

広報

FUJIEDA City Public Relations

ふじえだ

No.1293

4.20

2020

春爛漫！ 満開の桜トンネル

今年も全長約2kmにも及ぶ「東海地区最大級」といわれる瀬戸川堤の桜トンネルが満開を迎えました。新型コロナウイルス感染拡大が心配される中、道行く人の心に「希望」を示し、難局を乗り切る勇気を与えてくれているようでした。



動画はこちらから

税金のキャッシュレス決済納付がスタートします

令和2年度課税分から「モバイルレジ」、「LINE Pay」を活用したキャッシュレス決済納付が始まります。ぜひ、ご活用ください。 ☎納税課 ☎643・3332



対象税目：市県民税（普通徴収）、固定資産税・都市計画税、軽自動車税（種別割）、国民健康保険税

利用期間：各税金の納期限まで

対象：「納付書払い」で市税の納付をしている人
必要なもの：スマートフォン、30万円以下の納付書

※領収証書は発行されません。ネットバンキングの取引明細や通帳帳簿、webサービスでご確認ください。
※納税証明書、領収証書、軽自動車税の車検用納税証明書（継続検査用）がすぐに必要な人は、金融機関窓口またはコンビニエンスストアなどで納付してください。
※パソコンからの利用はできません。
※期別（納付書）ごとに手続きが必要です。（一度手続きを行っても、以降の期別・年度は自動引き落としにはなりません）

※支払手続き完了後は取り消しできません。
※「モバイルレジ」または「LINE Pay」で納付した場合、手元に領収印のない納付書が残ります。二重納付を防ぐためにも、納付書に支払日とともに、モバイルレジなどで納付した旨をメモしてください。
※静岡銀行に普通口座をお持ちの人は、しずぎん公式アプリ「しずぎんSTATION」から支払いできます。詳しくは、静岡銀行の各店舗窓口やホームページでご確認ください。

LINE Payとは…

SNSでおなじみの「LINE」アプリを利用して支払いや送金ができるサービスです。

※表示画面等はLINEアプリやスマートフォンのバージョンなどによって異なる場合があります。



※事前にLINE Payの利用登録・チャージが必要です。
※チャージ方法の詳細については、LINE Payのホームページをご確認ください。
※決済手数料はかかりませんが、バケツ代などの通信料がかかります。
※市役所、金融機関、コンビニエンスストアなど窓口でのLINE Payでの決済はできません。



電話による消費者トラブル未然防止をお手伝い!!

悪質商法などによる消費者トラブルは年々増え続けており、被害の多くは、電話での勧誘がきっかけとなっています。市では、通話録音機能内蔵固定電話機などの購入費に対して助成する事業を実施します。☎消費生活センター ☎643・3345

迷惑・悪質電話防止機器購入費補助金事業

新たに迷惑・悪質電話を防止する機器を購入する費用を補助する制度です。

対象者 以下のすべてに該当する人

- 市内に居住・住民登録している人
- 市税の滞納がない人（申請時点）
- 市内の事業所、店舗で購入する人
- 機器を6年以上使用できる人
- アンケートに6年間協力できる人

補助内容 1世帯1台限り（上限1万円）

対象機器

電話着信時に通話内容を録音することを自動で相手に伝える「事前予告機能」があるもの

例：「この電話は振り込み詐欺などの防止のため、会話内容が自動録音されます」

- (1) 通話録音装置の機能が内蔵されている固定電話機
- (2) 自宅の固定電話機に取り付ける通話録音装置

受付期間

5月1日（金）～令和3年2月26日（金）

※予算に達し次第終了します。

申請方法

ファクスまたは郵送で

〒426-8722市内岡出山1-11-1 消費生活センターへ

FAX 643・3127

申請の流れ（機器を購入する前の申請が必要となります）

- (1) 機器を購入する前に、申込書を消費生活センターまたは支所、各地区交流センター、文化センターへ提出
※代理人可
添付するもの：購入したい機器のカタログ
- (2) 審査後、決定通知を申請者に送付
※決定を受けてから機器をご購入ください。
- (3) 決定後、機器を購入・設置
- (4) 交付申請書兼実績報告書、補助金請求書を記入し、消費生活センターへ添付するもの
 - ① 領収書の写し（発行日、申請者のフルネーム、機器購入金額、購入機器名と品番、台数が記載されたもの）※レシートは不可
 - ② 本人確認ができるもの（来庁する人の運転免許証など）
 - ③ 預金通帳（申請者名義）の写し
- (5) 補助金を交付（申請から振り込みまでは、2～3カ月かかります。）

※機器の効果は高いですが、迷惑・悪質電話を完全に排除できるわけではありません。



モバイルレジとは…

請求書のバーコードを撮影し、ネットバンキングを利用して支払いできる株NTTデータ提供のサービスです。

利用手順

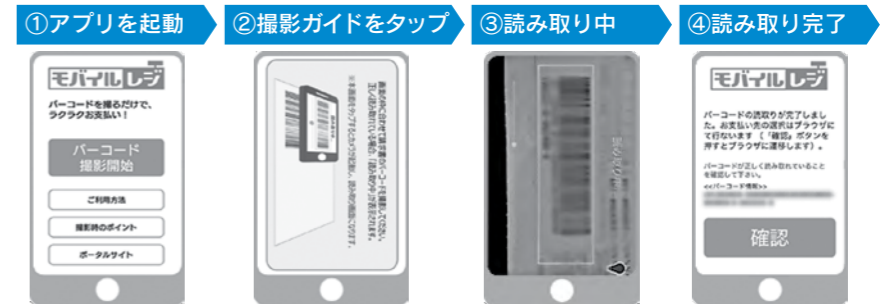
「モバイルレジ」ダウンロード
サイトへアクセス

◎QRコードからアクセス



◎直接URLを入力

▶<https://bc-pay.jp/>



「モバイルレジ」アプリを起動

本画面をタップするとカメラが起動し、読み取り画面になります。

バーコードの解析が始まります。

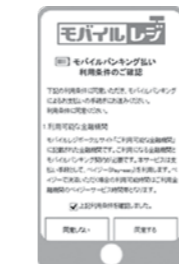
読み取り完了のメッセージがでたら「確認」を押します。

5 支払内容確認 支払方法選択



藤枝市の納付書はモバイルバンキングのみ使用できます。

6 ご利用条件の確認



ご利用条件を確認し、同意される場合はチェックをいれ、「同意する」を押してください。

7 金融機関の選択



ご利用の金融機関を選択してください。

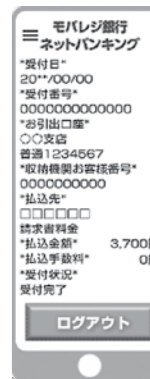
8 金融機関サイトへ移動確認



以降は金融機関のサイトへ移動してネットバンキングの操作になります。画面に従って操作をしてください。

ネットバンキングの登録が事前に必要です。

9 振込完了



※モバイルレジ銀行支払の場合、利用できる時間は、利用金融機関などのネットバンキングサービス提供時間になります。

情報ファイル



藤枝市役所
〒426-8722
藤枝市岡出山一丁目11番1号
☎643-3111
☎643-3604
🌐https://www.city.fujieda.shizuoka.jp/

募集

第19回 若竹刈り大作戦

竹林整備のため、竹が若く柔らかいうちに刈る「若竹刈り」の環境を安全で快適に保つため、一緒に活動しませんか。

市民の森(瀬戸谷)
▼とき/5月9日(雨天中止)
📍農林課 ☎643-33350

経塚山(堀の内)
▼とき/5月9日(土)、6月13日(日)(雨天は翌日)
📍庄竹の会(清水苑) ☎090-4262-9053

三ツ池(下敷田)
▼とき/5月10日(日)(雨天は17日(日))
📍三ツ池里山の会(鈴木苑) ☎090-3836-4389

博物館講座「日本刀と歴史」

平安から江戸時代までの日本刀の姿や特徴、時代背景との関連を解説し、各時代の代表的な日本刀を手にとって鑑賞します。

▼対象/高校生以上 ▼とき/6月〜10月の第2土曜日(いずれも午後1時30分〜3時) ▼ところ/文学館講座学習室 ▼講師/齊藤慎一さん(日本美術刀剣保存協会静岡支部長)

▼定員/各36人(申込順) ▼参加料/各3000円(全5回) ▼持ち物/マスク、白手袋 ▼申し込み/5月8日(金)から、各開催日前日までに電話またはファクス・Eメールで郷土博物館へ

☎645-1100
☎644-8514
✉muse@city.fujieda.shizuoka.jp

託児ボランティア養成講座
養成講座を受けて藤枝託児ボランティアサークルに登録し、一緒に子育て支援をしませんか。

▼とき・内容/5月26日:託児のポイント、6月2日:子どもの心を知る、9日:乳幼児の病気と事故・障害のある子どもとの接し方、16日:子どもの心と体の健康、23日:絵本の楽しみ方と選び方(いずれも火曜日午

心岳寺(谷稲葉)

▼とき/5月23日(土)(雨天は翌日)
📍庄竹の会(清水苑) ☎090-4262-9053

※タケノコ刈りではありません。 ※開始時間など詳しくは、各団体にお問い合わせください。

志太くんがワークショップ ミニ水車小屋作り



木と竹をつかった工作です。メダカも同時開催します。

▼対象/どなたでも(小学生以下は保護者同伴) ▼とき/5月23日(土)午後1時〜3時 ▼ところ/志太郡衙資料館 ▼定員/10人(申込順) ▼参加料/1500円 ▼持ち物/軍手

▼申し込み/4月28日(火)〜5月22日(金)に、電話で郷土博物館・文学館へ ☎645-1100

令和3年度採用市立総合病院の正規職員募集
▼対象/50歳以下で看護師または助産師の免許を取得済または取得見込みの人 ▼定員/40人程度(選考) ▼試験日/5月31日(日)または6月14日(日) ▼応募期間/4月20日(月)〜5月13日(水)

お知らせ

国民年金の任意加入制度について

次の条件をすべて満たし、これから国民年金を受けようとしている60歳〜64歳の人は、国民年金に任意加入することで65歳から受け取れる老齢基礎年金を増やすことができます。

- 国内に住所を有する60歳〜64歳の人の
- 老齢基礎年金の繰り上げ支給を受けていない人
- 20歳〜60歳の保険料の納付月数が480カ月未満の人
- 現在、厚生年金に加入していない人

※令和2年度の保険料は月額1万6540円です。

5月は水防月間

これからの季節は、1年のうちで特に雨が降り続いたり、台風が上陸したりする季節です。天気予報や注意報、警報などに注意するとともに、各家庭に配布してある「わが家のハザードカルテ」や「土砂災害洪水ハザードマップ」で、避難場所や避難経路などを確認し、緊急時の携行品を準備するなど、もしものときに備えましょう。

※改定版の「土砂災害・洪水ハザードマップ」は、5月下旬頃に各家庭に配布する予定です。

📍水害対策室 ☎643-3516

特定健診について

新型コロナウイルス感染症の影響により、令和2年度の特定健診は実施時期を延期します。併せて、受診券の発送も例年より遅くなります。

▼対象/国民健康保険・後期高齢者医療保険に加入している40歳以上の人の

📍健康推進課 ☎645-1111

地産地消料理教室「藤枝産緑茶を使って美白を目指す料理術」



▼試験内容/適正検査、小論文、面接 ▼申し込み/試験申込書に必要書類(資格免許証の写しなど)を添えて、直接または郵送で〒426-8677市内駿河台4-1-11市立総合病院病院人事課人事係へ ☎646-1111

※詳しくは、病院ホームページまたは病院人事課で配布する試験案内をご覧ください。

🌐http://www.hospital.fujieda.shizuoka.jp/recruitment/index.html

▼対象/小学校4年生以上で身長130cm以上の人の

▼申し込み/5月15日(金)19日(火)午後3時〜5時 ▼ところ/食メディアアフロ(Vi藤枝内) ▼定員/各5人(申込順) ▼参加料/800円 ▼持ち物/エプロン、ハンドタオル ▼申し込み/電話またはホームページの専用フォームから食メディアアフロ(ABCクッキングスタジオ内)へ

☎634-3911

家具転倒防止器具取付サービス

📍地域防災課 ☎643-2110

地震発生時に、家具の転倒などによる圧死や負傷などの人的被害を軽減するため、転倒防止器具の取り付けを無料で実施します。



対象/全世帯(市が指定した業者による工事のみ)
対象となる家具/和ダンス、洋服ダンス、食器棚、テーブル、冷蔵庫、本棚、仏壇、テレビ(一部自己負担が発生する場合あり)

申し込み/5月1日(金)〜令和3年1月29日(金)に、地域防災課、岡部支所、各地区交流センター、文化センターに備え付けの申請書(市ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、直接または郵送で〒426-8722市内岡出山1-11-1地域防災課へ

※1世帯当たり5台まで。
※家具・家の構造により自己負担が発生する場合があります。



ゴールデンウィーク期間に休館する市内公共施設

ゴールデンウィーク期間中は、首都圏等の感染拡大地域からの来場が予想される下記施設については、新型コロナウイルス感染拡大防止対策として休館とします。ご協力をお願いします。

| 施設名 | 問い合わせ先 | 休館期間 |
|---------------------|-----------------------|----------|
| れんげじスマイルホール(プレイゾーン) | 児童課 ☎643-6611 | ~5/6 |
| 瀬戸谷温泉ゆらく | 中山間地域活性化推進課 ☎639-0120 | ~5/6 |
| スポーツ・パル高根の郷 | | 4/25~5/6 |
| 郷土博物館・文学館 | 文化財課 ☎645-1100 | 4/25~5/6 |
| 志太郡衙資料館 | | 4/25~5/6 |
| 田中城下屋敷 | | 4/25~5/6 |
| 千貫堤・瀬戸染飯伝承館 | 街道・文化課 ☎643-3036 | 4/25~5/6 |
| 岡部宿大旅籠柏屋・内野本陣史跡広場 | | 4/25~5/6 |
| 玉露の里 | 商業観光課 ☎643-3078 | 4/25~5/6 |

※その他の市施設については、市ホームページでご確認ください。

図書館とびくす 📍 駅南図書館 ☎636-4800 📍 岡出山図書館 ☎643-3489 📍 岡部図書館 ☎637-9400
図書館ホームページから蔵書検索・予約ができます 🌐http://lib.city.fujieda.shizuoka.jp/

5月の休館日 駅南図書館・岡部図書館…7日(日)・11日(月)・18日(月)・25日(月)
岡出山図書館…7日(日)・14日(日)・21日(日)・28日(日)



移動図書館車「ふじのはな」

| 5月 | 巡回先 |
|--------|-----------------------|
| | 午後2時~4時 |
| 1日(金) | 藤枝小学校 |
| 8日(金) | 藤枝中央小学校 |
| 11日(月) | 清里カリヨン公園(10:00~11:00) |
| 12日(火) | 西益津小学校 |
| | 平島第2公園(10:00~11:00) |
| 13日(水) | 青島小学校 |
| | 円月荘(10:00~11:00) |
| 15日(金) | 青島東小学校 |
| 18日(月) | 葉梨西北小学校 |
| 19日(火) | 葉梨小学校 |
| 20日(水) | 高洲小学校 |
| 22日(金) | 大洲小学校 |
| 25日(月) | 藤岡小学校 |
| 26日(火) | 瀬戸谷小学校 |
| 27日(水) | 広幡小学校 |
| 29日(金) | 稲葉小学校 |
| | 高洲南小学校 |

※豪雨などの場合は運休します。

れんげそうおはなし会(無料)

子ども向けの絵本の読み聞かせ会です。
とき/5月13日(水)・20日(水)・27日(水)
いずれも午後2時20分~3時
ところ/葉梨地区交流センター

子ども16ミリ映画と紙芝居(無料)

対象/幼児・小学生低学年
とき/5月16日(土)午後2時~3時
ところ/岡出山図書館2階視聴覚室
内容/「だるまちゃん」と「てんぐちゃん」ほか

今月の本

「たんぽぽはたんぽぽ」

大日本図書/発行

すずめが「たんぽぽはたんぽぽ」と言うと、たんぽぽが、花びらをぴんと伸ばしました。たんぽぽが「ありんこはありんこ」と言うと、ありんこが小石をど〜んと運びました。たろうくんも、ねこに「たろうはたろう」と言われ…。



お知らせ

光化学オキシダントに注意

5月から9月にかけて、光化学オキシダントが発生しやすくなります。市では、県と連携し、被害を未然に防止するために監視・連携体制を強化します。光化学オキシダント注意報などが発令されたときは、屋外での活動をなるべく控えるようにしましょう。

☎生活環境課
643・3681

Hot Heart FUJIEDA 5月の放送予定(K-MIX)

▼放送日・内容／1日(金)：藤枝のお茶を紹介、8日(金)：#藤枝エール飯、15日(金)：水車村プロジェクト、22日(金)：藤枝のハンバーグ新商品誕生、29日(金)：藤枝セレクション決定 ▼放送時間／午前9時30分～

※内容は変更となる場合があります。
☎広報課 643・3108

非核平和推進事業費補助金

▼対象／市内に住んでいる人が主たる事務所が市内にある団体
▼対象事業／核兵器の廃絶、軍縮または非核三原則の完全実施

を求める自主的な事業 ▼補助額／事業経費の2分の1以内 ▼申し込み／5月29日(金)までに、総務課に備え付けの申請書に必要事項を記入し、必要書類を添えて、直接または郵送で〒426-8722市内岡出山1-11-1総務課へ ☎643・3228

※詳しくはお問い合わせください。

第11回戦没者等の遺族に対する特別弔慰金の請求について

▼請求期間／令和5年3月31日(金)まで ▼対象／戦没者などの死亡当時の遺族で、令和2年4月1日時点で公務扶助料や遺族年金などを受け取らない場合に、次の順番による先順位のご遺族一人

①令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人
②戦没者などの子
③戦没者などの父母、孫、祖母、兄弟姉妹(戦没者などとし計関係を有していた人のうち、令和2年4月1日において遺族以外の人と養子縁組していない人、名字が変わる婚姻をしていない人)
④①～③以外の戦没者などの父母、孫、祖父、兄弟姉妹
⑤①～④以外の戦没者などの三

親等内の親族(戦没者などの死亡時まで引き続き1年以上生計関係を有していた人) ▼支給内容／額面25万円、5年償還の記名国債

※印鑑と身分証明書を持参の上、福祉政策課窓口へ
☎福祉政策課 643・3148

※詳しくはお問い合わせください。

児童扶養手当の振り込み

5月期(3月～4月分)の児童扶養手当を、5月11日(月)に受給者の指定口座に振り込みます。

☎子ども家庭課
643・3241

藤まつり中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、5月5日(祝)まで開催を予定しておりました「藤まつり」は中止させていただきます。

☎市観光案内所
647・1144

志太3市合同企業ガイダンス中止のお知らせ

5月14日(木)にホテルオーレ・B i v i キャンで開催を予定していた「志太3市合同企業ガイダンス」は、新型コロナウイルス

博物館オリジナル マスコット絵付け

造形作家のアトリエサンゴさんがデザインした本市にちなんだオリジナルマスコット(藤娘・軽便鉄道・タナカメ・小川国夫の4種類)を自由に絵付けしませんか。

▼対象／どなたでも(小学2年生以下は保護者同伴) ▼とき／5月15日(金)～(無くなり次第終了) ▼ところ／文学館体験学習室 ▼参加料／1体300円 ▼持ち物／汚れても良い服装

☎郷土博物館・文学館
645・1100



史跡田中城下屋敷・謡曲鑑賞会

史跡内に咲くカキツバタにちなみ、謡曲「杜若」を上演します。

▼とき／5月10日(日)午後0時30分～2時(雨天中止) ▼ところ／史跡田中城下屋敷 ▼定員／20人(先着順) ▼入場料／無料

☎文化財課
645・1100

催し

申込み済みの人には、郵送またはメールで中止のお知らせを送付しました。受講者・講師の皆さんの健康・安全のため、ご理解をお願いします。

☎協働政策課
643・3189

すべて中止となりました。既に

生涯学習講座「中上川」

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、3月20日号に掲載した生涯学習講座については、

☎焼津商工会議所
628・6251

グラウンドゴルフ場の休場日

※専用使用日は、個人使用ができない場合があるため、事前にご連絡ください。

- 総合運動公園 ☎646・6100
休場日／5月7日(木)・11日(月)・18日(月)・25日(月)
専用利用日／5月21日(木)午後
- 大井川河川敷スポーツ広場 ☎090・1286・1475
休場日／5月7日(木)・11日(月)・18日(月)・25日(月)
専用利用日／5月8日(金)・13日(水)午前・15日(金)午前・19日(火)午前・20日(水)午前・27日(水)・30日(土)

スポーツ施設の休館日

- 西益津温水プール ☎643・7755
休館日／8月31日(月)まで(施設改修工事のため)
- 市民体育館 ☎641・1112
休館日／5月5日(祝)・6日(休)

献血

- 市役所駐車場 ☎福祉政策課 ☎643・3148
とき／5月19日(火)午前9時30分～11時、午後0時15分～2時

5月の水道休日当番表

- ☎上水道課 ☎646・4112
- 2日(出) 藤枝市水道組合 ☎643・7308
 - 3日(祝) ㈱エクノスワタナベ ☎643・7707
 - 4日(祝) ㈱坂田設備 ☎641・6467
 - 5日(祝) ㈱正信ポンプ商会 ☎635・1189
 - 6日(休) ㈱カネコ住設 ☎667・1406
 - 9日(出) ㈱青島工業 ☎641・2785
 - 10日(出) 賛栄設備工業㈱ ☎635・0983
 - 16日(出) 藤枝市水道組合 ☎643・7308
 - 17日(出) 協和設備 ☎667・0570
 - 23日(出) ㈱ヨコヤマ ☎644・0138
 - 24日(出) ㈱勝栄 ☎635・8186
 - 30日(出) 藤枝市水道組合 ☎643・7308
 - 31日(出) 望月配管 ☎667・1030

人のうごき

令和2年3月末日現在
人口：144,249人(前月比：-130人)
男：70,511人・女：73,738人
世帯数：59,756世帯(前月比：176世帯)

ふじえだ花回廊2020ガーデンコンテスト 「私のおすすめの花 ナイススポット！」写真募集

☎花と緑の課 ☎643・3487

藤枝の花の魅力を生市内外に発信するため、市民の皆さんや企業、団体などから市内の自慢の庭や花壇などの写真を募集します。皆さんの「ナイススポット」を教えてください。

応募方法／5月1日(金)～8月31日(月)に、直接またはEメール・郵送で花と緑の課へ
宛先：〒426-8722市内岡出山1-11-1
✉midori@city.fujieda.shizuoka.jp

※写真は、2019年4月1日～2020年8月31日の間に撮影したものに限りです。
※応募は、一人3点までとします。
※窓口、郵送の場合は、A4写真紙で提出してください。
※応募作品の中から、グランプリ(個人、企業・団体の部：各1作品)、準グランプリ(個人、企業・団体の部：各1作品)、入賞(個人、企業・団体の部：各3作品)を決定。後日、グランプリ、準グランプリ受賞者を表彰します。

女性のための小さな起業講座(基礎編)

☎創業支援室 ☎643・3239

女性のライフプランに合わせた起業をサポートします。「まずはここから知ってほしい」という「基本のキ」を学ぶ、全3回の講座です。

対象／起業したい人、すでに事業を始めている人、子育て中に何かしたいと考えている女性
とき・内容／いずれも午前10時～正午

| とき | 内容 |
|----------|-------------------|
| 5月22日(金) | 女性の起業、まずはライフプランから |
| 5月29日(金) | 「失敗しない」ための起業とお金 |
| 6月5日(金) | あなたの「お客」は誰ですか? |

ところ／駅南図書館集会所
講師／道喜道恵さん(ディークオリティー代表)ほか
定員／30人(申込順) 参加料／無料
申し込み／5月15日(金)までに、電話またはEメールで創業支援室へ ✉sougyou@city.fujieda.shizuoka.jp
※託児あり(要予約。定員10人)
※子どもと一緒に受講できます。

マイナポイントの予約

☎情報政策課 ☎643・3259

国が本年度実施を予定しているマイナポイント(民間キャッシュレス決済利用時に付与されるポイント)を受け取るには、マイナンバーカードの取得とマイナポイントの予約が必要です。予約方法について詳しくは、市ホームページをご覧ください。

マイナポイント予約支援窓口
マイナポイントの予約支援窓口を開設しています。ぜひ、ご利用ください。(予約不要)
対象／マイナンバーカードを取得済みの人
とき／月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時
ところ／市役所東館1階(情報統計コーナー隣)
持ち物／マイナンバーカード
※予約にはマイナンバーカード交付時に設定した利用者証明用暗証番号(4桁)が必要です。
※通知カードでは予約できません。

クックパッドで健康レシピの紹介 ～藤枝市保健センターのキッチン始めました～

健康推進課（保健センター）が、クックパッドで「健康・予防 日本一」を目指し、管理栄養士が考案した美味しく栄養バランスのとれたレシピを掲載しています。親子で楽しめる料理や男性のための簡単料理、減塩料理、低栄養予防料理など幅広い年代の人に活用していただけるレシピです。食卓にとりいれて、健康づくりをはじめましょう！

離乳食の作り方や大人からの取り分け方法も掲載を始めました。今後も定期的に更新していきますので、ぜひ、ご覧ください。

健康推進課 ☎645・1111



藤枝市保健センターの公式キッチン <https://cookpad.com/kitchen/38058054>



豚肉のチーズフライ

レシピID：6097297



【管理栄養士レシピ】

少ない油で揚げ焼き！とってもヘルシー♪
減塩にも配慮したメニューです。

1人分 [エネルギー：280kcal たんぱく質：18.9g
脂質：13.9g 炭水化物：19.2g 食塩相当量：1.0g]

材料（4人分）

豚ロース薄切り肉 … 8枚(240g)
スライスチーズ …… 2枚
大葉 …… 8枚
梅肉 …… 小さじ1強(8g)
☆こしょう …… 少々
☆てんぷら粉 …… 40g
☆水 …… 約50ml
パン粉(細目) …… 40g
油 …… 大さじ2と1/2

【付け合わせ】

リーフレタス …… 30g
ミニトマト …… 8個

作り方

- ① スライスチーズを4等分する。
- ② 豚ロース肉の真ん中に、大葉、スライスチーズをのせて梅肉を塗り、両端をたたむ。
- ③ ボウルに☆を加えてしっかりと混ぜ、②をからめてパン粉をつける。
- ④ フライパンに油を熱し、中火で蓋をしながら片面を焼く。
- ⑤ しっかり焼き色がついたら、ひっくり返して両面に焼き色がつくまでよく焼く。
- ⑥ お皿に⑤を盛り、付け合わせの野菜を添える。

まちかどファイル

市民から市民への情報コーナーです。

募集

明治トンネル出前講座

▶とき／5月3日(祝)～5日(祝) 午前10時～午後3時(雨天中止。各日同内容。約10分・随時) ▶ところ／明治トンネル東側広場 ▶内容／明治トンネルや宇津ノ谷峠周辺の歴史 ▶参加料／無料 ※直接会場へ
◎岡部町観光ボランティアの会事務局 (高田宛) ☎090・7038・5476

国土塾 柔道教室

▶対象／年少児～中学生 ▶とき／毎週火・木曜日 午後7時～8時30分、毎週土曜日 午後6時～8時 ▶ところ／県武道館 ▶定員／

20人(申込順) ▶会費／月3,500円
▶持ち物／柔道着 ※直接会場へ
◎石田宅へ ☎643・1244

グアテマラ・サルサ

グアテマラの音楽や文化に触れサルサを体験しませんか。
▶とき／5月31日(日)午後1時30分～3時 ▶ところ／サンライフ藤枝 ▶講師／エドウィン・ベガさん(ダンス講師) ▶定員／20人(申込順) ▶受講料／700円 ▶持ち物／タオル、飲み物、動きやすい靴 ▶申し込み／4月30日(木)から、電話でJFVC(小松宛)へ ☎090・5456・7183

催し

藤美園 写楽会 春の写真展

▶とき／5月8日(金)～11日(月)午前9時～午後4時30分(8日は午前10時30分から、11日は午後3時30分まで) ▶ところ／生涯学習センター ▶入場料／無料 ※直接会場へ
◎石神宅 ☎635・4482

春の山野草盆栽展示会

▶とき／5月9日(土)・10日(日)午前9時～午後5時(10日は午後3時まで) ▶ところ／大洲地区交流センター ▶入場料／無料 ※直接会場へ
◎大洲山野草盆栽愛好会(青島宅) ☎636・4377

新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載しているイベントなどの開催や募集に変更などが生じる場合があります。最新の情報は各記事の問合せ先にご確認ください。よろしくお願いいたします。