



市長の公務日記

（東奔西走日記）

東美濃地域の魅力発信

3月4～5日の2日間、名古屋で東美濃地区6市1町（多治見市、中津川市、瑞浪市、恵那市、土岐市、可児市、御嵩町）の産業・歴史・文化など、魅力ある観光資源を広くPRし、交流人口の拡大と東美濃圏内の観光振興を図るため「MEETS HIGASHI I-MINO 楽しい東美濃地酒・美濃焼・食・あそび」を開催しました。



3月4日に開催されたオーピングイベントで、東美濃地域のPRや鏡開きなどを行いました。

会場では東美濃地域のそれぞれの魅力が紹介され、本市からは地酒4蔵、五平餅、木製品などが出店しました。2日間とも天候に恵まれ、多くの来場者で会場はにぎわいを見せました。

観光面において「安全安心、食と土産、ゆっくり周遊」が揃うことが重要です。

また、本市にはリニア時代を見据え、市内への移動はもとより広域に足を伸ばしていただく結節点としての役割を果たす必要があります。

今回のイベントなどをはじめと、広域で連携することでそれぞれの魅力を更に深掘りし、地域の活力を作っています。

（市長談）



食べて健康レシピ

健康医療課（☎内線 639）

〈1人分の栄養価〉



チンゲン菜と卵の塩昆布和え

☆薬物野菜を食べよう☆



●材料（2人分）

- チンゲン菜……………2株（200g）
- 卵……………1個（50g）
- 油……………小さじ1/2
- 塩昆布……………5g
- 酒……………大さじ1/2
- しらす干し……………大さじ2（10g）

●作り方

- ① チンゲン菜は茹でてザルにあげ、冷めたら2～3cmの長さに切って水気を絞る。
- ② 卵は溶いて、油をひいたフライパンで炒る。
- ③ 塩昆布は短く切り、酒をふって電子レンジで10～20秒ほど加熱し、アルコールをとばす。
- ④ ①～③と、しらす干しを和える。

1日の食塩摂取量の目標は
・男性7.5g未満・女性6.5g未満・高血圧の方6g未満

☆健康レシピ情報☆
市ホームページに、手軽に作れる野菜料理を紹介しています。「健康レシピ」で検索またはこちらの二次元コードからご覧ください。



人の動き 令和5年2月末現在
人口 75,247人（-46人）
男 36,905人（-25人）
女 38,342人（-21人）
世帯数 31,514世帯（+28世帯）
数値は外国人含む、（ ）内は前月比

スマホで
広報紙



市からの
情報 GET



編集後記

今月の表紙は、東京大学との共同研究の一環でオープンした「付知地域デザインミュージアム」です。夜の水面に光が反射して、とてもきれいですよね。これからの季節、ゆったりとした時間を過ごすこと間違いなし！憩いの場や休憩所として、ぜひ訪れてみてはいかがでしょうか。