

### 暮らしのガイド

#### 女性委員による 人権相談

日時 11月1日(金)  
午前10時～午後3時  
場所 千葉市文化センター  
相談内容 家庭問題、隣近所のもめごと、いじめ他  
(相談は無料、秘密厳守)  
担当者 女性人権擁護委員  
問合せ 千葉地方法務局人権擁護課  
☎043(24)9444

#### 千葉県最低賃金改正

10月1日から、県内のすべての使用者及び労働者(パート・アルバイト等も含む)に適用される地域別最賃「千葉県最低賃金」が改正されました。

日額 5,080円  
時間額 635円  
問合せ 千葉労働基準局  
☎043(21)4311 24時間テレビ  
ンサービス ☎043(21)4700

#### 違反建築防止週間

10/11/17日  
建築物は、まず安全でな

ければなりません。

また、それぞれの居住環境に適合した用途規模にしなければなりません。

この週間を機に建築基準法の果たしている役割をあらためて知っていただき、新築や増改築時はこちらの既存の建築物についても建築基準法に適合しているか建築士と相談し、建築物の安全性及び地域の良好な居住環境を確保するようにしましょう。

#### さわやかハートの集い バスツアーに参加を

日時 11月19日(火)  
午前9時～午後6時  
集合場所 海匝支庁玄関前  
見学先 県庁新庁舎、県文  
化会館、青葉の森公園  
(知事講演予定)

定員 100人  
費用 無料(昼食付き)  
対象者 海匝地域に在住の20歳以上の方

申込方法 往復はがき(1枚4名まで)に全員の氏名、住所、年齢、職業、電話番号、「海匝県政教室希望」と明記し、海匝支庁海匝地域県民センターへ  
☎289-25 旭市ニの197-1  
☎0430597

#### 甲種防火管理 資格付与講習会

日時 11月6～7日  
午前9時～5時  
会場 横芝町文化会館1階  
大ホール  
受付期間 9月24日～10月15日(土日祝日を除く)  
受講料 3,500円  
申込先 八日市場市外三町消防組合 予防課  
☎0119

#### びんごうエヌちば開催

日時 10月13日(日)  
午前10時～3時  
場所 松戸市21世紀の森と  
広場  
内容○ヘルシートーク(ア  
トラクタ五輪日本サッカ  
ー西野監督・ソウル五輪  
金メダリスト鈴木大地氏)  
○サッカー教室○アウト  
ドア体験や用品展他

問合せ 県庁青少年女性課  
☎043(23)2332

#### 看護学生募集

人員 奨学生40人(卒業後  
旭中央病院に3年以上勤

務。月額3万円の奨学金支給)

受験資格 高等学校を卒業  
または卒業見込みの方で  
25歳までの男女

願書受付 1月6日～24日  
試験日 9年1月29・30日  
問合せ 旭中央病院付属看護専門学校 ☎8111

#### 在宅ケアフォーラム開催

日時 11月10日(日)  
午後1時～4時  
場所 野栄アリーナ

内容○講演「痴呆、いつまでもボケないために今何をしたら」○体験談  
○介護用品の展示  
問合せ 町保健センター  
☎0431158

#### おくやみ申し上げます

9月15日現在受付  
(順不同敬称略)

行政区	死亡 月日	氏名	年齢
桑郷	%	大木とよ	69
作間内	%	越川登	90
篠原	%	越川いし	91
原方	%	伊橋正幸	85
尾垂六区	%	仲村常夫	46

### 「ケアハウス」入居者募集

「希望の里」 野栄町栢田  
11月オープン  
旭中央病院  
10月オープン  
入所要件等詳しいことは  
ケアハウス準備室まで  
☎0438111  
※ケアハウスとは、低額な料金を住宅や食事、その他必要なサービスを提供する施設

### 手作り料理を 食卓に



食生活改善推進員  
土屋ゆき子(小田部)

#### 鶏肉とインゲンの ごま和え

材料(4人分)  
鶏胸肉-----100g  
インゲン-----1パック  
人参-----小1/2本  
調味料  
白すりごま-----大2  
しょうゆ-----小2  
砂糖-----小2  
塩・酒-----少々

作り方  
① 鶏胸肉は、鍋でひたひた位の水に、塩・酒を加えてゆで、ザルに取り冷えたら身は細くほぐしておく。  
② インゲンは3～4cmに切り、色良くゆでる。  
③ 人参は短冊に切り、さつとゆでる。  
④ 食べる直前に、調味料で和える。  
※インゲンの代わりに、きゅうりやレタス、トマトなどを添えて棒々鶏(バンバンジー)ドレッシングをかけても合います。

#### 1日ハローワーク開催 移動職業安定所

日時 10月18日(金) 10時～3時  
場所 光町商工会  
内容 ○求人・求職の受理 ○職業相談他

問合せ 銚子公共職業安定所 ☎0479(2)7406