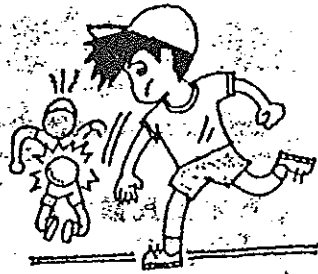




平成元年 2月4日
 NO.89-1 (記号特号)
 発行 桜木公民館
 徳山市城ヶ丘2-4-21
 TEL. (0834)28-5973

平成元年・建国記念の日一記念行事

エース ドッジボール大会



2月11日 午前9時より

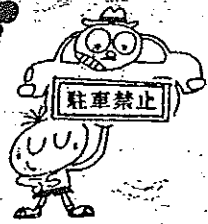
[地区コミニティ(主催) 地区休振(主管)]

(建国記念の日の記念式典を
 9時から約15分~20分行い、
 この後直ちにエースドッジ
 競技を開始します。)

桜木小学校グラウンド
 (雨天中止です)



協賛
行事



パザー (婦人会主管)

- ◎うどん:200円 ◎おむすび:150円
- ◎いなりずし:150円
- ◎コーヒー:100円 ◎ジュース:70円

多数の方のご利用
 をお願い致します

エース・ドッジボールの競技要領について

- S 地区内11自治会から、成人クラス、子供クラスのチームを各1チーム編成して参加する。(既に全自治会から参加申込済み。)
- S 成人、子供、共に1チームのメンバーは16人とする。
- S 子供クラス、成人クラスの選手制限事項は下表のとおり。
- S 競技は、4ブロック(コート4面)に分けて行い、各ブロックごとの勝者で優勝戦を行う。

選手制限事項			
子供クラス	小学生男子	8名	(1~3年) 4名 (4~6年) 4名
	(同) 女子	8名	(1~3年) 4名 (4~6年) 4名
成人クラス	中学生以上の男性	8名	
	(同) の女性	8名	
		監督	大人 1名

手作り・不要品等即売会

(桜木小学校PTA主管)
 平素からの、いろいろな手作り作品
 や、家庭での不要品の即売です。
 ご来場をお待ちしております。



公民館
文庫

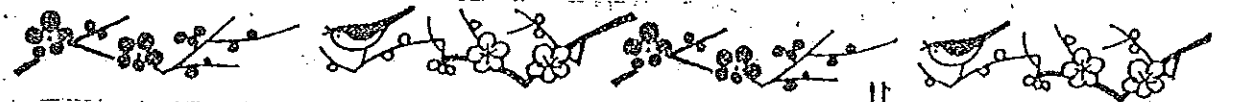
新刊本が入りました

桜木公民館文庫に
 新刊本が入りました。
 ご利用下さい
 (登録更新をお忘れなく)

公民館より「さくらぎ」が奨励賞に入選

山口県公民館連合会主催の公民館報コンクールで
 県公民館連合会では、公民館活動の充実を図る意味で
 県下の公民館を対象に公民館報コンクールを実施したが
 去る1月27日、山口市での公民館職員研修会で、入選
 公民館の表彰を行った。
 今年度は「写植印刷の部」「タイプ・ワープロの部」
 「手書きの部」の三つの部に21点が入選し、当桜木公
 民館が毎月発行している「さくらぎ」は奨励賞に入選し
 当館から伴主事が出席し、賞状と入選楯を授賞した。

地区の皆様方から、平素何かとご指導ご鞭撻を頂い
 てきた賜ものであり、この機会に改めて紙上を借り
 厚く御礼を申し上げます。 桜木公民館 職員一同



「大根の効用」

(或る健康談義から)

寒い冬の夜、ゆずみそを添えた「ふろふき大根」の熱いのを食べると心も身体も温まる感じになります。漬物、煮物、おろし、汁の突、干し大根など用途が広く、そのうえ種類も豊富です。

焼き魚やてんぷら、お餅に添える大根おろし、刺身のつま、鍋物の薬味、いかやたこを煮るとき大根を加えると柔らかくなるなど、これらは大根に含まれている酵素力や、消化作用を経験的に料理の中で活用したものです。

※大根の効用

- ☆胃腸病ー消化酵素シアスターゼが豊富。☆のぼせ
- ☆足が冷えて顔面の熱い人。☆高血圧ー脳出血。毛細血管を強める。☆せき。たん。胸がれ。便秘症。☆貧血
- ☆大根葉の常食。

今年度の「おもいやり文集」の編集に当りましては、子供会の方には原稿の収集について多大のご苦勞をおかけしお世話になりましたことに對し厚く御礼を申し上げます。(これから稿了し印刷にかかります。)

自然を食べる

