

会員限定
無料

はじめての確定申告でも安心! 税務申告個別相談会

新たにお店を開業した、帳簿のつけ方がわからない、記帳はしているが申告手続きがわからないなど、お悩みの方もいるのでは？

そのお悩みを解決するために、税理士の先生による丁寧な個別指導で、適正な申告手続きを学びましょう！

日 時

2月13日(木)・17日(月)・19日(水)・21日(金)
25日(火)・27日(木)

3月 3日(月)・5日(水)・7日(金)

①10時～11時②11時～12時③13時～14時

④14時～15時

※各日程共通で①～④の1時間ごとの相談会となっています。



会 場▶東金商工会館2階経営相談室
持ち物▶帳簿・伝票書類・電卓・筆記用具等
申 込▶東金商工会議所
電 話▶0475(52)1101
※事前に予約が必要となります。

食の新商品開発に向けた勉強会

東金市の地域資源を使った食の新商品開発を検討している事業者への勉強会を開催いたします。会議所では平成25年度東金市の地域資源を調査研究した報告とその素材を使用した全国成功事例などをご紹介します。その後、新商品開発の目利き、開発方法など学んでいきます。ぜひご参加お待ちしております。

開催日▶2月17日(月)

会 場▶東金商工会館2階会議室

受講料▶無料

定 員▶20名

申 込▶東金商工会議所 電話 0475(52)1101

「食」の新商品開発を検討している飲食店、食品製造業の方はぜひご参加下さい。

4/5[±]・6^日

フリーマーケット&ライブ・パフォーマンス

色々ありの昭和レトロな『東金横丁』開催を企画中!

現在、出店者・ミニライブ(パフォーマンス)参加者を募集しています。

会場:元多田屋 屋内フロア(東金市東金1135)

《開催内容》

- ・フリーマーケット(今回はワンコインのしぼりはありません)
- ・ミニライブ・パフォーマンス(特設ステージを用意します)

- ・東商連展示ブース(東商連の歴史や昔の写真や骨董品を展示します)を行います。

参加希望の方は、下記の内容をメール又はFAXにて東商連理事長 鈴木宛に、**2月28日迄にお送りください。**出店者ならびに出演者が多数応募の場合、抽選・選考する場合がありますのでご了承ください。

《申込方法》以下①～③の申込内容をメール又はFAXでお送りください。

- ①参加団体名 ②代表者氏名 ③代表者住所 ④連絡先(携帯電話) ⑤参加部門(マーケット or ライブコンサート ※いずれかを明記してください)

◎マーケットの場合

- ⑥主な出品物と価格 ⑦販売スタッフ人数 ⑧最低必要な販売面積

◎ライブ・パフォーマンスの場合

- ⑨ライブ(パフォーマンス)のジャンル(例:ヒップホップダンス/ジャグリング/フォークデュオ/ビジュアル系バンド/など詳しく)を明記してください。

- ⑩メンバーと演奏楽器 ⑪演奏曲目 ⑫ライブの所要時間

- ⑬ライブ開始希望時間(ご希望がある方のみ)

《申込先》

メール haibukiyasuzuki@nifty.com FAX.0475-52-3186 [2月28日(金)まで]

《主 催》

東商連事務局(灰吹屋鈴木薬局)理事長 鈴木俊宏

住所:東金市東金997 電話:0475(52)3185

東金商工会議所新入会員のご紹介 (順不同・敬称略)

名 称	所 在 地	代 表	業 種
エムライン(有)	二之袋1215-24	石田 将	小売業
(株)ソアラ	山武市実門248-8	須藤 広将	ソーラーパネル製造業
(有)佐山	大網白里市四木乙2874	佐山 晋	生コン製造管工事業
とらや包装資材(株)	九十九里町片貝2740	阿部倉建司	ダンボール箱製造業
イースト・ヴィレッジ・プリンティング	日吉台7-4-8	小川 實	印刷業

ご自分の住まいについて考えてみませんか

初心者のための… 日曜大工講座!



千葉県立東金高等技術専門学校

〒283-0804 千葉県東金市油井1061-6
TEL0475(52)3148 FAX0475(52)3087
http://www15.ocn.ne.jp/~tougane/



対 象 者	日曜大工などに関心のある方(女性の方もどうぞ)
実 施 日 時	平成26年2月15日(土) 13時から(3時間程度)
定 員	20名(先着順)
講座の内容	ご家庭の日曜大工やリフォームなどに役立てていただくため、訓練生が制作した住宅を見学しながら、木造住宅の仕組みや仕上げ方法・各種工具の安全な使い方や木材加工のポイントなどを学びます。(実技作業はありません)
申し込み方法	お電話にて直接お申し込みください。 受付日時 平成26年2月3日(月)～2月14日(金) 9時～17時 (受付は先着順とさせていただきます)
集 合 時 間	講座の当日は、12時50分 までにご来校ください。
そ の 他	参加費は無料 工事中の建物の中に入りますので、 服装については安全にご配慮ください。 自家用車等での来校もできます。

広告を載せてみませんか?

発行部数**21,640部**の
「商工とうがね」に
広告を掲載される会員事業所を
大募集!しております。

【料 金】

1枠 **10,500円(税込)**
(縦7.5cm×横6cm)

定数がございますので、お早めにお問い合わせください。

☎ 東金商工会議所 ☎ 0475(52)1101

総合葬祭式場

東雲閣 (堀上)

少人数葬・社葬・団体葬にも対応

たま東雲閣 (田間)

家族葬に最適



(株)松 **まつはん**

☎ 0120(02)4665

http://www.matsuhan.com

葬祭式場◆病院～自宅葬・ホール葬・社葬まで◆

(有) **みや川**

0120-444420

セレモニーホール東金

☎ 0475(52)4444

セレモニーホール大網

☎ 0475(73)4444

◆友の会会員募集

<真心と信頼の価格>

安崎葬祭店

自宅葬・ホール葬・寺院葬

家族葬用お別れ室・安置所2部屋完備

電話**24時間受付**

0475(52)2267

事前見積もり無料

ご葬儀

…安心価格のお約束…

東 とうそう **葬**

ご自宅葬・ホール葬
事前相談承っております
東金市台方59-2 城西小学校前

0475(52)4624(代)

ご相談ダイヤル(無料) ☎ 0120-044-870

わがまち



発行 東金商工会議所広報委員会
発行部数 21,640部
〒283-0068 東金市東岩崎1番地5
TEL0475-52-1101/FAX0475-52-1105
<http://www.togane-cci.or.jp/>
✉:info@togane-cci.or.jp

会員数 1,333 事業所

《運行ルート》

大網駅
住宅入口
福俵駅入口
南上宿
東金駅
田間(新町公園前)
求名駅

利用者の声

・大網駅でのアンケートに答えてからずっと気になっていたの、運行されるようになってよかったです。(50代 会社員)
・広報紙で見て乗ってみようと思いました。これからも帰りが遅くなるときは利用させてもらいます。(40代 会社員)
・友だちと出掛けて帰りが遅くなったときにたまたま見つけました。東金駅まで500円という低料金なのでまた乗りたいです。(20代 学生)

《運賃表》

停留所	運賃
大網駅	500円
住宅入口	
福俵駅入口	
南上宿	
東金駅	800円
田間(新町公園前)	
求名駅	1,000円

★ 毎週金曜日 24時15分発

深夜バス好評運行中!

平成23年に行なわれた東金市地域公共交通会議で、市内の公共交通について検討されてきました。そこで商工会議所から「深夜バス」が提案され、東金市企画課と検討を行ない、「地域交通体系整備に関する要望書」を古川会頭並びに川口基本戦略推進委員長名で志賀市長へ提出いたしました。

その後も、東金市企画課との打ち合わせ・協議を行ないながら、平成24年10月に大網駅において「東金線利用・深夜バス」に関するアンケートを実施。その結果、深夜バスの需要が非常に多かったため、実施に向けて動き出しました。地元鉄道会社と千葉県バス協会・東金市企画課・東金商工会議所で協議を重ね、その結果小湊鉄道により深夜バスが運行されることになりました。そして、平成25年12月6日に深夜バス第1便の運行が実現。これにより、深夜の交通手段が一つ加わり、都内や千葉からの帰宅がより便利になりました。今後のご利用に応じて、本数の増設も検討していく予定です。

皆さまのご期待に添えるようこれからも運行してまいりますので、ぜひ深夜バスをご利用ください。

・JR大網駅 24時10分着に接続しており、電車の到着に合わせてバスの発車時刻も調整いたします。

・金曜日が祝日の場合は、前日の木曜日に運行します。

・大網駅以外のバス停は降車専用のため、乗車はできません。

TEL 0475(55) 1452
小湊鉄道(株)東金営業所

第2回 2014年2月16日 11時00分スタート
速さを競わない!!それとも競う!!

トレイルラン大会

参加者募集!
(参加費:500円)

コース図
距離 4.2195km

〇スタート: 八鶴湖畔・日吉神社鳥居 11時
八鶴湖(1周)〜七曲坂〜山王台〜岩川池
〜山王台展望広場〜七曲坂〜
〇ゴール: 谷児童公園 (制限時間 60分)

高低差52m、最大斜度約30度のアップダウンが連続するコース、距離はフルマラソンの10分の1の4.2195キロの辺田方トレイルラン。

事前に決められた「隠しタイム」が一番近い方が優勝という、速さを競わない新しいタイプの観光イベントです。景色を楽しみながら自分のペースでゴールを目指しませんか?

申込締切は2月10日(月)。詳しくは下記までお問い合わせください。
問 東金商工会議所 TEL0475(52)1101 URL <http://www.togane-cci.or.jp/>

早ければ優勝!
...とはならない
特別ルールの大会です。

確定申告

申告書の作成は
国税庁ホームページが
おすすめ

確定申告 検索

Step1 国税庁ホームページで申告書を作成

Step2

ネットを使って
e-Taxへ送信

印刷して送付

国税庁 www.nta.go.jp

結婚相談(お気軽にご相談を!)
関東を中心に多数の会員

経済的に
困っている女性は無料!

◇ 支部・分室 募集中 ◇
一緒に相談業務をしてみませんか?

つくもブライダル企画

TEL 0475(54)4188
携帯 090(4618)8090
東金市田間135-3(国道沿い)

暮らしの「不便」 解消します!

網戸修理・取付 電力不足・節電
省エネ対策に!

玄関の開け閉め 戸車交換
見えます!

刃物とぎ 砥いで新品の
切れ味に!

ガラス・カギ・ブラインド・ドアチェック……
家庭内の不便なこと何でもご相談下さい!

=大島屋金物店=
0475(52)2187
東金市東金1008

生徒募集中

日本整体士連合会は貴方に
一生のお仕事を伝授いたします。

○元警察官・教師・退職者の方々が
活躍中
○仕入れなし・売残りなし・在庫
なし・現金出納帳だけでOK
○就職・転職・開業・退職後の活動
に最適(開業後のサポート有り)

加圧療法士 128,000円
健康整体士 286,000円

健康増進に奉仕する
日本整体士連合会
健康整体学院
東金市東金113 <http://kenko-togane.com/>
TEL.0475-53-6131

桜会

蘇る名曲
蘇る青春

どなたでも参加できます。
懐かしの青春ソングを
みんなで合唱しませんか。

日時 H26.2月22日(土)18:30~20:30
会費 2,000円(軽食付き)
場所 八鶴亭さくらホール
(東金市東金1406 TEL.0475-54-7830)
お申込み、お問合せは
090-3349-3166 佐藤まで

低迷する経済を吹き飛ばせ!!

東金商工会議所 新年祝賀式 平成26年1月8日

東金商工会議所新年明け最初の大きなイベントである、平成26年新年祝賀式が会員事業所、来賓等150名もの出席をいただき盛大に行われました。

第一部の新春記念講演では、テレビのコメンテーターやジャーナリストとして活躍の後藤謙次氏をお招きし「4月消費税増税と安倍政権の行方」とのタイトルでお話をいただきました。アベノミクスと呼ばれる経済政策により、ようやく明るい兆しの見えてきた日本経済がこの4月からの消費税率アップ等によりどうなっていくのか。氏の豊富な知識や経験談を交えてお話をいただき、非常に密度の濃い講演となりました。

東金商工会議所 チャレンジ大賞を表彰

本年のチャレンジ大賞では元気経営部門において2事業所が表彰されました。おめでとうございます！

【元気経営部門】
いきいき食堂様
(有)東和様

講演終了後、第二部として「新年祝賀式」を開催し、この中で当所古川秀夫会頭より「この2014年という年は、東千葉メディカルセンターの開院や新産業交流拠点『みのりの郷東金』

なお、次号よりチャレンジ大賞を受賞された事業所を皆さまにご紹介いたします。元気経営の秘訣や地域貢献にまつわるお話等お伺いしますので、ご期待ください！

青年部だより

1/17(金)

平成25年度臨時總會開催

次年度の組織改編に伴い、臨時總會を三はし寿司店で開催し、原案通り満場一致で下記の通り新役員が承認されました。

「26年度役員紹介」

会長 佐久間 稔
副会長 五木田 勝仁
横溝 哲也

◆総務委員会

委員長 鈴木 三雄
副委員長 肥田 斎裕
黒木 琢磨

◆研修委員会

委員長 斎藤 智士
副委員長 鈴木 基正
神定 勇次

◆まちづくり委員会

委員長 皆川 卓之
副委員長 木村 正和
中村 荃司

監事 西川 泰二郎
菅原 裕輔



平成26年度へのバトンが渡されました。来年も東金を盛り上げていきましょう！



第57回 東金市民駅伝大会 来年はリベンジだ!



厳寒の中、第57回東金市市民駅伝に2チーム参加しました。今年は33チーム中、19位と33位という結果でした。練習をしていない選手にとっては若き頃の体力の衰えを痛感し、日頃の運動している参加者でも調整が間に合わず思うような結果をだせない悔しい大会でした。皆、この雪辱を忘れず来年はリベンジします。

参加選手

【東金商工会議所Aチーム 33位】

区 間	選 手	所属会社名
1 区	牧谷 芳彦	ソニーカスタマーサービス(株)
2 区	阿部 吉治	菅原工芸硝子(株)
3 区	井坂 定義	東金商工会議所
4 区	廣田 直也	昭永ケミカル(株)
5 区	内田 孝	日本ペイント(株)

【東金商工会議所Bチーム 19位】

区 間	選 手	所属会社名
1 区	尾幡 光彦	昭永ケミカル(株)
2 区	篠崎 健一	昭永ケミカル(株)
3 区	伊藤 綱人	伊藤綱人社労士事務所
4 区	古川 進人	医療法人静和会 浅井病院
5 区	黒木 琢磨	ノエビア東京葉販売(株)

未来にはばたけ! 地域の子どもたち!!

未来のプロ野球選手を目指せ! 第5回 東金少年野球教室

1月11日(土)、今年で5回目となる東金少年野球教室が城西国際大学水田記念球場にて開催されました。

今回は東金市に加え、近隣の九十九里町、大網白里市にある少年野球チームの子供たちも指導を受けたいと、総勢6チーム約100名の参加のもとでの開催となりました。

教室のはじまりは、城西国際大学硬式野球部の練習見学です。迫力あるその風景を間近で見ている子どもたちは興奮そのもの。見学後、佐藤監督ら指導陣によるウォーミングアップを兼ねた基礎練習をしてから、ポジションごとの練習に移りました。参加した子供たちに野球というスポーツの楽しさと同時に厳しさを真剣に教える選手たち。その教えに真剣に応える子供たちの表情がとても印象的でした。また、いつもの練習とは別の人たちから指導をいただいたことで新たな発見や野球の楽しさを再認識したのではないのでしょうか。

教室終了後、子供たちからお礼のあいさつがあり、その礼儀正しさに我々も本教室の意義を改めて実感することができました。ご協力いただきました、城西国際大学硬式野球部と浅井病院野球部の皆様、誠にありがとうございました。

今後もこの教室を通して子供たちの人材育成、地域との連携を支援してまいります。



フォームもしっかり教わりました!

第1回 川淵三郎杯

城西国際大学少年サッカー大会開催!

城西国際大学主催「第1回川淵三郎杯城西国際大学少年サッカー大会」が1月11日(土)・12日(日)の両日、同大の高円宮殿下記念スポーツパークで開催されました。

本大会は、地域に開かれたスポーツパークを目指す同大学が、地域の子どもたちを対象に今回初めて開催し、山武郡内の小学生サッカーチーム14団体約210名が参加しました。開会式では同大で特任教授を務める元日本代表監督の岡田武史氏が訪れ、「勝つためには全力を尽くすとともに、相手を尊敬することも大事」と激励し、選手一人一人と握手を交わしました。

初戦から白熱のプレーが続き、予選リーグを1位で通過した4チームが順位リーグで覇を競いました。事実上の決戦となった、ときがねFCと城西JFCとの強豪同士(いずれも東金市)の戦いは熾烈を極め、1対0の僅差でときがねFCが勝利。「ときがねFC」が初の王者に輝き、川淵三郎氏から木彫りのトロフィーが贈られました。

最優秀選手には5試合すべてで失点ゼロの堅守を見せつけたGK貝良塚陸斗選手が、得点王には5戦10得点を挙げた本吉利安主将が獲得し、ときがねFCの総合力と決断力を垣間見せました。

当所でも本大会に協賛しており、事務局長が来賓として出席しました。



多くの熱戦がくり広げられました。



確定申告の会場が変わります! ー東金税務署からのお知らせー

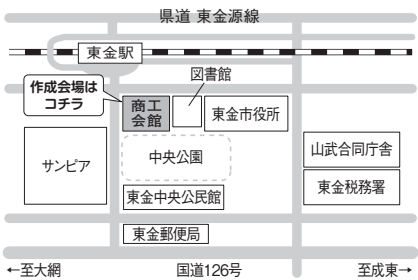
平成25年分所得税・個人事業者の消費税、贈与税の申告・相談・提出は
平成26年2月14日(金)、東金商工会館1階に会場を開設します。

開設期間▶平成26年2月14日(金)
～平成26年3月17日(月)
※土・日曜を除く

受付時間▶午前8時30分～午後4時まで
(提出のみ午後5時まで)

相談開始▶午前9時

※駐車場《会場及び税務署とも利用できません》



会員限定 建設業部会視察研修のご案内

昨年開通した圏央道を通して、安全祈願の参拝と建築建設関係の展示会を見学しませんか? 終了後には懇親会も予定しております♪

ご参加希望の会員様はお電話にてお申込みください。

◆日 時 3月4日(火) 8:40出発
※出発10分前くらいに当所駐車場へ集合

◆参加料 3,000円(交通費・懇親会代込)

◆定 員 30名(先着受付順)

◆内 容 東金出発→川崎大師に安全祈願の参拝→JAPAN SHOP
他建築建設関係複合展示会視察(東京ビッグサイト・昼食各自)
→懇親会(場所未定)→東金帰着(20:00予定)



◎東金商工会議所建設業部会担当(秋葉)

TEL 0475 (52) 1101

番外編

WIZ探検隊
出動！

よみがえれ青春！
懐かしの青春ソングを

歌声ホール
桜会

本誌をご覧の皆さんは「歌声喫茶」ってご存知ですか？日本において昭和30年前後に流行した、リーダーの音頭のもと、店内のお客さんが一緒に歌を歌うもので、最盛期には全国で100軒を超える店があったそうです。そんな歌声喫茶的なイベントがこの東金でも行われているとのこと、主催する『桜会』の方にお話を伺ってきました。

問 このイベントを始めたきっかけは？

答 いまだに混沌としているこの現代で、中年を元気にするため、活力を取り戻すにはどうしたらよいか。と考えた時に、私自身が若い頃流行った歌声喫茶で元気をもらったことを思い出し、和やかな雰囲気の中、みんなで楽しくできれば。との思いから始めてみました。



みんなで楽しく sing a song♪

問 具体的にはどんなことをやっているのですか？

答 当時の歌声喫茶のように、会場にいるみんなで合唱します。手作りの歌本を見ながら、童謡や青春歌謡、フォークソング等幅広いジャンルの歌を歌っています。また、レストランやホテルラウンジで弾き語りが続けてこられた石黒喜代美さんによる生のピアノ演奏で歌うので、カラオケ等とは違った雰囲気味わえます（ちなみに石黒喜代美さんは、当会議所の従業員表彰式でも弾き語りをお願いした方で、

それはもう素晴らしいものでした。昨年の10月に第1回目を開催し、50名くらいの方の参加をいただきました。



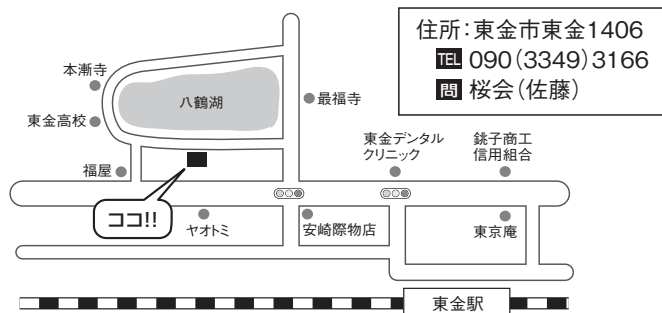
プロの演奏に乗せて…♪

問 このイベントには、会場となっている八鶴亭さんにもご協力いただいているそうですが、

答 ご参加いただいた方に軽食を用意するのですが、とてもおいしいと評判です（八鶴亭さんに伺ったところ、このイベントで提供する料理は食べた方が自宅で再現したくなるような素朴で家庭的なものを心掛けています）。また、八鶴亭さんの情緒ある風情も相まってより一層おいしくいただいています。



軽食といってもこんなに豪華！



問 いつ開催しているか教えてください。

答 基本的に2ヶ月に1回のペースで開催しています。次回は2月22日の土曜日、午後6時30分から8時30分の2時間を予定しています。参加費はひとり2,000円です。歌声ホールを知る方も知らない方もぜひ一度、会場に足を運んでみてください。（要予約）

問 このイベントは、会場となっている八鶴亭さんにもご協力いただいているそうですが、

答 ご参加いただいた方に軽食を用意するのですが、とてもおいしいと評判です（八鶴亭さんに伺ったところ、このイベントで提供する料理は食べた方が自宅で再現したくなるような素朴で家庭的なものを心掛けています）。また、八鶴亭さんの情緒ある風情も相まってより一層おいしくいただいています。

棚ショップぶちUBOX
5%OFF
クーポン
有効期限：平成26年2月1日～28日
※併用不可

お得なクーポン券を
ご活用下さい！
（併用不可）

小さな店が100店舗♪
棚ショップ ぶちUBOX
【棚のオーナー募集中！】
私の作品、セレクト商品を小さな店で販売しませんか。月額1,000円です。詳しくはUBOXまで。

棚ショップ ぶちUBOX
☎0475(53)1291
11:00～18:00（月～出）
定休日 日曜、祝日

UBOX
東金市東金1187-1
ちば興銀ATM奥

棚No.8 土屋

お揃いのかわいい柄のキルトバッグ。大きめのものから、中くらいにして小さなバッグ。もちろん1つから販売です。揃えて持っていたくと一層可愛らしさが増すと思います。いかがでしょうか。時間ができるとアウシン縫いをせっせとこっています。ぜひ見てください。

棚No.20 一針一針

古布で季節の飾り：（一月は正月飾り、二月は鬼（節分）、三月は（おひなさま）…キホルダー、ポーチなどを一針一針楽しみながら、作った品です。何とも言えない古布の温かな手ざわりで、気持ちも優しく、穏やかになります。UBOXで手に取って感じてください。和布ハギレも置いています。ご来店をお待ちしております。

棚No.23 TAEKO

今回は、フェルトでかわいいクマさんを作ってみました。きちんとお座りします。色違いで並べています。プレゼントにもいかがでしょうか。とにかくリーズナブル！手作りの小物をたくさん置いていますので、ぜひ見てみてください。和小物もごさい。

棚No.33 ネンドあそび

色々な種類のネンドを使って、お花や動物を作っています。今回はこんな額入りやケース入りのものを作ってみました。花の少ない寒いこの時期、お部屋に飾って楽しんでいただければと思います。

棚No.39 minamikaze

寒い季節、手編みの温かな帽子は、いかがでしょうか。ひとつひとつ時間をかけては編んでいます。デザインも色々取り揃えて置いていますので、どうぞお手に取って、かぶってみてください。今回はたくさん並べています。お気に入りを見つけていただければ、嬉しいです。

棚No.82・84 仏壇の南無

天然石を使ってフレスコを販売しています。幸運を呼ぶ様々な石。できるだけお買求めし易い価格で販売しています。ガラスケースの中です。お気軽にお手にとってお確かめください。

特定商工業者負担金納入のお願い

特定商工業者制度とは、商工会議所法第10条の定めるところにより、商工会議所の会員とは限らず、一定以上の企業（特定商工業者）に法定台帳の登録と経費負担にご協力いただき、取引の斡旋・照会等を通じて、地域経済振興に活用することを目的としています。

法定台帳は、地区内で活用している商工業者のデータベースとして、全国の商工業者や行政からの問い合わせに対しての照会や取引活動を活発にするために利用するもので、毎年作成しています。特定商工業者の事業所調査・台帳の維持管理・運用のための費用として、年間1,000円をご負担いただいております。

2月中旬～3月中旬にかけて、当所職員によりご集金させていただきますので、ご理解ご協力の程をよろしくお願いいたします。

東金商工会議所 TEL.0475(52)1101 FAX.0475(52)1105

健康促進♪簡単レシピ

【ジャムの材料】
ゆず…7コ(600g)
皮の正味量…約300g
砂糖…210g
（ゆずの皮の重量の70%）
ゆずのしぼり汁
④ [水(カップ1)]

【化粧水の材料】
ゆずの種…大さじ3
焼酎…200cc



第21回

ゆずジャムとゆずの種化粧水

〈下準備〉

- ①ゆずは洗い、横半分に切り汁をしぼる
種は化粧水に使う わたは皮をつけたまま細切りにする
- ②④は合わせます
- ③①の皮を10分ほど水につけ、ザルに上げる
- ④たっぷりの水と③を鍋に入れ、沸騰させ水気を切る

〈ジャムの作り方〉

- ①鍋に④を入れ、砂糖・⑤を加えて火にかけ、沸騰したらアクを取り20分弱火で煮る

〈化粧水の作り方(種の利用法)〉

- ①ピンを消毒しておき、種と焼酎を入れる。2週間～1ヶ月冷暗所に置く。とろみが出てきたら種を除き冷蔵庫で保管する

東金市山口在住 高山 幸子(料理研究家)