



歳時記

みなかみ町の
主な行事予定

ホームページからも
ご確認いただけます



2023年トルコ・シリア地震 救援金受付開始



日本赤十字社では各国赤十字社等が実施する救援活動を支援するため、救援金を受付しています。救援金は役場町民福祉課窓口へ持参、またはゆうちょ銀行や都市銀行への口座への入金もできます。詳しくは町民福祉課障害・福祉係日赤担当までご連絡ください。

問い合わせ先
町民福祉課 障害・福祉係
☎0278(25)5011

納期限：3月31日(金)

- 国民健康保険税(第9期)
- 後期高齢者保険料(第9期)
- 国民年金(2月分)



お支払いは便利な口座振替をご利用ください。

おともだちがふえたよ! 1月の出生者

男子	女子	計
1人	3人	4人

数字は住民基本台帳(2/15現在)に基づくものです。

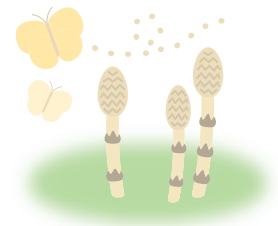
人口と世帯 2月1日現在

総人口	17,568人 (-34)
男	8,604人 (-24)
女	8,964人 (-10)
世帯数	7,934世帯(-1)

数字は住民基本台帳に基づくもので、国勢調査の数値とは異なります。※()内は前月比

3月

- 1日(水) ■利根商業高校卒業式
- 13日(月) ■みなかみ中学校卒業式
- 20日(月) ■いはるこども園卒園式
- 21日(祝) ■春分の日
- 22日(水) ■つきよのこども園卒園式
- 23日(木) ■町内小学校卒業式
- 25日(土) ■水上わかくりこども園卒園式



4月

- 7日(金) ■町内小学校入学式
■みなかみ中学校入学式
- 8日(土) ■水上わかくりこども園入園式
- 10日(月) ■つきよのこども園入園式
■いはるこども園入園式
■利根商業高等学校入学式
- 29日(祝) ■昭和の日

※新型コロナウイルス感染症の影響により、今後も各種イベントや行事が中止になる場合がありますので予めご了承ください。詳しくは、各イベントもしくは行事の主催者へお問い合わせください。



ひな祭りやお祝いの日にぴったり! 「牛乳パックでデコレーション寿司」

材料(4人分) 1人分のエネルギー407kcal 塩分1.8g

ご飯… 2合(約660g)	卵…………… 2個	鮭フレーク…………… 50g
酢…………… 大さじ4(60g)	砂糖… 小さじ2(6g)	ほうれん草 1/2袋(100g)
砂糖… 大さじ3(27g)	塩…………… ひとつまみ	絹さや…………… 4枚
塩… 小さじ2/3(4g)	サラダ油…………… 適量	サーモン…………… 4枚(40g)
		マグロ…………… 8枚(60g)



●ワンポイントアドバイス
・小さなお子さんには、ローズハムやゆで人参を型抜きして飾っても可愛く仕上がります。
・ひな祭りのほか、お祝いの日などにおすすめです。

● 作り方 ●

- ①普通より少なめの水加減でご飯を炊く。
- ②牛乳パックの一边を切り取り、長方形に形作り、ホチキスで止める。
- ③酢、砂糖、塩を混ぜ合わせ、すし酢を作る。
- ④卵を割り、砂糖、塩を入れて溶きほぐす。フライパンに薄く油をしき、中火にかける。卵を流し入れ、手早く箸でかき混ぜ、炒り卵を作る。
- ⑤ほうれん草は、塩を加えた熱湯でゆで、水にさらして絞り、1cm長さに切る。絹さやは筋を取り、塩を加えた熱湯でゆで、斜め半分に切る。
- ⑥ご飯が炊けたら、うちわであおぎながら③のすし酢を入れ、切るように混ぜ合わせ、すし飯を作る。
- ⑦牛乳パックにラップを敷き、底に炒り卵を敷く。その上に、すし飯の1/3を入れてスプーンで平らにし、ごはんを角までしっかり押しつける。次に、鮭フレーク、すし飯1/3、ほうれん草、すし飯1/3の順に入れ、それぞれスプーンでしっかり押しつける。ラップをして、しばらく置いて形をなじませる。
- ⑧平皿をかぶせて牛乳パックをひっくり返す。牛乳パックとラップを外し、絹さや、花の形に巻いたまぐろ、サーモンを飾る。



←二次元コードを読み取ると、調理の様子を動画で見ることができます。