

千葉県女性センター講座

○健康生活セミナー・女性のこころとからだ

日程 1月27日(土)・2月4日(日)・10日(木)

締切 1月16日(火)

○総合国際セミナー・世紀の国際社会と女性

日程 2月2日(金)・9日(金)

締切 27日(火)

申込・会場・問合せ 千葉県女性センター(さわやかちば県民プラザ内)

※いずれの講座も受講料は無料。定員は各60名。

対象者 おおむね30歳までの女性

募集期間 1月13日(火)～31日(木)

対象者 OA事務科

募集期間 2月1日(木)～6ヶ月

対象者 就職・再就職を希望する方

募集期間 2月1日(木)～6ヶ月

対象者 機械加工科

募集期間 2月1日(木)～6ヶ月

対象者 おおむね30歳までの女性

募集期間 2月1日(木)～6ヶ月

対象者 就職・再就職を希望する方

募集期間 1月13日(火)～31日(木)

選考日 2月13日(火)

平成13年度訓練生募集



問合せ 千葉県立旭高等学校
専門校 ☎ 0250-08

オストメイト(人工肛門) 人工膀胱保有者 社会適応訓練講習会

日時 2月10日(土) 正午～午後4時

場所 安房医師会病院(館山市山本1-1-5)

内容 ①講演と医療相談
②補装具の展示相談会

費用 無料

対象者 県内のオストメイトとその家族及び医療関係者

問合せ (社)日本オストメイ

ト協会千葉県支部

電話番号 ☎ 047-(452)6433

る航空会社や飛行機などに
関するカレンダーを一
堂に展示します。

航空機模型展

内容 自作の航空機模型

(プラモデル・その他)を
応募していただき、その
全てを展示します。

部門 ○ジュニアの部(高校生まで)作品の寸法30cm角以内
○シニアの部スケール1/72まで(ジオラマの場合30cm角以内)

ふれあいピアノコンサート

日時 3月4日(日) 午後1時

会場 東総文化会館大ホール

入場料 大人500円、子供300円(小学生以下)

内容 第1部 2台のピアノ共演 今井恭子&村藤由歌 第2部 さわってみようホールのピアノ(演奏体験希望者)

放送大学学生募集(4月授業開始)

募集学生 ○全科履修生

(大学卒業を目指す学生)
○選科履修生(1年間入学する学生)
○科目履修生(1学期間「6ヵ月」在学する学生)

出願締切 2月15日(木)

資料請求・問合せ 放送大学千葉学習センター

学千葉学習センター

〒261-8586 千葉市美浜区若葉2-11

電話番号 ☎ 043(298)4367

鶏のみそソースかけ

作り方

- ①鶏肉は皮目(フオーリ)を刺し、身の厚いところには包丁目(3～4ヶ所)を入れ、酒大さじ2と塩少々をふって15分位おきます。
- ②あさつきはみじん切りにします。
- ③鍋を熱し、油大さじ3を入れ①の肉を皮目を下



食生活改善推進員
郡司美紗子(蘇我3区)

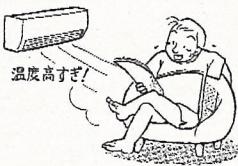
手作り料理を食卓に

144

冬の省エネルギー

〈資源エネルギー庁〉

地球温暖化の原因にもなっているエネルギー消費は、家庭において年々増加しています。あなたの部屋は暖房しすぎていませんか?



材料(4人分)

- | | |
|-----------|------|
| 鶏もも肉 | 3枚 |
| あさつき | 4本 |
| 白みそ | 大さじ7 |
| 酒・塩・油・みりん | |