

湯澤 美月ちゃん
2歳・土沢

ハイチーズ!



吉新 柊翔ちゃん
1歳・瀬尾

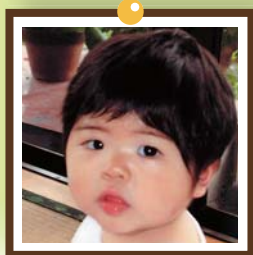


大野 翔一郎ちゃん
3か月・中宮祠

お子さん(就学前)の写真募集!!
写真の裏にお子さんの名前(ふりがな)・
生年月日・住所・保護者名・電話番号を明
記してご応募ください。
送り先 秘書広報課 広報広聴係



やまもと かなで
山本 和奏ちゃん
5か月・今市



ふくだ あかね
福田 茜ちゃん
11か月・土沢



もりや つきの
守屋 月姫乃ちゃん
7か月・清滝



おか しほな
岡 志穂菜ちゃん
4か月・花石町

日光のおいしいレシピ 19



アスパラたっぷりきんぴら

市内の畜産農家から供給される完熟堆肥を使用し、豊かな土壌と気候の中で作付けされる、日光産のとっても甘いアスパラガス。アイデア一つで、さまざまな料理に使える野菜です。不足しがちな食物繊維の豊富なアスパラガス料理を、ぜひご家庭でお試しください。

※作り方※

- ①アスパラガスの皮をむき、縦半分に切る。
- ②ゴボウとニンジン千切りにする。
- ③油に火が通ったら、ゴボウと鷹のツメを入れ、油が染みるまで2～3分炒める。
- ④ニンジンとアスパラガスを入れ、よく炒める。
- ⑤調味料を入れ、2～3分こまめに返しながらかく。最後に、大葉を飾ってできあがり。

※ポイント※

根元のかたい部分で作ります。アスパラガスを煮すぎないようにしましょう。夏野菜と秋野菜を使用した、季節の移り変わりを感ぜられる一品です。

提供：日光市地産地消推進協議会

※材料/4人分※

アスパラガス(根元の部分)…200g、ゴボウ…150g、ニンジン…200g、大葉…3枚、鷹のツメ…3本、サラダ油…大さじ5
【調味料】砂糖…50g、みりん…大さじ5、酒…大さじ5、しょうゆ…1/2カップ、だしの素…10g

この料理を作ってくれたのは



よしはらとしこ
吉原敏子さん(針貝)

にっこう農村だより 収穫の秋・食欲の秋。市内では、さまざまなイベントが開催されます。ぜひ参加して、おいしいものをたくさん食べてみてはいかがでしょうか。

9月の人口と世帯数	男	女	計	世帯数
今市地域	30,887人(-15)	31,872人(+4)	62,759人(-11)	22,632世帯(+6)
日光地域	7,558人(-3)	8,200人(+1)	15,758人(-2)	6,406世帯(+10)
藤原地域	4,921人(-2)	5,406人(-12)	10,327人(-14)	4,660世帯(-11)
足尾地域	1,380人(-1)	1,547人(-5)	2,927人(-6)	1,601世帯(-3)
栗山地域	924人(+5)	932人(+1)	1,856人(+6)	764世帯(+4)
日光市	45,670人(-16)	47,957人(-11)	93,627人(-27)	36,063世帯(+6)

※住民基本台帳による(9月1日現在) ※()内は前月比