

選挙に関するアンケート

投票時間、投票区の見直しについて ご意見をお聞かせください

現在、選挙当日における投票立会人の負担軽減や、開票結果をより早く有権者にお伝えすることなどを目的として、投票時間の繰り上げや、投票区の見直しについて検討を行っております。皆様のご意見をお聞かせください。



図 選挙管理委員会事務局（総務課内）
☎ 43-9010

対象者

与謝野町に住民登録のある満 18 歳以上の方

※ 回答はお一人につき 1 回限りです

回答方法

● オンライン回答（以下の URL または右記の二次元コード）
【URL】 <https://logoform.jp/form/q588/1751637>



● この用紙を役場各庁舎の窓口へ提出

● 郵送

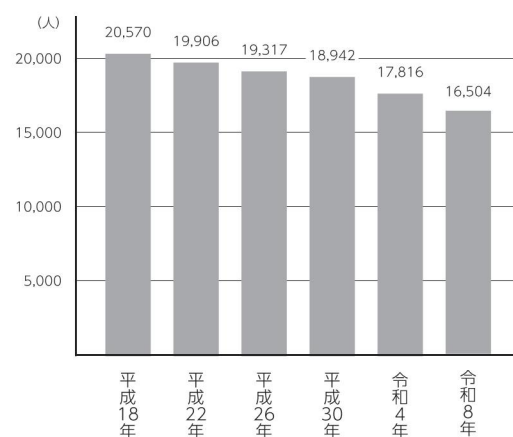
〒 629-2292 与謝野町字岩滝 1798 番地 1 選挙管理委員会事務局宛て

回答期限

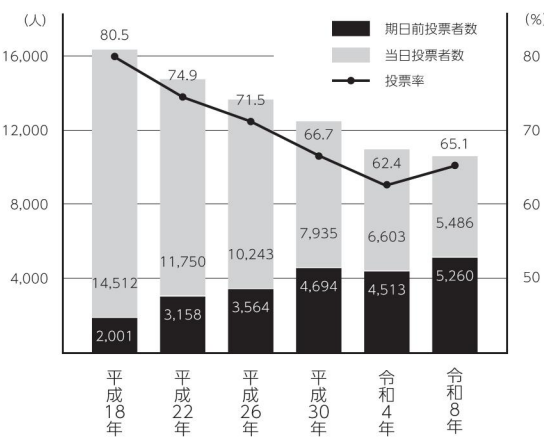
10 月 13 日（火）まで

>>>> 数字で見る与謝野町の選挙

【町長選挙】選挙人名簿登録者数



【町長選挙】期日前・当日投票者数



※ 平成 22 年は町長選挙が無投票のため、町議会議員一般選挙のデータです
※ 平成 28 年 6 月 22 日から選挙年齢が 18 歳に引き下げされています



今月の「食改さんのうちごはん」は、「炊き込みご飯」と「茶碗蒸し」を紹介します。

※ 与謝野町有線テレビでも放送しています

図 保健課 ☎ 43-9022



食生活改善推進員協議会岩滝支部の藤原さん（左）と三田さん（右）

炊き込みご飯



材料 2 人分

- ・米 …………… 2 カップ
- ・鶏肉 …………… 50g
- ・しいたけ …… 2 枚
- ・ちくわ …………… 1/2 本
- ・にんじん …… 25g
- ・板こんにゃく … 1/4 枚
- ・だし汁 …… 2 カップ（400cc）
- ・しょうゆ … 大さじ 1 と 1/2（27g）
- ・酒 …………… 大さじ 1（15g）
- ・みりん …… 大さじ 1（18g）

- 作り方**
- ① 米は洗ってザルにあげておきます。
 - ② こんにゃくはさつとゆがき、2～3cmの細切りにします。
 - ③ しいたけは軸を除き細切りに、ちくわは縦半分で半月切りにします。
 - ④ にんじんは皮をむいて細切りに、鶏肉は小さく切ります。
 - ⑤ 炊飯器に米とだし汁、しょうゆ、酒、みりん、鶏肉、こんにゃく、しいたけ、ちくわ、にんじんを入れて炊きます。

茶碗蒸し

材料 4 人分

- ・卵 …………… 2 個
- ・だし汁 …………… 2.5 カップ（500cc）
- A { ・みりん …… 小さじ 2（12g）
・しょうゆ … 小さじ 1（6g）
・塩 …………… 小さじ 1/2（3g）
- ・鶏肉 …………… 80g
- B { ・しょうゆ … 小さじ 2（12g）
・酒 …………… 小さじ 2（10g）
- ・むきえび …… 4 尾
- C { ・酒 …………… 小さじ 1（5g）
・塩 …………… 小さじ 1/6（1g）
- ・ゆでぎんなん … 8 個
- ・しいたけ …… 4 枚
- ・かまぼこ …… 40g
- ・みつば …… 4 本

- 作り方**
- ① だし汁に A を加えて味を整えて冷ましておきます。
 - ② 冷めただし汁にほぐした卵を加え、泡立えないように混ぜながらこします。
 - ③ 鶏肉を一口大のそぎ切りにして、B で下味をつけておきます。
 - ④ えびは C で下味をつけておきます。
 - ⑤ かまぼこは薄切りに、しいたけは軸を除いて四つ割りに、みつばは食べやすい長さに切ります。
 - ⑥ 蒸し茶碗に鶏肉、ゆでぎんなん、しいたけ、えび、かまぼこを入れ、卵液を静かに注ぎます。
 - ⑦ 蒸気がよくあがった蒸し器に茶碗を並べ入れ、布巾をかけてふたをします。最初は強火で 2～3 分、中火の弱火にして 7～8 分、さらに弱火で 4～5 分蒸します。
 - ⑧ 中央に竹串をさしてみ、澄んだ汁がでれば、水洗いしたみつばをのせて火を止め、ふたをしてそのまま 2～3 分ほど蒸らしておきます。

