

福島市
水道局
だより

SuRiKaMi

すりかみ

今号のMENU

- かんたんレシピ
- ユーザー訪問
- 水道ポスター
コンクール結果発表
- ももりん水飲み器 愛称決定!
「ももりんウォーター」
- 水道管が凍結した時は!
- 手洗いで感染症予防
- お風呂の汚れを落として

2020年
11月・12月
VOL.23



おいしい
お水を使った
かんたん
レシピ

美腸で免疫力UP #コロナに負けない
鮭とお野菜の豆乳味噌スープ

根菜類は免疫力と抵抗力をアップさせるといわれます。さらに、食物繊維も豊富なので腸活にも期待できますよ! 体もあたたまり冬にピッタリ!!

今までのレシピ集はこちら

作り方

- 1 生サケは1切れを半分にカットする。ニンジン、タマネギは2口サイズの乱切りに、サツマイモは半月切りにし、シメジはほぐしておく。
- 2 生サケの重さに対して1%の塩で臭みを取る。水分が出たら、キッチンペーパーで水分を取る。
- 3 サケの表面に小麦粉をまぶしてサラダ油でソテーし、焼き色が付いたら取り出しておく。
- 4 ブロccoliを小房にして、1分塩ゆでする。
- 5 ジャガイモは洗って、皮付きのまま1個ずつラップをして500Wのレンジで8分加熱し、竹串が通るくらい中まで火が通ったら、食べやすい大きさに切る。
- 6 ニンジン、タマネギ、サツマイモを鍋で炒める。
- 7 水、和風顆粒だしを入れて約10分煮込む。
- 8 根菜に火が通ったら白みそを溶かし入れる。
- 9 生サケ、シメジ、ブロッコリー、ジャガイモ、おろしショウガ、めんつゆを入れて加熱する。
- 10 最後に豆乳を加えて煮込み、沸騰の直前で火を止めてできあがり。

材料(4人分)

- 生サケ..... 4切れ
- ニンジン..... 1本
- タマネギ..... 1個
- サツマイモ..... 小1本
- シメジ..... 1パック
- ブロッコリー..... 1株
- ジャガイモ..... 3個
- 水..... 800cc
- 和風顆粒だし..... 5g
- 白みそ..... 60g
- 豆乳..... 1ℓ
- おろしショウガ..... 5g
- めんつゆ..... 5cc
- サラダ油..... 30cc
- 塩..... 適量
- 小麦粉..... 適量

Bakery Cafe
midi
Color Your Life

「ワインブティック&ベーカリーカフェ ミディ」
高橋 秀章さん

ワインブティック&ベーカリーカフェ ミディ

福島市太田町15-12
TEL:024-572-5226
営業時間/8時~18時
(水・金・土曜日は~21時まで)
定休日/火曜日、毎月最終週の月曜日



手洗いで 感染症予防

#コロナに負けない

インフルエンザが流行する時期になってきたね。今年にはコロナウイルスもあって感染防止が大切じゃな。

特に手洗いが大事なんだ。15秒の手洗いでウイルスがたくさんいなくなるんだもんね?

お、よく知っておるな。朝と夜に手洗いたとすると、1ヶ月10円くらいなんじゃ。

え? そうなんだ? それで予防になるなら安いね。

そうじゃな。感染症予防は手洗いからじゃな!

※水の値段は概算値です。使用する水量や状況により異なります。

お風呂の汚れを落として 新年を気持ち良く迎えましょう!

そろそろ大掃除の季節。特にお風呂は毎日使うだけに、汚れが気になりますね。

浴槽の汚れには
浴槽の中でも、お湯がたまる水位のあたりがライン状に汚れている場合、多くは人間から出る皮脂汚れが原因。通常のお風呂用洗剤でも落ちない頑固な汚れは、クレンザーがおすすめです(浴槽が樹脂系の素材の場合は、柔らかく傷つきやすいので力を入れず丁寧に擦るよう注意)。特に震災以降、常時水をためておく家庭が多くなりましたが、汚れの観点からいえば水は抜いておくのがベスト。最後にお風呂に入った人がお湯を抜き、水位の境界ラインをスポンジで軽くこすり、お湯で流しておくだけでも湯垢が付にくくなります。

目地のカビ汚れには
目地のカビ汚れが、カビ取り用洗剤を使ってもなかなか落ちないという方もいるのでは? 原因は量と時間が足りないのかも。たっぷり塗布して、しばらく放置することで、グンと汚れが落ちやすくなります。また、防カビには「くん煙剤」の使用が効果的。実はカビの胞子は天井から落ちてくるそう。くもご注意ください。

湿気対策
カビ予防に最も大切なのは湿気対策。最近のお風呂は、換気ほかに洗濯物を干すための乾燥の機能が付いている場合が多いよ。お風呂に入った後は2~3時間この乾燥機能を使い、常に浴室を乾燥させておくと、カビの発生を抑えることができますよ。お風呂をピカピカにして、気持ち良く新年を迎えましょう。

これからの季節、浴室と脱衣所の温度差による「ヒートショック」にもご注意ください。

【取材協力】
ダスキンハウスサービス
ケアサービス事業部
福島市南沢又字中琵琶湖3番地
TEL:0120(450)153

※汚れ具合により掃除の効果は異なります。

※掲載されている店舗の営業時間は、新型コロナウイルスの影響で変更となる場合があります。

水道のメーター検針は、水道料金および下水道使用料の算出と水漏れの発見に役立つため、とても重要です。メーターボックスの開閉ができるよう、ご協力をお願いいたします。

メーターの上に物を置かない
メーターからペットを離す
メーターの上に雪を積まない

水道に関するお問い合わせ・相談は (平日8時30分~17時15分)

- 転入・転出・料金関係について... 水道料金お客さまセンター TEL:024-526-0735
- 水道の新設・改造工事について... 給水課 TEL:024-535-1126
- 水質について... 施設管理センター TEL:024-522-2233

断水、濁水、道路からの漏水については

- 平日(8時30分~17時15分) 配水課 TEL:024-535-1125
- 平日夜間(17時15分~翌8時30分) 及び土・日・祝日 水道料金お客さまセンター(当直室) TEL:024-526-0736

【編集・発行】福島市水道局/福島市五老内町3番1号 営業企画課 TEL:024-535-1120

※紙面の無断転載を禁じます。 ※バックナンバーが必要な方は営業企画課までご連絡ください。

くわしくは、福島市水道局ホームページをご覧ください。

福島市水道局 検索 スマホで

<https://www.city.fukushima.fukushima.jp/suidou/>

ペットボトル「ふくしまの水」の販売はこちら

福島のそば粉と福島の水道水は相性抜群 だしの香りも引き出します

手打ちそば なお

2016年、福島市荒町にオープンした「手打ちそば なお」。そばを打つのは、店主の菅野直子さんです。栄養士として、老人福祉施設や障がい者施設で働きながら、十数年のそば打ち修業を積み、念願のお店をオープン。そばは低カロリー、高タンパク、栄養成分も豊富で健康に良い食材です。また、水溶性で、栄養成分が多くそば湯に溶け出していますので、そば湯も一緒に楽しんでください」と語ります。

洗う、氷水でしめる、さらに、だしをとるときにも寸胴鍋にお湯を沸かし、かつお節やさば節などを入れてコトコト煮出します。特に、私は氷水でキリツとしたそばをお出ししたいので、蛇口から出てくる水がしっかりと冷たい福島の水道水はありがたいですね。

**浸透性が良く
つながりやすさも実感**

そばのおいしさはそば粉はもちろん、水のおいしさもとても大切。「水はそばの風味やコシを左右し、長いそばを打つためのつながりにも影響します。国産のそば粉は軟水が適していると言われていますが、当店で使用しているのは福島県産オリジナル品種「会津のかおり」。さらに、福島の水道水は超軟水なので、浸透性が良く、つながりやすさを

実感しています。また、雑味がないので、そばの香りを引き立ててくれます」。福島県産そば粉と福島の水道水は最高の相性といえます。

福島の水道水は そば屋にとって パーフェクト

「だしを取るのにも適しています。硬水だと、かつお節等のうま味成分が出にくく、だしの濃度にも影響が出るそう。その点、福島の水は超軟水なので風味を損ねず、だしのおいしさをしっかりと味わせてくれます。福島の水道水はそば屋にとってパーフェクトですね」と語ってくれました。

新そばが出始め、年越しそばが味わえるのもうすぐ。今年は、福島の水道水のおいしさをかみしめながら、そばを味わってみませんか。



手打ちそば(会津のかおり ニハそば)



旧国道4号沿い、緑色地に白で染め抜いた店舗幕が目印。



連日、多くの方が訪れる店内。ソーシャルディスタンスを保つため、現在は席数を減らして営業しています。



手打ちそばと天ぷら



豆乳そば茶ふりん



店主の菅野直子さん。旬のおいしさを使用した「季節限定のおそば」、低カロリーの「豆乳そば茶ふりん」などもおすすめ。

手打ちそば なお
福島市荒町2-8
TEL:024-572-4286
営業時間/11時30分～15時
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、現在は14時30分までの短縮営業。(売り切れ次第終了)
定休日/第2・第4土曜日、毎週日曜日



使っています福島市の水道水

水道ポスター コンクール 結果発表

小学校低学年の部



小学校高学年の部



中学校の部



WEB展示
会場はここ



福島市内の小・中学生が水のおいしさや大切さなどについて表現した「水道ポスターコンクール2020」が行われました。小学校低学年の部、小学校高学年の部、中学校の部合わせて252点もの応募があり、最優秀賞を受賞した皆さんが通う小・中学校で表彰式が行われました。

小学校低学年の部で最優秀賞を受賞したのは福島大学附属小学校3年生の嶋原拓利さん。「おばあちゃんから、昔は竹で作った水鉄砲で遊んだと聞いて、竹鉄砲からしずくがいつはいつ出てくるかを描きました。口を開けるだけではなく、舌を伸ばして水を飲むとおいしそうに見えると思っただと教えてくれました。



小学校低学年の部 嶋原拓利さん

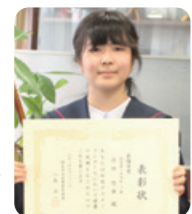
小学校高学年の部 最優秀賞の御山小学校4年生・酒井向夏花さん



小学校高学年の部 酒井向夏花さん

中学校の部、最優秀賞に輝いた福島第二中学校2年生の白田悠華さんの作品は、水に木が浮かんだ幻想的な一枚。「命と直結する水の大切さを表現しました。水彩画の技法に加えて、木は水彩色鉛筆を重ね塗りして、細かく仕上げています。背景と水面のところは暗く中央は明るくというグラデーションも工夫。すぐく時間を掛けて描いたので受賞できてうれしいと笑顔を見せてくれました。

受賞作品を含め、全作品を、福島市水道局のホームページで公開中。ぜひ、子どもたちの力作をご覧ください。



中学校の部 白田悠華さん

水道管が凍結した時は！

凍結の予防は
こちらから

それでも出ないときは
指定給水装置事業者へ
電話するんじや！

もしもし
水抜き栓を操作して
凍結を防止する
事も大切
じやな!!

うわ！寒くて
水道管が凍ってる。
水が出ないから
熱々のお湯かけて
温めよっ！

熱いお湯を
かけると
破裂して
しれんぞ！
Boom!

温める時はタオル
などを巻き付けて
40℃くらいの
ぬるま湯で
温めるんじや！

ももりん水飲み器 愛称決定！ 「ももりんウォーター」

福島駅西口に設置したももりん水飲み器の愛称が、「ももりんウォーター」に決定しました。愛称募集は、市内小学生4年～6年生を対象に行いました。応募総数73件の中から事務局にて4件に絞り込み、福島市三河台小学校5年生の皆さんに投票してもらい決定しました。

選ばれた理由は、「おぼえやすい」「わかりやすい」「しつみやすい」「おもしろい」でした。名付け親は、松川小学校の郵松あんなさん、渡利小学校の吉田芽生さん、杉妻小学校の関向文二さんの3名です。

今後「ももりんウォーター」をよろしく願います。

三河台小学校の皆さんにはももりんのポケットをデザインしてもらったり、オープニングセレモニーで合唱を披露してもらいました。



三河台小学校の皆さんにはももりんのポケットをデザインしてもらったり、オープニングセレモニーで合唱を披露してもらいました。