



いっぱい  
おいしいものを食べて、  
スクスク育ってね

### 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** 農業DX  
デジタル化で農業を新時代へ!

02 今月のぎゅっ人	10 お知らせ
06 ぎゅっとピ!	11 けいじばん・脳トレ! クロスワード
08 ぐるっとえちご中越 いちい支店	12 ぎゅっとKitchen

### 七五三の一幕

七五三に秋の味覚を盛り込みました。紅葉と銀杏が色づく中、3姉弟がきのこの傘、柿の巾着、長ネギの破魔矢を持ち記念撮影をしています。しいたけのためぎ3姉弟も様子を見に駆けつけました。



# 農業DX



## DXとは

デジタル技術を駆使して事業やサービスの変革、業務効率化を目指すデジタルトランスフォーメーション(DX)。人手不足が深刻化する農業・農村やJA事業でも、DXを模索する動きが活発化しています。

「令和の米騒動」とも呼ばれる、米の品薄状態が世間を騒がせた今年8月。お米をいつでも食べられるという「当たり前の幸せ」を再認識した人も多いのではないのでしょうか？ 私たちの「食」を支える「農業」は、近年さまざまな課題に直面しています。持続可能な地域農業の実現と、安心な食卓のため、JAえちご中越は今、挑戦しています。

地域農業の課題をデジタル技術で解決すべく、JA営農経済部では令和6年2月に「DX推進チーム」を立ち上げました。職員のデジタル技術習得と地域への展開のために、営農経済部の有志が集結。JAが蓄積してきたデータと組み合わせ、農業者へ提供できるよう、実証試験に奮闘しています。

## JAえちご中越 DX推進チーム発足！

- ### 〈地域農業が抱える課題〉
- 1 高齢化**  
県内では、基幹的農業従事者(2020年時点の内、65歳以上を占める割合が75%以上)を記録。  
(2020年農林業センサスより)
  - 2 担い手不足**  
高齢化などを理由とした離農が急速に進み、農地の受け手が不足。特に、未来の農業を支える若年層で、就農者の不足が続いています。
  - 3 異常気象**  
異常気象による高温や渇水の影響を受け、品質を大きく落とす年も…

私たちは、  
**農作業の省力化・負担軽減**

**品質や収量、生産性の向上**  
を目指します！



農政企画課 長谷川貴宏 係長

園芸特産課 田辺甚一郎

農政企画課 丸田凌

リーダー  
農政企画課 山本雄一郎 係長



DXに積極的な農家と共に、デジタル技術を活用した営農指導の確立に取り組む。

デジタル技術の活用方法を検討。月に1度定例会議を行い、進捗状況を報告、協議。



# 今月のぎゅっ人と

Vol.20



## Profile

柏崎市新道 新道柿栽培組合 組合長

鴨下 純二さん(77歳)

おけさ柿 75畝を栽培。

趣味:奥様と蕎麦屋めぐり(県内外問わず)

## 馴染みある柿の味を次世代へ伝えたい

柏崎市新道の風牧山に広がる柿畑で、たわに実る柿に顔をほころばせるのは、新道柿栽培組合の組合長 鴨下純二さん。地域の柿畑を代々引き継ぎながら、特産の「新道柿」づくりに励み、産地を支えてきました。新道柿とは、新道集落で栽培する「おけさ柿」のこと。今年は、夏場の肥大期に十分な日照量と適度な降雨があり、色づきが良く大玉に生育しました。組合では収穫後、県内でも珍しいアルコール脱渋で、実が柔らかく甘みが強い柿に仕上げます。「柿畑は斜面で機械導入が難しい。手作業ばかりで大変だが、おいしかったと声をかけてもらうと励みになる」と話します。シーズンが近づくと、新道柿ファン達が出荷時期を確認するため作業所に立ち寄り、贈り物の受注の電話が鳴りはじめます。市内小学校の給食に柿を提供したり、収穫体験を受け入れたり、次世代に伝統の味を伝える活動も積極的に取り組めます。おすすめの食べ方を聞くと「やっぱりそのままが一番！柔らかくなった柿は、シャーベットにすると丸ごと食べられておいしいよ」と教えてくれました。

NEXT PAGE 私たちの取り組みを紹介します！



取り組みその① 省力化・生産性向上

ザルビオフィールドマネージャー

水田で実証中！

自動更新の衛星画像データから、圃場の状況をリアルタイムで解析し、地図データに変換できます。施肥や収穫など、さまざまな作業のタイミングをお知らせしてくれるので、稲作の心強い味方です！圃場の見回り回数を減らすことができ、省力化につながります。

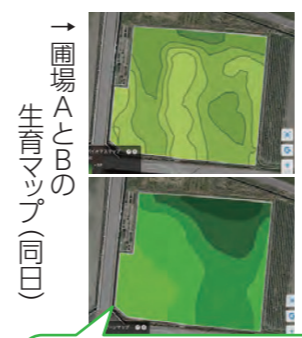
スマホでラクラク確認♪  
生育予測で安心

今までは…

圃場が広範囲だと見回りの移動だけで大変…

これなら！

スマートフォンやタブレット端末を使って稲の生育状況を確認できるので、遠い圃場もラクラク！病害リスクは予測してお知らせしてくれるから安心。



圃場AとBの生育マップ(同日)  
生育の違いが一目瞭然！色の濃淡で葉色の違いを表しています

作業適期の通知で  
ベストなタイミングで作業

今までは…

施肥や収穫など、主要な作業のタイミングは自ら判断。圃場や稲の状態、天気予報の確認には長年の経験が欠かせませんでした。

これなら！

作業適期はA-が予測し、お知らせ！蓄積したデータや天候から予測し、施肥や収穫のベストなタイミングを教えてくださいます。

経験の浅い  
若手農家でも  
安心！



取り組みその② コスト削減

集出荷システム

今冬、果実出荷に稼働試験を実施！

事務作業を大幅時短

紙の伝票を使用している市場への出荷報告をデジタル化！手書き作業がなくなり、集出荷作業の負担軽減に！

今までは…

出荷されてから市場に報告をするまで、規格ごとに箱を数えたり、伝票を記入したりという作業があり、人手も時間もかかっていた。

これなら！

出荷後に、箱のQRコードを読み込んで送信するだけ。人手と時間を大幅に削減！



出荷先連絡完了までの時間が短縮できるから、物流課題の改善にも貢献！

取り組みその③ スマート農業

導入コストをサポート！

地域農業応援積立金事業

デジタル技術の良さが分かっていても、導入するにはコストがかかる…そんなお悩みをJAがサポートします！

スマート農業  
導入支援事業

ロボット・AI・ICT等の技術を活用して、省力化、高品質生産を図るスマート農業技術の導入費用の一部を助成します。

園芸品目生産  
拡大支援事業

園芸品目の生産拡大や、新たに取り組む農業者でJAを通じた出荷が見込める農業者に対し、その取り組みに必要な機械・設備導入費用の一部を助成します。

生育ムラの可視化で  
収量・収益性もアップ

同じ圃場の中でも、地力や日照の差などの違いで、稲の生育にムラができてしまうことが…

ザルビオは生育状況を可視化し、施肥量を適正にできるので、生育の均一化が可能に！肥料使用量の削減にもつながり、コストダウンをサポート！

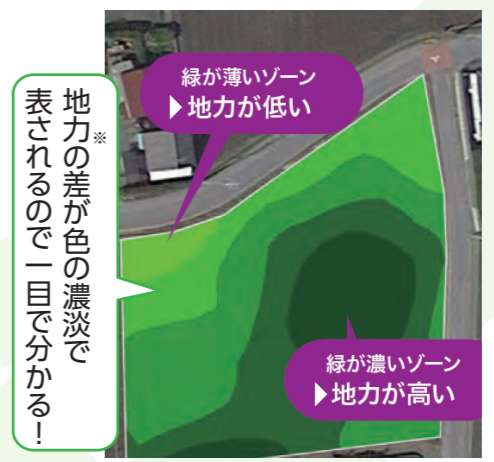


夏に穂肥の様子  
従来より施肥量を30%削減も！

今までは…

圃場毎に生育状況を確認し、施肥量を計算していた。均一に撒いてしまうと、過剰生育につながることも…

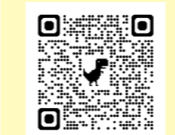
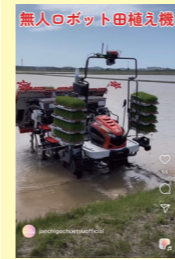
これなら！



緑が濃いゾーン▶地力が高い  
緑が薄いゾーン▶地力が低い  
地力の差が色の濃淡で表されるので一目で分かる！

※地力：土地が持っている作物を育てる力のこと

生育の傾向を、過去15年分の衛星データからAIが自動で分析し、地力を推定した「地力マップ」で圃場内の生育ムラを確認できます。施肥量も自動計算！「ここは多く、ここは少なく」と施肥量が明確に分かるので、コントロールしやすくなります。



Instagramでは「無人ロボット田植え機」を紹介しています。チェックしてね！

JAは、新たなデジタル技術が次々と誕生していく中で、生産者や現場にとって何が最適か引き続き慎重に検証を重ねてまいります。まずは生産者にデジタル技術の考えやDXが浸透するよう説明やPRを行っていき、農業の明るい未来へ向けて協力しながら取り組んでまいります。



農政企画課 山本 雄一郎 係長



利用者の声を聞いてみた

長岡市高野町  
ナカムラ農産株式会社  
代表取締役  
中村 文和さん(55)  
栽培内容:米、枝豆、里芋、とうもろこしなど  
合計栽培面積:63.3ha  
ザルビオフィールドマネージャーを使用



生育ムラを均一にすることを目的に、今年から本格的にザルビオを導入しました。可変施肥した圃場は、していない圃場に比べて生育ムラがなくなりました。施肥量を自動調整してくれて、ザルビオと連携したドローンが自動散布してくれたので、作業時間の短縮ができたし、体が楽でした。使いこなせればすごい。今後も活用していきたいです。

地域農業応援積立金事業の概要

- 令和7年度受付期間: 第1次受付 令和7年2月3日～令和7年3月31日  
第2次受付 令和7年9月1日～令和7年10月31日
- 助成額: 事業費(税抜)の4/10以内、限度額100万円
- 対象者: ①JAえちご中越管内の農業者(個人・法人)  
②JAえちご中越管内の農業者で構成する組織
- その他: ①原則、事前着工したものは対象外  
②本事業における助成は、実施期間中1事業者につき1回とする
- 問合せ: 最寄りの営農センター、農機センターまで



全体

### 実りの秋だ! 管内各小学校で稲刈り授業

9、10月に管内各地の小学校で学校田の稲刈りが行われました。各校の総合的な学習の時間の一環で、地元生産者やJAなどが指導、サポート役を務めています。

秋晴れの空の下、一生懸命に手刈りに挑戦した児童たちは「ザクザクとする感触が気持ちよかった」「苦労した分食べるのが楽しみ!早く食べたい」など笑顔で体験をふり返りました。



10/1 長岡市立越路西小学校 5年生



10/1 長岡市立豊田小学校 5年生



9/24 長岡市立黒条小学校 5年生

# 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します。

全体

### 品質のV字回復達成! えちご中越米現況報告会

JAは10月8日、長岡市で「えちご中越米現況報告会」を開きました。消費者に試食や検査の実演を通して、えちご中越米の品質を確かめてもらうことが目的です。

昨年の猛暑による品質低下を受け、JAでは水管理、追肥をはじめとする基本技術の励行など生産者と一体となり取り組んできました。

生産者の努力が結実し、10月15日現在の「コシヒカリ」の1等米比率は約82.5%と品質のV字回復を果たしました。試食した参加者は、「今年も良いお米だ」「粒立ちが良くおいしく感じる」と意見を交わしました。



試食で食味や品質を確かめる参加者

さんとう地区

### プロジェクト8年目 自然栽培米コシヒカリ品質に期待



泥に足を取られながら手刈りする岩塚製菓の1年目職員

長岡市の岩塚製菓(株)と地元農業法人の(有)ファームリンクル、JAが協力して行う「自然栽培米プロジェクト」が10月2日、岩田地区の棚田「天神谷」で8年目の稲刈りを行いました。

3団体の関係者が半分を手刈り。昨年は異常気象に負けず、一等米比率93%を記録しました。今年も品質に期待がかかります。岩塚製菓がHPや直売所などで販売します。

全体

### 収穫体験ツアー初開催



シャインマスカットの収穫を楽しむ参加者

JA旅行センターは10月6日、「秋の欲張りバスツアー」を開催しました。長岡市や柏崎市などから38人が参加。今回は、三条市や見附市を巡り、選果場の見学、シャインマスカットやニラの収穫体験など一日を通して食と農に触れるツアーとなりました。

参加者は「シャインマスカットを楽しみに参加した。選果など果実について知ることができ、良い経験となった」と話しました。

なんかん地区

### 椅子に座って「茶道体験」 女性部なんかん地域



お茶を立てる体験の様子

JA女性部なんかん地域中之島支部は9月27日、長岡市中之島文化センターで「茶道教室」を行いました。部員8人が参加し、講師にひまわり茶道倶楽部の佐野寿男先生を招き、茶席をテーブルで行う「立礼」で茶道を体験しました。

参加者は椅子に座って、お茶の飲み方やお菓子の食べ方などを学びました。その後お茶を立てる体験もし、充実感に溢れた表情を見せました。

柏崎地区

### 秋の味覚! さつまいも収穫体験



ベニアズマを掘り起こすJA女性部員と園児ら

JA女性部柏崎地域高田支部は10月9日、柏崎市新道の畑で高田保育園の年中・年長児21人とさつまいもを収穫しました。子ども達への食育活動として毎年行っていて、高田プラザ店も支店協同活動の一環で協力しています。

収穫するのは4月末に100本の苗を植えた「ベニアズマ」。周りの土を取り除きながら、芋が折れないように慎重に掘り起こしました。園児らは顔より大きなさつまいもに驚いていました。

なんかん地区

### 食べるお守り「難関突破米」を祈禱



難関突破米をPRする役職員ら

JAは10月1日、加茂市の青海神社で「難関突破米」のご祈禱を受けました。

難関突破米は、なんかん地区産の特別栽培米「コシヒカリ」(1等)を通常より大きな2<sup>号</sup>のふるい目で選別し、落ちなかった縁起の良いお米です。

JA経営管理委員会の押野見浅一なんかん地区委員長は「受験生の皆さんには突破米を食べて、受験という難関を突破してほしい」と話しました。



## エリア内の JA 施設



いちい支店



ローンセンター 三条店



旅行センター



あぐりセンターいちい店

### 支店周辺施設

- ▶ ただいまーと
- ▶ なんかん南農機センター

国道8号線沿いの支店周辺には様々なJA施設が集まっており、利便性に優れたエリアです。



## 03/ 株式会社 諏訪田製作所

つめ切りで有名な諏訪田製作所。世界トップレベルの金属加工現場を間近で見学でき、職人の想いが込められた「ものづくり」を全身で感じられます。施設内には社員食堂やカフェも併設されており、職人と同じメニューを食べることができますよ！

- 住** 三条市高安寺1332番地
- Tel** 0256-45-6111
- 営** 「工場見学」火曜日～土曜日  
午前 10:10～12:10 午後 13:00～17:00  
(休憩時間 12:10～13:00、15:00～15:10)
- 休** 月曜日、日曜祝日、年末年始、4/1

### 【SUWADAショクドウRESTAURANT CUIQUIRIT】

- 営** 12:30～14:00(ラストオーダー) (\*限定数に達し次第終了)  
火曜日～日曜日・祝日(日曜・祝日のみ11:30～14:00)
- 休** 月曜日、年末年始、4/1

### 【CAFE Smiths'】

- 営** 10:00～17:00  
(軽食提供時間10:00～16:00)
- 休** 年末年始、4/1

### 【SHOP】

- 営** 10:00～17:30
- 休** 年末年始、4/1



融資担当 梅田 竜大

施設内には  
つめ切りなどが買える  
ショップも



## 04/ 石動神社

三條市  
指定文化財



営業担当 木村 優花

地元吉野屋地区では医薬の神「権現様」の名で親しまれる神社です。およそ400段の石段を上った標高約100mの山頂に位置する拝殿では、幕末に活躍した彫り物の名工「石川雲蝶」の彫刻作品の数々を鑑賞することができます。



- 住** 三条市吉野屋甲262
- 営** 拝殿内公開/土、日曜日、祝祭日  
(当面の間、毎月1日、13日、  
毎週水曜日にも公開しています)
- ※ 欄間彫刻と天井絵以外は外から見学可能
- ※ 駐車場は神社から徒歩5分の吉野屋フォーラム(三条市吉野屋1290)をご利用ください。



いちいカントリー上空からの田園風景



農業、工業、自然と様々な文化が集まるいちい地区の魅力を紹介します！

いちい支店 支店長  
中条 秀一

三条市の南部に位置するいちい地区。管内でもトップクラスに農業が盛んで、平地では広大な田園風景や大豆畑が広がります。中心部には北陸自動車道が通り、栄SIC付近では近年、工業団地が发展を続けています。

## 01/ しらさぎ森林公園

公園に足を踏み入れると目の前に広がるのは広大な芝生広場。子どもたちは「早く遊びたい!!!」と心躍ること間違いなし!バーベキューもできるので家族でレジャーを楽しめます。毎年6月中旬頃には2万株もの花菖蒲が園内を彩る「花菖蒲まつり」が開催されます。

- 住** 三条市矢田727番地
- Tel** 0256-34-5717(三条市役所建設課)  
※12月下旬から3月下旬までは冬季閉園。



四季折々の  
草花を楽しめます!



共済担当 安達 倫也

## 02/ 割烹食堂 福泉

ふくいずみ

老若男女から愛される老舗割烹食堂。和洋中の豊富なメニューは、どれもが丁寧に仕上げた自慢の一品です。地元なんかん産「コシヒカリ」など、地場産食材もふんだんに使用。大人気の生姜焼き定食のお肉は、分厚いながらも柔らかくジューシーで食べ応え抜群です!!

- 住** 三条市一ツ屋敷新田748-1
- 営** 11:45～15:00/17:30～21:00  
(第1・第3火曜のみ11:30～15:00 / 17:30～21:00)
- Tel** 0256-45-3364
- 休** 月曜日 詳細はHPをご覧ください➡



ただいまーとでも  
福泉さんのお弁当を  
販売中です☺



貯金担当 佐野 菜美子



## JAに新しいお友だちが誕生したよ!

JAえちご中越公式キャラクター

# 『ワンジャ』 2024.10.21 デビュー!



### プロフィール

- なまえ ワンジャ
- ねんれい 永遠のこども
- たんじょうび 8月8日 (おこめの日)
- おおきさ 88cm/8.8kg
- おしごと JAえちご中越ワンジャーランドの案内犬
- 好きな言葉 豊作
- 特技 おかわり

はじめまして  
ワンジャじゃ



ワンジャってなんジャ?!  
詳しくは広報誌12月号でご紹介!お楽しみに!

けいじばん

## 今月のテーマ

### 七五三の思い出

#### ● お手製尽くし

二人の娘を母がお手製の髪飾りや小物を用意してくれて、私と娘達の着付け、髪結いまで...素人なのにそれなりに出来て七五三の写真が撮りました♡91歳になった母と今でも頑張りたよねって笑っています。(匿名希望)

#### ● おたふく風邪で...

私が5歳の七五三のとき、おたふく風邪にかかり、当日はもう写真や着付けの予約もキャンセル出来ず、熱を出し顔が赤くはれたままの写真が残っています(笑)早く終わらないうかなと思っただけの記憶があります。(H.N様)

#### ● デジオカメラ故障

今から20年以上も前、子ども2人の七五三、スタジオで衣装を着せてもらい撮影後、いざ神社へ参拝という時にデジオカメラを落として壊してしまい写真しか残っていません。今ならスマホで動画もサクッと撮れるのですが、そんな残念な思い出



#### ● しかめっ面

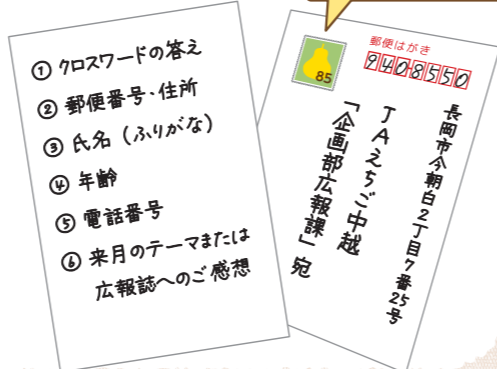
娘が7歳の七五三をするため美容院で髪を切ってもらったり、お化粧や着付けもしてもらったのですが、お化粧と髪形が気に入らなかつたようでニコリともしないブスツとした写真となり、今でもその顔が思い出されます。(M.H様)

#### ● 写真がない!?

七五三の思い出は...写真がないこと着物を着た自分の写真がないって、どうしようもないよね!って思いました。(O.N様)

探せばどこかにあるかも!?

10月1日より  
85円になりました



## おたより大募集!

来月のテーマ

あなたの「今年の漢字」は?  
(理由も教えてください)

締切 11月27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 あなたの「今年の漢字」は? 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、広報誌にてご紹介する場合がございます。匿名ご希望の方は「匿名希望」とお書きください。※いただいた個人情報は製品発送の目的のみに使用いたします。

## 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!!

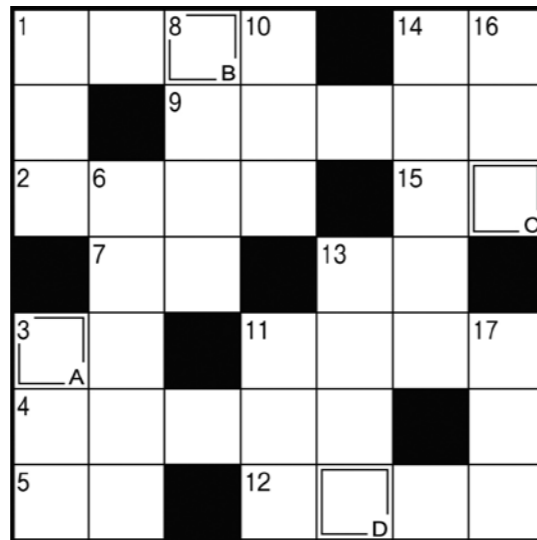
賞品の発送は令和6年12月中旬を予定しております。  
当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

### ヨコのカギ

- 11月23日は勤労――の日。国民の祝日です
- 灰皿にたまります
- 「――の精神」はモンテスキューの著書です
- 広島県の紅葉の名所のひとつ。世界遺産の神社があります
- 焼き鳥を食べると残るもの
- 金融――、――髪
- そば屋や居酒屋の入口にかけられていることも
- ギンナンがなる木
- 「九里よりうまい十三里」と売りに来るもの
- 茶わんと反対の手で持ちます
- 3の3――は9です
- クリの実を守るトゲトゲ

### タテのカギ

- 「鳥」より一画少ない鳥
- ――園に子どもを迎えに行った
- お父さんぞっくり! まるで――ね
- 料理店のメニュー表をこう呼ぶことも
- 美空ひばりのヒット曲。「柔」と書きます
- 患者を診ます
- 頭にキュッと締めるもの
- ジャガイモのことです
- ――応報、身から出たさびだね
- 漢字で書くと雲母。きららともいう鉱物です



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



先月号の  
答え

答 スポーツノヒ

## JAえちご中越 1日人間ドックについて



- (1)助成額/6,000円
- (2)対象者/JAえちご中越 組合員またはその家族(1世帯2名まで)
- (3)受診期間/令和7年4月~12月末まで

地区	ながおか地区	さんとう地区	なんかん地区	柏崎地区
利用施設	長岡中央総合病院			柏崎総合医療センター
			新潟県労働衛生医学協会(5施設)	小千谷総合病院
施設数	1施設	1施設	6施設	3施設

令和7年度人間ドック募集に関する詳細は、各地区にて1または2月配付予定の募集チラシをご確認ください。(申込み募集は2月中旬より各地区にて開始します)

この件に関してのお問合せは下記へご連絡ください

- ながおか地区 総務部組織福祉課(0258-35-1304)
- なんかん地区 なんかん地区センター(0256-46-8840)
- さんとう地区 さんとう地区センター(0258-41-2880)
- 柏崎地区 柏崎地区センター(0257-21-1000)



ぎゅっと

# Kitchen



材料 4人分

- ブロッコリー 1房
- 白身魚 4切れ
- タマネギ 1個
- コーン(缶詰) 1缶
- 水 200cc
- 豆乳 400cc
- 米粉(薄力粉) 適量
- ごま油 大さじ1
- 中華スープの素 小さじ4
- 塩 適量



作り方

- (1) 白身魚に塩(分量外)を振る。10分おき、水分をキッチンペーパーで拭き取る。米粉(または薄力粉)を薄くはたく。ブロッコリーは一口大に、タマネギはくし形に切る。
- (2) 鍋にごま油を熱し、白身魚をこんがり焼いて取り出す。同じ鍋でタマネギを軽く炒め、水を切ったコーンを加える。水200ccを入れて沸騰したら、ブロッコリーを加える。ブロッコリーが鮮やかな緑になったら火を止め、中華スープの素を加えて溶かす。
- (3) 豆乳を加えて沸騰手前まで温める。白身魚を戻す。
- (4) 塩で味を調べて出来上がり。

身体がほっこりあったまる♪

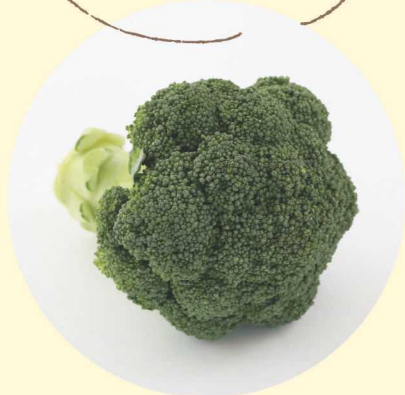
## ブロッコリーと白身魚の中華風豆乳スープ



### ワンポイント

豆乳は沸騰させると分離するので、煮立てないように気をつけてください。

ブロッコリーの  
はなし



**【ブロッコリー】** 管内では露地栽培とハウス栽培で10~12月に旬を迎えます。特に冬は、寒くなるにつれて甘みが増すとされています。

**【選び方】** 濃い緑色で、蕾が密集していて硬く引き締まっているもの。花蕾の形がこんもりとしていて、中央部が盛り上がっているもの。切り口が瑞々しいほど新鮮です。

**【保存方法】** 濡らしたキッチンペーパーで包み、ポリ袋に入れて立てて冷蔵保存します。3~4日で使い切りましょう。

JAえちご中越

vol.22

広報 **ぎゅっと中越**

発行日:2024年11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

すっかり秋も深まり、過ごしやすくなりました。私はもっぱら「スポーツの秋」でプロ野球の日本シリーズに熱中しています。「食欲の秋」も欠かせません。新米、焼き芋、果物、楽しみがたくさん!(\*^o^\*)皆さんはこの秋、どう過ごしますか? (編集員:吉田)