

# 暮らしのガイド

## 新春マラソン

日時 平成9年1月5日(日)  
受付 午前9時

開会式 午前9時30分  
集合場所 役場庁舎前

資格 町内居住者、勤務者  
コース 役場前→光スクー  
ルライン

- 小学3年以下男女 0.9 km
- 小学4年以上男女 1.6 km
- 中学生女子 1.6 km
- 中学生男子 2.8 km
- 高校生以上29歳以下男子 5.0 km
- 一般女子、30歳以上男子は、右記のいずれに参加してもよい
- 親子の部(原則として小学生とその親) 0.9 km



昨年の大会(親子の部)

### 申込み

○小・中学生と親子の部は各小・中学校  
○高校生・一般男女は町民会館  
締切日 12月15日(日)  
問合せ 生涯学習課(町民会館) ☎1358

## 新春初泳ぎ

年末年始の疲れを、プールでふきとばそう!  
海洋センターでは、1月5日(日)プールを無料開放します。当日は甘酒のサービスもありですので、是非ご参加ください。

時間 午後1時～5時  
入場料 無料

※未就学児(小学校に上がらない子供)は、保護者の同伴が必要です。

## 国の教育ローンの案内

学費意欲をバックアップ  
高校、短大、大学、専修学校や外国の学校に入学・在学する子供のいる家庭に  
対する「国の教育ローン」  
をご利用ください。  
○融資額 子供1人につき

150万円以内

○返済期間 8年以内  
○利率 年3.1%(※現在)  
問合せ 国民金融公庫千葉支店 ☎043(27)1171

## 少年自衛官募集

資格 9年4月1日現在15歳以上17歳未満の男子で  
来春中学を卒業見込の者  
身分 特別国家公務員  
初任給 151,500円  
特典 高等学校卒業資格  
受付 9年1月4日まで  
試験 9年1月5日  
問合せ 自衛隊旭募集事務所 ☎0971

## 放送大学(9年4月授業開始)学生募集

放送大学は、テレビ・ラジオを通じて自宅で学習できる大学(教養学部)です。  
18歳以上の方ならどなたでも入学できます。  
受付 12月15日～2月15日  
○募集要項は、葉書又は電話で左記へ請求  
☎261千葉市美浜区若葉2-11 放送大学本部  
☎043(27)5111

## 国立館山海員学校生徒募集

受験資格 中学卒業又は見込みで15歳～19歳未満  
願書受付 9年1月10日～2月7日  
試験日 9年2月16日(日)  
問合せ 館山海員学校 ☎0470(2)1912

## 1日ハローワーク開催(移動職業安定所)

日時 12月20日(金)  
午前10時～3時  
場所 光町商工会  
内容 ○求人求職の受理・職業相談・紹介○各種助成金制度・雇用保険の相談  
問合せ 銚子公共職業安定所 ☎0479(2)7406

## おくやみ申し上げます

11月15日現在受付(順不同敬称略)  
行政区 死亡 氏名 年齢  
宝米 大木えな子 91  
木戸 小倉 睦子 80  
五ノ神 伊橋 照 88  
尾垂六区 岩澤 サツ 76  
篠本一区 秋山 千代 78

## 篠本の工業団地

立入禁止!



工事のため地盤がゆるい場所があり、大型機械も稼働しており大変危険です。工業団地予定地・二又交差点側県道バイパス予定地には入らないでください。

## 手作り料理を食卓に

食生活改善推進員 稗田美智子(桑郷)

## 五色サラダ

### 作り方

- ① チンゲンサイは縦に6～8つに切る。人参は拍子木切り。れんこんは薄い半月に切り、酢水にさらす。こんにゃくは薄切りにして手網
- ② 塩少々を加えた熱湯で、れんこん、人参、チンゲンサイ、こんにゃくを別々にゆでてざるに上げ、チンゲンサイは5センチ長さに切り分ける。
- ③ 卵は薄焼きにし、せん切りにする。
- ④ 酢みその材料をよく混ぜ合わせたら、だしを少しずつ加えてのびし、酢みそドレッシングを作る。
- ⑤ 器に5種を盛り、④をかける。

### ●材料(4人分)

|        |        |
|--------|--------|
| チンゲンサイ | 1株     |
| 人参     | 短本     |
| れんこん   | 80g    |
| こんにゃく  | 1枚     |
| 卵      | 1個     |
| みそ     | 大さじ2   |
| 酢      | 小さじ2   |
| 砂糖     | 大さじ1/2 |
| 練りからし  | 1/2    |
| みりん    | 大さじ1/2 |
| だし     | 大さじ4   |

※ビタミン・食物繊維・たんぱく質を含む栄養バランスのとれたサラダです。