

広報

Public relations of mikawa town

みかわ

町二十歳のつどい

令和6年

2024

9

No.811

September



Contents

- ▶写真特集⑩「二十歳のつどい」
- ▶写真特集②「みかわまち納涼祭」
- ▶子ども広場「学校運営協議会」
- ▶みかわんのDXはしめの「歩」
- ▶食のみかわおしながき

二十歳のつどい

📷 いろり火の里 なの花ホール

🌸 あふれる笑顔 みんなが住みやすいまち ハートフルタウン みかわ

【写真特集】

未来へ羽ばたく 二十歳のつどい

8月15日(木)、いろり火の里なの花ホールで二十歳^{はたち}のつどいを開催しました。

式典では、実行委員長の齋藤大成さんが代表して謝辞と決意を述べました。参加者や恩師らは式典後、交流会を楽しみ、会場は笑顔であふれました。

ここでは、二十歳のつどいの様子を写真で紹介します。

【二十歳のつどい対象者】

横山地区…28人

東郷地区…13人

押切地区…31人

※計72人のうち59人が参加



質問

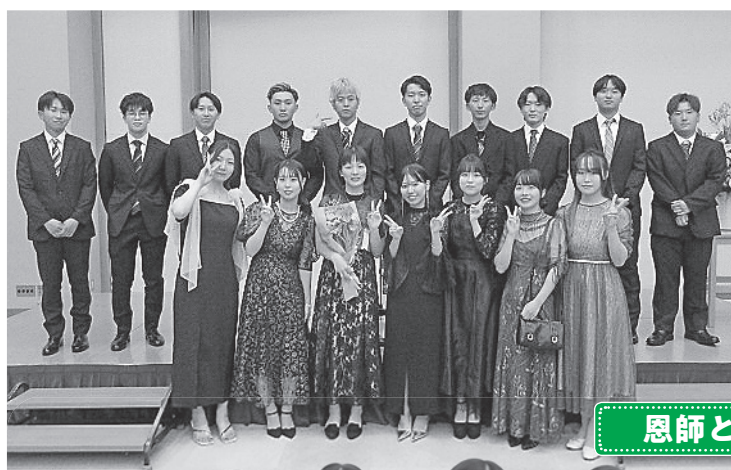
二十歳になった
自分を表す
1文字は？



交流会



タイムカプセル



恩師と一緒に





第16回 みかわまち 納涼祭

8月24日(土)、いろり火の里なの花ホールとその周辺を会場に、第16回みかわまち納涼祭が開催されました。

実行委員長の菅原信広さんは、「天候が心配だったが、無事開催できた。例年通りの盛り上がりだ」と、満足そうに話していました。多くの来場者でにぎわったイベントの様子を写真で紹介します。



三川町公式
LINEアカウント

▲納涼祭の写真を公開しています。
(三川町公式LINEアカウントへ
「みかわまち納涼祭」とメッセージ
を送ってください。)



子どもひろば なま

学校運営
協議会より

地域へ思いを寄せる子どもの育成

近年、核家族化や生活・仕事の都市化などにより、地域のつながりが希薄化するため、地域の人と人をつなぐ活動が増えています。今回は、学びを通じた学校と地域のつながり、そしてその変化を紹介し

☆地域学校協働活動

三川町では、地域住民の協力を得て、放課後などに学習や体験・交流活動を行う「放課後子ども教室」の事業を推進しています。

学校開放、学校で遊ぶことは、その事業の一つで、さまざまな企画が各小



東郷小学校
「びしょびしょ大運動会」

▲中庭に敷いた大きなブルーシートの上で、スライディングや水風船を楽しみました。



押切小学校
ペットボトルロケット作り

▲ハサミやカッターを使って作ったペットボトルロケットが飛ぶと歓声が湧きました。

☆探究的な学習へ

このように、地域の方に支えられた学習は、これまでも行われてきまし

た。しかし、その多くが学校と地域の方だけで、「どのような学びや体験をさせたらよいか」を考え、進められていました。

今、学校が取り組んでいるのは、一人ひとりの疑問や課題から学びを始

町長コラム

「誠・心・誠・意」



▲令和6年7月25日からの大雨により、本町では広い範囲で農地や道路が冠水した

災害への備えを

このたびの「令和6年7月25日からの大雨」において、本町では内水氾濫が発生し、一部住宅地のほか、農地などが広く冠水しました。建物被害は21件確認され、農業被害については、被害面積・被害額を今なお調査中です（9月1日現在）。

庄内地域で特に被害が大きかったのは酒田市で、1人の死者が出たほか、住宅等被害は2,247件確認されています（8月28日現在）。

町では、大規模災害時の協定等に基づき、保健師などの職員を酒田市に派遣し、他自治体の応援職員とともに支援業務にあたりました。また、三川町社会福祉協議会では、職員が交代で、酒田市災害ボランティアセンターの運営支援を続けています。

近年は、大雨をはじめ自然災害が多発し、本町においても避難指示の発令がまれなことではなくなっています。しかしながら、これまでの本町における災害の少なさなどにより、地域の防災に対する意識には差があるようです。

町では、町内会に組織された自主防災会の訓練を支援していますが、支援数は例年6〜8と少ない状況です。気象災害の激甚化・頻発化が進む現代において、個人の防災意識の向上と、自主防災会の機能向上や重

要性の再認識は、喫緊の課題です。町では、防災行政無線のほか、LINEなどでも防災情報を発信していますが、今後は、災害に対する備えや、自主防災組織との役割分担を明確にしなが

ら、防災の取り組みを強化してまいります。町民の皆さまにおかれましては、全戸配布している「三川町防災ガイドブック」を今一度ご確認いただき、避難行動計画について、各家庭において必要なことの書き足しや、点検などの実施をお願いします。

また、避難所の食料や飲料は十分ではありません。各家庭で「ローリングストック（循環備蓄）」などで備蓄をし、避難する際はそれらの持参をお願いします。

め、子どもたち自身が情報を収集してまとめ、発表(発信)するという「探究的な学習」です。

探究的な学習を通して子どもたちは、自分の課題に合わせて地域の協力者を探し、地域の方と「コミュニケーション」を取りながら、学びを深めています。

☆「三川ふるさと学習」の充実

また、町内の小・中学校では、「三川ふるさと学習」の重点的取り組みが始まりました。この学習は、三川町の歴史や文化、風習、産業などをテーマにした探究的な学習です。

この学習では、学びのフィールドを地域に拡大し、地域の方と「コミュニケーション」を取りながら進められます。子どもたちは、知識と生活を結びつけ、学んだことを地域に向けて発信するよう取り組んでいます。

☆変化する農業体験学習

各小学校の農業体験学習にも、探究的な学習方法が取り入れられています。

これまでの農業体験学習は、田んぼに入り、土の感触を知り、作業の大変さや先人の苦労を知る「体験重視」の学習でした。

今年度からは、米づくりをさまざまな視点から見つめ、「三川産の美味しい米を広く伝えたい」「米づくりに必要な水源や環境を知りたい」「最先端の機械化農業を知りたい」「日本一のおにぎりづくりへ挑戦したい」など、子どもたちが感じる疑問や課題に合わせた学習に、積極的に挑戦しています。

本協議会では、「地域へ思いを寄せる子どもの育成」を通じて、大人も地域について考えていくことが大切だと考えています。

多様な考えが進む現代社会の中で、地域・学校・家庭のほど良いつながり、ゆるやかなつながりのカタチについて、協議会で議論を深めていきます。



横山小学校 農業体験の様子

広報クイズ&プレゼント

今月のプレゼント

豚串・焼肉

ぶーちゃん

食事券(500円)

3名様

※当選者の発表は、プレゼントの発送をもってかえさせていただきます。

※プレゼントを提供いただけるお店・団体を随時募集しています。
詳しくは企画調整課(☎35-7013)まで。

問：9月24日～30日は？

「〇〇予防週間」

(〇〇により1日に4人が命を落としています。)

※9月27日(金)締切り

○応募方法 クイズの答え、「広報みかわ」への感想や意見、氏名、住所を書いて、申込みフォームまたはファックス(66-3138)で応募ください。

3138)で応募ください。



三川文芸コーナー

俳壇・歌壇

浜茶屋も解かれて誰れも居ない海
梅干すや旨い香匂う昼間かな
墓参り急な坂道笑顔かな
ひとり身の夕餉の秋刀魚味気なし
糸トンボ窓辺の我を誘ひしや
蟬穴の数だけ命飛びたてり
アブラゼミ暑苦しさに耐えるなり
秋暑し母の古びし作句帖
いつの間に娘来ており昼寝覚
秋の空女心と云わるるも逢瀬を重ね忍ぶ恋なり
田の畦を草刈り励げむ若き人秋迎へむとす黄金の波は
おぼろげな記憶たどりて行く道の角を曲れば百日紅咲く
煌々と高窓に見る秋の月松の枝振りおもむきありき
刈りし草香りなつかし幼日の兎に与えしあの日のかをり
秋立つと思ひし夜半に目覚めれば月煌々と闇を照しぬ

工藤ひろし
佐藤 誠爾
斎藤 優
曾根 啓視
飯野 藤子
庄野すみれ
土田 秀
春山 夏海
菅原たけお
土田 秀
齋藤与次雄
佐藤 顕
五十嵐松男
佐藤 博政
佐々木秀子

8/2
(金)

明るいやまがた夏の安全県民運動 事故防止を呼び掛け



(アソビバキッズみかわ)

三川町交通安全母の会が、夏の安全県民運動の一環で、町内の学童保育所や運送業者へ事故防止を呼び掛けました。この活動が事故減少につながることを期待します。

まちかど写真館

8/7
(水)

子育て支援センター 風鈴製作



この日は、小学校の夏休み期間中で、子育て支援センターに多くの子どもたちが訪れました。

風鈴製作を目当てに来た子どもたちは、自分だけのかわいらしい風鈴を作って満足そうでした。

8/2
(金)

アランマーレ山形 スポーツ教室 2024



主催：アランマーレ山形×庄内アソビバプロジェクト

バレーボール女子「アランマーレ山形」のスポーツ教室がテオトルで開催されました。庄内地域の小学生以下約40人が参加し、選手らと一緒に楽しく運動しました。

8/29
(木)

産前・産後サポート事業 ベビービクス講座



(テオトル)

この講座は、生後5か月～1歳頃の赤ちゃんを対象に実施しています。

参加者らは、赤ちゃんとのスキンシップやエクササイズを楽しんでいました。

8/23
(金)

コミュニティ助成事業を活用し 防災用テントを整備(横山下)

横山下町内会では、(一財)自治総合センターの宝くじ社会貢献広報事業(コミュニティ助成事業)を活用し、防災備品を整備しました。

整備した備品は、災害発生時の住民の一時避難場所や防災訓練などにおける雨よけや熱中症対策などで活用されます。



【整備した備品】

- ・ 防災用テント2張り(テントウエイト含む)



新 型 コ ロ ナ ワ ク チ ン 接 種 費用を助成します

高 齢 者 イ ン フ ル エ ン ザ 予 防 接 種

	新 型 コ ロ ナ ワ ク チ ン 接 種	高 齢 者 イ ン フ ル エ ン ザ 予 防 接 種
対 象	本町に住民登録があり、次のいずれかに当てはまる方 ①満65歳以上 ②満60～64歳で、次の機能に障害を有する(身体障害者手帳1級程度に該当) ・心臓 ・腎臓 ・呼吸器 ・免疫(ヒト免疫不全ウイルスによる)	
期 間	10月1日(火)～令和7年1月31日(金)	
助 成 額	11,800円 住民税非課税世帯に該当する方は 12,800円(接種前の申請が必要) ※接種後の申請は不可	1,500円 住民税非課税世帯に該当する方は 2,000円(接種前の申請が必要) ※接種後の申請は不可
	自己負担額は、医療機関が定める接種費用から上記金額を引いた金額です。	
接 種 場 所 等	接種は医療機関での個別接種です。実施の有無や接種費用は医療機関によって異なりますので、予約の際にご確認ください。	ほとんどの医療機関で接種を受けることができます。実施の有無や予約について各医療機関へご確認ください。
持 ち 物	保険証(予診票は医療機関に備え付けられています。)	

※はがきでの対象者への個別通知は行っておりません。(接種時にはがきは不要です。)

○申請・問合せ先 健康福祉課 健康係 ☎35-7032

がんや健康について考えよう！ 庄内健康フェア



昨年度開催の様子

庄内5市町と庄内保健所が連携し、いきいき健康フェア、がん総合出張相談、庄内南部・北部がん検診受診向上キャンペーンを合わせた「庄内健康フェア」を開催します。

健康づくりのきっかけとして、ぜひご参加ください。

- 日 時 10月12日(土) 午前10時～午後4時
- 会 場 イオンモール三川
- 内 容 がんや健康等に関するパネル展示、血管年齢測定等の体験コーナー、健康づくりスタンプラリー(景品あり)、専門員による相談など

9月24日～30日は 結核予防週間

日本は、海外に比べて結核の罹患率・死亡率が高く、今でも1日に28人が罹患し、4人が命を落とすなど、決して過去の病気ではありません。

定期的に健康診断を受け、胸部エックス線検査で結核の兆候がないか、チェックしましょう。会社などで、こうした検査がない場合は、町の検診を受診してください。



◆次の症状が続く場合は、
早めに医療機関を受診しましょう

- ◎せきが2週間以上長引く
- ◎たんや血たんが出る
- ◎体重が急に減少する など

○問合せ先 健康福祉課 健康係 ☎35-7032・7033

お知らせ Information 2024 September

9

町からのお知らせ



秋の交通安全県民運動 (期間…9月21日～30日)

これからの時期は日没が早まり、夕暮れ時から夜間にかけて交通事故が多く発生します。一人ひとりが交通安全を意識し、事故防止に努めましょう。

◆運動の重点

- ◎反射材用品等の着用促進や安全な横断方法の実践等による歩行者の交通事故防止
- ◎夕暮れ時以降の早めのライト点灯やハイビームの活用促進と飲酒運転等の撲滅
- ◎自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用の促進と交通ルール遵守の徹底
- 問合せ先 総務課 危機管理係

☎ 35-7010

家屋の新増築・取り壊しの 申し出について

固定資産税の適正な課税のため、次の要件に該当する方は、申し出くださるようお願いいたします。

- ◎今年、家屋の新増築や取り壊しをした後に、町の確認を受けていない方
- ◎今年中に家屋の新増築・取り壊しを計画している方

○問合せ先 町民課 税務係

☎ 35-7026

催 木工クラフト体験(無料)

この事業は「やまがた緑環境税」を活用しています。

数に限りがありますので、お早めに申込みください。

○日時 11月2日(土)

①午前10時～②午後1時15分

○会場 子育て交流施設テオトル

○内容 折りたたみ式イスの作製
(2時間程度)

○定員 各回先着20人

※小学生以下は保護者同伴

○申込み期間 9月24日(火)～10月11日(金)

申込みフォームはこちら



○問合せ先 産業振興課 農政係

☎ 35-7018

元気が見える!わかる!

対象 60歳以上

令和6年度 第2回 みかわ自立体力検定(秋コース)

60歳以上の方を対象に、無理なく楽しくできる体力測定を実施します。ほかにもさまざまな健康に関する測定が体験できます。ぜひ、介護予防と生活習慣病予防にお役立てください。

○日時 10月4日(金) 午前9時～午後2時30分

○会場 子育て交流施設テオトル

○検定料 500円(当日集金)

○持ち物 飲み物

運動できる服装と履物でご来場ください。

○申込み締切り 9月27日(金)まで

※完全予約制です。希望時間をお知らせください。

【受付：午前9時から30分ごと(午後2時30分まで)】



当日体験できる健康測定

- ①血管年齢測定 ②体組成測定 ③骨密度測定
- ④ベジチェック(手のひらの成分で野菜充足度がわかる)
- ⑤足指チェッカー(足指の挟む力で下肢筋力がわかる)
- ⑥自律神経チェッカー(ストレス度がわかる)



▲骨密度測定



▲自律神経チェッカー

○申込み・問合せ先 三川町地域包括支援センター(役場健康福祉課内) ☎ 35-7031

★講アフターからだ塾公開講座

健康づくりや生活習慣病予防、介護

予防のための運動を体験しませんか。

○日時 10月10日(木)

午前9時30分～11時

○会場 子育て交流施設テオトル

○内容 講師が発案した「ジョサ

ネ棒」を使った運動

○講師 ボディビルディングジム

パワーゲート代表 伊藤 祐輔氏

○持ち物 飲み物、内履き、ジョサ

ネ棒（お持ちの方）

○申込み締切り 10月1日(火)まで

○申込み・問合せ先 健康福祉課

☎ 35-7033

★講いきいき健康講座

○日時

9月21日(土)
午後2時～3時

○会場 三川町社会福祉センター

○内容 3つらい腰痛、足のしび

れ、切らずに治す「腰のヘルニ

アの治療法について」(庄内余目

病院せね外来医師 菅原 卓氏)

※受講後の個別相談あり

○定員 先着40人

申込みフォームはこちら▼



○申込み・問合せ先 健康福祉課
健康係
☎ 35-7032

その他のお知らせ



催つるおか健康塾

○日時 9月28日(土)

午後1時30分～3時

○会場 鶴岡市立荘内病院

3階講堂

○内容 専門の医療従事者による

健康についての講話

詳しくは、こちらから▼



○定員 先着30人

○申込み・問合せ先 緩和ケアサ

ポートセンター 鶴岡・三川

☎ 26-5180

催かいひん秋フェスタ

○日時 10月19日(土)

午前9時～午後3時

○内容・定員 クラフト、焼き芋、

丸池様ガイドなど 120人

○申込み期間 9月20日(金)午前9時

～10月5日(土)午後5時

詳細・申込みは、
ホームページへ▼



○問合せ先 海浜自然の家
☎ 0234-77-2166

庄内広域情報コーナー



庄内

鶴岡市

ふじしま歴史文化講座

～国史跡旧東田川郡役所及び

郡会議事堂を知る～

○日時 9月28日(土) 午後1時30分～

○会場 東田川文化記念館

○講師 小幡 知之 氏

(山形工科短期大学校 学校長)

○定員 先着50人

○申込み締切り 9月20日(金)まで

○申込み・問合せ先 鶴岡市藤島庁舎総務企画課

☎ 64-5814

鶴岡市

あつみ温泉お湯興まつり

○日時 10月5日(土) 午後3時～

○会場 あつみ温泉朝市広場、足湯あんべ湯周辺

○内容 お湯興巡行、巫女舞、子供獅子舞、鶴

岡中央高等学校天魄太鼓、キッチン

カー、打ち上げ花火

○問合せ先 まちづくりチーム YUKAI

☎ 43-4390

酒田市

酒田市美術館特別展

「一画業50年のあゆみー

黒井健 絵本原画展」

絵本画家・黒井健さんは、新見南吉の「ごんぎつね」や「手ぶくろを買いに」、間所ひさこの「ころわん」シリーズなど、300冊以上の児童文学や絵本の挿絵を描き続けてきました。本展覧会では代表作の原画や資料など約200点を展示します。

○期間 9月14日(土)～11月3日(日・祝)

※期間中無休

○時間 午前9時～午後5時

(最終入館は午後4時30分)

○観覧料 一般1,200円、高校生600円、
中学生以下無料

○会場・問合せ先 酒田市美術館

☎ 0234-31-0095

三川町公式LINEアカウント

行政情報やイベント情報を入手できるほか、ごみの出し方を調べることができます！



ID: @mikawa-town

催 がんサロン「クローバー」

ピア（仲間）や、がん相談員と想いを語り合う場です。

○日時 9月22日（日・祝）

午後1時30分～3時

○対象 がん体験者とその家族

○会場・問合せ先 庄内検診センター

〒0234-26-1882

催 庄内傾聴カフェ「にこにこ」

○日時 9月25日（水）

午後2時～3時30分

○会場 鶴岡市立庄内病院 9階

いずみ図書室脇

○内容 がんのピアサポーターとの対話（病気や生活のことなど）

○対象 がん患者とその家族

○申込み・問合せ先 鶴岡市立庄内病院地域医療連携室

〒0234-26-1882

○日時 9月25日（水）

午後2時～3時30分

講 甲種防火管理新規講習

詳細は、（一財）日本防火・防災協会のホームページをご確認ください。



○期 日 11月7日（木）、8日（金）

○会場 鶴岡市勤労者会館

○定 員 76人

○申込み期間 9月24日（火）～10月1日（火）

○問合せ先 （一財）日本防火・防

災協会 03-6263-9903、（二社）山形県消防設備協会 023-629-8477

講 消防設備点検資格者講習

○期 日

第1種 11月12日（火）～14日（木）

第2種 11月19日（火）～21日（木）

○会場 山形ビッグウイング

○定 員 30人

○申込み期間 9月17日（火）～10月11日（金）

※申込み用紙は、消防本部および消防各分署にあります。また、（一財）日本消防設備安全センターのホームページからダウンロードできます。

○申込み・問合せ先 （一社）山形県消防設備協会

〒023-629-8477



○日時 9月28日（土） 午後1時～5時（最終受付：午後4時）

○会場 庄内地域産業振興センター マリカ東館研修室

○内容 相続・遺言、在留資格、外国人雇用全般、職場のトラブル、年金などのご相談（事前予約必要）

○申込み・問合せ先 山形県社会保険労務士会

〒023-631-2959

相 行政書士と社労士無料相談会

相 酒田市無料法律相談

○日時・定員 10月4日（金） 午後1時30分～4時30分 先着6人

○申込み開始日 9月20日（金）

○会場・申込み・問合せ先 酒田市まちづくり推進課市民相談室

〒0234-26-5726

○日時 10月13日（日）

午後1時～4時45分

○内容 婚活の仕方、お見合い相手の紹介など（1組45分程度）

○対象 結婚を希望する方またはその家族（先着5組）

○申込み締切り 10月9日（水）まで

○会場・申込み・問合せ先 やまがたハッピーサポートセンター 庄内支所

〒0234-26-5726

○日時 10月13日（日）

午後1時～4時45分

○内容 婚活の仕方、お見合い相手の紹介など（1組45分程度）

○対象 結婚を希望する方またはその家族（先着5組）

○申込み締切り 10月9日（水）まで

○会場・申込み・問合せ先 やまがたハッピーサポートセンター 庄内支所

〒0234-26-5726

○日時 10月13日（日）

午後1時～4時45分

○内容 婚活の仕方、お見合い相手の紹介など（1組45分程度）

○対象 結婚を希望する方またはその家族（先着5組）

○申込み締切り 10月9日（水）まで

○会場・申込み・問合せ先 やまがたハッピーサポートセンター 庄内支所

〒0234-26-5726

○日時 10月13日（日）

午後1時～4時45分

○内容 婚活の仕方、お見合い相手の紹介など（1組45分程度）

○対象 結婚を希望する方またはその家族（先着5組）

○申込み締切り 10月9日（水）まで

○会場・申込み・問合せ先 やまがたハッピーサポートセンター 庄内支所

町内のイチオシ大募集！ 9/25（水）まで

三川誕生70周年記念冊子の企画として、三川町内のイチオシを募集しています。抽選でプレゼントも当たりますので、ぜひご協力ください。



毎月19日は「減塩・野菜の日」

山形県では、毎月19日を減塩・野菜の日に定め、食事の「塩をへらすこと（減塩）」と、「野菜をしっかりと食べる（ベジアップ）」に取り組む「減塩・ベジアッププロジェクト」を展開しています。

県ホームページでは、健康レシピを紹介していますので、ぜひご活用ください▶



▲「減塩チャレンジ
あとマイナス3g」



▲「野菜を食べよう
プラス1皿」

○問合せ先 山形県がん対策・健康長寿日本一推進課 023-630-2313

みかわんの DX はじめの1歩

第9回

「DX 出張相談①」

8月26日(月)、今年度から取り組みを始めたDX出張相談の第1回として、天神堂町内会・お楽しみサロンに伺ってきました。

今回の出張相談はスマホをテーマに、悩みや不安、やってみたいことなど、ざっくばらんに話しをしながら進めました。

参加者の皆さんは、仲間同士の連絡手段として「LINE」への関心が高いようでした。また質問は、「グループ作成」「QRでの友だち追加」「通知オフ」など、基本操作よりも1歩進んだ内容が多く、デジタルデバインドが今後着実に減少していく時代の流れを感じました。

一方で、LINEを使ったことがない方やスマホを利用していない方もいて、町としてさらなる対策をより強力に迅速に講じる必要があることを再認識しました。

今回参加された皆さんからは、「細かいことが聞けた」「気軽な感じで良かった」といった意見をいただきましたが、まだまだ疑問や興味が尽きない様子でした。

ぜひ第2回、第3回が、開催されることを期待しています。皆さまからのご依頼をお待ちしています。

○問合せ先 企画調整課 企画調整係 ☎ 35-7013



広
告

いろり火の里 職員募集!

詳しくはお気軽にお問合せください!

- ① なの花ホール 総務係員 正社員 急募
- ② 和食処なな味 サービス係 正社員・パート職員・アルバイト 急募
- ③ 宿泊 客室清掃・ベッドメイク係 パート職員
- ④ 食事処いろり火 調理兼サービス係 パート職員

【給与】 ●正社員 180,000円～ ※経験等考慮
(総務係員は大型免許お持ちの方優遇)
●パート職員・アルバイト 時給 920円～

【応募】 履歴書をお持ちいただくか、ご郵送ください。
日程調整の上、面接ご案内します。お気軽にお問合せください。

株式会社みかわ振興公社 〒997-1301 三川町大字横山字堤 172-1

Q いろり火の里 ☎ 0235-66-4833 担当: 高橋



dancestudioファンタジー

・2024.9.16 (Mon)
・1回目 11:00～ 2回目 13:00～
・なの花コート

AEONMALL 三川
ダンスパフォーマンスさせていただきます!

イオンモール三川 TEL 0235-68-1600 <https://www.aeon.jp/sc/mikawa/>

謹んでご冥福をお祈り申し上げます

令和6年8月届出 (敬称略)

菅原 栄子(83歳) 押切中町 加藤 幸也(84歳) 押切下町
齋藤 品子(106歳) 竹原田 宇野 仁一(72歳) 横山上
荘司千代女(79歳) 横内

ご家族等から広報掲載の承諾をいただいた方のみ掲載しています。

ふるさと応援寄附金
ありがとうございました

8月分 2,155人

ご寄附ありがとうございました

地域福祉活動に役立ててほしいと、次の方から
三川町社会福祉協議会にご寄附いただきました。

昭和39年度

三川中学校卒業喜寿の会 様
めん蔵イオン三川店 様

◁ 人口の動き ▷
(令和6年8月末現在)
() 内前月比

■人口数/7,017人(増減なし) 男3,429人(減2人) 女3,588人(増2人)
増減の内訳 ・転入17人・転出▲9人・出生2人・死亡▲10人
■世帯数/2,499戸(増4戸)

食のみかわ おしながき

～食改さんの料理紹介 No.40～

「食のみかわ おしながき」は、食生活改善推進員
(通称：食改さん)による料理のレシピ紹介のコーナーです。



サラダ巻き

男の料理教室で作った料理です。



【1人分栄養量】

エネルギー／652kcal 食塩相当量／2.9g

【材料(3本分)】

精白米……………	2合	カニカマ ……	9本
きゅうり…………	1本	卵 ……………	2個
焼きのり…………	3枚	砂糖 大さじ1/2	
ツナ(汁なし)…	100g	塩 ……………	少々
マヨネーズ 大さじ3		マヨネーズ 小さじ1	

すし酢

酢…60ml、砂糖…45g、塩…小さじ1

【作り方】

- ①米をといで、水に30分程度浸して炊く。水加減は少し少なめにする(すし酢を混ぜるため)。
- ②すし酢の調味料を器に入れてよく混ぜる。
- ③卵を器に割り入れ、砂糖と塩を加えてよく混ぜる。
- ④フライパンにマヨネーズ小さじ1を入れて火にかけ、③を入れて炒り卵を作る。
- ⑤ツナは汁をしっかりと絞り、マヨネーズとあえる。
- ⑥きゅうりに塩を振り、まな板で転がして板ずりをする。塩を洗い流し、ヘタを落として縦に8等分に切る(うち使用するのは6本)。ペーパーで水分を取る。
- ⑦ボウルにごはんを入れ②を加え、うちわであおぎながら切るように混ぜる。
- ⑧巻きすに焼きのりをのせる。
※焼きのりは、ザラザラの面を上にする。酢飯をのせる際、上方3cmはのりしろとして残す。
- ⑨酢飯の1/3を手に取り、焼きのりの大きさにあわせて、俵型のような横長に軽く形作ってから、⑧にのせて広げる。
- ⑩⑨の真ん中に④～⑥とカニカマを順にのせ、手前からしっかりと巻く。
- ⑪濡らしたペーパーで包丁をふきながら8等分に切り、皿に盛り付ける。

鶏だし冷汁^{ひやじる}

男の料理教室で作った料理です。



【1人分栄養量】

エネルギー／55kcal 食塩相当量／1.2g

【材料(2人分)】

ささみ……………	1本	水 ……………	400ml
きゅうり…	1/2本	酒 ……	大さじ1

みょうが…………… 1本 大葉 …………… 1枚
鶏がらスープの素… 小さじ2

【作り方】

- ①鍋に水と酒を入れて沸騰させ、ささみを入れて中まで火を通す。火を止めて、粗熱が取れるまでそのままにする。
※ゆで汁は、使うので捨てない。
- ②①の粗熱が取れたら、ささみを食べやすい大きさに裂く。
- ③きゅうりに塩を振り、まな板で転がして板ずりをする。塩を洗い流し、ヘタを落として薄い輪切りにする。
- ④みょうがは洗って縦半分に切り、薄い半月切りにして、さっと水にさらす。
- ⑤①のゆで汁300mlをボウルに入れる(足りない分は水を足す)。鶏がらスープの素を入れて溶かし、②～④を入れて冷蔵庫で冷やす。
- ⑥大葉は洗って、くるくると巻いて千切りにし、さっと水にさらす。
- ⑦食べる直前に⑤を冷蔵庫から取り出して器に盛り、⑥をのせる。

本紙掲載の記事、写真等の無断転載を禁じます。