



02 第22回 通常総代会

06 特集 JAの未来

JAやまがたおいしさ直売所 最大の広さを誇る 「落合店」OPEN!

12 旬の料理 鶏のグリル 山形のだしワラビバージョン



JAやまがた
公式
Facebook

鶏のグリル 山形のだし ワラビバージョン

●材料 (一皿分)

鶏モモ肉…200g
ナス(蔵王サファイヤ)…1本
キュウリ(ひめきゅうり)…2本
大葉…5~6枚
みょうが…1本
わらび(あく抜き)…200g
昆布(水で戻す)…1枚

しょうゆ・白だし・塩…適量
塩・コショウ・オリーブオイル…適量

ワンポイントアドバイス

わらびを加えたあとは少し粘りが出るまで混ぜ合わせるといいですよ。だしはご家庭の味付けでOKです。



武田 悠/NATURAL WINE KITCHEN
「POURPIER(プルピエ)」/素材を活かした自然でやさしい料理とワイン。5月1日ランドオープン! プルピエとは「ヒョウ」のこと。フランス料理では栄養満点なスーパーフード/山形市桜町2-42。TEL.090-4555-7866、営業時間18:00~24:00。月曜定休。



1 ナス・キュウリは大き目のみじん切りにする。大葉・みょうがは、みじん切りにしてボウルに入れ、5分ほど水にさらす。ザルにあけて水気を切り、塩をふる。



2 ボウルに移し、昆布も細切りにして加える。わらびは穂先をのぞいて、みじん切りにし、粘りが出るようよく刻んで加え、よく混ぜ合わせる。



3 しょうゆ・白だし・塩で味を調え、馴染ませる。平らに開いた鶏モモ肉に、塩・こしょうをしっかりと振り、両面にオリーブオイルを塗る。



4 熱したフライパンで皮目から強火で焼く。焼き目がついたら裏返し、さっと火をとおす。食べやすく切り分けて、だしと盛り合わせる。お好みで、食用菊を散らす。

BOOK

読書のススメ

購読申し込み
経済課
TEL.023-624-8567



エダモンが畑からお届け! 農家ごはん&旬野菜レシピ

枝元なほみ 著

人気料理研究家の著者が全国の農家を訪ね、野菜の収穫を手伝いながら採れたての野菜でとびきりおいしいごはんを作る! 収穫時期の見極めや、農家のおすすめレシピも併せて紹介。各県の特産品もよくわかる。
定価(税込)1,404円



今月の表紙/ 菊地 晋さん(山形市若宮)

菊地さんは2011年に就農し、奥様の千恵記さんと一緒にきゅうり栽培に取り組み、今年度よりJAやまがた広域きゅうり部会の部会長を務められております。「部会員の皆様の収入が前年より1円でも多くなるためにJA、市場と連携していきたい。そして、明るく楽しい農家を目指したいです」と話してくださいました。

第22回通常総代会

5月14日
山形テルサ

ご挨拶 板垣平治郎 代表理事組合長

本日は、総代各位におかれましては、時節柄大変お忙しいところ、通常総代会にご出席いただきまして誠にありがとうございます。
当JAは自己改革の一環として、「青果物の一元販売」、「JAやまがたハウス団地」の増設等を継続して進めてまいりました。今後もさらなる農業振興の拡大を行ってまいります。また、多くのお客さまよりご利用いただきました直売所ですが、一層の強化のため2月1日に「紅の蔵店」をリニューアルオープン、4月25日には管内で一番の広さを誇る「落合店」を新規オープンいたしました。組合員・地域の皆さまとアクティブ・メンバーシップの強化がはかれる場所として、アイディア等を出し、愛される直売所をめざしながら、組合員の皆さまの所得向上に努めてまいります。
今後も「組合員の目線に立つ」という基本姿勢は変えることなく、組合員の皆さまをはじめ地域の皆さまとの結びつきを強化し、時代の要請に応えられるJAをめざして役職員一丸となって取り組んでまいります。



板垣組合長挨拶

議事

議長に、ひまわり支店総代会長の大坪義行さんと、上山南支店総代会長の鏡力也さんが選出されました。全部で10の議案が提出され、慎重審議の上、全議案承認されました。

令和元年度（平成31年度）事業計画

組合員の皆さまの負託に応え、農業・地域になくはない存在として役割を発揮していくため、組合員の目線に立った事業運営に努めます。

令和元年度（平成31年度）事業計画

営農経済部

● 営農指導・販売事業

「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域活性化への貢献」実現のため、営農指導の強化、農畜産物の有利販売、低コスト農業、労働力の確保をはかり、足腰の強い農業経営基盤の確立に努めます。

● 経済事業

経済渉外「きずな」は、担い手、大規模生産者、農業法人等に重点を置き、情報提供・相談機能を充実した活動を行います。配送担当「経済配送職員」による組合員への確実な配送を行うとともに、訪問活動による繋がり強化に努めます。

金融部

組合員・利用者目線の提案を徹底し、総合事業の強みを最大限活かしながら、農業者の所得増大・ライフプランサポートによる利用者満足度向上に努めます。

共済部

訪問活動による保障拡充と次世代層・次々世代層との接点強化に取り組み、JAファンづくりと「ひと・いえ・くるま」の総合保障の提供に向けたプラスワン活動に取り組みます。

資産サポート部

相続・事業継承支援および資産活用と管理、税務相談までの総合的なサポートの強化に努めます。

経営管理部

第7次中期経営刷新計画の実践初年度として、組合員の皆さまのアクティブ・メンバーシップ強化ならびに地域の活性化へ向けた取り組みを実施します。また、業務等の効率化を通して一層の経営基盤強化に取り組みます。

人事部

働き方改革を踏まえた職場環境づくりと、JAの自己改革を実践するために、自ら資質向上に努め、創意工夫し、リーダーシップを発揮できる職員づくりに取り組みます。

内部監査室

監事監査と連携をはかり、内部管理態勢の適正性・有効性検証について内部監査を実施するとともに、会計監査人監査へ適切な対応をしてまいります。



定年退職者表彰



受付

役員の選任

任期満了にともなう役員改選が行われ、総代会終了後の理事会、監事会で次の通り選任されました。

■ 会長理事	長澤 豊
■ 代表理事組合長	岡崎 輝明
■ 代表理事専務	稲毛 泰一
■ 常務理事	丸子 嘉実
■ 常務理事（営農経済担当）	
■ 常務理事（信用事業専任担当）	井上 誠治
■ 筆頭理事	佐藤 吉子
■ 代表監事	山口 富哉
■ 常勤監事	田中 高治

※ここでは理事会、監事会で協議された役員のみ掲載しております。
新役員の詳しい紹介は、次号でお知らせいたします。

任期満了に伴い、退任された 板垣平治郎 前代表理事組合長より

7年の間、経営改革、農業改革とこれまでにない大変な時代を組合員の皆さまのご協力のもと、無事乗り切ることができました。この度の3年目の経営改革でも計画以上の数字を上げ、出資配当もできることになりました。ひとえに組合員の皆さまのおかげです。ありがとうございました。



第4号議案 役員投票



提出議案

- 第1号議案
平成30年度事業報告および
剰余金処分案の承認について
- 第2号議案
定款の一部変更について
- 第3号議案
監事監査規程の一部変更について
- 第4号議案
役員の選任について
- 第5号議案
会計監査人の選任について
- 第6号議案
第7次中期経営刷新計画の
設定について
- 第7号議案
令和元年度（平成31年度）
事業計画の設定について
- 第8号議案
退任理事および監事に対する
退職慰労金支給について
- 第9号議案
令和元年度（平成31年度）におけ
る理事および監事の報酬について
- 第10号議案
令和元年度（平成31年度）賦課金
の賦課基準および徴収方法の決
定について

質疑応答

- 指導事業のマイナス1,900万につ
いて、改善はしているものの、赤字が
継続している事への対策や方針。
指導事業につきましては、稲作だより
等情報誌の提供、青年部、女性部の支
援、農協だより等の広報誌、カレンダー
の作成、という内容になっております。
指導事業は、その事業単独で収益を上
げることを目的としておりません。
- 配置農業廃止について。
配置農業については、返品された農業
の使用期限が残り少なくなるなどの
問題がありますので、従来の返品可能
といった仕組みではなく、新しい形で
提供してまいります。
- 正組合員の減少について。
野菜、果樹の団地化を進めていく中で、
正組合員の減少に歯止めをかけたとい
思っております。
- 単体自己資本比率の数値について。
自己資本比率はJAバンクの一員と
して最低8%を確保しなければなり
ません。安定経営のため内部留保を
充実させ、自己資本の造成に努めて
まいります。
- 退職による再雇用もあると思いますが、
職員数の減少について。
職員数の減少は避けていきたいと考え
ており、今年は11名の退職に対し新規
採用が14名であります。職員には、横
の連携を強化し、事業に人数減の影響
は出さないように指導しております。
- イノシシ等の鳥獣被害による耕作放棄
地について。
農地の対策については、行政と対策を講
じ示していきたいと考えております。イ
ノシシの事につきましてはこれまで山
形農協が窓口になっておりましたが、人
的被害も出ているという事で山形市に
対策本部が移っております。市と農協で
しっかりと対策をしていきます。
- 損益計画の当期末処分剰余金に出資配
当金は入っていますか。
出資配当等、剰余金の処分については、
当期末処分剰余金が確定してから検討
をするもので、損益計画の当期末処分
剰余金に出資配当が入るということとは
ありません。



承認挙手



議長の鏡力也さん（左）と大坪義行さん

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3回理事会〔4月22日開催〕
内容より

●報告事項

- ・平成30年度定期決算監査意見書
- ・組合員表彰者名簿（普通表彰）
- ・平成31年度役員研修実施計画
- ・平成31年度産米出荷方針および
平成31年産米出荷契約書

●協議事項

- ・令和元年度（平成31年度）
各種団体の活動費配分
- ・運営協力委員の委嘱
- ・第22回通常総代会の付議事項
（提出議案）
- ・第22回通常総代会の招集
- ・事務リスク管理規定の一部変更

第4回理事会〔5月14日開催〕
内容より

●報告事項

- ・理事の事務引継書

●協議事項

- ・会長理事・代表理事組合長・
代表理事専務・常務理事の選任
- ・理事会招集順位及び筆頭理事の
選任
- ・総代会が決議した理事報酬の配分
の支払い
- ・（株）ジェイエイあぐりんやまがた
役員の推薦

JA貯金 サマーキャンペーン
令和元年

令和元年 6月14日（金）～ 8月15日（木）
定期貯金

10万円以上新たなお預け入れ
または継続10万円以上増額契約で

1年もの **0.01%** 金利上乘せ

さらに

本キャンペーンをご契約いただいた方に
抽選でおいしさ直売所全店で使える

レインボー商品券が
合計160本当たる!



■JAやまがた正・准組合員および家族または、JAカード所
所有者および新規申込いただいた方が対象となります。■満
期日以降は自動継続時の店頭金利が適用されます。■契約
額10万円につき一つの抽選番号を付与いたします。■抽選
日は、令和元年9月4日（水）とし、抽選日以前に中途解約さ
れた場合は、抽選権を失効します。また、お一人様の重複
当選はございません。

お問い合わせ 各支店または
金融部 貯金業務課
TEL.023-624-8268

(株) ジェイエイあぐりんやまがた
あぐりん西公園前SS
10周年記念祭

下記6日間は2,000円以上、
ガソリン・軽油を給油のお客様に
プレゼント!

- 2019年
- 第1弾 ●6月14日（金）サラダ油
●6月15日（土）マヨネーズ
- 第2弾 ●7月12日（金）砂糖
●7月13日（土）塩
- 第3弾 ●8月9日（金）10日（土）パイナップル



プレゼント
タイムは
午前8時～
無くなり次第終了

さらに

大抽選キャンペーン開催中

●令和元年 6月14日（金）～8月31日（土）
イベント期間中2,000円以上、
ガソリン・軽油を給油のお客様にスタンプ1個!
スタンプ満タンで、応募できます。

お問い合わせ あぐりん西公園前SS
山形市富神台36 TEL.023-647-5911



お話をうかがった
店長の堀江和臣さん(中央)。
副店長の志田芳久さん(左)
と渡部和樹さん(右)。

開店前の時間。続々と生産者
の方々が陳列棚に農産物を並
べていく。



社
の
直
売
所
担
当
者
が
鮮
度
の
チ
ェ
ッ
ク
を
し
て
く
だ
さ
つ
て
い
ま
す。

生
産
者
の
皆
様
と
の
信
頼
関
係
を
大
切
に

探し、お買い求めいただく参考にして
ください。また、県内のスーパーで
は販売されていない、県外提携JA
の商品もお楽しみいただけると思
います。この広報紙が発行される6
月はさくらんぼ、きゅうり、トマトが
旬を迎えますので、ぜひご来店く
ださい。



県外JAとの交流で 協力し合える関係に

——他JAとのつながりはどのよう
にしてもたれたのですか。

堀江 中央会主催の東京で開催され
る、店長研修で出会い、交
流を持つようになりました。
5月は岩手県のJAいわて
花巻「母ちゃんハウスだあす
こ」さん、岐阜県のJAめ
ぐみの「とれったひろば」さ
んが即売会をしてくださ
いました。また、7月にはこ
ちらから、「母ちゃんハウス
だあすこ」さんに伺い、さ
くらんぼの販売をしてきま
す。お互いの店舗を行き来

店舗間移送便

忙しい朝の時間に南館店と落合
店を出発店とし、他2店舗へ移
送いたします。搬入時間の短縮
にご利用ください。
受付時間／朝7時～9時まで
利用料金／
20kgコンテナ：300円
10kgコンテナ：200円



商品品質検査員

今までは店長が品質のチェック
を兼務していましたが、直売所
のさらなる品質向上を目指し新
しく配置しました。以前、市場
に勤めていた柴田誠之さんが担
当されます。週3回、3店舗を
巡回し、青果物の品質をチェッ
クし、生産者にアドバイスをし
てくださいます。

おいしさ直売所、南館店、紅の蔵店も よろしく願いいたします。

南館店
花輪健也店長



南館店は街中で
住宅の多い場所
に立地している直売所ですので、
平日頃使う野菜を豊富な品ぞろ
えで準備しております。アットホ
ームな雰囲気でお客様の皆様、
お客様をお迎えできるように従業
員一同、対応してまいります。

紅の蔵店
仲澤健史店長



紅の蔵店は2月
にリニューアル
オープンし、店舗内の通路も
広くなり、お買い物しやすくな
りました。これから、さくらんぼ、
ぶどうなど果物が豊富なシーズ
ンに入ります。贈答用にいかが
でしょうか。

特集 JAの未来

JAやまがた おいしさ直売所 最大の広さを誇る 「落合店」OPEN!

4月25日、山形市落合町においしさ直売所落合店がオープンし、
10連休中はさまざまなイベントを開催し、
多くのお客様にご来店いただきました。
山形市総合スポーツセンターの近くということで、
大会やイベント等で訪れた県内外からの来客も見込まれます。
新鮮で美味しい農産物を多くの方に発信していくため奮闘する、
初代店長を務めます堀江和臣さんへお話を伺いました。

楽しい店舗づくりを目指す

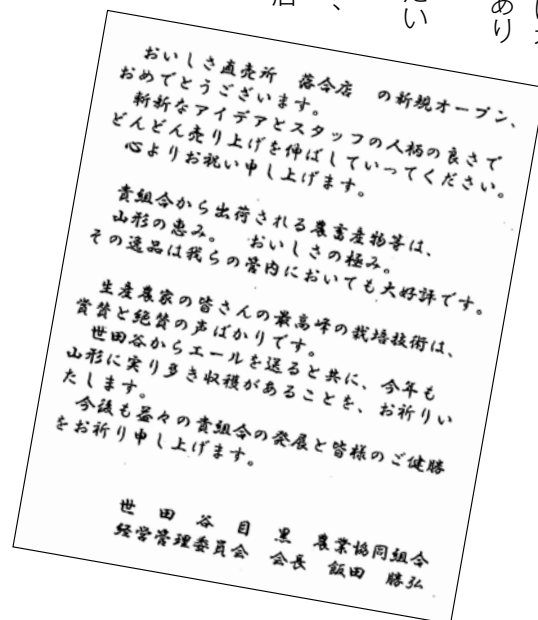
——10連休に入る直前のオープンと
いうことで大変賑わっていましたね。

堀江 どのくらいお客様がいらつし
やるかも想像が付きませんでしたし、
販売台は南館店の2倍ほどあります
が、ちようど地元の農作物が少なく
時期でしたので商品が集まるのか不
安が大きかったです。生産者の皆様
には多大なるご協力をいただき、また、
JAあしきたさんの柑橘フェアの実

施等で、多くの品物を店舗い
っぱいに並べることができ盛大にオ
ープンすることができました。あり
がとうございました。

——どのような店舗にしていきたい
ですか。

堀江 お客様が買い物しやすく、
足を運びたくなるような楽しい店
づくりをしていきたいです。南
館店、紅の蔵店より広い店舗と
なりましたので、その広さを活
かし、県外JAのファーマーズ、



落合八木節保存会様による演舞でオープンを華を添えていただきました(上段左)。5月11日、12日のJAいわ
て花巻さんによる即売会(下段左)。くまモンの登場に店内外は大変盛り上がりしました。
世田谷目黒農業協同組合様より心のこもった祝電をいただきました(左)。

4月14日(日)～5月6日(月)

大空泳ぐ 高瀬川のこいのぼり



酒井さんは寄付されたこいのぼりの破れなどを補修しながら管理し、4月14日に会員と地元住民約40名で設置しました。



山形市上東山の村山高瀬川に約250匹のこいのぼりが揚げられ、10連休中は多くの家族連れや県内外からの観光客で賑わいました。地元住民による「鳶の木川原に集う会」が企画し7年目。こいのぼりはすべて寄付によるもので、今年は50円のワイヤー 8本を川原に架け、6クラスの大きなこいのぼりが桜吹雪と一緒にゆうゆうと大空を泳いでいました。会場では同会の酒井義孝さんがカラフルな法被をはおり、見学者に声をかけ会場を盛り上げていました。

おいしさ直売所生産者協議会は本店で、直売場の利用者を対象にした毎年大人気のみそ作り教室を開きました。講師に新関さとみさんを招き、親子連れら約130名が参加し、山形県産の大豆「里のほほえみ」と県産米の「はえぬき」を使用し、みそを仕込みました。新関さんは「米麴こうじが多い15割、18割の天然醸造のみそはじんわり発酵し、減塩で甘くやさしい味わいのみそが出来上がります」と参加者に説明されていました。



5月12日(日)

おいしさ直売所 消費者交流みそ作り



仕込んだみそは9月頃に出来上がります。

5月16日(木)

小笹うるい GI登録を上市市長へ報告



GIマークの付いた新しいパッケージが完成しました。



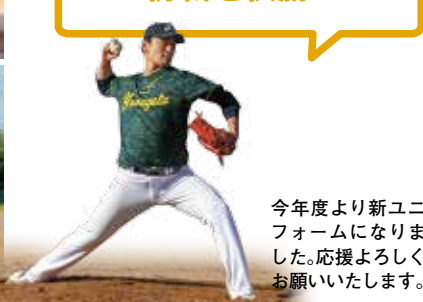
稲毛泰一専務、鈴木憲一小笹うるい部会長、南部営農センター職員は上市市役所を訪れ、横戸長兵衛市長に今年3月に農水省のGI登録を受けた「小笹うるい」を贈り、今後の取り組みや課題などを報告しました。鈴木部会長は「GI登録後が勝負だと思っている。部会員一丸となって高品質の小笹うるいを安定出荷し、小笹地区を盛り上げ、後世に残していきたい」と話され、横戸市長も消費宣伝活動の協力を約束しました。

第55回実業人野球大会が開幕し、当JA野球部の初戦が立谷川野球場で行われました。先発の武田直樹投手と、新戦力梅津寛樹投手、川村友汰投手による1安打完封リレーで相手打線を封じ、打線は武田投手の2打席連続ホームラン、木村恒介選手の3本のホームランを含む、8本のホームランが飛び出し、31-0でイケクマさんを圧倒しました。昨年の同大会は第3位という輝かしい成績を収めています。今年はさらなる上位を目指します。



5月20日(月)

実業人野球大会開幕 初戦を快勝！



今年度より新ユニフォームになりました。応援よろしくお願いたします。



JAやまがた NEWS TOPICS

管内の主な出来事をご紹介します

JAホームページでも随時トピックスを更新中！

JAやまがた

検索



4月19日(金)

子育て中のママさん さくらんぼ作業体験会



伊藤さん「ママさんたちの応援は心強く、さくらんぼも素晴らしいものができると思います」

4月26日(金)

果樹ハウス団地 認定書授与式



JAでは講習会などを開きながらサポートし、5年後の収穫を目指します。



山形市の本沢集荷場で果樹ハウス団地の認定書授与式を開き、板垣平治郎組合長が利用者4名に認定書を手渡しました。当JAでは園芸大国やまがた産地育成支援事業を活用し、山形市大師堂の水田1.2㌥を整備し、25㌥のハウス4棟を建設しました。利用者はシャインマスカット栽培に取り組みます。利用者を代表して千葉大祐さんが「ぶどうの里本沢にふさわしい、高品質なシャインマスカットを栽培したい」と決意表明しました。

上市市の「小笹うるい」が農水省のGI登録を受けたのを機に、YBC山形放送のピヨ卵ワイドの生中継で紹介されました。山下将史アナウンサーが、鈴木憲一小笹うるい部会長の園地を訪れ、収穫の様子や小笹うるいの特徴などを取材されました。その後、鈴木部会長の自宅で、奥様や部会員の方々から小笹うるいを使った10数種類の料理の紹介と実演をしていただき、山下アナは料理のレパートリーの数と美味しさに大変驚いていました。



4月25日(木)

小笹うるい テレビで生中継



鈴木さんの奥様は「小笹うるい」を使った料理を30種類ほど作られるそうです。

読者の広場

6月号のテーマ

令和元年スタート

● 家族全員何か新しいことに挑戦しようということになり、夫はジョギング、私はヨガを始めました！新元号が後押ししたのか、楽しく継続できています。令和の時代は色々なことに挑戦していきたいと思います。（山形市 Kさん）

■ 新元号の幕開けがきっかけとなり、気持ちも新たになった方も多いと思います。運動を始めるには季節もちょうど良かったですね。素敵な挑戦です♪

● 元のぶどう畑に移植したコシアブラがたくさんつきました。山菜の天ぷら好きな私のために、夫が採りに行ってくれ、たくさん堪能できました。ありがとう！！（上山市 Mさん）

■ 優しい旦那さまで仲良しご夫婦ですね♪コシアブラは私も大好きなので、自分の畑から採れるとは羨ましいです！

● 毎号「旬」の野菜の記事を楽しみにしています。5月号の山菜の効能・食べ方はとても参考になりました。（山形市 Sさん）

■ 健康コラムで紹介させていただいた記事ですね。このコーナーは毎月、福祉センターの職員から提供いただいています。私自身も原稿が届くのを楽しみにしていて、元気に過ごすため参考にしています。

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 HOMEPAGE
http://crossword.sakura.ne.jp/

→ヨコのカギ

- 1 水の上をスイスイと…。
- 5 こんな医者には診てほしくない…。
- 6 城の周りを囲みます。
- 7 三振で…。
- 8 水面に輪を描くように広がります。
- 10 中には何も入っていません。

↓タテのカギ

- 1 左手首に触れて測ります。
- 2 大雨に振られて〇〇濡れる。
- 3 不思議な…。
- 4 こぶた→たぬき→きつね→ねこ…。
- 7 ほっと胸をなで下ろし…。
- 9 一〇〇打尽。

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 / 6月25日（火）（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、ご感想を下され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。

5月号のクロスワード答え：かしわもち

7月号のテーマ

梅雨

あとがき

5月1日、国営ひたち海浜公園へ「ネモフィラ」を見に行ってきました。ずっと行きたいと思っていた場所なので、念願が叶いました！ちょうど満開時期で天候にも恵まれ、一面に広がる青い絨毯の絶景を見ることができました。思い出に残る令和のスタートとなりました♪

わんぱくキッズ

Wanpaku Agri School

第1回/5月18日

● 開校式 / 里芋・さつまいも・枝豆の定植、田植え
山形市農業振興公社
「はじめまして、よろしくね！
開校式＆野菜植えと田植えをしよう！」



里芋の苗を植えよう！

枝豆の種を慎重に植えるよ



田植えの先生は青年部さん

楽しいね

ドロドロの触感にびっくり！



泥んこになって頑張ったね！

笑顔で田植え



田植えできたー！



福祉センター青田健康コラム

5月の通所介護



いっぶくツアー（シベール）



外食ツアー（魚がるに）



旬菜教室（藤の穂取り）

梅雨の今こそ気をつけて！

6月は、夏本番を前に、じっとりした湿気とともに気温もぐんぐん上昇します。身体が暑さに十分順応出来ていないこの時期から夏に向けて、特に注意したいのが「熱中症」です。気温が高くなると、体は汗をかくことによって体内の熱を逃し、体温を一定に保とうとします。ところが、汗を大量にかきすぎると、今度は体内の水分や塩分が不足して「脱水状態」になり、目眩や立ちくらみなどの、熱中症の症状が現れ始めます。熱中症の重症化を防ぐには、「もしかして熱中症かも…？」と疑った時の早めの対応が必要です。

熱中症の始まりは体の水分不足で、「脱水」です。暑さで水分が失われやすい時期は特に意識して、こまめな水分補給を行います。また、脱水は血管に負担のかかる状態です。体内の水分が不足すると、血液濃度も増し、血栓が作られやすい状態になります。脳卒中や心筋梗塞を起こす要因となる可能性があります。こうしたことから、日頃から水分を上手に摂取する習慣を持ち、脱水を防ぐことが大切です。

水分の上手なとり方

- ・ 平常時の水分摂取に最適なのは、常温に近い温度の水
- ・ 1日の摂取量は、1.5Lがめやす
- ・ 150～200mLずつ、7～8回にわけてこまめに飲む
- ・ 特に体から水分が失われやすいタイミングで飲むのがベスト

①起床時 ②運動の前後 ③入浴の前後 ④就寝前

脱水や熱中症は、屋外だけでなく屋内でも起こります。日頃から栄養バランスのよい食事や十分な休息をとり、暑さに負けない体作りをしていくことが脱水や熱中症の予防になります。出来る事から実践して、元気な夏を迎えましょう！

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

利用者募集

果樹（シャインマスカット）ハウス団地（第2期）

場 所 山形市大字大師堂

利用者の要件

①新規就農者、定年就農者等 ②ぶどう栽培に意欲のある方 ③当農協管内の組合員（予定も含み） ④申込み時に於いて年齢が65歳未満である方

利用施設概要

- ①果樹棚兼用ハウス
5.0m×56m / 9連棟（1区画25㌥） 計2区画
5.0m×24m / 9連棟（1区画10㌥） 計2区画
- ②付帯設備 灌水設備
- ③設置機械 乗用モア（本年度整備）、スピードスプレイヤー（次年度以降整備予定）

年間利用料

1区画25㌥：年間 500,000円（消費税別・定植5年目より）
・ 未収穫期間の利用料 1～2年目 75,000円
・ 未収穫期間の利用料 3～4年目 125,000円

1区画10㌥：年間 216,000円（消費税別・定植5年目より）
・ 未収穫期間の利用料 1～2年目 32,400円
・ 未収穫期間の利用料 3～4年目 54,000円

募集期間

令和元年6月3日（月）～令和元年9月30日（月）

果樹（桃）団地（第1期）

場 所 山形市大字西中野

利用者の要件

①新規就農者、定年就農者等 ②もも栽培に意欲のある方 ③当農協管内の組合員（予定も含み） ④申込み時に於いて年齢が65歳未満である方

利用施設概要

- ①果樹団地 1区画20㌥：5区画
1区画30㌥：1区画 計6区画
- ②付帯設備 防風ネット、灌水設備
- ③設置機械 乗用モア、スピードスプレイヤー（次年度以降に整備予定）

年間利用料 ※協議中

募集期間

令和元年6月3日（月）～令和元年9月30日（月）

お問い合わせ 営農経済部 営農米穀課
TEL.023-624-8562