



小川台 実川芳子さん  
栄養改善推進員



⑬

クリームチーズの揚げボール

揚げボール

作り方

① 玉ねぎは、みじん切り、万

能ねぎは、小口切り、ツナは油をよく切っておく。

② チーズをよくねり合わせ①と塩、コショウ、パン粉を入れよく混ぜ合わせておく。

③ ②を2〜3cm位のボールにし、小麦粉、とき卵、パン粉の順につけ、180度Cの油で、きつね色になるまで揚げろ。

材料 (4人分)

- 玉ねぎ.....1/2個
- 万能ねぎ.....6本
- ツナ缶.....1缶
- クリームチーズ...200g
- 塩.....小さじ1/2
- コショウ.....少々
- パン粉.....大さじ5
- 小麦粉.....適量
- 卵.....1個
- パン粉.....適量
- 揚げ油.....適量
- サラダ菜
- レモン

◎カルシウムの多い牛乳、乳製品をたっぷり食べ、よく運動して、しっかりと骨づくりをしましょう。  
◎家庭の味、手づくりの心を大切に。

奨学生募集

町では平成二年度の町奨学資金奨学生の募集をします。

●対象者 経済的理由により修学困難な高校生

●奨学金 月額1万円。

●新入学は、入学支度金として別に3万円支給。

●奨学金は、返還の必要ありません。

●問合せ 町教育委員会教育課

☎2460

第37回

県営農改善実績発表大会

「全国農業コンクール」の県予選を兼ねて、郡市代表者による営農改善等の優良事例発表大会が次のとおり開催されます。

●日時 2月21日(水)

午前9時30分〜

午後5時

●場所 県立文化会館

●申込期日 2月15日

●申込 産業課 内線163

お知らせ

労働講座

●テーマ・講師

「企業における労働時間のあり方」

銚子労働基準監督署

第一課長 福島公明

「時短の動向と中小企業の対応策」

日経連・関東経協コンサルタント

田川義雄

●日時 2月23日(金) 午後1時〜4時

●場所 銚子市勤労コミュニティセンター

●募集人員 100人(会場直接)

●受講料 無料

●問合せ 海匝支庁商工労政課 ☎8050

極左暴力集団の壊滅にご協力を

\*皆さんの近くに、こんな人物いませんか?

- ～入居の際の不自然さ～
- ～身元の確認をいやがる～
- ～異常な臭いや物音～
- ～生活が不自然～

●連絡先 八日市場警察署 ☎1305  
極左110番 ☎0472②0110

おくやみ申し上げます

一月十五日現在受付  
(順不同敬称略)

行政区	氏名	年齢	死亡年月日
長塚	吉田 ちい	82歳	12/20
西高野	鈴木 八郎	81歳	12/21
白磯	小林 六郎	78歳	12/27
芝崎	飯島 清	75歳	12/30
長塚	吉田 たけ	87歳	1/2
桑郷	小林 繁光	57歳	1/7
新井	郡司 正一	77歳	1/10
作間内	向後三千男	63歳	1/12
古屋	森上 起男	74歳	1/12