



つが 恙なき日を過ごしたし日記買う

あたらしい年を迎えるために日記も用意する。
家族みな無病息災であれと思ひながら。

今西 青峰

人の動き

令和2年 10月末現在

()は前月比

人口	14,831(+ 2)
男	7,514(+ 12)
女	7,317(- 10)
うち外国人	418(± 0)
世帯数	6,780(+ 1)

出生 10 死亡 9 転入 43 転出 40

その他 -2

※平成31年1月から外国人を含む人数を掲載しています。

交通事故

令和2年 10月末現在

()は令和2年1月からの累計

発生	2件(3)
死者	1人(1)
負傷者	3人(4)

火災と救急

令和2年 10月末現在

()は令和2年1月からの累計

火災	0件(9)
[死者 0件(0)]	
救急	54件(440)
救助	2件(16)
ドクターヘリ搬送	2件(14)

心筋梗塞について

突然生じた胸痛が続く場合は心筋梗塞の可能性があります。呼吸苦や冷汗を伴い、痛みの広がり具合から胃や肩の病気と間違ふことがありますので、これまでに感じたことのないような胸痛が生じた場合には救急車の要請、医療機関の受診を早期に行ってください。

(別海消防署 救急係 75-0366)

矢日別演習場での訓練日程等について

町ホームページでお知らせしていますが、閲覧できない場合は、電話で対応することができますので、お手数ですが下記までお問い合わせ願います。
問合せ/別海駐屯地業務隊総務科 TEL 0153-77-2231 (内線311)
別海町役場総務部総合政策課 まちづくり推進担当

町ホームページ
検索キーワード

令和2年度演習



検索

TEL 0153-75-2111

(内線2211・2212・2216)



今月の納期

国民健康保険税(6期)は 12月25日(金)まで

※納税には、便利な口座振替をご利用ください。
問合せ/税務課収納対策担当(内線1115・1116)

お誕生・ご結婚

令和2年10月1日から10月31日届出分まで

※戸籍届出時に窓口で承諾された方々のみ掲載しています。



お誕生おめでとう

氏名	保護者	住所
安部 菜月 (なつき)ちゃん	女 邦彦(上 風 連)	
武田 橙弥 (とうや)くん	男 崇靖(別 海)	
芳賀 千彰 (ちあき)くん	男 守(豊 原)	
内田 大翔 (ひろと)くん	男 大輔(別 海)	
相場 春輝 (はるき)くん	男 俊介(西 春 別)	
中西 啓人 (けいと)くん	男 裕哉(豊 原)	
丹治 滯里 (みおり)ちゃん	女 詠士(西 春 別)	



ご結婚おめでとう

氏名	住所
寶柳 圭一・木村 香織さん	(奥 行)
小渡 聖也・沼田 美鈴さん	(西春別駅前)



別海町応援企画

乳和食オリジナルレシピ コンテスト入賞作品

考案者 ペンネーム

「懐かしの“こめちち”ファン」

材 料 (4人分)

- *米..... 2合
- *玉ねぎ..... 1/2個
- *ピーマン..... 1個
- *タケノコ水煮..... 100g
- *コンビーフ缶詰..... 80g
- *コンソメ顆粒..... 小さじ2
- *醤油..... 小さじ2
- *黒こしょう..... 適量
- *べっかいの牛乳屋さん... 米水加減の量

■ポイント 牛乳でご飯を炊いたらどうなるの?という疑問からやってみました。牛乳でご飯を炊くと、少しもたつと柔らかくなるイメージだったので、食感を出すためにタケノコの水煮を入れしゃきつと感を出し、ピーマンはワタも入れ、コンビーフを使用し栄養満点です。コンビーフは最強で、口の中にふわつと広がり、牛乳臭さは気にならず、牛乳でご飯を炊くのもありでした。

優秀賞作品 栄養満点 牛乳の炊き込みご飯



作り方

- ①お米2合はとぎ、水を切っておく。
- ②玉ねぎ、タケノコ水煮、ピーマン(へたのみを取り、種・ワタは使用)はみじん切りにする。
- ③鍋にお米を入れ、2合分の水加減にする。(水の代わりに牛乳を入れる。)
- ④③のお米に醤油とコンソメを加え混ぜ、上に②とほぐしたコンビーフをのせて炊く。
- ⑤お好みで、黒こしょうを適量振りかけて混ぜる。

乳和食公式サイトでは、レシピや調理動画がご覧いただけます。

