※5月11日から6月10日までの届け出です(敬称略)※保護者やご遺族などの了承を得て掲載しています

大学奏楽花はみり来と斗と風なちる 翔と山 楽ら朝 北地域 た 中菅山域 山 川 小 太 川 井田 崎 川 田 村 上 石田 地 難波 磯部 今 加藤 h 将 広人 大 駿孝 真大 聖志 豊和 哲 弘 悠 よ 四日市 上の山 上の山 上町二丁目 松原町一丁目 荒川松山 下鍜冶屋 河 下 有 助 明 山 羽 飯野西 勝木 寺尾 松喜和 渕 括 名

加 井 相 小 布 片 大 白 髙 藤 上 馬 嶋 川 野 滝 坂 橋 佐藤ヨシイ長谷川テツィ 新 青 相保 山 馬 佐 中 武藤 島 藤 伊藤 道子 武藤 武長 大滝甲 藤昌子 樫ヨ 幸 淳子 和良 ウ子 カネ 雄 修

98 82 73 84 77 94 95 88 95 81 87 96 92 95 91 86 80 62 91 59 96 84 98 92 86 91 99 70 齢

羽 上 八 西 黒 の 市 屋 庄 岩 間内 船 島町 上 松小松馬吉岩学山国山下浦船校 吉浦 田端町 山居町二十 天神岡 田端町 山 居 馬 町 柏尾 吉浦 飯野二丁

小 鈴 木ア 大 本 間 齋藤 多美 須貝 阿部 石田 神林地域 登茂也 ハヅ H 龍吉 文雄 進

90 91 92 69 88 58 94

98 75 96 90 89 93

河 牛 指 山 牛 平内 屋 合 田 屋 林

94 88 93 80 96 48 94 71 71 91 78 98 79

小 大 大 小川 矢 倉 池

寿也 タ

節子

人口と世帯数

(6月1日現在)

人口 55,368人(-61)

男 26.623人(-29)

28.745人(-32)

世帯数 22,323世帯(-19)

)は前月比

■山北地域 末 廣六 義 幸 79 98 64 82 89 91 83

岩 佐藤

涌 大井 滝

鈴木 ナミ 長濱千代美

寒 荒 寒 下 北 小 山 川 川 大 中 俣 熊

髙橋ヤス子中山冨美子 高 鷲 飯橋 尾 沼 青 齋 遠 佐 藤 山 藤 [キミイ サ 光夫

鈴木巳江子

喜代 胖

川地域

82

松原町

91 85 82 86 70 96 92 98 42 87

村上の食材を使った

今月のレシピ♪



お魚のソテー

【材料 (2人分)】 ☆=村上の食材

☆サワラ (切り身) 2切れ 塩·····少々 ☆トマト · · · · · · 1/2 個 オリーブオイル・・・大さじ1 バター・・・・・ 5g オリーブオイル・・・大さじ2 塩……小さじ 1/2 こしょう ……少々 大葉……2枚 オリーブオイル・大さじ 1/2 レモン汁・・・大さじ 1/2

- ① オクラはヘタの硬いところを切り、塩揉み(分量外)して、熱湯でさっとゆでてから冷水に入れて冷まし、薄切りにする。大葉は干切りにする。
- ② サワラに塩こしょうをして、小麦粉を薄く全体的にまぶす。
- ③ フライバンにオリーブオイル大さじ1/2を入れて温めてから、5mmにスライスしたトマ
- ラをソテーして皿に盛りつける。
- ⑤ ④のサワラにソテーしたトマトを載せる。⑥ ①のオクラと大葉、オリーブオイル、塩、こしょう、レモン汁をサッとあえてサワラにたっ ぶりかけて出来上がり。

村上市食材PRプロジェクト

こちらで村上の食材を紹介しています。











■中央図書館7月の休館日

3日、10日、14日、18日、24日、31日

- ■中央図書館の開館時間
 - ・火〜金曜日
- 午前9時~午後7時 ・土・日曜日、祝日 午前9時~午後5時



(あきやまただし) ひおとなの

- ◆ アリアドネの声 (井上真偽)
- ◆ 図書館のお夜食 (原田ひ香)
- ◆ 大人の教養面白いほどわかる倫理 (村中和之)
- ◆ ふがいないきょうだいに困ってる(吉田潮)
- ◆ さっと!つるっと!夏麺(重信初江)
- ◆ うちの犬が認知症になりまして(今西乃子)
- ◆ 小説家としての生き方100箇条(音本ばなな)
- 一般書 ○…児童書 ☆…字の大きい本(大活字本)

- かげふみ (朽木祥)
- 真昼のユウレイたち (岩瀬成子)
- 調べてびっくり! テントウムシ (盛口満)
- ねこのすしやさん (KOŘIŘI)
- へんしんようかい(あきやまただし)
- ☆ 帰郷 上·下 (浅田次郎)
- ☆ せんせい。 上・下 (重松清)

▼中央図書館HP

問い合わせ 中央図書館 ☎53-7511



18

2023.7.1 市報むらかみ 2023.7.1 市報むらかみ