暮らしのガイド

町「高齢者のよい歯のコンクール」

歯の健康が優れている高齢者を表彰して、生涯にわたり自分の歯で食事ができる歯の健康づくりを推進するものです。

対象 80歳以上（4月1日現在）で、自分の歯（かぶせた歯、さし歯でもよい）が20本以上ある町内に在住の方

申込み・問合せ 官製葉書に住所・氏名・生年月日・電話番号を明記して、光町保健センター〒289-17 光町宮川1190-2 ☎(84)1158まで、郵送可、直接保健センターへ持参

締切り 4月28日(金)

※1位になった方に、「歯の保健のため行った体験記」（原稿用紙400字詰2枚程度）を書いていただき、県へ推薦します。

町の8020（ハチマルニイマル）運動普及標語の募集

80歳で20本の歯を保つことを目標とした歯の健康づくり、知識の普及啓発を図るために募集します。

内容 歯科疾患（虫歯・歯周疾患）の予防に関するもの

対象者 県内に在住・在勤・在学の方

注意 作品は創作で未発表のもので、著作権は町に帰属し応募された作品は原則として返却しない。

申込み・問合せ 官製葉書に標語・住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を明記して、光町保健センター〒289-17 光町宮川1190-2 ☎(84)1158まで郵送か直接

締切り 4月28日(金)

当日消印有効

※1位になった方に、「歯の保健のため行った体験記」（原稿用紙400字詰2枚程度）を書いていただき、県へ推薦します。

8020（ハチマルニイマル）運動普及作文の募集

対象者 県内に在住・在勤をしている20歳以上の方

内容 歯科疾患（虫歯・歯周疾患）の予防に関するもの

申込み・問合せ 400字詰原稿用紙5枚以内（縦書）とし、題名・住所・氏名・年齢・性別・職業・電話番号を明記して、千葉県衛生部保健予防課〒260 千葉市中央区市場町1の1まで

締切り 6月16日(金)

当日消印有効

注意 作品は創作で未発表のもので、著作権は県に帰属し、応募された作品は原則として返却をしない。作品は、広報用として広く活用を図る。

※8020（ハチマル・ニイマル運動）とは、80歳になっても自分の歯を20本以上保つことを目標に、生涯を通じた歯の健康づくりを進めようとするものです。

し尿汲み取り

東総衛生組合光分場 ☎(84)0409

予定日（毎月）	地区
1日～7日	篠本一区・篠本二区・篠本三区・台生井・小川・小虫新・台・小田部・母子又・富下・傍示戸・二・宝米
8日～14日	宝米・桑郷・西高野谷・入篠原・作間内・宮・古屋・橋場・中内
15日～21日	橋場・芝崎・原方・五ノ神・長塚・木戸・関
22日～30日	辻・白磯・尾垂五区・尾垂六区

おくやみ申し上げます

3月15日現在受付（順不同敬称略）

行政区	死亡月日	氏名	年齢
橋場	2/16	佐久間利子	44
橋場	2/17	伊藤典	75
木戸	2/18	椎名いち	88
篠本二区	2/21	伊橋新市	88
富下	2/22	日色靖夫	47
古屋	2/27	越川ミつ	79
虫生	2/27	岩澤トシ	89
木戸	3/3	田中智成	1
古屋	3/4	川島ゼ志	92
木戸	3/4	清宮辰之助	90
二又	3/4	布施芳明	73
小川台	3/6	林よね	88
関	3/7	石山阿希	81
台	3/14	加瀬みや	79

手作り料理を食卓に ⑮

栄養改善推進員
佐久間とり子（橋場）

ホタテ貝とキヌサヤのさっと煮

材料 4人分

ホタテ貝柱	12ケ
キヌサヤ	100g
ショウガ	1カケ
長ネギ	1/3本
片栗粉	少々
―調味料―	
水	150cc
固形スープ	1/2コ
酒	大1
しょう油	小1
コショウ	少々

作り方

❶ホタテ貝は厚みを2等分にし、酒大1をふり汁気を押さえて薄く片栗粉をまぶし、熱湯でさっとゆでて冷水にとり水気をきる。

❷キヌサヤは筋をとって塩ゆでし、冷水にとって水気をきる。

❸ショウガはうす切り、長ネギはぶつ切りにし、たたきつぶす。

❹中華ナベにサラダ油大1を熱して③をいためる。調味料を加えて一煮立ちさせ②をさっと煮て取り出す。

次に①をさっと煮て取り出す。

煮汁に片栗粉小1を水大1でといて、とろ味をつける。

❺器に④のキヌサヤを広げて、ホタテ貝を盛り煮汁をかける。

労働保険料の申告・納付

事業主のみなさん、労働保険料（労災・雇用）の平成6年度の確定と平成7年度の概算保険料の申告・納付をお願いします。最寄りの銀行・郵便局等へ納付の手続きをしてください。

問合せ 県労働基準局 ☎043－222－4311 県雇用保険課 ☎043－223－2775