

# 地域振興券を取り扱う 特定事業者を募集します

若い親の子育てを支援し、老齢福祉年金などの受給者や所得が低い高齢者層の経済的負担を軽減して、個人消費の喚起・地域経済の活性化を推進するため三月十五日から「地域振興券」が発行されます。市では、この地域振興券を取り扱う特定事業者を募集します。

## 特定事業者募集概要

### ▼登録資格

都留市において、小売業、飲食業、洗濯、理容、旅館、医療などの各種サービス業および運輸通信業（旅行業を含む）を営む事業者とする。

特定事業者として登録を行うとする事業者は、申込書により申請を行ってください。申込書は市役所産業観光課・各地域コミュニティセンター・商工会の窓口を用意してあります。

### ▼登録証交付

特定事業者として、登録した業者に対して登録証などの交付を次の日程により行います。換金時に提示していただく大切な書類です。お忙しい時期とは存じますが、ご都合のよい日にお受け取りください。

交付場所 ふるさと会館1階 展示ホール

交付期日 3月2日～14日（8日休館）

交付時間 午前9時～午後5時

問合せ先 産業観光課

お気軽にお問い合わせください。

### ▼申込期間および窓口

一月二十五日（月）から二月二十四日（水）まで

☆一般事業者は、市役所産業観光課および各地域コミュニティセンターで、都留市商工会加入事業者は都留市商工会においてそれぞれ申し込み手続きをしてください。

## One Point Cooking 食生活ひとちメモ 19

### ワカサギ唐揚げのトマト風味漬け

エネルギー235キロカロリー  
カルシウム384ミリグラム



私たちの一番大切なものは、健康な心と体です。カルシウムが不足すると怒りっぽくなる、集中力がなくなる、ストレスを強く感じる、手足が引きつる、骨折しやすくなるなどの症状が現れるといわれています。

予防としては、適度の日光をあびる、牛乳を毎日1本以上飲む、適度の運動をする、小魚、海藻、大豆製品などをとることです。今回は骨粗鬆症にならないためにちょっとしたおかずを考えてみました。

#### 《材 料》

ワカサギ 200グラム（小20尾）、塩 少量、こしょう 少量、小麦粉 大さじ4、牛乳 大さじ2、揚げ油 適宜、  
（A）ドレッシング《タマネギ 20グラム トマト 小1個、パセリ みじん切り 大さじ1、油 大さじ3、酢 大さじ1、塩 少量、コショウ少量》

#### 《作り方》

1. ワカサギは牛乳と塩、コショウをかけてしばらくおき、水気をとり小麦粉をまぶし180度の油で揚げる。
2. タマネギ、パセリ、トマトはみじん切りにして（A）で和える。
3. 1に2をかけてしばらくつける。

食生活改善推進員会 盛里支部