

## 庄内

### 食支援フォーラム in 庄内 2024

誰もが活躍し、いきいきと暮らせる地域づくりの推進のため、フレイル予防につながる「高齢者の食支援」を充実させていくことが課題となっています。

医療や介護の多職種連携により、高齢者等が口からおいしく食べることを支援する「食支援」は、加齢や病気などのさまざまな理由で思うように食事がとれない方々の、食べる楽しみや生きる意欲につながる重要な取り組みです。

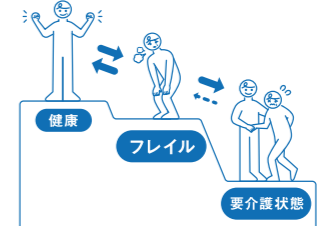
庄内総合支庁では、食支援について理解を深め、支援体制をさらに強化することを目的に、医療や介護に携わる方や地域の皆さんを対象に「食支援フォーラム」を開催します。食支援に関する講演や、地域の食支援団体の活動報告などを予定しています。皆さん、ぜひ一緒に「食支援」について理解を深めてみませんか。

#### 食支援フォーラム in 庄内 2024

- 日時：9月28日(土)
- 場所：いろり火の里文化館なの花ホール(三川町)
- 講演：「食べる楽しみをいつまでも」  
東京医科歯科大学大学院教授 戸原玄氏



飲み込みやすいよう調理した嚥下食



要介護状態に至る前段階のフレイル  
出典：厚生労働省「食べて元気にフレイル予防」

詳しい情報は  
こちら



問い合わせ ◎ 庄内総合支庁 保健企画課 ☎0235-66-5476

## 名古屋

### 尾張名古屋で本県の魅力を発信!

今春、県名古屋事務所は、名古屋の新たなにぎわいの拠点として栄地区に開業した新しい中日ビルに移転しました。ビルの5階には本県を含め1道14県の事務所が入居する全国物産観光センター、2階には日本各地の特産品を集めた全国アンテナショップがあり、中京圏における情報発信の拠点として連日多くの方々にお越しいただいています。

これらの環境を生かし、中日ビル開業直後のゴールデンウィークには県産米「つや姫」「雪若丸」、さくらんぼ「やまがた紅王」のPRイベントを実施したほか、6月には全国アンテナショップと連携して「初夏のおいしい山形フェア」を開催しました。日々の活動の中で、本県の農産物や、旅行先としての山形が中京圏で着実に浸透してきていることを実感しています。



5階の県名古屋事務所前の観光情報コーナー



2階の全国アンテナショップでの山形フェア

問い合わせ ◎ 県名古屋事務所 名古屋市中区栄4-1-1 中日ビル5階 ☎052-265-9841

# 県内 おすすめ 文化・スポーツ情報

## やまぎん県民ホール イベント情報

### 劇団四季 ミュージカル 『ジーザス・クライスト=スーパースター』

『エルサレムバージョン』  
創立70周年に贈る、劇団四季ミュージカルの原点。時を経て輝き続ける、魂の舞台をあなたに。圧倒的リアリズムを追求した浅利演出、キリスト最後の7日間に迫る。



開催日時 11月3日(日・祝)午後6時30分  
料金 S席10,000円 A席8,000円 ほか

### 東京二期会オペラ『コジ・ファン・トゥッテ』

シャンゼリゼ劇場×東京二期会による話題沸騰のオペラを山形で上演!  
パリで生まれた“最高にお洒落なモーツァルト”がやってくる!



開催日時 11月10日(日)午後1時  
出演 クレリア・カフィーエロ(指揮)、山形交響楽団 ほか  
演目 モーツァルト/歌劇『コジ・ファン・トゥッテ』※日本語字幕付き原語上演  
料金 SS席11,000円 S席10,000円 ほか

◎詳しくは やまぎん県民ホール

やまぎん県民ホールチケットデスク ☎023-664-2204 (受付時間:水~月 10:00~19:00)

## 山形交響楽団 定期演奏会情報

### 第320回定期演奏会

開催日時 10月19日(土)午後7時  
10月20日(日)午後3時  
出演 指揮&クラリネット:ポール・メイエ  
演奏 プーランク:シンフォニエッタ FP 141、シュポア:クラリネット協奏曲 第2番 変ホ長調 作品57、シュベルト:交響曲 第4番 八短調「悲劇的」D.417  
会場 山形テルサ(山形市)  
前売券 A席4,800円 ほか

### 第321回定期演奏会

開催日時 11月23日(土・祝)午後7時  
11月24日(日)午後3時  
出演 指揮&ヴァイオリン/ヴィオラ:ジュリアン・ラクリン  
演奏 モーツァルト:ヴァイオリン協奏曲 第3番 ト長調 K.216、モーツァルト:交響曲 第36番 八長調「リンツ」K.425、ヒンデミット:ヴァイオリンとオーケストラのための葬送音楽 ほか  
会場 山形テルサ(山形市)  
前売券 A席4,800円 ほか

◎詳しくは 山響

県民文化芸術振興課 ☎023-630-2903

## プロスポーツゲーム情報

### 「モンテディオ山形」ホームゲーム

日時	対戦チーム
9月14日(土)午後7時	ザスパ群馬
10月6日(日)午後2時	レノファ山口 FC
10月27日(日)午後2時	ロアッソ熊本

◎会場:NDソフトスタジアム山形(天童市)

◎詳しくは モンテディオ山形

### 「パスラボ山形ワイヴァンズ」ホームゲーム

日付	対戦チーム(会場)
10月5日(土)	ベルテックス静岡 (山形県総合運動公園)
10月6日(日)	富山グラウジーズ (山形県総合運動公園)
10月19日(土)	アルティエリ千葉 (山形市総合スポーツセンター)
10月23日(水)	アルティエリ千葉 (山形市総合スポーツセンター)

◎詳しくは 山形ワイヴァンズ

### 「アランマーレ山形」ホームゲーム

日付	対戦チーム
10月18日(金)	PFUブルーキャッツ石川がほく
10月19日(土)	PFUブルーキャッツ石川がほく

◎会場:INPEX酒田アリーナ

◎詳しくは アランマーレ山形

※最新の試合日時はホームページをご覧ください。

スポーツ振興課 ☎023-630-3156

## 美食レシピ

### ポリ袋を使って洗いが少ない! 鮭の南蛮風

#### ●材料(2人分):

- 鮭2切れ、塩こしょう少々、A(小麦粉20g、水20cc、酒10ccをポリ袋に入れよく混ぜる)
- 片栗粉適量、オリーブオイル適量
- 長ねぎ1/2本(1.5cm幅の斜め切り)、玉ねぎ1/2個(※1cm幅の縦切り)、赤・黄パプリカ各1/4個(※)、ピーマン1個(※)

B(しょうゆ40cc、砂糖40g、酢50cc、ケチャップ10cc)

#### ●作り方:

- ①鮭に塩こしょうを振り、Aの入ったポリ袋に入れ、もんでなじませる。
- ②別のポリ袋に片栗粉を入れ、①の鮭を入れ、片栗粉をまぶす。
- ③フライパンにオリーブオイルを入れ、中火で加熱。熱くなったら火を止め、②の鮭を皮側を下にして置く。
- ④フライパンを火にかけ、ふたをして蒸し焼きにし、皮がパリッと焼けたら身側を焼く。焼いた鮭は皿に盛る。
- ⑤④のフライパンに玉ねぎを入れ中火で炒め、油がなじんだら他の野菜も炒める。
- ⑥Bをお椀などで混ぜて⑤に入れ、とろみを②で余った片栗粉で調整する。
- ⑦⑥を鮭の上に盛り付けて完成!

時短レシピを動画で紹介!



## 鮭

●旬の時期:10月~11月

庄内では、もうすぐ鮭の遡上の季節です。鮭の身が赤いのは、抗酸化物質のアスタキサンチンが豊富なため、ほかにもビタミンやDHA、EPAも豊富な鮭はまさにスーパーフード。でも料理となると、マンネリ化していませんか?そんな時におすすめのレシピを紹介します。好きな野菜やマヨネーズを添えてもおいしく、キャンプ飯にもおすすめです!

