



広報 えびな

編集・発行
海老名市役所広報広聴課
〒243-04
神奈川県海老名市勝瀬175
☎ (0462) 31・2111

見直そう"手前みそ"

市内に伝わる寒仕込み

自慢することを意味する言葉に「手前みそ」があります。以前、みそは各家ごとに造っていたのでそれぞれ味が違ってあり、「手前(私)の家のみそが一番おいしい」と自慢し合ったことから生まれた言葉です。今回は、健康食品として見直されつつある自家製みそを造り続けている「さつき会」と、ボランティア活動にみそを役立てている齋藤正子さんから聞いた、家庭で出来るみそ造りを紹介します。

産業まつりで毎年大好評！ さつき会の「母の味」



機械(右)でミンチ状にされたみそは下のたるに詰められる

香りとこくが違う

「やはり、自家製みそは市販のものになり、こくや香りがあるうえで、塩分を控えられるのでお年寄りにも勧められます」と話すのは、「さつき会(農業後継者の妻の会、木島澄子会長、会員23人)の面々。さつき会では、毎年一月下旬から五月にかけて、園分にある海老名市農業協同組合の農産物加工場「青壮年部・婦人部センター」でみそ造りを行っています。伝統的な農家の食生活を見直そうと、みそを造り続けて今年で十



バットの中のゆでた大豆に大量の米こうじを加える会員

一年目。同会が毎年、市産業まつりに出品するみそには固定客もつき、販売と同時に売り切れほどの大人気です。みその仕込み作業は、各会員

の家でとれた大豆を圧力なべてゆでることから始まります。ゆで上がった大豆は大きなバットに入れて加えられた後、大豆の米こうじを加えますが、大豆と米こうじを素早く丁寧に混ぜ合わせることがおいしいみそを造ること。もうもうと立ち込める水蒸気の中、うちわで大豆を冷ます。大豆と米こうじを混ぜる際、少量の塩を加える係に分かれ、作業は黙々と行われます。

この作業が済むとひと段落、会員たちは世間話に花を咲かせながら、混ぜ合わせた大豆を機械ですりつぶし、ミンチ状にしてたるに詰められます。こうして出来上がったみそは、熟成を夢見ながら十カ月間の長い罫りにつきます。



これが我が家のみそと齋藤さん

みそ造り歴八年の齋藤正子さん(国分、63歳)は、神奈川県ホームヘルプ協会指導員として、お年寄りや身体が不自由な人たちの介護を行っている。こうしてボランティア活動に手造りみそは二役買っており、「介護する人の健康管理は食事から。その食事の材料に私の造ったみそを使っていたら、少くとも健康のお役に立てば…」と話す齋藤さんに、家庭で出来るみそ造りを伺ってみました。

誰でも手軽に造れます

「昆布の使用がみそ」と齋藤さん(国分)



みそ五

【材料】
大豆1kg、
塩きりこうじ1kg、
米2kg、
塩300g、
乾草昆布適量

【造り方】
①大豆を洗い、一昼夜水に浸してふやかしておく。水が吸ったら二、三日に分けて少し温かめの水を足す。
②次の日に大豆を煮る。その際、大豆に浸け汁(足らないときは水)を多めに入れ、ふきこぼれない火加減で二、三時間(圧力釜なら30分)煮て、大豆が指でつぶれるくらいになる。

③容器全体をビニールなどで包み、軽い重しをして床下などで熟成させる。梅雨から夏にかけて一度二天地返し(みその上部と下部を入れ替える作業)をするが、かひのはえている表面は捨てておく。

④このみそは秋ごろから食べられますが、みその仕込みは寒さの厳しい時期に限られています。みそ造りにコツのある人は、お早めに準備を...

①熱湯消毒した容器(漬物用ポリバケツなど)にみそ玉をたたきつけるようにして空気を抜き、みそ玉を容器に押しつけて五十度の塩をふりにかけて、その上におき、乾草昆布を敷き詰め、さらにその上から和紙やふきを張り付けて覆う。

②容器全体をビニールなどで包み、軽い重しをして床下などで熟成させる。梅雨から夏にかけて一度二天地返し(みその上部と下部を入れ替える作業)をするが、かひのはえている表面は捨てておく。

③このみそは秋ごろから食べられますが、みその仕込みは寒さの厳しい時期に限られています。みそ造りにコツのある人は、お早めに準備を...

21世紀に向け新たな出発

左藤市長 年頭の所感



左藤 究市長

市制20周年に当たり 創造型まちづくりをめざす

経済の動向は、内需拡大による好景気もやや影が見られ何かと問題も多々あり、これらがどう響くか多少心配ですが、大方の見方としては、スローダウンが横ばいであろうというのが、本年度景気の見込みである。

行政は、こうした景気動向や社会情勢に合った、まちづくりを行わなければならない。海老名市は、まだ未だ完成度低く、発展途上の都市です。今年、市制を施行して二十周年を迎え、成年期へと向かう節目の年でもあります。市民の皆さんが、青年都市としての愛着と誇りを持ち、また自分の郷土を愛する自覚を深めたい。まちづくりを進める節目の年でもあります。身近な地域社会との交流を重視し、生活を大事にした豊かさを求めるまちづくりを進める努力をしなければなりません。

この時代を見れば、また市民一人一人が、市民の皆さんが自ら作り出すものであります。これらのまちづくりを、

中小企業の福祉向上に 奨励補助金を交付します

市では中小企業が働く従業員

市では中小企業が働く従業員は約1.8万人と、市民の約5割に達している。市では中小企業の福祉向上のために、退職金共済制度に加入している事業者に対し、奨励補助金を交付している。

補助対象者は、中小企業退職金共済制度、または特定退職金共済制度に加入している事業者に対し、奨励補助金を交付している。

自ら「まち」を創ろう

21世紀へ向かう社会情勢

高齡化社会、少子高齢化社会、高齢化社会が進み、特に高齢化時代、国際化時代の社会情勢、環境に恵まれたまちづくりが求められる。

この時代を見れば、また市民一人一人が、市民の皆さんが自ら作り出すものであります。これらのまちづくりを、

環境守り商勢拡大

次に、これらの行政を進めるに当たって、三考を申し上げたいと思います。

一つは、ごみ処理の問題です。地球環境の悪化が世界的に大きな問題となっており、環境破壊は私たち一人ひとりが加害者である事を忘れてはなりません。この四月から再資源化として活用出来るよう分別収集を行います。各ご家庭でも資源活用のご協力をお願いいたします。

次に、海老名市の活力。市民生活の利便性を考え、商業の振興を図っております。その一つとして海老名市の中心街づくりに心がけ、商勢拡大を積極的に進めたいと考えています。

最後に、ごみ処理の問題です。地球環境の悪化が世界的に大きな問題となっており、環境破壊は私たち一人ひとりが加害者である事を忘れてはなりません。この四月から再資源化として活用出来るよう分別収集を行います。各ご家庭でも資源活用のご協力をお願いいたします。

市役所から

市役所から

●市役所からのお知らせ

●市役所からのお知らせ

●市役所からのお知らせ

美しい地球を守ろう

私たちが毎日の生活の中から出すゴミには、古新聞や空き缶のように資源として使えるものたくさんあります。燃やしてしまうのは、再資源化（リサイクル）を図ることでゴミの減量化、ゴミ処理経費の節約に役立ちます。

でなく、省エネルギーや限られた資源の節約にも役立ちます。燃やしてしまうのは、再資源化（リサイクル）を図ることでゴミの減量化、ゴミ処理経費の節約に役立ちます。

分別回収にご協力を

また市では、みなさんとともに「ゴミ」を見直し、資源をゴミとは別に回収する「資源分別回収事業」を4月1日から実施するよう計画しています。みなさんのご理解、ご協力をお願いします。

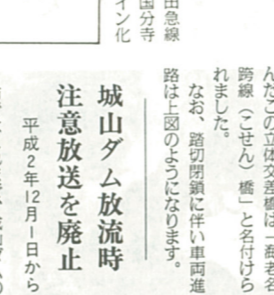
お早めに！ 償却資産の申告を

平成3年度償却資産の法定申告期限は一月三十一日です。月末は窓口が混雑しますので、早めに申告をお願いします。お問い合わせは、

日時	内容
2月15日(金) 午後6時~8時	世界の動きと日本経済 横浜国立大学教授 一橋哲也氏
2月19日(火) 午後6時~8時	中高年齢者の雇用と能力活用 横浜国立大学経済学部 三好貴哉氏
2月26日(火) 午後6時~8時	高齢化時代の賃金制度を考える 賃金システム研究会 三好貴哉氏
2月27日(水) 午後6時~8時	春季資金交渉の動向 賃金システム研究会 三好貴哉氏

2月2日 小田急線をまたぐ「海老名踏線橋」が開通

海老名駅前側で、主要地方道横須賀線と小田急線が交差するところにある海老名第二踏線橋の立体交差工事が完了し、2月2日午後二時から開通しました。また、それに伴って二号踏線橋が閉鎖され歩行者も車両も通行できなくなりました。



●平成3年度償却資産の法定申告期限は一月三十一日です。月末は窓口が混雑しますので、早めに申告をお願いします。

職系	コース	訓練期間	募集人員
装飾工芸	装飾工芸	1年	20人
装飾工芸	インテリア工芸	1年	15人
エクステリア	エクステリア施工	6か月	20人
設備工事	住宅設備施工	6か月	20人
設備工事	プラント施工	6か月	20人
建設設計	建設設計	6か月	40人

マイペースで健康維持



「マイペースで健康維持」の会では、運動を無理なく続けられるよう、年齢に合わせたメニューを考へています。

最高年齢者は70歳代。会員は、十代から七十代と幅広い年齢層の男女が参加しています。

JR相模線 みどりの窓口設置

昭和六十二年三月に開業されたJR相模線海老名駅、この度、みどりの窓口が設置されます。

●平成3年度償却資産の法定申告期限は一月三十一日です。月末は窓口が混雑しますので、早めに申告をお願いします。

●市役所からのお知らせ

●市役所からのお知らせ



JR相模線 営業時間・変更業務

駅名	定期券等販売窓口の駅員配置時間	販売設備改善
海老名	6:00~22:00	・みどりの窓口を設置し、指定券は相模線内各駅の中間販売を行います。 ・回数券も発売できる発売機を設置します。
厚木	変更なし(初・終列車)	・変更なし
社家	6:00~22:00	・定期券等販売窓口を新たに設置します。 ・乗車証明発行機を設置しますので、ご乗車の方は乗車証明書を発行し、乗車または降車駅で清算をお願いします。降車の方は、乗車証明書を発行しますので、切符をその中に入れて降車をお願いします。
門沢橋	変更なし(無人)	・変更なし

●平成3年度償却資産の法定申告期限は一月三十一日です。月末は窓口が混雑しますので、早めに申告をお願いします。

●市役所からのお知らせ

●市役所からのお知らせ

●市役所からのお知らせ

●市役所からのお知らせ

年金額早見表

Table with 3 columns: 年金の種類 (Type of Pension), 年額 (Annual Amount), 月額 (Monthly Amount). Rows include 老齢基礎年金, 障害基礎年金, 遺族基礎年金, 死亡一時金.

*年金額は平成2年度のものです

納めて安心保険料

保険料が未払いですと、将来、老齢基礎年金が受給できなくなるおそれです。不慮の事故などで死亡したり障害になった場合でも、遺族基礎年金や障害基礎年金が受給できなくなるおそれがあります。

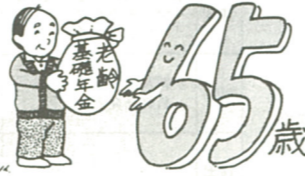
納め忘れにご注意
保険料が未払いですと、将来、老齢基礎年金が受給できなくなるおそれです。不慮の事故などで死亡したり障害になった場合でも、遺族基礎年金や障害基礎年金が受給できなくなるおそれがあります。

口座振替のご利用を
国民年金保険料の支払いを口座振替でなさいませんか。口座振替ですと、金融機関で一度手続きをするだけで、あなた

国民年金



豊かで楽しい老後を(世代間交流で子供たちに竹とんぼ作りを伝授)



国民年金は、国が責任を持って運営している社会保険制度の一つです。この制度は個人年金と違って、物価が物価にスライドするので、年金が上昇してもそれに見合った年金額も上がり、年金の実質的価値が変わることはありません。

老齢基礎年金
老齢基礎年金は、保険料を納めた期間(保険料免除期間を含む)が二十五年以上ある人が六十五歳に達したときに受けられる年金です。

遺族基礎年金
国民年金の加入中に死亡した場合、老齢基礎年金を受けられる資格のある夫(婚姻期間が一年以上)がなくなったとき、妻が六十歳から六十五歳になるまでの間、夫が受給していた場合は、老齢基礎年金(付加年金を除く)の四分の三を受けられます。



で「快適な老後」を

「人生五十年」と言われたのは、もう古い昔のこと。近年は、生活環境の改善や医療技術の進歩に伴い、日本人の平均寿命も八十歳を越えるまでになりました。安心して豊かな老後を送るための年金制度の果たす役割は、いよいよ重要となってきています。

20歳になったら国民年金
二十歳になると成人として多くの権利が認められますが、それと同時にいろいろな義務が生じます。国民年金に加入する(とよめる)の二つ、社会人としての第一歩です。



20歳になったらあなたも年金加入者(写真は成人式から)

さべての人が加入
日本国内に住む20歳以上、60歳未満の人は原則として全員加入しなければなりません。加入者は3つのグループに分けられます。
第1号被保険者: 自営業者、農林漁業者、自由業者など。
第2号被保険者: 厚生年金保険(船員を含む)や共済組合の加入者。
第3号被保険者: 厚生年金保険(船員を含む)や共済組合加入の夫に扶養されているサラリーマンの奥さんなど。

届け出は忘れずに
第2号被保険者は、職場の年金制度に加入しますが、第1号被保険者と第3号被保険者の加入は、お住まいの年金係に届け出をしなければなりません。

2月の自動車文庫
▽日程及び内容
1月29日 発声練習・声をだしてみよう
2月5日 読み方・短いおはなしを読む
2月19日 語り方・おはえて、語ってみよう

市民相談室
市役所二階 (33・4100直通)
一般相談は、土曜日の午後と、日曜・祝日は休み。電話による相談も受け付けています。

2月の相談
市民生活全般の相談や、市民生活全般に関する相談、法律問題、消費生活全般に関する相談、近隣トラブル相談など。

フォトピックス

楽しいクリスマス

保育園で世代間交流

十二月二十一日、下午二時、上郷、河原口のお年寄り二十八名が、下今泉保育園(鈴木孝子園長、園児56人)を訪れ、園児たちと一緒に「クリスマス会」を行った。



お年寄りの童謡に聞き入る園児

間交流事業の一環として行われたもの。当日は園児たちが台唱や遊戯を披露し、お年寄りたちも童謡を歌うなどして交流を。続いて、お年寄りと園児が一緒に昼食を取り、楽しい一時を過ごしていた。

基本技術を学ぶ

バスケットの実技講習会

市中学校体育連盟バスケットボール専門部吉村純彦部長、30人が主催する実技講習会が、十二月二十三日、日本大学バスケットボール部を招き、市総合

大巻きずしに挑戦

お米を使った料理講習会

十二月二十一日、市中央公民館で、「お米を使った料理講習会」が開かれ、二十八人が参加した。この講習会は、市米消費拡大推進協議会(中山善会長、14人が地域米の消費拡大を図るため、昭和五十九年から行っている)が主催し、



太巻きずしの作り方を学ぶ

今年のお米を使った料理講習会を受けた後、受講生はさっそくお米を使った大巻きずしに挑戦。初めはとまどいが多かったが、慣れるに従い次々と立派な太巻きずしを作り上げていた。



熱気にあふれた実技講習会

みなさんの声

投稿はお気軽に 広報広聴課へ

貴重な空間と緑は農業の恩恵

横須賀水産局の水道路から眺める杉久保谷戸地域の森と林と畑の緑は、西方遠く空に浮かぶ富士・大山の背景とともに、健やかな空間を圃地の私たちに、通行人に与えようとする。宅地内の緑が日毎に減って行くこのころ、この自然の緑はますます貴重さを増している。そしてこれが、谷戸地区数戸の農業経営者の絶えざる努力によって守られているのだといつていい。



谷戸地区の農家が農業経営を放棄すれば、この一帯はたちまち住宅砂漠と化して、緑も眺められなくなる。圃地の私たちが、この空間と緑は買えないものであり、子供たちが伸び伸びと走り回り、多くの人々がたどる道に散歩したりする農道とさえ、農家の人が絶えず除草など、道路整備を続けていられるわけがない。

地球に生命が生まれて数億年、この方、生命はいつかの新しい生命を育ててくれるこの地球を大切にしていた。それでこそ、今五、六十億の人類が地球上に生きている。土から離れた青々とした人間の中には「子孫のことなど知るものか。自分の一生を豊かに自由に暮らせれば後の世にせうか、せうか」といつか心も増殖し続ける。このまま地球と太陽が許すはずのない

は農家が自分たちの生活のために、勝手にやることがして、物と利益をむすぶところに求めの激流の中に身を託して、遠くを見送る余裕のない心には「物の使い捨て生活が、「地球の使い捨て」に通じている」と、それが人類を絶滅の危機に追い込むことなどを省みることがない。

海老名むかしむかし

電話で海老名の昔ばなしが聞けます。

1月9日～1月22日 第80話 道祖神と地橋神
1月23日～2月5日 第81話 狐に育てられた娘

海老名むかしむかし

第248話

おかめの話

村から外へ出たことがないので他所の水を飲んだことがないという土地のお婆さんがいた。暮末の文久から明治へかけて浪人風武士が寄食していたという旧家の生まれのその武士が近所の子供の手習い師匠をしていたので、その中にまじって読み書きを習ったのだそう、博学で字も上手だった話術も巧みだった。

「目細いのは他人様のあら捜しをしないということ、家で財道具にしても、いくら買ひ整えても何かしら不足なものがある。そこで収入に応じた生活を考えることが大切で、おかめは上を見て他人を羨ましがったり、不釣り合いな高望みしない」「ほんたに。おでこが高ければ見えなし」未の男の子が額に手をかきして上目を使った。



「ちっとも器量がよくないよ。おでこが高くて鼻がべしゅんと、おまげに目が細くて人前に出られる顔じゃない」と聞き返した。お婆さんは、「それじゃ、つんつんした高慢な美人と、美人ではないか。お婆さんがお婆さんとして生きていくにはおでことお世辞を言った、その母親が「裏で遊んでるのにはもったいない」を言っていた。お婆さんは「健康を表現しているのだから、一家の柱となる主婦が背が低いのは、いつも手元に菜ひんを置くようでは家庭が暗くなる。結婚金を借出してご主人を嫁を養え、というはそれの反対。お婆さんの顔をじっと見つめていた孫娘の一人が「いくらなんでもおでこが出張つきていい」とつぶやいた。「上を見ないといつてなんだよ」長者の家にも三品足

「でも、ほつべたが赤いのは田舎っぼくおかし」と言っていた。お婆さんは「健康を表現しているのだから、一家の柱となる主婦が背が低いのは、いつも手元に菜ひんを置くようでは家庭が暗くなる。結婚金を借出してご主人を嫁を養え、というはそれの反対。お婆さんの顔をじっと見つめていた孫娘の一人が「いくらなんでもおでこが出張つきていい」とつぶやいた。「上を見ないといつてなんだよ」長者の家にも三品足

(小島 直司)