢化、後継者不足などの課題から学生と生産者とのマッチングを図ろうとJA全農にいがたが主催しました。

学生たちは(合)アグリフロンティア(村上市)と小野耕司さん(胎内市)の農場を訪問。それぞれで与えている餌などについて詳しく質問し、細かくメモを取っていました。

JAでは、行政とも連携して管内畜産業に対する後継者確保へ向け「第3者継承」も視野に取り組みを進めており、この日はJA畜産担当者と村上市の畜産担当者も参加しました。



学生の質問に答えるアグリフロンティアの時田卓さん



小野耕司さんの農場で牛の肥育について説明する小野巧さん

北越後地区 2025.10.31

地域の特産品イチジク「蓬萊柿」を学ぶ

新発田市立東小学校2年生が五十公野地区でイチジクを栽培する浅香隆さんの園地を訪れ、蓬萊柿の特徴や食べ方などを学び、収穫体験を楽しみました。

初秋にもしばたの心継承プロジェクトの一環で数人が同園を訪れました。他の児童も地元特産品を知りたいとの声があがり、今回は2年生全員で園を訪れることとなりました。

参加した児童は「おいしそうなイチジクが穫れて良かった」と笑顔をみせました。浅香さんは「よく話を聞いてくれてうれしい。少しでも知ってもらふ糸口となることを期待している」と話しました。



様々なクイズで蓬萊柿を説明する浅香さん

かみはやし地区 2025.11.12

地元のネギについて知ろう 平林小学校3年生

平林小学校の3年生19人が、地元のネギ農家の川崎祐也さんの圃場を訪れてネギについて教わり、収穫も体験しました。

校区にある北新保集落は、古くから砂地を利用したネギ栽培が盛ん。児童たちは自分たちが住む地域について学習しており、特産のネギについても調べています。

川崎さんは県ブランドの「やわ肌ねぎ」の規格を紹介。児童の「おいしく育てる工夫は」とした質問に「いかにネギを元気に育てるか。今の気象状況に合わせた管理と、砂地は栄養が少ない分、堆肥や緑肥を入れるなど土づくりに一番力を入れている」と答えていました。



ネギの収穫の仕方を指導する川崎さん(右)



児童たちは実際に収穫を体験しました

ぐらりと管内のニュースをお届けします

北新潟 News

2025.10.25・26 実りの秋を満喫 各地で収穫祭開催

にいがた岩船地区・かみはやし地区合同の「収穫感謝祭」が10月25日、かみはやし支店で開催されました。

天気にも恵まれ、多くの方にご来場いただきました。野菜詰め放題のコーナーには長蛇の列ができ、村上牛串焼きも完売しました。女性部が教える紙袋エゴバッグ作りの体験コーナーでは多くの方が体験を楽しみました。また、「笑味ちゃん×HELLO KITTY」のふりかけを来場者に配り、国消国産のPRを行いました。



胎内地区では10月26日、胎内支店駐車場の特設会場で収穫感謝祭を開きました。胎内地区特産品を使った米粉焼きそば、米粉うどん、村上牛・阿賀北ポークの串焼きや、各種アトラクションなど多くのブースが出店。恒例の「ニンジン詰め放題」を目当てに雨の中にもかかわらずたくさんのお客様が来場しました。

また、「国消国産キッチンカー」では胎内産のきのこやネギ、豚肉などを使用したピザや串焼きなどの特別メニューが販売されました。



村上市の道の駅神林ではイベント「ハロウィン&かかし祭」が開かれ、当JAは新米キャンペーンとして「岩船米コシヒカリ」を販売しました。

150体の手作りのかかしやハロウィン用力ボチャが会場に並び、地元の農産物販売や抽選会などにぎわう恒例イベントで、JAも毎年協力しています。

JAでは地元で作られた「岩船米コシヒカリ」の新米販売のほか、1回100円のお米すくいコーナーも設置し、多くの方が新米を求めて参加しました。



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

JAグループはSDGsの達成に向けて、事業・活動に取り組んでいます。

JA共済の地域貢献活動





日本では、四季それぞれで気温や日長、雨量などにはっきりした特徴があります。そのため野菜の種類に適した栽培時期を選び、季節の変化に対応した栽培管理をしなければいけません。

狭い畑で多種類の野菜を作るには、菜園利用のプランが必要です。季節に応じた種類・品種を選び、菜園の利用ローテーションを考えましょう。

【野菜の選び方】野菜の生育特徴から見ると、共通した栽培管理の方法があります。野菜の類縁関係を知ると、同じ仲間同士で肥料や病害虫が共通することが多いので、作付けプランを立てるのに役立ちます。野菜の種類と品種を選ぶポイントは、①利用・調理に適しているか ②その土地の気候や栽培時期が合っているか ③病気や害虫に強く作りやすいか、などをあらかじめ調べておきましょう。

畑の大きさによって野菜の選び方は異なります。パセリやミツバ、バジルなどのハーブ類は料理の付け合わせに少しあれば良いので、庭の片隅で自給できます。

畑が100平方mあると年間30品目以上を作ることができますが、スペースが広いほど栽培管理に手間がかかり、特に夏場の灌水(かんすい)や炎天下の草取りは、体の負担となることもあります。

【連作と輪作】同じ畑に同じ野菜を連続して作ることを「連作」といいます。連作すると生長に障害が出る野菜があります。エンドウは一度作ると、4、5年は作れません。ナス、トマト、ソラマメ、サトイモなどは3、4年、レタス、ハクサイ、イチゴなどは2年、ホウレンソウ、コカブ、インゲンなどは1年です。サツマイモ、カボチャ、タマネギのように連作しても生長に障害が見られない野菜もあります(表)。

また、同じ科に属する近縁な野菜は似た性質を持っているため、病害虫と肥料の吸収が共通しています。そのため、連作すると土に生息する病害虫が増えたり、微量でも必要な肥料成分が不足して野菜の生長を妨げることがあります。

このような連作障害を防ぎ、地力が衰えないようにするためには性質の異なる野菜を計画的に順次、作付けする「輪作」をします。

【作付けプラン】例えば、4m×5mの20平方mの畑の場合は、家庭での消費量が多いダイコン、キャベツ、ジャガイモ、ネギなどを中心に4区画以上に分けて作付けプランを立てると良いでしょう(図)。

作付けプランは次の手順で作ります。

- ①菜園を均等に4ブロックに分ける。
- ②作りたい野菜を「ナス科」「ウリ科」「イモ類・ヒガンバナ科」「マメ科・スイートコーン」「小型葉物類」「セリ科」「アブラナ科」の7種類に分ける。
- ③1年ごとにブロックのローテーションを行う。

このようなローテーションで、ナス科やエンドウなどの連作障害をおおむね避けることができます。

表 連作障害の出やすい野菜、出にくい野菜

連作障害の出やすい野菜	スイカ、キュウリ、メロン、トマト、ナス、ピーマン、エンドウ、ソラマメ、エダマメ、サトイモなど
連作障害の出にくい野菜	サツマイモ、カボチャ、タマネギ、小松菜など

図 作付けプラン例(4m×5mの20平方mの場合)

	春～夏				秋～冬			
1年目	A ナス科	B ウリ科			A 小型葉物類	B セリ科		
2年目	D マメ科・スイートコーン	C イモ類・ヒガンバナ科			D アブラナ科	C イモ類・ヒガンバナ科		
3年目	A イモ類・ヒガンバナ科	B マメ科・スイートコーン			A イモ類・ヒガンバナ科	B アブラナ科		
4年目	A ウリ科	B イモ類・ヒガンバナ科			A セリ科	B イモ類・ヒガンバナ科		

ナス科…トマト、ナス、ピーマンなど
ウリ科…キュウリ、カボチャなど
ヒガンバナ科…ネギ、タマネギなど
マメ科…エダマメ、インゲンマメなど
セリ科…ニンジンなど
アブラナ科…キャベツ、ハクサイ、ダイコンなど
イモ類…サツマイモ、ジャガイモ、サトイモなど
小型葉物類…ホウレンソウ、小松菜など

2025.11.12

支援いただいたお米をフードバンクに寄贈しました

JA北新潟は、フードバンク支援として10月にJA青壮年部、JA女性部の協力のもと、組合員やJA役職員、地域住民に向けてお米の提供を呼びかけました。その結果、1.8トンのお米が集まり、管内フードバンク5団体に寄贈しました。

寄贈式で、フードバンクしばた副代表の土田雅穂さんは「今の時代にたくさんお米を集めていただき本当に感謝したい。いただいたお米は大切に各世帯にお渡ししたい。今も困窮する世帯の人たちは節約しながら生活している。これからもJA組織、組合員、地域住民の皆さまのご理解とご協力をお願いしたい」と感謝を述べました。



胎内青年部の佐藤一希部長(左)、齋藤会長(中)からフードバンクしばたの土田さんにお米が手渡されました

寄贈式には、フードバンクしばた、フードバンクせいらう、フードバンクたいない、フードバンクむらかみ、フードバンクさんぽくの方々にお集まりいただき、地区ごとにお米を分けてお渡ししました

物価が高騰する中、たくさんのお米を提供していただいた皆さまに心より感謝申し上げます。

2025.11.4

「小学生夏休み30日間健康チャレンジ」 当選者に賞品贈呈

夏休み期間中に管内小学生が取り組んだ「小学生夏休み30日間健康チャレンジ」に応募し、抽選で選ばれた当選者に賞品を手渡しました。

チャレンジは小学生に健康習慣を身に付けてもらおうと実施。「朝ごはんを食べる」「ラジオ体操をする」など自分で決めたチャレンジを30日間継続したら応募でき、応募176人の中から30人に新之助とコシヒカリの新米2キロずつの食べ比べセットが当たりました。

当選者には賞品の引換券を発送し、最寄りの本店、支店で引き渡しました。



当選者には新米の食べ比べセットが田中俊夫常務から贈られました(本店)



日本航空で行くハワイ
キャンペーン絶賛募集中



お客様だけのタクシーで巡る
京都3日間



農協観光はJAグループの一員です。
TOUR 株式会社 農協観光

行政視察・地域団体・同級会のご旅行に関して新潟エリアセンター担当者までご相談・お問合せくださいませ。

新潟エリアセンター ☎025-232-7778

〒950-1101 新潟市西区山田2310番地15号 JA全農にいがた県本部第二ビル3F



つながるステーション



シバラジ
RADIO SHIBATA 76.9

株式会社 エフエムしばた

〒957-0053 新潟県新潟市中央区 5-8-47
Tel 0254-23-8800 https://shibaradi769.com

〈 共済課からお知らせ 〉



ライフイベントなどの簡単なアンケートに答えるだけで
豪華賞品が当たるチャンス！



応募はこちら▲

アンケートに答えて当てよう！ 抽選で合計**600**名様に豪華賞品が当たる！

A賞

シャープ
プラズマクラスター
ドレープフロー
ドライヤー



200名様
(各期50名様)

B賞

バルミューダ
バルミューダ
ザ・トースター



200名様
(各期50名様)

C賞

Meta
Quest 3S
128GB



200名様
(各期50名様)

応募期間 令和7年4月1日～令和8年3月31日 応募締切 第3期：令和7年12月31日 第4期：令和8年3月31日

※画像はイメージです。実際の賞品とは異なる場合があります。※賞品のデザイン・仕様・機種等は変更になる場合がありますのであらかじめご了承ください。

さらに
Wチャンス!! デジタルギフトが抽選で合計**100,000**名様にその場で当たる！

JA共済にご加入
いただいている皆さまへ

JA共済アプリのご案内

JA共済アプリにはあなたを守るポイントがたくさん！

契約情報を確認できる シーンごとに保障がわかる もしもの時すぐ連絡できる 災害の時に安心できる



JA共済アプリから **携帯電話番号の登録** を
お願いします！

・大規模な災害が発生すると固定電話が利用できなくなる場合があります。大切なお知らせを、より早く、より確実にお届けするために、携帯電話番号のご登録をお願いいたします。

・JA共済アプリではJA共済IDとして携帯電話番号・メールアドレスをご登録いただけます。

JA共済アプリ
の登録方法
はこちら



今なら!!
安心を、いつでも手元に。
JA共済アプリ **新規登録**
キャンペーン
期間：2025年4月1日(火)～2026年3月31日(火) 実施中!



JAからのお知らせ

JA北新潟グループ年末年始営業時間のお知らせ

各施設におきまして年末年始の休業および営業時間についてご連絡させていただきます。

【休業の施設】

JA事業・施設名	休業日
新発田こったま～や、胎内ふれあい蓬莱館 村上よれっしゃ・こいっちゃん	12/31(水)～1/4(日)
新発田車輛センター、胎内車輛センター	12/27(土)～1/4(日)
かみはやし車輛センター	12/31(水)～1/4(日)
かみはやし燃料センター	12/31(水)～1/2(金)
セルフ新発田、セルフ聖籠、セルフ加治、クローバーなかじょう	1/1(木)
川東給油所、豊浦給油所、紫雲寺給油所	1/1(木)～1/2(金)
菅谷給油所、金塚給油所	12/28(日)、12/31(水)～1/2(金)、1/4(日)
新発田燃料センター	1/1(木)～1/4(日)
村上燃料センター、山北燃料センター	12/31(水)～1/4(日)
新発田ガスセンター	12/31(水)～1/4(日)
(株)ライフサポート事業本部	12/27(土)、12/28(日)、12/31(水)～1/4(日)
農機センター(新発田・胎内・かみはやし・村上・荒川)	12/27(土)～1/4(日)
各支店、共済センター、ローンセンター	12/31(水)～1/4(日)

※直売所3店舗の初売りは1/5(月)になります。

※各グリーンセンター・物流センターの配送は、12/26～1/6まで休業します。

【営業時間変更の施設】

JA事業・施設名	時間変更日	時短営業	通常営業時間
セルフ新発田、セルフ聖籠、 セルフ加治、クローバーなかじょう	12/31(水) 1/2(金)～3(土)	7:00～18:00 8:00～18:00	セルフ新発田・聖籠 7:00～21:00 セルフ加治・Cなかじょう 7:00～20:00
川東給油所、豊浦給油所、 紫雲寺給油所	12/31(水) 1/3(土)	8:00～17:00	7:00～19:00(日曜日8:00～19:00)
菅谷給油所、金塚給油所	1/3(土)	8:00～17:00	8:00～18:00
新発田こったま～や 胎内ふれあい蓬莱館	12/30(火)	9:00～17:00	9:00～18:00 平日9:00～18:00、土日祝9:00～17:00
村上よれっしゃ・こいっちゃん	12/30(火)	8:00～16:00	8:00～17:00(冬季16時まで)
ローンセンター村上店	12/30(火)	9:00～17:00	平日9:00～18:00、(日)9:00～12:00
共済センター村上店	12/30(火)	9:00～15:00	(火)のみ18時まで

※ATMコーナーは、12/31～1/3まで日曜日・祝日と同様の稼働時間となります(各コーナーで稼働時間が異なります)。

※尚、上記のJA施設以外は、通常営業となっております。JAホームページ等をご確認ください。



詳しくは、ホームページに掲載しておりますので、ご確認ください。

(株)ライフサポート北新潟からのお知らせ

北下越地区 接客サービスコンテスト 1位を受賞

接客技術を競う「第4回北下越地区ドライブウェイサービスコンテスト」が10月22日に開催され、セルフ加治スタッフの渡邊吉紀が見事第1位を受賞しました。

これからも、地域の皆様に愛され、安心・快適にご利用いただけるガソリンスタンドを目指し、高い接客サービスを提供してまいります。



優勝した渡邊吉紀
(セルフ加治)



初出場 赤塚秀馬
(豊浦給油所)

遊休資産売却のお知らせ

当組合では遊休不動産を売却いたします。

購入を希望される方は、総務課(TEL0254-26-2600)までご連絡ください。



物件名	所在地	面積㎡		建築年
		土地	建物	
旧川東支店	新発田市石喜180-1	2,931.49	1,198	昭和52年
旧Aコープ紫雲寺跡地	新発田市稲荷岡2098-1	1,273.69	—	—
旧佐々木農機センター	新発田市則清402-7	1,572.46	397.19	昭和38年
亀代購買倉庫	聖籠町亀塚25-1	1,129.47	243.88	昭和55年



BSN「土曜ランチ TV なじラテ 旬のにいがたいただきます」放送
料理研究家 佐藤智香子先生レシピ

今月の一皿
フライパンで蒸すので
おいしさと栄養を逃がさない！
蒸しブロッコリーの卵サラダ



材料 (2〜3人前)

ブロッコリー	1個
塩	小さじ 1/4
にんにくのみじん切り	1片分
水	50ml
海老	6尾
オリーブ油 (お好み)	大さじ 1
ゆで卵	2個
A 粗びき黒こしょう	適量
マヨネーズ	大さじ 2

作り方

- ① ブロッコリーは小房に分ける。
- ② フライパンに塩、にんにく、ブロッコリー、海老、水を入れて蓋をし、中火で4、5分加熱する。
- ③ ゆで卵と一緒に盛り付け、Aを合わせたソースとお好みでオリーブ油をかける。

蒸しブロッコリーにすることで
栄養を逃すことなくとることができます。
海老の他にもハムやツナなど
お好みのものと合わせて！



農業者年金に加入しませんか
農業者年金は、国民年金の上乗せの公的年金です

Point1 農業者なら広く加入できます。

加入要件

- 年間60日以上農業に従事
- 国民年金の第1号被保険者 (保険料納付免除者を除く)
- 20歳以上65歳未満 (60歳以上は、国民年金の任意加入被保険者)

● いつでも、
途中脱退、再加入が
可能!
● 女性やパートの方も
加入できます!

Point2 保険料はいつでも変更可能です。

月額2万円 (35歳未満で政策支援加入の対象とならない方は1万円) から6万7千円の間 (千円単位) で自由に決められます。

Point3 終身年金。80歳前に亡くなられた場合、
遺族に死亡一時金が支給されます。

Point4 税制面で大きな優遇措置があります。

- ① 支払った保険料は、生計を一つにする家族分を含めて全額が社会保険料控除の対象!
- ② 年金資産の運用益は非課税
- ③ 受け取る年金も公的年金等控除の対象
- ④ 死亡一時金は非課税

詳しいお問い合わせは最寄りの各支店へ

ATMコーナー営業時間の一時変更 (短縮) のお知らせ

このたび、ネットワーク機器工事のため、下記日程にてATMコーナーの終了時間を変更 (短縮) いたします。

お客様にはご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願い申し上げます。

店舗・ATMコーナー	休止日・時間 など
かみはやし支店ATMコーナー	令和7年12月22日 (月) 午後5時に終了いたします
村上支店ATMコーナー	令和7年12月24日 (水) 午後5時に終了いたします
舘腰ATMコーナー	令和8年 1月 7日 (水) 午後5時に終了いたします
荒川支店ATMコーナー	令和8年 1月 9日 (金) 午後5時に終了いたします
胎内支店ATMコーナー	令和8年 1月13日 (火) 午後5時に終了いたします
関川支店ATMコーナー	令和8年 1月19日 (月) 午後5時に終了いたします

工事の進行具合により休止時間は前後する場合がございます。

お誕生日ご来店プレゼント

限定特典
JA北新潟
年金受給者様

11月・12月 生まれの当 JA 年金受給者様は、ぜひ「年金振込通帳」をご持参の上、最寄りの支店までご来店をいただき、お声掛けください。「お誕生日プレゼント」を準備して、スタッフ一同皆様のお越しをお待ちしております。

にいがた岩船地区・かみはやし地区合同開催 収穫感謝祭

10月25日(土)かみはやし支店で行われた収穫感謝祭で、女性部岩船地区と女性部かみはやし地区は共同で「紙袋エコバッグ作り」、「シャカシャカおにぎり」の体験コーナーを開きました。紙袋エコバッグは先着35人分が早々に予約で埋まり、シャカシャカおにぎりも先着250人分が、あっという間になくなりました。どちらのコーナーも小さい子どもから大人まで多くの方に体験していただきました。



紙袋エコバッグを作る親子



部員に教わりながら、みなさん真剣です



◀ 青年部の「米粉うどん」コーナー



米粉うどん



女性部の「米粉カレーライス」コーナー

米粉カレーライス



胎内地区 収穫感謝祭

10月26日、胎内支店で収穫感謝祭が行われ、胎内青年部と女性部胎内地区が出店しました。青年部の「やわ肌ねぎ香る米粉うどん」は、たっぷりのネギがとても良いアクセントに。女性部の「米粉カレーライス」は学校給食にも使用されている米粉カレーラーを使っています。雨の中でしたが、たくさんの方が来店し「とてもおいしかった!」と好評でした。

今後も胎内地区では、米粉を使用したメニューをご紹介します、米粉の普及活動に取り組んでいきます。



産地まるごとフェア



村上地域の農畜産物を味わう、産地消費イベント「産地まるごとフェア」を11月9日に村上市の「割烹吉源」で開きました。参加者50人が、村上牛や岩船米コシヒカリ、ネギなどを使った老舗料理店の味を堪能しました。

参加者たちはそれぞれの料理に舌鼓を打ち、村上牛や岩船米コシヒカリ、阿賀北ポークなど管内の特産品が当たる抽選会に盛り上がりを見せるなど、満足度も高いイベントとなりました。JAでは来年度の開催も予定しています。



割烹吉源
吉田昭一郎代表

村上牛生産者
漆間平さん

あいさつする
齋藤松郎会長

インフルエンザは毎年冬に流行し、多くの人が発熱や倦怠感などの症状に悩まされます。今回は、インフルエンザ治療薬をご紹介します。インフルエンザの多くは安静と療養で自然に治る疾患でもありますが、治療薬を使用することで発熱している期間や重症化予防の効果が示されています。特に幼児や基礎疾患がありインフルエンザの重症化リスクが高い患者は、呼吸器症状が強い患者にはインフルエンザ治療薬の投与が推奨されています。治療薬は下表のように分類され、患者の年齢や生活スタイル、好み、症状により使い分けられています。副作用としては、吐き気や下痢、まれに神経症状が報告されています。服用後の体調変化にも注意が必要です。間違った薬の服用から48時間以内に服用することで効果が高まることを示されています。また、患者さんの年齢や持病、妊娠の有無などを考慮し、適切な薬剤を選択する必要があります。医師や薬剤師にご相談ください。インフルエンザは、手洗い



インフルエンザ対策で

元気な冬を!

新潟医療センター 薬剤部

市村 律子

やうがいの励行、マスクの着用、人ごみを避けるなどでの予防することができま。また、ワクチン接種も重症化を防ぐ効果があります。日常生活の中で感染対策を行い、感染症シーズンを乗り切ります。

	内服	吸入	注射
ノイラミナーゼ 阻害薬	オセルタミビル (タミフル・5日間)	ザナミビル (リレンザ・5日間) ラニナミビル (イナビル・5日間)	ペラミビル (ラピアクタ・単回又は反復)
キャップ依存性 エンドヌクレアーゼ 阻害薬	パロキサビル マルボキシル (ゾフルーザ・単回)		



今月は

陶房やまや (村上市山屋796)

鈴木 和弘さん をご紹介



手作りの登窯(のほりがま)

若い頃に築窯した大きな窯

開窯40年となる「陶房やまや」。小さい頃から物作りが好きだった鈴木和弘さんは大学卒業後、日本工芸会正会員の神谷紀雄氏、佐藤公平氏に師事し旧神林村で築窯しました。朝日現代クラフト展をはじめ、その他のクラフト展でも入選されています。作品のベースは益子焼をルーツとしたものを中心に、日常の器の他、オブジェなどを作陶しています。

陶芸の魅力について「土を成形からしてから工程が多く、完成まで急いでも1か月。窯によっても左右され、予想したとおりにならないが、偶然性もあり、それが醍醐味」と話します。

陶芸教室や学校の課外授業、美術の指導など教えることにも時間をかけてきました。鈴木さんの日常を豊かにする作品は道の駅神林(穂波の里)などで販売されています。



もみ殻を焼いた釉薬を使用した優しい色合いの器



11月に開催されたギャラリー集での展示風景



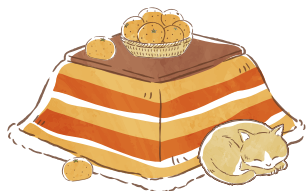
数種の釉を重ねた夜空をイメージした作品



線を重ねたデザインが特徴のオブジェ

JA北新潟の直売所をご紹介!

直売所通信



食べよう北新潟産
JA北新潟直売所カレンダー



各直売所の
イベント情報掲載中!
ぜひご覧ください♪

年末・年始のお買い物はJA北新潟の直売所へどうぞ

★年末大売出し

3店舗(新発田・胎内・村上)合同企画!!

12/29月・12/30火

※3店舗とも12/31(水)は休業させていただきます

1年間の感謝を込めて

当日のお買い物はポイント5倍♪

お買い得品やおススメ商品を販売!!



新発田こったま〜や

12/29(月) 9:00~18:00

12/30(火) 9:00~17:00

胎内ふれあい蓬莱館

12/29(月) 9:00~18:00

12/30(火) 9:00~17:00

村上よれっしゃ・こいっちゃん

12/29(月) 8:00~16:00

12/30(火) 8:00~16:00

★初売り 1/5月



昨年の様子(こったま〜や)

お年玉企画で**ポイント5倍**
&各店おススメの福袋販売!
新年も新鮮で安全・安心な
地場産品をどうぞ(^^) /

新発田こったま〜や

1/5(月) 9:00~18:00

胎内ふれあい蓬莱館

1/5(月) 9:00~18:00

村上よれっしゃ・こいっちゃん

1/5(月) 8:00~16:00

地場産ワンコイン弁当大好評!!



管内の農畜産物を使用した「地場産弁当」を10月25日に岩船・かみはやし地区合同収穫祭とよれっしゃ・こいっちゃん、10月26日に胎内地区2025収穫感謝祭でそれぞれ限定100食を販売しました。

ワンコインでさまざまな味が楽しめ、各地区の特産を使ったお弁当は大好評で、あっという間に完売!

11月23日にはこったま〜や収穫祭でも販売。お弁当は1月号で紹介いたします。



かもめ弁当×よれっしゃ・こいっちゃん



胎内蓬莱お弁当

