

町報

2004
3月

No.396

こうふ

主な内容

- 町の話題.....2~3
- 町の子どもを考える20人委員会 4
- 学校教育施設
及び教育環境のあり方について... 5
- 紙製容器・包装の分別..... 6
- 国民健康保険からのお知らせ..... 7
- 犬の登録・狂犬病予防..... 8
- 図書館おすすめの本 9
- 情報コーナー10~11
- 行事あれこれ12
- 人の動き ほか 13
- チャレンジクッキング14



自作そりワールドカップin奥大山

(2月15日奥大山スキー場)

あなたのまわりの
明るい話題お知らせ
ください。
総務課 ☎75-2211

町の話題

奥大山SXエバーランドcup2004



2月22日、奥大山スキー場でスノーボードクロス大会が開かれました。
午後から雨の降る天候の中でしたが、大会は154名の参加者と大勢のギャラリイで大変にぎわいました。
この大会は、決められたコースを複数で滑り、タイムではなく着順で順位を決めます。
選手は、コブや急斜面のあるコースを、コースアウトや転倒しないようにしながら、ゴールを目指していました。

奥大山千ロルの里 全国スキーマラソン大会



3月7日、鏡ヶ成周辺コースを会場に第14回奥大山千ロルの里全国スキーマラソン大会が開かれました。
今大会は、競技の部のみの大会となりましたが、146名の選手は吹雪の中、入賞目指してスタートしていきました。
また競技終了後、気温が低く吹雪だったこともあり山菜研究グループによるみそ汁のサービスマも好評でした。



しあわせづくりでまちづくり しあわせのまちづくり推進大会

3月3日、山村開発センターでしあわせのまちづくり推進大会が約120名の参加者で開かれました。

平成15年度にしあわせのまちづくり事業補助金の交付を受けたボランティア団体の中から、ひまわり会(美用)は「健康管理について」、池の内常盤会(池の内)は「できることは自分達で」と今までに取り組んできた活動の内容を発表しました。

また、平成14年度に国民健康保険加入者で無受診だった96名の方を、国民健康保険健康優良者として表彰しました。



鳥取大学医学部助教授尾崎氏の講演の様子

白銀疾走～自作そりワールドカップin奥大山～



自作そりワールドカップin奥大山が2月15日奥大山スキー場で開かれました。
一般の部、小学生の部、プラストックソリの部の、3部門27台のそりでタイム、デザインを競いました。

一般の部は、環境問題を考え廃材で作ったソリが参加するなどユニークなソリが登場しました。

途中で止まったり、バランスを崩してソリから落ちる選手もあり、会場から笑いがこぼれていました。



江府町の子どもを考える

二十人委員会

二月二十日(金)、山村開発センターにおいて「江府町の子どもを考える二十人委員会」の第二回目の会議が開催されました。

近年、青少年の非行が増加の一途をたどり、子供たちを取りまく環境も悪化する傾向にあります。この委員会は、このような中で江府町の子どもたちをどう育ていくかについて、その方法を具体的に話し合っていこうというものです。



今回の会議の結果、江府町

の子供たちを健やかに育てていくため、家庭・地域・学校が一体となって取り組んでいくことが大切であり、今年目標として家庭教育力の強化を目指すこと、その具体的な取り組みとして、町民挙げて「あいさつ」「はきものをそろえる」の二つの運動を重点的に取り組んでいくことにより、町全体で家庭教育力に自然に影響を及ぼすことしようとして話し合われました。

4月からこの「あいさつ」と「はきものをそろえよう」の二つの運動を、全町的に進めていきますので、皆さんのご理解・ご協力をいただきますようお願いいたします。

毎月、第三日曜日は
家庭の日です

スピードとパワー！ シャトルに込めて！！

第18回 江府町バドミントン大会

2月15日(日)、江府町運動公園総合体育館で第18回江府町バドミントン大会が開催されました。今年小学生の部を追加した関係で、大会前のバドミントン教室もにぎやかに行われ、この大会が練習の成果を試す良い機会となりました。

また、小学校の先生方の参加もあり大会を盛り上げていただきました。結果は次のとおりです。

小学生の部	1位	古川 泰弘・岡田 泰徳	組
	2位	宇田川夏美・川上 翔子	組
	3位	梅田 大輝・梅田 啓太	組
		宇田川莉奈・影山 夕姫	組
一般男子の部	1位	小谷幸之介・小谷 祐介	組
	2位	三輪 睦実・岡田 悠	組
	3位	福田 学・秋田 哲	組
一般女子の部	1位	岡田 千春・宇田川恵理	組
	2位	古川久美子・古川 匡子	組
	3位	宇田川紀子・吉川 幸	組



第四十四回日野郡

社会教育研究大会

二月二十九日(日)、日南町総合文化センターにおいて「第四十四回日野郡社会教育研究大会」が開催されました。講師には「日本一の夕日の町」で有名になった愛媛県双海町の教育長若松進一さんをお迎えし、パネルフォーラムでは「日野郡が好き」をテーマに語り合いました。

江府町からは「みちくさ推進会議」の生田三那子さんがパネルフォーラムに出演され、アトラクションに「貝田傘踊り保存会」が出演されました。



江府町学校教育施設及び

教育環境のあり方について

「意見書」を町長へ提出

三月三日(水)、江府町役場町長室において、三好教育委員長より学校教育に関する意見書が町長へ渡されました。

これは、江府町の学校教育に関して、教育環境のあり方や学校教育のあり方等について教育委員会の考えを示したものです。

この内、教育環境のあり方については、昨年七月に「江府町学校教育施設統合整備検討協議会」が組織され、江府町の児童・生徒の教育環境のあるべき姿について、視察や会議を重ね小学校の統合を含めた教育環境のあり方をまとめ、これを教育委員長へ答申したものが基本になっています。

又、学校運営のあり方については、近年の少子化傾向の中でより効果的な学校教育を進めていくために教育委員会の意見をまとめたものです。

町では、この意見書の考え方を町づくりの施策に取り込み今後の教育行政について検討していきます。



小地域懇談会の反省会を開催

三月二日(火)、山村開発センターに六十六名が出席し、平成十五年度の小地域懇談会反省会が開催されました。

町民の皆さんのご協力をいただき、今年も町内全集落での懇談会を実施することができました。

このことは、江府町同推協の取り組みの中でも大きな柱として評価できることです。今年も、町内の各分野から参加いただいた百二十一名の皆さんを十三班に組み分けし、



分散会での話し合い

各集落へ出かけ話し合いを行いました。

今年のテーマは「迷信と因習」。日頃何気なく使っている習慣について話し合ってみようということでした。

反省会では、今年の小地域懇談会を振り返り、次のような意見がありました。

今年テーマが身近であったため、若い人から高齢者まで、積極的に話題を提供していたが、より多くの人たちの意見が聞けた。互いに意見を出し合う中で、自ら不合理に気づいていくという目的にかなったテーマであった。

「迷信」「因習」について、自分では不合理だとわかっていても、冠婚葬祭の時の「大安」「友引」などのように世間とのかかわりの中で従わざるを得ない場合がある。

話題がたくさん出たため、時間が足りなかった。

来年の小地域懇談会に向けての意見としては次のような提案がありました。

参加者が増えた集落、また減った集落について分析してみる。

懇談会のテーマの周知徹底を図り、参加意欲の喚起を図るよう工夫すべき。

出向者の事前学習を十分に実施し、差別解消に向けての姿勢を持って出かける。

本年度は、差別意識を温存し、助長する土壌や、世間体について話し合ったが、もう少し具体的に焦点を絞って、人権・同和問題についてのテーマを設定したい。

「迷信」と「因習」には合理的なもの無く、人の暮らしを阻害する場合が多く、その不合理に皆が気づき、なくしていくことが大切です。

今後も小地域懇談会を通して、社会の不合理に気づき、地域も変っていくという取り組みを続けていくことを共通理解して反省会を終了しました。

紙製容器・包装の分別をはじめます

家庭から出るゴミの半分以上が「容器包装ゴミ」だといわれています。

西部広域市町村では紙製容器包装の分別収集に取組むことになりました。

これにより、町でも次のとおり、今まで以上の分別をお願いします。

古紙類の分別方法

【新聞・チラシ】

古新聞・折込広告・チラシ

【本・雑誌】

古本・古雑誌や、古封筒・食料品などの空箱や台紙、デパートの包紙・紙袋などの紙マーク表示のある紙製容器・包装

【ダンボール】

ダンボール箱や、おもちゃ・靴・ケーキなどの空箱

【牛乳パック】

500ml以上の牛乳パックや紙パックマーク表示のあるもの



注) ひもの間から飛散しないように、小さいものは本や雑誌にはさんで出して下さい。

注) ひもの間から飛散しないように、小さいものは本や雑誌にはさんで出して下さい。



注) 注ぎ口がプラスチックのものを取り除いて下さい。

注) 注ぎ口がプラスチックのものは取り除いて下さい。

注意

容器などの一部が紙製以外のものは、その部分を取り除いて下さい。

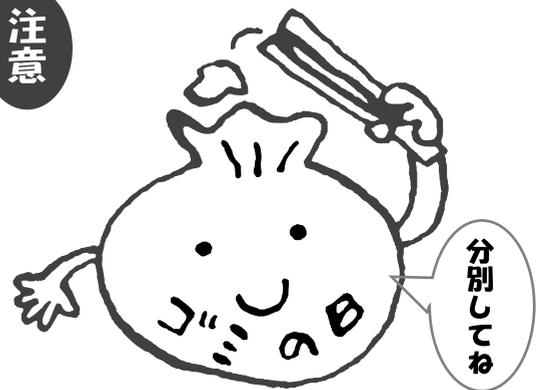
例 ラップの金属の部分、ジュースなどの注ぎ口

紙マーク表示があっても、次のものはリサイクルできません。可燃ごみで出して下さい。

・濡れているもの、汚れているもの
・水に溶けない加工のしているもの

例 カップ麺のふた・ガムの包紙などアルミが貼つてあるもの

紙コップ・アイスクリームの容器、キャラメル包装紙などの特殊加工してあるもの



冷蔵庫と冷凍庫は4月から出し方が変わります

家電リサイクル法の改正により、新たに冷凍庫がリサイクル品目に加わりました。

断熱材のフロン処理の設備が必要で、今までリサイクルプラザで行っていた処理ができなくなりしました。

4月から冷蔵庫、冷凍庫をゴミとして出す時は、購入された小売店にリサイクル料金を支払って処分してください。

それができない場合は、郵便局でリサイクル料金を払い込めば町が回収します。

回収日などは3月中旬に配布します平成16年度「くらしのカレンダー」・「家庭ごみの出し方・分け方」に記載してあります。

なお、3月29・30日の家電リサイクル品・不燃粗大の回収は、従来どおりの方法で回収します。

問い合わせ先

役場建設環境課

75-3306

国民健康保険からのお知らせ

～ 医療費が伸びています ～

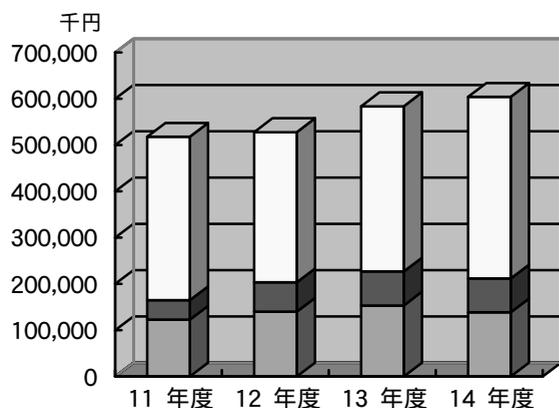
1人当りの医療費（一般・退職）は県内最高

平成16年度江府町国民健康保険は「高医療費市町村」として厚生労働大臣の指定を受けることになりました。高医療費市町村とは、各市町村の医療費が全国平均の医療費（基準給付費）の1.14倍を超えた場合に、国から指定を受けます。今回は平成14年度の医療費が基準給付費の1.17倍となり、

指定を受けることになりました。全国では143市町村（20道府県）が指定となります。

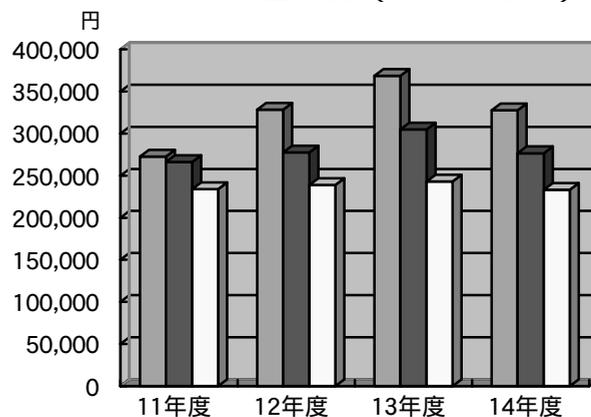
グラフにも見られるように、引き続き医療費は増加傾向にあります。しかし、今後は「安定化計画」を作成し、医療費の適正化対策に一層取り組んでいかなければいけません。

年度別医療費



■一般被保険者 ■退職被保険者 □老人被保険者

1人当り医療費（一般+退職）



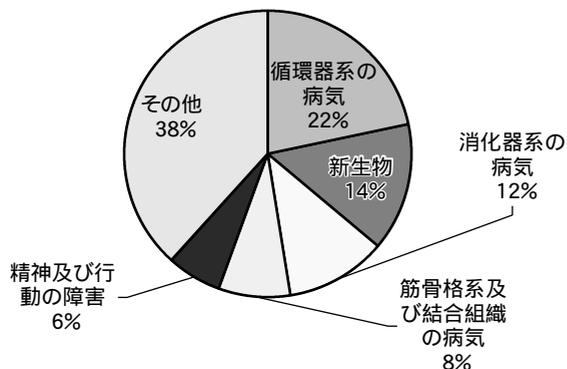
■江府町 ■日野郡 □鳥取県

全体の2割は循環器系の病気

医療費を疾病分類で見ると、「循環器系の病気（主に高血圧・心臓病・脳卒中など）」が全体の22%

を占めています。続いて「新生物（ガン・良性腫瘍）」が14%、「消化器系の病気」が12%でこの三疾病で全体の約5割を占めています。

疾病分類構成割合（15年4月～10月）



「脳卒中」は死亡、寝たきりの原因の上位を占めています。「新生物」も死亡原因の上位となっています。これらの病気は、住民検診を受診することにより早期に発見することが可能な病気です。

病気の早期発見は、早期の治療・治癒（ちゆ）につながります。また、生活習慣を見直すことで服薬治療しなくても改善できることがあります。

健康診査を受診して、自分自身の健康管理に気を配り、今一度生活習慣を見直してみましょう。

問合せ先 役場福祉保健課 75-6111

『3月』は国民健康保険被保険者証の切り替えの月です。切り替えの時期は、3月末となりますが、被保険者のみなさんへはあらためて通知しますのでご協力をお願いします。

犬の登録・狂犬病予防注射の実施について

対 象

・登録

生後91日以上の飼犬のうち、
未登録の犬（生涯1回）

・注 射

生後91日以上のすべての飼犬
（毎年1回）

手数料

	新規登録の犬	登録済の犬
登録手数料	3,000円	-
注射済証交付手数料	550円	
予防注射料	2,400円	
計	5,950円	2,950円

狂 犬 病 予 防 注 射 日 程

月日	時 間	場 所	月日	時 間	場 所	
4月7日 (水)	13:20~13:35	下安井会館	4月9日 (金)	13:00~13:25	明道館	
	13:45~13:50	荒田会館		13:40~13:50	下大河原公民館	
	14:00~14:05	洲河崎会館		14:00~14:10	吉原活性化施設	
	14:15~14:35	チロルの里交流センター		14:15~14:20	西成公民館	
	14:45~15:00	池の内会館		14:25~14:35	袋原公民館	
	15:05~15:25	尾之上原会館		14:45~14:50	柿原活性化施設	
4月8日 (木)	13:20~13:30	宮市構造改善センター		15:05~15:25	佐川会館	
	13:35~13:45	宮市原公民館		15:35~15:55	総合健康福祉センター	
	13:55~14:00	助沢多目的集会施設		【当日の注意事項】 手数料はおつりがいらないようにしてください。 状態によって注射ができないことがありますので、事前に観察しておいてください。 注射するときに暴れることがありますので、犬に責任の持てる方が連れてきてください。		
	14:05~14:10	下蚊屋集会施設				
	14:20~14:25	小原体験交流施設				
	14:35~14:45	美用地区都市農村交流施設				
	14:55~15:00	御机公民館				
	15:10~15:20	杉谷活性化施設				
15:30~15:40	貝田会館					

当日注射が受けられない方は、動物病院などで個別に注射してください（料金は、同一です）

* 次の場合は届出が必要ですので、役場福祉保健課（☎75-6111）まで連絡してください。

犬が死亡などでいない場合

所有者の氏名および住所の変更をする場合

所有者を変更する場合

平成16年度 犬・猫引取り日程

月	日		月	日		月	日		月	日	
4	8 (木)	22 (木)	7	8 (木)	22 (木)	10	14 (木)	28 (木)	1	13 (木)	27 (木)
5	13 (木)	27 (木)	8	12 (木)	26 (木)	11	11 (木)	25 (木)	2	10 (木)	24 (木)
6	10 (木)	24 (木)	9	9 (木)	30 (木)	12	9 (木)	22 (水)	3	10 (木)	24 (木)

引取場所：総合健康福祉センター

引取受付：当日の朝9時までに連れてきて下さい。

図書館おすすめの本

図書館の神様 瀬尾まいこ

思いがけないアクシデントで未来の夢をあきらめ、心に深い傷を負った高校の女性国語講師の主人公が、赴任した学校で文芸部の顧問になった。そこで出会った一人の少年の文学に対する情熱が主人公のわだかまりを溶かしていく。この出会いは、神様のはからいと思えない。



十三の冥府 内田 康夫

古文書の真贋論争を取材するため青森入りした浅見光彦は、お遍路さん殺害という謎めいた事件に遭遇する。ピラミッド、キリストの墓、アラハバキ……。本州最果ての地に息づく、謎めいた伝説と信仰。その背後に潜む増悪と殺害に浅見光彦が立ち向かう。



看守眼 横山 秀夫

いつか刑事になる日を夢見ながら、留置管理係として過ごした近藤。まもなく定年を迎える彼は、証拠不十分で釈放された容疑者の男を執拗に追う。マスコミを賑わした「死体なき殺人事件」の真相を見抜いたのは、長年培った「看守の勘」だった。



結婚の条件 森村 誠一

サラリーマンの妻から一転、市長夫人、そしてベストセラー作家になった、彩。自立した彩にとって結婚とは、安定を求める契約に過ぎなかった。時の人となった彩に、過去の忌まわしい男たちが訪れ……。幸せな結婚とは？結婚による不幸とは？ヒロインが求めた、女と自由と幸せとは何か。



武士道 新渡戸稲造

あのエジソンもルーズベルト大統領も「武士道」の中に「生き方」の答えを見つけた。真に「人間らしい」生き方、「人間らしい」死に方とは、武士は何を学び、どう己を磨いたか？映画「ラストサムライ」のヒットで、今「武士道」が注目されている。



会いたかった 向井 亜紀

2度の代理母出産も失敗。でも、どうしても、諦められなかった。それは、なぜ？ 生命を見つめ続け、あらゆる不条理に向かい合った3年間。人は、こんなにも強く明るく生きられる。「生まれてくれて、ありがとう」



行事あれこれ

3月

都合により、日程が変更される場合があります。

4月

日曜日	行事名	場所	時間
15 月	水墨画教室	山村開発センター	13:30 ~
16 火	除雪風景見学	鍵掛峠付近	10:00 ~
	陶芸講座	高齢者創作館	13:00 ~
17 水	写真講座	山村開発センター	14:00 ~
	巡回図書3区		
18 木	脳卒中予防教室	総合健康福祉センター	13:30 ~
19 金	小学校卒業式	各小学校	
20 土			
21 日			
22 月	3級ヘルパー養成研修(27日まで)	総合健康福祉センター	9:00 ~
23 火			
24 水	小・中学校修了式	各小中学校	
	糖尿病予防教室	総合健康福祉センター	13:00 ~
25 木	こどもキッチンくらぶ	小原体験交流施設	9:00~13:00
	痴呆予防介護教室	老人福祉センター	13:00 ~
26 金	明德学園終了式	山村開発センター	9:00 ~
	こどもキッチンくらぶ	小原体験交流施設	9:00~13:00
	はつらつ実践運動教室	総合健康福祉センター	14:00~16:00
27 土	和紙折り紙講座	山村開発センター	10:00 ~
28 日			
29 月	3級ヘルパー養成研修修了式	総合健康福祉センター	10:00 ~
	卒園式	子供の国保育園	10:00 ~
30 火			
31 水			

日曜日	行事名	場所	時間
1 木			
2 金	入園式	子供の国保育園	10:00 ~
3 土			
4 日			
5 月			
6 火			
7 水	小・中学校始業式	各小中学校	
	狂犬病予防注射		
8 木	小学校入学式	各小学校	
	狂犬病予防注射		
9 金	中学校入学式	江府中学校	
	狂犬病予防注射		
10 土			
11 日			



鳥取県総合情報誌

鳥取NOW

第61号

好評発売中(1部 300円)

「鳥取NOW」は鳥取県の優れた自然、歴史、人、産業、経済、文化、レジャー、スポーツなど幅広い分野にわたる情報を掲載した情報誌です。

広域隣保活動の教室参加希望者は、本五集会所(☎5-2624)へ連絡して下さい。

求 人 情 報

3月分

求人事業所名	所在地	職 種	年 齢	賃 金	就業時間
社会福祉法人寿耕会 チロルの里	久連7	介護支援専門員	不問	175,760 ~ 186,960	8:30 ~ 17:30
社会福祉法人寿耕会 チロルの里	久連7	理学療法士	不問	211,600 ~ 234,000	8:30 ~ 17:30
社会福祉法人寿耕会 チロルの里	久連7	看護師(正・准)	不問	150,000 ~ 200,000	8:30 ~ 17:30
社会福祉法人寿耕会 チロルの里	久連7	看護師(正・准)	不問	1,100 ~ 1,200(時給)	8:30 ~ 12:30 8:30 ~ 17:30
休暇村 大山 鏡ヶ成	御机709-1	レストラン係	18 ~ 28	148,500 ~ 164,100	6:30 ~ 15:30 11:00 ~ 21:00
休暇村 大山 鏡ヶ成	御机709-1	フロント係	18 ~ 28	148,500 ~ 164,100	6:30 ~ 21:00 7:00 ~ 16:00
江尾貨物自動車(有)	佐川1002-1	クレーンオペレーター	21 ~ 55	140,000 ~ 180,000	12:00 ~ 21:00 7:00 ~ 21:00
(有)白石商事	江尾	スタンドサービス員	18 ~ 40	125,000 ~ 150,000	7:00 ~ 16:00 7:30 ~ 16:30 9:00 ~ 18:00

(男女雇用機会均等法の改正により、性別を問う求人募集は原則禁止となりました。今後お知らせする求人は全て男女不問です。)

●求人情報に関する問い合わせ先 **米子公共職業安定所根雨出張所(TEL72-0065)**

町報掲載時まで、充足済等により求人が取り消しとなっている場合がありますのでご了承ください。

人の動き

2月届
(敬称略)

お誕生おめでとう

(住所) (氏名) (性別) (保護者)

貝田 森田 駿平 男 隆宏

ご結婚を祝します

岡 慎也 御机
牧田美由紀) 鳥取市から

ごめい福を祈ります

(住所) (氏名) (年齢) (世帯主)

本 一 勝部 敏之 73歳 久枝
本 一 藤田 玉子 76歳 孝義
新 一 岡本 貞江 87歳 本人
宮 市 景山みつる 66歳 幸夫
洲河崎 影山 道子 85歳 孝光

交通事故

交通事故発生状況【町内】

人身事故 1件 (1)
死者 0人 (0)
負傷者 1人 (1)
物損事故 17件 (36)

飲酒運転検挙者数【町内者】
0人 (0)

2月中のまとめ ()内は平成16年間累計
交通死亡事故ゼロ継続日数
979日 (3月1日現在)

火災

火災ゼロ継続日数

255日 (3月1日現在)

「日野総合事務所へのご意見、ご提案について」

日野総合事務所では日野郡住民の皆さん方の声を施策に反映させていくため、皆さんが地域や職場、家庭で気づかれた県の行政についての意見・提言・アイデア・要望・苦情などを募集しています。

皆さんから寄せられた声は、日野総合事務所から本庁へ伝えますので、是非ご意見をお聴かせください。
ファクシミリ・メールでもお受けします。
ファクシミリ 0859 - 72 - 2072
メールアドレス h-kenminkyoku@pref.tottori.jp

日野総合事務所県民局県民課
電話: 0859 - 72 - 2083

江尾診療所からのお知らせ

3月1日から、江尾診療所歯科口腔外科の診療時間を次のとおり変更します。

月曜日 午前 午前9時～午後1時
午後 午後2時～午後7時

火・水・金曜日 午前 午前9時～午後1時
午後 午後2時～午後5時

その他の曜日については、今までどおりです。

なお、内科、外科、整形外科は今までどおりです。

みんなで

「江府町男女共同参画プラン」

をつくりましょう

町では平成16年度完成予定で「江府町男女共同参画プラン」をつくります。

プラン策定委員は11名で、現在熱心に協議しながら策定作業をすすめています。

みなさんの意見をプランに反映し、一人ひとりが自分らしく輝ける町をつくるため、4月にアンケート調査をおこないます。アンケートは、対象者を年代ごとに抽出し郵送方式でおこないます。

あなたの手元にとどきましたら、ぜひご協力ください。みなさんの貴重な意見で「江府町男女共同参画プラン」をつくりましょう。

今月の国民年金

納付期限

3月分

平成16年4月30日まで

社会保険事務所から送られている納付書を添えて金融機関でお支払いください。

なお、口座振替の方は、上記期限が振替日です。

現況届を提出しないと、年金の支給が一時ストップします。必ず提出しましょう。

毎年誕生月の月初めに社会保険業務センターから現況届の用紙(はがき)が送付されます。

必要事項を記入の上、誕生月の末日までに投函してください。

もし紛失された場合には、役場に用紙がありますのでご連絡ください。
役場町民課 ☎75 - 3223)

子供の国保育園小学校訪問

2月23日、24日に子供の国保育園の年長児が町内4つの小学校を訪問しました。これは、4月から新入生になる園児を対象に小学校の雰囲気や様子を体験するため、行われました。

お話をききました(侯野小)



授業の様子を見学しました(江尾小)



入学するのをたのしみにまわっているよ(明倫小)



教室を案内してもらいました(米沢小)



食改おすすめ

チャレンジ・クッキング

小松菜パン

電子レンジを使って発酵、時間は短縮してもふわふわのパンができます。

こねすぎると失敗します、柔らかい生地なので打ち粉をしながらあつかうと良いでしょう。



◆材料(2人分)

強力粉	100
牛乳	75ml
バター	10g
砂糖	大さじ1
食塩	1g
イースト	小さじ1
小松菜	200g

1人分の栄養素

エネルギー	274kcal
蛋白質	9.6g
脂質	5.6g
カルシウム	338mg
食物せんい	3.8g
塩分	0.5g

◆作り方

耐熱ボールに牛乳とバターを入れ電子レンジ(強)で30秒加熱した後、イースト、塩、砂糖を加えひと混ぜする。

小松菜を電子レンジ(強)で1分加熱し、さっと水につけしっかりしぼりみじん切りにする。

に強力粉1/3とを加えよく混ぜる。

に残りの強力粉を加え混ぜる(粒つぶした感じ)これにクッキングペーパーをのせ電子レンジ(弱)で30秒加熱する。

の生地を打ち粉の上に取り出し、6等分に切り、切り口を中に入れるように丸めて形を整える。

にクッキングシートとぬらしたキッチンペーパーをかぶせ室温で10分おく。

の生地に打ち粉をしてガス抜きをし、たんで丸く形を整える。耐熱皿にクッキングシートをしき、生地を並べクッキングシートをかぶせ電子レンジ(弱)で30秒加熱する。

をクッキングシートごと取り出しておき、クッキングシートと、ぬれたキッチンペーパーをかけ室温で10分おく。

2倍程度に膨らんだら180度のオーブンで12~15分焼く。

江府町食生活改善推進協議会(御机)

世帯数1,178世帯(-1) 人口3,948人(-8) 男1,870(-3) 女2,078人(-5) ()は前月比 2月末



発行/江府町役場

〒689-4401 鳥取県日野郡江府町大字江尾475
TEL(0859)75-2211 FAX(0859)75-2389
ホームページURL: http://kofu-town.jp/

編集/総務課 印刷/株式会社高下印刷