

管内(山形市・上市市・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 / 12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/



あかね入り三色オムライス

山形伝統野菜「赤根ほうれんそう」の甘味を引き立たせるため、卵には味付けをしていますが、彩りも良くクリスマスにも楽しめる一品です。



材料 (4人分)

- 赤根ほうれんそう.....2株
- 卵.....4個(1人1個)
- 牛乳.....大さじ4(卵1個に対して大さじ1)
- 油.....適量
- 牛肉(こま切れ).....150g
- 小麦粉.....大さじ1
- 塩、コショウ
- しめじ.....1/2パック
- トマトジュース...小1缶(160g)
- トマトケチャップ...大さじ3~4
- 中濃ソース.....大さじ2
- 水.....100cc
- ご飯.....茶碗4杯程度

1



①牛肉に塩コショウをし、両面に小麦粉をまぶす。肉が大きければ手でちぎる。しめじは石づきを取り除き、1本ずつほぐしておく。

2



②フライパンに油小さじ2を熱し、中火で牛肉の両面を焼く。肉の色が変わったら、しめじ、調味料Aを入れて煮込む。全体にとろみがついてきたら火を止める。

3



③ほうれんそうを長さ1センチ程度に切る。卵は割って牛乳とともに混ぜておく。

4



④小フライパンに油小さじ2とほうれんそう1/4量を入れて炒める。しんなりしてきたら、卵液1人分を入れて全体が固まるまでかき混ぜる。(これを4つ作る)皿にご飯、オムレツ、ソースを盛り付ける。

料理のワンポイントアドバイス

ソースに玉ねぎや赤ワインを加えると、野菜の甘味やコクがプラスされて一層美味しくなります。トマトジュースの塩分に合わせて塩コショウの量を調整してくださいね。



山形学院高校 ご紹介

3年生は高校生活も50日を切りました。この期間の中に調理科は食育の成果発表会や保護者の方へ向けた感謝の会など締めくくりの行事が盛りだくさんとなっています。

特集 農産物で受験生応援! 繋ぐ伝統「合格リンゴ」

旬の料理 あかね入り三色オムライス



おいしさ直売所 公式LINE



12月号特集

農産物で受験生応援! 繋ぐ伝統「合格リンゴ」



J Aやまがた青年部東金井支部は毎年、受験を目前に控えた12月に、地区の中学3年生を応援するため「合格リンゴ」を贈っています。合格リンゴの取り組みについて青年部東金井支部の長岡和樹支部長にお話を伺いました。



色付き前のリンゴ「ふじ」に「合格祈願」の色抜きシールを貼る



20年目を迎えた「合格リンゴ」
——合格リンゴの取り組みを始めた経緯を教えてください。
長岡 青年部東金井支部が再結成した際に、当時の部員が地区の方々と交流できる新しい事をしたいと取り組みを始めたのがきっかけです。取り組みを始めて今年で20年目を迎えました。

——合格リンゴはどのように作られているのですか。

長岡 地区の生産者の方からリンゴの木をお借りし、管理していただき、色付き前のリンゴ「ふじ」に部員が「合格祈願」の文字の色抜きシール

を手作業で貼っています。今年は9月16日に約350枚のシールを貼り、収穫時期を迎えた11月18日に収穫を行いました。その後、受験合格祈願のご利益がある高畠町の亀岡文殊で祈禱したリンゴを受験生に贈っています。

——今年のリンゴの出来はいかがですか。

長岡 いろいろな農作物を育てている中で、リンゴは1年の最後に収穫するので天候や鳥による被害のリスクも多い農作物ですが、適切に管理していただき、雨や台風にも負



けず、素晴らしい出来に仕上がったと思います。色付きも良く、「合格祈願」の文字もくっきりとしています。受験



生には合格リンゴを食べて、力に変えて頑張ってください。す。長期間飾っておくよりも早めに食べてもらいたいです。
子ども達の力になりたい
——取り組んで良かったことはありますか。
長岡 贈呈式で合格リンゴを贈った際に受験生からの感謝の言葉や、保護者から「合格リンゴをもらえるのいいよね」と聞くと、とても嬉しく



思います。販売場所を聞かれる事もあります。地区の子ども達のために作っているの

で販売はしていません。
——大変なことはありませんか。
長岡 大変なことは、亀岡文殊へ祈禱に行った際に、リンゴの入ったコンテナを持って石段を登ることです。重くて大変ですが、受験生のために慎重に運んでいます。

——取り組みへの想いを教えてください。

長岡 合格リンゴは、青年部東金井支部の伝統になっている取り組みなので、絶やさず続けていきたいです。私自身も中学生の時に合格リンゴをもらったことがあり、とても嬉しかったのを覚えています。その時の気持ちを忘れず、地区の子ども達の力になれるような事を続けていきたいです。

地域貢献と食農教育

——その他の活動について教えてください。

長岡 青年部東金井支部では、地区の幼稚園や学校と提

携した食農教育に力を入れて活動しています。合格リンゴの取り組みの他に遊休地を活用したひまわり畑に幼稚園児を招待する「ひまわり事業」や、小学校4年生に「コサージュ作り」を指導して、卒業を迎える6年生にプレゼントするなどの活動を行ってきました。最近ではコロナ禍もあり、思うように活動出来ない日々が続きましたが、直接コサージュ作りを指導出来ない代わりに、作り方の説明動画を作成し、使用する花と一緒に小学校へ贈るなど工夫しながら活動しています。今後地域貢献と食農教育に積極的に取り組んでいきたいです。

今月の表紙



J Aやまがた青年部 東金井支部

(後列左から) 池野伸幸さん、稲村英治さん、森谷佳則さん
(前列左から) 鈴木郷司さん、長岡和樹さん、安達峻祐さん

肥料価格高騰対策 支援事業

肥料価格の高騰に対し、国・自治体より助成金が支援されます。

当JAより購入の肥料についてはJAより一括申請致します。



お申し込み方法 については

当JAグリーン店へお問合せください。
申請締切日 令和5年1月13日(金)

- 第9回理事会 [10月27日開催] 内容より
- 報告事項
 - ・第8次中期経営刷新計画 常勤役員と新規就農者との対話活動について
 - ・令和4年度産米集荷状況について
- 協議事項
 - ・高額貸出金に係る貸付について
 - ・山形農業協同組合企業年金規約の一部変更について

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。

おいしさ直売所 会員(生産者)募集

説明会のお知らせ

JAやまがたおいしさ直売所の会員(生産者)募集説明会を行います。参加を希望される方は、電話でお申し込みのうえご来場下さい。

- 安全・安心、良質な農産物、加工品を出荷していただける方を募集しております。
- 自分で作った農産物に、自分で値段をつけ販売できる直売所です。

日時 令和5年1月10日(火) 13:30 ~
場所 山形市旅籠町一丁目12-35JAやまがた本店 2階会議室

申込期間 令和4年
12月7日(水) ~ 12月27日(火)

お問い合わせ

営農経済部 園芸販売課
TEL.023-624-8568



グリーン店年末年始営業のお知らせ

12月29日(木) 通常営業
30日(金) 休業
31日(土) 休業
1月1日(日) 休業
2日(月) 休業
3日(火) 休業
4日(水) 通常営業

平素は大変お世話になっております。年末年始は左記の通り、営業日を変更させていただきます。ご迷惑をおかけしますが、どうぞよろしくお願い申し上げます。

※コイン精米機についても、一部店舗については休止させていただきます。

役員より



理事 須田 和弘

今年も農業を取り巻く環境は大変厳しいものがありました。コロナ禍、天候不順による大雨、降ひょう、生産資材の高騰、生産者の減少など多くの問題が山積しています。JAにしかない、JAだからこそ出来る信頼を見つけることが大切だと思います。

1. 各部門の垣根を取り払い、JAやまがた全体として適切な情報を提供します。
2. 情報開示に努め、地域社会に開かれたJAやまがたを目指します。
3. 地域や組合員の皆様に適した先進技術の導入に努めます。
4. 倫理観を持った創造的な役職員を育成します。結びに、信頼される組織が大切です。それを目指すのがJAやまがただと思います。



理事 丹野 雅彦

師走に入り組合員の皆様には気忙しい日を送られていることと思います。

世界の現状を見ますとロシアによるウクライナ侵攻、北朝鮮の無謀なミサイル発射、第8波に入った新型コロナウイルスどれを取っても終わりの気配がまだ見えません。さらに、物の値上がりも例外でなく燃油、生産資材、肥料、農薬等ありとあらゆる物が値を上げている現状です。JAやまがたも、あらゆる手法で対策に力を入れているところです。

また当JAは安定的な販売力、指導力、そして健全性、収益性をもう一段レベルアップできればスムーズな自己改革の取り組み、早期警戒制度の導入など早急に行うことが出来ます。そして地域農業の発展・持続、農家組合員の皆様の所得向上につなげていきたいと思っております。

新年を迎えることにあたり皆様のご健康をお祈り申し上げます。

JAやまがた広報モニター募集

当JAの広報紙「JAやまがた」の内容の充実を図ることを目的とした「広報モニター」を募集いたします。以下の内容をご覧ください、ぜひご応募ください。

対象	JAやまがたの組合員または組合員の同居家族
期間	令和5年1月号~令和5年12月号(1年間)
募集人数	10人 ※応募多数の場合は抽選
内容	年に数回、広報紙内容アンケートへの回答(良かった記事、改善すべき記事、特集要望など)
謝礼	一月分の提出につき、500円のおいしさ直売所商品券を進呈(半年ごとに集計し、お送りいたします)
応募方法	「広報モニター応募」と明記し、下記のいずれかの方法でご応募ください。 ●ハガキ 「広報モニター応募」と明記し、氏名、年齢、職業、郵便番号、住所、電話番号を記入し下記の宛先に郵送 ●FAX 「広報モニター応募」と明記し、氏名、年齢、職業、郵便番号、住所、電話番号を記入し下記のFAX番号に送信 ●Eメール タイトルに「広報モニター応募」と明記し、氏名、年齢、職業、郵便番号、住所、電話番号を記入し下記のアドレスに送信 ※様式は任意 ※電話での応募は受け付けませんのでご了承ください。
応募期日	令和4年12月23日(金) 必着
応募先	〒990-8535 山形県山形市旅籠町一丁目12番35号 JAやまがた 総務課 広報モニター係 FAX: 023-631-4714 Eメール: kikakukanri@jayamagata.or.jp
その他	個人情報保護法に基づき、広報モニターに応募された方の個人情報は当JA内で厳重に管理し、広報モニターの委嘱および広報モニターへの資料等送付以外に利用いたしません。

国が支える。安心が大きくなる。 農業者年金のご案内

農業者年金は、国民年金の第1号被保険者(保険料納付免除者を除く)で、年間60日以上農業に従事する60歳未満の方であれば、どなたでも加入できます。(*)
*農業者年金に加入される方は、国民年金の付加年金(付加保険料月額400円)への加入も必要となります。



農業者年金のメリット

1. 少子高齢化時代に強い積立方式の年金です

自ら納めた保険料とその運用益(付利)を年金の原資として積み立てていき、この年金原資の額に応じて将来受け取る年金額が決まる「積立方式(確定拠出型)」の年金です。

自分が必要とする年金額の目標に向けて、保険料を月2万円(35歳未満で政策支援加入の対象とならない方は1万円)~6万7千円の範囲で自由に決められ、経営の状況や老後設計に応じていつでも見直せます。

2. 終身年金で80歳までの保証付きです

農業者年金は生涯支給されます。仮に加入者・受給者が80歳前に亡くなった場合でも、死亡した翌月から80歳までに受け取れるはずであった農業者老齢年金の額の現在価値に相当する額が、死亡一時金として遺族に支給されます。

年末・年始のATMご利用日のご案内

1. 年末年始の当JAのATMのご利用について つぎのとおり営業いたします。

	12月31日(土)	1月1日(日)	1月2日(月)	1月3日(火)
JAやまがた管内ATM	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00	9:00~17:00

※千歳支店・天神支店は8時から利用ができます。ただし、12月31日のみ9時からの利用となります。
※JAビルについては終日休止となります。

2. 県外のJA・他金融機関のATMご利用について

山形県内JAのキャッシュカードをお持ちのお客様が、年末年始期間中に県外のJA・他金融機関・ゆうちょ銀行のATMおよびコンビニATM(セブン銀行・イーネットATM・ローソンATM)をご利用される場合は、つぎのとおりとなります。

	12月31日(土)	1月1日(日)	1月2日(月)	1月3日(火)
県外JAゆうちょ銀行	8:00~21:00	8:00~21:00	8:00~21:00	8:00~21:00
他金融機関	8:00~21:00	8:00~21:00	8:00~21:00	8:00~21:00
コンビニATM	8:00~21:00	8:00~21:00	8:00~21:00	8:00~21:00

金融機関によっては、ご利用いただけない日(時間帯)がございますので、ご利用される金融機関にお問合せください。

ご不明な点は、最寄りのJAにお問い合わせください。

10月25日(火)

「モンテ棚田米」を贈呈

山辺町の山間部にある「大蔵の棚田」再生に取り組む「グループ農夫の会」代表の稲村和之さんが本店を訪れ、岡崎輝明組合長に「モンテ棚田米」を贈りました。

今回贈られたモンテ棚田米は、モンテディオ山形とのコラボレーション商品。品種は「山形95号」で、炊きあがったときの光沢の良さと、粒がしっかりとて歯応えがあるのが特徴の県オリジナル品種です。イタリア料理店「アル・ケッチャーノ」の奥田政行シェフによる棚田米の美味しい炊き方の説明書がセットになっています。

1999年に「日本の棚田百選」に認定された大蔵の棚田は、高齢化や担い手不足による影響で一時は約7割が耕作放棄地に近い状況となりましたが、棚田を再生したいという思いのもと、2011年にグループ農夫の会などのボランティア団体が立ち上がり40%まで減少した棚田は、現在2.5%まで拡大しました。



10月31日(月)

農協監査士資格試験に合格

2022年度農業協同組合監査士資格試験に合格した人事課の板垣桃子主事に岡崎輝明組合長から合格証書が伝達されました。

試験は9月1、2日に行われ、全国の301人が受験し、62人が合格しました。合格率は20.6%で県内の合格者は1人でした。

岡崎組合長は「一生懸命に努力した成果が実り、嬉しく思う。職員の頑張りは組合員にとっても心強い。今後とも組合員、地域の皆様にとってなくてはならないJAの職員として頑張ってください」と激励しました。



10月29日(土)・30日(日)

高校生が試食イベント開催



おいしさ直売所落合店で、山形学院高等学校調理科の生徒が作ったお菓子の試食イベントを開催しました。広報紙でレシピ紹介のページを担当する縁で企画されました。

生徒が直売所の店頭で立ち、29日は「カボチャプリン」、30日は広報紙10月号にレシピが掲載された「カボチャパイ」を来店したお客様に配りました。両日とも約400個のお菓子を準備しましたが、2時間程度で配り終わる人気ぶりでした。カボチャプリンを食べた来店者は「なめらかでカボチャの味がしっかりとて美味しかった」と話しました。

10月29日(土)

資産運用セミナー開催

金融共済部は山形市の協同の杜JA研修所で資産運用セミナーを開きました。午前と午後の二部制で午前を役職員向け、午後を一般向けとして行い、合わせて約90人が参加しました。

講師にファイナンシャルプランナーの洞口勝人さんを迎え「資産運用セミナー 今こそインフレと円安に備える」と題し、世界の人口の推移や金利などについて説明しました。

セミナーの参加者は「人口推移が金利に影響していることなどが分かり勉強になった」と話しました。

同JAでは、組合員・利用者からの資産形成ニーズに応えるため、専門販売担当者2人を本店に配置し、投資信託や国債の運用提案業務を強化しています。



10月25日(火)

旬を迎えたラ・フランス直売所で販売開始



山形県が日本一の生産量を誇る西洋梨「ラ・フランス」の予冷品の販売開始基準日を迎え、山形市内に3店舗あるJAやまがたおいしさ直売所では特設コーナーにラ・フランスがずらりと並び、秋の味覚を買い求める人で賑わいました。

今年の管内産西洋梨の生育状況として、6月12日の降ひょうで上山市に被害がみられましたが着果量は平年並みで、果実肥大についても7月の好天と降雨により平年並みからやや大きい生育となっています。

10月15日(土)

女性部青菜加工グループ 青菜の圃場を巡回

女性部青菜加工グループは、「青菜漬」に使う青菜の生育状況を確認するため、山形市内にあるメンバーの圃場を巡回しました。

同行した西部営農センターの寒河江章課長補佐が丈の長さや病害虫の有無を確認し、アドバイスしました。

メンバーが栽培した青菜は昔ながらの方法で丁寧に漬け込み、11月15日から「青菜漬」「おみ漬」が全国へ発送されています。申込みは12月23日まで受け付けています。ふるさとの味をぜひご賞味ください。



10月13日(木)・14日(金)

秋の味覚堪能 新米祭り・芋煮会



福祉センター青田で新米祭りと芋煮会が開催されました。利用者の昼食に「つや姫」の新米で作ったおにぎりセンターの畑で収穫した野菜を使って作ったコロッケや卵焼き、シソ巻きなどのおかず入りの弁当と芋煮が提供され、センターの外で味わいました。

芋煮には、センターで収穫した里芋と、JA職員が育てた里芋を使用し、芋煮作りの仕上げに、利用者の代表が鍋にネギを入れて完成させました。

利用者は「里芋が柔らかくておいしい。みんなで食べるご飯は格別の味」と話しました。

**はれやか！
女性部**

**10月12日 明治支部
飾り羽子板づくり**

明治支部は、ハーブライフアンドガーデンの佐竹文子さんを講師に、飾り羽子板作りを行いました。桐で出来た羽子板に帯地を貼り、その上に松や蓮の実、リボンなどをホットボンドで貼り付けて飾りました。参加した部員は「飾り方に個性が出て楽しい」と話しました。



**10月21日 宮川支部・西郷支部
合同講演会を開催**

宮川支部と西郷支部は、一般社団法人農山漁村文化協会の渡邊紗恵子さんを招き、上山南支店で講演会を開きました。

雑誌「現代農業」を活用し、肥料高騰によって注目されている「緑肥」についての話や、簡単に出来る土壌診断の方法などを紹介しました。



**10月25日 女性部交流会
スティールパン音楽コンサート♪**

女性部の交流会として「スティールパン音楽コンサート」が山形市の遊学館ホールで開かれました。女性部の交流会はコロナ禍もあり3年ぶりの開催となりました。



「スティールパン」はカリブの島国トリニダード・トバゴで生まれ、ドラム缶から作られた音階のある打楽器です。

山形市出身のスティールパン奏者である太田真由美さんと同市出身のマリンバ奏者の神原瑤子さん、ドラムの深瀬順平さんの「パーカッショントリオSHIN」を迎えて開かれたコンサートでは、太田さんのオリジナル曲「Pan of Smile」など全11曲が演奏されました。

令和4年産米 JAやまがた共同計算に係る経費内容について

支出項目	内容
保管料・入出庫料	倉庫保管料、出庫料
運賃	産地から販売先指定場所に係る輸送運賃
集約保管等経費	県外に運んだ物が対象、消費地倉庫に保管したものの保管料
山形米ブランド確立活動費	ブランド米産地形成確立対策費、検査技術体制確立費
安全・安心検査費用	残留農薬検査料、米穀検定料他
全農手数料	1俵154.0円 (JA販売分を除く)
JAへの支出経費	販売促進事業JA助成要領にもとづく経費
監査委員会費用	全中監査機構による調査費用
その他	需給調整拠出金 (50円) フレコン使用料 (60円) 他
JA手数料	販売金額の4%
検査手数料	紙袋 110円 バラ 1トン1,760円
出荷契約金金利	0.80% (JA・全農・農林中金の協議で決定)
概算金金利	0.80% (JA・全農・農林中金の協議で決定)
販売促進費	農薬ナビ使用料、米卸に対する販売促進費、会議等経費、独自販売経費 他
移動保管経費	検査場・倉庫間移動保管運賃、独自販売保管料、出庫料

※円表示のものについては、税込価格です。※需給環境の変化などにより、経費内容が変更になった場合はお知らせいたします。

お問い合わせ 営農経済部 営農米穀課 TEL.023-624-8562

コンプライアンス基本方針

JAやまがたは、相互扶助の理念に基づき、農畜産物の供給源としての役割や、金融機関としての役割など、協同組合組織として組合員や地域社会に必要とされる事業を通じて、その生活の向上や地域社会の発展に貢献するという基本的使命・社会的責任を担っています。

JAやまがたは、この基本的使命・社会的責任の実現に向けて、以下のコンプライアンス基本方針に基づく事業を展開していきます。

1. 当組合は、JAの担う基本的使命・社会的責任を果たし、組合員や利用者の多様なニーズに応える事業を展開し、社会の信頼を確立するため、当組合の役職員一人ひとりが、高い倫理観と強い責任感を持って、日常の業務を遂行します。
2. 当組合は、創意と工夫を活かした質の高いサービスと、組合員の目線に立った事業活動により、地域社会の発展に貢献します。
3. 当組合は、関連する法令等を厳格に遵守し、社会的規範に基づき、誠実かつ公正な業務運営を遂行します。
4. 経営情報の積極的かつ公正な開示をはじめ、広く地域社会とのコミュニケーションの充実を図るとともに、透明性の高い組織風土を構築し、信頼の確立を図ります。
5. 社会の秩序や安全に脅威を与える反社会的勢力に対しては、確固たる信念をもって、排除の姿勢を堅持します。

稲刈り体験

地元農家の方々が先生となり、各小学校で稲刈りの授業が行われました。

9月26日 稲刈り
山形市立宮浦小学校
JAやまがた青年部
飯塚支部の皆さん

10月19日 稲刈り
山形市立大郷小学校
10月21日 稲刈り
山形市立明治小学校
JAやまがた青年部
天神支部の皆さん

10月26日 稲刈り
11月9日 脱穀
中山町立長崎小学校
石ころ会の皆さん

**10月15日(土)
第3回 新採職員・2年目職員
農作業研修**

■里芋・さつまいも・カラー人参の収穫作業、畑の片付け

収穫した野菜の一部は福祉センター青田へ贈りました。

JA共済の地域貢献活動

たくさん種れました

収穫完了!

オススメ読書

購読申し込み
経済課
TEL.023-624-8567



農家の事業承継
2万人の跡継ぎと考える
今日からはじめる
伊東悠太郎 著/竹本彰吾 著
日本の農家の課題である「跡継ぎ問題」について、実際に親から継いだ若手農家二人が、子どもの立場から切り込む。新規就農と親元就農の違いなど、基本知識をわかりやすく解説。すべての農業に関わる人必読!
定価(税込)1,980円



体にいいごはん
74歳、横山タカ子のラクに作れる献立とおかず
横山タカ子 著
信州に暮らす料理研究家が教える、いつまでも元気でいられる食事の秘訣。主菜と副菜を1品にまとめたり、作りおきを活用したり、横山流「一汁三菜」で日々の献立が簡単に。手軽だからこそ、毎日続けられる。
定価(税込)1,760円

読者の広場

12月号のテーマ
冬休み

●冬休みに納豆汁をおばあちゃんで作ったのが思い出です。里芋、芋がらの味が忘れられません。山形の郷土料理伝えていきたいです!(山形市Tさん)

●最近では手軽に調理できる「納豆汁セット」が、スーパーで販売されているのを目にします。体を温める納豆汁を食べて元気に過ごしましょう。

●こどもの頃に宿題が多かったこと覚えています。早くやれば良かったけどギリギリの時にやって大変でした。本沢の青菜漬・おみ漬が発売するって聞いて食べてみたいです。(山形Tさん)

●クリスマスやお正月などイベント盛りだくさんの冬休みは、なかなか宿題に手がつかなかったのが懐かしいです…。

●私は介護施設で働いており、安心・安全な食材を買い調理し、提供しています。新鮮な食材(果物)や野菜、花、植木鉢など手に取り買っています。応援しています。(山形市Tさん)

●安心・安全な農作物の提供に努めます。今後とも、よろしくお願いいたします!

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/12月23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。
11月号クロスワードの答え:りんご



あとがき 師走を迎え、2022年も残りわずかとなりました。今月号の特集では青年部東金井支部の皆様にご協力いただきました。受験生には真っ赤な「合格リンゴ」を食べて頑張ってくださいね!東金井支部の皆さん、ありがとうございました!

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。

1	2			3
				4
5		6		
		7		8
9			10	

- ↓タテのカギ
- 「かすこ」「ちこだい」「ひめだい」とも呼ばれる。まだいよりも温水を好む魚。
 - 表の反対の面。
 - 短い靴下。
 - 囲んでいるもの。かこい。
 - 春の七草の一つ。納豆汁にもかかせない。堀込〇〇。
 - 一定の地域の状態を縮尺して平面に描いた図。

- ヨコのカギ
- 家を借りるために家の持ち主に払うお金。
 - 地面の上方の空間。
 - ある事実について、よく分かるように詳しく説明すること。
 - 地球上で水に覆われていない部分。
 - みつばちが作ってたくわえる甘い粘液。植物の分泌する甘い液。
 - 山菜採りなどで熊よけに持ち歩く振って鳴らす球形のもの。

トマトとりんごのお酒
「とまりん」11/3 デビュー!

おいしさ直売所
3店舗で販売中!

出会ってしまった、「とまと」と「りんご」の甘い関係

山形の生産者が愛情を込めて育てた「とまと」「りんご」「最高級のはちみつ」を使用した、贅沢なりキュールが出来上がりました。

内容量:720ml
アルコール分:8%
価格:1800円(税込み)
製造元:楯の川酒造株式会社



JAやまがたのオリジナル商品として、県産トマトとりんごの果汁、はちみつを使用した果実酒「とまりん」を発売しました。各部署から集まった若手男女職員10人によるブランディングチームが商品開発を担いました。

「とまりん」は、トマトとりんごのフルーティな甘みと酸味が感じられ、山辺町産の高級はちみつを使用することで、爽やかで優しい味に仕上げました。

ブランディングチームは、オリジナル商品の開発やJAのPRを通し、次世代を担う若手職員の育成やJAのブランド力向上を図ろうと、昨年度から活動を始めました。

福祉センター青田
健康
コラム vol.95

体を暖める方法

冬本番を迎える時期となりました暖房器具だけに頼らない体を暖める方法をご紹介します

- 生活習慣の中で取り入れる方法
- あったかアイテムを取り入れる(えりまき、手袋、カイロなど)
 - 朝起きたらコップ一杯の白湯を飲む
 - 三食きちっと食べて栄養バランスを整える
 - 衣類の重ね着を工夫し厚着しない
 - 毎日15分程湯船につかる



- 体操
- グーパーグーパーと繰り返す
 - 足首を動かす(足の指も物をつかむように動かす)
 - ベッドや布団に大の字になり体の力を抜きゆっくりと深呼吸をする
 - 3番の状態から両腕、両足を上に伸ばししばらく揺らす

環境、体調に合わせて無理しないように

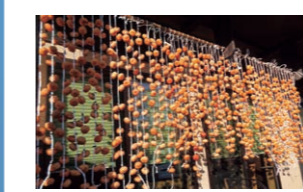
その他、三首(首、手首、足首)を暖める工夫、手浴、足浴も効果的
入浴が難しいときは洗面器やバケツにお湯を準備し10分程つかる(暖かい部屋で行うことをお勧めします)

少しの工夫や生活習慣を見直す事で体が暖まり易くなります。参考にして頂き、冬を乗り越えましょう

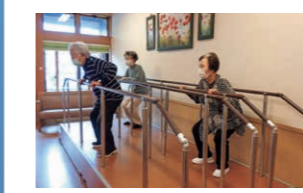
11月の通所介護



干し柿づくり



干し柿暖簾



機能訓練の様子

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