

# とみさと Hot News!

## 令和6年富里市消防出初式を挙りました

問 消防総務課 ☎ (92) 1314

1月6日、中央公民館講堂を会場に、令和6年富里市消防出初式を挙りました。来賓の方々から激励のお言葉をいただいたほか、消防活動にご尽力をいただいた消防職団員に対して表彰状の授与を行い、士気の高揚を図りました。なお、表彰者は次のとおりです。<敬称略>



### 県知事表彰

- 功労章 石田道成(団)、佐瀬崇⑥、梅澤淳一(署)
- 精勤章 伊藤稔④、板倉治男④、秋山秀一④、三ツ木友祐⑤、藤崎農⑦、吉川勉⑨、川口浩一⑬、加藤明雄⑭

### 防災危機管理部長表彰

- 防災危機管理部長章 鎌形壮生⑤、筒井寛之⑤、森作一斗⑤、伊藤耕平(署)、白石大画(署)、林田和士(署)、佐藤匠(署)、越川昇平(署)

### 県消防協会会長表彰

- 功労章 谷口学⑤、香取大輝⑤
- 精勤章 栗原宏泰(団)、並木将人③、石井智夫⑦、皆川晋吾⑨、森下貴史⑭

### 県消防協会印旛支部長表彰

- 功労章 藤崎直也⑦、篠原正裕⑧、落合康裕⑮、大島隆宏⑮
- 勤続章 仲嶋竜太⑤、浅沼直人⑫、松本隆正⑬、浅沼俊輔⑮、齊藤高征⑰
- 精勤章 佐藤元紀②、菅沼翔平⑤、高橋邦延⑨、清野将⑨、石井康平⑫、松戸丈士⑬、山下弘樹⑭、新井雄太⑮、井上昌希⑯、山崎博明⑰、石田卓也⑰、渡邊新吾⑰

### 富里市長表彰

- 功労章 岩間彰男②外4名

### 消防団長表彰

- 特別功労章 大里和也⑯外8名

※(署)は消防署、(団)は消防団本部、丸数字は各分団名称の番号

## とみさとやさい大作戦

### 水菜編

「とみさと元気なまち宣言」の取り組みとして、地元の野菜をたっぷり使ったおすすめレシピをご紹介します!!

### 水菜の栄養価

90%が水分ですが、意外にも栄養価が高い野菜です。抗酸化作用があり、美肌効果や免疫力を高める効果があるビタミンCはレモン 1/2 個分以上になります。

### ◇水菜の Pasta~カップスープの素を使った簡単パスタ~

材料	分量(4人分)	作り方
スパゲティ	200g	①しめじは小房に分け、水菜は根元を切り落とし、5cm幅に切り、ウインナーは斜めに4等分くらいに切る。 ②フライパンにオリーブオイルを熱し、強火で①を炒める。 ③鍋に分量の水を沸かし、スパゲティを茹で、カップスープの素を加えてよく溶かす。 ④火を消して、②を加え混ぜ、皿に盛る。
水菜	200g	
しめじ	1パック	
ウインナー	4本	
オリーブオイル	大さじ1	
カップスープの素	2袋	
※今回はコーンスープの素を使用		
水	4カップ	

1人分 466Kcal  
塩分 0.8g

地区保健推進員さんのワンポイントアドバイス  
今回はコーンスープでしたが、他の味でも作ることができます。茹でて水分が減ったらあとでお湯を足してください。

レシピ担当者：  
中村 壽美子さん、丹 さく子さん



## 末廣農場

イベントなどの最新情報は末廣農場ホームページをご覧ください。



問 末廣農場 [(株) グッドスタッフ]  
☎ (93) 1200

## 市の人口 2024.1.31 現在

人口：49,639人(-29) 男：25,324人(+9) 女：24,315人(-38)  
世帯数：24,808世帯(-7)

※( )内は前月比

