

特集 第26回通常総代会

インフォメーション おいしさ直売所 会員（生産者）募集
配送に関するお知らせ

旬の料理 シャキッとフレッシュ!ズッキーニグラタン



おいしさ直売所
公式LINE



山形市飯塚町 奥山雄太さん

ズッキーニはカルシウムが
多く含まれています。食物繊維が豊富で
β-カロテン・ビタミンCも含まれていて
とても健康的な食材です。たくさん食べて
夏に向けてエネルギーアップをしましょう!!

シャキッとフレッシュ! ズッキーニグラタン



材料

2人分

ズッキーニ…………… 1本
玉ねぎ…………… 1/4個
ベーコンスライス …… 1枚 (15g~20g)
サラダ油…………… 適量

【調味料】

チキンコンソメ (粉) …… 小さじ 1/2
塩…………… 少量
A 胡椒…………… 少量
ケチャップ…………… 大さじ 2
ピザ用チーズ…………… 40g
パン粉…………… 大さじ 1

オーブントースターで調理するときは
ズッキーニを軽く湯通し・またはレンジ
加熱しましょう。焼くときにアルミホイル
で固定し安定させるのがコツ!



作り方

- ズッキーニは縦に切りスプーンで中身をくり抜く。
- くり抜いた中身をみじん切りにする。
- 玉ねぎをスライス、ベーコンは1cm幅に切る。
- フライパンにサラダ油を入れ、玉ねぎ・ベーコン・ズッキーニを炒め調味料Aを加えて味を付ける。
- 縦に切ったズッキーニのくぼみにフライパンで炒めた具材を入れピザ用チーズとパン粉を乗せ、オーブンで10~20分程度焼く（ズッキーニに竹串が通るくらい）。焦げ目がついたら出来上がり。



加熱しすぎに注意してズッキーニを
シャキッと仕上げましょう。
オーブン加熱は竹串が通るくらいが
美味しくいただけます!

グラタンなのに
まるでサラダみたいにとってもヘルシーな
おいしさです!

新鮮なズッキーニ
は生でサラダや和え物にも。
和風の味付けもよく
合いますヨ!



FDC Cooking tips

山形学院高校フードデザインクラブ (通称FDC)

FDCは、食べてみたい作ってみたい料理を1・2・3年生みんながアイデアを出しあいレシピを作ったのしく調理する山形学院高校の部活動です。

第26回通常総代会

5月16日(火)
山形テルサテルサホール

ご挨拶

岡崎輝明 代表理事組合長

本日は、時節柄大変お忙しいところ、通常総代会にご出席をいただきまして誠にありがとうございます。

さて、世界情勢に目を向けると、ロシアによるウクライナ侵攻は未だに収束が見通せず、原油価格や生産資材の高騰、円安の影響等により「食」と「農」のリスクが非常に増大しております。農畜産物への価格転嫁の課題等も含め、持続可能な農業の実現に向け、当JAとしても独自の支援を行ないながらも、行政等に対しJAグループ一丸となって強く要請を行ってまいりたいと思っております。

管内の農業においては、昨年自然災害に悩まされた年でありました。6月には南部地区を中心に降雹による被害を受けたほか、6月下旬には高温障害によるさくらんぼのうみ果、また、8月上旬には複数の線状降水帯が発生し、中央・北部を中心に田畑の冠水被害がありました。罹災された組合員の皆さまへ、改めてお見舞いを申し上げますとともに、自然災害への対策を含めた営農指導をより強化していくため、



岡崎組合長挨拶

関係機関との連携を尚一層深めながら対応してまいります。昨年の総代会においてご承認をいただきました第8次中期経営刷新計画につきましては実践2年目となります。「戮力協心」組合員、農業、地域、その未来のために「をスローガンに掲げ、JAのミッションである「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域活性化への貢献」の実現に向け取り組みを続けております。組合員ならびに地域の皆さまよりご理解とご協力をいただき実践を行ってきた結果、令和4年度決算では5億5086万円の未処分剰余金となり、出資配当および事業分量配当を行う提案をさせていただきます。

最後に、基本理念である「農業振興を通じ食と農の新たな喜びを広げ、組合員・地域の皆さまにとってなくてはならない存在として役割を発揮し続ける」ために、引き続き役職員一丸となり戮力協心の精神で取り組んでまいります。今後とも絶大なるご理解とご協力をお願い申し上げます。

議事

議長に、宮浦支店総代会会長の吉田裕昭さんと、山辺支店総代会会長の高橋哲男さんが選出されました。7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5年度事業計画

農業振興を通じ「食」と「農」の新たな喜びを広げ、組合員・地域の皆さまにとってなくてはならないJAとして役割を発揮し続けるため「戮力協心」をスローガンに役職員一丸となった事業運営に努めます。

令和5年度事業計画

営農経済部

営農指導・販売事業

JAのめざす基本目標「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域活性化への貢献」へのさらなる挑戦と持続可能な農業の実現に向けて、地域農業振興計画を基本に、営農指導の強化、気象災害等に強い産地形成、農畜産物の有利販売、低コスト農業の推進、労働力の確保への取り組みを促進し、組合員、生産組織一丸となって足腰の強い農業経営基盤の確立に努めます。

経済事業

経済渉外担当は、適切な資材等の情報提供と推進の強化により購入者拡大に努めます。また、大口先大規模生産者、農業法人等を専任とする経済渉外担当者を新設し、充実した相談業務および推進活動を行います。経済配送担当は、定期配送を行い業務の最適化をはかり組合員の皆さまへ確実な配送を行います。また、大規模生産者向けの大規模規格農薬、軽量化肥料の普及拡大による生産コストの低減に努めます。

自動車事業の販売業務および、車検・定期点検から板金・修理に至るまでの整備業務はこれまで通り行います。安心で確実な業務を組合員の皆さまに提供いたします。

生活部門では、組合員・地域住民の毎日の暮らしに必要な生活用品を提供することを基本に地産地消など生活関連事業を展開していきます。

金融共済部

信用事業

収益基盤の柱として、貯蓄・保障・資産運用の実績伸長に取り組むため、総合事業の強みを最大限活かしていくとともに、非対面取引の普及拡大やペーパーレス・キャッシュレス等内部処理の事務効率化により事務作業時間を削減し、お客さまの相談機能の充実に取り組んでまいります。

共済事業

「一人は万人のために、万人は一人のために」という「相互扶助（助け合い）」を事業理念に「ひと・いえくるま・農業の総合保障」の提供を通じて、組合員・利用者の皆さまが豊かで安心して暮らすことのできる地域社会づくりを目指した取り組みを強化してまいります。

資産サポート部

宅地等供給事業

有効な資産活用提案と宅地建物取引の適正な運営と取引に努めます。

相続相談事業

相続・事業継承支援による次世代税務相談の強化をはかります。

経営管理・人事福祉事業・内部監査

第8次中期経営刷新計画の実践2年目として、業務の効率化等を通して一層の経営基盤強化に取り組めます。

提出議案

■第1号議案

令和4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

定款附属書総代選挙規程の一部変更について

■第4号議案

令和5年度事業計画の設定について

■第5号議案

令和5年度における理事および監事の報酬について

■第6号議案

令和5年度賦課金の賦課基準および徴収方法の決定について

■第7号議案

一般社団法人ジェイエイバンク支援協会および一般社団法人JAバンク相談所・JFマリンバンク相談所の会員脱退について

■付帯決議案

決議事項中、行政庁の指示による字句の修正等は理事会に一任します



表彰者

■組合員特別功労表彰

長澤 豊

山形農業協同組合会長理事
山形農業協同組合代表理事組合長
山形農業協同組合理事9期



質疑応答

総代会で、総代の皆さまよりいただいたご質問、ご意見を紹介します。

■「財務・事業成績の推移」の中の指導事業について、令和4年度差引額のマイナスが減少しているが、なぜ減少したのか具体的に説明してほしい。

当JAと山形市で締結したスマート農業実装事業の業務委託料が入ったことにより、この事業はデジタル技術を活用したスマート農業を運用しながら、農業現場で実証していくことを目的としており、当JAが事業対策農家へ実装作業を再委託して生産性の向上、労力の低減化等を図るべく、メリットのある事業として行政から支援をいただいたものです。その委託料が入ったことにより、指導事業はマイナスの圧縮になっております。実施期間は令和4年度から令和6年度までの3年を予定しており、影響額は変化しますが、このような結果が令和6年度まで続くと思われます。

■防霜対策について、霜注意報が出た場合に巡回して知らせてもらっているが、急にスピーカーの音が聞こえなくなることもある。もう少し注意喚起を明確にお願いしたい。

スピーカーの音が届きづらい点につきましては、営農センターにはつきり聞こえるように改善して巡回することを指示いたします。

■JAの購買事業にはお得感が無いと感じている。購入者が得していることが実感できるように提示してほしい。

JAとしては各業者への見積合わせや、ホームセンター等の市場調査をしながら価格を決定しています。中には消費税込みの価格や消費税抜きの価格での理解度合い、同じ様な品名でも中身の成分の違いがありますが、なるべく安価な資材をすすめさせていただいているところです。

グリーンではご利用に応じて正組合員の皆さまにポイントを付与させていただいておりますので、有効にご活用いただきたいと思えます。毎月お配りしている購買代金請求明細書に、付与させていただいた1年間有効のポイント数も表示しておりますのでご確認ください。

■農業経営の経費増大についてどう分析し、どのように対応する考えなのか聞きたい。

第8次中期刷新計画のなかで「戮力協心」をスローガンに、「農業者の所得増大」「農業生産の拡大」「地域活性化への貢献」を基本方針として掲げております。しかしながら、新型コロナウイルスの世界的な感染拡大やロシアによるウクライナ侵攻等、様々な要因があり農業資材や燃料等多くのものが値上がりしています。他の食品製造関係や工業製品等については、8〜10%程度の販売価格の引き上げが行われておりますが、農産物に関しては、コストの上昇分を販売価格に転嫁できていないのが現状です。

そうした中で、JAグループとしての取り組みを進めており、様々な場所での

発言や議員の方々に対しても農業者の現状を伝えながら、要望・要請を行ってきるところです。

また、5月12日に行われた食料・農業・地域政策推進全国大会においても、県下JAグループが一丸となり共通認識を持ったところです。

今後とも議員・行政等に対して要請を行い、市場関係者と連携を取りながら、農産物の値上げについてしっかりと対応していきたいと考えております。

■遊休資産の処分について「実行については、理事会に一任願います」との記載があるが、理事会に一任するならば組合員に対して相当の説明が必要だと思う。「条件が整った」とはどういった場合をいうのか。

遊休資産の定義については、JAの事業に使用されていない状態の資産を指します。一部の遊休資産については賃貸借契約を締結し、利活用しているものもありますが、それらも遊休資産に含まれるというのが会計監査人の見解です。

その中で、条件の整ったものから処分していきますが、売却あるいは処分にあたり理由なく帳簿価格を下回る価格で処分することのないよう検討してまいります。

また、契約する相手先につきましても、JAに関連する農業法人やJAと深い関わりのある優良企業等、組合員の皆さまからご理解をいただけるような相手先を選び、処分していかねばならないと考えております。

金銭的な部分のみならず売り先の選定も含めて条件として捉え、地元の役員等

へも相談をさせていただきながら対応しており、それらの条件が整った場合に処分をしているという内容です。

そのようにお諮りをしているのは単年度の計画時に処分年度および金額を明確にすることが困難であるなか、処分の機動的な対応を確保していくためです。

いずれにしましても、組合員の皆さまの不利にならない形で処分してまいりますので、遊休資産の利活用・処分については理事会に一任いただくことでご理解を賜りたいと思います。

■遊休資産の総額・総数はどのくらいあり、そのうち利活用や処分の方針が定まっているものはどれだけあるのか。

現在の遊休資産の帳簿価格の総額は、2億7800万円、総数は38件です。

現在、遊休資産としているもののほとんどが市街化調整区域にあるため、制約等もあり処分が容易でないという点に関してはご理解をいただきたいと思います。が、チャンスがあればしっかりと処分してまいります。

■肥料や農業の申込書が非常に重く、配るだけでも大きな負担になっている。事前申込制にし、必要な方には届ける、必要な方には届けないといった仕組みに変えていただきたい。

組合員の皆さまは平等であり、全組合員に配布したいという思いがあります。ただ、配る方にも大きな負担となっていることですので、支店長と実行組合長との話し合いの中で検討させていただきます。

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7月11日(火) 13:30 ~
場所 山形市旅籠町一丁目12-35
JAやまがた本店 2階会議室

申込 令和5年
期間 6月12日(月) ~ 6月30日(金)

おいしさ直売所の会員募集は、年4回(3月、6月、9月、12月)行っています。広報紙「JAやまがた」でご案内いたしますのでご確認ください。

お問い合わせ

営農経済部 園芸販売課
TEL.023-624-8568



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2回理事会(4月19日開催)内容より

●報告事項

- ・令和4年度定期決算監査意見書について
- ・組合員表彰名簿(普通表彰)について
- ・「JAバンク経営戦略シート」について
- ・青果物販売状況について

●協議事項

- ・定款の一部変更について
- ・定款附属書総代選挙規程の一部変更について
- ・第26回通常総代会の付議事項(提出議案)について
- ・第26回通常総代会の招集について

第3回理事会 (5月16日開催)内容より

●協議事項

- ・総代会が決議した理事の報酬の分配について

役員より



理事
村上 英之

新型コロナウイルスの感染症法上の位置付けが2類相当から5類に変更されたことにより、外出等の制限がなくなりました。今後は、以前のような活動が出来ることで経済や文化交流などの回復に期待したいところです。

しかしながらエネルギー価格は高騰のままであり、農業関連資材も大きく影響が出ており、早期の対策が急務です。

また高齢化・担い手不足の問題は更に深刻に考えなければならない問題の1つだと思います。いかに新規就農者の方が定着していくかが課題ではないでしょうか。新規就農者の数は増えているものの途中で挫折していく方も多いと聞きます。あらゆる面での支援サポートをし、次の世代へ引き継ぐことが必要です。耕作放棄地増加の解消にも一役買えるのではないかと思います。

最後に組合員の皆さまの努力を120%で応えていける気持ちで頑張っていきますので、ご支援ご協力をお願いいたします。



理事
鎌田 宗悦

今年5月の大型連休では、全国各観光地でコロナ以前の活気をとり戻し賑わっていました。

しかし生活物資等物価の高騰が続く中、農業分野においても飼料・肥料・出荷資材などの生産コストが高く、農産物への価格転嫁を求める声が全国各地からあがっています。それに呼応して全農はJA政策推進大会などで対策を模索しており、当JAの会議等でも市場関係者等と連絡を密に対応すると確認しております。SDGsを掲げるJAならば農業の経営安定対策は必要不可欠な事業であり、消費者の理解を得られる努力が必要です。

また、働き方改革による運送・物流の24年問題でもスムーズな対応が出来るように事前対策が必要になると思います。

今年の総代会を経て、JAやまがたの理事として丸一年となりました。これからも組合員の皆さまの声を聞きながら、より良いJAとなるよう一役員、一組合員として精進してまいります。

5月10日(水)

小笹うるい 上山市へ表敬訪問

上山市の伝統野菜「小笹うるい」の生産者とＪＡやまがたの役職員が同市の山本幸靖市長を表敬訪問しました。

ＪＡやまがた南部営農センター小笹うるい部会の鈴木憲一部会長とＪＡやまがたの大場一仁常務らが市役所を訪れ、「小笹うるい」の今後の取り組みや展望について山本市長と意見交換を行いました。これまでの出荷は県内や東京の市場のみでしたが、高い品質を評価され、宮城県の高級ホテルのレストランで4月からディナーメニューとして提供されています。鮮度の良い状態で届けることができる隣県への販路拡大を目指しますが、生産者の高齢化や後継者不足が課題となっています。

鈴木部会長は「後継者不足やイノシシ対策など、市に協力していただきながら良いものをつくっていききたい」と述べ、山本市長は「実際に食べてもらいおいしさを実感してもらえよう、イベント等に積極的に参加してＰＲしていきたい」と話しました。



5月13日(土)

高瀬映画上映会

山形市高瀬地区の地元有志でつくる「たかせ元気会」は、同地区の高橋中学校で「紅花の守人 いのちを染める」の映画上映会を開催しました。

上映会は、世代間交流を図ろうと2012年から毎年企画しており、コロナ禍の影響で4年ぶりの開催となりました。

高瀬地区は紅花の産地ですが、紅花収穫後の物語を知る機会がほとんどなく、映画を通して紅花の魅力に触れ、地域に誇りを持てるようにとの願いから上映作品が選ばれました。

今回より新たな試みとして、小学生を対象にしたワークショップやキッチンカーの出店も企画しました。

ワークショップでは同地区出身のイラストレーターである、さかいかなさんが講師を務め「てのひらで紅花を描こう」と題し、赤と黄色と緑の絵の具を使い、てのひらをスタンプのようにして紅花を描きました。



5月13日(土)

消費者交流事業 みそ造り講座



ＪＡやまがたおいしさ直売所生産者協議会は、直売場の利用者を対象にしたみそ造り教室を開きました。山形県産の大豆「里のほほえみ」と県産米の「はえぬぎ」を使用し、全量国産のみそを仕込みました。

講師に、さとみの漬物講座企業組合の新関さとみさんを招き、約50人が参加しました。

参加者は大豆に対するこうじの量を15割、18割、22割から選び、煮豆をつぶす作業などに汗を流しました。仕込んだみそは7月中旬から8月頃に味わえる予定です。

新関さんは「こうじの量が多い分、甘くて減塩で優しい味のみそができる。新鮮なキュウリに付けて食べてほしい」と話しました。

5月12日(金)

シャインマスカット 栽培管理講習会

山形市本沢地区にある果樹ハウス団地で、利用者を対象とした栽培管理講習会を開きました。

同団地では、25㎡のハウス6棟と10㎡のハウス2棟で6人がブドウ「シャインマスカット」の栽培に取り組んでいます。

この日は団地利用者4人が参加し、県村山総合支庁農業技術普及課の職員が講師を務め、栽培管理について説明しました。管理のポイントとして、新梢の誘引が遅れそうな場合は巻きひげだけでも整理しておくことや土壌水分を高めに維持すること、ハウス内の温度が30度を超えないようにすることなどを学びました。

説明後は利用者ごとのハウスを巡回し、生育状況に合わせたアドバイスをもらいました。



管内の 主な出来事 ご紹介

ＪＡやまがた NEWS TOPICS



4月22日(土)・23日(日)

おいしさ直売所南館店 20周年祭



ＪＡやまがたおいしさ直売所南館店が開店から20周年を迎え、4月22・23日の両日、周年祭を開きました。

売り場には山菜やアスパラガス、きゅうりなどが棚いっぱい並び、先着300人に団子のプレゼントや2,000円以上の買物で商品券などが当たるガラポン抽選会、大曾根餅つき保存会による餅つきと餅のふるまいなど様々な催しが行われました。

食肉会社による山形牛の試食販売やＪＡ静岡によるお茶の販売などもイベントを盛り上げました。

4月20日(木)

小笹うるい 目ぞろえ会



ＪＡやまがた南部営農センター小笹うるい部会は、上山市特産の伝統野菜「小笹うるい」の出荷目ぞろえ会を開きました。

「小笹うるい」はシャキシャキした食感で一般的なるいかに比べ、強い粘りと甘味が特徴。2019年に農水省の地理的表示（GI）保護制度に登録されています。同市内の学校給食や県内外の旅館やホテルなどでも提供され、市場でも高い評価を得ています。

目ぞろえ会には生産者やＪＡ職員など7人が参加し、ＪＡ職員より販売情勢の報告を受けた後、持ち寄った「小笹うるい」を比べて出荷規格を確認しました。鈴木憲一部会長は「より一層品質の良いものを出荷していきたい」と意気込みました。



4月13日(木)

さくらんぼ結実確保へ



県とＪＡグループなどで組織する山形さくらんぼブランド力強化推進協議会は、さくらんぼの結実確保に向けた広報キャラバンの出発式を行いました。

山形市黒沢の小笠原喜彦さんの園地に、主産地のＪＡや県の関係者約30人が集まり、今年の生育状況や結実対策のポイントを確認しました。

県園芸大国推進課の近野広行課長は「今年はやまがた紅王デビューの年。おいしいさくらんぼを消費地に届けるため、低温対策や人工授粉を行い結実につなげてほしい」と呼び掛けました。

県の担当者は結実対策のポイントとして防風ネットの設置や訪花昆虫の利用、開花期のかん水などの徹底を呼び掛けました。また、毛ばたきなどを使い人工授粉作業の実演を行いました。

出発式の後には県や各ＪＡの担当者が広報車で産地を巡回しました。

所有者不明土地等の発生予防のため、これまで任意であった相続登記が令和6年（2024年）4月1日より義務化されます。正当な理由（相続人が非常に多く資料の収集・相続人の把握に多くの時間がかかる場合など）がなく相続登記を行わない場合は、10万円以下の過料が科される場合があります。

登記申請期限

- ① 相続（遺言）により不動産を取得 ➡ 取得したこと知った日から3年以内
- ② 遺産分割協議により不動産を取得 ➡ 遺産分割協議成立日から3年以内
- ③ 施行日（R6.4.1）より前に相続発生 ➡ 「不動産の取得を知った日」又は「施行日」のいずれか「遅い日から」3年以内

相続人申告登記（令和6年4月1日施行）

遺産分割協議がまとまらないなどの理由で3年以内に登記申請ができない場合、登記簿上の所有者について①相続が開始したこと②自らがその相続人であることを登記官に申し出る制度です。

申し出を行った相続人については、登記申請義務を履行したことになります。ただし、不動産を相続する人が確定した場合には、その確定した日から3年以内に相続登記をしなければいけません。

住所等の変更登記の申請義務化について（施行日は今後定められます）

不動産の所有権の登記名義人の住所や氏名が変更になった場合の登記申請も義務化されます。



相続登記はお早めに！

お問い合わせ 資産サポート部
TEL.023-624-8258

4月27日(木)

園芸作物豊作祈願祭 安心・安全園芸事業推進大会

市場15社と生産者ら約50人が出席し、園芸作物豊作祈願祭ならびに安心・安全園芸事業推進大会を開催しました。出席者は果実と野菜、花きを合わせた販売高39億5500万円の達成に向け団結しました。

岡崎輝明組合長は「消費者の皆さんから信頼してご利用いただける園芸作物を、自信を持って出荷していく」と話し、東京青果（株）の平田充常務取締役は「出荷いただいた農産物を全力で販売していく」と述べました。

J Aやまがたでは、農業所得の増大と地域農業の活性化を目指して、大規模園芸団地を活用し、新規就農者の育成と生産量の維持、J Aやまがたのブランド力強化に努めます。また、広域部会組織と一体となりJ A共販率向上と一元販売・ロットの拡大に向け取り組んでまいります。

さらに、安心・安全でおいしい農畜産物を消費者に届けるため、信頼される産地づくりを行い、積極的な情報開示を促進していきます。



5月20日(土)

新採職員・2年目職員 農作業研修

■里芋・さつまいもの定植作業
（協同の杜に隣接する園地にて）



さつまいもの定植



さつまいもの苗



新採職員・入組2年目職員を中心に野菜の定植を行いました。水やりや除草作業を行いながら収穫を目指します。



防鳥ネットの設置



里芋の定植

定植作業完了です！



里芋の苗





購読申し込み
経済課
TEL.023-624-8567



**まんがでわかる
JA総代会資料の読み方**
日本協同組合連携機構 監修
難しいと思われがちな JA 総代会資料の読み方を、まんが中心にわかりやすく解説。貸借対照表と損益計算書の関係や、剰余金の意味、中期経営計画の目的などを読み解けば、JA の事業・活動への理解が深まる。
定価(税込) 605 円



**あたらしい食感を味わう
おとなのゼリー**
高石紀子 著
粉ゼラチン、アガー、粉寒天の使い方をマスターし、さまざまな食感を楽しむレシピを紹介。季節のフルーツやお茶、洋酒、乳製品などを使い、食後のデザートやおもてなしにも使えるおしゃれなメニューが満載。
定価(税込) 1,540 円

読者の広場

6月号のテーマ

好きな野菜

●我が家は通年通してブロッコリーが欠かせません。冬野菜なので夏場は難しいですが、お弁当にも食卓にも彩りを添えてくれるので頼りにしています。(山形市Aさん)

●これからの季節は野菜が食べ放題なので、これといって決められません(笑)(山形市Wさん)

●数え年90歳の私と89歳の妻との二人暮らし。先日、水煮のタケノコご飯をしましたが、老いて思うように噛めず2合の飯も1日で食べ切れませんでした。でも旬の物はおいしいです。(上市市Sさん)

今月もたくさんのお便りをありがとうございました！

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(日)(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月号クロスワードの答え：たけのこ

7月号のテーマ

さくらんぼ



あとがき

農作業が本格化して田んぼに水が入り、毎夜カエルの大合唱が聞こえてきます。

新採職員・2年目職員の農業研修では、里芋とさつまいもの定植を行いました。昨年植えたさつまいもはネズミに食べられてしまい悔しい思いをしました。今年こそはおいしいさつまいもが収穫できますように…。

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

- 英語で決まりや規則のこと。
- しょうゆにみりんや砂糖を合わせた汁。
- 魚を釣るのに用いる糸。
- ちょうどその下のこと、まっすぐ下。
- チューインガムの略。
- お茶うけやおやつなどの間食用の食べ物。飴玉、まんじゅう、ケーキなど。

→ヨコのカギ

- 英語で牛乳、もしくは加工した牛乳。
- 一緒に行くこと、またはその人。同伴者。
- 頭髮全体を短く刈り込むこと。坊主刈り。
- その月の六番目の日。
- 牛・豚などの舌の肉。
- 1月1日から12月31日までの期間。年齢。高齢



福祉センター青田 健康 コラム vol.101

5月の通所介護



スイーツ教室(桜餅)



書道



畑教室(苗植え)

丈夫な骨が健康の要！



「骨粗鬆症」とは、骨が弱くなり骨折しやすくなる病気です。骨を丈夫にして、骨粗鬆症の進行を遅らせる為に、次の事を適度に行いましょう。

『乳製品・小魚・大豆製品を食べる』…骨の主な成分「カルシウム」が多く含まれています。

『青魚・海藻・きのこを食べる』…カルシウムが骨になるためには、「ビタミンD」の成分が必要です。

『1日15分ほどの日光浴をする』…屋外で紫外線に当たると、体の中でビタミンDが作られますが、日光の浴び過ぎには注意しましょう。

『ダイナミックフラミンゴ療法をしましょう』…片足を床から約5cm上げて、1分間片足立ちをします。これを1日3回両足交互に行います。両足立ちの時よりも4倍の体重が足にかかり骨を丈夫にします。

骨を丈夫に保つ事で、強い衝撃に耐えられる体になり、物にぶつかったり転倒しても骨折しにくくなります。骨粗鬆症対策をして、丈夫な骨を手に入れましょう。

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

配送に関するお知らせ

令和5年7月1日(土)より、注文日の当日配送を希望される場合のみ配送料1,000円(税抜き)を別途頂くことになります。ご理解をお願いいたします。尚、注文日翌日以降配送の場合は、従来通り配送料は頂きません。

JAやまがた マイカーの夢を応援！

スマートフォン、タブレットからも
仮審査できます！
お申込みはこちら



キャンペーン
好評受付中！

保証機関：
山形県農業信用基金協会の場合

最大
年1.90%
引下げ後変動金利

年1.00%
+保証料率

(2023年5月15日現在)

【実施期間】 2023年5月15日 ~ 2023年8月31日 好評受付中！

〈お問い合わせ〉 各支店または本店融資業務課 TEL.023-624-8269

地域のみなさまの
ライフプランを
応援します

