



- 11日(祝) ●建国記念の日
- 23日(祝) ●天皇誕生日

- 20日(祝) ●春分の日

絵本の寄附を  
いただきました



クリスマスを目前に控えた12月19日、みなかみ町にもサンタクロースからのプレゼントがありました。

寄附主は匿名で、「こどもたちのために」と大きな包みを置いていきました。箱の中身は小学生向けの絵本で総数31冊。寄附主の意向を尊重し、当面は学童クラブを中心にこどもたちに楽しんでもらう予定です。

納期限：3月2日(月)

- 国民健康保険税(第8期)
- 介護保険料(第6期)
- 後期高齢者保険料(第8期)



お支払いは便利な  
口座振替をご利用ください。

特集「令和7年度二十歳の集い」 編集後記



令和7年度二十歳の集いのパンフレットは、実務委員の小倉三千叶さんにデザインしていただきました。このデザインは、本号の4ページから5ページにも使わせていただきました。素敵なデザインを作成していただきありがとうございました。

コメント

小倉三千叶さん

お祝いの式典にふさわしい華やかさを演出するため、石川県の伝統産業である加賀友禅をモチーフにしました。絵画調の草花模様と、染めの技法によって白く表現される輪郭線のアクセントが特徴です。タイトルの周囲に配した黄色い装飾は、「風」を表しています。二十歳になった私たちが、みなかみ町に吹き込む新たな風になるという思いを込めました。



町栄養士おすすめ《行事食》

太巻き寿司



1本あたりのエネルギー 595 kcal 塩分 3.3 g

すし飯の材料(約2本分)

米	2合
昆布	5cm
酢	50cc
A 砂糖	大さじ2 (18g)
塩	小さじ2/3 (4g)

太巻き寿司の材料(2本分)

すし飯	560g
焼き海苔	2枚
だし巻き卵(約1cm角の棒状)	20cm×2本
かんぴょうの煮物	20cm×4本
きゅうり	1/4切×2本
カニかまぼこ	6本
でんぶ	大さじ2 (20g)

※「だし巻き卵」「かんぴょうの煮物」の詳しい作り方は動画をご覧ください。



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。

ワンポイントアドバイス

- ・巻きずしが無い場合は、ラップを使って巻くこともできます。
- ・具材の種類は、お好みで選んでください。

＜すし飯の作り方＞

- ①米は炊く30分以上前にといで、通常の日盛りよりやや少なく水を入れ、昆布を入れて炊く。
- ②Aの調味料を耐熱容器に入れ、電子レンジに約30秒かけて混ぜ、砂糖・塩を溶かす。
- ③ご飯が炊きあがったら、②を入れて切るように混ぜ、冷ます。

＜太巻き寿司の作り方＞

- ①巻きずすの上に焼き海苔を置き、すし飯を広げる。奥を2cmくらいあけておく。
- ②すし飯の中央に具をのせる。海苔を巻きずすの手前の端に合わせて置き、巻く。
- ③巻きずすの上から全体を軽く締め、形を整える。

1月1日の人口と世帯●総人口 16,588人(-14) 男 8,184人(-10) 女 8,404人(-4) 世帯数 7,911世帯(+4)

12月の出生数●男の子 1人 女の子 2人 計 3人

※ () 内は前月比