暮らしのガイド

原爆被爆者二世の健康診断

対象者 両親または両親のどちらかが原爆被爆者である方で受診を希望する方

実施期間 1月25日(月)～3月10日(水)

締切 2月15日

申込方法・問合せ 健康診断希望を明記の上、住所、氏名、電話番号、生年月日、両親のうち被爆者は母親、父親のいずれかを記入して〒260-91 千葉市中央区市場町1の1千葉県衛生部保健予防課防疫結核係（☎043-223-2608）へ申し込みください。

さわやか県政ふれあい講座

日時 2月17日(水) 午後1時30分～4時30分

場所 東総文化会館小ホール

テーマ 「農業の現状と将来への展望」～21世紀をリードする海匝農業～

申込方法 葉書に住所・氏名・年齢・職業・電話番号を記入し「ふれあい講座希望」と書いてください。

申込・問合せ 海匝地域県民センター 〒289-17 旭市ニの1997番地の1 ☎(64)0597

献血にご協力ください

日時 2月26日(金) 午前9時30分～11時45分 午後1時～3時30分

場所 保健センター

◎今回は、200㎖・400㎖全血と合わせて成分献血も実施します。

各種融資制度説明会 労働教育講座

日時・内容 3月2日(火) 午後1時30分～融資制度説明会／午後3時～労働教育講座

場所 銚子市勤労コミュニティーセンター

問合せ 海匝支庁商工労政課 ☎(63)8050

おくやみ申し上げます

1月15日現在受付（順不同敬称略）

行政区	死亡月日	氏名	年齢
作間内	12/16	石川 ふゼ	66
辻	12/18	篠崎 一郎	56
傍示戸	12/20	齋藤 ふほ	88
関	12/17	平山益次郎	64
芝崎	12/21	國井 輝夫	38
辻	12/24	實川 市郎	87
古屋	12/24	石井 貞夫	57
作間内	12/25	伊藤 幸男	51
篠本一区	12/30	行方 正治	89
白磯	12/21	山本 憲治	87
辻	1/2	實川加代子	33
作間内	1/8	馬橋 ヤス	82
小川台	1/13	鈴木 繁	94
谷中	1/13	越川喜久男	81

収蔵品展『くらしときもの』

期日 5月9日(日)迄

会場 千葉県立大利根博物館 第3展示室

入館料 無料

展示内容 (1)川と人々のくらし (2)晴れ着と普段着～ハレとケの世界～ (3)仕事ときもの

企画展示『荘園絵図とその世界』

日時 3月16日(火)～5月16日(日) 午前9時30分～午後4時30分

会場 国立歴史民俗博物館管理部 〒285千葉県佐倉市城内町117 ☎043-486-0123(代)

展示内容 荘園絵図の世界、荘園絵図と庶民生活など

手作り料理を食卓に ㊾

スキムミルクで健康づくりを 洋風すいとん

篠本三区 土屋経子 栄養改善推進員

◎毎日の食生活に、スキムミルク20g（牛乳一本分）を補うと栄養価の高いものが出来ます。

材料（4人分）

とり肉	150g
じゃがいも	中2個
にんじん	中1本
玉葱	中½個
かぶ（葉共）	小4個
マーガリン	大さじ3
スープまたは水	5カップ強
塩	小さじ1.5
コショウ	少々
小麦粉	1.5カップ
スキムミルク	40g
ベーキングパウダー	小さじ1

作り方

❶じゃがいも、人参は薄いいちょう切り、玉葱は薄切りにし、大きめに切った鶏肉と共にマーガリンで炒める。

❷かぶは、くし型に切り、スープと共に①に加えて煮、塩・コショウで調味する。

❸小麦粉・スキムミルク・ベーキングパウダー・塩少々を混ぜ、ふるいにかけ、小麦粉の半量の水で溶き、スプーンですくいながら小さく丸めるようにして、②の中へ入れる。

❹すいとんがふくれて充分に火が通ったら、かぶの葉（さっと茹でて細かく切る）を加えて仕上げる。