



町長 さい

兎年だからというわけではないでしょうが、新年も早くも1月を過ぎようとしており、つくづく時が過ぎるのは速いと思います。加えて12月には17時には暗くなっていたものが、だんだんと日が長くなってくると、それだけで気持ちが前向きになってくるのも不思議なものです。町民の皆さんにとって一年が順調な滑り出しとなっているものと思います。

さて、役場ではこの時期、4月からの新年度に向けた予算編成作業の最盛期となります。公共施設の長寿命化は数施設を残してほぼ完了していますし、急がれるデジタル化についても本年度の補正予算で取り組んでいるものもあるなど、懸案が少なく比較的落ち着いた状況となっています。とはいえ、過去3年間、新型コロナウイルス対策で度重なる補正予算を組まざるを得ない状況が続いてきましたし、新型コロナウイルスと共存する社会の姿についても国においてどのような措置が講じられるのか、まだまだ不透明感が強いのが実情です。上下水道料金や国民健康保険税については据え置きを基本方針としていますから、あとは新型コロナウイルスからの出口を待ちながら、機動的に動けるような余裕を持たせたいとも考えています。

人口のうごき

人口	10,420人 (-17人)
男	5,009人 (-14人)
女	5,411人 (-3人)
世帯	3,871世帯 (+1世帯)

※住民基本台帳に基づく人口(令和5年1月1日現在)

旬のレシピだより

— Vol.18 —

食生活改善推進員おすすめ

2月の行事食
オープンいなり

栄養価(1人分)
エネルギー ……371kcal
食塩相当量 ……1.5g

2月の最初の午の日となる初午の日には、稲荷神社などで豊作祈願のお祭りが行われます。お供え物として登場するのが、稲荷神の使いとされるキツネにちなんだ油揚げ。油揚げにすし飯を詰めたものを奉納したのが「いなり寿司」の始まりだそうです。今年の初午は2月5日です。



材料 (4人分)

- 油揚げ …… 6枚
- A [だし汁 …… 200ml
しょう油 …… 大さじ1
砂糖 …… 大さじ1
- ごはん …… 400g
- B [酢 …… 大さじ2
砂糖 …… 大さじ1と1/3
塩 …… 小さじ1/3
- 白ごま …… 小さじ2

<飾り>

- 三つ葉、菜花、さやえんどうなど …… 適量
- にんじん …… 2~3cm
- えび …… 4尾
- 桜でんぶ …… 大さじ2
- 卵 …… 2個
- 砂糖 …… 小さじ2
- サラダ油 …… 小さじ1

作り方



- ① 油揚げをまな板に置き、麺棒や菜箸などを1往復転がして押さえてから、半分に切って袋を開く。
- ② 鍋に湯を沸かし、①の油揚げを入れて2分ほどゆで、ざるにとる。粗熱がとれたら、3枚ずつ両手で挟んで水気をきる。
- ③ 鍋に②の油揚げとAを入れて強火にかけ、煮立ったら中火で15分ほど煮て、煮含める。
- ④ 飾りを準備する。
 - ・菜花などのあおみは熱湯でかるくゆでて、ざるにとる。水気をしぼって、長さ3cmにそろえる。
 - ・にんじんは薄切りし、型抜きしてゆでる。
 - ・えびは殻をむき、背ワタを取って、ゆでておく。
 - ・卵を溶いて砂糖を混ぜ、油を敷いたフライパンで炒り卵をつくる。
- ⑤ Bを合わせておき、白ごまを加えたごはんに回しかけ、混ぜて酢飯を作る。
- ⑥ 酢飯を12等分して軽く握り、汁気をきった油揚げに詰める。
- ⑦ 飾りの具をのせる。

動画を
町ホームページに
公開中!