

最優秀賞
(市長賞)



「12お魚料理
コンクールレシビ集



カマスの目玉焼き

作り方

- ① カマスを三枚おろしにして塩をふる。
 - ② ①を水洗いして、水気をふきとったカマスにシソの葉のをせ、チーズを芯にして巻き、つまようじでとめる。
 - ③ ②に片栗粉をまぶし170℃の油で揚げる。中骨は片栗粉をつけて2度揚げし塩を少々ふる。
 - ④ 大根の半量を白髪大根にし、残りをおろしにして水気を軽く切っておく。
- 〈盛りつけ〉
- ⑤ シソの葉の上に白髪大根をしき、③のカマスをのせ、大根おろしを添える。大根おろしの上に梅果肉のをせ、アクセントとする。
 - ⑥ かぼすと中骨を盛り合わせる。かつおだしにしょうゆを加えて、割じょうゆを作り、つけだれとする。

材料(4人分)

- カマス(三枚おろし)… 4尾(400g)
- 塩…………… 小さじ1/3
- シソの葉…………… 24枚
- チーズ…………… 20g
- 片栗粉…………… 60g
- 揚げ油…………… 適量
- 大根
 - 白髪大根…………… 200g
 - 大根おろし…………… 200g
 - 梅干し(果肉を使用)…………… 5g
- 割じょうゆ
 - かつおだし…………… 200g
 - しょうゆ…………… 50cc
 - かぼす…………… 1/2個

「12お魚料理コンクールレシビ集」から、最優秀賞(市長賞)を受賞した「カマスの目玉焼き」を紹介します。

審査員
から一言

目玉焼きと聞きすぐ卵を思い浮かべてしまうが、中味の芯が目玉だった。発想が面白い。芯になる部分を野菜類にするなど工夫するとまた良い。身が厚いと巻きにくい。骨まで利用し、つけ汁もかつおだしで取りとても素晴らしい作品である。

光り輝くゴールド集落

市では、過疎化や高齢化が進むゴールド集落(限界集落)について、地域が抱える課題の解決と、市民が住み慣れた地域に安心して住み続けられる地域づくりを推進することを目的に、ゴールド集落活性化条例を平成22年に制定し、さまざまな支援を行っています。

今回は、ゴールド集落活性化事業を活用して、湯田地区で活動している事例(団体)を紹介します。

※ゴールド集落とは？

毎年1月1日現在の住民基本台帳に登録された65歳以上の人口割合が、50%以上の自治会の区域で、本市独自の呼称です。

平成25年度は、85自治会がゴールド集落に該当しています。

湯田郷友会(湯田地区)

湯田地区に居住する高齢者の仲間づくり、若い世代との交流、生きがいを旨として活動中

■ゴールド集落支援事業として行った事業

- 平成22年度 昔のおもちゃ、道具さがしを行いながら世代間交流を行う。
- 平成23年度 民芸品(木工品、手芸品、陶芸品)を製作し、地元で行われるイベントで紹介などを行い交流を図る。
- 平成24年度 各自治会ごとに散歩道を整備して、看板の作成、設置を行い健康づくりを促進する。
- 平成25年度 地元の食文化の継承と商品化を計画中



▲暑い中、手作りで看板を作りました。
▼大変でしたが、素敵な看板ができました。



伊勢美山野郎会(湯田地区)

自治会出身者も含め若者が、住んでみようと思えるような自治会づくり、高齢者の支援、さらなる自治会の活性化を目的として活動中

平成22～24年度に行った事業

- 環境美化整備(農道、水路の保全)
- 高齢者宅の粗大ごみ回収の手伝い
- 自治会の将来を語る会の開催
- 世代間交流(ランドゴルフ)の開催
- イルミネーションの設置
- 餅つき、あま酒の配布

平成25年度も活動を計画中



▲▼まだ、わかもん(若者)には負けんぞ!!



【問合せ先】=本庁コミュニティ課コミュニティ・生涯学習グループ ☎(23)5111(内線4613・4614)