

管内(山形市・上山市・山辺町・中山町)の組合員の方々にお届けします



広報紙 JAやまがた 2022 / 11月号 発行 / 山形農業協同組合 〒990-8535 山形市旅籠町1-12-35 TEL.023-641-3121 FAX.023-631-4714 http://www.jayamagata.or.jp/



リンゴでさっぱりハンバーグ

山形のリンゴを皮ごと使ってソースにしました。意外な組み合わせのように感じますが、リンゴの甘酸っぱさとお肉のジューシーさのコラボをぜひ味わってください。



材料 (4~5人分)

- 合いびき肉..... 200g
- 玉ねぎ..... 1/2個(約100g)
- マヨネーズ..... 大さじ1
- パン粉..... 大さじ2
- A 牛乳..... 大さじ2
- 塩..... 小さじ1/3
- こしょう..... 小さじ1/5
- サラダ油..... 大さじ2

- リンゴ..... 1個
- 玉ねぎ..... 1/5個(約40g)
- しょうゆ..... 大さじ1
- 酢..... 大さじ1/2~1



1



①玉ねぎ1/2個をみじん切りにする。ボウルに調味料Aと玉ねぎのみじん切りを入れてよく混ぜる。さらに、合いびき肉を入れて粘りが出るまでよく混ぜる。

2



②①のタネを4~5等分にし、空気を抜きながら小判型に成型する。真ん中にややくぼみを作る。フライパンに油を敷き、中火で両面を焼く。

3



③小さめのボウルにしょうゆと酢を入れ、玉ねぎ1/5個とリンゴ(皮ごと)3/4個をすりおろして加える。

4



④残りのリンゴ1/4個は、皮ごと5ミリ角に切る。皿にハンバーグを盛り、その上に③のリンゴソース、さらにその上に角切りリンゴを飾る。

料理のワンポイントアドバイス

ハンバーグを焼く時間は表4分、裏7分が目安です。裏返したら、フタまたはアルミホイルをかぶせて蒸し焼きにしましょう。ソースは、リンゴの甘味・酸味によって酢の量を調整して下さい。



山形学院高校 ご紹介

山形学院高校の調理科では「食育」に力を入れており、調理の楽しさや食の大切さを地域に発信する取り組みを行っています。11月には「食フェスタ」と称した成果発表会が行われます。

特集 SDGs はじめの一歩

旬の料理 リンゴでさっぱりハンバーグ



おいしさ直売所 公式LINE

「わが家の防災デー」を決めよう

2~3カ月に1日、「わが家の防災デー」を決めてみましょう。家族と一緒にハザードマップを確認したり、家にある防災グッズがきちんと使えるのか点検してみましょう。

災害が起きたとき、
どう避難したらいいのかな



非常食の消費期限も
確認してみよう



水の出しっ放しをやめよう

水の出しっ放しをやめる、シャワーを浴びる時間を短くするなど、節水のアイデアを表にして取り組んでみましょう。

どれだけ節水
できたかな？



去年の水道代と
比べてみていいね



お皿の汚れを拭いてから洗おう

食事の後のお皿の汚れは新聞紙などで拭き取ってから洗おう。みそ汁やカレーなどは残さないように、盛り付けるときに量を工夫してみましょう。

海に油を流さない
ようにしましょう



魚もきっと喜ぶね



野菜の切れはしを料理してみよう

つつい捨ててしまいたいような野菜の皮や切れはし。実は、天ぷらやいため物、スープのだしになります。皮や切れはしを使ったレシピをインターネットで探して作ってみましょう。

ブロッコリーの茎も
食べられるんだよ



おいしい料理ができたら、
みんなに食べてもらおう



国連のアクションガイドに挑戦

国連の「持続可能な社会のために ナマケモノにもできるアクション・ガイド(改訂版)」を見てみましょう。1カ月の間に誰が一番多くできるかを友だちと競争してみても楽しいですよ。

「持続可能な社会のために
ナマケモノにもできる
アクション・ガイド(改訂版)」



参考資料:「10歳からの図解でわかるSDGs」「17の目標」と「自分にできること」がわかる本
平本督太郎著、メイツ出版刊

イラスト:ゆきたけし

出典:JA広報通信2022年7月号

希少動物を調べてみよう

いろいろな動物園のウェブサイト調べて、希少動物がどのように保護されているのかを調べてみましょう。

動物の保護も
動物園の仕事なんだよ



かわいい動物も
たくさんいるね



SDGs17のゴールとは？

目標1~6「人の安心・安全」

- 1 貧困をなくそう
- 2 飢餓をゼロに
- 3 すべての人に健康と福祉を
- 4 質の高い教育をみんなに
- 5 ジェンダー平等を実現しよう
- 6 安全な水とトイレを世界中に

目標7~12「経済のバランス」

- 7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに
- 8 働きがいも経済成長も
- 9 産業と技術革新の基盤をつくろう
- 10 人や国の不平等をなくそう
- 11 住み続けられるまちづくりを
- 12 つくる責任 つかう責任

目標13~17「環境・平和」

- 13 気候変動に具体的な対策を
- 14 海の豊かさを守ろう
- 15 陸の豊かさを守ろう
- 16 平和と公正をすべての人に
- 17 パートナリーシップで目標を達成しよう

11月号特集

SDGs はじめの 一歩

監修:平本督太郎
金沢工業大学SDGs推進センター所長

戮力
協心

最近よく目や耳にするSDGs(エスディーゼーズ)。難しそうなイメージですが、実はいつもの生活の中での何げない行動が、自然とSDGsにつながっていることもあります。親子で今日からできる取り組みをご紹介します。

SDGsって何だろう？

Sustainable
Development
Goals

(持続可能な開発目標)

SDGsとは、環境破壊などの世界共通の問題を解決し、より良い未来をつかっていくための目標のことです。17のゴールと具体的にどんなことをすればいいのかをまとめた169のターゲットが作られ、国連で採択されました。「誰一人取り残さない」を合言葉に、世界中の人たちが協力して2030年までの目標達成を目指しています。

今日からできる！身近なSDGsのアイデア

楽しみながら続けられそうなものを探してみましょう

簡単な野菜を育ててみよう

ベビーリーフや豆苗、葉ネギなど、簡単な野菜を育ててみましょう。慣れてきたら、他の野菜にも挑戦してみましょう。

自給自足の第一歩だね



自分が育てた
野菜っておいしいね



NPOを支援してみよう

子ども食堂など、子どもの貧困を解決するための活動をしているNPO*について調べてみましょう。家事を手伝っておこづかいをもらったなら、おうちの人に相談した上で、そのうちの少しの金額を寄付してみてもいいですね。

自分の地域にもSDGsに
取り組んでいる人が
たくさんいるんだね



自分でも何か
活動してみたいな



*NPO:Non-Profit Organization(民間非営利団体)。市民が主体になって活動する、利益を目的にしない組織。

棚卸休業のお知らせ

下記の日程にて棚卸を行います。棚卸当日は店舗の購買業務を休業とさせていただきますので、ご協力をお願いいたします。

棚卸実施日

- 広域配送センター 令和4年11月30日(水)
- グリーンやまがた 令和4年12月1日(木)
- 支店、農機センター 令和4年12月1日(木)



今月の表紙

斎藤裕之さん (上山市泉川)

斎藤裕之さんは、南部営農センター西洋梨部会の部会長を務められています。上山市と南部営農センターが連携して今年6月に降ひょう被害を受けたラ・フランスをふるさと納税の返礼品に採用し、11月1日から順次発送しています。斎藤部会長は「見た目にキズやへこみはあるが、味は全く変わらない」と話してくださいました。

ご家族だんらんパック (全7コース) ご注文受付中!

年末年始のご自宅用として、また大切な方への贈答品としてご利用ください。



だんらんパック(A)
11,880円 (税込)



三大ガニセット
22,680円 (税込)

※写真はイメージです。

- ご注文締切日 11月25日(金)
- 商品お届け予定日 12月23日(金)・24日(土)

※混雑時期のためお届け日・お届け時間のご指定はお受付出来ません。また、沖縄県・離島へのお届けは出来ませんので予めご了承ください。

お申込み・お問い合わせ 各支店・または本店経済課
TEL.023-624-8567

本沢の 青菜漬・おみ漬

11月14日 販売開始



山形もとさわの冬の味覚、青菜漬。肉厚の葉のシャキシャキとした歯ごたえと、爽やかな辛みが特徴です。地元産の素材にこだわり、真心こめて丁寧に漬け込みました。

- 青菜漬4kg4,200円 (税込)
- 青菜漬2kg2,400円 (税込)
- 青菜漬・おみ漬 詰合せ (青菜漬300g・おみ漬250g 各4袋)3,840円 (税込)

お問い合わせ

(株)ジェイエイあぐりんやまがた エコーブもとさわ

※直売所はファミリーマート+全農ふれあい広場もとさわ店敷地内
営業時間 午前9時~午後5時30分

TEL.023-688-5773 FAX.023-688-9189

JAやまがた女性部 ふるさとの味 青菜漬・おみ漬 販売開始

種まきから刈り取りまで丹精込めて栽培した青菜を、昔ながらの方法で真心を込めて丁寧に漬け込みました。山形のおふくろの味「青菜漬」「おみ漬」をどうぞご賞味下さい。

- 青菜漬4kg (バラ詰め) 4,000円 (税込)
- 青菜漬3kg (1kg×3袋) 3,750円 (税込)
- おみ漬 (500g×4袋) 4,020円 (税込)



お申込み期間 11月10日~12月23日

発送期間 11月15日~12月26日

お問い合わせ 受付時間 午前9時~午後5時

山形農協加工所
山形市大字中野笹の町3459
TEL.023-684-0730 FAX.023-684-6986

役員より



理事 武田 政則

JAの基本柱は、農家組合員の皆様の所得向上と地域農業の振興にあると思っております。昨今の新型コロナウイルス感染症拡大の影響から、販売価格は低下し農業収入の減少に繋がっていると考えられます。

本年度、販売手数料を1.5%上げた当JAとしては、販売努力が急務であります。最低でも前年度比1.5%以上の販売努力をしなければなりません。役職員は一人となり販売努力を行っていきましょう。

また、ウクライナ情勢と円安ドル高により、原油価格が高騰し、肥料をはじめ農業生産資材も過去に例を見ない程の高騰・品薄になっております。今こそ、JAの力で安定供給、安定販売を行ってまいります。



理事 鎌水 豊

現在の社会状況は、コロナ禍やウクライナ侵攻による世界経済の激変や異常気象による災害の増加等、大変な変化を求められている状況にあります。昨年、農林水産省の監督指針が見直され、早期警戒制度の導入と自己改革の継続的な取組みが制度化された事により、JAは、持続可能な収益性と将来にわたる健全性の確保等が求められています。

当JAとしては、自分で考え、新しいものにも目を向けられる、今までとは違う変化した見方ができるJAになる必要があると考えております。

健全経営を行い、安定した利益の確保がなければ、農家組合員の皆様の所得増加へとつながらない事を自覚し、農家組合員の皆様のために、県都のJAであるJAやまがたの明るい未来、輝く未来を後世に伝えていくために、農家組合員の皆様と共に前進していかなければならないと思います。

JAやまがた 金融移動店舗「ふれあい号」

JAやまがたでは、組合員の皆様の利便性向上にむけ、金融移動店舗「ふれあい号」の運行を下記のスケジュールのとおり行っております。ぜひ、ご利用ください。

乗務員 JAやまがたの金融窓口職員が対応いたします。

お取扱業務 普通貯金の入出金、通帳記帳、通帳繰越発行、各種税金・公共料金の収納

※定期性貯金、為替による振込みはお取扱いできませんのでご了承ください。



運行スケジュール

曜日	地区	午前中 営業時間	地区	午後 営業時間
月曜日	ふれあい山元	9:30~ 11:00	ふれあい中山	13:00~ 14:30
火曜日	ふれあい相模		ふれあい山寺	
水曜日	東沢上宝沢 公民館			
木曜日	ふれあい中山		ふれあい山元	13:00~ 14:30
金曜日	ふれあい山寺		ふれあい相模	



JAやまがた NEWS TOPICS

9月18日(日)

日本一の芋煮会フェスティバル 3年ぶりに開催

山形市の馬見ヶ崎川河川敷で「日本一の芋煮会フェスティバル」が3年ぶりに開かれました。直径6.5mの巨大鍋「3代目鍋太郎」で調理した芋煮、約3万食が提供され、多くの来場者が青空の下で芋煮を堪能しました。

芋煮の食材には、山形市の鈴木伝弥さん、隆史さんが生産した長ネギ約800*と遠藤寛さんが生産した長ネギ約50*が使用されました。9月17日には、山形学院高校でネギ切りセレモニーが行われ、長ネギ200*分を生徒が切りわけました。長ネギを提供した鈴木伝弥さんは「芋煮会では、里芋と牛肉と一緒にネギを食べて、ネギの甘味を感じてほしい」と話しました。



10月3日(月)

実りの秋を迎え 米の出荷が本格化

中央営農センターでは、2022年産米の検査本格化にあたり、蔵開きを行いました。生産者とJA役職員が参加し、良質米出荷や作業の安全を祈願しました。

今年度は、当JAの16か所の検査場で、11月中旬までに20万俵の集荷を目標にしています。



「日本の棚田百選」に認定されている山辺町大蔵の棚田では、稲を掛けた杭が並び、天日干しによる自然乾燥の見事な風景が広がっていました。



9月29日(木)

佐藤山形市長の誕生日を 祝いバラの贈呈



山形市のバラ生産者、秋葉俊彦さんと大山武彦さん、当JAの岡崎輝明組合長、JA山形市の大山敏弘組合長が山形市役所を訪れ、9月30日に47歳の誕生日を迎える佐藤孝弘山形市長に47本のバラの花束を贈りました。

生産者の2人は毎年、佐藤市長へ歳の数のバラを贈り、誕生日を祝福すると同時に、山形市産のバラをPRしています。

今年度は鮮やかなピンク色の「オールフォーラブ」、オレンジ色の「フェスティボ」の花束2つを生産者から佐藤市長へ手渡しました。

佐藤市長は「毎年、すばらしいバラをいただきありがたい。元気をもらったので、ますます頑張っていきます」と感謝の言葉を述べました。

9月29日(木)

福祉センターぶどう狩り

福祉センター青田の利用者は9月28日と29日の2日間、山形市十文字にある梅津実さんの園地を訪れ、ぶどう「ナイアガラ」の収穫を行いました。色や形を見極めながら選んだ「ナイアガラ」を、ハサミを使って収穫しその場で味わいました。

梅津さんは「たくさん食べて、ぶどう狩りを満喫してほしい」と呼び掛け、利用者の代表は「甘くてとても美味しかった。ありがとうございました」とお礼の言葉を述べました。

梅津さんは同センターの利用者に外の空気を吸いながら、新鮮なぶどうを味わってもらおうと6年前から招待してくださっています。



9月16日(金)

カントリーエレベーター 安全祈願祭



当JAとJA山形市が共同出資する山形地区カントリーエレベーター組合は、今年のカントリーエレベーターの初稼働に向けて安全祈願祭を開き、作業員やJA役職員ら約30人が出席しました。

山形地区カントリーエレベーター組合の会長である当JAの栗原秀行専務は「生産者の日頃の管理により、稲の生育は平年並み。事故やけがの無いよう十分留意して作業に当たってほしい」とあいさつしました。副会長でJA山形市の佐藤安裕専務の音頭で乾杯し、稼働期の無事故と作業の安全を祈りました。

今年度は、9月17日から受け入れを始め、受け入れ予定量は乾燥もみで2735トンを見込んでいます。

9月12日(月)

シャインマスカット 出荷説明会

西部営農センターぶどう部会は、山形市の本沢集荷場で大粒ぶどう「シャインマスカット」の出荷説明会を開きました。

生産者ら約30人が参加し、県村山総合支庁農業技術普及課の職員とJA職員から生育状況や出荷規格、市場情勢などの説明を受けた後、各等級のサンプルを見ながら、房や粒の大きさ、粒ぞろい、果皮色などを確認しました。

同ぶどう部会の佐藤吉之副部長は「糖度の出荷基準は17度以上。収穫時期を見極めながら出荷していこう」と呼び掛けました。



9月7日(水)

「家の光」記事活用学習会 を開催



女性部は、本店で「家の光」の記事を活用した学習会を開き、各支部の代表など35人が参加しました。

学習会の前半は、「家の光」9月号の別冊付録「書いて備える! 家族みんなの防災ノート」を読み合わせた後、洪水ハザードマップの見方を確認しました。

後半はSDGsについての学習会として「みつろうラップ」の制作と、個人や女性部としてできるSDGs活動について話し合いました。

「みつろうラップ」は木綿布にみつろうを染み込ませたもので、手の温度で形が変化するため食品ラップの代わりになり、繰り返し使えるエコなアイテムです。部員たちは、布の上みつろうを満遍なく広げた後、オープンシートをかぶせ、アイロンの熱でみつろうを溶かし布全体に染み込ませてラップを作りました。

相談業務課 山形税務署からのお知らせ
「決算のしかた」の説明動画の掲載について

税務署では、本年度も個人事業者の方を対象とした決算説明会につきまして、新型コロナウイルス感染症の感染状況等各般の事情を総合勘案し、開催を見合わせました。
つきましては、説明会の開催に替えて、決算の方法・注意点等を説明する動画「決算のしかた（青色申告編・白色申告編・農業所得編）」をYouTube国税庁動画チャンネルに掲載しておりますので、是非ご覧ください。

国税庁動画 決算 検索

不動産センター

10月 OPEN!!

山形市南館4丁目に
山形県コロニー協会 グループホーム
【南館ホームA棟B棟】
開所しました!!



組合員様の土地有効活用のため、社会福祉法人山形県コロニー協会様へご紹介し、賃貸借契約を結ばせていただきました。

12月末日まで賃貸物件ご成約の方に/
新米食べ比べセット つや姫・雪若丸 各2kg
プレゼントキャンペーン実施中!



『やまがた暮らし応援カード』事業協賛店です!

山形県への移住希望者を対象に交付された『やまがた暮らし応援カード』をご持参し、賃貸物件ご成約いただいた方へ

お米プレゼント!! つや姫・雪若丸・はえぬき

各5kg



当センターでは、新型コロナウイルス感染症対策、遠方にお住まいの方とのやり取りを円滑に行うため、賃貸物件に担当者が出向き、オンラインを使って映像や物件内を紹介する「オンライン内覧」、契約を結ぶ際にインターネットを活用して映像と音声を双方向でやりとりできる「IT重説」を行っております。



賃貸物件情報はこちら▶

資産サポート部では組合員の皆様へ大切な資産を有効に活用するためのご提案を行っております。

10月3日(月)

山形県シャインマスカット
品評会

山形市の霞城セントラルで大粒ぶどう「シャインマスカット」の品評会が開かれました。7JAから29点の出品があり、県やJA全農山形の代表らが房の形状や果皮色、食味などを審査しました。

審査委員長を務めた県農業総合研究センターの石黒亮所長は「高温や日照不足など厳しい栽培環境の中、生産者の努力で高品質なものばかり。入賞したシャインマスカットは特に粒ぞろいも良く、素晴らしい出来だった」と講評しました。

■優賞 鏡 岩吉さん



9月15日(木)

農産物検査員任命書交付式

米検査のスタートを前に、本店で2022年度農産物検査員任命書交付式を開き、栗原秀行専務から各営農センターの代表者4人に任命書が手渡されました。

今年度は、17人の検査員が各検査場所で9月16日から米などの検査業務に当たります。

栗原秀行専務

「JAやまがたの検査員だという自覚と責任を持って、組合員の皆様が丹精込めてつくった農産物の検査に当たってほしい」

決意表明

南部営農センター営農経済課
樋口彰史副主査

「JAやまがたの農産物検査員として、適正かつ公正な検査を行います」



農業情報 Agricultural Information

JAやまがたの農産物を責任持って販売します JAやまがた青果物販売協力会

東京千住青果株式会社 代表取締役社長 岩澤 均	東京青果株式会社 代表取締役社長 川田 一光	東京新宿ベジフル株式会社 代表取締役社長 遠藤 貢司
東一川崎中央青果株式会社 代表取締役社長 鳥津 忠安	東京多摩青果株式会社 代表取締役社長 富田 雄一	株式会社 石巻青果 代表取締役社長 菊池 和彦
横浜丸中青果株式会社 代表取締役社長 後藤 正明	東京シティ青果株式会社 代表取締役社長 鈴木 敏行	山形丸果中央青果株式会社 代表取締役社長 二ノ戸 長作
京都青果合同株式会社 代表取締役社長 内田 隆	金港青果株式会社 代表取締役社長 池田 満	岐阜中央青果株式会社 代表取締役社長 岡部 宏行
大阪北部中央青果株式会社 代表取締役社長 三木 博司	大阪中央青果株式会社 代表取締役社長 中島 啓太	仙台あおば青果株式会社 代表取締役社長 安藤 堅太郎
富山中央青果株式会社 代表取締役社長 安井 豊	名古屋青果株式会社 代表取締役社長 吉田 真太郎	

オススメ読書

購読申し込み
経済課
TEL.023-624-8567



花を飾る
1本から始める、彩り豊かな部屋づくり
増田由希子 著
家で花を楽しみたい人必見!花1本から、または少ない本数・種類で素敵に飾る方法を紹介。家にあるグラスや空き瓶など身近なものを使うから、今すぐに始められる。お手入れ法など基本の扱い方も丁寧に解説。
定価(税込)1,650円



奇跡の鎌田式ウォーキング
速進歩で体も心も劇も若返る
鎌田寛 著
いつまでも自立した生活を送るために重要なのが「脚」。74歳の現役医師が実践する、3種類の歩き方を組み合わせたウォーキングなら短時間で最大の効果が得られる!簡単エクササイズやおすすめ生活術も紹介。
定価(税込)1,320円

読者の広場

11月号のテーマ
お米

- 「はえぬぎ」「つや姫」「雪若丸」の新米を買って味くらべが我が家の新米を食べる行事です。今年もどのお米もとても美味しくいただきました!山形に生まれて幸せです!(山形市Tさん)
- 食べくらべてみると、それぞれのお米の特徴が分かり楽しいですね。
- 新米の季節ですね。稲刈りは家族で鎌を手を持ち田んぼに入り、父・母・祖母・兄・姉と日曜日には総出でした。ヌカでたいた新米のうまい事。手作りの生みそを握りたてのおにぎりに塗ったくておばあちゃんがタ方作ってくれました。生みそのうまいおにぎりが最高でした。うまい!(山形Oさん)
- 稲刈り後のみそおにぎりは格別ですね。久しぶりにみそおにぎりが食べたくなりました。
- おいしいヘルシー米粉は結構使っています。天ぷらの衣には天ぷら粉に米粉を入れると本当にスッキリ、カラッとおいしく出来ますね。鶏唐揚げにも必ず米粉を使っています。(上山市Oさん)
- 料理によってさまざまな食感になる米粉は万能ですね。

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/11月25日(金)(当日消印有効)

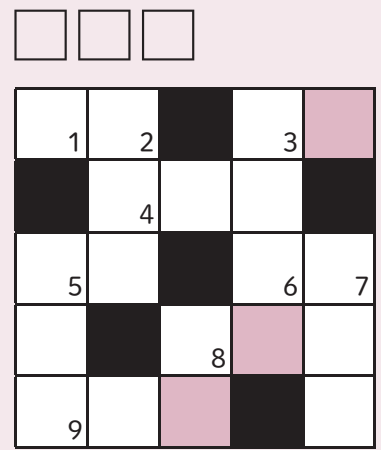
●プレゼント/「クロスワード」正解者、またはご意見、ご感想を下された方の中から抽選で3名の方に「おいしさ直売所商品券」1,000円分をプレゼント。当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。
10月号クロスワードの答え: シンマイ

12月号のテーマ
冬休み

あとがき 今月号の特集では、今日からできるSDGsの取り組みをご紹介します。最近によくSDGsという言葉を目にします。電気を付けっぱなしにしない事やごみの分別など出来ることから取り組んでいきましょう。

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。



- ↓タテのカギ
- 美しくするために、置いたりぶら下げたりする物。
 - 自動車・飛行機・船などを動かすもととなる装置。
 - 会議にかけて検討する題目。
 - 新聞や雑誌の記事を集めたり書いたりする人。
 - 俳句などで季節を表す言葉。

- ヨコのカギ
- 消防車の色は?
 - 衣服の首周り。
 - 禅宗で静かに座って行う修行。
 - 世の道理。対人関係や社会関係において、守るべきとされる慣習。
 - ある事を行う時。一定の期間。
 - その行いをしてはいけないと止めること。
 - ショートケーキの上に乗っている赤い果物。

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(9月27日開催)内容より

●報告事項

- 令和4年度上半期内部監査実施報告書について
- 令和3年度末支店別部門損益の報告について
- 令和4年度第3四半期余剰金運用計画書について
- 令和4年度第2四半期相談業務課事業報告について
- 令和4年度産米概算金価格の設定について

●協議事項

- 令和4年度8月末事業実績について
- 令和4年度8月末仮決算について
- 「経理規程」の一部変更について
- 「育児休業等に関する規程」および「介護休業等に関する規程」の一部変更について
- 令和4年度クロスチェックの実施について

福祉センター青田 健康コラム vol.94

10月の通所介護

10月の通所介護の様子を写真で紹介しています。

- フラワーアレンジメント教室
- プランター教室
- 福祉センター芋煮会

自分の歯で保つ健康

今年の敬老の日に百歳を迎えた方は県内で1036人と、『人生百年時代』が現実になりつつあります。長生きの秘訣を問うと「何でもよく噛んで食べる」と答える方が多いようです。健康な身体を保つためには、タンパク質を豊富に含む肉類・魚介類・大豆製品・野菜類・ナッツ類などをバランスよく摂ることが大切です。これらを食べるには自分の歯をそろえ、噛む力や飲み込む力を保たなければなりません。

東京都のある研究グループが介護認定のない高齢者を対象に口の健康状態を調べ、その経過を追ったところ次の六項目が介護リスクを高めるとわかったそうです。

- ①自分の歯が20本未満
- ②会話中に相手に聞き返されることが増えた
- ③奥歯でしっかり噛めなくなってきた
- ④舌の動きが鈍くなってきた気がする
- ⑤以前に比べて硬いものが噛みにくくなってきたと思う
- ⑥お茶や汁物でむせることがあると思う

このうち三項目以上当てはまると特にリスクのある状態と判定されてしまいます。長生きには『口の中の健康』が欠かせません。健やかな老後を迎えるため、かかりつけの歯医者を持ち、口腔内のメンテナンスを行っていきましょう。

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