

ご飯を食べよう！ 簡単レシピ 鶏肉とおもちのさっぱり炒め



材料 (4人分)

鶏もも肉	250 g	塩ポン酢	
しめじ	1 パック	柑橘類の絞り汁	大さじ2
太ねぎ	1 本	塩	小さじ1弱
人参	30 g	油	大さじ1
もち	2 個		

【作り方】

- ①鶏肉は1口大に切り、小麦粉をまぶして余分な粉を落とす。
- ②もち1個を6等分にする。
- ③ねぎは5mm幅、人参は4cm長さのせん切り、しめじは石づきを切り落としておく。
- ④フライパンに油を熱し、鶏肉の皮を下にして並べ、あいたところに餅を加える。鶏肉は両面をカリッと焼き、切り餅は転がしながらこんがり焼く。
- ⑤フライパンの余分な油をふき取り、太ねぎ、しめじを加えてさっと炒め合わせる。
- ⑥⑤に塩、柑橘類の絞り汁を加えて味を整える。



出来上がりはこんな感じです。

定住促進にかかる 奨励金等の申請をお忘れなく！

定住促進制度は、活気に満ちあふれた地域社会を築くことを目的に、養父市定住促進条例及び、養父市若者定住促進条例に基づいて奨励金を交付するものです。

2月は、「住宅奨励金」「家賃対策補助金(奨励金)」の申請月となっています。忘れないように申請してください。制度の内容や申請についての詳細は、養父市ホームページ(<http://www.city.yabu.hyogo.jp>)または、市役所まちづくり課、各地域局にお問い合わせください。

奨励金等の種類	申請時期
住宅奨励金	取得した住宅などの最初の課税年度の2月中
家賃対策補助金(奨励金)	入居の日以降、その日の属する年度の2月中 ※中途退去の場合には退去時に申請

【申請とお問い合わせ】

市役所まちづくり課 (☎ 662-7601)
 養父地域局 (☎ 664-0282)
 大屋地域局 (☎ 669-0120)
 関宮地域局 (☎ 667-2331)

～65歳以上の高齢者のみの世帯、重度心身障害者がいる世帯、母子世帯の皆さんへ～

屋根の雪下ろし費用の一部を助成します

養父市では、大雪による家屋の倒壊および破損等を防ぎ、生活の安全を確保することを目的に、高齢者のみの世帯等に対して屋根の雪下ろしを業者等に依頼した場合に要した費用の一部を助成します。

◆助成対象者

市内に住所を有する市民税非課税世帯で次に該当する世帯の世帯主

- ① 65歳以上の高齢者のみの世帯
- ② 重度の心身障害者がいる世帯
- ③ 母子世帯

◆助成対象建物・期間

現に居住し、屋根の積雪により被害が及ぶことが懸念されるような状況の家屋で、本年1月1日から3月31日までに業者等に依頼して実施した屋根の雪下ろし。

【注】 車庫や物置小屋は対象になりません。

◆助成内容

雪下ろし1回あたり13,100円以内とし、1世帯につき50,000円を上限とします。

◆申請方法

屋根の雪下ろしが終わった後、助成金交付申請書中に民生委員さん又は区長さんに雪下ろしを実施したことの証明を受け、業者等からの領収書を添付し、市役所福祉課または各地域局で申請してください。

◆お問い合わせ

市役所福祉課 (☎ 662-3162)
 市役所養父地域局 (☎ 664-0281)
 市役所大屋地域局 (☎ 669-0120)
 市役所関宮地域局 (☎ 667-2331)