

「しおじり声のひろば」は、皆さんの声をお届けする広場です。「市長への手紙」や市ホームページ「しおじり声のひろば」からいただいたご意見・ご感想などをご紹介します。\*紙面の都合により、内容を一部変更しています。

移住に関する補助制度は、東京圏などからの移住に対する支援金や空き家の整備・改修などの補助、市内などで就職する人への奨学金返還支援などがあります。それぞれ要

求 塩尻市への移住を検討していますが、どんな支援策がありますか？

答 お答えします  
本市では、移住定住コーディネーターによる窓口でのサポートと、補助金交付による支援を行っています。

移住相談窓口は(株)しおじり街元気カンパニーに委託しており、本市の環境や生活についての相談はもちろん、移住お試し住宅の案内や空き家バンクの物件紹介、移住後の地域との仲介まで、ワンストップ体制で対応しています。

件がありますので、申請前にご相談ください。

また、本市と(株)しおじり街元気カンパニーでは、首都圏での移住相談会にも参加を予定しています。最新情報は、塩尻市移住定住応援サイトをご確認ください。



盛況な東京都での移住相談会

問 (株)しおじり街元気カンパニー  
0263-8530

問 地域づくり課移住定住係  
0263-0280  
内線1153



今月のテーマ  
移住定住支援策について

市政へのご意見は  
しおじり声のひろば  
市長への手紙から

しおじり声のひろば(市ホームページ)



(URL <https://www.city.shiojiri.lg.jp/site/toiwase/>)

お寄せいただいたご意見などには、おおむね1週間程度を目安に回答します。また、各担当課へのお問い合わせも受け付けています。

市長への手紙



お寄せいただいたご意見などには、おおむね1週間程度を目安に回答します。

■受付先 市役所1階総合案内、各支所

■投函箱の設置場所  
市役所1階市民ホール  
\*郵送の場合は、84円切手を貼って郵送してください。

移住定住支援策について  
聞きました

市民インタビュー



本市の移住定住支援策について、最近本市に移住した人にお聞きしました。



宮脇 巳加さん  
(木曾平沢)

子育て世帯への手厚い補助があれば

今年の4月に夫と1歳の娘と3人で東京都から移住しました。知人がいたのがきっかけです。補助制度は残念ながら条件が合いませんでした。子どもが移住すると地域が活気づくので、子ども連れの移住への手厚い補助があればいいですね。車が欠かせないので、購入費用への補助もあればいいと思います。

本市のPR冊子をご覧ください



本市を広く知ってもらうため、県内の人気雑誌「長野Komachi」とコラボレーションした本市のオリジナル冊子「塩尻Komachi」を移住相談で活用しています。

ウェブ版の塩尻Komachiは、右のコード(市ホームページ)をご覧ください。





Let's Enjoy Cooking!!



# グレータス キッチン



グレータスが  
健康レシピをお届け!

塩尻市食育推進  
キャラクター  
グレータス

## ワンポイント

今回は防災食特別メニューです。ゆで大豆などを備蓄しておく、災害時にも利用できるため便利です。お好みで別の野菜を加えてもおいしくできます。



## ソーセージのラタトゥイユ (パッククッキング)

### 材料 (2人分)

タマネギ ..... 50グラム      ★ケチャップ ..... 大さじ1/2  
 ソーセージ ... 40グラム(2本)    ★固形ブイヨン ..... 1/2個  
 ゆで大豆缶 ..... 40グラム      ★こしょう ..... 少々  
 カットトマト缶 ... 100グラム

\*1人分栄養量 エネルギー...116kcal たんぱく質...6.0g、  
脂質...7.2g 塩分...1.1g

### 作り方

- ①タマネギは1cm程度の角切り、ソーセージは5mmの斜め切りにする。
- ②ポリ袋に①と水を切ったゆで大豆、カットトマト、★を入れて全体をなじませ、空気を抜いて口を結ぶ。
- ③沸騰した鍋に②を入れ、弱火で30分加熱し、お皿に盛り付けて出来上がり。

この料理はポリ袋のまま食べられるほか、料理と水が直接触れないので、緊急時は雨水なども利用できるなど、災害時に最適です。高密度ポリ袋を使用してください。



第21回フェスタ南伊豆にお越しください



問 フェスタ南伊豆実行委員会  
☎05558@0141

湯けむりホール

■場所 南伊豆町役場駐車場

■日時 10月20日(日) 午前9時~午後3時

■日時 10月20日(日)

■日時 10月20日(日)