



「看護のお仕事移動相談」を開催

青森県看護協会ナースセンターでは、無料職業紹介事業として看護職の相談員がハローワーク五所川原に向いて、看護職の皆さまのお仕事探しをサポートしています。お気軽にお越しください。

▽開催日

4月27日(水)・5月25日(水)
6月22日(水)・7月27日(水)
8月24日(水)・9月28日(水)

▽時間

午前9時～午前11時30分

▽場所

ハローワーク五所川原

※青森県ナースセンター(青森市)では月曜日から金曜日の

9時～16時まで、来所・電話・メール等で随時、相談を受け付けています。どうぞご利用ください。

■問い合わせ先

公益社団法人青森県看護協会
青森県ナースセンター
TEL 017 (723) 4580

介護労働講習

受講者の募集

▽開催期日

令和4年6月1日～11月9日

▽開催時間

午前10時～午後4時30分

▽開催場所

青森市はまなす会館

(駐車場無料)

▽募集人数

40人

▽対象

雇用保険受給者(ハローワークからの受講指示を受けた方)

▽受講料

無料

(テキスト代、保険料は自己負担)

▽申込締切

令和4年5月18日(水)

(定員に満たない場合、延長することがあります)

■問い合わせ先

(公財)介護労働安定センター青森支部
TEL 017 (777) 4331

公共職業訓練

パソコン基礎科

職業人に必要なパソコンの知識やビジネススキルを身に付けるとともに、ワープロソフト・表計算ソフト・プレゼンテーションソフトを中心としたOfficeソフトを総合的に活用できる知識・技術を習得できる訓練コースです。

▽訓練期間

令和4年5月27日～8月26日

▽訓練場所

ラソ・パソコン教室

(五所川原市姥港舟橋238-1)

▽定員

20人

▽受講料

無料

※テキスト代、5225円(税込)、資格取得に関する受験料は自

己負担

▽申込締切

令和4年5月6日正午まで

▽申込方法

ハローワークの職業訓練窓口へご相談の上、お申し込みください。

■問い合わせ先

ラソ・パソコン教室 担当: 竹谷
TEL 0173 (26) 6861

「裁判所見学ツアー」

参加者募集

▽開催日時

5月12日(木)

・午前の部: 午前10時～正午

・午後の部: 午後1時30分～午後3時

午後3時

▽場所

青森地方・家庭裁判所

▽内容

法定、調停室などの庁舎見学、DVD上映など

▽対象

一般の方 24人

(午前、午後各12人)

※先着順、参加無料

▽申込方法

4月18日(月) 午前9時から電話で申込み

(申込受付時間: 平日午前9時～午後4時30分)

■問い合わせ・申込先

青森地方裁判所総務課庶務係
TEL 017 (722) 5421

4月の町税等納期

○上下水道料金 4月分 【4/21(木)】
○町営住宅使用料 4月分 【4/25(月)】
※【 】納期限日

口座振替を利用していない方は、手続き簡単で便利な口座振替のご利用をご検討ください。

マイナンバーカード休日窓口

毎月第2・4土曜日に休日窓口を開設し、マイナンバーカードの交付(前日の午後5時までに電話予約が必要)や申請に必要な顔写真の無料撮影・申請補助を行います。

5月の開設日は次のとおりです。

■期 日 5月14日(土)、28日(土)
■時 間 午前9時～正午
■場 所 町民生活課窓口

行政・人権相談

町では、町民の皆さんの行政に対する意見や要望、日頃生活する上での困り事など、さまざまな内容の相談を受けるための行政相談と人権相談を行っています。

■期 日 5月10日(火)
■相談時間 午前10時～午後3時
■場 所 国際交流会館2階 202会議室

18歳から裁判員!

令和4年4月1日からの成年年齢の引下げに伴い、今年から18歳、19歳の方も裁判員候補者名簿に記載される可能性があります。実際に裁判員に選ばれる可能性があるのは令和5年以降となります。

裁判員を経験した約96%の方が、よい経験であったと感じています。裁判員候補者を選ばれた方は、ぜひ積極的な参加をお願いいたします!

■問い合わせ先

青森地方裁判所総務課訟務係
TEL 017 (72) 5421

青森県男子・婦人

既製服製造業最低工賃

改正のお知らせ

青森県男子・婦人既製服製造業最低工賃が令和4年4月1日より改正されます。

▽改正のポイント

工賃額について、すべての品目、工程(男子既製服2品目25工程、婦人既製服5品目36工程)において、それぞれ1円〜12円引き上げられます。

詳しくは青森労働局ホームページをご覧ください。

■問い合わせ先

青森労働局労働基準部賃金室

TEL 017 (73) 4114

青森県司法書士会 公式キャラクター募集

▽募集内容

司法書士をイメージした、多くの人が親しまれるキャラクターのデザインと愛称(青森県らしさがあり、司法書士のPRにつながるもの)

▽募集期間

令和4年4月1日〜6月30日

▽応募資格

プロ・アマの別、年齢、居住地は問いません

▽表彰

採用された作品1点の応募者に賞金30万円を贈呈

※詳細な応募方法・条件等については、当会ホームページでお知らせいたします。

■問い合わせ先

青森県司法書士会
TEL 017 (77) 8398

鶴田地区交通事故死亡事故ゼロ1000日達成

五所川原地区交通安全協会鶴田支部(下山幸治支部長)は、令和4年2月28日に交通事故死亡事故ゼロ1000日を達成しました。

鶴田地区では令和元年6月4日以来、交通死亡事故が発生していません。



乳幼児健康診査

場所: 町保健福祉センター「鶴遊館」

乳幼児健康診査について

新型コロナウイルス感染症対策のため、以下の乳幼児健診については対象となる方に、個別にご連絡いたします。

【4か月児健康診査】

・月 日 5月11日(水)
・対 象 令和3年12月生

【10か月児健康診査】

・月 日 5月11日(水)
・対 象 令和3年6月生

【7か月児健康相談】

・月 日 5月12日(木)
・対 象 令和3年9月生

【3歳児健康診査】

・月 日 5月25日(水)
・対 象 平成30年8・9月生

新型コロナウイルス 感染症について

町民の皆さま方には、感染防止対策にご協力いただきありがとうございます。

－ 県知事メッセージの内容 －

- 基本的な感染防止対策の徹底を継続しましょう。
- 風邪症状などがあり、体調がすぐれない方は、出勤・登校・登園等を控え、速やかにかかりつけ医等に相談しましょう
- ご家族に感染が疑われる人がいたら、自宅でも細心の注意を払いましょう
- 感染リスクが高い場所・場面はできるだけ避けましょう

◎オミクロン株は、感染拡大の速度が非常に速く、密集・密閉・密接への対策を1つでも欠くと、感染する危険性が高くなります

◎お互いを守り合う気持ちで、引き続

き、ご理解とご協力をお願いいたします

【発熱などの症状がある方】

- ・まずは、かかりつけ医に電話相談
- ・かかりつけ医がいない場合
県コールセンターに電話相談
TEL: 0120-123-801

【感染について心配な方】

- ・厚生労働省電話相談窓口
TEL: 0120-565653
- ・受診・相談センター
(五所川原保健所)
TEL: 0173-34-2108

【健康面・予防方法について心配な方】

- ・県コールセンター
TEL: 0120-123-801
- ・役場 健康保健課
TEL: 22-2111

■問い合わせ・申込先
健康保険課 健康長寿班
(内線131、132、133、136)

【有料広告】



未来を拓く りんご専門の産地市場



(株)津軽りんご市場

〒038-3684 北津軽郡板柳町大字三千石字二湯 21-3

TEL 0172(72)1211 FAX 0172(72)1229

ホームページ <https://tsugaruringo.jp/>

鶴田町の新婚世帯を応援！

令和 4 年度鶴田町結婚新生活支援事業

鶴田町では、夫婦として新生活をスタートする世帯を対象に、結婚に伴う新生活のスタートアップにかかる住居費（新築・購入、リフォーム、賃貸に係る費用）および引越費用の一部を補助します。



対象経費

婚姻を機に、令和 4 年 1 月 1 日から令和 5 年 3 月 31 日までの間に要した次の費用（1 世帯当たり上限 30 万円）

新婚生活にかかる費用を

最大 30 万円補助

住居費

物件の新築・購入費用、リフォーム費用、賃貸費用（賃料、敷金、礼金、共益費、仲介手数料）

および

引越費用

婚姻を機に引っ越した場合に、引越・運送業者に支払った費用

対象世帯

令和 4 年 1 月 1 日から令和 5 年 3 月 31 日までの間に婚姻届を提出し、受理された夫婦で、次の①～④の全てを満たす世帯

①

対象となる住宅が町内にあり、申請時に夫婦の双方または一方の住民票の住所が対象となる住宅にある

③

夫婦の直近の所得合計額が 400 万円未満である

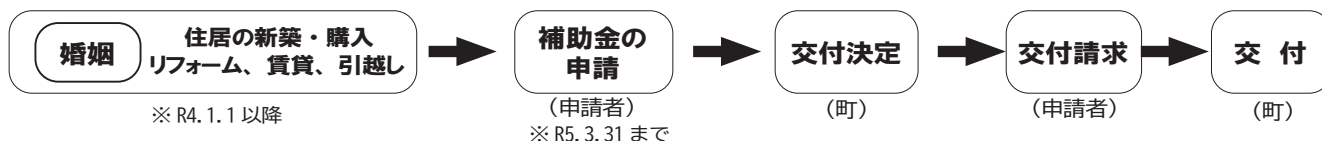
②

夫婦ともに婚姻日における年齢が 39 歳以下である

④

ほかの公的制度による家賃補助等を受けていない

結婚新生活支援事業費補助金 補助までの流れ



申込受付期限：令和 5 年 3 月 31 日（金）まで ※先着順のため、予算額に達し次第終了

○その他

上記のほか、条件があります。詳細や申請方法・必要書類は直接お問い合わせいただくか、町ホームページをご覧ください。

■問い合わせ・申請先：鶴田町役場町民生活課 くらしの窓口班 TEL：0173-22-2111（内線153）

インボイス制度説明会

日時	募集人員	開催場所	留意事項
4月27日(水)	各 10 名	五所川原 税務署	4/20（水）までにお電話で予約願います
5月25日(水)			5/18（水）までにお電話で予約願います
6月22日(水)			6/15（水）までにお電話で予約願います

「留意事項」欄に表示された期限までに、下記問合せ先まで電話で事前予約をお願いします。

予約の申込状況等により、ご希望に添えない可能性がありますことをあらかじめご了承ください。

■問い合わせ先

五所川原税務署 法人課税部門 TEL：0173-34-3279

5 ～ 6 月定例労働相談会

日時	場所
5月10日(火) 13:30～15:30	青森県労働委員会 (青森市新町 2 丁目 2-11 東奥日報新町ビル 4 階)
5月15日(日) 10:30～12:30	
6月7日(火) 13:30～15:30	
6月19日(日) 10:30～12:30	

労働者と事業者との間に生じた労働問題（解雇・賃金引き下げ・長時間労働・パワハラなど）について、青森労働委員会委員が相談に応じます。

■問い合わせ先

青森県労働委員会事務局 TEL：017-734-9832

鶴田町へ定住される方を支援！

令和4年度鶴田町移住定住促進交付金

町では、移住・定住促進を図るため、町内に住宅を所有しない方が、新たに町内で住宅を取得する場合に、移住定住促進交付金を交付します。

対象物件

居住用として取得した新築・建売・中古住宅で次の①～②の条件を満たす物件

①既存住宅の建替えや無償譲渡、贈与、相続により取得する住宅でないこと

②居住用部分の割合が、延べ床面積の2分の1以上かつ、面積が50㎡以上の住宅であること

※建築後1年以上経過した建売住宅は中古住宅扱いとなります。

申請者要件

令和3年4月1日以降に住宅を取得した方で次の①～②の全てを満たす世帯

①当該住宅地に住民登録を有し、5年以上の定住を見込む者であること

②世帯員が住宅の所有権を2分の1以上有していること
(共有持分の場合は共有者の同意が必要です)

○交付額

住宅の区分	基本額	加 算 額
新築住宅 建売住宅	10万円	(1)圏域※1外転入加算：5万円または移住※2世帯加算：10万円 (2)子育て加算：子ども(中学生まで)・妊婦1人につき2万円 (3)町内建築業者利用加算：5万円
中古住宅	5万円	(1)圏域※1外転入加算：5万円または移住※2世帯加算：10万円 (2)子育て加算：子ども(中学生まで)・妊婦1人につき2万円

※1：圏域とは、当町と定住自立圏を構成する五所川原市・つがる市・鰺ヶ沢町・深浦町・中泊町をいいます。
※2：移住とは、青森県外からの転入をいいます。

(例) 青森市からの引越して住宅を建てた場合

夫 妻(妊婦) 子ども(小学1年生)

基本額：10万円+圏域外転入加算：5万円+子育て加算：4万円
=交付額19万円

申込受付期限：令和5年3月末日まで ※予算額に達し次第、受付終了となる場合があります

○その他

- ・上記のほか、要件の詳細や申請方法は直接お問い合わせいただくか、町ホームページをご覧ください。
- ・旧定住支援交付金の対象者につきましては、引き続き旧制度に基づき交付を受けることになります。

■問い合わせ・申請先：鶴田町役場企画観光課 まちづくり班 TEL：0173-22-2111（内線263）

障がいのある子どもたちやご家族に寄り添う

西北地区特別支援連携協議会では、相談支援サポートセンター「ねっと！ひまわり」を設置し、特別な支援を必要とする子どもの遊び・学び・発達などに関する相談や支援を行っています。

●対象者
乳児から高校生、ご家族や担任の先生など

●開設場所
鶴田町保健福祉センター「鶴遊館」(鶴田町大字鶴田字沖津193)

●開設日時
5月18日(水)、6月15日(水)、7月20日(水)、8月3日(水)、9月28日(水)、10月12日(水)、11月9日(水)、12月7日(水)
相談は無料です。事前予約制のため、相談日の1週間前までに電話またはメールでお申し込みください。

■問い合わせ先
西北地区特別支援連携協議会「ねっと！ひまわり」事務局(青森県立森田養護学校内)
TEL：0173-26-2610 E-mail：himawari-mrt.sh@asn.ed.jp

11 広報つるた No. 738

町職員人事異動

【令和4年4月1日付】

新 職 名	氏 名	前 職 名
課 長 級		
◇教育委員会教育次長（昇任）	一戸 泰人	教育委員会学務総務班長
◇鶴田診療所事務長（昇任）	成田 和磨	選挙管理委員会事務局次長
◇総務課長	八木橋 成人	教育委員会教育次長
次 長 級		
◇学校給食センター所長（昇任）	太田 有治	産業課農業振興班長
◇選挙管理委員会事務局次長（昇任）	鈴木 秀樹	町民生活課くらしの窓口班長
班 長 級		
◇産業課農業振興班長（昇任）	齋藤 千帆	産業課農地班総括主幹
◇教育委員会学務総務班長（昇任）	今 優也	教育委員会学務総務班総括主幹
◇町民生活課くらしの窓口班長（昇任）	安田 昌孝	健康保険課国保介護班総括主幹・新型コロナウイルスワクチン接種対策班総括主幹
◇企画観光課まちづくり班長（昇任）	山本 清太郎	総務課財務班総括主幹
総括主幹級		
◇学校給食センター総括主幹（昇任）	石岡 夏美	学校給食センター主任主査
◇建設整備課上下水道班総括主幹（昇任）	高橋 聖子	建設整備課土木班主任主査
◇健康保険課国保介護班総括主幹・新型コロナウイルスワクチン接種対策班総括主幹兼務（昇任）	太田 茂子	健康保険課国保介護班栄養士・新型コロナウイルスワクチン接種対策班栄養士兼務
◇教育委員会学務総務班総括主幹（昇任）	成田 圭一	総務課人事行政班主査
◇企画観光課まちづくり班総括主幹（昇任）	三浦 千香子	町民生活課福祉支援班主査
◇税務会計課出納徴収班総括主幹（昇任）	須藤 丈尋	学校給食センター主査
◇教育委員会社会教育班（公民館）総括主幹	笹森 悦子	教育委員会社会教育班総括主幹
◇総務課財務班総括主幹	坂本 博之	企画観光課まちづくり班総括主幹
◇産業課農地班総括主幹	貴田 尚人	企画観光課観光班総括主幹
主任主査・主査級		
◇町民生活課くらしの窓口班主査（昇任）	金山 麻美	町民生活課くらしの窓口班主事
◇企画観光課まちづくり班主査（昇任）	花田 浩輔	青森県企画政策部地域活力振興課
◇産業課農地班主任主査	佐藤 春奈	町民生活課福祉支援班主任主査
一般職員		
◇総務課人事行政班主事	渋谷 大樹	総務課財務班主事
◇総務課財務班主事	成田 尚弥	建設整備課土木班主事
◇教育委員会社会教育班（公民館）主事	下山 繭	町民生活課くらしの窓口班主事
◇町民生活課福祉支援班主事	三浦 夏波	総務課人事行政班主事
◇税務会計課税務相談班主事	田中 歩	健康保険課国保介護班主事・新型コロナウイルスワクチン接種対策班主事兼務
◇総務課人事行政班主事	葛西 莉央	企画観光課まちづくり班主事
◇建設整備課土木班主事	川村 海周	産業課農業振興班主事
◇健康保険課国保介護班主事・新型コロナウイルスワクチン接種対策班主事兼務	木村 成杜	教育委員会社会教育班主事
◇教育委員会社会教育班主査	加賀谷 祐一	教育委員会社会教育班体育指導員
派遣		
◇つがる西北五広域連合	成田 和磨	選挙管理委員会事務局次長
◇つがる西北五広域連合	竹内 真友希	税務会計課税務相談班主事
◇つがる西北五広域連合	神 達郎	派遣更新
◇つがる西北五広域連合	北谷 美香	派遣更新
新 採 用		
◇企画観光課まちづくり班主事	平田 夏那	
◇町民生活課福祉支援班主事	須郷 泰生	
◇町民生活課くらしの窓口班主事	笹森 紘太	
◇教育委員会社会教育班主事	成田 夏輝	
◇建設整備課上下水道班主事	高橋 朋也	
◇町民生活課くらしの窓口班主事	吉田 麻衣美	
◇健康保険課国保介護班主事・新型コロナウイルスワクチン接種対策班主事兼務	松江 静佳	
◇産業課農業振興班主事	山田 稔	
◇企画観光課観光班主事	大平 利哉	
◇建設整備課土木班主事	齋藤 恵一	
◇教育委員会学務総務班主事	會澤 和	

再任用		
◇総務課人事行政班専門員	工藤 都貴子	更新
◇教育委員会社会教育班用務員	山本 理	更新・鶴田小学校用務員
◇任期満了【3月31日付】	佐藤 浩美	建設整備課上下水道班専門員
◇任期満了【3月31日付】	福井 清明	教育委員会社会教育班(公民館)専門員
退職者		
◇定年退職	工藤 郁子	税務会計課出納徴収班総括主幹
◇普通退職	中野 伸康	総務課長
◇普通退職	中村 千晶	企画観光課まちづくり班長

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金(10万円/1世帯) 確認書の提出期限が迫っています【受給には手続きが必要】

提出期限
令和4年
5/2

1.支給対象

○世帯全員の令和3年度「**住民税均等割が非課税**」の世帯
支給対象と思われる世帯へは、鶴田町から確認書が送られています。(1月下旬ごろ)
※対象と思われる方で、確認書が届いていない場合はお問い合わせください。

2.支給額

1世帯あたり**10万円**

3.申請期限

令和4年5月2日(月)まで

※令和3年1月以降の収入が減少し、「**住民税非課税相当**」の収入となった世帯(家計急変世帯)の
申請期限は**令和4年9月30日(金)まで**です。対象と思われる方は下記までお問い合わせください。

■問い合わせ・申請先：鶴田町役場町民生活課 福祉支援班 TEL：0173-22-2111(内線161)

町の子育て支援

令和4年3月議会で子育て世帯を支援するため、下記のことが決定されました。

保育等利用者負担額・保育等副食費の支援

保育等利用者負担額・保育等副食費の補助を行います。
【補助期間】令和4年4月～令和5年3月分
※該当する方には、通知書を発送してお知らせします。
■問い合わせ先
町民生活課 福祉支援班 TEL：0173-22-2111(内線162)

学校給食費保護者負担分の支援

町内の小・中学校の給食費を無償化します。
【支援期間】令和4年4月～令和5年3月分
【申請方法】申請等は不要です
■問い合わせ先
鶴田町学校給食センター TEL：0173-22-3171

鶴泊駅に自転車置き場を設置

町では3月下旬、JR鶴泊駅利用者の利便性向上を目的に自転車置き場を設置しました。

利用上の注意

- 盗難等の責任は負いません。
- 施錠等は利用者で確実に行ってください。
- 長期間駐輪された場合は、放置自転車として撤去させていただきます場合があります。



△鶴泊駅に設置された駐輪場

瀬良沢分団に軽消防車両を配備

3月25日(金)、町では町消防団瀬良沢分団(高橋友樹分団長)の消防車両の経年劣化を受け、軽消防車両1台を引き渡しました。
高橋分団長は「最新鋭の消防車両に更新され、分団員一同身の引き締まる思いです。機能・性能を十分に駆使できるよう技術の習熟に努めていきます」と謝辞を述べていました。



△新たな軽消防車両の機能を確認する消防団員

鶴田町の職員を募集します【令和5年4月1日採用予定】

町では、令和4年度職員採用試験（大学卒業程度）を次のとおり行います。
今回の第1次試験は、公務員試験対策が不要な「SPI3（総合適性検査）」により実施します。

募集職種	募集人数	応募要件（学歴、資格、年齢など）
行政	若干名	- 大学卒業以上の学歴を有する方（令和5年3月卒業見込者を含む） - 平成5年4月2日以降に生まれた方
建築	1名程度	- 大学卒業以上の学歴を有する方（令和5年3月卒業見込者を含む） - 一級建築士または二級建築士の免許を有する方（令和5年3月免許取得見込者を含む） - 昭和57年4月2日以降に生まれた方

▶ 申込受付期限

令和4年5月18日（水）まで

▶ 試験日

1次試験：令和4年5月7日（土）～6月10日（金）までのいずれか

▶ 試験内容

SPI3検査（性格検査、基礎能力検査）

▶ 試験会場

全国のSPI3テストセンター（青森県内は青森浜田会場）

▶ 申込方法

就活サイト「リクナビ2023」から申込み（インターネットのみ）

【<https://job.rikunabi.com/2023/company/r506172054/>】

試験等の詳細については、
鶴田町ホームページをご覧ください。



■問い合わせ先：鶴田町役場 総務課人事行政班 TEL：0173-22-2111（内線272）

令和4年度自衛官募集案内

自衛隊青森地方協力本部では、自衛官を募集します。

募集種目	資格	受付期限	試験日
一般曹候補生	採用予定月の1日現在、 18歳以上33歳未満の者 (平成2年4月2日から 平成17年4月1日ま でに生まれた方)	令和4年5月10日(火)	1次試験：令和4年5月21日（土） 2次試験：令和4年6月18日（土）
自衛官候補生			筆記試験 令和4年5月21日(土)～5月23日(月) 面接・身体試験 令和4年5月28日（土）

試験会場については、下記のお問い合わせ先までご連絡ください。

■問い合わせ先

自衛隊青森地方協力本部 五所川原地域事務所（五所川原市唐笠柳藤巻 五所川原共同庁舎3階）
TEL：0173-35-2305

鶴の舞橋 桜まつり

開催期間：4/23（土）▶ 5/5（木・祝） 開催場所：富士見湖パーク

今年の「鶴の舞橋桜まつり」は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、園内の観桜のみとさせていただきます。

ご来場の際は、マスクの着用、アルコール消毒の徹底にご協力ください。

▶ 中止内容

- ・ステージイベント
- ・第35回津軽富士見湖全国へら鮎釣り大会

お願い

- ・感染防止のため、順路を設けさせていただきます。
- ・会場内ではマスクの着用をお願いします。
- ・来場前にご自宅での検温をお願いいたします。
- ・公園内での「飲酒」、「食べ歩き」、「宴会」を禁止します。
- ・会場内では周りの人との間隔をとり、密集や密接を避けるようお願いいたします。

■問い合わせ先

鶴田町観光協会
TEL：0173-22-3414

21世紀の町の担い手たち

家族からのメッセージ

令和4年1月に出生届けがありました赤ちゃんをご紹介します。



健太（けんた）くんへ

元気いっぱい、みんなに
優しい子になってね！
渋谷 吏揮・恵里花さん(桜町)



里央菜（りおな）ちゃんへ

女の子らしく育てねー★
長内 直人・恵里花さん(桂井)



信（しん）くんへ

生まれてきてくれてありが
とう♡お姉ちゃんと仲良く
大きく元気に育てね♡
加賀谷 祐一・尚子さん(桂井)



真菜（まな）ちゃんへ

真菜生まれてきてくれてあ
りがとう！真菜はみんなの
宝物です！大好き！
貴田 拓真・昭菜さん(稲川)



つるりん LINEスタンプ販売開始

町のイメージアップ・PRのため
LINEスタンプ「つるりん【青森県 鶴
田町】」を制作しました。
いろんな表情のつるりんでき持ち
を伝えよう！津軽弁もあるよ！



LINEスタンプショップで
販売中（120円/50コイン）



問い合わせ先：企画観光課 0173-22-2111（内線261）

食改 おすすめ レシピ

手作り、かんたん、クッキング

オニオンスープ

1人分：78kcal 塩分1.4g 野菜量50g 調理時間：約45分

今回はオニオンスープをご紹介します。そのままでも甘い玉ねぎですが、弱火でじっくり飴色に炒めることで、甘さと旨味が凝縮されます。電子レンジを使うことで手間が省けます。ぜひ、お試しください。

◆作り方

- ①玉ねぎは半分に切り、2mm幅のくし形に切る。
- ②深めのフライパンにバターを熱し、①の玉ねぎを弱火で茶色に色付くまで炒め、こしょうをふる。Aを入れ、ひと煮立ちさせる。
- ③バケットは1～1.5cm幅に切る。
- ④耐熱容器（ココット型等）に、スープを注ぎ、バケットを入れ、チーズをのせ、230度に温めたオーブンで8～9分焼き、パセリのみじん切り、こしょうをふりかける。

★ポイント

バケットを入れたら、すぐに焼けるようにオーブンは準備しておきます。また、オーブントースターでも作れます。その場合はチーズの焼き色を目安に加熱時間を加減しましょう。



◎材料（2人分）

玉ねぎ …………… 中 1/2 個
バター …………… 小さじ 1
バケット …………… 2 切れ
パセリ …………… 適量
こしょう …………… 適量
A

コンソメ … 1 個 水 …… 2 カップ
こしょう …………… 適量