



おもな内容

- 町長・議長 年頭のあいさつ..... ~
- 民生委員児童委員の改選 ~
- 町県民税税制改正について ~

広	報	中
な	かい	

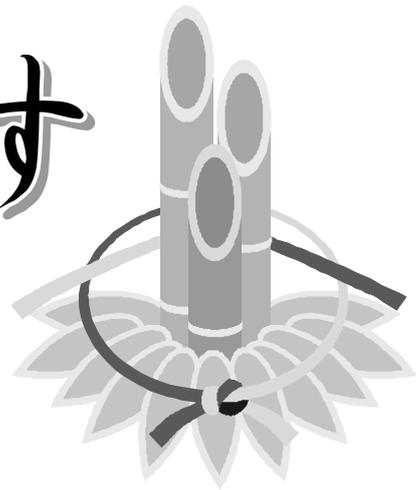
消防出初め式

1月14日(月・祝)午前10時から
中井中央公園南側駐車場



1
2008.JAN

めでとうございます 年新春



中井町長

尾上 信一



新年明けましておめでとうございます。

町民の皆様方には、健やかに新年をお迎えになられたことと心からお慶び申し上げます。

また、日頃から町政運営にあたりまして、温かいご理解とご支援を賜り、心からお礼申し上げます。

本年、先人のたゆまざる努力により築き上げられた本町は、明治41年に中村と井ノ口村が合併し現在の町域である中井村が誕生して100年を迎える節目の年であります。この記念すべ

き年に町民皆様の参画と協働により、記念イベントなどを開催し、「中井誕生100周年」を祝いたいと存じます。

また、これを契機に未来に向けた新たな飛躍の年として、「町民が安全で安心して暮らせる生活基盤整備」に着眼し、次の世代に誇りを持って引き継ぐことのできる「共生・安心・協働」のまちづくりを目指して、邁進してまいりたいと考えております。

昨今の我が国の経済は、原油や穀物価格の高騰、円高傾向による為替の変動、株価の下落など経済に及ぼす影響が不安視されており、本町においても、安定した税収等の確保は難しい状況であります。私は、第四次中井町行政改革大綱を着実に実施し、第五次中井町総合計画の将来像「水と緑、人がきらめく住んでみたいまち」実現のため、職員と共に積極的に推進してまいります。

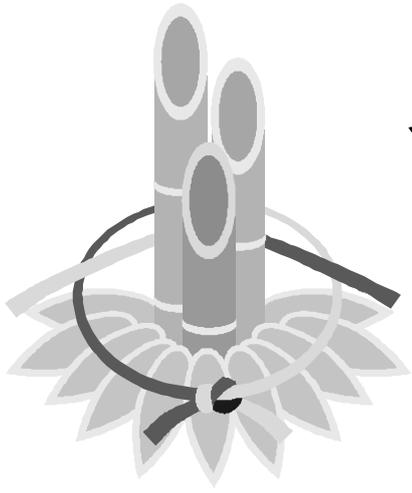
今年、特に環境基本計画の策定、井ノ口保育園開園に伴う子育て支援センターの開設、都

市マスタープランの改訂及び地域福祉計画等の策定など将来のまちづくりの基礎となる計画づくりを中心に事業展開を図ってまいりたいと考えておりますので、議会をはじめ町民皆様方の一層のご理解を賜りたいと存じます。

終わりに、新しい年が皆様にとりまして素晴らしい年となりますよう、お祈り申し上げます。新年のあいさついたします。



テレビからも
新春の挨拶をお送りします
tvk新春特別番組
「2008かながわてれび年賀状
～市町村長新春挨拶～」
1月3日(木) 6:30～6:45



新年あけましてお 平成20

中井町議会議長

武井 一夫



新年明けましておめでとうございます。

皆様におかれましては、希望に満ちた輝かしい新春をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

日頃より、町議会に対しまして、格別のご理解とご支援を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年4月の町議会選挙では、議員定数を見直し、14名として町民の審判を仰ぎましたが、無投票当選という結果になりました。改めて議員一同を引き締めると共に、議会改革と活性化

そして住みよい町づくりのために誠心誠意努力してまいる所存です。

さて、昨年の3月には待望の「砂口南が丘線」が開通し、中井 秦野間がより一層身近となり、通勤通学はもとより、生活の利便性が大きく向上しました。そして、11月には、中井中央公園パークゴルフ場で、利用者数が延べ50万人を達成しました。年々利用客が増え、日々混雑するパークゴルフ場ですので、今後はコースの増設も視野に入れ要望したいところです。

また、市町村合併をテーマに開催された地区懇談会では、町民からは、行政圏・生活圏・さらには単独町政の推進等、様々な意見が出されました。どちらにせよ合併は町の将来を大きく左右する問題です。我が町の存在感・自主性を失うことなく、希望が持てる町づくりに向け、議会でも町民の皆様と共に慎重に取り組んでまいります。

この4月から、町では行政組織が、部長制から課長制に改め



られます。これに伴い、議会でも、常任委員会等の見直しや、議会改革を一層進めてまいりますと存じます。

ちようど今年は、明治41年に中村と井ノ口村が合併して、100年を迎える節目の年です。先人達のたゆまぬ努力によって育まれてきた、中井の伝統・文化を継承してまいりたいと存じます。そして、次の100年に向かつて、新たな一歩を踏み出して行くことではありませんか。終わりに、皆様のご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げます。年頭のあいさつといたします。

新しい民生委員児童委員が 決まりました

12月1日に民生委員児童委員の改選が行われ、24名の方が厚生労働大臣から委嘱されました。いくつかの地区で民生委員児童委員の交代がありましたのでお知らせします。

民生委員児童委員は、地域における相談・支援のボランティアです。福祉に関するあらゆる相談をお受けし、福祉行政機関などのパイプ役として、地域福祉活動の中心的な役割を担っています。

ありがとうございました

このたびの改選により、11月30日をもって退任された民生委員児童委員は次の方々です。長い間、地域福祉の向上にご尽力いただきました。
(敬称略)

- 萩原君子 (大久保 / 9年在任)
- 重田恵美子 (遠藤 / 6年在任)
- 市川義男 (北田 / 12年在任)
- 平井アイコ (藤沢 / 6年在任)
- 尾上道子 (北窪 / 6年在任)
- 尾上良雄 (宮前 / 6年在任)
- 藤井善子 (宮原旧県道東 / 3年在任)
- 川口志津子 (五分一 / 6年在任)

問合せ

保健福祉課 福祉班
☎(81) 5548

氏名の前に付いている *印は新任、印は主任児童委員、()内は担当地区です。(敬称略)



せきのまつみ
関野松美
(半分形)
☎81-0102



こじま
小島チヅ子
(古怒田)
☎81-1415



のぢのりこ
野地典子
(鴨沢)
☎81-0465



ぞうしきえみこ
雑色恵美子
(雑色)
☎81-0799



つゆき おさむ
露木 修
(松本下・上)
☎81-2529



きどころひでこ
城所英子
(比奈窪・岩倉)
☎81-0620



いのうえかずひろ
井上和洋
(境原)
☎81-1457



ひらい あいこ
* 平井愛子
(藤沢)
☎81-0895



いちかわまさお
* 市川正男
(五所宮・久所)
☎81-1398



あしだひろゆき
* 芦田博行
(北田)
☎81-2885



しげたちよこ
* 重田千代子
(遠藤)
☎81-1372



そがひでこ
* 曾我秀子
(大久保)
☎81-2470



さとうよじ
佐藤豊次
(宮原旧県道西)
☎81-1224



いわもとせつこ
岩本節子
(宮上)
☎81-1800



おがはらよしひろ
小河原義博
(宮向・葛川)(宮前)
☎81-1094



いしいてるこ
* 石井照子
(北窪)
☎81-0820



こんどうやえこ
近藤八重子
(下井ノ口)
☎81-0366



あいほらひろみち
相原弘道
(本境・境別所)
☎81-0769



わたなべじゅんこ
○ 渡邊純子
(井ノ口地区)
☎81-0556



ごんのかみ
○ 権守きよみ
(中村地区)
☎81-1427



しみずまゆみ
* 清水眞由美
(五分一)
☎81-0922



はら よしお
原 與志雄
(遠藤原)
☎81-0841



おおはらまさこ
大原正子
(砂口)
☎81-2518



わたなべすみえ
* 渡邊澄江
(宮原旧県道東)
☎81-1496

高齢者の交通安全

道路交通法の改正等により、交通事故による死者数は減少傾向にあります。しかしながら、65歳以上の高齢者に目を向けると、その死者数は全体の約45%を占めており、極めて高い構成率となっています。

なぜでしょうか…？

そこには、高齢者ならではの交通事故の特徴があります。高齢者はもちろん、ご家族、ドライバー一人一人がこれらの特徴を理解し、交通事故の当事者とならないよう気を付けましょう。

歩行中の交通事故の特徴

発生原因として多いもの

信号無視

横断禁止場所等での横断

停車車両の直前直後からの横断

視認性が低下する薄暮時（夕方）

高齢者の行動を知ろう

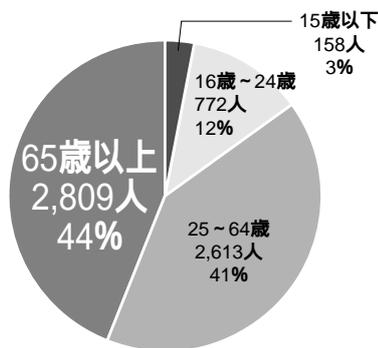
体力の衰えや、身体機能の低下が交通事故の原因となる場合があります。

体力の衰え 歩行速度が遅くなったり、反応が遅れがちとなることなど。

視力・聴力の低下 歩行中のつまづき、転倒をさけるため、足下に注意

がいきがちで視野が狭くなったり、視力・聴力の低下により、通行車両

全国交通事故死者数(平成18年)



(警察庁資料)

に気付くのが遅れるなど。

思いこみ 「いままで交通事故にあつたことがないから」「車は止まってくれるだろう」といった思いこみ。

交通事故を防ぐ心得

時間に余裕を持って行動しましょう。

外出は、目立つ服装で。夜間は反射

材用品を身につけましょう。

右側通行と横断歩道での横断を厳守

しましょう。

横断歩道が無いときは、見通しがよいところで、よく安全確認をしてから渡りましょう。

青信号が点滅したら次の青信号まで待ちましょう。

自宅付近は「庭」などと思わず、常に警戒心を持ちましょう。

チャイルドシートの購入補助

町では、チャイルドシートの普及促進のため、チャイルドシートを購入中古品を除く）された方を対象に補助金を交付しています。

申請できる方

- ・町内に住民登録等のある方
- ・6歳未満のお子さんと同一世帯の方

1世帯1台限り（以前交付を受けの方は対象となりません。）

申請に必要なもの

- ・申請書（防災環境課にあります。）
- ・領収書（原本）
- ・品質保証書（原本）
- ・印鑑

補助額

購入金額の1/2（上限1万円）

問合せ

防災環境課 防災交通班
☎(81) 11115

オストメイト対応トイレを設置

ベビーシートも設置

町では、役場庁舎と保健福祉センターのトイレを一部改修し、オストメイト対応トイレを設置し、併せてベビーシートも設置しましたので、オストメイトの方や小さいお子様をお連れの方もお気軽にご来庁ください。

オストメイト対応トイレ

役場庁舎1階多目的トイレ

保健福祉センター2階多目的トイレ

ベビーシート設置トイレ

役場庁舎1階多目的トイレ

保健福祉センター1階多目的トイレ



問合せ

庶務課

管財班

☎(81) 11111

平成20年度 町県民税税制改正について

(1) 住宅借入金等特別控除 (平成20年度～平成28年度町県民税に適用)



控除しきれなかった
分は住民税(所得割)
から控除されます!

税源移譲により所得税が減額となり、控除できる住宅ローン控除額が減る場合があります。平成11年1月1日から平成18年12月31日までに入居し、所得税の住宅ローン控除を受けている方で所得税から控除しきれない額がある場合については、申告により平成20年度以降の町県民税の所得割額からも控除できます。

対象者(次の・のいずれかに該当する方)

税源移譲により所得税額が減少する結果、住宅借入金等特別控除限度額が所得税額よりも大きく、控除しきれなくなった方

住宅借入金等特別控除限度額が所得税額より大きく、税源移譲前でも控除しきれなかったが、税源移譲により控除しきれない額が大きくなった方

申告方法・申告期限

対象者はその年の3月15日(平成20年は3月17日)までに1月1日現在の住所地である市町村に「町県民税住宅借入金等特別税額控除申告書」に源泉徴収票を添付して提出してください。なお、税務署に確定申告書を提出する方は、税務署へ前記の申告書を併せて提出してください。(毎年提出する必要がありますので、ご注意ください。)

計算方法(平成20年度町県民税で控除を受ける場合)

住宅借入金等
特別控除額

=

次の、のいずれか少ない金額

19年分所得税の住宅借入金等特別控除限度額
税源移譲前の税率で算出した19年分の所得税額

-

税源移譲後の税率で算出した19年分の所得税額

(2) 地震保険料控除の創設



地震保険への加入を促進する目的で、従来の損害保険料控除を見直し、地震保険料控除が創設されます!

地震保険契約に係る支払保険料のうち、町県民税は2分の1に相当する金額、所得税は支払保険料相当額を控除します。(町県民税は2万5千円、所得税は5万円が控除の上限額となります。)

平成18年12月31日までに締結した長期損害保険契約(保険期間が10年以上で満期返戻金があるもの)に係る保険料等については、従前の損害保険料控除を適用する経過措置が設けられます。(町県民税は1万円、所得税は1万5千円を上限)

従来の短期損害保険料控除は廃止となります。

前記・の両方を適用する場合は、町県民税は2万5千円、所得税は5万円が控除額の上限となります。

(3) 税源移譲時の年間所得の変動に係る経過措置



税源移譲では、ほとんどの方は所得税が減り、町県民税が増えるようになりました。しかし、退職などの理由により、平成19年中の所得が大きく下がり、平成19年分の所得税がかからない場合は、税源移譲の負担軽減が受けられない一方、平成19年度分の町県民税は税源移譲による負担増の影響を受けることになります。このように、平成18年と平成19年の所得変動に伴う負担増を調整するため、経過措置が設けられます。(この経過措置は、平成19年度の町県民税のみが対象です。)

対象者(次の ・ の両方を満たす方)

平成19年度町県民税の課税所得金額
(申告分離課税分を除く)



所得税との人的控除額の差の合計額

平成20年度町県民税の課税所得金額
(申告分離課税分を含む)

所得税との人的控除額の差の合計額

計算方法

平成19年度の合計課税所得金額について、税源移譲後の税率を適用し、調整控除を行った後の税額から、税源移譲前の税率を適用した税額を、差し引いた額を減額します。既に納付済みの場合は、還付します。

申告方法

対象者は、平成20年7月1日から平成20年7月31日までの間に、平成19年1月1日現在の住所所在地の市町村に申告してください。

(4) 高齢者非課税措置(経過措置)の廃止

この改正は、少子高齢化が急速に進行するなかで、年齢に関わらず公平に税負担を分かち合うという観点から行われたものです。

具体的には、平成17年1月1日現在において65歳以上であった方で、前年の所得が125万円(年金収入のみで245万円)以下の方は平成17年度まで非課税でしたが、平成18年度から段階的に廃止されており、平成20年度よりこの経過措置が終了となります。

なお、寡婦(夫)控除の要件に該当する方は、前年の合計所得が125万円以下であれば、前記に関わらず非課税措置が適用されます。

平成18年度	税額の3分の2を軽減
平成19年度	税額の3分の1を軽減
平成20年度	軽減なし

経過措置の適用を受けていた方は、平成20年度より、かながわの水環境保全・再生のための個人県民税超過課税が課されます。超過課税については平成23年度まで適用されます。

問合せ | 税務課 町税班 ☎ (81) 1113

ながい里山俳句大会

11月25日(日)、中井俳句協会主催の「第8回ながい里山俳句大会」が開催され、町内外から約50名の方が参加されました。

参加者は中井中央公園から北へと延びる「関山の道」を散策し、各々が感じた中井の秋を句に込めていました。

入賞作品は次のとおりです。(敬称略)



中井の秋を感じながら吟行する参加者

【中井町長賞】

とりあえず拾ってしまふ木の实かな

尾崎竹詩(中井町)

【中井町議会議長賞】

里柿の日の透くほどに熟れにけり

関野さゑ子(秦野市)

【中井町教育長賞】

玉葱を植ゑる夫婦の小春かな

米山勝彦(茅ヶ崎市)

【中井俳句協会長賞】

関山に笹乾く音冬来たる

石黒岳富(平塚市)

交通安全教室

11月15日(木)井ノ口小学校で、全校児童を対象に交通安全教室が行われました。

教室は、県のくらし安全指導員や神奈川県警察、町交通指導隊員の方々が協力して指導にあたり、1・2年生は道路の安全な歩き方を、3・6年生は自転車の安全な乗り方を教わり、練習しました。

また、この日は神奈川県警察の白バイが2台登場し、児童たちは白バイに乗って記念撮影をし、興味津々の様子でした。

農産物品評会

12月1日(土)・2日(日)の2日間、農村環境改善センターで農産物品評会が開催されました。

今年も300点を超える農産物と加工品が出品され、恒例となっている表彰式後の出品農産物即売会には多くの方が訪れ、地元の新鮮で質の良い農産物を買って求めています。

なお、品評会で金賞を受賞された方は次のとおりです。(敬称略)

【農産物の部(9点)】

みかん 金子 馨(大久保)

大根 原 由美子(遠藤原)

こめ 山口英夫(雑色)

ブロッコリー 井上拓三(境原)

みかん 加藤シゲ(下井ノ口)

ねぎ 大原文雄(砂口)

キウイ 大原つらら(砂口)

キャベツ 原 三起也(遠藤原)

人参 村山 充(遠藤原)

【加工品の部(1点)】

こんにゃく 相原スミ子(本境)



本物の音と共演♪

〜神奈川フィル公演〜

11月19日(月) 中村小学校体育館で、神奈川フィルハーモニー管弦楽団によるオーケストラ公演が行われました。公演は、文化庁の「本物の舞台芸術体験事業」の一環で、児童に本物の音楽に身近で触れてもらうと同校が応募して実現しました。公演では、1曲目の『カルメン』から、間近で聴くオーケストラの迫力に、児童たちは聴きいってしま



神奈川フィルと共演する児童

第75回町内野球大会

- 11月11日・18日・25日 -

会場：中井中央公園野球場・多目的広場



総合成績

優勝 ミックス
準優勝 中井町役場
3位 吟醸
テルモ

個人賞

最優秀選手賞 東出広行(ミックス)
優秀選手賞 天野 泰(中井町役場)
敢闘賞 小清水 慎(ミックス)
打撃賞 東出広行(ミックス)

第55回
中井町ソフトボール大会

- 10月21日・28日 -

会場：中井中央公園多目的広場

一般男子

優勝 グリーンピース
準優勝 大久保ファイターズ
3位 井ノ口SBC
最優秀選手 吉田憲章(グリーンピース)
敢闘選手 畠山周一(大久保ファイターズ)

一般女子

優勝 KAISEI爽会
最優秀選手 片野悦子(KAISEI爽会)

た。続いて、本物の音を体感した後には、児童と神奈川フィルの共演が行われ、この日のために、10月に神奈川フィルの団員からリコーダーやカスタネット、合唱の指導を受けた児童たちは、練習の成果を発揮し、共演は大成功しました。特に合唱では、児童の一人が作詞をしたオリジナル曲『みんな友達』をオーケストラをバックに見事に歌い上げました。また、アンコールでは、オーケストラがプレゼントされました。

かわいいプレゼント

11月22日(木)、勤労感謝の日を前に、木之花保育園の園児34名が役場を訪れ、尾上町長に花と手紙のプレゼントを贈りました。かわいらしい絵でデコレーションされた園児たちの手作りの手紙には、『いつもありがとう』とメッセージが添えられていました。



体育指導委員功労者表彰

11月8日(木)新潟市で開催された「第48回全国体育指導委員研究協議会」で、坂本通泰さん(遠藤)が体育指導委員功労者表彰を受賞されました。坂本さんは町の体育指導委員として各種スポーツ大会・教室の企画運営に積極的にかかわり、生涯スポーツの推進に熱心に取り組まれている姿勢が評価され、今回の表彰となりました。



今月のおすすめ

改善センター図書室 ☎81 - 3907

井ノ口公民館図書室 ☎81 - 3311



成人書
セブンパワーズ
(アレックス・ロピラ)
使ってみたい武士の日本語
(野火迅)
毎日かあさん (西原理恵子)

児童書
おしりしりしり (長野ヒデ子)
わたしはあなたをあいしています
(宮西達也)
ゆうやけごはんいただきます
(長崎夏海)



成人書
永遠(とわ)を旅する者
(重松 清)
ダイニング・アイ (東野圭吾)
篤姫の生涯 (宮尾登美子)

児童書
かめきちのなくな！王子様
(村上しいこ)
初雪のふる日 (こみね ゆら)
おまじないつかい
(なががわ ちひろ)

散りいそぐ里山紅葉空晴れて
堂跡といふこのあたり青木の实
山里の静寂を一声冬がらす
落葉踏む我が足音を道連れに
巻く風にしばし誘われ落葉舞う
冬ばらや葉を失いて空にあり
木枯やころがる岳に目をさまし
病院に人居て淋し秋の雨
みんな枯れあと風だけの芒原
飼い主によく似た犬の日向ぼこ
日溜りにまづ露の臺出でにけり
(亡夫を思ふ)
そろそろと袖湯にするか声きこゆ
山峡の名残とどめる冬紅葉

大澤 嘉子
石黒 雅風
池田ミツ子
須藤喜美代
大野 英峰
野中 由実
倉橋 幸子
小林 景峰
山口 清山
岩渕 和信
加藤 涼風
中村 初江
多田てる夫

なかい文芸

俳句同好会

墨絵教室同好会



題名「2008の干支ねずみ」
大野 優子(久所)

滞短歌会

S Lにて修学旅行せし遠き日よ
友らの煤けし顔の浮び来
二百余の洪柿剥くに疲れしか
その実に細く皮の残れり
上田城址の抜け穴あるとふ暗き井戸
底ひに僅か茅草の生ふ
水の面に色とりどりに散るもみぢに
小学唱歌口ずさみ居り
「日常の生活が旅」の言葉あり
老いゆく今の心に沁みる
ころろ配る友ありて来し高原の
木々は耀ふ黄にくれなるに

石田智恵子
新谷美千代
石田 好江
舟川 春子
山本三矢子
池谷 久子

短歌同好会

元朝の山峰清く明ける頃
東の空にしらむ海寄る
流れ星四時に目ざめて空見上げ
多数の星を指折りかぞう
寺庭の陽に温もりし柿もぎて
師はくれ給う教へ子吾に
手まねきし初うぐいすの声聞かす
しのび足せよ曾孫と二人
伊子路より孫連れて来し吾が娘
なまり言葉にさみしくもあり
散る山に光をあてつつ落ちゆく陽
終演に燃ゆのこり葉わずか
初春を木の葉落としてひたすらに
芽ぶく時待つ平常心に
病む父に「温泉行こう」の一言が
最後となりしすがる目消えず

中村 せつ
星野 雪江
曾我 鈴子
相原 ハル
萩野 秋子
平澤 節子
蟹江 俊江
小清水時子

県西地域合併検討会情報

第2回委員会を開催

県西地域の2市8町（小田原市・南足柄市・中井町・大井町・松田町・山北町・開成町・箱根町・真鶴町・湯河原町）で構成する「県西地域合併検討会」の第2回委員会を平成19年11月7日に開きました。

委員会では、企画などの分科会や事務局から現時点までの検討状況について報告を受けた後、委員間で協議、意見交換を行いました。委員会では、一般論だけでなく平成の大合併により合併した市町村の実態を



十分に検証し、メリットや課題を明示すべき。合併の目標として中核市を目指すというビジョンが必要。人口減少社会、少子高齢社会を迎え、合併せずに単独で現行の行政サービスを維持・継続していくことが可能か、各市町がしっかりと考えなければならぬ、などの意見が複数の委員からありました。

合併検討会では、こうした意見を踏まえて引き続き調査・検討を進め、今年度末までに検討結果報告書を取りまとめる予定です。この報告書はホームページで公開するほか、概要版を作成し住民の皆さんに配布します。平成20年度には、検討結果を基に住民説明会などを開き、住民の皆さんと合併の議論を深めていきたいと考えています。

今後合併に関する検討状況は、広報なかいなどを通じて積極的にお知らせしていきます。合併検討会のホームページ（<http://www.city.odawara.kanagawa.jp/gappei/>）もぜひご覧ください。

問合せ

企画課

企画調整班

☎(81) 1112

地域活動マイル

Vol.21

「弁天さんの会」

会長 近藤 達雄（北窪）

自然と共生できる公園に

敵島湿生公園が整備された平成15年に、町・自治会・地権者の話し合いで維持管理は地域の中の人で行う事が決まりました。そこで12名の有志が集まり、「弁天さんの会」として発足しました。会の名称は、公園の

中心にある敵島神社の別名「弁天さん」から取りました。

作業は毎週月曜日に半日程度行い、草刈り、トイレ清掃、竹林・園路の整備など、公園全体（約25ヘクタール）の環境整備を行っています。来場者はホタル観賞、植物観察、パードウオッチング、子どものザリガニ捕り、地域の旧跡の見学を兼ねた団体などさまざまです。年々、見学者の目的が多様化してきましたので、今後も敵島湿生公園保全管理運営協議会の中で管理方法について話し合いながら整備を行います。また、葛川沿いの散策路が整備され歩行者も多くなりましたので、木道、園路、階段、スロープ等の障害物には気を配っています。

水の中の作業は大変ですが、自然と共生できる環境の良い公園にしていきたいと思っておりますので、外部からゴミや空缶、外来の植物、草、魚等を持ち込まないようお願いいたします。



お知らせ

おしらせ版は休刊です。
次回は一月十五日発行
となります。



記念品を受け取る中山さん(右)

**パークゴルフ場
利用者が50万人を突破**

11月17日(土)に中井中央公園パークゴルフ場の利用者が50万人を突破しました。

記念すべき50万人目となったのは、藤沢市にお住まいの中山キミエさん。パークゴルフ仲間7人と来場した中山さんは、本町のパークゴルフ場を月に2〜3回利用されているそうです。

パークゴルフ場は小学校3年生以上であれば利用(有料)できますので、皆さんもご家族やご近所のお仲間などと利用されてみてはいかがでしょうか。

いくみ会
中井支部の
ヘルシー
クッキング



タイム

レシピ23

豆乳テリーヌ



作り方

パウンド型にオープンシートを敷きこむ、耐熱容器に入れた水に粉ゼラチンをふり入れ、ふやかしておく。
きのこ類は石づきを取り、生しいたけは、薄切りにし、しめじは1本ずつにほぐす。えのきは、長さ半分に切つてほぐす。
ロースハムは、1cm角に切る。
フライパンにオリーブ油を熱し、きのこ類を炒める。香りが立ってきたらハムを加えて、ざっと炒め、醤油、塩、コンショブをふり水気をとばすように炒め合わせる。粗熱がとれるまで冷やす。
ふやかした粉ゼラチンは、ラップをしないで電子レンジ強で30秒かけて溶かす。
ボールに豆乳と を入れて混ぜ、 を加えて混ぜる。この時、ボールの底を氷水で冷やしながらか混ぜる。とろみがついたら型に流し入れ、冷蔵庫で2時間以上入れて冷やし固める。型からオープンシートごとはずし、食べやすい大きさに切り分け、せん切りの青じそ、マヨネーズと醤油を混ぜたソースをそえる。

一人分の栄養価

エネルギー	129.6kcal
たんぱく質	8.8g
脂質	8.8g
カルシウム	17mg
塩分	1.6g

材料(6人分)

豆乳(無調整)	2カップ	コンショウ	少々
生しいたけ	4枚	粉ゼラチン(16g)	
しめじ	1パック		小さじ5強
えのき	1袋	水	大さじ4
青じそ	10枚	ソース	
ロースハム(薄切り)	100g	「マヨネーズ	大さじ2
醤油	小さじ1	醤油	小さじ1
塩	小さじ1	オリーブ油	大さじ1

ひとくちメモ

豆乳を温めてから、ふやかした粉ゼラチンを入れると混ぜやすいです。

今月の納付

町 県 民 税 第4期分
介 護 保 険 料 第7期分

納期限は1月31日(木)です

お支払いは便利な口座振替をご利用ください

問合せ

税務課 町税班 ☎81-1113
保健福祉課 高齢介護班 ☎81-5548

**世帯
と人口**

平成19年12月1日現在(前月比)

世帯数	3,301世帯(-2)
人口	10,051人(-2)
男	5,104人(-5)
女	4,947人(+3)



本誌は古紙配合率100%の再生紙を使用しています。

