

とみさと Hot News !

とみちゃんのイルミネーションが寄贈されました

☎ 商工観光課 ☎ (93) 4942

12月6日、山崎電設工業イルミネーション展示場<七栄地先>を会場に、イルミネーション点灯式と寄贈式が開催され、山崎電設工業株式会社様から富里市公式マスコットキャラクター「とみちゃん」のイルミネーションを寄贈いただきました。

当日は、近隣市町のマスコットキャラクターのイルミネーションも点灯し、来場者は澄んだ空気の中、色鮮やかなイルミネーションを楽しみました。

寄贈いただきました、とみちゃんのイルミネーションは、市役所ロビー（1月28日～2月27日は中央公民館）にて展示していますので、ぜひお越しいただき、光り輝くとみちゃんをお楽しみください。



▲山崎電設工業株式会社様との寄贈式の様子



▲イルミネーション点灯式の様子



▲市役所に飾られたとみちゃん

おいしく減塩!大作戦

汁物編

「とみさと元気なまち宣言」の取組として、塩分控えめのおすすめレシピをご紹介します！
塩分の取り過ぎは、さまざまな病気のリスクを高めます。
健康で長生きを目指して、「減塩生活」を始めましょう。

地区保健推進員さんの
ワンポイントアドバイス

水煮缶を汁ごと使うことで、塩を入れなくてもあさりの出汁とバターとコンソメの塩味でおいしくなります。

レシピ担当者：並木菜苗さん
伊藤由美子さん



1人分 115 キロカロリー
塩分 0.7 グラム

◇クラムチャウダー

材料	分量 (4人分)
あさり水煮缶	40グラム(汁も使用)
玉ねぎ	1/2個
にんじん	小1本
じゃがいも	2個
バター	10グラム
水	150 ミリリットル
コンソメ	1個
牛乳	300 ミリリットル
こしょう	適量

作り方

- ① 玉ねぎ・にんじん・じゃがいもを1センチメートル角に切る。
- ② 鍋に中火でバターを熱し、①で切った野菜を入れて、2～3分炒める。
- ③ 鍋に水、コンソメ、あさりの水煮(汁ごと)を加えて、中火で4～5分煮る。
- ④ 野菜が柔らかくなったら、牛乳を加え、こしょうで味を整える。
好みでパセリをふる。



すえひろのうじょう
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。



☎ 末廣農場 [(株) グッドスタッフ]
☎ (93) 1200

市の人口
2025.12.31 現在

人口：49,868 人 (+ 57) 男：25,541 人 (+ 5) 女：24,327 人 (+ 52)
世帯数：25,817 世帯 (+ 29)

※ () 内は前月比

