

農業と食で地域おこし 高橋隊員の万能割り醤油を使った時短レシピ

万能割り醤油の作り方

濃くち醤油・酒・みりん…1:1:1



草部を活動拠点に日々地域おこしに邁進中の高橋直樹地域おこし協力隊員。農業のほか、料理でも地域おこしを図る高橋隊員が、簡単時短レシピをご紹介します！

vol.7

秋鮭の明太子マヨ ソテー

材料 2人分

- 秋鮭切り身 …… 2尾
- エリンギ …… 1/2パック
- ベビーリーフ …… 1/2パック
- A { 明太子 …… 20g
- マヨネーズ …… 30g
- 塩胡椒 …… 適量
- オリーブオイル …… 大さじ2
- 酒 …… 大さじ2
- マーガリン …… 20g
- 万能醤油 …… 大さじ1
- レモン果汁 …… 適量

作り方

- ①エリンギを縦半分になり、5ミリほどの厚さにスライスし、鮭には塩胡椒をふっておく。
- ②明太子は中身を取り出し、マヨネーズと混ぜ合わせる(A)。
- ③フライパンを中火で熱して、オリーブオイルをひき、鮭を焼く。こんがり焼き色がついてきたらひっくり返し、エリンギをいれる。
- ④エリンギにかかる火が通ってきたら、鮭に(A)をぬり、酒を加え、フタをして2分ほど蒸し焼きにする。
- ⑤エリンギにマーガリンを落とし、溶けてきたところで火を止め、万能醤油とレモン果汁をかける。
- ⑥鮭、エリンギ、ベビーリーフを盛りつけたら完成！塩胡椒をハーブソルトに変えてもOK♪

令和元年度 阿蘇広域行政事務組合 職員採用試験案内

- 第1次試験日 令和元年11月9日(土)
- 第1次試験会場 阿蘇広域行政事務組合 大阿蘇環境センター未来館
- 受付期間 令和元年10月21日(月)から11月5日(火)まで (土曜日、日曜日及び祝日を除く)
- 受付時間 午前8時30分から午後5時まで

区分	資格免許職
職種	看護師
採用予定人数	2人程度
職務内容	福祉施設に勤務し、看護業務に従事します。
受験資格	昭和54年4月2日以降に生まれた人で、看護師又は准看護師の免許を有する人
第1次試験の内容	作文試験

第2次試験(面接試験)は、11月19日(火)に実施します。

☎ 阿蘇広域行政事務組合事務局総務課人事係 ☎0967-24-5111

令和2年度「児童福祉週間」の標語を募集します

毎年5月5日の「こどもの日」から1週間を「児童福祉週間」と定めて、児童福祉理念の普及・啓発を図るため、各種行事を行っています。令和2年度の児童福祉週間に向けて、その象徴となる標語を募集します。

- 募集期間 令和元年9月1日(日)～10月20日(日)
 - 募集内容 夢と希望をもって幸せに育つ子どもたちを応援する標語や、未来に向けての子どもたちからのメッセージとなる標語
- ※詳しくは [児童福祉週間 標語募集](#) [検索](#)

☎ (公財)児童育成協会 事業部 標語募集係 ☎03-3498-4592

仕事に就いていない看護職員の再就業を支援します

- 日時: 令和元年10月19日(土) 午後1時～
 - 場所: 阿蘇プラザホテル 2階
 - 参加対象者: 保健師、助産師、看護師、准看護師の資格を有し、現在未就業で再就業希望の方。退職予定があり退職後の就業を検討している看護職資格をお持ちの方。看護学生で阿蘇地域での就労を検討している方。
 - 内容: ①施設説明会②就業相談・面談会 ③「採血・注射」の練習
 - 申込方法: 熊本県ナースセンター・ホームページから申込用紙をダウンロードし、電話・FAXまたは、郵送でお申し込みください。
- ※詳しくは [熊本県ナースセンター](#) [検索](#)

☎ 熊本県ナースセンター ☎096-365-7660

消費税増税に伴う水道使用料についてのお知らせ

- 令和元年10月1日からの消費税増税に伴い、高森町の水道使用料も増税対象となります。変更前と変更後の水道使用料の算出方法は次のとおりです。ご理解とご協力をお願いします。例: 使用量12^トの場合(高森地区)
- 変更前 {1,000円(基本料金10^トまで)+280円(超過料金1^ト140円)}×1.08=1,380円(10円未満四捨五入)
 - 変更後 {1,000円(基本料金10^トまで)+280円(超過料金1^ト140円)}×1.10=1,410円(10円未満四捨五入)

☎ 建設課 水道係 ☎0967-62-1111 内線143

住宅用太陽光発電設備で売電をされている方へ

国の再生可能エネルギー固定価格買取制度(FIT)では、住宅用太陽光発電の余剰電力の買取期間を10年間としています。この期限を迎える発電設備が令和元年11月以降順次発生します。これらの家庭では、期間満了後の売電や電気の使い道を改めて決める必要があります。

住宅用太陽光発電を設置している方は、この機会に現在の売電契約の期限を確認のうえ、10年間の期間満了までにその後のことを考えてみましょう。

※詳しくは [どうする? ソーラー](#) [検索](#)

☎ 経済産業省 資源エネルギー庁 ☎0570-057-333

第17回すぎのこまつりが開催されます

- 「令和初! みんなで盛り上がるすぎのこまつり」をテーマに、ステージ発表やすぎのこマルシェ(製品販売・食バザー)が開催されます。是非、ご来場ください。
- 日時: 令和元年10月20日(日) 午前9時10分から
 - 場所: 熊本県立小国支援学校内
 - 日程: 9:10～ オープニング 9:40～ ステージ発表 11:10～ すぎのこマルシェ 13:00～ ステージ発表 14:50～ 終了

☎ 熊本県立小国支援学校 ☎0967-46-4370

「あその山モン伐木チャンピオンシップ2019」が開催されます

- 「あその山モン伐木チャンピオンシップ2019」は、阿蘇地域の林業イベントです。林業士が木を伐る技術を競い合う「伐木選手権」や木工教室やチェーンソー体験などの「林業セミナー&チャレンジ」など、子どもから大人まで楽しめる内容が盛り沢山の内容となっています。
- また、チェーンソーや刈払機などの林業器具メーカーによる展示・販売の出店も予定されています。
- 日時: 令和元年11月2日(土) 午前9時から
 - 場所: 高森町 月廻り公園

☎ 阿蘇地域林業担い手対策協議会 ☎0967-22-2312