

暮らしのガイド

大根根土地改良区

職員募集

採用予定人員 若干名
 応募資格 昭和56年4月2日
 から昭和63年4月1日
 までに生まれた方(高校
 卒業以上、平成18年3月
 卒業見込み含む)
 八日市場市・旭市・光町・
 野栄町に居住し、通勤可
 能な方

銚子公共職業安定所受付番
 号 85番(卒業見込み用)
 受付期間 10月13日(木)から
 21日(金)まで

第一次試験(筆記) 11月9
 日(水)午前8時30分

問合せ 千葉県大根根土地
 改良区 ☎01506

里親の募集

子どもの成長には家庭の
 温かい愛情が必要です。親
 の病気や離婚など、さまざま
 な事情により家庭のぬく
 もりを求めている子どもた
 ちがいます。そんな子ども
 たちを家庭に迎え入れ、愛
 情と誠意をもって養育し
 てください。「里親」を募集し

ています。
 問合せ 銚子児童相談所
 ☎0479-0076

旭高等技術専門校 受講生募集

講座名・定員
 ・IDペンダントを作ろう
 講座 10名
 ・誰でもできるマイカー点
 検講座(参加者自身の車
 両にて) 15名
 *いずれの講座も応募多
 数の場合は抽選

受講料 無料
 受講場所 千葉県立旭高等技
 術専門校

申込方法 ハガキ又はファ
 クシミリで、コース名・
 住所・郵便番号・氏名・
 年齢・連絡先電話番号・
 点検車の車名と年式(マ
 イカー点検講座のみ)を
 記入し、申し込み。(締
 切日必着のこと)

募集期間 11月1日(火)~10
 日(木)
 申込み・問合せ 千葉県立
 旭高等技術専門校
 〒289-2505
 旭市鎌数5146
 ☎02508
 FAX☎7952

*なお、「IDペンダ

トを作ろう講座」は、
 毎月実施しています。



10月は 「労働保険適用 促進月間」です

「労働保険は、職場の皆
 さんが安心して働くための
 ものです。」

労働保険は、労災保険と
 雇用保険の総称です。農林
 水産業の使用労働者5人未
 満の個人事業を除き、労働
 者を1人でも使用する事業
 主は、労働保険徴収法によ
 り労働保険に加入手続きを
 しなければならぬことに
 なっています。

未手続事業の事業主は、
 労働者が安心して働くこと
 ができるよう加入手続きを
 してください。

問合せ 千葉労働局労働保険徴収
 課
 ☎043(22)4317
 最寄りの労働基準監督署
 ハローワーク(公共職業
 安定所)

「目の愛護デー」 電話相談

「目の愛護デー」を記念
 して、目の無料健康相談を
 行います。ぜひこの機会に
 ご相談下さい。

日時 10月16日(日) 午前
 9時から午後5時まで
 相談電話
 ☎043(24)4271

主催 千葉県眼科医会
 協賛 千葉県医師会
 問合せ 千葉県千葉リハビ
 リテーションセンター
 ☎043(29)1831
 FAX043(29)1857

おくやみ申し上げます

9月15日現在受付
 (順不同敬称略)

行名	氏名	年齢
篠本三区	郡司 利夫	81
橋場	井上みゆき	43
木戸	大木 博	93
篠本一区	青柳美知枝	80
橋場	丹野 正実	45
老ホム	鍋田ユキコ	85
二又	川島 定佐	85
辻	大木 捷睦	67
老ホム	齋藤 竹雄	96
母子	岩澤 源秋	69
橋場	岩澤 久子	71
傍示戸	齋藤 まさ	96

手作り 料理を 食卓に

カツテージ チーズの ラビオリ風

食生活改善協議会

作り方

- ①ほうれん草はゆでて水
 に放し、アクをとり、
 水気を絞ってから細か
 く切り、さらにみじん
 切りにする。玉ねぎ・
 にんにく・パジルの葉
 もみじん切りにする。
- ②ポウルにほうれん草の
 みじん切りとカツテー
 ジチーズを入れ、塩・
 こししょうで味をとの
- ③フライパンにオリーブ
 油を熱し、にんにくを
 炒め、香りが出たら
 玉ねぎをさらに炒めト
 マトホール缶詰とマツ
 シュルーム缶詰・固形
 コンソメの素と砂糖を
 入れ、水分が多少なく
 なるまで煮込む。
- ④③にパジルのみじん切
 りの半分を加え、さつ
 と混ぜ、器に②を盛り
 付け、トマトソースを
 かけ、残りのパジルを
 散らす。

*イタリア風簡単メニュー
 でカルシウムアップ

材料(6人分)

- ほうれん草.....1わ(200g)
- カツテー(サラダ用)
1箱(200g)
- 塩・こしょう.....少々
- 餃子の皮(大).....30枚
- オリーブ油.....大さじ1
- 玉ねぎ.....1/2個(100g)
- にんにく.....1片(5g)
- トマトホール缶詰.....1缶(400g)
- マッシュルーム缶詰(スライス)
小1缶
- 固形コンソメの素.....1個
- 砂糖(上白糖).....大さじ1
- パジルの葉.....適量
- ※一人分栄養価
 エネルギー.....173
 カルシウム.....66
 塩分.....1.5g

今月の心配ごと相談

12日(水) 台区民館
 26日(水) ちばみどり農協白浜支店

19日(水) 町民会館(総合相談)
 11月2日(水) 篠本二区公民館