

# JAやまがた

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

2025  
October  
10



## 悪戸芋

山形市西部の悪戸地区で古くから栽培されてきた里芋。  
村山伝統野菜。一般的な里芋より粘りが強く、  
長時間煮込んでも煮崩れしにくい。  
山形の郷土料理「芋煮」に最適。

特集

## 知っておきたいがん治療 “気になるがん”に2つのチェック”

インフォメーション

## グリーンやまがた定休日のお知らせ／令和7年産米仮精算について

旬のかんたんクッキング

## かぼちゃのクッキー（10ページ）

おいしさ直売所  
公式LINE



広報紙 JAやまがた 2025 / 10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 <https://www.jayamagata.or.jp/>

# 新しくなった 充実のがん保障。



大きな安心で、  
「生きる」を応援したい。

## がん共済

### ポイント1

がん治療の変化に  
しっかり対応！

### ポイント2

通算の支払限度なく、  
所定のがん治療を受けた  
月ごとに共済金が  
受け取れます！

### ポイント3

診断保障やがん診断時  
共済掛金払込免除特則  
など自由に保障を  
設計できます！

共済金のお支払い等には所定の条件があります

※ご加入にあたりましては、お近くのJAへお問い合わせください。※この広告は概要を説明したものです。ご契約の際には「重要事項説明書（契約概要・注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。  
■JA共済ホームページアドレス <https://www.ja-kyosai.or.jp>

資料請求は  
こちら



聞かせて！

くらしのこと アンケート  
キャンペーン



アンケートに  
答えるだけで  
豪華賞品が  
当たるチャンス！

くらしの保障、相談するなら



耕そう、大地と地域の未来。JAグループ

25481050031

もっと

安心と満足をお届けするため…

ライフイベントなど  
皆さまのくらしのことお聞かせください！

「聞かせて?」  
くらしのこと  
アンケートキャンペーン

回答は  
アンケートの  
回答はコチラから！



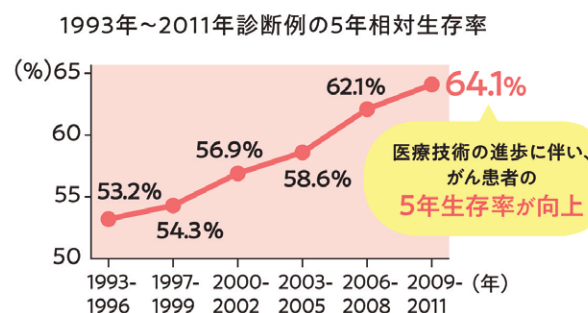
簡単なアンケートに答えると  
抽選で合計600名様に

豪華賞品が当たるチャンス！

／さらに／  
W  
チャンス！  
その場で当たるデジタルクーポン  
合計100,000名様

## 「がん治療の傾向」

「**がん**と診断されてから  
5年後も生存されている方が増えています



「一方で**治療**と**生活**の両立が負担に…」

悪性新生物の**治療**のため、  
仕事をしながら**通院**している人は  
女性30.7万人 男女で約**49.9**万人 男性19.2万人

乳がんでは**5年以上ホルモン療法**を  
続けることがあります。

治療が長引くケースもあるみたいだから、  
きちんと備えておくとう安心ですね。



※出典：公益財団法人 がん研究振興財団、厚生労働省、一般社団法人日本乳癌学会が公表しているデータをもとにJA共済作成

ポイント

2

医療技術の進歩に伴い、患者の生存率が向上  
**がん治療に不足のない備えを**

私たちが寄り添えることを、もっと。

JA共済 × 全農 × JAバンク

今回のテーマ

知っておきたい

# がん治療

“気になる**がん**に**2**つのチェック”

ナビゲーター  
田中 律子さんチェック  
1

もしもの時、より良い治療を受けるために！  
**効果と安全性が認められた  
がんの標準治療を知ろう**

医療技術が発展し、回復が望める病気となった「がん」。しかし、その治療法はさまざまで、診断を受けた際に「どの治療法が一番効果的なのかかわからない」と悩む方も少なくありません。そこで注目したいのが「保険適用の治療法」「標準治療」。専門家による研究や臨床試験で効果を徹底的に調べ抜き、科学的根拠が示された、国のお墨付きの治療法です。標準治療として認められるのは、数多くあるがん治療法の中でもごくわずか。記事の下で、その厳しい審査過程をご紹介しますので、ぜひチェックしてみてください。

日本で認定されている標準治療は、大きく分けると「手術」「放射線治療」「薬物療法（抗がん剤治療）」の3種類。基本的にはがんの種類や場所に合わせて組み合わせて治療を行います。各治療は日々研究開発が進められ、切除する範囲を極力減らして体のダメージを抑える縮小手術、病巣部にピンポイントで照射して副作用を減らす放射線治療、抗がん剤の副作用を抑える新薬など、標準治療の選択肢もアップデートされています。

2人に1人ががんの診断を受ける時代。もしもの時により良い治療を受けるためには、正しい知識を持つことが何よりも大切です。知っておけばきつと役立つ「がん治療」の情報。今からアンテナを張っておきましょう。

合格率0.01%の狭き門！

## 抗がん剤「標準治療」認定までの道のり

新たに開発された抗がん剤は、効果や安全性を検証する

4段階の厳しいチェックを受けます。全てをクリアし、「標準治療」の新薬として認められるのは1万個のうち1個です。

1万個の  
新薬候補を  
検証！

CHECK 1  
基礎研究

マウスなどに試して、  
少しでも可能性が  
あるか調べる。  
残る候補は**29個**だけ

CHECK 2  
臨床試験  
フェーズⅠ

人間に毒性が  
無いか調べる。  
残る候補は**14個**だけ

CHECK 3  
臨床試験  
フェーズⅡ

少人数で試して、  
効果があるか調べる。  
残る候補は**3個**だけ

CHECK 4  
臨床試験  
フェーズⅢ

現時点で一番有効な  
治療薬と比較して、  
優れているか調べる。

「標準治療」は  
厳しい基準をクリアした  
エリートってことですね！

残った1個だけが  
「標準治療」として  
認められる

【監修】  
日本医科大学  
武蔵小杉病院  
腫瘍内科医  
勝俣 範之さん

出典：「世界中の医学研究を徹底的に比較してわかった最高のがん治療」（ダイヤモンド社）

そこで！

## がん共済

上皮内がんを含むさまざまな  
“がん”や脳腫瘍を保障します。

Q.1

入院や  
手術以外も  
保障してくれるの？



安心1

入院・手術・放射線治療だけでなく、**抗がん剤治療**や**ホルモン剤治療**、**がん性疼痛**等の緩和のための**在宅医療**まで保障します。

Q.2

治療が  
長期化しても  
大丈夫？



安心2

通算の支払限度なく、所定の**治療を受けた月ごとに共済金**を受け取れます。

Q.3

自分に合った  
保障があるの？



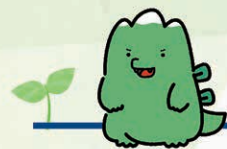
安心3

まとまった一時金の保障（がん診断共済金<sup>※1</sup>／がん治療一時金<sup>※1</sup>）や、**がん診断以降の共済金の払込みを免除する保障<sup>※2</sup>**、**先進医療保障<sup>※3</sup>**まで、さまざまなニーズに対応しています。

※1:診断保障ありの場合 ※2:がん診断時共済金払込免除特則を付加した場合 ※3:先進医療保障ありの場合 ※この共済には、解約時の返れい金、死亡時における保障はありません。 ※がんに関する責任（保障）の開始は、ご契約日からその日を含めて91日目からとなります。これより前に被共済者ががんと診断確定された場合には、共済金はお支払いいたしません。また、がん診断時共済金払込免除特則が付加されている場合におけるがん診断による共済金の払込免除はありません。 ※所定の後遺障害等の状態による共済金の払込免除についてはご契約日から保障いたします。 ※お支払いには所定の条件があります。 ●この資料は概要を説明したものです。詳細につきましては「重要事項説明書（契約概要・注意喚起情報）」および「ご契約のしおり・約款」により必ずご確認ください。

私たちが寄り添えることを、もっと。— JA共済×全農×JAバンク—

25481050195



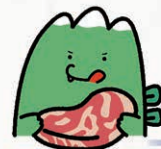
## 広域稲作部会・十町歩の会 合同研修会



JAやまがた広域稲作部会と、担い手農家「十町歩の会」は合同研修会を開き、令和7年度米の集荷販売方針や米穀情勢などを共有しました。

研修会では、JA全農山形米穀部の小笠原次長が米穀情勢を、全農フイフササポート山形パールライス部の高橋伸吾次長が消費地・実需とのJAやまがた「むすびつき米」への期待について説明しました。

栗原秀行組合長はあいさつで「今年は生育期間を通じて高温で経過し、刈り取り適期が大きく早まっている。高品質米の最終段階においてより丁寧な対応をお願いします」と話しました。



## 山形市で食肉まつり



山形市産「山形牛」の消費拡大と畜産業への関心を持つため、9月7日に山形ビッグウイングで「山形市食肉まつり」が開かれました。

今年は山形市楯山地区の森谷隆一さんが育てた黒毛和牛が提供され、2人用(500g)と4人用(900g)合わせて250セットが販売されました。来場者は七輪を囲み、炭火で焼いた山形牛をおいしそうに頬張っていました。

また、会場では県産米「雪若丸」の試食や牛乳の試飲、肉の即売会なども行われました。



### 特殊詐欺 注意呼びかけ

巧妙な手口の特種詐欺が急増していることを受け、JAやまがたは被害拡大防止に向けた啓発活動を実施しました。9月5日から9日まで、管内で今年3月から8月末までに発生した特種詐欺被害は8件、約2000万円にのぼり、昨年1年間の被害を上回っています。

9月9日には、山形市楯山地区を担当するJA職員2名と警察官が地区内の約60世帯をまわり、注意を呼びかけました。

特殊詐欺の被害を防ぐには、電話の相手手元を信用しないこと、留守番電話設定や国際電話の着信・発信を休止するサービスを活用も有効だということです。

## 日本一の芋煮会 長ネギ910キロ提供

山形市の馬見ヶ崎川河川敷で「第37回日本一の芋煮会フェスティバル」が9月14日に開催されました。直径6・5メートルの鍋「三代目鍋太郎」で約3万食分の芋煮が一度に調理され、JAやまがたは芋煮に使うネギ910キロを提供しました。

芋煮会を前に山形調理師専門学校で12日、ネギ切りセレモニーが開かれ、学生38名がネギ410キロを切り分けました。

セレモニーには、生産者の鈴木隆史さんも出席。今年は夏の高温と水不足により例年に比べてやや細めになったということです。

13日には山形学院高校でもネギ切りセレモニーが開かれ、残りのネギ500キロの切り分け作業が行われました。



# NEWS TOPICS



JAやまがた管内の主な出来事をご紹介します！

## りんご「つがる」目ぞろえ会



広域りんご部会は8月21日、広域選果場で早生種りんご「つがる」の目ぞろえ会を開きました。今季は例年に比べ小玉傾向で、夜温が高く着色が遅れたが、糖度と酸度は平年並み。JAの担当者は「熟度が過度に進みすぎないよう、鮮度重視で出荷してほしい」と呼びかけました。

目ぞろえ会には生産者20名ほどが参加しました。サンプルを見ながら着色や出荷時の注意点などを確認した他、果樹カメラシンの注意報発令を受けて薬剤散布による追加防除も促しました。



## 稲の適期収穫 広報車出発式

山形県やJAなどで行く「やまがた温暖化対応米づくり日本一運動本部」は8月28日、山形市南志戸田の山形地区カントリーエレベーター(CE)で適期刈取推進キャラバンの出発式を開きました。適期刈り取りと適正な乾燥調製の徹底を呼びかけました。

生産者や県の担当者、JA職員など35名が参加した出発式では、県農林水産部の佐藤隆士技術戦略監が山形地区CE組合の逸見孝志組合長と楳沢刈取組合の金子祐一組合長に適期刈り取りと農作業の安全を呼びかけるのぼり旗を手渡ししました。隣接する水田で「はえぬき」の刈り取り適期判定を行った後、参加者はキャラバンに出発する広報車を拍手で見送りました。



## 蔵王上野流しそうめん祭

山形市蔵王上野地区で8月31日、流しそうめん祭が開かれました。新型コロナウイルス感染症予防のため、2019年を最後に開催を見送っており、今回は6年ぶり20回目の開催となりました。約700食分が無料で振る舞われ、訪れた家族連れなどが棚田を眺めながらそうめんを味わっていました。

今回は竹の長さをこれまでの250メートルから150メートルに変更し、ボランティアが茶こしでそうめんをすくって、わんこそばのように参加者のお椀に入れることで感染対策を施しました。

祭は地域活性化と住民らの交流のため、蔵王上野棚田地域振興協議会や蔵王上野町内会が主催しました。同協議会の池野勇男会長は「6年ぶりに開催することができ、涙が出るほど嬉しい。地域に愛着を持つてもらえるように今後も続けていきたい」と話しました。

蔵王上野の棚田は「やまがたの棚田20選」に認定されています。

# JAバンク山形県

2025年度

第4回

# 川柳大会

大募集

期間  
2025年  
10月1日～  
11月28日

第4回川柳大会を開催いたします!

日々の暮らしの中の、心があたたまるエピソードや思わず  
笑ってしまったエピソードを川柳にしてご応募ください。

あたたかさやユーモアが溢れる沢山の作品をお待ちしております!



©よりぞう

作品例

あったか部門



孫達を

写す八十路の

初スマホ

ユーモア部門



妻強し

古希の私を

こき使う

※どちらの部門にも応募が可能です。

〈第1回川柳大会のJAバンク山形県大賞の作品です〉

## 参加要項

■JAやまがたで年金をお受け取り  
いただいている方、年金をご予約いた  
だいている方のみご参加いただけます。  
■応募用紙はチラシの裏面をご利用  
ください。  
■応募用紙に記入し、JAやまがた各支  
店窓口へお申込みください。  
■一人あたり複数作品の応募が可能で  
すが、表彰は全部門を通じて一人あた  
り一作品のみとなります。  
※未発表の作品に限ります。

## JAやまがた表彰

あったか部門 最優秀賞…1名  
ユーモア部門 最優秀賞…1名  
最優秀賞には、1万円相当  
【部門ごと】  
優秀賞 各2名…5千円相当  
佳作 各3名…3千円相当

入賞者には、記念品を進呈いたします。  
※最優秀賞の受賞者には、JAやまがた  
本店での表彰式を予定しております。  
※表彰式の様子について、広報紙に掲載  
させていただきます。ご了承ください。

## 審査の流れについて

JAバンク山形県大賞  
山形県のJA毎に応募作品の中から審  
査の上、各部門のJA代表作品を選出  
します。(各部門1作品ずつ)  
その後、各JA代表作品の中から厳正な  
審査の上、JAバンク山形県大賞を決  
定します。

## JAバンク山形県大賞

あったか部門大賞 …1名  
ユーモア部門大賞 …1名  
入賞者には、農協全国商品券1万円分  
を進呈します。

## 令和7年産米仮精算について

全国的な販売価格の動向を鑑み、また生産者所得拡大  
に向けて令和7年産米の仮精算金の支払いを下記のとおり  
実施いたします。

### ●対象銘柄

①うるち米主要6銘柄

はえぬき、つや姫、雪若丸  
コシヒカリ、あきたこまち、ひとめぼれ

②もち米 [全品種]

●対象等級 1～3等

●仮精算支払予定日 令和8年1月下旬頃

JAやまがたでは集荷推進運動を展開しており、生産者  
皆様の出荷拡大を何卒お願いいたします。

尚、7年産米の最終精算金の支払いに向け引き続き有利  
販売に努めてまいります。

## 第7回理事会(8月27日開催)内容より

### ●報告事項

・トータルピッキングセンター新築工事入札会  
の結果について  
・青果物販売状況について  
・令和5年産米最終精算について  
・令和7年産米概算金の設定について

### ●協議事項

・農協法第35条の2第2項「理事の利益相反取  
引」に係る貸付について  
・山形県臨時検査結果に対する改善状況報告に  
ついて  
・国債窓口販売業務取扱店舗拡大の取扱開始日  
の変更について

## 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。

## グリーンやまがた 定休日のお知らせ

日頃よりグリーンやまがた各店舗をご利用いた  
だきありがとうございます。

下記の期間中の営業時間をお知らせいたします。

### グリーン中央・グリーン西部

令和7年11月1日～12月末まで ……土曜定休  
令和8年1月1日～2月末まで …土曜・日曜定休  
令和8年3月1日～3月末まで ……土曜定休

### グリーン南部

令和7年12月20日～12月末まで …土曜定休  
令和8年1月1日～2月末まで …土曜・日曜定休  
令和8年3月1日～3月末まで ……土曜定休

### 配送センター

令和7年11月1日～  
令和8年3月末まで …土曜・日曜定休

## JAやまがた支店における 窓口営業時間の変更(昼休業の導入) について

JAやまがたでは、2026年1月5日(月)より窓口営業時  
間を変更し、昼休業を導入いたします。

店舗シャッター外に設置しているATMコーナーの営業時  
間の変更ございません。本件は、金融・共済事業の職場環  
境等の変化と防犯上の問題に対応するため、支店運営を通  
じて持続可能な金融・共済事業のサービスを目的に実施す  
るものです。

お客様にご不便をおかけいたしますが、より一層のサー  
ビス向上に努めてまいりますので、何卒ご理解を賜りますよ  
うお願い申し上げます。

### ①実施日

2026年1月5日(月)より

### ②対象支店

滝山支店 宮浦支店 西部支店 鈴川支店 高橋支店 千蔵支店  
東金井支店 天神支店 南館支店 さくら支店 山形南支店  
蔵王支店 上山北支店 上山南支店 ひまわり支店 山辺支店  
の計16支店

### ③窓口営業時間

変更前 平日9:00～15:00  
変更後 平日9:00～11:30、12:30～15:00

なお、店舗シャッター外に設置しているATMコーナーの営業時間  
は変更ございません。

山形農業協同組合  
地域とグッドコミュニケーション

『家の光』12月号のテーマは“あたらしい防災”です  
モシモ、イツモ化生活。

外出先の「もしも」に備えて  
「いつも」持ち歩く

たとえば「マイ防災ポトル」

家の光 12月号 購読申込 受付中!

お申し込みはお近くのJAへ 定価 ●900円(税込)

JAグループ 家の光協会 〒162-8448 東京都新宿区市谷船町11 TEL:03-3266-9039 https://www.jemchikari.net/

※家計簿は、別冊付録としては付きません。ご希望の方はお申し込みください。

## はれやか！ 女性部

### 常勤役員との懇談会

JAやまがた女性部は7月25日、役員との懇談会を開きました。各支部の代表者など22名が参加し、4グループに分かれて「組合員や地域にとってなくてはならないJAとして、そして女性部が元気に活動していくために『できること』をみんなで考えよう!」をテーマに懇談しました。

参加者は、部員を増やすために楽しい活動をPRすることや、組合員と職員のコミュニケーションなどについて、意見や要望を出し合いました。



### 組織活動体験発表 横山部長全国大会へ

8月26、27日の両日、天童市で東北北海道地区JA女性組織リーダーとフレッシュミズリーダーの合同研修会が開かれました。組織活動体験発表で山形県の代表として発表した横山佳子部長が最優秀賞に輝き、来年1月に東京で開かれる全国大会にブロック代表として出場することが決まりました。



## 福祉センター青田 健康 コラム vol.127

### 9月の通所介護



スリッパ飛ばし



パンの移動販売(カナディアン)



敬老会(〇〇で賞状彰)

## 「食欲の秋」食欲のコントロールのコツ

秋になると日照時間が少なくなるため、たくさん食べることで精神の安定を保とうとし、また、秋は美味しい食べ物が多く、夏バテで低下していた食欲が涼しくなって回復する事が「食欲の秋」と言われる由来となっています。

食欲が増して、美味しい食べ物がたくさん…ついつい食べ過ぎてしまいます。食べる時にちょっと工夫して、無理なく食欲をコントロールしましょう。

### よく噛んで食べる

よく噛むことで満腹中枢が刺激され、満腹感が高まります。歯ごたえのある物を食べる、食材を大きめに切るなどして、ひと口30回を目安に噛みましょう。

### 時間をかけて食べる

脳の満腹中枢が働くまで、食事を始めてから15分ほどかかると言われます。会話を楽しみながら食べると食事時間もながくなり、食事の量が少なくても満腹感を得られやすくなります。

### 野菜、海藻を先に食べる

歯ごたえがあり、噛む回数が自然と増えるため、満腹感を得られ食べ過ぎを防ぎます。また、血糖値の上昇を緩やかにし、高血圧の予防に繋がります。

### 【番外編 秋バテに効く食材】

きのこと類(まいたけ、しいたけ、しめじ、松茸)やナッツ類は、ビタミン、ミネラル、アミノ酸が豊富です。ことにビタミンDは免疫機能を高めるとされています。更に、きのこと類を食べてお日さまの下で散歩すると骨代謝に良いと言われています。尚、秋バテ中は生姜、唐辛子、にんにくの過剰摂取には注意しましょう。

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



## 秋冬果実の管理について



### 西洋梨

#### ■収穫

収穫時期は満開後日数や果肉硬度、ヨード反応、糖度、気象状況などを考慮して総合的に判断します。また、日当たりの良い果実は熟度が進みやすい傾向にあります。日当たりの良い果実から収穫を開始しましょう。

#### 収穫時期が遅くなりやすい園地

- ・樹勢の強い園地
- ・施肥量の多い園地
- ・果実が小玉傾向

#### 収穫時期が早くなりやすい園地

- ・樹勢の弱い園地
- ・施肥量の少ない園地
- ・果実が大玉傾向

自分の園地の状況を確認し、収穫時期を判断しましょう



### りんご

#### ■葉摘み

葉摘みは過度に行ってしまうと来年の花芽形成に悪影響を及ぼすため注意しましょう。10月中旬からは果実品質への影響が少なくなるため、やや強めの葉摘みを行います。光が上から当たるだけでなく横からも当たるように、徒長枝や果台枝、発育枝の葉を摘んで園地全体の明るさを確保しましょう。

#### ■玉まわし

果実陽光面が50～60%程度着色した頃から行いましょう。10月中旬の葉摘みと合わせて行うと効果的です。

#### ■反射シート

収穫30日前から設置します。高温が続くと果実が軟化する恐れがあるため、早めに撤去しましょう。

収穫後は防除を行い、次年度へ向けて管理を徹底しましょう!

住宅地等と隣接している農地では周りに十分配慮して農作業を行いましょう

## 親子で一緒にぶどう狩り体験

こんのぶどう園

JAやまがたは9月6日、食農教育の一環で管内の小学生とその家族を招き、ぶどう狩り体験を実施しました。山形市長谷堂の「こんのぶどう園」でシャインマスカットの収穫を体験し、14家族、約60名が採れたてを味わいました。

収穫したぶどうの他、安芸クイーン ピオーネ 翠峰など12種類の食べ比べも行いました。



## 読者の 広場

10月号のテーマ 行楽の秋

●日本一の芋煮会に行ってきました。朝から並んでいる人がいっぱいいました。芋がいっぱい入っていておいしかったです。(山辺町 M さん)

●春に山形に引っ越してきました。外で芋煮を食べるのが楽しみです！お店でも芋煮用の野菜やお肉などが売っていて、見たことない光景にワクワクしています。(山形市 W 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！ ／

## オススメ読書

購読申し込み  
各支店・グリーンまたは本店経済課  
TEL.023-624-8567

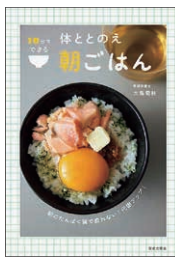


給食営業マン サバイバル戦記 カスハラ地獄、失注連鎖、米の仕入れも赤信号

フミコフミオ 著

社員食堂、病院、老人ホーム、保育園、映画館—— 社会のあらゆる場面で「給食会社」は静かに稼働している。しかし、その裏側には、理不尽すぎる値上げ交渉、親子でカスハラをするクライアント、土壇場でひっくり返る入札、会社の上層部と現場との板挟み……まさに「報われなさ」と「やめられなさ」が交差する、サラリーマン地獄があった。本書は、そんな給食業界の最前線で30年以上戦ってきた氷河期世代の営業部長による、哀しき実録エッセイ。著者は、ユーモアと皮肉を武器に業界の裏側を綴る人気プロガー・フミコフミオ。一見ニッチな世界のはずが、なぜかページをめくる手が止まらない。それはきっと、今日もどこかで自分のように苦しみながら働いている誰かの姿を、見てみたくなるからだ。

定価 1,400 円 (+ 税)



10分でできる 体ととのえ朝ごはん

大島 菊枝 著

中高年の朝に必要な糖質とたんぱく質のバランスメニュー 朝食でしっかり栄養補給しないと筋肉の分解が進んでしまうため、朝食に4割ほどの比重をおくとよいとしています。20～30代は若さで乗り切れても、40～50代になって疲れやすい、やる気が出ない、だるいなどの不調が出てくるのは、朝食のとり方のせいかもしれません。栄養がとれ、1日を快適に過ごすことができる朝ごはんを提案。忙しい人や朝ごはんを食べる習慣のない人でも無理なく実践できる、手軽なメニューが満載です。

定価 1,500 円 (+ 税)

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／10月25日(土) (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。

8月号クロスワードの答え：ひまわり

11月号のテーマ  
秋の夜長の  
過ごし方



## 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 |   |   |   |   |

### ↓タテのカギ

- 土佐名物である鰹節を野菜などと一緒に醤油で煮込んだ料理。
- 小さな種子。油やドレッシングなどにも使われている。
- 米と主に魚類を組み合わせた人気の日本料理。
- 豚バラ肉を調味料や香味野菜と一緒に柔らかく煮た料理。
- ウリ科の果物。青肉、赤肉、白肉がある。
- 寿司、天ぷらに並ぶ日本の代表的な麺料理。

### →ヨコのカギ

- 肉と荒く切った野菜を煮込んだフランスの家庭料理。
- 別名ヤイトガツオ。幻の高級魚。
- 蟹肉を米に混ぜ込んだ日本料理。
- かけそばの上にニシンの甘露煮を乗せたもの。

### あとがき

日が短くなり、朝晩の冷え込みに秋の訪れを感じる季節となりました。秋はスポーツや読書など、さまざまな楽しみがありますが、皆さんの楽しみは何でしょうか。今月の表紙は「悪戸芋」です。里芋を使った料理といえば、やはり芋煮が定番ですね！今回は、日本一の芋煮会で使用するネギを切る様子取材しました。大量のネギに目が刺激され、学生たちは涙を浮かべながらも一生懸命に作業をしていました。



## 旬のかんたんクッキング



## かぼちゃのクッキー

### 材料 28枚分

|      |      |        |       |
|------|------|--------|-------|
| かぼちゃ | 90g  | 卵      | 1/2 個 |
| 薄力粉  | 140g | チョコチップ | 20g   |
| 砂糖   | 80g  |        |       |
| バター  | 50g  |        |       |

### 作り方

- かぼちゃの種と皮を取り除き鍋に水を入れて竹串が通るくらいまで煮る。柔らかくなったからお湯を切りマッシャーでつぶす。(マッシャーがない場合はフォークなどで代用)
- ボウルにバターを入れ室温に戻しておき、マヨネーズ状になるまで練って砂糖を入れてなめらかになるまでまぜ合わせる。溶き卵・マッシュしたかぼちゃの順に入れ薄力粉を振ってさっくりと混ぜ合わせる。さらにチョコチップを混ぜ加え、(生地がゆるい場合は薄力粉を足して調整する) 生地をラップで包み、1時間～3時間ほど冷蔵庫で寝かせる。
- 生地を冷蔵庫から取り出し、打ち粉をしてめん棒で伸ばし、型で抜く。
- 160度で予熱しておいたオーブンで、様子を見ながら15分程度焼いてできあがり！(焼色を見ながら足りないときは3分ずつ追加する)



### FDC Cooking Tips

#### 山形学院高校フードデザインクラブ (通称 FDC)

FDCはアイデアを出し合いながら作ってみたい料理や菓子を調理して食べる、とっても楽しい山形学院高校の部活動です。

#### Point

お好みでシナモンシュガーをふりかけてもおいしく召し上がれますヨ！

