

広報ごてんば

GOTEMBA

2020

6/5

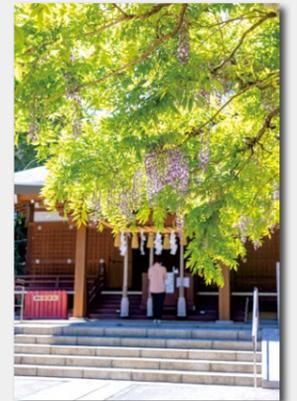
No.1370

<https://www.city.gotemba.lg.jp>



CONTENTS

皆さんの声を市政に	3
市の財政状況	4・5
特別定額給付金申請の添付書類を 忘れずに	6
ゴテンバナビ	7
ごてんばニュース	8・9
Pick up Information	10
市民会館カルチャー教室/ 市民伝言板	11
プロレシピ/我が家のアイドル	12



— COVER PHOTO —

厄切で有名な神場山神社。境内には疫病を断ち切ると言われている大小さまざまなハサミが奉納されています。この日は藤の花が甘い香りを放ち、参拝者の気持ちを和ませているようでした。



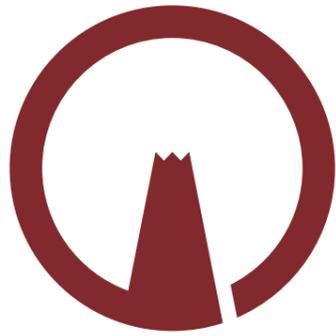
市公式インスタグラム「gotembagram」で御殿場の魅力的な日常写真を投稿しています。素敵な写真は gotembagram で紹介することも。ここでは、ごてはる 2020 フィーチャー写真を紹介します。



@ytsumirino.y53 さん



@hengshangangzhi7333 さん



皆さんの声を市政に

秘書課 ☎ (82) 4420

市では、皆さんの声を直接、手紙またはインターネットで市長へお寄せ頂き、市の施策に反映することを目的として「市長への提言」、「市長と語るミニ懇談会」事業を行っています。

ここでは、令和元年度の「市長への提言」の実施状況と事業の内容を紹介いたします。

● 全て市長が直接拝見しています

皆さんからお寄せ頂いた「市長への提言」は、全て市長が直接拝見しています。また、内容により市長から担当課へ調査・検討を行うよう指示しています。

すぐに対応できるものは速やかに対応し、また、長期的な課題や政策は次年度以降の市政の参考にさせていただきます。

※「市長への提言」で得た個人情報や内容などは、他の目的には一切使用しません。

● 対応（反映状況）

総件数 / 100件（男性47件、女性25件、性別不明28件）

① 対応（反映）した：14件

② 参考とした：34件
③ 今後検討：9件

④ 内容を説明し、理解を求めた：24件
⑤ 聞くにとどめた・その他：19件

回答件数 / 48件

※回答希望があった提言には全て回答しています。

● このような提言がありました

・ JR 御殿場駅乙女口の整備に関する提言

・ 幼稚園バスを運営して欲しい

・ 新東名の高架下を有効活用して欲しい

・ 災害情報の発信をツイッターでも行ったらどうか

・ 不妊治療の助成額を増やして欲しい

・ 市の職員に対する職務態度や来客対応の改善を求める提言

● 「市長への提言」の有効活用を

「市長への提言」の専用紙と投函ボックスは、市役所本庁舎、市役所各支所、駅前サービスセンター、図書館にあります。専用紙を使つて郵送による提言も出来ます（郵送料は掛かりません）。

また、市ホームページの「市長へアクセス」コーナーからも「市長への提言」にアクセス出来るので利用してください。

なお、営利・営業目的のもの、公序良俗に反するもの、政治的、宗教的・思想的なものなど市政に関係しないもの、または現在、係争・異議申し立て・手続き中のものなどは、ご遠慮ください。

📧 <https://www.city.gotemba.lg.jp/gyousei/teigen>



「市長と語るミニ懇談会」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、開催を見合わせています。開催できる状況となりましたら、広報などでお知らせします。



市債

学校、道路、上水道、公共下水道などの整備には、多額の財源を必要とするため、税金や補助金だけでは賄うことは出来ません。そこで、市では財政融資資金などの政府資金や銀行などから、お金を借りて財源としています。この借りたお金を、「市債」といいます。

目的別	現在高	構成比
土木債	99億3,742万円	29.1%
下水道事業債	93億5,010万円	27.3%
総務債	86億2,812万円	25.2%
教育債	39億9,593万円	11.7%
公営住宅債	7億3,176万円	2.1%
上水道債	6億9,457万円	2.0%
農林水産業債	4億6,485万円	1.4%
消防債	1億9,455万円	0.6%
民生債	1億8,588万円	0.5%
衛生債	2,021万円	0.1%
合計	342億339万円	100.0%

借入先別	現在高	構成比
市中銀行など	198億4,011万円	58.0%
財務省	64億9,833万円	19.0%
地方公共団体金融機構	47億8,720万円	14.0%
共済など	21億6,769万円	6.3%
※郵貯・簡保	8億3,887万円	2.5%
県	7,119万円	0.2%
合計	342億339万円	100.0%

※「独立行政法人郵便貯金・簡易生命保険管理機構」の略です。

企業会計

※資本的支出額に対する資本的収入額の不足額は、損益勘定留保資金などで補いました。

上水道事業

区分	予算総額	執行額	執行率
収益的収入	17億1,711万円	17億1,396万円	99.8%
収益的支出	15億356万円	12億2,583万円	81.5%
資本的収入	5,088万円	6,610万円	129.9%
資本的支出	13億6,881万円	7億8,392万円	57.3%

公共下水道事業

区分	予算総額	執行額	執行率
収益的収入	10億9,173万円	10億7,780万円	98.7%
収益的支出	11億1,347万円	10億8,416万円	97.4%
資本的収入	7億515万円	6億8,422万円	97.0%
資本的支出	10億4,264万円	9億9,375万円	95.3%

市の財産

●基金	66億3,953万3,028円
●建物	30万2,040㎡
●土地	251万5,733㎡
●株券	2億5,869万3,650円
●車両	154台

特別会計

	①予算額	②収入済額(予算に対する執行率②/①)	③支出済額(予算に対する執行率③/①)
国民健康保険事業		② 68億4,916万円 (85.7%)	
① 79億9,297万円		③ 67億9,492万円 (85.0%)	
介護保険事業		② 53億8,921万円 (87.0%)	
① 61億9,674万円		③ 54億1,637万円 (87.4%)	
後期高齢者医療事業		② 9億6,621万円 (100.1%)	
① 9億6,485万円		③ 8億761万円 (83.7%)	
救急医療センター事業		② 4億9,362万円 (98.5%)	
① 5億121万円		③ 4億5,991万円 (91.8%)	
簡易水道事業		② 9,723万円 (68.5%)	
① 1億4,200万円		③ 7,354万円 (51.8%)	
公設浄化槽事業		② 8,812万円 (64.5%)	
① 1億3,669万円		③ 7,334万円 (53.7%)	
観光施設事業		② 571万円 (16.8%)	
① 3,400万円		③ 2,125万円 (62.5%)	

※国・県支出金及び市債などの収入は、事業完了後に納入されることから、収入金額が少なくなっている会計があります。

工業用水道事業

区分	予算総額	執行額	執行率
収益的収入	6,945万円	7,241万円	104.3%
収益的支出	5,790万円	3,712万円	64.1%
資本的収入	—	—	—
資本的支出	5,137万円	4,262万円	83.0%

農業集落排水事業

区分	予算総額	執行額	執行率
収益的収入	7,408万円	7,302万円	98.6%
収益的支出	7,107万円	6,790万円	95.5%
資本的収入	—	—	—
資本的支出	1,562万円	1,505万円	96.4%

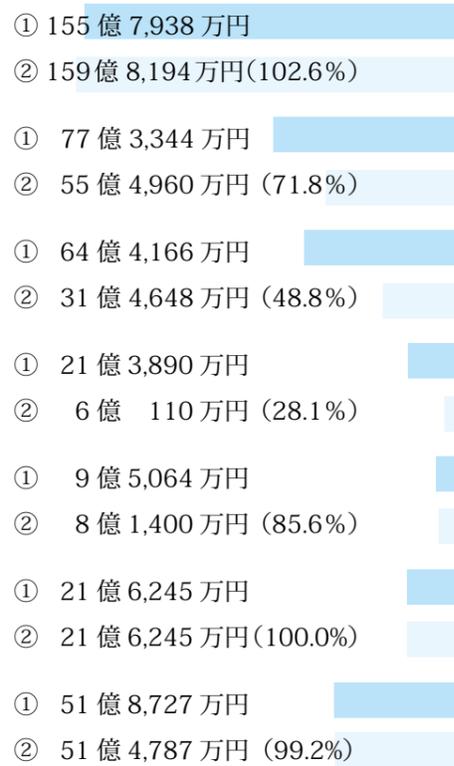
令和元年度

令和2年3月31日現在
財政課 ☎(82)4346

一般会計

歳入

予算額 / 401億9,374万円
収入総額 / 334億344万円
収入率 / 83.1%



市の財政状況

市では、毎年6月と12月に財政状況を公表しています。今回は、令和元年度の一般会計、特別会計、企業会計の令和2年3月31日現在の収入・支出の状況、市の財産、市債の状況です。なお、令和元年度決算は、出納整理期間である5月31日までに収入・支出された金額を加えて行い、秋に決算報告を掲載します。

歳入

①予算額
②収入・支出済額(予算に対する執行率②/①)

市税

国・県支出金

繰入金

市債

諸収入

繰越金

その他

歳出

予算額 / 401億9,374万円
支出済額 / 314億778万円
支出率 / 78.1%

民生費

教育費

総務費

土木費

公債費

衛生費

その他

※国・県支出金、繰入金及び市債などの収入は、事業完了後に納入されることから、収入金額が少なくなっています。

市民一人当たりに換算すると※¹

納めたお金(市税)※² 182,273円

使ったお金 358,205円

固定資産税	市民税	市たばこ税	都市計画税	民生費	教育費	総務費	土木費
82,877円	81,645円	8,720円	5,967円	110,516円	56,709円	51,178円	45,986円

軽自動車税	入湯税	特別土地保有税	公債費	衛生費	その他
2,868円	143円	53円	33,011円	26,867円	33,938円

※¹ / 令和2年3月31日現在の住民基本台帳人口87,681人で算出しています。
※² / 市税以外の国・県支出金や繰入金などの収入は、含まれていません。

ゴテナビ

国民年金保険料を納めることが難しい人はどうする？

GOTE-NAVI

担当職員が紹介

— 国民年金保険料 —

免除・納付猶予の申請

御殿場市政のホットな話題を紹介する「ゴテナビ」。第15弾は、「国民年金保険料の免除と猶予」の紹介です。

国保年金課 ☎ (82)4122



会社を辞めたので保険料を納めるのが難しいのだけど…どうしたらいいの？

国民年金保険料を納めることが難しい人は、免除の申請をしましょう

学生も納付する？払える余裕がない時はどうしたらいいのかな

前年の所得が118万円以下の学生は、「学生納付特例」が受けられます



● **免除・猶予の対象**
 ① 全額免除または部分免除
 本人・配偶者・世帯主それぞれの前年の所得が一定額以下の人
 ② 納付猶予
 50歳未満で本人・配偶者それぞれの前年の所得が一定額以下の人
受付日
 7月1日(水)～
 ● **免除・猶予期間(令和2年度分)**
 7月～令和3年6月
持ち物
 マイナンバーまたは基礎年金番号が分かるもの、身分証明書、離職票など(失業した人

● **申請期間(令和2年度分)**
 4月～令和3年3月
持ち物
 マイナンバーまたは基礎年金番号が分かるもの、身分証明書、学生証または在学証明書、印鑑(本人が署名する場合は不要)
 受け付けは4月1日から始まっています



● **注** 過去の期間については申請日から原則2年1カ月前までさかのぼって申請が出来ます(確定申告など所得の申告が必要です)。

※新型コロナウイルス感染症の影響により納付が困難となった場合の臨時特例手続きもあります。

● **その他**
 失業などを理由として承認された人や、部分免除を承認された人は翌年度も申請が必要です。

詳しくは問い合わせください



特別定額給付金申請の添付書類を忘れずに

申請受付期限

8/26 (水)

※当日消印有効

新型コロナウイルス感染症緊急経済対策に基づき、特別定額給付金を給付します。申請書を5月25日から世帯主宛に送付しています。申請受付期限までに手続きを済ませてください。

総務課 特別定額給付金担当 ☎ (70)3266

● 申請書の表面に必要事項を記入し、裏面に添付書類を貼り付けて返送してください

添付書類その1

申請者(世帯主)の本人確認書類の写し

- ・運転免許証のコピー
- ・マイナンバーカードのコピー
- ・健康保険証のコピー
- ・年金手帳のコピー 等

のうちいずれか1つ

添付書類 貼り付け用紙

貼り付け欄 その1 申請者(住民票の世帯主)の「本人確認書類の写し」
 下記のうち、どれかを添付してください。
 ・運転免許証のコピー
 ・マイナンバーカードのコピー
 ・健康保険証のコピー
 ・年金手帳のコピー 等
 ※代理申請の場合、本人と代理人との関係を証明する書類のコピー等

添付書類その2

振込先口座がわかる書類

- ・通帳(口座番号が書かれた部分)のコピー
- ・キャッシュカードのコピー 等

のうちいずれか1つ

※正確な口座番号の確認のため、必ず添付をお願いします。

貼り付け欄 その2 振込先口座がわかる書類
 ・通帳(口座番号が書かれた部分)のコピー
 または
 ・キャッシュカードのコピー 等

チェックリスト
 以下の項目について必ずご確認の上、確認後はチェック欄(□)に☑を入れてください。
 ① ご記入いただきました項目に記載漏れ、記載誤りがないか再度ご確認ください。
 ② 特に、ご記入いただいた通帳番号と添付した通帳のコピーの番号が一致することをご確認ください。
 ③ 添付資料に漏れがないかご確認ください。

添付書類に不備があると、給付が大幅に遅れる場合がありますので注意してください。

● 給付金を装った詐欺に注意してください

市や総務省などが「特別定額給付金」の給付のために現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすることや、手数料の振り込みを求めることは、絶対にありません。市や総務省などを騙る電話が掛かってきたり、メールが届いたりしたら市消費生活センターまたは御殿場警察署に連絡してください。

問い合わせ/市消費生活センター ☎ (83)1629、御殿場警察署 ☎ (84)0110

申請書裏面見本

路線バス利用者が約7万人増加しました！

未来プロジェクト課 ☎(82) 4349

「路線バスを地域で育てよう」を合言葉に、全市的な公共交通利用促進運動として、市民一人につき路線バスを年3回利用しましょうと様々な機会を通じて呼び掛け、皆さんに協力して頂いた結果、利用者が年々増えていきます。路線バスを意識して利用すること

物などの足としての公共交通が維持されていきます。新型コロナウイルス感染症が収束した際、外出時にはぜひ路線バスやタクシーなどを利用していただき、地域ぐるみの取り組みにより、いつでも身近に公共交通のある地域を目指しましょう。

●年間のバス利用者数

令和元年度	約 851,000 人 (+70,000)
平成 30 年度	約 781,000 人 (+17,000)
平成 29 年度	約 764,000 人

●利用促進運動の様子



1_路線バスをクリスマスバージョンにラッピング(夢フェスタたまほ) 2_バスと綱引き(ごてんばバスフェス) 3_高齢者向けのバスの乗り方教室



防犯ニュース

令和元年中の御殿場警察署管内の刑法犯認知件数は512件で、前年と比較すると144件減少しました。全体のうち窃盗犯罪が331件で、約7割を占めています。また、詐欺電話も後を絶たない状況で油断は禁物です。

犯罪から自分を、家族を、地域を守るために、身近な防犯対策を確認してみましょう。

●空き巣対策

「ちよつとの時間だから・・・」と油断しないで、短時間の外出でも必ず施錠しましょう。また、窓の外に侵入の足場になる物を置かないことやセンサーライトの設置も有効です。

●車上ねらい対策

車を離れるときは必ず鍵を掛け車内にバックなど、物を置いたままにしないようにしましょう。

●自転車盗対策

短時間でも離れるときは必ず鍵を

くらしの安全課 ☎(82) 8400

掛け、防犯登録もしておきましょう。補助鍵をつけて、ツーロックにすることも有効です。

●詐欺被害対策

市内で特殊詐欺が多発しています。一人で解決しようとせず、誰かに相談することで冷静な対応が取れます。迷惑電話防止機器を電話に取り付けて、犯人と話さないことも有効です。市では被害の未然防止を図るため、迷惑電話防止機器「トビラフォン」のモニターを募集します。詳細は広報ごてんば6月20日号に掲載します。



トビラフォン
この機器を電話機につなげて使用します。

私道整備助成金交付制度 私道の整備を助成します

管理維持課 ☎(82) 4233

市では、私道整備助成金の交付を行っています。この制度は生活や防災など、地域と密接に関わりのある既存私道の整備を目的としています。

●助成対象となる私道

次の条件を全て満たした私道が、助成金交付対象となります。

- ① 既存私道であること
- ② 4m以上の幅員が確保できること (図1)
- ③ 起終点が公道または幅員4m以上の私道に接続していること (図2)
- ④ 工事に支障となるような物件及び地下埋設物(水道管・下水道管など)が無いこと
- ⑤ 当面、地下埋設物の敷設の予定が無いこと
- ⑥ 整備工事について関係する土地権利者の承諾が得られること

●助成金の割合と維持管理

助成金額は、私道整備工事に要する費用の5割または7割となります。助成金の割合は、人口密度や沿道

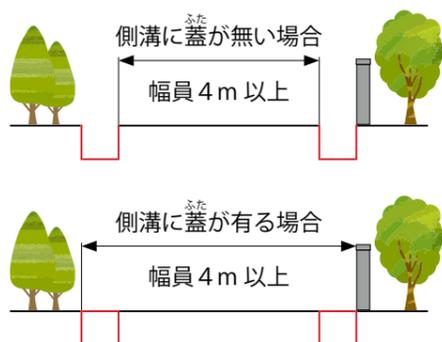
の家屋の数、公共施設の有無、道路幅員、接続道路などの状況により決まります。なお、整備工事が終了した私道の維持管理は、生垣や立木の剪定、側溝清掃など皆さんで定期的に管理してください。

●助成対象となる整備工事の種類

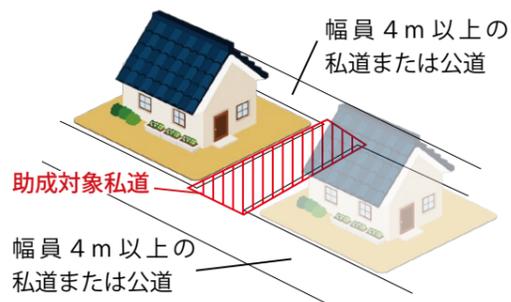
舗装新設工事	未舗装の私道をコンクリート・アスファルト舗装する工事
舗装修繕工事	舗装されている私道の一部または全部を舗装し直す工事
道路排水工事	道路側溝などを新設・修繕する工事
道路安全施設工事	ガードレールや防護柵などを設置する工事

※個人に関わる塀や乗り入れ、土留め工事などは助成対象外となります。

●私道の幅員の考え方 (図1)



●私道との接続道路参考例(図2)



地元で出逢って地元で結婚!!
今!!入会金無料!!
創業32年地元成婚1,200組以上の実績
20代~シニア迄(男・女)紹介可能です
県東部在住BAP会員様4,000名以上在籍
※お忙しいお子様に代わる親の代理婚活も強化中!!
(年令・学歴・婚歴不問 相談無料です)
地元結婚紹介専門
毎月続々と決まっております!
県知事認可静岡結婚相談事業協同組合員
BAD 結婚情報サービス bap 沼津 検索
沼津市大手町5-7-1 モラーダ1(515号)
定休日: 火曜日、第2・第4水曜日
☎055-952-5999

「広報ごてんば」
広告募集中
市役所企画部魅力発信課
TEL. 0550-82-4127
mail. koho@city.gotemba.lg.jp

暮らし上手の ヒントコーナー



問い合わせ／
消費生活センター（くらしの安全課）
☎（83）1629 FAX（82）4333

困ったときは、市消費生活センターに相談してください。

「当選したのでお金がもらえる」などの心当たりのないメールやショートメッセージが届いても、信用してはいけません。メールは絶対に開かず、すぐに削除しましょう。

【対処法】
事例のように相手に連絡してしまうと、金銭を要求されたり、個人情報聞き出されたりする危険性があります。

【事例】
スマートフォンに「1億円が当たった」とのメールが何度届くので、本当に当たったかと思い、返信した。当選金を受け取るには登録料1万円が掛かると言われ、指示されるままにコンビニで電子マネーを購入して、番号を写真に撮って送信した。その後も、手数料や免税などの名目で請求があり、100万円も支払ったのに、1億円はもらえなかった。返金してほしい。

「数億円が当たりました」
メールにだまされない！

市民会館カルチャー教室

会場／市民会館☎（83）8000 募集／先着順

コーラス入門教室	日時／月2回 火曜日 10:00～12:00 対象／一般 募集人数／10人 受講料／有り
初心者書道教室	日時／月2回 火曜日 10:00～12:00 対象／一般 募集人数／8人 受講料／有り
子どもダンス教室	日時／月3回 金曜日 17:00～17:50 対象／年中～小学3年生位 募集人数／10人 受講料／有り
子どもいけばな教室	日時／月1回 土曜日 9:30～11:00 対象／幼児～中学生 募集人数／10人 受講料／有り

市民伝言板

放送大学 2020年度 10月 入学生募集	2020年度10月入学生を募集しています。10代から90代の幅広い世代、約9万人の学生が大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、様々な目的で学んでいます。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、約300の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことが出来ます。 ☎8月31日(月)まで(第1回)、9月15日(火)まで(第2回) 〇放送大学静岡学習センター☎055(989)1253へ ※資料請求は無料です。
-----------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Pick up / Information

案内

叙勲受章者紹介 (4月29日発令)

国や公共に対して、顕著な功績または長年の功労を積み、勲章を受章された皆さんを紹介いたします。

令和2年春の叙勲

【瑞宝小綬章】

防衛功労／元 陸上自衛隊富士学校 機甲科部副部長

宮永 義文さん(茱萸沢上)

内閣府行政事務功労／元 内閣府経済社会総合研究所情報研究交流部長 渡邊 清貴さん(時之栖)

【瑞宝単光章】

職業紹介功労／現 (有)トータルサービス御殿場 代表取締役 武藤 武子さん(萩原)

第34回危険業務従事者叙勲

【瑞宝双光章】

警察功労／勝又 敏郎さん(中畑東)

防衛功労／荒井 睦昌さん(川島田)

〃 伊藤 寿弘さん(中山下)

〃 滝田 武志さん(大坂)

〃 豊谷 健二さん(新橋)

〃 平尾 実さん(北畑)

〃 皆川 治さん(西田中)

〃 渡部 一志さん(尾尻)

【瑞宝単光章】

消防功労／田代 衛さん(北久原)

防衛功労／加藤 勇さん(川島田)

〃 武田 勝さん(東田中)

〃 根上 正信さん(沼田)

〃 本郷 茂さん(新橋)

〇 秘書課☎(82)4420

NET119 緊急通報システムを導入します

音声での会話が困難な人が、スマートフォンなどから音声によらない通報をすることが出来ます。詳しくは、ホームページをご覧ください。

開・登

7月1日(木)からウェブまたは書類で申請してください。

問

消防本部 通信指令課

☎(83)8152 〇(83)8180

社会福祉課

☎(82)4238 〇(84)1046

自衛官募集相談員紹介

自衛官募集についての支援活動を行う自衛官募集相談員を紹介します。任期は令和4年3月までです。

和田 篤夫さん(中畑西)

秋山 信泰さん(中清水)

安司 英雄さん(森之腰)

森川 謙治さん(深沢)

三改木 英夫さん(大沢)

富田 重人さん(二の岡)

※全員再任

〇 総務課☎(82)4320

市税の納付が困難な場合は 相談してください

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少し、市税の納付が困難な人は、納付を1年間猶予する特例制度があります。

〇 税務課☎(82)4166

行事など中止のお知らせ

8月に開催を予定していた下記行事は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、安全・安心を最優先に考えて中止となりました。

● 御殿場夏まつり歩行者天国

● 御殿場わらじ祭り

〇 観光交流課☎(82)4622

● 富士山サマースポーツフェスティバル

● 秩父宮記念富士登山駅伝競走大会

〇 市民スポーツ課☎(82)4135

募集

御殿場子ども・ 子育て会議 市民委員募集

任 令和4年3月末日まで(2年間)

内 子ども・子育て支援事業計画の進捗管理に関することなどの会議(年2～3回程度)

対 市内在住で、子育て経験があり、平日昼間の会議に出席可能な人

募 2人程度(選考により決定)

申・問 6月25日(木)まで(必着)に、住所、氏名、年齢、性別、職業、電話番号、応募の動機(400字程度にまとめたもの)を記入し(書式は任意)直接、郵送、ファクスまたはメールで

〒412-8601 保育幼稚園課

☎(82)4132 〇(82)4325

〇 hoiku@city.gotemba.lg.jpへ

高森商事(株)

- 浄化槽清掃・点検
- 粗大ゴミ回収・タイヤ処分
- 排水管詰まり修理

■ 本 社
静岡県御殿場市電498-2 ☎0550-82-1911

■ タイヤカット工場(神場南企業団地内)
静岡県御殿場市神場3-18 ☎0550-80-3888

損害保険トータルプランナー認定代理店

RISK CONSUL 株式会社 リスクコンサル

取扱 保険会社

- 三井住友海上火災保険(株) 生命保険・損害保険プロ代理店
- 損害保険ジャパン(株)
- 三井住友海上あいおい生命保険(株)
- メットライフ生命保険(株)
- オリックス生命保険(株)

〒412-0039 静岡県御殿場市かまど538-48 ☎0550-82-0477
(旧御殿場青果市場跡地) FAX 0550-82-0484

御殿場 **山崎の肉** GOTEMBA YAMAZAKI MEATS

地方発送 致します

毎週火曜・第4月・火曜定休

〒412-0048 御殿場市板妻114-1
TEL 0550-89-1229
FAX 0550-89-5753

山崎精肉店 検索

金華豚 馬刺し 山崎ハム



竹の子と干し海老の中華炒め



①



②



「Dining & Bar 蜀天」料理人
井田 真路

information

新橋 1994-3 中央ビル 2階
TEL : 78-7707

材料（4人分）

竹の子……………2本
干し海老……………40g
豚ひき肉……………50g
ザーサイ……………50g
ねぎ……………1本
塩、こしょう、砂糖、醤油
……………少々
料理酒（紹興酒）……………少々
ごま油……………少々

美味しいよ!!



お手軽、簡単!! フロレシピ。

プロの料理人から学ぶ簡単レシピ。
今回は「Dining & Bar 蜀天」の井
田真路さんに教わりました。



- ① 竹の子を茹でる…
竹の子を下茹でし、アクを取り
硬い部分を取り除きます。
- ② 竹の子を揚げる…
水切りした竹の子を5ミリ程度
の食べやすい大きさに切り、多
めの油でじっくり揚げます。油
は低温で時間を掛けて水分を飛
ばします。竹の子が上がってき
てきつね色になればOK。
- ③ 竹の子は揚げずにフライパンで
炒めたものでも。その場合も水
分をしっかり飛ばしましょう。
- ③ ひき肉と干し海老を炒める…
油をひいたフライパンでひき肉
と干し海老を強火で焦げない程
度によく炒めます。
- ④ 味を調える…
③に料理酒と②を加え塩、こ
しょう、砂糖、醤油で味を調え
ます。この時、一度火を止める
と焦げずに調理できます。干し
海老、ザーサイの塩分を考えて
調味料は少なめに。
- ⑤ ザーサイとねぎを加える…
④にみじん切りにしたザーサイ
とねぎを加えて軽く炒めます。
- ⑥ ごま油を加える…
最後にごま油を加えて完成です。



なかがみ ゆうし りな
仲神 勇孜くん、侗那ちゃん（11カ月）
父 克彦さん／母 陽子さん（原里）



我が家の アイドル



むらさき ゆづき
村松 優月ちゃん（1歳）
父 広明さん／母 宏子さん（原里）

市の人口 計／88,028(+347) 男／45,182 女／42,846 世帯／37,996 5月1日現在（外国人住民含む）