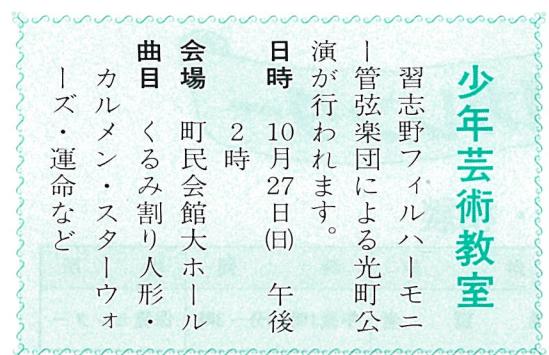


**国民年金生きがい講座  
受講生募集**



日時 11月26日(火)～27日(水)  
 場所 国民年金保養センター  
 「そとぼう」 岬町和泉4  
 内容 年金教養・健康・園芸・  
 ゲートボール・健康相談・  
 年金相談  
 募集人員 80人（どなたでも  
 参加可）  
 費用 1人 600円（当  
 日会場で徴収）  
 交通 正午・現地集合  
 車（駅にマイクロバス用意）

集合場所及び時間 11月26日

**県民政治大学**  
 申込み 千葉県社会部国民年  
 金課 ☎ 0472-2382  
 期限 定員になり次第締切り  
 場所 千葉駅ビルペリエ  
 講座内容 選挙・政治・地方  
 自治その他一般教養科目  
 募集人員 450人  
 受講料 無料  
 場所 千葉駅ビルペリエ  
 8月15日現在受付  
 (順不同敬称略)

橋長	白長	関	白	西高野	新井	篠本三区	尾垂六区	行政区
橋塚	白塚	磯塚	磯	西高野	新井	篠本三区	尾垂六区	行政区
%8	%5	%4	%4	%1	%30	%29	%27	月死亡
椎名	鈴木	吉岡	服部	加藤	市原	森	實川	氏名
茂代	てる	暁	翔	齊	ぬ	正男	ふみ	年齢
76	73	78	4	72	92	80	60	
日時	10月27日(日)	午後	2時			70	37	
会場	町民会館大ホール					70		
曲目	くるみ割り人形・ カルメン・スター・ウオ ーズ・運命など							

**おくやみ申し上げます**

**材 料 (4人分)**

中鰯のアラ-----5~6尾  
 昆布-----4~5cm角3枚  
 酒-----小さじ2  
 塩-----大きじ $\frac{1}{2}$   
 化学調味料-----少々  
 (魚が少ない場合)  
 水-----1人1カップ強

(吸口)

春は木の芽をたたいて、秋  
 は柚子の皮のうす切



橋場  
**青柳フミ**  
 栄養改善推進員

◎客膳にも使える上品なお清汁です。

タタキや刺身にした残りの頭や中骨を利用して！

**作り方**

①魚は、腹やエラを除いた時、流水で良く洗い、後は、洗わないこと。  
 アラをザルに入れ、塩をまんべんなく振り、10分位おく。

②鍋に水と昆布を入れ沸騰したら塩にしたアラを入れ、再び煮立つたら火を弱くしてあくをすくい、酒を入れて味をととのえる。  
 鍋のフタをしないで、5分位煮てから不足分の塩を加えて味をととのえる。  
 ③豆腐や三ッ葉など少量を具にし盛付ける、頭や昆布は捨てずに頂いてください。  
 (皮、骨は盛付けない)

**不動産フェア開催**

**ナースバンクに登録を**

**千葉ナースバンク**  
 場所 千葉県看護会館  
 ☎ 0472-476371

開設日時 月～金曜日  
 午前9時～午後4時

申込み 千葉県社会部国民年  
 金課 ☎ 0472-2382  
 期限 定員になり次第締切り  
 場所 千葉駅ビルペリエ

\*希望者は、9月30日までに郵便番号・住所・氏名・年齢記入し、千葉市市場町1の1県庁地方課内県選挙管理委員会 ☎ 0472-2143まで申込んでください。

日時 9月23日(祭) 午前10時

場所 東金商工会館1階(サ  
 ンピア東側・駅南側)

主催 (社)千葉県宅地建物取引業協会山武郡市支部