

JAやまがた 9

2017

山形市・上山市
山辺町・中山町

広報誌 JAやまがた 2017/9月号 発行/山形農業協同組合 〒990-8535 山形市赤松町1-12-35 TEL.023-641-3121 FAX.023-631-4714 http://www.jayamagata.or.jp/



02 特集 JAの未来

時代に合わせて変化する、 広域ぶどう部会の未来

08 農業情報

12 旬の料理 かぼちゃ入り揚げトースト



JAやまがた
公式
Facebook

食べるとサクモチッと楽しい食感
ホクホクした甘いかぼちゃと
ピータン・干しエビの組み合わせは
おかずにも、お酒のおつまみにも



かぼちゃ入り揚げトースト

●材料 (4個分)
かぼちゃ… 200g
サンドイッチ用パン… 4枚
ピータン… 1個、干しエビ… 10g
白ごま… 適量
塩… 2つまみ
コンデンスミルク… 大さじ2
片栗粉… 適量
接着用のり (混ぜ合わせる)
薄力粉… 大さじ2
水… 大さじ2

ワンポイントアドバイス

ピータンと干しエビの代わりに、お菓子風にドライフルーツと餡の組み合わせも甘くて美味しいですよ。



寒河江武志 / 『熱烈中華 〇武』 / こだわりの国産食材、米沢豚や庄内豚、つや姫、県内産の野菜を中心に使って本格中華を提供。陳麻婆豆腐は、四川豆板醤と山椒が効いた逸品。昼はお得なランチ、夜は宴会コースもご用意。/ 上山市金生東2-17-27。TEL.023-673-2650、営業時間 11:30~14:00、17:30~20:30。月曜定休。



1 かぼちゃの種と皮をむき、一口大に切り、柔らかくなるまで蒸します。蒸し上がったらかく潰します。

2 ピータンは、殻をむき水で洗って切る。干しエビを刻む。塩・コンデンスミルクと一緒にかぼちゃに混ぜ合わせ、冷蔵庫で2~3分休ませる。



3 パンを半分の薄さに伸ばし、片面に片栗粉を塗る。混ぜたかぼちゃを巻く。巻き終わりに接着用のりを塗って留める。



4 両端にかぼちゃを足し平らにし、白ごまを付ける。中火で揚げる (中は火が通っている、表面がきつね色になる程度)。



読書の
スズメ
新しい発見を
あなたに



購読申し込み
経済課 TEL.023-624-8567

からだに効く 和の薬膳便利帳

武 鈴子 著
定価 (税込) 1,728円
食べて健康になる一家に一冊の薬膳事典。食材の性質を理解し、効率良く摂取することで、その効果を実感することができる。37の症状に効く食材とメニューを紹介。さらに114種類の食材の効能と食べ方がよくわかる。



炊飯器で超かんたん ふんわり米粉パン

多森サクミ 著
定価 (税込) 1,512円
炊飯器で作れる、話題の食材「米粉」を使った、パンのレシピ。簡単、短時間でつくれるうえに、いままでないもちり感を味わえる。



特集 JAの未来

時代に合わせて変化する、 広域ぶどう部会の未来

JAやまがたの夏果実（ぶどう、もも、すもも）の平成29年度販売計画目標11億9,560万円の約8割がぶどうの販売計画で占められています。消費者に信頼される産地として、高品質果実の安定生産を目指す広域ぶどう部会。今回は広域ぶどう部会の部会長、今野智夫さんと園芸販売課のぶどう担当、石沢泰主任にお話を伺ってきました。

一元販売による有利販売で 知名度アップ

——広域ぶどう部会の概要を教えてください。

石沢 平成9年、広域合併した時に設立しました。部会員は約360名です。部会としての主力はデラウェアで出荷の9割を占めています。

——設立から20年が経過しましたが、部会に変化はありますか。

今野 やはり、生産者の年齢でしょうか。例えば、私の地元、本沢地区のぶどう生産者の平均年齢は約68歳です。高齢化とともに後継者が不足しています。

石沢 部会員が減ってきていますので出荷量も減少傾向です。そこで、各地区の選果場ごとに出荷していたのを、一元販売にする取り組みを行っています。ぶどうは3年前から始めました。JAやまがたとしてのロットの拡大に努めています。

——一元販売のメリットはどのようなところですか。

石沢 有利販売ができることです。まとまった量が出荷できることで、大手量販店 市場の注文に応えられます。市場との交渉力も強くなります。

今野 JAやまがたのデラウェアという名前を残していくには、出荷量が必要です。出荷量が多く集まらな

いと売り場の確保が難しくなります。品質・規格の統一をJA全体で取り組み、どこの選果場からも同じ品質のものが出荷されることを目指しています。昨年から広域の目ざろえ会も実施しています。

シャインマスカットは ぶどう農家の大きな転機

——大粒系のぶどうについてはどうですか。若い世代の方も意欲的に生産されている印象ですが。

今野 10年ほど前から、シャインマスカットの生産が普及し、特性が消費者に非常に評判が良かったことが影響し、今まで、デラウェア一辺倒だったぶどう農家も大粒系のぶどうに取り組む方が増えました。シャインマスカットの知名度、人気は素晴らしいものがあります。皮ごとサクサクと食べられ、実が引き締まっていることから、日本全国で人気が出ました。

おいしさ直売所が 生産意欲向上に

今野 もう一つ、大粒系のぶどうに取り組む農家が増えた理由は、JAの直売所ができたことも大きかったのではないのでしょうか。直売所で売れるものをということで若い方をはじめ、大粒系に挑戦された方も多いと思います。直売所という売り場ができ、販売先が安定してきたことが大粒系への志向が増えてきた要因ではないでしょうか。JAの直売所がその手助けとなっていると思います。

特産品デラウェアは 有望品種



——では、部会としても大粒系の生産を増やしていく予定ですか。

今野 いえ。部会としての特産品はあくまでデラウェアです。県外の産地、山梨県や長野県もデラウェアからシャインマスカットに切り替える生産者が多いようですが、デラウェアの消費量は昔と変わりがありません。今より有望品種になる可能性があります。

会議で市場関係者の方々と話す機会があり、デラウェアの位置づけはどうか聞いてみました。消費量は決して減っているわけではないので維持していただきたいと言っていました。



今月の表紙
今野貴裕さん（山形市長谷堂） 直美さん 雄登くん（5歳）、友葵ちゃん（2歳）
貴裕さんは山形県立農業大学校（現在：山形県立農林大学校）卒業後、20歳で就農し、父・智夫さんとぶどう作りをされています。たくさんの品種を栽培されている中、デラウェアとピオーネが貴裕さんの担当品種です。夏は仕事で忙しく、家族で遊びに行く時間がなかなか取れないとのことで、庭先でパーベキューするのが楽しみと話してくださいました。取材中もご自宅の直売所「こんのぶどう園」には旬のぶどうを求めて、次々とお客様がいらっしやっていました。

生産者の 安定収入を目指す

——今後の目標などはありますか。

今野 後継者をいかに増やすかが課題です。方法として、デラウェアの価格安定Ⅱ生産者の安定収入に取り組みます。部会では市場にもデラウェアの価格アップを要請しています。高い価格による安定収入が生産意欲に繋がり、後継者へのアピールになると思います。

JAの取り組みで、野菜ハウス団地に続き、果樹ハウス団地計画もされているという話をお聞きしております。どの品目の果樹になっても、それが正式に決まれば、大変ありがたいことです。農業の後継者を養成するという意味では大きな力になると思います。大いに期待しています。

山形県ぶどう 「デラウェア」品評会

7月28日、霞城セントラルで山形県のぶどう「デラウェア」品評会が開かれました。県内から50点の出品があり、当JAから2名が入賞しました。「品質的にレベルの高い品評会で、上位入賞者は玉の張り、粒のそろい、着色や果粉ののりも素晴らしく欠点がなかった」との講評でした。

●優秀賞（山形県知事賞）
佐藤ヨシ子さん

●優賞
鈴木 章さん

佐藤ヨシ子さんは昨年も同品評会で最優秀賞（東北農政局長賞）を受賞され、2年連続入賞されました。

佐藤さんはご家族3名でぶどう作りをされています。入賞の喜びを「JAの講習会や目ざろえ会などのご指導と家族の協力があり、良い結果に結びつきました。品評会は励みと原動力になります。苦勞の先に喜びがあると実感しました。来年も努力して、美味しいぶどうを作りま

す」と話してくださいました。



佐藤ヨシ子さん（蔵王半郷）（中央）と吉道さん、みゆきさん

JAやまがた合併20周年芸能企画

三山ひろし 歌謡ショーと
月岡温泉「華鳳」に泊まる 2日間**旅行日** 平成29年11月10日(金)～11日(土)**旅行代金** お一人様 **39,800円** (和室4～8名様1室利用)**お食事** 朝1回、昼2回、夕1回**利用ホテル** 月岡温泉/白玉の湯 華鳳**申込締切** 定員又は確保している客室が満室になり次第
締め切らせて頂きます。**行程** 1日目 三山ひろし歌謡ショー(福島文化センター)
2日目 新潟ふるさと村、弥彦神社・菊まつり、
寺泊・魚のアメ横お問い合わせ
金融部 旅行センター
TEL.023-624-8259

JAやまがた 合併20周年記念

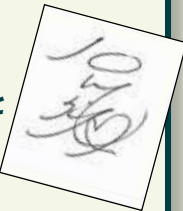
オリンピック 女子卓球メダリスト

石川佳純選手 直筆サインを
3名様にプレゼント!**応募方法** 「JAやまがた広報係」まで、下記の
いずれかの方法でご応募ください。応募者の「氏
名、住所、電話番号」も忘れずにご記入ください。

■ 郵便ハガキ

〒990-8535 山形市旅籠町一丁目12-35

■ Eメール kikakukanri@jayamagata.or.jp

締切 9月30日(土) (当日消印有効)

理事会だより

今回の報告・協議された項目から抜粋して掲載しています。

第8回理事会(7月27日開催)内容より

● 報告事項

・平成29年度地域ふれあい運動、
農協まつり予定表

・青果物販売状況

・平成29年度産米穀売渡委託契約数量

● 協議事項

・高額貸出金に係る貸付条件変更
・固定資産の取得DIRECTOR'S OPINION 2017
役員より VOL.30

常勤監事 田中 高治



会計監査人監査制度への移行に伴う監事の責務について

平成28年4月1日に改正農協法が施行され、これまでの全国監査機構(全中)の監査が平成31年9月から公認会計士法に基づく監査法人の会計監査人による監査に移行されることとなり、監督官庁も農林水産省から金融庁となります。

会計監査人監査は財務諸表に関しリスクアプローチの手法による監査となり、業務報告書及び附属明細書については農協の監事監査に委ねられ、会計監査人による監査が適切に実施されているか、検査結果について相当と認めるかについての責任は監事が負うことなど、その責任の重大さを痛感しております。

各農協においては、それらに対応するため、内部統制の整備と有効性について、喫緊の課題として再検証することが求められており、監事として、内部統制の整備状況も含め業務全般について、関係法令、定款に準拠しているかなど、理事の職務の執行状況について監査し、当農協の健全経営と、組合員及び利用者の皆様から信頼され、地域に根ざした組織となるよう、善管注意義務を念頭に職務を遂行してまいります。

株式会社ゆうちょ銀行
ATMご利用時の手数料見直しについて

JAバンクではこれまで、JAバンクのキャッシュカードで平日日中(8:45～18:00)に、ゆうちょ銀行ATMをご利用(出金等)いただく際の手数料を全国統一で無料としておりましたが、平日日中以外の手数料も含めて、平成29年10月2日より見直しいたします。

JAやまがたのキャッシュカードを
ゆうちょ銀行ATMでご利用する場合のご利用手数料(税込)

ご利用時間	見直し前		見直し後	
	ご入金	お引出	ご入金	お引出
平日 8:45～18:00	無料	無料	無料	108円
土曜 9:00～14:00		108円		108円
上記以外(※)		108円		216円

※休日・12/31・1/2・1/3を含む

なお、当組合のATMご利用の場合は、全時間帯において引き続きご利用手数料が無料です。
無料提携先(セブン銀行、イーネット、ローソン・エイティエム・ネットワークス)のATMご利用の場合は、平日・土曜日の
日中時間帯において引き続きご利用手数料が無料です。詳細は、本店および最寄りの支店にお問い合わせください。アンパンマン
交通安全キャラバン観覧無料
チケット制**日時** 平成29年10月15日(日)

1回目11:00～ 2回目14:00～

場所 天童市スポーツセンター
総合体育館 アリーナ

天童市大字小関1230番地

主催：JAやまがた、他4JA、JA共済連山形

チケットのお問い合わせ

各支店、本店共済部まで

JAやまがた 合併20周年記念事業

元読売巨人軍 鈴木尚広氏
「野球教室」**日時** 平成29年10月28日(土)

午前10時～12時まで

場所 きらやか銀行グラウンド

中山町大字長崎字上河原4811番地1

講師 元読売巨人軍 鈴木尚広 氏代走での通算盗塁数の日本記録を保持して
おり「代走のスペシャリスト」と評された。
平成28年10月現役引退、現在は野球解説者。**参加対象者** 山形市・上山市・山辺町・中山町に
所在する中学校野球部員1、2年生

※各中学校野球部へご案内させていただいております。

お問い合わせ 経営管理部 企画管理課
TEL.023-624-8265



枝豆「湯上り娘」収穫体験に 県内外から1,000名集まる

農事組合法人村木沢あじさい営農組合は8月12日、山形市の村木沢地区で枝豆「湯上り娘」のもぎ取り体験を開きました。60戸の畑に県内外から約1,000名が参加しました。約4キロ入る袋を1枚1,000円で販売し、入る分だけ参加者が収穫します。同組合の開沼雅義組合長は「今年は実入りも良く、参加者に喜んでもらえた。農業体験を楽しんでもらいい、食育にもなれば嬉しい」と話していました。

同組合では9月にソバ花まつり、10月に枝豆「秘伝豆」のもぎ取り体験を行う予定です。



JA全農会長に長澤豊会長理事 「すべては組合員のために」

7月25日、JA全農の経営管理委員会と理事会で任期満了に伴う役員改選が行われ、会長に長澤豊会長理事が選任されました。山形県から初めてJAの全国組織トップに就任しました。同31日、本店で当JA役員向けに、就任あいさつ会が行われ、板垣平治郎組合長が「役員が一体となって長澤会長を支えていく」と激励しました。

長澤会長は「支えていただいた、職員、地域組合員の皆さまに感謝申し上げます。【全ては組合員のために】という姿勢を貫き、経済事業の改革をやり遂げたい」と意気込みを語りました。

おいしさ直売所で職場体験 高校生が接客や米販売

8月7日から10日まで、山形商工会議所のジュニアインターンシップで、高校生4名をおいしさ直売所で受け入れました。4名は「実習生」のネームと腕章を身に付け南館店と紅の蔵店で接客や生産物の陳列、米の販売などの仕事を体験しました。

体験を終えた高校生は、「接客の仕事を通して、社会人としての礼儀作法を学んだ」「店舗の雰囲気がとても良く、優しく仕事を教えてもらえた」「米や野菜のことが知れて良かった」と話し、店員や買い物客とのふれあいを通じ、たくさんのかんことを学び充実した4日間を送れたようです。



オリジナル品種「あか月姫」 見栄え食味共に上々の出来映え

中央桃部会は8月9日、桃のオリジナル品種「あか月姫」の出来を確認しました。同品種は昨年初めて出荷し、2年目を迎えています。今年は7日から関西方面への出荷が始まりました。平成20年に同部会員である佐藤寛秋さんが白桃「あかつき」の枝変わりとして発見した黄桃を、果皮の黄色の美しさを「月」と「姫」で表し「あか月姫」と命名。主な特徴は、果皮、果肉の外側が黄色で果肉の内側が白いツートンカラーである、糖度が高く香りが良い、黄桃が品薄である8月上旬に出荷できる、などです。

今年度の出荷予定は約240キですが来年度はさらに増える見込みです。



福祉センター青田 ぶどう狩り体験 初めての園地に歓喜

8月23日と25日、福祉センター青田の利用者の皆さんが、上山市西郷地区の鏡恵子理事の園地でぶどう「デラウェア」狩りの体験をしました。この企画は、毎年、福祉センター青田にぶどうを贈ってくださっている鏡理事が、ぜひ園地に招いてご馳走したいと提案し実現しました。初めてぶどうがなっているのを見た方も多く、感激されていました。一人一人ハサミを使って収穫し、その場で新鮮なぶどうをいただきました。

鏡理事は「こんなに喜んでもらえるとは夢にも思わなかった。皆さんの笑顔を見て元気をもらいました」と話してくださいました。



真夏の夜を彩る 花笠まつり JAグループ山形に47名の職員が参加

8月5日から7日に行われた山形花笠まつりに、今年もJAグループ山形として203名が参加しました。当JAからは47名が参加し、女性の水色の浴衣で正調踊り、男性は法被姿でアケティブな踊りを「ヤッショー！つや姫！雪若丸！」の掛け声で元気いっぱい披露しました。今年の正調花笠踊りはテンポが速くなり、踊りの歩数が変わったため、参加職員は仕事終了後、練習を重ね本番に挑みました。沿道からはたくさんの方の応援をいただきました。



美味しい農産物を贈呈

平成27年産米 最終精算について

紙袋（60kg）、1等の場合の金額を掲載しております。

■ 主な品種の精算について（紙袋）

単位：円（税込）

項目	区分	等級	はえぬぎ	コシヒカリ	つや姫	あきたこまち	ひとめぼれ	ササニシキ	ヒメノモチ	出羽燦々
概算金 ①	J A 米	1等	10,000	10,800	15,000	10,000	10,000	10,000	12,500	12,200
	一般米		9,700	—	—	—	—	—	—	—
追加精算金 ②	J A 米	1等	600	500	600	600	600	600	600	1,000
	一般米		600	—	—	—	—	—	—	—
最終精算金 ③	J A 米	1等	204	286	146	466	384	616	864	1,448
	一般米		186	—	—	—	—	—	—	—
支払合計額 ①+②+③	J A 米	1等	10,804	11,586	15,746	11,066	10,984	11,216	13,964	14,648
	一般米		10,486	—	—	—	—	—	—	—

■ 精算内容（JA米 はえぬぎ）

単位：円（税込）

項目	内容	60kg/個
販売価格	入札取引並びに相対取引による平均価格	12,357
加算額	精算代金利息・繰越金	57
(1) 合計	販売価格	12,414
共同計算経費	保管料・運賃・在庫料・ブランド米拡大経費等	963
販売手数料	全農・JA	593
検査手数料		54
(2) 控除経費合計		1,610
(3) 概算金	平成27年産米	10,000
(4) 追加精算支払済額	平成28年9月16日	600
最終精算金支払額	(1) - (2) - (3) - (4)	204



モンテディオ山形 VS ジェフ千葉 本沢産「デラウェア」贈呈

8月20日、天童市のNDソフトスタジアム山形で開催されたモンテディオ山形 VS ジェフ千葉の試合で、本沢地区産デラウェアの贈呈式が行われ、岡崎輝明専務がモンテディオ山形の石川竜也選手にデラウェアを手渡しました。

これは「市町村応援デー」に合わせ山形市が企画したもので、JAやまがたが提供したデラウェアは2^号箱を34箱。サッカーでは背番号12をサポート番号としていることから、応援の意味を込めて1箱12房入りのデラウェアを準備し、両チーム、審判団、サポーターの方々へそれぞれ贈呈しました。



大相撲かみのやま温泉場所 「つや姫」「デラウェア」贈呈

大相撲の夏巡業「大相撲かみのやま温泉場所」が8月11日、上山市の三友エンジニア体育文化センターで開かれました。

実行委員会の副委員長を務めた板垣平治郎組合長は、横綱稀勢の里関へ米俵を手渡しました。秋につや姫の新米を日本相撲協会へ贈ります。また、差し入れとして贈ったデラウェアは支度部屋から土俵に向かう通路などに並べられ、力士の喉を潤しました。



JA Contest

お客様満足度アップに向けて！ 金融、共済で窓口セールスコンクール

当JAではお客様満足度向上の取り組みの一環として、窓口対応の強化に努めています。ロールプレイングにより窓口の接客、商品提案等のスキルアップを競い、より質の高いサービスを提供できる窓口を目指しています。

8月19日、金融部が行ったテラーコンクールでは、お客様の年齢や家族構成、来店目的が違う3つのテーマを設け、9支店の金融窓口担当者が接客を実践。高楯支店の深瀬新菜さん、さくら支店の佐藤友香さん、蔵王支店の佐藤泰明さんがそれぞれのテーマで第1位に選ばれました。

23日は共済部がスマイルサポーター（共済窓口）セールスコンクールを開催し、自動車共済の契約内容説明やグレードアップの提案などを行いました。鈴川支店の今田由美さん、高楯支店の村松優生さんが優秀賞を受賞しました。



深瀬新菜さん



佐藤友香さん



佐藤泰明さん



金融部テラーコンクール審査員



今田由美さん



村松優生さん

JAやまがた野菜ハウス団地 利用者募集

JAが整備をすすめる野菜ハウス団地において、新たな担い手の育成を行いながら、就農支援を行います。

場 所 山形市中沼（西部営農センター北西）

利用者の要件

- ①新規就農者、定年就農者等
- ②きゅうり栽培に意欲のある方
- ③当組合の組合員（予定も含み）
- ④申込み時に於いて65歳未満である方

利用施設概要

- ①野菜ハウス 5.4m×45m/棟（1区画4棟）
計 8区画32棟
- ②付帯設備
暖房機、換気扇、二重カーテン、灌水設備
- ③設置機械
トラクター 管理機（整形機・マルチセット）

（平成30年3月利用開始）



年間利用料

年間 **450,000円**（消費税別・1区画4棟）
※8月と11月の2回に分けて利用料を支払う

募集期間

平成29年**9月1日（金）**～
平成29年**9月25日（月）**

※なお、内容等が変更になる場合もありますので、ご了承ください。

お問い合わせ 営農経済部 営農米穀課
TEL.023-624-8562

読者の広場

9月号のテーマ

敬老の日

… (>ω<) (山形市 Kさん)

㊦ 祖父母参観日があったのですか! Kさんとおばあちゃんが仲良しなのが伝わるエピソードをありがとうございます。心がほっこりしました。

● 楽しく、元気に1年暮らすのは、あっという間で敬老の日が、また来ました。まもなく80歳に手が届きます。(山形市 Mさん)

㊦ 80歳は男性の平均年齢を迎えたばかりです。これから、お身体を大事に楽しくお過ごしください。

● 家の両親をお祝いしてあげると言ったら、「老じゃないよ」と一声。まだ、本人は老人あつかいされたくないみたいです。(山形市 Tさん)

㊦ お元なご両親でなによりです。前向きな気持ちをいつまでも持ち続けていただきたいですね。

息抜き

クロスワード

あみがけの■部分に入る文字を並べ替えて言葉を作りましょう。

□ □ □ □ □ □

クロスワード/パズル+ / TAKAHASHI's HOME PAGE
http://crossword.sakura.ne.jp/

→ヨコのカギ

- 1 作物を取り入れます。
- 5 ○○を戻す。なかなかあり。
- 6 下手な鉄砲も○○打てば当たる。
- 7 身体の不自由な人も安心して暮らせる○○○フリー。
- 8 猪の肉は、こう呼ばれることも…。
- 10 D難度=○○○○C。

↓タテのカギ

- 1 火事の現場に駆けつける○○○○○車。
- 2 花言葉は「純潔」。
- 3 風呂から上がる時に。○○○湯。
- 4 無蒸しに掛けるのは。
- 7 ファウルの場合はアウトです。
- 9 醤油やお酒をいれる木製の容器。

当広報紙へのご意見・ご感想に加え、テーマに関するエピソード・写真・絵葉書なども募集しています。

● 応募方法 / 「JAやまがた広報係」まで下記のいずれかの方法でご応募ください。応募者の「氏名、住所、電話番号」も忘れずにご記入ください。

郵便 〒990-8535 山形市旅籠町一丁目12-35
Eメール kikakukanri@jayamagata.or.jp

● 締切 / 9月25日(月)(当日消印有効)

● プレゼント / 「クロスワード」正解者、またはご意見、ご感想を下さった方の中から抽選で3名の方に「おいしさ直売所商品券」1,000円分をプレゼント。当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

8月号のクロスワード答え：ひぐらし

紅葉

あとがき

合併20周年記念誌作成のお手伝いで、20年前の広報紙からさかのぼって見る機会がありました。たくさんの方に協力いただいていた方がもう大人! 今、どんな生活をされているのか気になります。再登場していただける機会を作れたらいいなと思っています。

わんぱくまっす!

Wanpaku Agri School

第4回 / 8月19日

山川牧場「酪農体験から食と命の繋がりを学ぼう」

- ・ヤギと牛に餌やり
- ・牛の乳搾り
- ・蔵王こまくさ分校でバター作り

べもべもへと叫んで牛を呼びます



上きに餌やりできました!



ヤギのヤスコとヒマワリへ餌やり



乳搾り体験

分校で山川さんの授業を受けました



みんなでバター作りの競争!



優勝目指して、必死に頑張ります!



優勝・準優勝おめでとう



上きにできました!



福祉センター青田 健康コラム Vol.39

8月の通所介護



外食ツアー (上海厨房)



健康教室



畑教室 (キュウリの収穫)

上手に活用、酢の効用

私たちの体の中の水分の役目は、必要な栄養を体中の細胞に送り、老廃物を排出する事です。そしてその水分を整え、また体調を整える重要な食物となるのが酢です。

- 酢は、疲労の元である乳酸を燃焼させます。
- 酢は、生命を守る副腎皮質ホルモンの生成に役立ちます。
- 酢の効果は、カルシウム吸収・ホルモンの生成・血圧上昇を抑制させるなどです。

その結果、風邪予防や骨粗しょう症、動脈硬化、肥満防止につながっていきます。気を付けなければいけないのは、酢だけを摂っても効果がないということです。

他の食物と一緒に摂ることで効果が現れます。

レモン酢や玉葱酢を作っておき、摂り入れていきましょう。

- ① ドリンクで飲む
- ② 食物にかけて和える
- ③ 調理する

また、さらに健康の為に穀物酢、りんご酢、黒酢なども上手に食生活に使用し、バランスのとれた食生活を心がけていきましょう。

お問い合わせ 福祉センター青田 TEL.023-616-8002
介護サービス事業 / 通所介護・訪問介護・福祉相談窓口

はれやか! 女性部



有海栄子部長

マナーは分かっているつもりでも、もしかしたら自分流になっているかもしれません。自信を持って、いきいきと生活していけるよう学びましょう。

「日常生活・冠婚葬祭マナー講座」

7月21日、山形地区女性部は、山形県高度技術研究開発センターでセミナーを開きました。講師に(株)三益堂 代表取締役会長 齋藤正凱氏を招き、熨斗(のし)の正しい使い方など日常生活に役立つマナーを学びました。



齋藤正凱氏 (株)三益堂 代表取締役会長

(株)三益堂は明治10年、山形市で筆、硯(すずり)、紙などを扱う文具店として創業しました。齋藤会長は歴史や伝統、地元の文化や風土、また長年にわたって文具業に携われた経験を生かし、公民館などで、多くの人たちに文具の歴史と、持つ喜び使う楽しさを伝えていらっしゃいます。

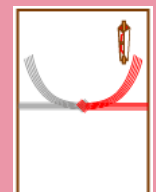


講座の一部を紹介 /



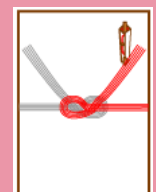
蝶結び

結び目が何度か結びなおせることから、一般的な祝い事、何度繰り返しても良いことに用います。例えば出産祝い、長寿祝い、内祝い、お礼、お中元、お歳暮などに利用されます。



結び切り

固く結ばれ簡単に解けないことから、一度きりであって欲しい場合に用いる形式です。主に結婚祝い、弔辞、お見舞い、快気祝などに利用されます。



あわび結び

末永いお付き合いの願いを込めて慶事と弔事の両方に用います。一般祝い、婚礼、弔辞まで幅広く使えます。

お問い合わせ

営農経済部 経済課
TEL.023-624-8567