

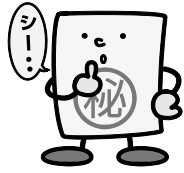
窓口での 本人確認に ご協力ください



日野町では、本人になりすました不正な交付請求を防ぐため、4月1日から、住民票の写し、戸籍謄本・抄本、身分証明書、外国人登録原票記載事項証明書、印鑑登録証明書、税に関する証明書などの各種証明書を交付請求される時に、本人確認をさせていただきます。

住民課・税務課で、証明書などを請求される際には、本人であることを証明できる書類（運転免許証・健康保険証、パスポート、外国人登録書、年金手帳など）の提示をお願いします。

個人情報保護のため、皆さんのご理解とご協力をお願いします。



◆問い合わせ先
住民課 住民担当
☎ 6571 有線 7784
税務課 住民税担当
☎ 6570 有線 5093

手作り甲冑教室

かつちゅう

受講生募集！

「ご自分の手で鎧兜を作ってみませんか？
手作り甲冑教室では、まちおこしの一つとして、「氏郷まつり」などの各種イベントに手作り甲冑を着て参加していただくなど、イベントの盛り上げにご協力いただける方を募集しています。

◆開設期：平成19年6月から10月までのおもに金曜日・午後7時30分から10時

◆募集定員：約15名

◆参加費用：3万円（甲冑本体の材料費）

◆応募要件：手作り甲冑を通じて、「氏郷まつり」など地域振興にご協力いただける方

◆募集期間：平成19年3月から定員になり次第締め切ります。

◆申し込み・問い合わせ先

日野町商工会 ☎ 0515 有線 6089



ヘルシークッキング



材料(4人分)

鶏もも肉400g、キャベツ600g、玉ねぎ150g、セロリ70g、にんじん80g、じゃがいも250g、トマト160g、生しいたけ40g、白ワイン大さじ4、水6カップ、塩小さじ1、こしょう少量

鶏肉と根菜のポトフ

作り方

①鶏もも肉はぶつ切りにする。②キャベツはしんをくり抜き大きめに切る。玉ねぎは楕型切りにする。セロリは筋を取り、長さ3～4cmのぶつ切り、しいたけは半分、にんじん、じゃがいもは皮をむいて乱切りにし、トマトは皮付きのまま種を取り、1cm角に切る。③厚手鍋に水と白ワインを入れ、強火にかける。沸騰したら材料を全部入れる。④再び沸騰したら弱火にして、灰汁をすくい取る。じゃがいもが柔らかくなるまで煮る。塩、こしょうで味をつけて、出来上がり。

☆1人分エネルギー 326kcal
たんぱく質20.4g/脂質14.5g
食塩相当量1.4g



健康推進員
まきたてるよ
牧田 輝代さん
(小谷)

ポイント

野菜をたっぷり使い、鶏の旨みをだし代わりにしたヘルシーな手軽に出来る一品です。