

あなたも 2007年の光町を 考えてみませんか？

町では西暦2007年までの総合計画
(将来計画)を策定中です。

この計画は、これからの光町の道
標となる重要な計画です。

総合計画をより身近なものにする
ため、住民意識調査を行います。調
査用紙が郵送された方はご協力をお
願います。卒直な意見、要望をお
寄せください。

問合せ 役場企画財政課企画係

☎84-1211 内線 124

6月は、土砂災害防止月間
6月は土砂災害防止
月間です。
毎年各地で土石流、
地すべり、がけ崩れ等
土砂災害が頻発し、人
命、財産に大きな被害
が発生しております。
梅雨にはいりますの
で、各家庭においても
万が一の場合に備え十
分注意してください。

篠本の工業団地

予定地に立ち入らない
ようお願いいたします

◎切り倒した木や文化
財調査のための大型
機械があり大変危険
です。

暮らしのガイド

警察官募集

受付期間 7月1日(金)～8

月19日(金)

人員 男子(A・B) 70人

女子(婦警) 10人

条件 A(大卒見込み)

昭和42年4月2日から昭

和48年4月1日生まれ

B(高卒)

昭和42年4月2日から昭

和52年4月1日生まれ

女子 Bの資格条件と同じ

問合せ 八日市場警察署

警務課 ☎0110

自衛官募集

区分 2等陸海空士・航空

学生・看護学生・防衛大
学校生・曹候補生・曹候
補士・自衛隊生徒
※資格・受付期間・試験期日
は次にご連絡ください。
問合せ 自衛隊旭募集事務
所 ☎0971

難病相談

対象 言葉がスムーズに話
せない・歩きづらい・手
足のしびれや筋肉の痩せ・
めまい・ふらつきなどの
神経症状でお悩みの方と
家族

※併せて、パーキンソン病
脊髄小脳変性症の方のり

おくやみ申し上げます

6月15日現在受付
(順不同敬称略)

行政区	死亡 月日	氏名	年齢
古屋	5/16	渡辺 ツ子	69
宮内	5/22	藤代 昭己	64
篠本区	5/28	花澤勝一郎	88
新井	5/2	伊藤 孝一	72
橋場	5/2	伊藤 孝一	72
白磯	5/2	小林太左衛門	78
作間内	5/2	向後新治郎	77
原方	5/2	伊藤 佐保	82
橋場	5/2	渡辺 信治	78
谷中	5/2	越川 いてい	86

材 料 (3～4人分)

豚肉の薄切り	200 g
(もも、バラ、ロースお好みで)	
さやいんげん	6 本
にんじん	小 1 本
油	大さじ 2
酒	大さじ 3
砂糖	大さじ 3
醤油	大さじ 4
合わせ調味料	
塩・胡椒	適宜



手作り 料理を 食卓に

66

豚肉の野菜巻き



栄養改善推進員
大木 民子 (入)

作り方

- ① にんじんをいんげんの太さの棒状に切り、いんげんと共に塩ゆでにする。
- ② 豚肉を一枚づつ広げて塩胡椒し、①のにんじんといんげんをのせ、くるくると巻く。
- ③ フライパンをから焼きしてから油を熱し、②をつぎ目を下にして焼く。つぎ目がしかりついたらころがしながら全体に焼き色をつける。
- ④ 焼き色がほどよくついたら油をすて、合わせ調味料を入れ、しばらく煮て味をつける。
(いんげん、にんじんの替りにねぎを使ってもよい。その場合には、ねぎは生のまま使う)

ハビリと交流の場を設けています。
日時 8月4日(木) 午後1時30分～3時30分
担当 神経内科専門医・理学療法士・保健婦・栄養士
※初めてのの方はご連絡ください。
会場・問合せ 八日市場保健所予防課・保健指導課

種目 100 m・200 m・400 m・800 m・1500 m・3000 m・5000 m
100 m H (110 m H)・4 × 100 m R・4 × 200 m R・4 × 400 m R・走幅跳・走高跳・砲丸投・棒高跳・三段跳・やり投・円盤投・ハンマー投
期日 7月31日(日)(雨天8月6日(日))
場所 匠達高等学校陸上競技場
部門 一般・高校・中学の部各男女
申込先 町民会館
申込期日 7月20日(水)
申込先 ☎1358

テレビによる
防災キャンペーン

日本テレビ 木曜日
午前11時25分～30分

7月7日「予防」 花火を楽しく安全に
7月21日「地震」 津波のこわさを知る
8月4日「防災」 ボクらは少年消防クラブ