

県民広報紙 あいの風だより

NO.2

TOYAMA

●編集・発行 富山県企画部広報課
〒930-80 富山市新総曲輪1-7 電話 0764-44-3134
FAX 0764-44-3478

県人口 (8.12.1現在) / 1,125,572人
男 / 542,358人 女 / 583,214人
世帯数 / 342,884世帯

しあわせに生きる福祉社会の実現

県が昨年実施した富山県民世論調査では、県民が抱く県政への要望として、「高齢化対策」が3年連続で第1位にあげられています。また、第3位には「社会福祉」があげられるなど、福祉全般にわたる施策の充実・強化を求める声が高まっています。

このため県では、ますます高度化・多様化する県民の福祉ニーズに応えるとともに、少子高齢社会への対応や障害者等の自立と社会参加の促進などを積極的に図っていくため、「富山県民福祉条例」を制定しました。

今後、この条例をもとに、福祉施策を総合的に推進し、県民の福祉の増進を積極的に図っていきます。



目次

P1-3 特集1 / しあわせに生きる福祉社会の実現
～富山県民福祉条例制定～

P4-5 特集2 / 親しむ、生かす、創る、県民の文化
～富山県民文化条例制定～

P6 ●とやま女性総合センター（仮称）
いよいよ4月オープン
●一日部長・一日庁議開催

P7 富山冬のイベント情報
県からのお知らせ
県政Q&A

P8 とやまアラカルト 富山県のさかな
シリーズ / 富山の秘境②
ふるさとの味



▲福祉カレッジでの研修風景

●福祉を支える人づくりの視点
富山県福祉カレッジは、一般県民の皆さんを対象に各種の講座を設け、福祉や介護への理解を深めているほか、ホームヘルパーや施設職員などを対象とした研修を実施し、サービスの向上を図っています。

開校から一年あまりで受講者は延べ一万人を超えました。今後は福祉人材の養成校のバックアップにも力を入れていく予定です。

●高まる福祉への関心
一般県民の受講者の中で多いのは、介護技術の習得の必要性を感じておられる主婦の皆さんで、そのほとんどが「受けて良かった」と答えており、福祉への関心の高まりを強く感じています。



富山県福祉カレッジ 教務部長 田子 哲さん

福祉を支える人づくり

地域の人々がともに支え合う社会の実現

●お年寄りの交流の場「シルバー談話室」
水見市社会福祉協議会では、お年寄りたちが気軽に交流できる場を提供するため、県や市の補助を受けて「シルバー談話室」の設置を進めています。現在、市内には二十四のシルバー談話室があり、各地区の地域総合福祉活動グループが中心となって、健康教室や料理教室など、特色ある催しを行っています。

●保育園児たちとの交流
平成六年度からは、各保育所の行事にお年寄りを招待する「保育所内シルバー



水見市社会福祉協議会 地域福祉活動コーディネーター 中尾 晶美さん

最近では、ボランティアに携わる若者も増えています。このような福祉に関心を持つ人々が福祉を支える力になっていくことができるように、今後は福祉職場の説明会や福祉事業への就労斡旋などの充実に一層努めていきたいですね。

●福祉の充実には人材の養成から
福祉の充実には、人材の養成・確保が最も重要です。富山県民福祉条例は、人材養成などのソフト面と施設整備などのハード面を絡めている点が、非常に心強く感じます。

ひと口に福祉従事者といっても、施設の専門職員から民生委員まで様々です。これらの人々の力を活かすためにも、条例の趣旨を踏まえた福祉行政を期待します。



▲保育所内シルバー談話室での園児たちとのふれあい

●人々がともに支え合う社会
これらの活動を通して、参加者たちがともに支え合うことの大切さを認識していただけるよう願っています。「○○さんのおばあちゃん、最近顔出されんね。今度、訪ねてみようか」といったことから、地域の人々が支え合う社会が形づくられていくと思うんです。

富山県民福祉条例の基本理念の一つに「地域のネットワークづくり」があげられているのは素晴らしいことです。ただ、地域福祉を推進するためには、行政サイドの施策だけでなく福祉活動へ参加しようとする住民の力が不可欠ということも忘れてはいけません。



●福祉の観点からの住まいづくり
高齢者・障害者福祉という観点での建築設計は、家の中を平らにするバリアフリーや手すりをつけるなどの安全対策が基本となります。ちよつとした整備がなされていないためにお年寄りが動きづらくなり、寝たきりにつながることもよくあるんです。すぐにバリアフリーとはいかないまでも将来的に改善できるような設計や、在宅での介護がしやすい環境づくりへのアドバイスをしていきたいですね。

●まち全体としての整備
実際に車椅子で街を歩いてみる「車椅子ウォッチング」に参加して、いろいろ



富山支部女性部会 会長 水野 久枝さん

これからは“土木の福祉化”の時代

考えさせられました。歩道と車道の間には段差がなくとも勾配がきつかったり、歩道自体に勾配があり真直ぐ進めなかつたり…。ひとたび家から目的地へ向かって、そこに至るまでの連続性が確保されていないのです。これからは個々の建築物や道路だけを整備するのではなく、まち全体として整備することの必要性を痛感しました。

●土木に福祉の視点を
県民福祉条例の制定に伴い、生活関連施設の整備基準が規制化されることになりました。これからは県民に浸透させていくことはもちろん、事業者、県、市町村が一体となってこれを正しく理解し、互いに協力して運用していく必要があります。今までの土木は、ただものを造ればいいというだけでしたが、これからは“土木の福祉化”を念頭に置いたまちづくりを行っていかねばならない時代だと思います。

県では、市町村、事業者、県民との連携協力により、「しあわせに生きる福祉社会」の実現をめざしています。

県民の皆さんも、富山県民福祉条例の趣旨をご理解のうえ、高齢者、障害者等に対する理解を深め、互いに支え合い共に生きる地域社会づくりに努めていきましょう。

富山県民福祉条例の概要

富山県民福祉条例では、県民が生涯にわたる真の豊かさを実感できる、次のような社会の形成をめざすことを基本理念としています。

- 1 すべての県民が個人として尊重される社会
- 2 すべての県民が互いに支え合い共に生きる社会
- 3 すべての県民が健やかで安全かつ快適な生活を営むことができる豊かな社会
- 4 すべての県民が等しく社会活動に参加することができる公正で活力ある社会

また、この基本理念に基づき、県、市町村、事業者の責務と県民の役割を明らかにするとともに、福祉に関する施策の基本方針を定めています。

「人づくり」、「ネットワークづくり」、「まちづくり」の三つの柱を基本方針とし、下図のような福祉施策を総合的、計画的に進めていきます。

条例の特徴

- 1 福祉人材の養成等のソフト面と建築物、道路等の生活関連施設の整備等のハード面の両面にわたる総合的な条例
- 2 すべての県民を対象とし、特に高齢者、障害者等に配慮
- 3 多様な福祉サービスの提供、福祉に関する産業の振興等、新しい視点が盛り込まれていること
- 4 幅広く県民の意見を聴いて策定

しあわせに生きる福祉社会の実現



自立と社会参加への環境整備

- ◇社会環境の整備
 - ・県民の健康の保持・増進のための支援
 - ・介護の支援体制や福祉施設の整備の促進
 - ・子どもが健やかに生まれ育つための環境づくり
 - ・障害者教育の充実
 - ・高齢者、障害者の就労機会の確保
 - ・高齢者、障害者の文化・スポーツ等への参加
 - ・福祉に関する産業の振興と研究開発の推進
- ◇生活環境の整備
 - ・高齢者等が円滑に利用できる生活関連施設の整備



福祉の輪の形成

- ・保健、医療および福祉等の施策の有機的連携と多様な福祉サービスの提供体制の整備
- ・福祉に関するボランティア活動を行いやすい環境づくり
- ・福祉に関する相談や情報提供の体制の整備
- ・高齢者、障害者等に対する福祉に関する情報提供の充実

福祉の心の醸成

- ・福祉に関する意識啓発
- ・福祉教育の充実
- ・幅広い福祉人材の養成、確保
- ・福祉人材の資質の向上



『親しむ、生かす、創る、県民の文化』

富山県民文化条例制定

昨年九月、富山県民文化条例が公布・施行されました。これは、文化の振興に関する基本理念や施策の基本となる事項を明らかにするものです。

富山県民文化条例 制定の背景

今日、県民の生活意識が「物の豊かさ」に加え「心の豊かさ」を求めるようになる中で、文化の振興に寄せられる期待がますます大きくなっています。

本県には、先人の遺産として受け継がれてきた豊かな伝統文化や生活文化等があります。また、美しい自然や特色ある文化施設等を舞台とした活発な芸術活動が行われ、新しい文化が創造され、それらは国内外にも発信されています。さらに、文化ボランティア活動など、身近に文化を楽しむ活動も盛んになってきています。

富山県民文化条例の概要

- (1) 基本理念
 - 富山県民文化条例は次の四つを基本理念としています。
 - ①文化の振興は、ア、県民の文化活動を通じて心の豊かさの追求が支援されること。イ、地域文化の創造活動が促進されること。ウ、これらを通じて活力ある地域社会が形成されること。エ、文化の香り高いふるさと富山が創造されることを旨として、県民とともに行われるものとする。
 - ②文化の振興にあたっては、文化の担い手が一人ひとりの県民であることから、県民の自由な文化活動が尊重されなければならないこと。
- (2) 文化振興施策の基本方針と概要
 - ③地域の文化遺産は、県民が誇りを持つことができる共通の財産として将来の世代に引き継がれるものとする。
 - ④国際文化交流は、それが国際相互理解及び文化の発展に資することから、積極的に推進されるものとする。
- (3) 文化振興施策の基本方針と概要
 - 県民の自主性と創造性が発揮されるよう十分配慮しながら、県民が文化に親しみ、文化を生活に生かし、文化を創造することができるような諸条件の整備に努めることを施策の基本方針としています。
 - この基本方針のもとに、「芸術文化、伝統文化、生活文化等の振興」や「文化活動の担い手の育成」、「文化活動の場の整備」、「文化交流の促進及び連携」などに努めていきます。



ゆとりと豊かさが実感できる県民生活の形成

文化の香り高いふるさと富山の創造



個性と美しい 生き方を求めて



東京大学名誉教授 木村尚三郎氏

二十一世紀は、個性や美しい生き方などいわゆる土地ごとの品位が問われる時代。土地ごと、人ごとに「いのちとくらしの知恵」を輝かせることが大事になってきています。その意味で芸術や文化が重要性を増してきています。このたび富山県が県民文化条例を制定されたことは二十一世紀を先取りしたとも言えます。

富山県には充実の伝統など富山らしい「いのちとくらしの知恵」があり、また、おわら風の盆や万葉夢幻譚など土地ごとの美しい生き方があると思います。また、条例の中には環日本海文化交流が謳われていますが、これは外国の人も含めて明日に生きる人達一人ひとりが、交流の中から美しい生き方を創り出し、いこうとするものです。そういうところに富山らしさが出ていきたいと思います。

これらの意味で、次の時代の模範の生き方が表われているのではないかと思います。

親しむ、生かす、創る、 県民の文化

文化の担い手は一人ひとりの県民です。県では、今後、県民文化計画を策定し、文化振興施策を総合的、計画的に推進し、県民の文化活動を積極的に支援していくことにしています。文化は一人ひとりのかけがえない幸せづくり。カンパスにあなただけの文化を描きましょう。



音楽はもちろん他の芸術分野でも、富山県のレベルは他県にひけを取らないと思います。ただ、それが地域に浸透しているかといわれれば疑問ですね。私はいろんな音楽会の実行委員をしています。主催者側の押し着せでは文化は浸透しないことを常日頃から感じています。

「文化は高尚なもの」という意識が県民の間に強いことが、文化の浸透を防げる第一の要因だと思います。例えば、気軽に音楽や美術を楽しめる場を街角につくるなど、普段から芸術と触れ合えるような環境にしていけば、堅苦しいイメージも和らいでくるのではないのでしょうか。また、文化活動をする人たちにとって意外に大変なのが練習場の確保です。幸い私たちは、地元の中学校の音楽室

文化の定義は様々ですが、広い意味では日々の生活そのものが文化といえます。でも、食べて働いて寝るだけで生活が豊かになるとは思えません。自分の人生に色を加えるのが文化ではないでしょうか。定年になってから、いきなり「好きなことを見つけてみましょう」といってもなかなか難しいものです。若いうちに植えつけられたものが伏流水となり、年月を経て表面に湧き出してくるのが理想だと思います。



施策を望みます。

文化とは人生を彩る色



和田朝子舞踊研究所 和田 伊通子さん
国民文化祭では、洋舞フェスティバルや開会式で素晴らしい創作舞踊を披露

「富山県は行政が舞踊に対して理解があるから羨ましい」という声や、他県の関係者から聞かれます。ただ残念なのは、指導者が不足していること。指導の勉強のために先進地に人材を派遣し、Uターンをして地元の文化振興に一役買ってもらおう。そんな積極的な

宇奈月温泉雪のカーニバル

2月1日(土) 宇奈月温泉街・宇奈月温泉スキー場
雪上花火大会やたいまつ滑降、雪像コンクールなど、温泉街は雪と炎の祭典で盛り上がる。
問合せ 宇奈月温泉観光協会 ☎0765 (62) 1515



牛岳スノーフェスタ'97

2月1日(土) 牛岳温泉スキー場 (山田村)
花火大会や雪上ゲーム大会、白雪姫コンテスト、特産品試食コーナーなど、楽しいイベント盛りだくさん。
問合せ 牛岳スノーフェスタ実行委員会 ☎0764 (57) 2111

県政 Q&A

Q パソコン通信「ハローネットとやま」経由で、「とやま学遊ネット」を利用していますが、県立図書館の図書を検索できるので、とても助かっています。しかし、「学遊ネット」の利用時間が限られているのはいかがなものでしょうか。パソコン通信は、24時間フル稼働してこそ意味があると思うのですが……。 (自営業 男性)



A 県では、現在「とやま学遊ネット」の機能の整備・拡充を図っており、今年3月までに24時間運用を開始します。また、「ハローネットとやま」を経由せずに、直接「とやま学遊ネット」に接続することも可能になるほか、インターネットへの情報提供も行う予定です。詳細につきましては、下記までお問い合わせください。

問合せ 富山県生涯学習カレッジ学習振興課 ☎0764 (41) 6135

県政に関するご質問・ご要望を受け付けています。県庁および各市町村窓口等にある「知事へのはがき」や、パソコン通信ハローネットとやま「県民ハローメール」をご利用ください。

TOYAMA冬のイベント情報

あったか~いイベント おいし~いお祭りがいっぱい!

利賀そば祭り'97

2月21日(金)~23日(日) 国際キャンプ場周辺
雪像やかまくらをバックに、そば粉100%の手打ちそばや岩魚の塩焼きなど山の味覚が味わえる。
問合せ 利賀村企画調整室 ☎0763 (68) 2111



庄川もちもち遊楽

2月22日(土)・23日(日) 庄川水記念公園
庄川特産の白やきねを使ってついた餅や、あったか雑煮、おしるこに大満足。
問合せ 水記念公園管理運営協議会 ☎0763 (82) 4316



いなみ愛フェス

2月7日(金)~9日(日) いなみ木彫りの里
雪像づくりや氷の彫刻チャレンジコーナーなど、雪と氷に親しむイベントがいっぱい。
問合せ いなみ愛フェス実行委員会 ☎0763 (82) 5757



いちょうバレー雪の祭典

2月15日(土)・16日(日) らいちょうバレースキー場
雪合戦や餅つき、ディスコパーティーで寒さを吹き飛ばそう!
問合せ 富山県企業局総務課 ☎0764 (44) 2137

県からのお知らせ INFORMATION

子どもみらい館行事 こどもの歳時記「ひな祭り」

季節行事のひな祭りにちなみ、様々な素材を使ってひな人形やひな壇飾りなどをつくります。
開催期間: 2月1日(土)~3月2日(日)
場所: 子どもみらい館 (県立公園太閤山ランド内)
問合せ: 子どもみらい館 ☎0766 (56) 9000

第7回花と緑の冬のフェスティバル

冬のとやまを花と緑で彩り、年間を通じ花と緑に囲まれたライフスタイルを提案します。
開催期間: 2月9日(日)~11日(祝)
場所: 富山産業展示館 (テクノホール)
問合せ: 花と緑の銀行 ☎0764 (66) 2425



とやま現代作家シリーズ

県内在住・出身の11人の作家による最新作を中心に紹介します。
開催期間: 2月8日(土)~3月16日(日)
場所: 県立近代美術館企画展示室
問合せ: 県立近代美術館 ☎0764 (21) 7111

立山博物館 第9回映像&トーク

「山に学ぶ~冬期登攀をめざして」をテーマに、登山家の柳澤昭夫氏の講演会や、映画「岩と雪の饗宴」の上映会を行います。
日時: 2月8日(土) 午後3時
場所: 富山県民小劇場 (マリエとやま7階)
問合せ: 立山博物館 ☎0764 (81) 1216

埋蔵文化財センター企画展「文様・記号・文字」

原始・古代の人々が文様や記号などに託したメッセージを探ります。
開催期間: 5月22日(木)まで開催中
場所: 埋蔵文化財センター (富山市茶屋町206-3)
問合せ: 埋蔵文化財センター ☎0764 (34) 2814

「経済指標のかんどころ(改訂版)」発行

経済の基礎用語から最新用語にいたるまで丁寧に解説した経済診断の必携書。県内書店でお求めください。(定価1,500円)
問合せ: 県統計協会 ☎0764 (44) 3190



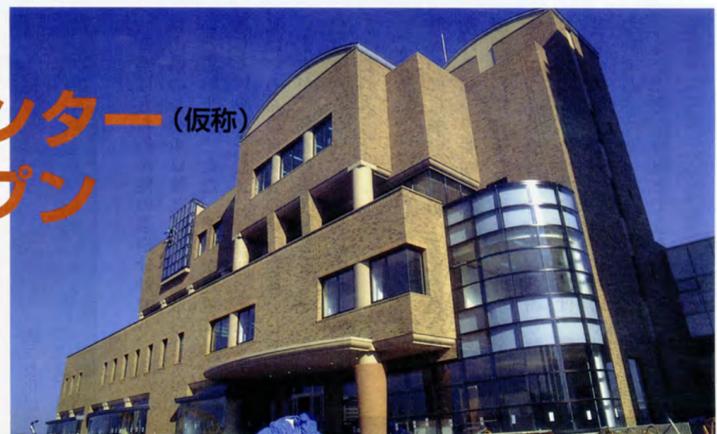
富山県政策情報誌「でるくい」第2号発行

県政の取組みや政策への提言、読みごたえ十分の特集などからなるホットな情報誌。第2号は、2月1日から県内主要書店にて発売開始です。(定価750円)
問合せ: 県庁計画課 ☎0764 (44) 9609

「みのり豊かな男女協同社会」への拠点

とやま女性総合センター(仮称) いよいよ4月オープン

男女がともに自立し協力しあい、女性をとりまく問題の解決を進めながら「みのり豊かな男女協同社会」を実現するための活動拠点として、県が富山市の湊入船町(富山駅北)に整備を進めている「とやま女性総合センター(仮称)」が、この4月、いよいよオープンします。



このほか、消費生活センターや婦人就業援助センター、パートバンクなども入居し、女性総合センター機能と連携しながら消費生活や就業への支援などを行います。

3.4F 自己啓発と研修の空間
研修室や和室などがあり、各種の講座や催し等に利用いただけます。

2F 体験と交流・ふれあいの空間
調理や介護等の生活体験実習室や多目的ホール、ミーティングスペースなどからなり、男女の固定的な役割分担意識にとらわれない新しいライフスタイルを提案するとともに、グループ・団体の活動や幅広いネットワークづくりを支援します。

1F 情報とくつろぎの空間
女性問題に関する図書・資料・ビデオ等のライブラリーをはじめ、女性の生き方や悩みごと等の相談室があります。

多様な施設機能

4階建て、延べ床面積7,640平方メートルの施設には、様々な機能が備わっています。

愛称は“サンフォルテ”

同センターの愛称募集には、国内外から3,000通を超える応募があり、“サンフォルテ”に決定しました。この愛称は、サン(太陽)とフォルテ(強い)を組み合わせたもので、男女がともに自立し、太陽のように輝きながら男女協同社会の実現に向けて、力強く取り組んでいくことをイメージしています。



富山勤労者総合福祉センター(愛称:とやま自遊館)隣接オープン

富山勤労者総合福祉センターに隣接して、勤労者福祉の拠点となる富山勤労者総合福祉センター(愛称:とやま自遊館)がオープン。両者は二階の連絡通路で結ばれ、研修室の利用や職業関連情報の提供など、効率的な役割分担が行ってまいります。

サンフォルテ登録グループ・団体を募集!

様々な分野で活動する県内のグループ・団体のネットワークづくりを支援するため、登録グループ等を随時募集しています。

問合せ・申込書請求先
〒930-80 (住所記載不要)
県庁女性青少年課女性総合センター建設班
☎0764-44-9617
FAX0764-44-3479

“サンフォルテ”は、県民の皆さんの主体的な活動を支援する施設です。女性の皆さんはもちろん、男性の皆さんも大いに利用し、「みのり豊かな男女協同社会」を創造していきましょう。オープン日は、4月24日(予定)です。



県政に対する様々な提言

一日部長・一日庁議開催

県民の皆さんに、県政についての理解と関心を深めてもらうと、県では毎年「一日部長・一日庁議」を行っています。

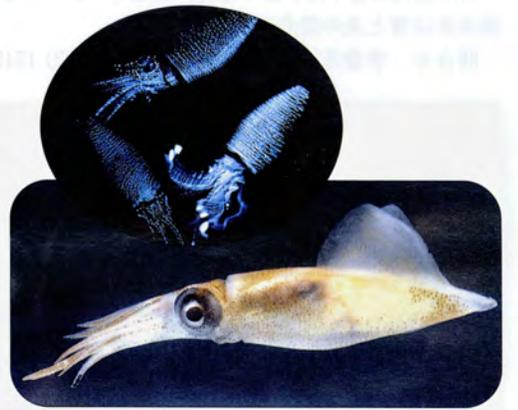
昨年十一月十九日付けで一日部長に任命された十名の方々に事業説明がなされたあと、施設等を見学していただき、二十九日には知事を交えた一日庁議を開催。一日部長の皆さんからは、「ヒューマンスキル(心の面をどう育てる)を充実してほしい」、「農業の担い手を育成するため、県内就業者を対象とした民間教育機関をつくらせてはどうか」、「景観に配慮した土木事業を進めてほしい」、「立山ファンクラブをつくって、県内外の人に情報誌を送ってはどうか」など様々な提言がなされました。また、「二〇〇〇年国体の中長期的構想には感心した。ぜひ成功させてほしい」、「計画が進められている国際健康プラザが、県民の健康づくりの拠点となれば素晴らしい」など、県政に対する期待も寄せられました。

中沖知事は、それぞれ提言に対して回答した後、「さっそく皆さんのお知恵を検討して、できるものから実行していきたい」と述べました。

とやま アラカルト

ご存じですか? 県のさかな

県では、水産業のイメージアップと消費拡大を図るため、“富山湾の王者”ブリ、“富山湾の神秘”ホタルイカ、“富山湾の宝石”シロエビの3種を「富山県のさかな」として選定しました。



富山湾の神秘 ホタルイカ

4月から6月の産卵期に、常願寺川河口付近から魚津港にかけての沿岸を、青白い光を放ちながら群遊する。なぜ発光するかについては、威嚇、幻惑、餌寄せなど様々な説があり、“富山湾の神秘”となっている。

桜煮や酢味噌あえなどは、富山の春の食卓を飾る代表的な味覚。

富山湾の王者 ブリ

成長の段階でツバイソ（コズクラ）、ガンド、ブリと呼び名を変える出世魚。その精悍な顔つきには、“富山湾の王者”としての風格が漂う。

産卵前の11月から1月にかけて漁獲される脂の乗った「寒ブリ」は特に美味しい。



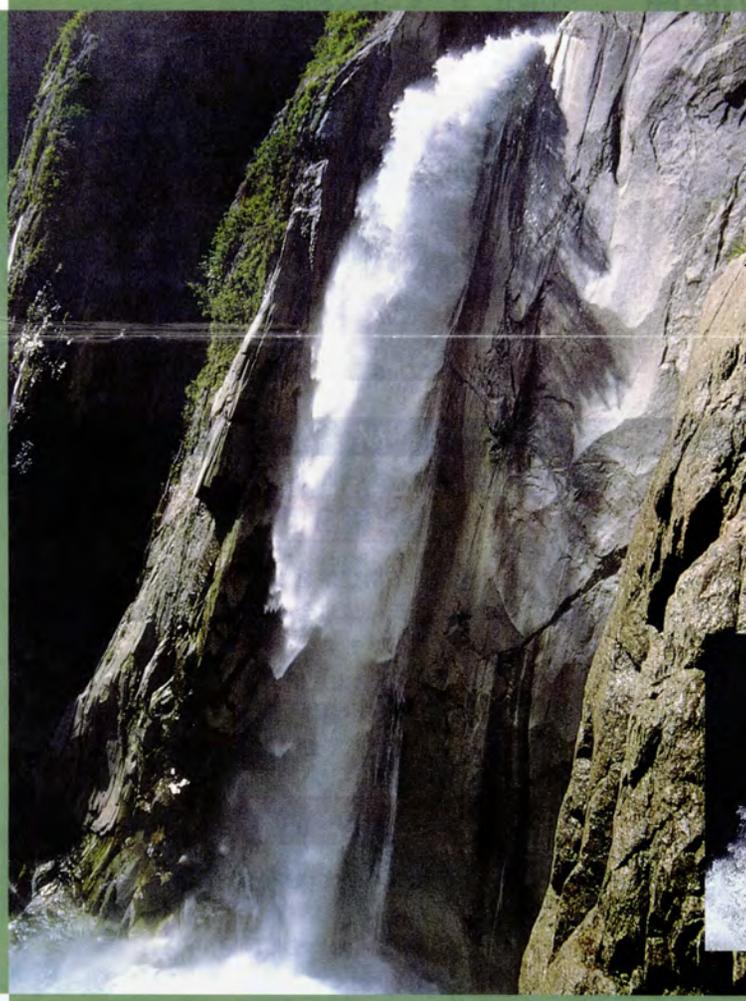
富山湾の宝石 シロエビ

“あいがめ”と呼ばれる富山湾特有の深い海底谷に生息する珍しいエビで、富山湾が世界唯一の漁場。4月から11月にかけて漁獲される。生きているものは透明なピンク色で、“富山湾の宝石”と呼ぶにふさわしい美しさ。

寿司やかき揚げとして食され、その味は絶品である。



富山の秘境② 人を寄せつけない”幻の滝” 劔大滝



秘境・黒部峡谷の険しい自然に囲まれ、実際に目にした人は少ないといわれる劔大滝。すぐそばまで近づいても、轟々と響く瀑音だけが聞こえてその姿が見えないことから“幻の滝”と呼ばれる。

黒部ダムから“下の廊下”を歩くこと数時間、十字峡に到着するが、登山道はここまで。十字峡から劔沢を1.5kmほど遡った所にその滝はある。しかし、水量の多さと両側に切り立つ壁に遮られ、一般の登山者は近づくことができない。沢登りと岩登りの高度な技術が要求されるのである。

大小あわせて12段の連瀑からなる劔大滝の全体の落差は約150mで、最下段は約50m。水音が轟く滝壺からは、細かな飛沫が高々と舞い上がる。空中に放たれた巨大な水の塊は、生き物のように一瞬一瞬形を変えながら落下するという。ある登山家は、その姿を“狂暴であるが故の美しさ”と表した。

残雪の雪崩と早い冬の到来で、見ることはできるのはわずか1か月。“幻の滝”は秘境黒部の象徴であり、今も多くの岳人を魅了し続けているのである。

タラ汁

ふるさと味



タラ(鱈)は、その字の示すとおり、雪の降る頃に日本海沿岸や北海道方面でよく漁獲されます。大型のマダラと小型のスケトウダラに分類され、富山県でタラといえば一般的に後者を指すようです。

鍋物や煮つけなどにして食されますが、なかでも「タラ汁」は宮崎浜の名物料理として有名。漁師たちが獲れたばかりのタラをぶつ切りにして、鍋に放り込んで浜汁をつくったのが始まりです。

素材の持ち味をそのまま生かしたものが多く富山の郷土料理ですが、「タラ汁」はその最たるものといえるでしょう。

材料(4人分)

タラ	2匹	昆布	15cm
ゴボウ	1200g	醤油	大さじ1
ネギ	100g	味噌	大さじ2
	1本	水	カップ4
	(100g)		

作り方

- ① ゴボウをささがきにし、水に放してアクを抜く。
- ② タラの内臓を取り、肝臓は別にしておく。
- ③ 胴をぶつ切りにし、薄い塩水で洗う。
- ④ 鍋に水と昆布を入れて火にかけて、沸騰する寸前に昆布を取り出す。
- ⑤ 沸騰してからゴボウとタラ(肝臓も)を入れ、醤油と味噌で調味する。
- ⑥ 器に盛って、ネギを散らす。

※協力 富山県栄養士会