町長だより

朝日町長　矢野純男

皆様　こんにちは。

毎年この時期は、桜の開花時期と子ども達の卒業式、そして入学式準備等が重なり、「忙しい」中にも「明るく」、「楽しい」雰囲気が町中にあふれておりましたが、本年は１月下旬に中国武漢で発生した「新型コロナウイルス感染症」対策として各種行事の中止・延期が相次いでおり、社会的にも経済的にも多大な影響が出ておりますことはご承知の通りでございます。

当町においては、３月４日に感染防止対策の検討と実施及び町民の皆様からのお問い合わせに対応するという観点から役場内に「新型コロナウイルス感染症対策本部」を立ち上げさせていただきました。

いつ何時「コロナウイルス」に捉えられるかもしれません。町民の皆様におかれましては、自主防衛対策として「手洗い」、「うがい」、「マスク着用」そして「大人数の会合等の開催や参加の見合わせ」を心がけていただきますようにお願い申し上げます。

さて、４月は新年度のスタートということで、町政運営に関するご報告をさせていただきます。３月に開催されました定例議会において、42億2500万円の一般会計予算と25億5390万円の特別会計及び事業会計予算からなる総額67億7890万円の令和２年度当初予算をご承認いただきました。

町長として初めての予算編成となりますが、町民の皆様からお預かりした税金を使わせていただくということを念頭に置きながら「ムダのない」、「効率的な」業務の執行をさせていただく所存でございます。

尚、予算の詳細内容につきましては本誌内にページを設けて記載させていただいておりますのでご確認の程お願い申し上げます。

令和２年４月

朝日町食生活改善推進協議会　クッキングプラザ

鮭の表面に味をつけることで、薄味でも美味しく食べられます。付け合わせのピクルスは昆布の旨味と酢や柚子の酸味で塩味なしでも美味しいです。

鮭の粒マスタード焼き

材料（4人分）

- 鮭切り身（60ｇ）……４切れ
- 酒……小さじ２
- 黒粗挽きこしょう……適宜
- 根深ねぎ……20ｇ
- A 粒マスタード……20ｇ
- A 米味噌……小さじ２
- 小麦粉……大さじ２
- サラダ油……大さじ１

＜カリフラワーのピクルス＞

- カリフラワー……120ｇ
- 人参……40ｇ
- B 酢……大さじ３
- B 砂糖……小さじ２
- だし昆布……２ｇ
- 柚子……１個

作り方

①鮭に酒をふってしばらくおき、片面に黒こしょうをふる。
②ねぎはみじん切りにしてＡと混ぜておく。
③①の鮭に小麦粉をまぶし、フライパンに油を熱して両面を焼く。火が通ったら鮭の表側になるほうに②を塗り、蓋をして１分程蒸し焼きにする。
④ボールにＢを合わせ、細く切った昆布を漬けておく。
⑤カリフラワーは小房に分ける。人参は２、３㎝の短冊に切る。これらを茹でて熱いうちに④に漬ける。
⑥⑤が冷めてから、柚子皮のせん切りと絞り汁を入れる。１時間ほど調味液に漬けて味をなじませる。
⑦器に鮭を盛りつけ、ピクルスを添える。

エネルギー	たんぱく質	脂　質	塩　分
168kcal	15.7g	6.6g	0.8g