

曜日 時間	火・水・木・金 番組内容	土・日・月 番組内容
7:00	おやすみ情報	
7:03	しかチャンニュース	
7:55	北陸電力文字情報	
8:00	今月のお料理レシピ & 志っ賀りヘルス & 志っ賀り体操足若体操 ver.	
8:45	北陸電力志賀原だより & 北陸電力文字情報	
9:00	しかっ子あつまれ!! [~15日] 中甘田保育園 [16日~] とき保育園	[~15日] しかっ子あつまれ!!すばる幼稚園 [16日~] 特集・笹波移住者の田中夫妻結婚式・披露宴
9:55	北陸電力文字情報	
10:00	[~15日] 志賀町を描く美術展 & 能登の里山里海小・中学生絵画展表彰式 [16日~] こどここ?志賀町 七海編	[~15日] しかっ子あつまれ!! 中甘田保育園 [16日~] 志賀町を描く美術展 & 能登の里山里海小・中学生絵画展表彰式
10:55	北陸電力文字情報	
11:00	図書館だより	
11:20	確定申告のお知らせ	
11:45	北陸電力志賀原だより & 北陸電力文字情報	
12:00	[~15日] 志賀大陸 消防団土田分団 [16日~] しかっ子あつまれ!!中甘田保育園	[~15日] こどここ?志賀町 七海編 [16日~] しかっ子あつまれ!!とき保育園
12:55	北陸電力文字情報	
13:00	おやすみ情報	
13:03	今月のお料理レシピ & 志っ賀りヘルス	
13:28	志っ賀り体操 足若体操ver.	
13:55	北陸電力文字情報	
14:00	しかチャンニュース・お知らせ・行政情報	
14:55	北陸電力文字情報	
15:00	[~15日] しかっ子あつまれ!!すばる幼稚園 [16日~] 特集・笹波移住者の田中夫妻結婚式・披露宴	[~15日] 小・中学校連合音楽会 [16日~] しかっ子あつまれ!!中甘田保育園
15:55	北陸電力文字情報	
16:00	図書館だより	
16:20	確定申告のお知らせ	
16:45	北陸電力志賀原だより & 北陸電力文字情報	
17:00	今月のお料理レシピ & 志っ賀りヘルス	
17:25	北陸電力文字情報	
17:30	[~15日] おおきくになったら(とき保育園)・小・中学校連合音楽会 [16日~] おおきくになったら(土田保育園)・志賀町を描く美術展 & 能登の里山里海小・中学生絵画展表彰式	[~15日] (再)こどここ?志賀町 代田編・貝田編 [16日~] こどここ?志賀町 七海編・(再)ぶらり志賀町の旅(大漁起舟祭)
19:00	お知らせ・行政情報	
19:05	しかチャンNEWS(青春全開志賀高!)	[~15日] 志賀町を描く美術展 & 能登の里山里海小・中学生絵画展表彰式 [16日~] 小・中学校連合音楽会
19:55	北陸電力文字情報	
20:00	[~15日] こどここ志賀町 七海編 [16日~] 特集・笹波移住者の田中夫妻結婚式・披露宴	[~15日] 特集・笹波移住者の田中夫妻結婚式・披露宴 [16日~] 志賀大陸 消防団土田分団
20:45	北陸電力志賀原だより & 北陸電力文字情報	
21:00	しかっ子あつまれ!! [~15日] 中甘田保育園 [16日~] とき保育園	[~15日] おおきくになったら(とき保育園)・しかチャンNEWS [16日~] おおきくになったら(土田保育園)・しかチャンNEWS
21:55	北陸電力文字情報	
22:00	[~15日] しかっ子あつまれ!!すばる幼稚園 [16日~] 小・中学校連合音楽会	[~15日] 志賀大陸 消防団土田分団 [16日~] しかっ子あつまれ!!中甘田保育園
22:55	北陸電力文字情報	
23:00	おやすみ情報	
23:03	終了	

1月の  
**しかチャンネル**  
**番組ガイド**  
デジタル:9ch STB:038ch



### 今月の番組

**こどここ?志賀町 七海編**  
第4回は、「富来七海地区」を紹介。

**しかっ子あつまれ!!**  
[~15日] すばる幼稚園 & 町乳幼児保育園  
[1日~] 中甘田保育園  
[16日~] とき保育園  
の運動会リハーサルの様子を放送します。

**第12回小・中学校連合音楽会**  
町内4小中学校の合唱やプラス演奏発表。

**第28回志賀町を描く美術展 & 能登の里山里海小・中学生絵画展**  
11月13日に行われた表彰式と、インタビューや絵画を紹介します。

**(特集) 笹波移住者の田中夫妻結婚式・披露宴**  
11月19日、笹波集落で33年振りに開催された結婚式・披露宴の特集です。

**【再放送】**  
・こどここ?志賀町 代田編・貝田編  
・ぶらり志賀町の旅「大漁起舟祭」

**【おおきくになったら】**  
金沢ケーブルテレビ制作・放送の「おおきくになったら」を再放送。  
[1月1日~15日] とき保育園  
[1月16日~31日] 土田保育園  
[2月1日~15日] 志加浦保育園  
[2月16日~28日] 中甘田保育園  
[3月1日~15日] 高浜保育園

ケーブルテレビに関するお問い合わせは  
**志賀町ケーブルテレビ(情報推進課)**  
TEL 32-9999  
E-mail jyouhou@town.shika.lg.jp

※都合により、放送内容を一部変更することがあります。番組表は、地上デジタル放送のEPGでもご覧いただけます。

## 住まいと土地の総合案内所

不動産のことなら何でもご相談下さい ー料金不要ー  
県外在住の方もお気軽にお電話下さい

心の通うまちづくり

### みらい都志開発(株)

羽咋市石野町二 107 (やち歯科医院さん向かい)  
TEL (0767) 22-1537  
http://www.mirai-toshi.jp



宅地建物取引業(石川県知事(3)3772号)  
不動産コンサルティングマスター

志賀町でインターネットするなら  
**ケーブルテレビのインターネット**  
プロバイダ料、回線使用料、全てコミコミ。お支払いはこの金額だけ。

100メガ ひかり100  
月額利用料金 4,500円/月 ▶ 3,500円/月

ケーブルテレビの多チャンネルと同時加入で

※当社のインターネットサービスはベストエフォート型で、通信速度を保障するものではありません。回線の状況により最大速度での提供ができない場合があります。※表記の金額は、全て税抜価格です。消費税分は別途精算させていただきます。

今すぐ、加入の  
お申し込みは 年中無休  
土日祝も受付  
9:00~18:30

## 0120-751-114

金沢CATV 金沢ケーブルテレビネット 金沢市南町2番1号 北國新聞会館18階

有料  
広告  
欄



4



5



6



7



1



3



2

1 ヘリコプターで避難する孤立住民 2 自衛隊は寸断された道路に橋を掛ける訓練を実施  
3 谷本県知事が自衛隊の訓練を視察し、説明を受けた 4 放射線防護施設に避難する住民  
5 ライフジャケットを着用し、船舶による海上避難も実施 6 志加浦保育園の園児が初めて訓練に参加し、バスで白山市へ避難した 7 オフサイトセンターで対応する職員

防災技能の向上のため、防災訓練に積極的に参加し、防災意識・知識を高めましょう。

の除染などを体験・見学し、防災意識を高めました。

施設を含め、町内から約410人の住民が参加し、避難やスクリーニング、車の除染などを体験・見学し、防災意識を高めました。

道路寸断で孤立したと想定された福浦地区では、県消防防災ヘリや自衛隊ヘリ、国土交通省の船舶などで避難しました。陸上自衛隊員は、寸断された道路に仮設橋を渡す訓練をし、谷本県知事が視察しました。

性を確認しました。

11月20日(日)、地震発生による志賀原子力発電所の事故を想定した原子力防災訓練が行われ、約2,200人が参加しました。

環境安全課 ☎32-9321

有料  
広告  
欄

## 『広報しか』有料広告募集!

広告の規格 【大きさSAMPLE】1号(実寸大)

1号 45mm×88mm (1色) 10,000円 3号 45mm×88mm (カラー) 15,000円  
2号 45mm×178mm (1色) 20,000円 4号 45mm×178mm (カラー) 30,000円

広報しか 3月号への掲載申込受付は1月20日(金)まで。

詳しくは…

情報推進課 ☎32-9261

志賀千古温泉  Shi-on  
シオン

## アクアパークシオン

- ・温泉 あさ 9時～午後11時
- ・室内プール 午前 9時～午後10時
- ・レストラン 午前11時～午後10時

※団体予約も承っております。☎0767-32-8555



私たちの町の

# 民生委員・児童委員

地域社会の生活に困っている人、児童・障害者・高齢者などのことで問題を抱えている人はいませんか？民生委員・児童委員は、地域の身近な相談相手として、問題解決のため行政や関係機関とのパイプ役をつとめています。子どもの問題を専門に担当する主任児童委員もいますので、気軽に相談ください。

	担当地区	氏名
高浜	1区・2区	田中 比呂美
	3区・4区	古府 利美
	5区・6区	河嶋 美津
	7区・11区	宮下 久幸
	8区・9区・10区	久田 幸子
	旭ヶ丘・東旭	都 智恵子
	はまなす	大岡 邦子
	新大念寺・あすなろ	後道 由幸
志加浦	川尻・町	長田 絹代
	安部屋・営団・志賀の郷住宅	菓子田久美栄
	健康村・ロイヤルティ	石藏 三郎
	上野	松本 力藏
	大津・小浦	塚田 俊幸
	百浦	干野 光雄
堀松	赤住・北電寮・はまなす園	永谷 紀美恵
	堀松・緑ヶ丘	堀 すま子
	梨谷小山	篠原 礼子
	清水今江・北吉田	竹川 広美
	末吉・西山台	萬澤 千鶴子 鹿野 則男
	神代・矢蔵谷	片山 豊美
上熊野	長田・釈迦堂	木村 紀弘
	直海・促進住宅	森場 陽子
	米町・小室・松木	青山 力男
	田原・五里峠	福田 眞由美
	大笹・牛ヶ首・猪谷	田上 洋子
土田	徳田	茨木 由里子
		谷内 雅子
	舘開	野澤 雅子
	出雲・火打谷	谷口 紀代子
	矢田・印内	寺田 好枝
	代田・新林	辻口 美子
	牧山・仏木	坪井 順成
	谷屋・栗山	山下 洋子

	担当地区	氏名
加茂	矢駄	泉 陽子
	倉垣	細川 宗宏
	安津見	谷内 俊春
下甘田	東谷内・上棚	泉 靖
	二所宮	安中 喜六
	福井・舘	押田 忍
	米浜・大坂・穴口	大島 友子
中甘田	大島	木下 ますみ
	長沢	本谷 利枝
	福野・宿女	道谷内 強
	岩田・坪野	坂井 真由美
	甘田	濱田 喜久子
福浦	福浦港	加藤 勇雄
		松山 万里子
三明	豊後名・中山・日下田	高 貞子
	草木・日用・町居	中村 久明
	三明・中畠	山本 洋子
	荒屋・谷神・六実	大瀧 瀧一
富来	富来地頭町	佐藤 政直
		富森 栄
	富来領家町	坂本 時子
		上瀬 久雄
	富来高田	松村 和子
富来七海・富来生神・富来牛下	川端 幸子	
稗造	大矢 みち子	大矢 みち子
	広地・東小室	松平 ちづ子
	貝田・大西・江添・田中	原谷 外百子
	和田・今田	輔田 俊子
	尊保・楚和・灯・阿川・入釜	三田 俊雄
	鶴野屋・地保・切留	鶴之家佐和子

	担当地区	氏名
東増穂	八幡・八幡座主・中泉	漆原 泉
	里本江	堀辺 修央
	中浜・給分・大鳥居	増田 邦彦
	相神・草江	坂本 正樹
西増穂	酒見・香能	谷内 柳宣
		藤井 道代
	稲敷・栢木	間谷 信雄
西海	大福寺	大場 三枝子
	西海風戸	三浦 久美子
	西海風無	小山 典子
		上瀧 澄
西浦	西海千ノ浦・西海久喜	西島 桂子
	赤崎・小窪	平野 千枝子
	鹿頭	大家 圭二
	笹波	干場 房子
	前浜	上田 孝子

## 主任児童委員(第三者委員)

	氏名	住所
全域	宮下 扶久子	矢田
	村田 美代子	甘田
	永田 直美	堀松
	小田 眞知子	貝田
	新古 紀子	鹿頭

### 【住民課からのお知らせ】

志賀町保育園苦情解決第三者委員が、上表の主任児童委員に委嘱されました。保育園を利用している皆さんからの意見や苦情などを受け付け、助言や立会いで解決します。任期は平成28年12月1日から平成31年11月30日までです。詳しくは、各公立保育園または住民課までお気軽に相談してください。

高浜保育園 ☎ 32-0214  
 志加浦保育園 ☎ 32-0427  
 土田保育園 ☎ 37-1002  
 中甘田保育園 ☎ 32-0369  
 とぎ保育園 ☎ 42-0366  
 住民課保育担当 ☎ 32-9122

☎ 志賀町民生児童委員協議会 (事務局: 志賀町社会福祉協議会志賀支所内)

☎ 32-1363 ☎ 42-2545 ☎ 健康福祉課 ☎ 32-9131

# 町立富来病院・志賀クリニック 運営検討委員会を設置しました

本町には、「町立富来病院」と「志賀クリニック」の公的医療機関が2つあり、身近なかかりつけ医療機関として、その役割を果たしてきました。

しかしながら近年では、

- ① 医師をはじめとする看護師、薬剤師など医療従事者の確保が困難
- ② 医師不足から診療科の縮小を余儀なくされる
- ③ 少子高齢化、過疎化による患者数の減少
- ④ ①～③による事業会計の悪化

など、特に地方の公的医療機関を取り巻く現状は大変厳しく、このままでは存続が危ぶまれます。

そこで町では、「医療機関の体力があるうちに抜本的に改革し、多様な住民ニーズに少しでも応えられる医療体制づくりが必要」と考え、これまでに2回の検討委員会を開催しています。

※1 指定管理者制度…民間の高いサービス提供能力、専門的手法を導入することにより、「経費の削減」と「サービスの質の向上」を目的に、町の管理の下、町が指定した民間事業者等に運営を行わせる制度。

第1回運営検討委員会では、今置かれている現状を把握するため、

- ① 富来病院と志賀クリニックの現状
- ② これまでの取り組み
- ③ 現状の問題点と今後の見通し
- ④ 病院事業改革とその方向性

などが報告されました。

第2回運営検討委員会では、現在の経営状況を踏まえ、今後も安定した医療の提供に向けた体制づくりを築くことができる方策として、指定管理者制度(※1)などのしくみと導入の可能性について検討しました。

「町立富来病院」と「志賀クリニック」という住民にとって必要不可欠な医療機関が、この厳しい状況の中、病院経営の効率化と地域医療のサービスの向上を図ることができるよう、今後もさまざまな検討をしていきます。

(単位：千円)

公的医療機関		H25 (決算)	H26 (決算)	H27 (決算)	H28 (予算)	H29 (決算見込)	H30 (決算見込)	H31 (決算見込)	H32 (決算見込)
町立富来病院 (公営企業会計) ※2	経常収益 (A)	1,142,875	1,274,073	1,176,038	1,200,062	1,261,881	1,238,160	1,230,357	1,218,992
	経常費用 (B)	1,247,391	1,295,228	1,228,566	1,309,549	1,302,284	1,270,773	1,263,395	1,239,011
	経常損益 (A-B)	▲104,516	▲21,155	▲52,528	▲109,487	▲40,403	▲32,613	▲33,038	▲20,019
志賀クリニック (特別会計) ※3	歳入 (C)	165,112	171,830	173,871	168,175	172,000	172,500	173,000	173,500
	歳出 (D)	162,616	168,589	171,025	167,005	170,000	170,500	171,500	172,000
	差引 (C-D)	2,496	3,241	2,846	1,170	2,000	2,000	1,500	1,500

※2 公営企業会計：地方公営企業法に定められる病院事業など、市町村が企業として経営する事業の会計のこと

※3 特別会計：地方公共団体が特定の事業を行う場合に、収入をその事業の経費に充てることを明確にするため、一般会計とは別に設ける会計のこと

## 能登地域で唯一の合同企業説明会 のと就職フェア 参加者・参加企業募集!

日時：3月12日(日) 13:00～16:00  
場所：七尾サンライフプラザ 中ホール  
(七尾市本府中町ヲ38)



※詳細や申込については窓口まで

〒石川県商工労働部産業立地課 ☎076-225-1517 FAX 076-225-1518 ✉e190100@pref.ishikawa.lg.jp  
商工観光課企業誘致担当 ☎32-9341

### 【参加者】

対象：平成30年卒業予定の大学生など、能登地域で就職を考えている学生と既卒者

※登録不要。ただし、平成29年3月3日までに登録した人には、参加企業の紹介冊子を事前に送付します。

<登録はこちらから>

[https://jobnavi-i.jp/joint\\_co?id=39](https://jobnavi-i.jp/joint_co?id=39)  
ジョブNAVI石川 のと就職フェア



### 【参加企業】

対象：能登地域(宝達志水町以北)に事業所を有する企業  
期限：1月13日(金)まで(先着順)



テーマ別に別れ、意見交換をする金沢大学生や町民、町職員



大学教授による研究成果発表（写真上）  
活発に意見交換する参加者（写真下）

官学民で能登地方の活性化を考える

## 地域活性化フォーラム 2016 in 志賀町を開催

金沢大学生や町民、町職員の約50人が参加した「地域活性化フォーラム2016 in 志賀町」が、11月27日（日）に志賀町役場で開催され、「健康」「6次産業/まちづくり」「食生活」をテーマに意見を交わしました。

2013年度から能登地方を中心に地域振興策などを研究する金沢大学が企画。昨年4月に金沢大学大学院先進予防医学研究科と町が健康づくり推進のための連携協定を

結んでいることもあり、開催が決まりました。

能登で活動が続いている金沢大学教授等3人が研究成果を発表した後、「大学の知を志賀町の活性化にどう活かすか」と題し、学生も交えて話し合い、志賀町を元気な町にするため、大学をどのように活用するべきかを考えました。

志賀中学校2年の竹視早紀さん

## 高円宮杯全日本英語弁論大会に出場

11月22日（火）、志賀中2年の竹視早紀さんは、23日（水）から開催される高円宮杯全日本中学校英語弁論大会に出場することを守田教育長に報告しました。

自身が所属するバレーボール部を題材に、持ち時間5分で英語原稿を暗記して話します。母の勧めで挑戦を決め、9月から文章をまとめました。今夏のアメリカ留学経験を活かし、ALTのクリスティーナ・マククリーンさんと推敲や発音練習を重ね、県予選で3位に入賞しました。竹視さんは「全国大会は緊張するが、練習の成果を発揮し、指導してくれたALTに恩返ししたい」と話しました。



全日本中学校英語弁論大会出場を報告する竹視さん



実際にトラックに乗って、死角を確認する園児

佐川急便がとぎ保育園で交通安全教室を開催

## みんなで守ろう！交通安全

12月5日（月）、とぎ保育園で、佐川急便北陸能登営業所の職員が交通安全教室を開きました。職員は園児87人に寸劇を披露し、「車の周りでは絶対に遊ばない、道路には飛び出さない、ボールやおもちゃがトラックの下に入ったら、大人や運転手に相談する」ことを話しました。また、横断歩道は「右見て、左見て、もう一度右見て、手を上げて渡る」ことを確認し、佐川急便のマスコットキャラクター・はこぶくんや社員と一緒に、横断歩道を渡る練習をしました。

年長児は、実際にトラックに乗り、運転席からはどのように見えるかを学びました。



## 西能登おもてなし丼が3万食突破 経済波及効果1億円を発表

12月2日(金)、志賀町観光協会は、「西能登おもてなし丼」販売事業で、町内の経済効果が1億円を突破したと発表しました。平成26年12月から「西能登しか丼」を改め、再ブランディングして誕生した「西能登おもてなし丼」は、平成27年2月から平成28年10月までに約3万食を提供し、売上高は約5000万円を達成しました。その販売価格や関連する経済波及効果は1億円と推計されます。

昨年2店舗が新たに加わり、20店舗が42種類の西能登おもてなし丼を提供しています。ご当地グルメとして定着し、更なる広がりをみせています。



西能登おもてなし丼と提供店舗の皆さん



田中夫妻を囲んで記念撮影する住民の皆さん

## 笹波地区で33年振りの結婚式 花嫁道中、縄張りで住民が祝福

平成27年に加賀市から笹波に移住した漆器木地師の田中俊也さんと千恵美さん夫妻が、11月19日(土)、笹波の藤懸神社で結婚式を挙げました。地元では33年振りの挙式とあり、実行委員会を作って祝福。花嫁道中では、住民が縄で通せんぼする「縄張り」をして歓迎しました。「おめでとう」「きれいだよ」の声に、2人は笑顔で応えました。

笹波集会所で行われた披露宴には約100人が集まり、太鼓演奏や歌を披露し門出を祝いました。田中さん夫妻は「たくさんの人に来てお祝いしていただいて、驚いています。改めて2人で力を合わせて頑張ります」と話しました。

## 町内中学生6人が入賞 全国中学生人権作文コンテスト表彰

12月15日(木)、志賀町役場で全国中学生人権作文コンテストの表彰式があり、町内中学生6人が表彰を受けました。表彰内容は次の通りです。

- 【中央大会】奨励賞・【石川県大会】最優秀賞  
東山 舞郁(志賀中2年)、坂本 彩夏(富来中1年)
- 【七尾地区審査会】  
金沢地方法務局七尾支局長・七尾人権擁護委員協議会長賞  
佐渡 信哉(志賀中1年)、瀧川 葉月(志賀中3年)、  
布川 凌(富来中2年)、橋本 佳奈(富来中2年)
- 【学校感謝状】志賀中学校、富来中学校



受賞の皆さん



北信越大会で優勝した皆さん

## 志賀町ジュニアレスリング教室 9選手が北信越大会で優勝

志賀町ジュニアレスリング教室の選手9人が、11月12・13日に開催された小中学生レスリング北信越大会の各部門で優勝し、17日(木)、小泉町長に報告しました。小泉町長は「五輪を目指して、練習に励んで」と話しました。

- |                 |                |
|-----------------|----------------|
| 【団体戦優勝メンバー】     | 【少年少女選手権優勝】    |
| 谷内 絵美里 (志賀小2年)  | 木村 友也 (志賀小6年)  |
| 大垣内 蓮斗 ( // 6年) | 宮崎 楓大 ( // 6年) |
| 宮崎 楓大 ( // 6年)  | 永谷 優来 ( // 3年) |
| 赤坂 和哉 ( // 5年)  | 岡田 夢生 ( // 5年) |

【中学生選手権優勝】水潤 琉奈(志賀中1年) 岡田 愛生( // )



本庁 〒925-0198  
支所 〒925-0498

羽咋郡志賀町末古千古1番地1 編集 情報推進課  
羽咋郡志賀町富菜領家町甲の10番地 ☎0767-32-1111



安津見  
ときや  
岩田 季也くん



印内  
まどか  
福田 円ちゃん



印内  
たつおみ  
福田 龍臣くん



火打谷  
りゅう  
山田 竜くん



館開  
りお  
赤坂 凜生くん



高浜町  
なつみ  
森山 夏妃ちゃん



高浜町  
けい  
長田 啓愛くん



高浜町  
かのん  
油谷 花音ちゃん



西山台  
かえ  
横田 佳咲ちゃん



赤住  
あおい  
永谷 碧音ちゃん



相神  
ゆわ  
岡本 侑環ちゃん



徳田  
しゆん  
舟山 旬くん



福野  
ひなの  
細川 陽菜乃ちゃん



11月17日の3歳児健診分



## 今月のレシピ すり身の餃子風



209kcal  
塩分 1.8g  
【1人分】

魚のすり身は低脂肪・高たんぱくな食品で、焼く、蒸す、煮る、揚げるなどさまざまな調理方法で料理に使用することが出来ます。魚の骨もよく砕いて入れるとカルシウムも摂取できます。



(左から)  
食生活改善推進員  
隆ふじよさんと  
土居岸 源治さん

### 【材料・4人分】

◎具	サラダ油	————	適量		
すり身	————	200g	ごま油	————	適量
はんぺん	—	大1/2枚	◎餃子のたれ		
ネギ	————	1本	梅肉	————	1/2個分
ニンジン	————	3cm	おろししょうが	—	小さじ1/4
しょうが	————	1片	ごま油	—	小さじ1/4
みそ	————	小さじ1	しょうゆ	—	大さじ1
酒	————	大さじ1	酢	————	大さじ1/2
餃子の皮(大判)	—	20枚	砂糖	————	お好み

### ◆作り方

- ①具のネギは粗みじん切り、ニンジンはすりおろし、しょうがはみじん切りにする。
- ②ボウルにすり身、はんぺん、①の野菜、みそ、酒を入れ、粘りが出るまでよく練り混ぜる。
- ③餃子の皮に具をのせ、包む。
- ④熱したフライパンにサラダ油を入れ、餃子を並べる。水を注ぎ、ふたをして中火で蒸し焼きにする。
- ⑤ふたを取って水気をとばし、ごま油を回し入れて焼き色を付け、器に盛る。
- ⑥調味料を混ぜ合わせ、餃子のたれを作り、餃子に添える。