暮らしのガイド

新春マラソン

期日 1月4日(日)
集合場所 役場庁舎前
受付 午前9時
開会式 午前9時30分
参加資格 町内居住者、町内勤務者
コース
役場～光スクールライン
○小学3年以下男女 0.9km
○小学4年以上男女 1.6km
○中学生女子 1.6km
○中学生男子 2.8km
○高校生以上29歳以下男子 5.0km
○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） 0.9km
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
締切り 12月14日(日)
問合せ 町民会館内生涯学習課 ☎(84)1358

プールで泳ごう！（無料開放）

冬休みは海洋センターで健康づくり！
海洋センターでは12月25日(木)と1月5日(月)プールを無料開放します。5日は甘酒のサービスもありますので、是非ご参加ください。
日時 12月25日(木) 午前10時～12時
午後1時～4時
1月5日(月) 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。

初級手話講習会（予約制）

期間 1月9日～3月31日（全13回）の毎週金曜日
時間 午後2時～4時
会場 八日市場市民ふれあいセンター
内容 実技・講義
対象 聴覚障害者の福祉に関心を持つ方
定員 20人
参加費 無料
締切り 12月20日(土)
申込先 八日市場市福祉事務所保護係 ☎(73)0096

放送大学学生募集

放送大学は、テレビとラジオで授業を行い、自宅で学習できます。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
募集要項等は、電話か葉書・FAXで申込み下さい。
申込先 〒261-8586 千葉市美浜区若葉2－11 放送大学本部
TEL043(276)5111
FAX043(211)8351

ごはん大好き健康家族県民の集い

日時 1月28日(水) 午後12時50分
会場 県文化会館大ホール
内容 お米に関するトークショー（出演・村野武憲他）
締切り 12月26日(金)
申込み・問合せ 県庁農政課内千葉県米消費拡大推進協議会 ☎(043)(223)2814

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	死亡月日	氏名	年齢
木戸	10/18	椎名雪枝	83
橋場	10/19	浪川甲子男	61
新井	10/19	郡司芳三郎	77
白磯	10/19	向後静	56
尾垂六区	10/20	高蝶てつ	67
橋場	10/23	椎名榮一	80
新井	10/24	大川忠	90
二又	10/28	鈴木ミつ	86
橋場	10/28	椎名きよ	93
宮内	10/29	遠藤雪江	42
関	10/30	砂田吉太郎	84
老人ホーム	11/5	押尾はつ江	88
母子	11/6	齋藤朋美	70

～酔いません 酒に スリルに スピードに～

年末・年始の交通事故防止運動 12月10日～1月3日

篠本の工業団地予定地

絶対に入らないでください

大型機械が作業中で大変危険です。中に立ち入らないようご協力をお願いします。

手作り料理を食卓に (107)

ピーマンのじゃこ煮

食生活改善推進員 鈴木スエ（白磯）

材料（4人分）

ピーマン	8個(200g)
じゃこ	大さじ4(40g)
油	大さじ1弱
調味料 だし汁又は水	½カップ弱
調味料 砂糖	大さじ½弱
調味料 正油	小さじ⅔
調味料 酒	大さじ1

作り方
❶ピーマンは太めのせん切りにする。
❷じゃこは、熱湯をかける。
❸油でピーマンを軽くしんなりするまで炒め、じゃこと調味料を入れる。強火で混ぜながら煮て、ピーマンの歯ごたえが残る程度に3～4分炒りつける。
※カロチン・ビタミンCを多く含んでいます。