



# ほのか

ふれあいの輪、さらに広げます  
HONOKA

1  
2026  
No.676  
JA amarume



<http://www.ja-amarume.or.jp>

JJA amarume JA amarume 検索

12月11日開催  
掲り所しやんしゃん 木曜しゃんしゃん塾  
【どろふわ餅フレンチトースト】  
作り方は14ページを参照ください。

12月の産直コーナー

大根

春菊

ブロッコリー

写真はイメージです。入荷状況により商品がかわります。

毎週金曜日は  
産直コーナーの商品  
友の会ポイント10倍

R7.11.17 令和7年度 山形県ストック品評会

スタンダードストック  
(アイアンホワイト)  
特別賞 阿部円香さん(廿六木)

山形県  
ストック  
品評会

スプレーストック  
(カルテットローズ上)  
(カルテットアーピコット下)  
銀賞 工藤豊章さん(長畑)

東京都中央卸売市場板橋市場で開催。71点の出品のうち、当JAから3点が入賞しました！

R7.11.20~22 庄内町 秋のフラワーショー in クラッセ

トルコギキョウ  
(フィーノライトピンク)  
特別賞 工藤豊章さん(長畑)

スプレーストック  
(チエリーカルテット)  
銀賞 工藤己絵さん(長畑)

スタンダードストック  
(ヴィンテージブラウン)  
銀賞 阿部美和さん(千河原)

スタンダードストック  
(アイアンホワイト)  
金賞 阿部円香さん(廿六木)

JA amarume 広報ほのか

- 編集と発行/余目町農業協同組合
- 編集責任者/渡会 武司
- 印刷/JA印刷山形
- 令和8年1月

JA amarumeホームページ  
<http://www.ja-amarume.or.jp>

JA amarume



Instagram



X (旧Twitter)



Facebook



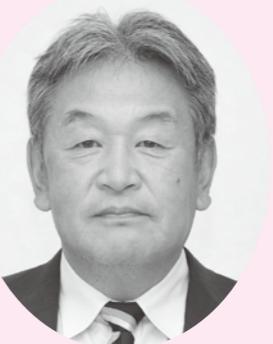
LINE



農業やJA amarumeのイベント情報などを発信しています。ぜひご登録・ご覧ください。

年頭のごあいさつ

# 謹んで新年の お慶びを申し上げます



代表理事組合長

佐藤一彦



明けましておめでとうございます。謹んで新春のご挨拶を申し上げます。

令和8年の年頭にあたり、組合員、関係各位には旧年中に賜りましたご理解あるご協力に厚く御礼申し上げます。

さて、令和7年は地球温暖化の影響により、農作物の栽培に苦労することが危惧されました。5月後半には夏を感じる暑さが続き、7月には極端な高温少雨となつた中、灌漑用水について関係機関のご尽力、栽培者の節水努力等により稻が枯れる被害は免れました。うち米の平均収量は<sup>\*</sup>10俵当たり597キロ、一等米比率99.4%と豊作となりました。大豆栽培も白大豆平均収量10俵当たり244.3キロと近年にない収穫量となりました。常態化する暑い夏を乗り越え豊穰の秋を迎えたことは、苦労が報われた年だつたと思います。

昨年は、令和6年から続いた「米騒動」の話題が、毎日のようにお茶の間に報道されました。備蓄米放出、作況指数の見直し等前例のない政策変更の判断がなされたにも関わらず、実体のない不安・不信感から米価が過去最高値になつたことは、米生産者には一時の安堵感はありながら将来の経営不安は増大した気がします。

国政では農業構造転換集中対策の具現化、水田農業政策の見直しが審議されるなか、より現場の声が反映される施策確立の訴えと、農家組合員には丁寧な説明にJAグループ全体で取り組まなくてはなりません。今年はそれら課題に誠心誠意に取り組んでまいります。

また、昨今の国際情勢を踏まえ、自国の食料は極力自国で賄うことや、食料安全保障を確立する重要性を改めて多くの方が実感したのではないでしようか。今後も食を支える農業は、この国に無くてはならない基幹産業である認識を多くの方々に広める必要性があると考えます。そのためにも生産基盤拡大を図り持続可能な農業の実現、国民理解の醸成にも努力いたします。

生産者の営農継続と地域農業の振興がJAの使命です。まずは生産振興を第一に考え、将来にわたり安心な農畜産物を消費者にお届けできること、自らも環境変化に柔軟に対応しながら、前例を踏襲するだけではなく、見直すべきは見直したうえで諸課題に取り組み事業を発展させてまいります。

昨年、女性初の高市総理大臣が誕生しました。国のリーダーが代わったことで随分国内外の動きに変化が垣間見えます。高市総理が崇拜する松下幸之助氏の言葉に「失敗することを恐れるよりも真剣でないことを恐れたい」という言葉があります。踏み出す一步を確実なものにするために役職員一体となつた取り組みの実践を今後とも行います。結びになりますが、本年も引き続きご指導とご協力を賜りますようお願い申し上げますとともに、皆様のご健勝と益々のご発展をお祈り申し上げます。

\*CEデータより



監事  
森屋慶一



監事  
高橋恵



代表監事  
奥山賢一



理事企画管理部長  
渡会武司  
理事信用共済部長  
阿部浩



理事  
遠田雅弘



理事  
五十嵐幸彦  
理事  
五十嵐晃



理事  
小野寺姫



理事  
中野智  
副組合長  
阿部勝吉

**新春号  
表紙の紹介**

JAあまるめ

# 特集 2026 新春メッセージ

## 新年の抱負

6年生になつたら、好きなこと、努力していることをがんばりたいです。

一つ目は読書です。学年の中でもたくさん読んでいる方で、少なくとも一週間で20冊以上読んでいます。今年も学年トップで本をたくさん借りて読みたいです。

二つ目は、勉強です。勉強はふだんからがんばっていて、テストは毎回百点は取れないけど平均90点位です。これから円周率やむずかしい漢字、英語などを特にがんばりたいです。

三つめは、委員会のことです。最上級生として、下級生の見本になれるような六年生になりたいです。

6年生になつてがんばりたい事は、野球と勉強です。

野球では、レギュラーをとれるように練習に取り組みたいです。バッティングでは、打つ時タイミングがあつていないので、素ぶりや家でも練習しながらタイミングを合わせたいです。守りでは、足のステップにも気をつけて、ゴロやフライを取りたいです。

2つ目の勉強では、先生の話を聞いて苦手な教科をこくふくしたいです。特に算数が苦手で、何度もくり返し復習して問題を読みとる事ができるようになります。最上級生として、下級生のお手本となる行動をしていけるように、がんばります。

私が6年生になつて頑張りたいことは三つあります。

一つ目は、苦手な算数を好きになることです。あきらめることが多くあった中でも、楽しさや達成感を感じるときがありました。これからもあきらめないで何事にも挑戦しようと思いました。

二つ目は、読書です。前は苦手だった読書も、宮沢賢治さんの本に出会って少し好きになりました。たくさん読書をしてもっと本が大好きになりました。また、「庄内書道展」でも、普通字と大字の2部門で特別賞をめざしました。

三つ目は、友達とたくさん遊ぶことです。小学生生活最後なので、残りの一年を最後まで楽しみたいです。友達と遊ぶ機会を、大人になつても記憶に残る大切な思い出にしたいです。

私は、今年がんばりたいことが二つあります。

一つ目は、書道です。目標として、昨年優秀賞を受賞できた「人権書道コンテスト」で、今年こそ最優秀賞をとれるようにがんばりたいです。また、「庄内書道展」でも、普通字と大字の2部門で特別賞をめざしたいです。そのため、書道教室でも家でも練習にはげみたいです。

二つ目は、勉強です。特に算数が苦手なのでわかりやすいノートを作り、あとからしっかりと復習して得意になりたいです。

最後に、6年生は最上級生になるので、下級生の見本となれるように努力していきたいです。

**山村の夏**

私の今年の目標は、書道で五段をとることです。書道教室では、集中して取り組み、様々な書道展に出品し、書道のうで前を上げるようにがんばっています。一字一字ていねいに書くことを心がけているので、とても神経を使いますが、書き上げた時はうれしく、ほこらしい気持ちになります。文字の大切さを常に意識して、書道に限らずふだんから字に心をこめて書きたいと思います。

最上級生として、他の学年のお手本になるようがんばりたいです。





ないという認識です。皆さんの中でどういう米価が適正と考えますか。概算金3万円の現状で4200円／5kgの店頭価格、仮に2・5万円だった場合3400円／5kgが目安となるようです。消費者に理解してもらえる価格の醸成は農政運動で働きかけしていくことが大切ではないかと思いますが、どうでしょうか。

### ●日下部耕平さん

インフレも考慮すると、明確に概算金何万円が良いという適正価格の提示は難しいです。ただ、規模拡大や再生産ができる価格、という訴えはしていきたいと思います。

### ●佐藤組合長

消費者と生産者がお互いに歩み寄ることが大切だと思いますがどうでしようか。令和9年度からの抜本的な農政の見直しについては注視していきたい、農政運動で訴えていきたい。

### ●日下部愛美さん

将来的に考えて、農家戸数が減少し、耕作面積を確実にこなせる農家が重要になってしまいます。消費者あつての生産者意欲になるので、消費者とのつながりを大切にしていきたい。



日下部愛美さん

## 10年後、理想的な農業情勢について

### ●佐藤組合長

管内の農業のあり方も農協が発信することも大切だと思いました。経営継承への支援や離農世帯への就農者掘り起こしも含め、農家戸数が少なくなっていることによる苦労はどう感じますか。

### ●日下部耕平さん

将来的に集落に数人しか農業者がいない状況が想定されます。水稻を中心として面積を管理する苦労が心配です。個別の作業でも、草刈、水管理を含め、人手の必要な播種作業などは、他者の協力にも期待したいところです。

### ●日下部愛美さん

現状集落内では担い手が確保できていますが、今後を考えると不安は大きいです。

### ●佐藤啓一さん

離農した方から草刈や堰掘りなど協力いただき助かっています。

### ●佐藤組合長

多面的機能支払交付金などを活用した環境整備は農業者だけでなく地域からの協力や話し合いが不可欠だと思います。

### ●日下部耕平さん

集落営農の形、一法人が規模拡大する形、JAの子会社が拡大する形等が考えられますが、迫った課題だと思います。

### ●佐藤啓一さん

集落営農の形を取つても、新規参入者が来ないというのが現状のようです。後継者の確保・人手の確保が重要だと思います。地域ごとに農業法人や受託組織などがあつてもいいのではないかと思います。

### ●日下部愛美さん

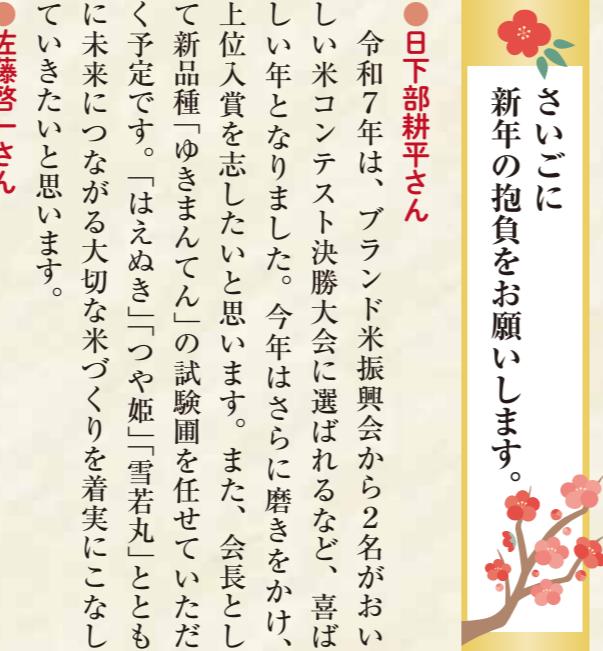
農業収入がある程度安定し、魅力ある仕事として将来の子供たちのなりたい職業、親が就かせたい職業となつてほしい。地域の子供たちの誰かが就いてくれたら嬉しいと思います。

### ●佐藤組合長

中学生のアンケート結果で8割が地元に残りたいと考えているという情報もあります。農家に就くという選択肢を叶えられるような基盤整備も大切です。現代の若者は「自分らしさ」を大切にする世代という傾向も見られます。農業が魅力ある職業となるようなアプローチが必要だと感じます。

### ●佐藤啓一さん

さいごに  
新年の抱負をお願いします。



### ●日下部耕平さん

令和7年は、ブランド米振興会から2名がおいしい米コンテスト決勝大会に選ばれるなど、喜ばしい年となりました。今年はさらに磨きをかけ、上位入賞を志したいと思います。また、会長として新品種「ゆきまんてん」の試験圃を任せていただく予定です。「はえぬき」「つや姫」「雪若丸」とともに未来につながる大切な米づくりを着実にこなしていきたいと思います。

### ●佐藤啓一さん

C E施設については、修繕の必要性が増えていますが、利用組合の皆さんに気持ちよく使ってもらえるような環境づくり、安全作業の関係づくりなどに努めたいと思います。また、赤かぶについて、令和7年産の試行錯誤を生かして収穫の機械化・一元化を行いたいと思います。

### ●日下部愛美さん

最終的な目標としては規模拡大・設備投資を計画的に整えながら、丁寧な圃場管理に努めていきたいと思います。また、女性農業者の立場から、女性でも農業機械に乗り、家庭との両立も可能な女性農業者が増えてほしいと思います。

今後の農家は様々な分野とのつながりも大切になつてくるのではないか。デジタルも活用し発信も必要だと思います。農業の魅力について家庭でも、外に向けて広げることが将来の明るさにならうと思います。

### ●佐藤組合長

今後の農家は様々な分野とのつながりも大切になつてくるのではないか。デジタルも活用し発信も必要だと思います。農業の魅力について家庭でも、外に向けて広げることが将来の明るさにならうと思います。

## 座談会参加者プロフィール

氏名	ブランド米振興会長 日下部 耕平	カントリー利用組合長 佐藤 啓一	女性農業者 日下部 愛美
マイブーム (趣味)	道の駅めぐり	サッカー観戦	特にないので老後まで探す
元気のもと	ラーメン	我が家の猫	家族との会話
今年挑戦したいこと	作業の効率化	あつみかぶ生育の均一化	やりたい事があつたらその都度挑戦したい



12月13日より生活館で受賞米を数量限定販売しました。  
第19回米コンテストで優良金賞を受賞  
●阿部勝吉さん(廿六木)の「ひとめぼれ」  
●工藤豊章さん(長畠)の「プレミアムつや姫」

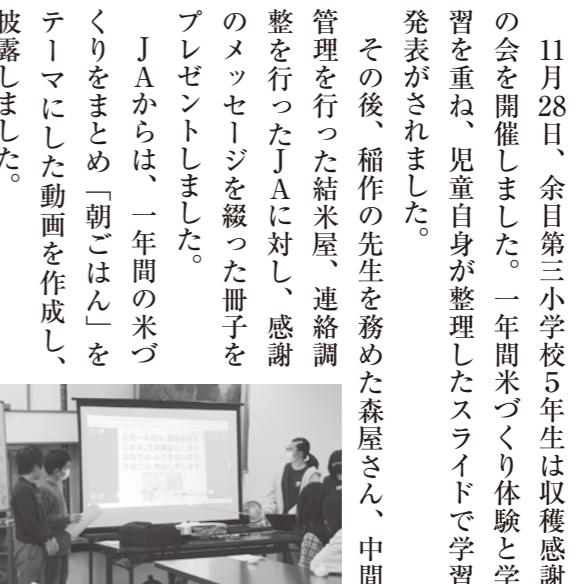
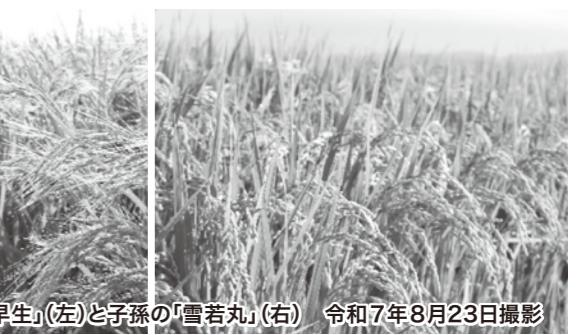
## 第19回 あなたが選ぶ日本一おいしい米コンテストin庄内町



庄内農業高校の「つや姫」が高校生部門最優秀金賞を受賞。  
当JA管内からは阿部勝吉さん(廿六木)の「ひとめぼれ」、  
工藤豊章さん(長畠)の「プレミアムつや姫」が  
メジャー部門220点の中から決勝大会に進出しました。

### 最優秀金賞の結果

高校生部門	庄内農業高等学校(山形県) 「つや姫」
メジャー部門	金子和徳さん(山形県) 「つや姫」
ネクスト部門	中山北斗さん(熊本県) 「ぴかまる」
プレミアム部門	曾我博男さん(岐阜県) 「いのちの壱」



## 第37回 森屋翁顕彰祭～森屋多郎左工門翁の功績を称える～



神前に供を奉納する森屋前組合長

11月26日、廿六木集落公民館において、庄内町長、農業関係者および集落関係者ら24名の出席で森屋翁顕彰祭の祈祷が執り行われました。

「森多早生」の創選により日本の米づくりが活性化されました。その功績を称え、平成元年に頌徳憲章碑が建立されから37回目。顕彰祭主催者の富樫透町長は「森屋翁の功績を地元の誇りとして伝えていきたい」とあいさつしました。

11月10日、「森多早生」を創選した森屋多郎左工門の子孫・森屋要二さんが余目第三小学校で5年生32人に向け「森多早生」の特別授業を行いました。

「森多早生」は「つや姫」「雪若丸」などの祖先。現代はDNAマークによる育種などで品種改良がおこなわれていますが、昔は田んぼでの「眼力」による選別から始まりました。森屋さんは、先人の努力と工夫が現代につながっていることを伝えました。

2027年デビュー予定の「ゆきまんてん」は「雪若丸」の子にあたり、血統を引き継ぎます。

JAからは、一年間の米づくりをまとめ「朝ごはん」をテーマにした動画を作成し、披露しました。

その後、稻作の先生を務めた森屋さん、中間管理を行った結米屋、連絡調整を行ったJAに対し、感謝のメッセージを綴った冊子を発表されました。



①生徒から感謝のメッセージを綴った冊子を受け取ったあと、「稻作じいさん」森屋さんから一言メッセージ。「生きることは食べること。農業・漁業・林業の大切さをこれからも感じてほしい」と児童の皆さんに伝えました。令和5年生の児童自身が学び、整理した内容の発表。緊張しながらも、一生懸命な姿が見られました。

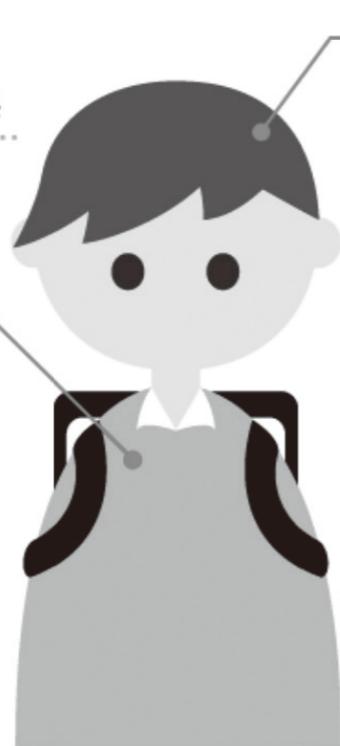
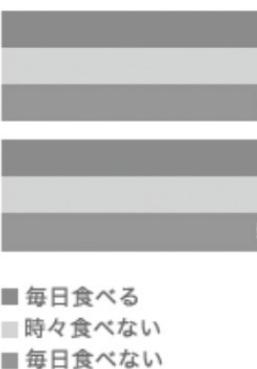
12月10日、余目三小の5年生が育てた三小米「はえぬき」180kgが学校給食に提供され、町内の全小中学校6校1400食が用意されました。町内の学校給食のおたよりや三小の校内放送で「泥だらけになりながら田植えをし、誰かが転びそうになれば手を差し伸べてくれる友達とともに作つたお米。お互いを助け合いながら、地域の人と5年生が愛情を込めて作ったお米を食べてほしい」とメッセージを発信しました。

## 朝ごはんをしっかり食べよう!

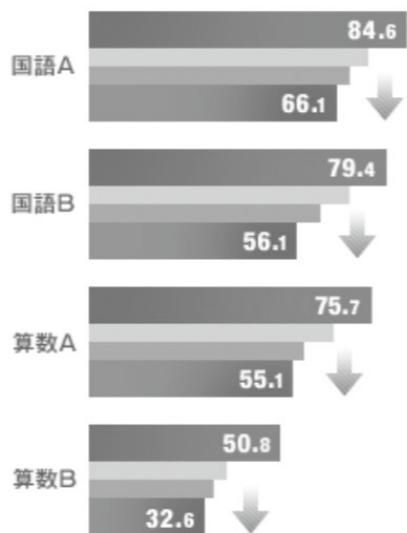
### 小学生

#### 朝食の摂取と学力調査の平均正答率・体力合計点との関係

#### 朝食の摂取と体力合計値との関係



朝食の摂取と学力調査の平均正答率との関係



文部科学省ホームページによると、朝ごはんを食べない小学生の割合はおよそ1割。社会人の割合は2割以上。朝ごはんを食べたほうが学力調査の結果も体力も良い結果の統計となっています。

朝ごはんをきちんと食べて、脳を生き生きとさせ、やる気や集中力を高めることは、学生のみならず、大人にとって大切なことです。そして朝ごはんには、ご飯食がオススメ。噛むことにより脳を目覚めさせ、ゆっくり消化・吸収がすすむため、なだらかに血糖値を上げ、長時間維持します。

新年を迎えます。朝ごはんを食べるなど、改めて良い食習慣を考える機会としてはいかがでしょうか。

出典：文部科学省ウェブサイト ([https://www.mext.go.jp/syokuiku/what/meal01\\_01.html](https://www.mext.go.jp/syokuiku/what/meal01_01.html))

農林水産省ウェブサイト (<https://www.maff.go.jp/j/seisan/kakou/mezamashi/about/about.html>)

## 理事会だより

### 《附議事項》

- (1) 11月末事業状況について
- (2) 2025上半期ディスクロージャー誌の開示(案)について
- (3) 準組合員の加入資格(案)について
- (4) 大口貸付の承認について(案)
- (5) 宅地等供給事業実施規程の一部変更(案)について
- (6) 宅地等供給事業実施要領の設定(案)について

### 《報告事項》

- (1) 組合員の加入脱退について
- (2) 各種委員会(農業委員会・庄内町等)の報告事項について
- (3) 介護予防事業報告書について
- (4) 令和8年 新年互礼会について
- (5) 年末年始の業務対応について
- (6) 資産査定結果(仮基準日)について



### ●11月末の実績●

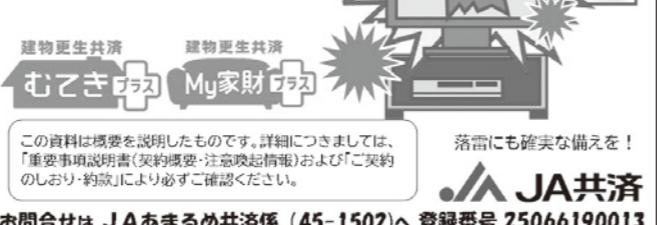
	実績	計画比	前年比
正組合員	912名		99%
販売高	農産物 978,127千円	130.3%	183%
	畜産物 241,143千円	114.1%	105%
	計 1,219,270千円	126.8%	160%
購取高	農産 278,393千円	128.5%	111%
	畜産 41,873千円	113.1%	110%
	店舗 576,657千円	113.7%	110%
	農機自燃 414,818千円	128.3%	97%
	計 1,311,741千円	121.0%	105%
加工事業	271,063千円	98.0%	96%
貯金高	13,398,869千円	112.1%	110%
貸出金	2,955,143千円	96.9%	114%
長期共済(保障)	2,041,300千円	151.2%	150%

## 入っていますか？ おうちの保障

J A共済なら「建物更生共済」で  
 ●火災・落雷・自然災害等に充実保障  
 ●建物・家財それぞれに安心の保障

### ご加入も 共済金請求も

当JA担当者がお手続きをサポート！！  
 保障点検承ります♪



お問い合わせは JAあまるめ共済係 (45-1502)へ 登録番号 25066190013



### 12/11ねぎ部会総括会を開催。

春先の低温・多雨・日照不足、夏の渇水と恒常化する異常気象により園芸特産物には厳しい天候の一年となりました。秋になり、徐々に回復した令和7年。「先輩方の知恵と若い力で良いねぎづくりと良い仲間づくりを続けていきたい」と森屋部会長のお言葉でした。



当JA資材館が全農主催の「JA資材店舗CS甲子園2025」でラウンドアップ賞を受賞しました！  
 ご利用いただきやすい店舗づくりに、これからも努めてまいります。

## 第2回 ごはんフェス in 風車市場

11月29日、道の駅しようない「風車市場」で『おかわり大歓迎！ごはんフェス2025』が開催されました。米コンテストのサテライトイベントの位置付けです。

来場者は「つや姫」「ゆめぴりか」「ゆうだい」「いのちの壱」の4品種のごはんと、ごはんお供食べくらべを楽しみました。



## 女性部 農協との意見交換会

11月28日、生活センター小会議室で女性部と農協の意見交換会を開催し、女性部員10名が参加しました。

女性部員よりいたいたアンケートを元に意見交換し、女性ならではの視点で様々な意見が出されました。また、惣菜加工室で製造した新商品の試食会も行いました。



惣菜加工室で製造した「ローストビーフ」「豚肉の唐揚げ」を試食しました。家庭では簡単に作れないでぜひ買いたい「肉がとても柔らかくておいしい」と好評でした。



## 第18次総会3ヵ年計画策定



11/28 第18次3ヵ年計画策定委員会を開催  
 主要団体役員・生産組合長、役職員が参加し、向こう3ヵ年の計画内容を協議しました。

## 営農に関する合同協議会



11/18 農協役員、営農・防除委員、JAあまるめブランド米振興会委員合同協議会  
 令和7年産の総括と令和8年産に向けた計画を協議しました。

JJAあまるめ広報・LINE連動企画!!

# おめでとう「わのもち」生誕60年! 餅アンケートプレゼント企画!!

広報ほのか応募用紙より応募していただいた方から  
抽選で10名様に生活館商品券をプレゼント!

わのもち 生誕60年

アンケートに答えて  
商品券が当たる!!  
好きな食べ方は?

応募期間:令和7年12月25日~令和8年1月15日

## JJAバンクからのお知らせ

ATMなどのサービスを  
一時休止させていただきます。

休止日	休止時間
11日(日)	終日
12日(月・祝)	終日
17日(土)	21:00~24:00
18日(日)	0:00~8:00

### 休止するサービス

- JJAバンクのATM
- 他金融機関・コンビニなど提携ATM
- JAネットバンクサービス
- ジェイデビット

ご不便をおかけしますが、何卒ご理解とご協力を  
賜りますようお願い申し上げます。



## 【介護予防施設 しゃんしゃん】

元気でいきいきとした毎日のために

月曜日	午前	健康体操
	午後	ものづくり(クラフト)
火曜日	午前	健康体操
	午後	健康マージャン
水曜日	午前	健康体操
	午後	いきいき100歳体操
木曜日	午前	健康体操
	午後	木曜しゃんしゃん塾
金曜日	午前	健康体操
	午後	しゃんしゃん工房(クラフト等)

\*木曜しゃんしゃん塾の内容は、お問合せください。

利用料は半日200円です。

\*木曜しゃんしゃん塾「みんなでクッキング」は500円

【午前の部】受付 9:00~

【午後の部】受付13:00~

体を動かしたり、頭や手を使い、健康寿命を延ばす活動をしております。活動後の茶話会も皆さん楽しんでいかれます。ぜひ、介護予防にご利用ください。

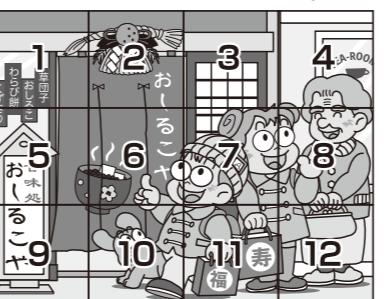
お問い合わせは企画管理部45-1500へ

## まちがいさがし

### 12月号当選者・正解

富樫 美和さん(興野)  
阿部 悠希さん(長畑)  
太田 由作さん(廿六木)  
佐藤 結斗さん(廿六木)  
日下部徳子さん(横島)  
日下部常子さん(横島)  
渡会 ゆみさん(千河原)  
真田 貞子さん(平岡)  
菅原 国昭さん(上堀野)  
佐藤 長輔さん(上堀野)

おめでとうございます。  
たくさんのご応募ありがとうございました。



### 答え

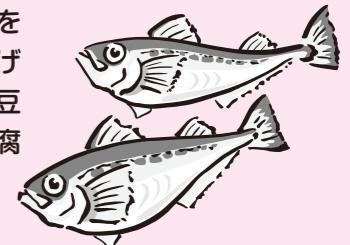
- 2……しめ飾りの房が短い
- 4……窓に装飾が付いている
- 5……看板の屋根部分の形が違う
- 11……紙袋の文字が違う
- 12……バッグの形が違う

●餅アンケートに答えて商品をゲットしよう!  
応募締切は令和8年1月15日まで  
応募箱は生活館入口脇に設置しています。

身边な話題や「ほのか」の感想をお寄せいただきました。



◎スーパーから大きいハタハタを買って、田楽して大黒様に上げました。黒豆煮、なます、黒豆ごはん、ハリハリ漬、焼き豆腐田楽もつくりました。(80代・女性)



○大黒様は、家内安全、無病息災、豊年の感謝礼などを祈る行事。行事食は季節や伝統を感じることができます。寒い季節になってますが、“まめ”に過ごしていましょう。

○炊きたての新米は、最高に美味しいです。(60代・女性)



○11月号でお知らせした新米アンケートでは、シンプルにお米の味を楽しむ皆さんのアンケート結果でした。おいしいお米の味を思い思いの食べ方で楽しんでほしいと思います。

皆様からのご感想を楽しみにしながら編集しております。  
ぜひ、クイズ応募と併せてご意見ご要望ください。

## 木曜しゃんしゃん塾より~今日の一品いかがですか~



### 【とろふわ餅フレンチトーストの作り方】

#### 〈作り方〉

- 耐熱ボウルに4等分にカットした切り餅、砂糖、牛乳を入れる。
- レンジ600wで3分半~4分加熱して餅を柔らかくする。
- ゴムべらなどを使って餅と牛乳を混ぜてしっかりと馴染ませる。  
※多少、餅の粒が残っていても、焼くので大丈夫。
- 溶き卵を加えて、全体に馴染むまで、ゴムべらでよく混ぜる。
- 卵焼き器(又はフライパン)を火にかけてバターを溶かし、生地を流し入れる。弱火で蓋をして焼く。  
※卵焼き器の場合は、アルミホイルを使って蓋をする。
- ふっくらと膨らんでこんがりと焼き色が付いたら、フライ返しで半分に折りたたんで出来上がり。  
※お好みでトッピングしてもOK。

#### 〈コツ・ポイント〉

- お餅が膨らむので、レンジにかける時は、少し大きめの耐熱ボウル(容器)を使用する事。
- 卵焼き器にアルミホイルで蓋をする時は、はみ出ると焦げたりするので、丁度よい大きさに折りたたんで使用する事。

1月の「みんなでクッキング」は1月15日、29日です。お申込みは企画管理部45-1500へ

●射手座(11/23~12/21)高め安定運。心配事が解消へと向かいます。おいしいものを食べて活力アップ! 季節限定のメニューを楽しんで

JAあまるめ JAあまるめ 14