

● 1月休日当番病院 ●

1日	〔内科〕	巻町	高木医院 ☎0256-72-2208
	〔外科〕	新潟市	新潟中央病院 ☎285-8811
2日	〔内科〕	西川町	遠藤医院 ☎0256-88-2204
	〔外科〕	新潟市	新潟中央病院 ☎285-8811
3日	〔内科〕	西川町	和田内科医院 ☎0256-88-2134
	〔外科〕	新潟市	新潟中央病院 ☎285-8811
4日	〔内科〕	西川町	刈部医院 ☎0256-88-2057
	〔外科〕	巻町	飯塚外科内科医院 ☎0256-72-1151
11日	〔内科〕	巻町	笠原内科医院 ☎0256-72-8066
	〔外科〕	巻町	竹前整形外科医院 ☎0256-73-2809
15日	〔内科〕	潟東村	潟東けやき病院 ☎0256-86-3515
	〔外科〕	潟東村	潟東けやき病院 ☎0256-86-3515
18日	〔内科〕	中之口村	杉山医院 ☎375-3009
	〔外科〕	吉田町	県立吉田病院 ☎0256-92-5111
25日	〔内科〕	中之口村	松崎医院 ☎375-3013
	〔外科〕	吉田町	伊藤整形外科 ☎0256-93-3115

納税のお知らせ

12月の納期は、次のとおりです。

- ◎村県民税 第4期
- ◎国民健康保険税 第4期
- 納期限 12月25日(木)

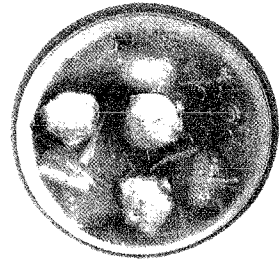
今月の献立

たっぷりの白菜をペロリ!

『白菜と肉だんごのスープ』

材料 [4人分]

- 鶏ひき肉 … 150g
- 長ねぎ … 20g
- 卵 … 1個
- しょうが … 少々
- 塩 … 少々
- 片栗粉 … 大さじ2
- 人 参 … 50g
- 干しいたけ … 1枚
- 白 菜 … 200g
- 長ねぎ … 50g
- たけのこ水煮 … 50g
- 鶏ガラスープの素 … 小さじ1
- 塩 … 小さじ1
- こしょう … 少々
- 酒 … 小さじ1
- しょうゆ … 小さじ1
- 水 … カップ3



〔作り方〕

- ①鶏ひき肉、ねぎのみじん切り、卵、生姜汁、塩、こしょう、片栗粉を混ぜて、練り合わせ、丸めてだんごにする。
- ②戻したしいたけは千切り、人参、たけのこは、短冊切り、白菜も大きめの短冊切りにする。長ねぎは斜め薄切りにする。
- ③鶏ガラの素で作ったスープを火にかけ、①の肉だんごをゆで、だんごは、いったんざるにとる。
- ④③のゆで汁に人参、たけのこ、しいたけ、白菜の茎の方を入れて煮、次に白菜の葉、長ねぎ、肉だんごを加え、煮えたら、調味料を入れて味をととのえる。

栄養メモ

白菜は、ビタミンが不足しがちな冬に、かかせない野菜です。ビタミンCが多く、カルシウムや鉄分、カロチンも含まれています。また食物繊維も多いので、腸を整え、便秘にもききめがあります。

窓口届出

(11月1日～11月30日)

おめでた

氏名 保 護 者 地区名  
関本 吉秀 吉明 月 潟

およろこび

氏名 世帯主 地区名  
兵庫 靖 良 一 両津市  
小林 綾子 昭 藏 下曲通  
堀 純一 精 二 弥彦村  
丸山 幸枝 興 秋 東長嶋  
大井 剛 威 隆 白根市  
高橋久美子 隆 威 隆 白根市  
藤原 信一 順 三 下曲通  
渡邊香代子 順 三 加茂市

おくやみ

氏名 年齢世帯主 地区名  
伊藤 キヨ (81) 長一 大別當  
山坂 シカ (82) シカ 西菅場

今月の表紙

雪のたよりが各地から聞かれるようになりました。本村、農村環境改善センターにもゲートボールの室内コートがオープンしました。外は寒くても、室内では熱いたたかいが練り広げられます。熱戦を期待しております。



人口動態



(11月30日現在)		(11月中の移動)	
世帯数	924戸	出生	1人
総人口	3,927人	転入	6人
男	1,919人	死亡	2人
女	2,008人	転出	7人