

JAさっぽろ×札幌グランドホテルコラボレーション企画

特集

# 組合員の皆さんの投票で決定！ 札幌野菜パンできました

札幌グランドホテル総料理長 伊藤博之氏監修



組合員の皆さんが選んだ  
札幌野菜パン3種類が完成

JAさっぽろと札幌グランドホテルが連携し、札幌伝統野菜の「札幌黄（玉ねぎ）」、「サッポロミドリ（枝豆）」、札幌産「トウモロコシ」をそれぞれ使用した「札幌野菜パン」を製作しました。

今回使用した3種類の札幌野菜は、正組合員・准組合員の皆さんの投票によって決定。准組合員の皆さんには、5月に発行した「コミュニティ情報誌「虹のしずく」」の中で、「札幌黄」、「サッポロミドリ」、「札幌白ゴボウ」、「札幌大長ナンバン」の4種類の札幌伝統野菜の中から食べてみたい野菜のパンを投票いただきました（「札幌大球」（キャベツ）については、収穫時期の関係から除外）。また、正組合員の皆さんには、広報誌8月号で投票を募集。札幌グランドホテルが

多数ある札幌産野菜の中から候補にあげた、「トウモロコシ」、「トマト・ミニトマト」、「馬鈴薯」の3種類から投票いただきました。

この取り組みは、准組合員を対象に年に一度開催している、「JAさっぽろ准組合員コンベンション『農と食をもっと身近に』」の企画

のひとつとして実施したものです。

私たちの生活に欠かせない「食」と、食を生み出す「農」をもっと身近に感じてほしい、札幌の農業を応援してもらいたいという願いから、手軽に食べることができ野菜を使ったパンを製作し、コンベンション参加者に札幌野菜をPRすることが目的でした。

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、コンベンションは中止となったものの、札幌グランドホテルの協力により、札幌野菜パンの製作は実現いたしました。

JAさっぽろ・札幌グランドホテルコラボレーション企画  
**あなたが食べたい札幌野菜パンは？**  
札幌グランドホテル総料理長 伊藤博之氏監修

トマト・ミニトマト？  
とうもろこし？  
馬鈴薯？

投票していただいた方の中から抽選で**20名様に札幌野菜パン3種類×2セット**をプレゼント！

※3種類のうちの1種類は本誌掲載のレシピより作成いたします。投票結果により、お好みのパンが選ばれる場合があります。

■札幌野菜パンの種類  
A トマト・ミニトマト B とうもろこし C 馬鈴薯

■応募方法  
Aが正・F.A.X・Eメールいずれかの方法で、「あなたが食べたい札幌野菜パンの野菜をA～Cの中から選んでください。選んだ野菜名、応募希望数（希望野菜の個数）を記載して応募ください。応募先は以下のとおりです。応募先から応募での抽選結果については当選者発表日または抽選結果発表の日に通知いたします。

■応募先  
〒000-0010 札幌市中央区南10条西24丁目1番10号 JAさっぽろ「札幌野菜パン」部  
F.A.X (011) 621-1449 / Eメール: sen\_koufu@ja-sapporo.or.jp

■募集期間  
9月15日（木）～9月30日（水）（当日投票可）

■投票料  
当選者本人のみが負担

■当選者の発表と賞品の発送  
当選者の発表は抽選結果発表（9月30日）をもって代弁させていただきます。  
3種類の札幌野菜パンは各3種類で10月1日（日）まで当選者のご都合に応じて発送します。  
※応募先がご都合の都合で、発送先を変更することや抽選日の変更はできません。お返しがのりたに代わって発送していただく場合は、ご連絡ください。

【お問い合わせ先】  
JAさっぽろ 経営企画部 TEL: (011) 621-1980 ※平日 9:00～17:00

あなたが食べたい  
**札幌伝統野菜パンは？**

札幌市は「食の都」として、食文化の発展を推進しています。札幌市では、札幌市産の野菜を積極的に活用し、食文化の発展を推進しています。札幌市産の野菜を積極的に活用し、食文化の発展を推進しています。

あなたが食べたい札幌伝統野菜パンは？

札幌市産の野菜を積極的に活用し、食文化の発展を推進しています。札幌市産の野菜を積極的に活用し、食文化の発展を推進しています。

あなたが食べたい札幌伝統野菜パンは？

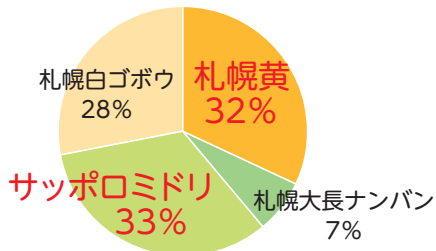
札幌市産の野菜を積極的に活用し、食文化の発展を推進しています。札幌市産の野菜を積極的に活用し、食文化の発展を推進しています。

総投票数は1,225票

今回使用する野菜を選出するにあたり、組合員の皆さんからいただいた応募票数は、准組合員1,074票、正組合員151票の合計1,225票。郵便、FAX、Eメールのいずれかの方法により、投票いただきました。

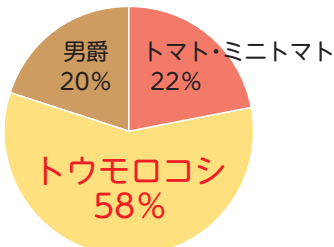
准組合員の皆さんによる札幌伝統野菜4種類の投票では、全1,074票のうち、最多350票を獲得した「サッポロミドリ」と、僅か6票差の344票を獲得した

札幌伝統野菜パン候補  
【准組合員】1,074票



札幌黄	札幌大長ナンバン	サッポロミドリ	札幌白ゴボウ
344票	79票	350票	301票

札幌野菜パン候補  
【正組合員】151票



トマト・ミニトマト	トウモロコシ	男爵
34票	87票	30票

「札幌黄」の2つの野菜に決定。

また、正組合員の皆さんによる札幌産野菜3種類の投票では、全151票のうち、最多87票を獲得した「トウモロコシ」の使用が決定しました。正組合員投票では、女性部員、青年部員の他、シカレツジ卒業生の皆さんにもご協力いただきました。

使用する3種類の野菜の決定を受け、札幌野菜パンの製作が本格的にスタート。製作にあたっては、札幌ブランドホテルで2020年より第10代総料理長を務める伊藤博之氏に監修していただきました。

パンの製作のため、  
総料理長が圃場を視察

パンに使用する3種類の野菜決定後、伊藤総料理長の「生産者の生の声を伺いたい」との強い希望により、3名の生産者にご協力いただき圃場視察を行いました。

8月6日(金)には、サッポロミドリを生産する豊平地区組合員の天下一也さんの圃場へ。9月6日(月)には、札幌黄を生産する北札幌地区組合員の湯浅富夫さんとトウモロコシを生産する豊平地区組合員の吉川千春さんの圃場を視察しました。

3名の生産者からは、今回扱う野菜(品種)の特徴や生育の過



▲サッポロミドリの圃場視察。



▲札幌黄の圃場視察。



▲トウモロコシ(恵味ゴールド)の圃場視察。

程、生産者としての苦労や喜び、農業に対する想いなどを伝えていただきました。

圃場視察を終え、伊藤総料理長には、札幌野菜の良さをより引き出すパンの完成に向け、試行錯誤を重ねていただきました。

## ～3名の生産者にご協力いただきました～

### あました かず や 豊平地区 天下一也さん

清田区真栄で多品目の野菜や果物を栽培。  
サッポロミドリの圃場視察にご協力いただきました。

「ここ最近、札幌においても異常気象による農作物への影響が年々増え、サッポロミドリの栽培が難しくなっているように感じます。先人たちの残してくれた甘くておいしい枝豆を守り伝えていくため、毎年一年生の気持ちで譲り受けた襷を繋いでいきたいです。そして、もしよろしければ来年冷凍ではなくとれたての枝豆を食べていただき、本当の枝豆のおいしさを一人でも多くの方に味わっていただくことが私の願いです。」



### ゆ あさとみ お 北札幌地区 湯浅富夫さん

東区丘珠町で札幌黄やF1種の玉ねぎを栽培。  
札幌黄の圃場視察にご協力いただきました。

「先祖や地域が残してくれた財産である札幌黄を受け継ぎ、発展・進化させながら大都市札幌で“小回りのきく農業”の完成形を目指す。それが私の農業、札幌スタイルです。札幌黄は、品種改良された玉ねぎに比べて病気に弱いことから毎年試行錯誤をしながら挑戦しています。時代と融合しながら進化していく札幌黄の新しい形は未来の無限の可能性そのものです。」



### きっかわ ちはる 豊平地区 吉川千春さん

南区滝野で多品目の野菜を栽培。  
トウモロコシの圃場視察にご協力いただきました。

「滝野の野菜は、朝晩の寒暖差が大きく、厳しい環境で育ちます。少しでも長く作り続けるためには土づくりが大切です。私自身、新規就農して7年目となり、一人での作業に大変さを感じることはありますが、地域の人に支えられながら少しずつ出来ることを増やして前へ進んでいきたいです。選ぶ時間、料理する時間、食べる時間、全部が楽しくなるような野菜をこの滝野の地から届けたいと思います。」



## 札幌野菜パンが完成 当選者へ届けられました

9月下旬、「札幌黄」、「サツポロミドリ」、「トウモロコシ」をそれぞれ使用した3種類のオリジナルパンが完成。野菜本来の味を楽しめるよう、それぞれの野菜をたっぷり使用しました。

また、札幌黄パンには、規格外品の小玉の玉ねぎも使用。札幌黄の圃場視察の際、札幌黄は形が不揃いになりがちで、規格に満たなかった小玉の玉ねぎの多くが出荷されないことを知った伊藤総料理長が、パンの具材として急遽活かしました。

生産者の想いを大切に製作した札幌野菜パンは、野菜の投票に参加いただいた1,225名の組合員の中から、抽選で80名（准組合員60名、正組合員20名）の方に贈呈し、召し上がっていただきました。

今回完成したパンについては、材料である野菜の調達等の観点から今年度は多くの組合員の皆さんに味わっていただくことは叶いませんが、来年度以降、期間限定の販売やイベント等での活用などを検討していく予定です。

### 札幌黄パン

丁寧にバターでフリットした札幌黄を包み、焼き上げました。札幌黄の甘さを感じる、食事におすすめのパンです。



### コーンパン

柔らかい生地にコーンを練り込み、隠し味に醤油と有塩バターを使用しました。コーンの甘さが際立つ一品です。

### サツポロミドリの枝豆パン

サツポロミドリとダイスチーズを入れ、ブラックペッパーをアクセントに。ビールにもぴったりの大人におすすめのパンです。

結ぶ  
Mitsuki  
語り継がれる伝統の継承  
そして生産者とみなさんを

紡ぐ  
Tsunugu

伊藤 穂之 (イトウ ヒロエキ)  
札幌市生まれ。  
札幌グランドホテル入社。  
料理研究・和食専門学校で料理士として学ぶ。  
私、ミナクラン2つ裏レストランにて職人として働く。  
2018年4月副総料理長、2020年7月16日より第10代総料理長就任。

3種の札幌野菜パンのご紹介。

3種の札幌野菜パンは、札幌グランドホテル伊藤博之総料理長が「サツポロミドリ」、「札幌黄」、「トウモロコシ」の各生産者の圃場へ足を運んでいただきながら、野菜本来の素材の味と各生産者の想いを大切に製作したオリジナルパンです。

札幌グランドホテルで焼き上げるオリジナルパンは、焼き立てを冷蔵しお届けしております。常温で解凍後、そのまま召し上がっていただくか、お好みでトーストして召し上がってください。

**札幌黄パン**

丁寧にバターでフリットした札幌黄を包み、焼き上げました。札幌黄の甘さを感じる食事におすすめのパンです。

**コーンパン**

柔らかい生地にコーンを練り込み、隠し味に醤油と有塩バターを使用しました。コーンの甘さが際立つ一品です。

**サツポロミドリの枝豆パン**

サツポロミドリとダイスチーズを入れ、ブラックペッパーをアクセントに。ビールにもぴったりの大人におすすめのパンです。

◎保存方法  
・冷凍でお届けしておりますので、そのまま冷蔵庫で保存いただき、解凍後はお早めにお召し上がりください。  
・常温で保管される場合は、期限内に開けずお早めにお召し上がりください。  
・直射日光、高温多湿を避けて保存ください。

▶札幌野菜パンの当選者には、生産者と料理長の想いを伝えるパンフレットを同封しました。



札幌グランドホテル  
伊藤 博之 総料理長

## ひとつひとつの食材に丁寧に向き合い、 生産者と消費者を料理で結びます

今回の札幌野菜パンを製作するにあたり、札幌黄、サッポロミドリ、トウモロコシの圃場を視察させていただきました。

私は元々圃場を訪ねることが好きです。その作物の産地を知り、生産者の方とお話することで、それまで以上にひとつひとつ丁寧に食材に向き合うことができますし、新たなアイデアが生まれます。

今回の圃場視察では、いわゆる規格外品といわれるものや、思うように成長できなかった野菜も含め、全ての野菜の裏側に生産者の惜しみない努力があり、手間隙がかけられているということを改めて実感しました。私たち料理人は、皆さんに美味しいと感じていただける料理を提供するにとどまらず、そのような正規品以外の野菜も調理することで新たな価値を創造することができる可能性を持っていると感じています。

生産者の想いと産地の風土を理解し、料理というカタチで表現する一。今までもそしてこれからも、生産者の皆さんと消費者の皆さんを結ぶ存在でありたいと考えています。

### Profile

総料理長 伊藤博之(イトウ ヒロユキ)

1965年 札幌市生まれ

1985年 札幌グランドホテル入社

2011年3月 洋食・和食と中華を総括する料理長に就任

2014年1月 渡仏。ミシュラン2つ星レストランにて最新のフレンチを学ぶ

2014年6月 「レ・ディシプル・ド・オーギュスト・エスコフィエ」授与

2018年4月 副総料理長就任

2020年7月16日 第10代総料理長就任



札幌グランドホテル 札幌市中央区北1条西4丁目 TEL:011-261-3311

## CONCEPT

私たちの想い。

世界でもトップクラスの豊かさを誇る日本だから、食べ物に対する考え方も前進させてほしい。そして、より多くの札幌市民のみなさんに札幌野菜を味わってもらい、札幌野菜を育ててくださったすべての方と想いを共にしながら札幌の農業を盛り上げていきたい。そんな想いで、3種の札幌野菜パンの製作を企画しました。

“食べものは体をつくりませんが、食べかたは心をつくります”

自分で育てた野菜は、少しくらい形が悪くても美味しく感じ、知り合いの農家さんが畑で大切に育ててくれた野菜は、普通の野菜よりも何倍も有難く感じます。どのようなものを食べるかはもちろん大事ですが、食べているものとどのように向き合っていくかは、それ以上に大切なことだと思います。

本企画を通じて、「農業のこと。野菜のこと。生産者のこと。調理してくれる方のこと。」を少しでも考えるきっかけとなり、食に携わる全ての方の想いを紡ぐことができれば嬉しく思います。

## ご愛顧に感謝！しのろとれたてっこ収穫祭を開催

10月9日(土)、しのろとれたてっこ生産者直売所では収穫祭を開催しました。

今年も露店や女性部コーナーを設けた篠路地区の大収穫祭は新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となりましたが、昨年に引き続き、しのろとれたてっこ独自で農産物販売に限定した収穫祭を開催しました。感染対策として店舗の外にも売り場を広げて密を避け、来場者の方々にも検温やマスクの着用、手指消毒の徹底にご協力いただきました。

この日は、毎日商品を出品している、しのろとれたてっこ運営協議会の生産者も店頭に立ち、農産物を販売。日頃のご愛顧に感謝を込めた一日限りの大放売とあって、新鮮でお手頃価格の農産物を求めて多くの方が買い物を楽しんでいました。



東経済センター厚別直売所は10月末まで、とれたてっこ南生産者直売所は11月10日(水)、しのろとれたてっこ生産者直売所は11月13日(土)で今シーズンの営業を終了いたします。今年もたくさんのご来店ありがとうございました。

## JAさっぽろ青年部 × Soup Stock Tokyo

### 札幌野菜を使った冬のボルシチ Soup Stock Tokyoで販売中!

食べるスープの専門店「Soup Stock Tokyo」の円山店と大同生命札幌ビルmiredo店では、青年部員が生産した野菜を使用した「冬のボルシチ」が期間限定で販売中です!

「冬のボルシチ」は、青年部員が生産した札幌産の馬鈴薯や玉ねぎ(札幌黄)をごろっと使用し、“小林牧場物語カリッとゴダチーズ”をトッピング。11月だけの期間限定商品です。青年部とSoup Stock Tokyoのこだわりがぎゅっと詰まった「冬のボルシチ」をこの機会に是非ご賞味ください。

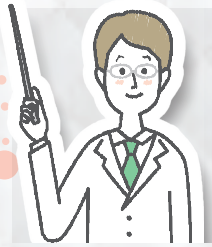


**冬のボルシチ販売期間**  
**11月1日(月)～11月30日(火)**  
 ※販売期間は、変更となる場合があります。

**青年部提供野菜・乳製品**  
 馬鈴薯(男爵)  
 玉ねぎ(札幌黄)  
 小林牧場物語カリッとゴダチーズ

**Soup Stock Tokyo円山店**  
 札幌市中央区南1条西27丁目1-1 マルヤマクラス1階

**Soup Stock Tokyo  
 大同生命札幌ビルmiredo店**  
 札幌市中央区北3条西3丁目1-4 大同生命札幌ビルB1階



寒い日や、農作業をいつもより頑張った日の就寝中に、こむら返りを起こして、痛みで目覚めたことはありませんか？

こむら返りは筋肉のけいれんの一種で、足に力を入れたときや就寝中などに生じる、ふくらはぎにある腓腹筋ひふくの異常な収縮による激しい痛みです。脳から筋肉への連絡が筋肉の一部にしか伝わらず、その筋肉だけが過剰に収縮することによって起こります。

根本的な原因は、神経の伝達と筋肉の収縮を調整しているカルシウム、マグネシウムなどのミネラルバランスの乱れと言われています。ミネラルを運ぶ役割は血液が担っていますが、冷えや脱水によって血行が悪くなることで、こむら返りが起こりやすくなるのです。

寒い時期に増える不快なこむら返りは、何とか予防したいですね。対策としては日頃からストレッチを行ない下肢の血行を良くして、筋肉の状態を調えるように努めることです。寒さが厳しいこれからの季節は、ふくらはぎの冷えを予防する衣服やハイソックスを着用しましょう。農作業の後の入浴では浴槽の湯にゆっくりつかって、冷えた体を癒してください。こむら返りが起きてしまった場合は、足の爪先を手前に引くなどして、ふくらはぎをゆっくりと伸ばしましょう。

治療薬としてよく使われるのは、ビタミンEや漢方薬の「芍薬甘草湯しゃくやくかんそうとう」です。ただし、こむら返りには、糖尿病、動脈硬化、腎臓疾患、下肢静脈瘤など、思わぬ病気が潜んでいることもあります。繰り返す場合は、医療機関を受診することをお勧めします。



### やってみよう！ お手軽手指体操

～鍵引き運動で指の力を鍛える～

健康生活研究所所長：堤 喜久雄

私たちは日々の生活の中で無意識のうちに指先を動かしています。食事で箸を使うときや、何かをつまむときなど、それぞれの動作に合った力加減で指や手首の角度を調節し、一連の動作を生み出します。しかし、指先の力が衰えてしまうと、日常生活のさまざまな動作が面倒になってしまいます。長年親しんだ手先を使った趣味なども苦になってしまい、気持ちが落ち込むことにもなりかねません。

指先を動かす動作は、脳の若さにも関わってきます。今回ご紹介する指を引き合う運動は、5本の指の力を鍛えます。体力低下を防ぎ、体と心、脳の若さを保ちましょう。

#### 第1関節同士を引き合う



①両手の人さし指を鍵のように曲げます。



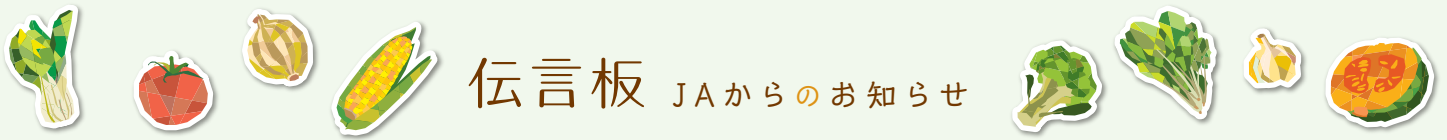
②人さし指の第1関節同士を絡めて、左右に引っ張り合います。1回10～20秒程度。



③中指、薬指、小指と順に同じ運動を行ないます。各指5回程度行なうと良いでしょう。

#### ポイント

引っ張り合うときは、勢いをつけず徐々に力を入れます。人さし指だけでなく、普段鍛えることがない他の指も意識して鍛えましょう。



# 予約購買に大きなメリット! 令和4年度営農資材のご購入は、 予約取りまとめをご利用ください!

**12月30日(木)  
まで  
お申込可能!**

## 予約購買奨励金(肥料・農薬)

- 取りまとめにてご注文された組合員の方が奨励の対象であり、肥料・農薬の購入金額の合計が10万円以上(税抜)が該当となります。
- 奨励率は金額に応じて5段階に設定されています。

基準金額	肥料+農薬奨励率
10万円以上	1.0%
20万円以上	3.0%
70万円以上	5.0%
100万円以上	8.0%
150万円以上	10.0%

## 肥料引取奨励金

- 取りまとめにてご注文された組合員の方で、定められた期間に店頭引取りをされた方を対象とします。
- 店頭引取りをされた数量を重量換算し、3.5円(税込)/kgの奨励を実施いたします。※端数切り捨て。

ご不明な点は、お近くの経済センターへお問い合わせください。

南経済センター	591-4141	北札幌経済センター	781-7393
西経済センター	682-7161	北経済センター	771-2113
東経済センター	883-2570		



### 理事会だより

#### 第6回定例理事会

令和3年9月28日(火)午後1時00分より本店・統括支店各会議室(Web会議方式)において第6回定例理事会が開催された。

#### ●協議事項

#### 1、「合併推進準備委員会」の設置について

J A いしかりと互いの経営強化や事業連携等の必要性を共通認識として、意見交換並びに両J A の将来性を見定めた合併に関する具体的な協議・検討を認識したことにより合併推進準備委員会を設置したい旨を説明し、合併推進準備委員会(案)、当面のスケジュール、合併推進準備委員会等各種会議の構成員、検討事項等の内容が補足され、可決決定。

#### 2、地区別懇談会資料について(合併推進準備委員会関連)

10月開催予定の各地区臨時運営協力委員会で使用する、合併推進準備委員会関連の資料の内容が説明され、可決決定。

#### 3、北海道信連からの令和3年度支店統廃合日の承認に係る当該事務所の廃止日決定について

第23回通常総代会で承認いただいた令和3年度の支店統廃合に伴う事務所の閉鎖について、北海道信連へ申請していた該当支店の廃止日が、申請通り決定となる旨が説明され、可決決定。

#### 4、第30回J A 北海道大会組合員組織討議に係る意見集約について

令和3年11月16日に開催されるJ A 北海道大会の組合員組織討議資料に対する組合員からの意見集約(案)が説明され、可決決定。

#### 5、令和3年度燃料手当の支給について支給基準単価及び支給額等の内容が説明され、可決決定。

#### 6、「購買業務規程」の一部改正について

組織変更に伴う取扱い部署の変更並びに、農業倉庫規程の廃止による所要の整備である旨が説明され、可決決定。

#### 7、令和4年度予約購買奨励金について

組合員の奨励施策の一環とする、予約購買(肥料・農薬の取りまとめ分)の購入額に応じた奨励を行なう事を目的とした内容について説明され、可決決定。

#### 8、令和4年度肥料引取奨励金について

組合員の奨励施策の一環とする、肥料の取りまとめ分に限り、店頭引取をされた組合員に対する奨励内容について説明され、可決決定。

#### ●報告事項

#### 1、現金及び棚卸資産の管理に係るJ A 自主点検結果報告

#### 2、みのり監査法人期中監査1結果報告

#### 3、特別債権等の処理状況報告

#### 4、重要管理債権経営状況報告

#### 5、令和3年度第3四半期余裕金等運用計画額及び運用方針について

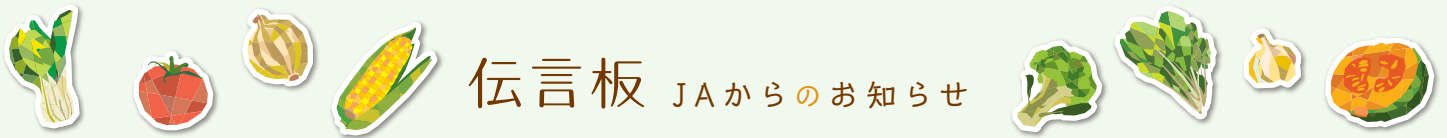
#### 6、8月末財務状況報告

#### 7、8月末組合員加入・脱退状況報告

#### 8、9月の動静と10月の予定について

(閉会・午後3時20分)





# 伝言板 JAからのお知らせ

## JAさっぽろDATA

(令和3年9月末業務実績) (令和3年8月末業務実績)

組合員数	正組合員 3,572名	正組合員 3,573名
	准組合員 31,890名	准組合員 31,907名
	合計 35,462名	合計 35,480名
出資金残高	65億3千3百万円	64億9千2百万円
販売取扱高	11億3百万円	7億9千1百万円
購買供給高	5億2千1百万円	4億4千8百万円
貯金残高	3,406億9千4百万円	3,408億2千1百万円
融資残高	852億9千3百万円	861億1千3百万円
共済保有高	5,902億2千万円	5,895億6千8百万円
施設建設取扱高	2億2千8百万円	5千7百万円
管理受託戸数	4,609戸	4,566戸

## 野菜摂取の充足度を測定！ 各直売所の利用者が「ベジチェック」体験

9月15日(水)～17日(金)と10月6日(水)～8日(金)の期間中、当JA3か所の生産者直売所において、直売所利用者を対象に「ベジチェック測定会」を実施しました。

「ベジチェック」とは、カゴメ㈱が開発したLEDを搭載したセンサーに手のひらを当てるだけで野菜摂取の充足度を測定することができる機器。皮膚のカロテノイド量により推定野菜摂取量を測定でき、厚生労働省が推奨する1日の野菜摂取量350gに充足しているかどうかを確認することができます。

当JAでは、札幌野菜の販売促進及び測定者の健康増進に役立ててもらうための取り組みとして、この機器を試験的に短期間レンタル。コロナ禍のため、事前告知は行ないませんでした。各直売所では50名程がベジチェックを体験しました。体験した方たちは、「足りていなかったからもっと野菜を食べなくては」、「たくさん食べているから良い結果が出て嬉しい」など感想を話されていました。

※「ベジチェック」はカゴメ㈱の登録商標です。



## さとらんど

### さとらんどにて、様々な講座を実施中！

他にもさまざまな講座を実施予定！詳しくは、さとらんどまでお問い合わせください。

#### 漬物講座

11月11日(木)  
から受付開始!

アロニアで  
漬物や  
ジャム作り



- 日時:12月3日(金)  
10:30~12:00
- 場所:さとらんどセンター
- 定員:12名
- 参加費:1,500円

#### そば料理講座

11月28日(日)  
から受付開始!

揚げそば  
あんかけと  
そば蒸し羊羹作り



- 日時:12月8日(水)  
10:00~12:00
- 場所:さとらんどセンター
- 定員:12名
- 参加費:1,500円

#### 食育講座

11月28日(日)  
から受付開始!

親子で  
お供え餅作り



- 日時:12月28日(火)  
10:30~11:30
- 場所:さとらんどセンター
- 定員:8組(5才以上の子を含む親子)
- 参加費:700円

※各講座・お申込についての詳細は、さとらんどセンターに直接お問い合わせください。

【お問い合わせ】サッポロさとらんど 〒007-0880 札幌市東区丘珠町584番地2 TEL(011)787-0223