

食でつながる 地域のヒカリ

魚沼の^わWA

2025

7月号

Vol.18



JA魚沼WEBサイトは
こちら!!



表紙キッズ
大募集!





一緒に
考えよう!

「お米」のこと



令和の米騒動をきっかけに、テレビやインターネットなどで何が本当かわからなくなる程お米に関する情報が溢れています。これをきっかけに一緒にお米の事を考えましょう！

今後お米の価格は
前のように戻るの？



お米の価格が急激に上がった一因として、需要と供給のバランスが影響していると考えられています。

今後、お米の価格が以前のようになってしまうと…

農家が農業を続けていけない？



他の食品が毎年値上がりしてきたなか、米はずっと値上げせず我慢していた。前の価格に戻ってしまったら生産コストに合わず続けていけない…



せっかく希望の持てる価格になったのに、また前の価格に下がるともう農家を続けられなくなるかもしれない



前のお米の価格が安すぎたことをもっとたくさんの人に知ってもらいたい

消費者が買う側として以前の価格を「適正価格」と思っている反面、年々生産コストが上がる中で農家を続けられる「適正価格」をしっかりと考えていかなくてははいけません。



農家さんありがとう



適正
価格



食べてくれてありがとう



お米は高いから、
お米食べる量減らそうかな…

ちょっと
待った!!



お米の消費量は毎年減り続けています。お米を食べることが農家の増加や応援につながります！

農家減少の要因

- ・消費者の米離れ
 - ・農家の高齢化
- など様々

ごはんを食べなくなると作る人もいなくなっちゃうんだね…



お米を食べる人が少ないなら、農業続けてもな…



消費者がお米を食べなくなると、需要がないから辞めていく農家さんもあると思う



ずっとお米の消費量は減り続けている。今後も食べなければ農家になる人もいなくなる



日本総合研究所の「米穀流通2040ビジョン」によると、農家の減少により、このままでは2030年代には国内需要量を国産だけでは賄いきれなくなる可能性もあるとされています。



じゃあ、どうしたらいいの？
私たちができることは？



今日からやろう！ こんなこと！



① 日本のお米をたくさん食べること！
食事のたびにお米を選ぶ選択を。



お米を作っている人に感謝することも大事だね！



② 農家が農業を続けていける「適正価格」を理解すること！



③ いろんな情報を調べてみよう！

新聞などにも「生産者と消費者がお互いに理解し合う「相互理解」の重要性」が取り上げられています！



※日本農業新聞 R7.6.19~21掲載

農家への理解と応援につながる！ ➡ 日本の農業が元気になる！

農業の課題

農家の高齢化・担い手不足

生産コスト高騰

水田維持管理・鳥獣害被害対策

J Aは、さまざまな農業の課題解決に向けて農家に寄り添いサポートします!!



目指せ！
農家の
所得向上



鳥獣害
対策支援にも
取り組んで
います



農業者
応援事業で
機械購入も
サポート！



スマート農業実演会



稲作指導会を各地で実施



次世代に食農の
大切さを伝えています！



農家のお米を各地で販売！

J Aは農家と消費者をつなぎます！

お米を選ぶことは、その産地にエールを送り、未来に「食」の安心をつなげていくことです。様々な情報をもとに自分で考えてお米を選び、毎日食べることが、農業の明るい未来につながります！

JA魚沼の2つの直売所を紹介!!

直売所 ナビ



四季彩館ベジぱーく

旬の農産物 トウモロコシ

焼いたり、茹でたり、夏に欠かせない野菜!糖度が高く、シャキッとした粒はこの時期にしか味わえない美味しさ!



今月のイチオシ米粉パン

オレンジの爽やかさとクリームチーズがモチモチなパンと相性抜群!!

7月限定特別価格!!

オレンジフロマージュ

通常 220円

200円



告知!! 7/26(土)・27(日)

ベジぱーく感謝祭

旬の野菜が大特価!お楽しみ抽選会、スイカ重さ当てクイズなどなど...



皆さまのご来場を心よりお待ちしております!

7月直売所イベント!

7/20(日)~27(日)

すいか重さ当てクイズ

スイカの重さを予想して、ピッタリ賞をねらおう! 正解発表は、7/28(月)



ベジぱーく情報

LINE公式アカウント登録で、毎月お得なクーポンが届く♪



店舗情報

住所・TEL

〒948-0056

新潟県十日町市高田町六丁目645番地1

TEL 025-757-1549

営業時間

直売所 9:30~18:00

米かりー 10:00~16:00

(5月~11月)定休日なし

(12月~4月)水曜日

※年末年始は臨時休業あり

定休日

ひやくさいか

うおぬま百菜花ん

旬の農産物 エダマメ

旬のエダマメは甘みが濃く、冷えたビールと相性最高!手が止まらない旨さ!



スタッフのイチオシ品!

緑が濃く、大きくて皮はツヤツヤ☆油との相性抜群◎焼いたり、揚げたりして食べるのがおすすめです!

ズッキーニ



イベント情報



7/26(土)・27(日)

スイカまつり開催!!

スイカの試食&店頭販売!!冷たくて瑞々しい、甘〜いスイカはいかがですか?



サービスデー

Aコープマークの日

毎月第2火曜日は、Aコープマークの日

Aコープマーク商品が **10%OFF!**



店舗情報

住所・TEL

〒946-0024

新潟県魚沼市中原260-3

TEL 025-792-7066

営業時間

9:00~17:00

年末年始(12月31日~1月3日)

(5月~10月)定休日なし

(11月~4月)水曜日

定休日

読者の声

カラーで見やすく、毎号とても楽しみにしています。職員さんの顔が見えるのも親しみが湧いていいですね。お気に入り「見てがっしやい広場」のコーナーです!(津南:50代男性)

編集部

毎号楽しみにして下さりありがとうございます!来月号からは新しく読者の皆さんの“ペット紹介”のコーナーも始まりますので、どうぞ楽しみに!

12

2025.7

ねぎとレモンの相性が良く、
さっぱり仕上がります



シャキッと爽やか!レモンが香る簡単サラダ

ねぎ塩チキンと豆腐のさっぱりサラダ

作り方

- ① ねぎは5cmの長さに切り、水に5分ほどさらして水気を切る。太い部分は縦に細く切る。
- ② サラダチキンは手で細く裂く。レモンは果汁を絞り、皮は細く千切りにする。

時短 Point レモン果汁100%の代用OK!

- ③ ボウルにオリーブオイル・鶏ガラスープの素・レモン果汁を混ぜ、ねぎ・崩した豆腐・レモンの皮を加える。
- ④ 最後にサラダチキンを加えてあえ、器に盛り、黒コショウをふって完成!

材料 (2人前)

ねぎ …… 2本 (約50g) 【調味料】
木綿豆腐 …… 1/3丁 オリーブオイル …… 大さじ1
サラダチキン …… 60g 鶏ガラスープの素 …… 小さじ1
レモン …… 1/3個 黒コショウ …… 適量

赤しそ&梅の炭酸クラッシュソーダ

材料 (2人前)

赤しそジュース …… 200ml ゼラチン …… 10g (各ジュースに5gずつ)
梅ジュース …… 200ml サイダー …… 300ml
氷 …… 適量

作り方

- ① ゼリーを作る
ゼラチン5gずつを水でふやかし、赤しそジュースと梅ジュースにそれぞれ加える。
沸騰させずに加熱し、しっかり溶かしたら冷蔵庫で冷やして固める。
- ② 氷をクラッシュする
氷を袋に入れ、麺棒などでたたいて細かく砕く。
- ③ ゼリーを崩す
固まったゼリーをスプーンでざっくり崩すか、包丁で角切りにする。
- ④ 盛り付け
器に赤しそゼリー・梅ゼリーを盛り、②をのせる。
仕上げにサイダーを注いで出来上がり!

夏のひんやりデザート



シュワッと爽やか!
見た目も涼しい夏スイーツ