

# 社会保険にいがた

# 4

一般財団法人新潟県社会保険協会

2025  
NO.944

4

- 保険料の納付が困難なときに 学生納付特例制度
- 国民年金保険料のおトクな納付方法
- 「健康経営優良法人2025」認定法人発表
- 医療費抑制のための上手な医療のかかり方
- <募集>カールベクス古民家見学ツアー ..... など

Contents



## 鯛めし



TAIMESHI

初夏の魚とい

えば、タイ。新潟県は近年、全国10位前後のマダイの漁獲量を誇り、4月から6月の産卵期には沖から浅瀬に集まってくるため漁獲量も増える。餌となるエビをたくさん食べ、赤く色づいたタイは「桜鯛」の名で親しまれている。ちなみに秋の脂が乗ってウロコが赤みを帯びるタイは「紅葉鯛」と呼ばれる。どちらも風情のある呼び名だ。

マダイは全県的に水揚げされるが、大謀網(だいぼうあみ)漁で有名な粟島や、佐渡、上越が主な産地となっている。上越に隣接する柏崎市でも海藻が豊富な笠島沖などが主な漁場となっている。そして柏崎はタイを使った料理でもおなじみだ。2011年にご当地グルメコンテストでグランプリを受賞した「柏崎 鯛茶漬け」は、グランプリを機にご当地グルメとして話題を呼び、現在も市内の複数店舗で味わうことができる。

お茶漬けがアレンジ版だとすれば、タイを使ったパシクな料理として伝承されているのが「鯛めし」だ。土鍋に白米と昆布だしと少々の塩と醤油、適量の酒を入れ、ウロコ

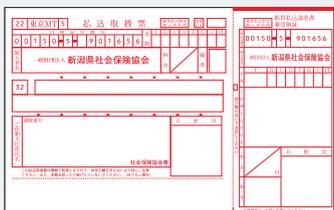


と内臓を取って塩焼きしたタイをまるごとのせて炊く豪快な料理。もちろん炊飯器でも作ることもできるが、炊き上がった土鍋を食卓に置き、目の前で鯛をほぐして盛って食べると、おいしさに楽しさがプラスされ、盛り上がる。宴会などで塩焼きの鯛を土産にいただいたときに試してみるのもおすすめ。他県の話になるが、香川や愛媛、大分などに伝わる、煮付けた鯛をそうめんとともにのせる「鯛めん(鯛そうめん)」も、一度味わってみたい郷土料理だ。

文/高橋真理子(NPO法人にいがた食の図書館) イラスト/荒井晴美

### 社会保険協会からのお知らせ

### 令和7年度 社会保険協会費納入用紙をお届けいたします



当協会では、会員の皆様から納入いただく「年会費」により、令和7年度も社会保険制度に関する知識習得を支援する事業や健康づくり・厚生福利を応援する事業、その他各種優待事業などを行います。新規事業も含め各種事業を計画しておりますので、ぜひご参加(ご利用)ください。つきましては、令和7年度年会費の納入用紙(払込取扱票)をお送りいたしますので、最寄りの(ゆうちょ銀行・郵便局)で払い込みいただくか、ご案内の当協会の銀行口座にお振込みくださいますようお願い申し上げます。貴事業所様の益々のご発展と事業主様はじめ従業員様のご健勝を心よりお祈り申し上げます。