町長だより

皆さん　こんにちは！

三重県では、新型コロナウイルス感染症拡大阻止対策として公表されていた緊急事態措置が解除され、県民の皆様の命と健康を守るために新たに「三重県指針」が発表されました。

学校や商業施設が再開されて、これまでの「ステイホーム」の生活様式が若干変化することが期待されますが、**「油断大敵」**という言葉の通り、まだまだ「コロナ感染症」は終息したわけではありません。

ご承知の通り、当町においては、皆様の強い意志に基づく行動と感染防止ルールを厳重に守っていただいたお陰で感染者ゼロをキープしておりますが、今後も感染発生を「断固阻止」してゆくために**「マスク着用」、「手洗い励行」、「こまめな換気実施」、「３密の回避」**を確実に続けていただきたいと願っております。

さて、この６月は「第２回定例議会」の開催月でございます。今議会では、各種公職者に関する人事案件、国の法律改正が施行されたことに伴う各種町条例の改正議案、そして**「新型コロナ感染症に係る朝日町独自の追加対策」**として**「子育て世帯支援」、「休業要請で影響を受けた事業者支援」、「教育・文化施設及び避難施設における衛生環境整備」**等を盛り込んだ一般会計補正予算を提出させていただいており、これらを実行することを通じて町の元気力回復に繋げて参りたいと願っております。

最後に、引続き新型コロナウイルスに対する「感染防止策」を徹底していただくと共に町政運営に関する「ご理解」と「ご協力」をお願い申し上げ、今月のご挨拶にかえさせていただきます。

2020年６月

朝日町長　矢野純男

朝日町食生活改善推進協議会　クッキングプラザ

梅酒で煮ることでお肉が柔らかく、さっぱり仕上がります。また、コクが出て味わい深くなりますよ。

鶏肉と茄子の炒め煮

材料（4人分）

- 鶏もも肉 ……320ｇ
- 茄子 ……480ｇ
- おくら ……40ｇ（４本）
- 人参……80ｇ
- サラダ油 ……大さじ１
- 梅酒 ……80ｇ
- A 醤油 ……大さじ２
- A みりん ……大さじ１
- だし汁 ……100cc

作り方

①鶏もも肉はひと口大に切る。
②茄子は大きめの乱切りにし、水にさらしあく抜きをしておく。
③人参は乱切りにして、おくらはそのままさっと茹でて、斜め半分に切る。
④鍋を熱し、サラダ油をひいて鶏肉を炒め、肉の色が変わったら茄子と人参を加えてさっと炒め、だし汁を加える。沸騰したら梅酒を加えて１，２分煮る。
⑤次にＡの調味料を加えて、おとし蓋をし中火にして煮詰める。
⑥煮汁が少なくなったら器に盛り、おくらを添える。

エネルギー	たんぱく質	脂　質	塩　分
215kcal	17.6g	7.2g	1.5g