

東陽病院の受付・診療時間

診療科	曜日	受付時間	診療開始時間
内科・外科	月～金	午前8時15分～11時30分	午前9時
整形外科 産婦人科	土	午前8時15分～11時	午前9時
泌尿器科	火・木	午前8時15分～11時30分	午前9時
脳神経外科	金	午前8時15分～11時30分	午前9時
眼科 耳鼻咽喉科	月・水・金	午後1時～3時	午後1時30分
皮膚科	水・金	午後1時～3時	午後1時30分

女性就業技術講習会

対象 就職を希望する女性

内容・期間

○パソコン科 初心者向け

7月1日～8月24日又は

7月30日～10月2日のい

ずれか

○ワープロ科 初心者向け

7月15日～9月18日又は

7月16日～9月16日のい

ずれか

費用 受講無料、テキスト

代等は実費

申込・問合せ 〒26001

0026 千葉市中央区

千葉港413 千葉県女

性就業援助センター

☎043(24)8541

視覚障害者相談会

日時 6月14日(日)

午後1時～4時

場所 船橋市東部公民館

申込み 当日会場受付

参加自由

費用 一人1000円

(飲物代等)

問合せ

☎047(336)5112

千葉県中途視覚障害者連

絡会 金子まで

「かむ子」のびる子・元気な子料理コンクール

健康かみかみメニュー作

品募集

応募資格 県内在住、在勤

在学の方

内容 子供向きで家庭等

も利用でき丈夫な歯や噛

む力を養うもの。材料費

4人分で1000円～2

000円程度

応募方法 所定の応募票に、

一食分の献立(朝・昼・

夕)を記入し、写真また

はイラストを同封。

(何点でも応募可。ただ

し未発表のものに限る。)

*応募票は保健センターに

あります。

応募先 〒2631003

5 千葉市稲毛区稲毛町

5161611フセハイ

ツ11101

(社)千葉県歯科衛生士会

講座のご案内

☆自己開発セミナーⅡ

個性を大切にしたい生き方

や企業の中での仕事の在り

方を検証する講座

期日 7月9日(木)・16日(木)

23日(木)

場所 千葉県女性センター
対象 県内在勤の企業等の

管理職男性

受講料 無料

☆人材養成セミナーⅡ

(宿泊研修)

起業するにあたり基本的

に必要な心構えと基礎知識

について学習

期日 7月18日(土)・19日(日)

場所 千葉県女性センター

対象 起業をめざす女性

受講料 無料(ただし宿泊

費等8500円負担)

申込み期限

両方とも6月30日(火)

申込・問合せ

千葉県女性センター
☎0471(40)8602

おくやみ申し上げます

5月15日現在受付
(順不同敬称略)

行政区 氏名 年齢

篠本三郎 花澤 義明 86

古屋 山崎 貞 79

白磯 牧野 一郎 74

谷中 平山 みの 92

豊登住宅 向後 洵 77

入 林 寅次郎 97

辻 平山 毅 58

谷中 越川 慶次郎 84

小川台 林 春雄 77

町営住宅 越川 高明 45

谷中 越川 高子 73

桑郷 本橋 とみ 91

海外派遣農業研修生募集

来たれ! 21世紀農業の

担い手たち

国際化に対応した農業青

年の育成と国際交流の推進

を目的に、農業青年国際交

流事業が実施されます。

対象者 昭和43年4月2日

生まれ、昭和55年4月1

日生まれ(派遣内容によ

り若干異なります。)

派遣先 アメリカ・ヨーロ

ッパ

その他 派遣期間、経費等

についても派遣内容によ

り異なります。

問合せ 千葉県農林部農業

改良課 青年班

☎043(223)2907

手作り料理を食卓に

(113)

食生活改善推進員
飯島紀子(芝崎)

わかめのサラダ

作り方

①わかめは戻して、サッ

- と湯どうしをし2センチ位に切る。
- 貝割れ菜は半分の長さ
- に切る。
- ③トマトは1センチ角に切り、大葉・人参を細いせん切りにする。
- ④ドレッシングで①～③をあえる。
- ⑤器にサニーレタスをしき④を盛る。

※海藻・野菜は動脈硬化の予防に役立ちます。

材料(4人分)

わかめ……………80g
貝割れ菜……………50g
トマト……………300g
大葉……………1枚
人参……………1/2本
サニーレタス……………100g

ドレッシング

サラダ油 ……大さじ2 1/2
酢……………大さじ1
レモン果汁……………大さじ1
塩……………小さじ1/2
こしょう……………少々