

直売所「林檎の森」

所員 工藤 涼大



いつも特産物直売センター「林檎の森」をご利用いただきありがとうございます。ありがとうございます。

3月20日～22日の3日間開催した林檎の森感謝祭のイベント、たくさんのお客様に来て頂きまして誠にありがとうございます。

初日から開店前より人が並び大盛況の幕開けとなり、お花や団子、野菜がたくさん売れました。

今年も1000円以上お買い上げの方に卵と牛乳の先着プレゼントを、500円以上のお買い上げでくじ引きを実施し、今回の景品は「青森県産米3銘柄セット×6袋入」「はれわたりの2kg」「野菜セット」「ソフト・シーク無料券」「りんご缶ジュース3本又は1本」で、当たった時のベルの音と共にとても盛り上がりました。

4月29日～5月10日までの期間は毎年人気のイベント「花と緑の市」を開催します。
ナスやキュウリ、トマトなどの



いい賞品が当たりますように～

野菜苗や色とりどりの花を取り揃えます。

この機会にガーデニングや家庭菜園を始めてみてはいかがでしょうか。

4月1日から新しいスタッフが配属されました。

スタッフ一同協力し頑張りますのでよろしくお願ひします。

皆様のご来店を心よりおまちしております。

毎年恒例春のイベント！ 花と緑の市

開催期間：4月29日(水)～5月10日(日)まで
営業時間：9時～16時まで 雨天決行



美しい花と元気な野菜苗で、
これからの季節を存分に楽しみませんか？
林檎の森の向かいにある
屋外特設会場で開催されます。
ぜひお越しいただき、
お買い求めください！

青年部通信

事務局 蒔苗 陸



4月6日、青年部は農協会館にて、第73回農協青年部通常総会に出席しました。当青年部からは役員7名が参加し、令和7年度活動報告及び令和8年度活動計画について説明を受けました。

令和7年度の取り組みでは、青森県知事への表敬訪問や県選出国会議員との情報交換会など、政界に対する活動が多く見られました。

農業現場の現状や対策、農業者が抱える課題や不安について報告し、今後の農業情勢が少しでも良い方向に向かうよう要請を行いました。

また、今回の通常総会をもって顧問を務めていた福島秀幸さんが退任し、昨年度も県役員を務めていた今大介さんが再任されました。さらに大介さんは、今年度から県青協の委員長を務めることとなり、当青年部からは初めての役職となります。委員長に就任したことで、県内外での活動が増えるため、青年部一丸となって支えていけるよ

う気を引き締めていきたいと考えられています。



いきいき女性部通信

事務局 米澤 博子



3月5日(木) 中央公民館相馬

館で弘前市りんご課主催のQOL健診を行いました。身長・体重・血圧測定はもちろんですが、骨密度や手のひらで測定できるベジチェック(野菜摂取量)、だ液検査では口内の虫歯菌の有無など、普段できないような項目があります。そして、この健診のいいところは結果が当日すぐわかるということです。楽しく測りその場で結果を知ること、生活習慣行動の見直しをする機会に繋がっていただければと思います。ちなみに台に座り片足で立ちあがる「立ち上がり」では、台の高さがドンドン低くなるにつれ、なかなか立ち上がることができず、足の筋力の衰えを痛感しました。

測定が終わった後は、健康運動指導士によるその場でできる簡単ストレッチ運動を実施しました。足腰が弱ると体の機能がどんどん衰えることに繋がることから、毎日無理なくを目標にストレッチ運

動を続けていきたいと思います。

今後の受診については、市内のヒロコで実施しているQOL健診をご活用ください。受診料は無料、託児利用も無料で毎月2回開催されるそうです。先着25名の事前予約での受診となるため、市のHPから予約できますので、定期的に健診を受診し、自身の健康状態をチェックしましょう。

低くなると、なかなか立ち上がれない...



毎日、かかさずストレッチを続けよう!!