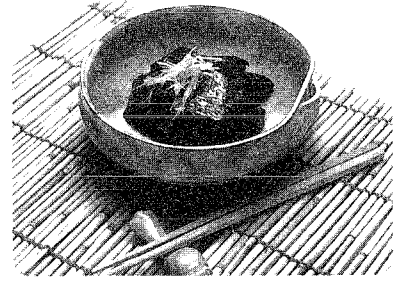


# 今月の献立

## 〔ニシンの甘煮〕

材料(4人分)

- ・干しニシン  
(身欠きニシン).....8本
- ・酒.....1カップ
- ・ざらめ.....大さじ3½
- ・みりん.....大さじ2
- ・しょうゆ.....大さじ3½
- ・赤唐辛子.....1~2本



### 〔作り方〕

- ① 干しニシンは、米のとぎ汁に30分つけて洗う。または、お湯の中で洗ってもよい。
- ② 干しニシンを頭と尾を残して四つ切りにする。
- ③ 鍋に酒を入れ、②の干しニシンを入れて、7分煮る。これに調味料と種を取った赤唐辛子の輪切りを加え、中火よりやや弱火にして、ゆつくり煮含める。
- ④ 調味料が煮つまって、つやが出てきたら、鍋をゆすりながら煮汁をからめる。

### 〈ポイント〉

- \* 酒をたっぷり使って、干しニシンの渋みを取り、軟らかく仕上げる。
  - \* 煮物は汁がなくなると一気に煮上がるので、焦げつかないように注意する。
- 新潟では、のつべ以外の煮しめには、ほとんどニシンを使います。これは冬のタンパク源として、また郷土の味として親しめるニシンの、保存食風の佃煮です。

## 3月休日当番病院

5日	内科・外科	県立吉田病院 ☎0256-92-5111
12日	内科・外科	三条総合病院 ☎0256-32-1131
19日	内科・外科	済生会三条病院 ☎0256-33-1551
21日	内科	県立加茂病院 ☎0256-52-0701
	外科	燕労災病院 ☎0256-64-5111
26日	内科・外科	三之町病院 ☎0256-33-0581

## 寄付をありがとう

このたび、

下曲通 上村 又男 さん  
月 湯 星野 強 さん

より寄付をいただきました。村のために有効に活用させていただきます。ありがとうございました。

## 窓口届出

(1月1日～1月31日)

### おめでた

氏名 保護者 地区名  
登石 葉奈未 清隆 月湯  
野内 麻未 健一 東長嶋

### およろこび

氏名 世帯主 地区名  
高木 謙一 強 釣 寄  
鈴木 理恵子 智嗣 吉田町

石村 貢 進 吉田町  
笠原 美子 勇夫 東長嶋  
坪井 康博 誠二 新潟市  
時田 智恵子 忠外一 下曲通

### おくやみ

氏名 年齢 世帯主 地区名  
五十嵐 ミス(79) 上村 又男 下曲通  
星野 タケノ(92) 與一郎 月湯  
村越 貴美枝(68) 武男 上曲通  
河井 忠作(95) 公一月 湯

## 人口動態

(1月31日現在)

世帯数 912戸  
総人口 3,994人  
男 1,937人  
女 2,057人



(1月中の移動)

出生 2人  
転入 2人  
死亡 4人  
転出 3人



## 今月の表紙

上曲通、高橋充男さん宅のチューリップの出荷作業の様子です。一本一本、花をいたわるように手ぎわよくさばいていきます。ハウス及び作業所内には、春の香りが、いっぱいいただっています。