



出汁之介の わっかない通信

稚内市民のソウルフード「チャーメン」

稚内で有名な食べ物といえば、たこしゃぶやほっけなどが思い浮かぶと思うんだけど、それ以外に稚内市民がこよなく愛する食べ物があるんだ。それは稚内市民のソウルフードといわれている「チャーメン」。

チャーメンは、中華めんをゆでた後にフライパンで焼き色を付けて、野菜や海産物などたくさんの具を使ったあんかけをかけて、ボリューム満点なんだ。味は塩や醤油、味噌など色んな味が楽しめるよ。お好みでお酢をかけると、また違った味が楽しめるんだ。チャーメンは稚内市内のたくさんの飲食店で提供してるから、メニューで見つけた時はぜひ食べてみてね！

なまらうまいべや！チャーメン。



コンカツ INFO



vol.13

昨年度、鹿児島水産高校食品工学科の生徒が発案し「第5回オレンジページ×味の素KKJジュニア料理選手権」で2095点の応募がある中、準グランプリを受賞したコンカツ料理「かつおメンチのばくだんコロッケ」と「かつおtoこんぶdeうまみUPハンバーグ」が、市内料飲店「すし匠五条」のメニューに加わりました。

また、受賞した2つの料理のほかカツオの珍子と昆布を使った新たなコンカツ料理「珍コロちゃん」を詰め込んだ昼限定の弁当「ロコモコ丼」も予約販売しています。



ロコモコ丼



かつおtoこんぶdeうまみUPハンバーグ



かつおメンチのばくだんコロッケ

問合せ コンカツプロジェクト協議会事務局(水産商工課内) TEL72-1111・内線421

水産高校生の準V料理が 市内料飲店のメニューに！

You & I

～あなたと私の男女共同参画～

You(あなた)とI(私)が互いに支え合い、尊重しながらともに歩んでいける社会をめざすため、男女共同参画について考えるコーナーです。

■問合せ 企画調整課政策推進係 TEL72-1111(内線219)

みなさんは「ワーク・ライフ・バランス」という言葉を知っていますか。「ワーク・ライフ・バランス」とは、働くすべての人が「仕事」と育児・介護・趣味・地域活動などの「仕事以外の生活」とのバランスを取り、その両方を充実させること、つまり「仕事と生活の調和」という意味です。

しかし近年では、子育てや介護、長時間労働、経済的理由などにより自身の望むバランスで仕事と生活を両立していくことが難しい状況にあります。

■枕崎市民のワーク・ライフ・バランスの状況

本市が平成23年度に実施した「枕崎市男女共同参画に関する市民意識調査」の20～59歳の回答状況をみると、仕事・家庭生活・趣味・地域活動・余暇などのバランスについて、男女ともに、半数以上が「満足」または「やや満足」と回答しています。

家庭内での役割分担については、家事が63%、育児が34%、介護が22%の割合で「主に妻」が行っているという結果となりました。このことから、家庭内での役割の大半を妻(女性)が担っていることがわかります。

また、育児休暇や介護休暇について、「男性と女性ではどちらが取りにくいと思いますか」と質問したところ、「女性よりも男性の方が取りにくい」と回答した人が多くなっています。この回答を男女別にみみると、男性の方が回答者

数が多く、男性自身が「男性は育児休暇や介護休暇を取りにくい」と強く感じている傾向がみられました。その背景には長時間労働の問題などが考えられ、働き方の見直しが進められています。

■ワーク・ライフ・バランスが実現された社会とは

「ワーク・ライフ・バランス」というのも、単に「仕事」と「仕事以外の生活」の時間を半々にするという意味ではありません。仕事と生活をどのようなバランスにするかは、その人の働き方や暮らし方によって異なり、子育て期や中高年期など人生の段階によっても変わってきます。それぞれが置かれた状況に応じて、多様な働き方や暮らし方が選択できる社会が「ワーク・ライフ・バランス」が実現された社会といえます。

■働き方・暮らし方をみつめ直そう！

自身の望む「ワーク・ライフ・バランス」を実現するために、「残業をしない日を決める」、「年休を積極的に取る」、「新たな趣味をみつける」など、まずできることから始めてみましょう。私たちの働き方や暮らし方は、100人いれば100通りあるように、理想とする生活もそれぞれ異なります。働くすべての人が「仕事」と「仕事以外の生活」を充実できるように、家庭や職場の現状をみながら、みつめ直し、「ワーク・ライフ・バランス」を実現していきましょう！



食の時間記 うちのハンバーグ～夏野菜とともに～

山下 菜奈さん(妙見町・15)

わが家得意の時短メニューのひとつです。ハンバーグの成型をやわらかめに仕上げるのがポイントです。

●材料

- ひき肉 …………… 300g²
- たまご …………… 1個
- 牛乳 …………… 30g²
- パン粉 …………… 20g²
- 塩コショウ …………… 少々
- ナツメグ …………… 少々
- 玉ねぎ …………… 1/2個
- マーガリン …… 小さじ1
- ウスターソース …… 大さじ2
- ケチャップ …… 大さじ2
- ミニトマト …… 適量
- きゅうり …… 適量
- ごま油 …………… 適量
- 塩昆布 …………… 適量
- しそ …………… 適量

●作り方

- ①玉ねぎはみじん切りにして、マーガリンと一緒にレンジで1～2分加熱する。
- ②ひき肉、たまご、牛乳、パン粉、塩コショウ、ナツメグと①をよく混ぜ合わせる。
- ③やわらかめに成型し、フライパンで焼く。
- ④③の残った肉汁とウスターソース、ケチャップでソースを作る。
- ⑤ミニトマト、きゅうりを適当な大きさに切り、ごま油と塩昆布を和える。
- ⑥焼いたハンバーグを皿に盛り、上からソースをかける。⑤は皿に盛り付けたら、上から細かく切ったしそを散らして出来上がり。

まくらざき保育園前 交差点改良に伴う 通行止めについて

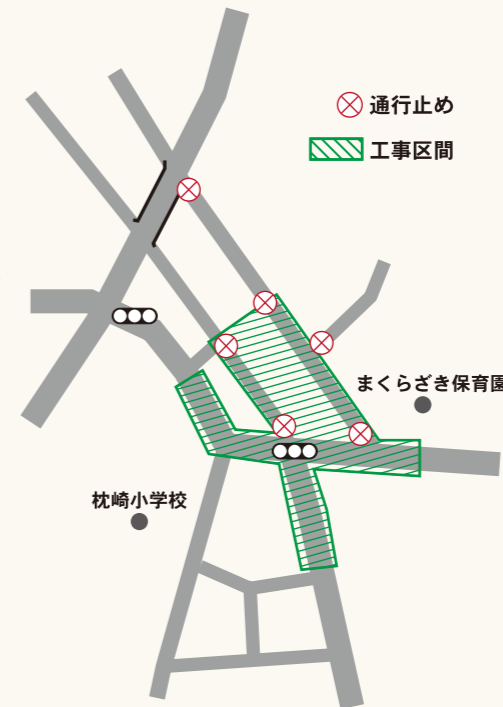
まくらざき保育園前交差点改良工事に伴い、宮田町側市道の一部が通行止めになります。市民のみなさんには、ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

■通行止期間

9月1日(金)～2月28日(水)

■問合せ

建設課土木係
TEL72-1111(内線234)



「九州北部豪雨災害義援金」 募金箱を設置

7月5日からの九州北部地方における断続的な大雨により、甚大な被害を受けた被災地の1日も早い復興を支援するため、市役所正面玄関階段横に義援金箱を設置しています。集まった義援金は、日本赤十字社をとおして、被災地に配分されます。みなさんのご協力をお願いします。

設置期間 8月31日(木)まで

※今回の義援金については、市から預かり証等の発行はしません。義援金についての証明書等が必要な場合は、手数料無料の金融機関からの振込を利用してください。

問合せ 福祉課社会係
TEL72-1111(内線136)