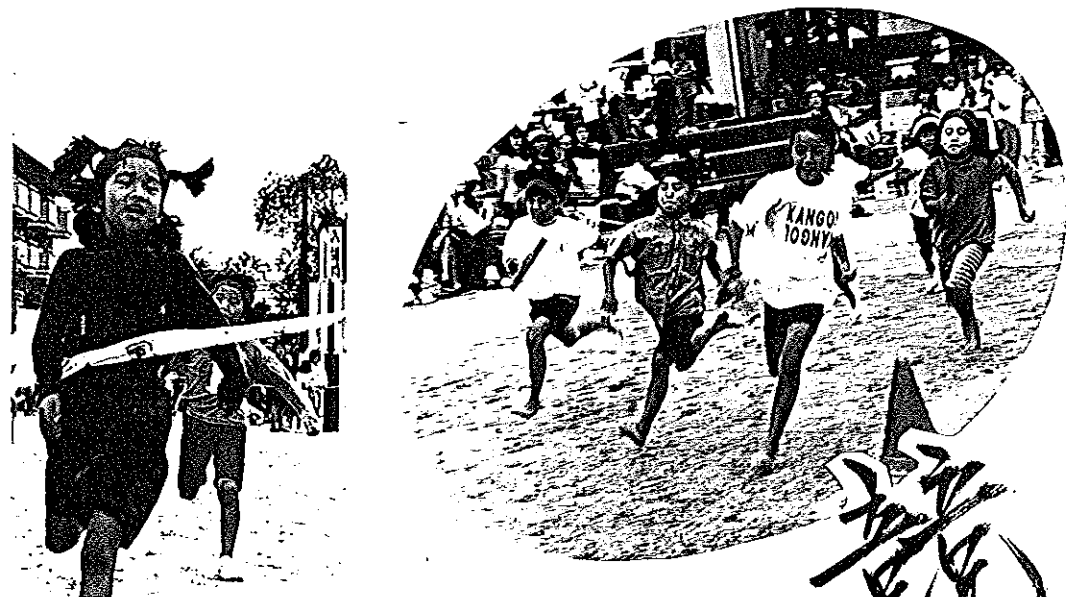


記事と情報は下記へ
周陽公民館
☎28-6515



ふれあい

11月の資源回収日は17日(第3日曜日)です!



観覧

去る十月十三日、第七回ふれあい運動会が行われました。心配されたお天気にも影響されず、なごやかに楽しい一日になりました。参加された皆さん、お世話された役員の方々、ご協力ありがとうございました。



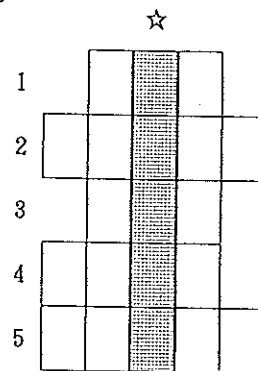
■ 今月の『土曜日おもしろ文庫』は、9日(土)です。



連想することをカタカナでかいて下さい。
☆印のたてわくが答えです。

1. 和服、そで
2. イベント、ウナギ
3. 小さい貝
4. 隊列の最後のこと
5. イヤ□□グ

ヒント、秋、行楽



◎正解者五名に素敵なお品があたります。奮って応募して下さい。正解者多数の場合は、抽選となります。発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

(送り先)

ハガキに答え・住所・氏名・ふれあいに
関する感想等を記入して

☎七四五

徳山市周陽二丁目八〇二

周陽公民館内

ふれあいパズル係宛

△締切り▽

十一月二十五日(月)まで消印有効

健康相談

日時 十一月十八日(月)

九時三十分～十一月三十分

場所 周陽公民館

健康手帳をお持ち下さい。

公民館

俳句大会

十月九日

木の実・銀杏・栗

赤松 恵子 選

◇秋暑しサンバをおどる赤い靴

滝子

◇榎榎の実青く少年反抗期

はる江

◇銀杏やラッシュアワーの御堂筋

智

◇修験路の地蔵に舞ふや秋の蝶

千恵子

◇畦走る幼児が二人曼珠沙華

礼以子

◇くさぐさの木の実入れしか火焰土器

雅枝



【あとがき】

秋も深まりもうすぐ冬、運動会も無事
終わり忘年会の計画もちらほら。
みなさん風邪ひかないように。

そして、火の用心も!

■ 前回のパズルの正解はおみなえしでした。
瀬戸見町の 山下芳枝さん 他4名の方々に記念品をお送りします。

シリーズ 周陽公民館
グループブ初紹介

孝田町育苗グループ
代表者 渡辺 悦郎



市より配布の種子を苗に育てて、各自治会に配っています。
四月にはマリーゴールドとサルビアをまき六月に配布、十月には菜ボタンと金センカをまき配布しています。
現在、十二名で楽しく頑張って、地区の皆さんに喜ばれています。

参加者募集
第一回周陽地区
ファミリー駅伝大会

開催日 平成八年十二月一日(日)
小雨決行
会場 周陽公園
資格 小学生以上で健康に自信のある人
参加料 無料
申込先 十一月二十日(水) 周陽公民館
問合わせ先 森岡 進(☎二九一〇八八〇) 早船 智(☎二八一〇四三三〇)

周陽陽婦人部
料理教室
募集

年末に向けて忙しい主婦の為に、簡単で、おいしくできるメニューをご紹介します。多数ご参加下さい。お待ちしております。

日時 十一月二十七日(水) 午前九時三十分
場所 周陽公民館実習室
人数 先着二十四名
会費 一人六百円
講師 山元俊子先生
その他 エブロン・フキン等
申込み 周陽公民館へ十一月二十日までに会費を添えてお申し込み下さい。



参加者募集
子供料理教室のご案内
良い習慣は一生の「たからもの」
食生活改善推進協議会

い つ 十一月九日(土) 九時三十分～十三時
どこで 周陽公民館実習室
原則として小学生三年以上。二十五人で〆切。中学生・お母さんも可。
メニュー ①ちらしずし ②すまし汁 ③クッキー二種類
もってくるもの 材料費一人三五十円 三角巾、エブロン ふきん二～三枚
申込み先 周陽公民館 ☎(二八)六五一五

周陽白バラ会だより
(明るい選挙推進協議会周陽支部)
投票立会人をして“

今回、投票立会人を勤めさせて戴きました。仲良く夫婦で来る人、車椅子で来る人、子供連れの人、老いた人を助けながら来る人等、様々ですが、私は皆さんになり難う、ご苦労さまという気持ちになりますし、若い人を見ると心からうれしくなります。
その一方で知っている人の顔を思い浮かべながら、あの人は何時来てくれるかな、と思いつつ座っていました。白バラ会の会長なので特に気になるのかな、と思います。
周陽白バラ会会長 早船 智

みんなの知恵袋

▽ だしコンブの再利用

だしを取ったあとのコンブを幅三ミリ、長さ五センチくらいに切る。同じようにきざんだニンジンと、頭を除いたイリコと一緒に、少量の濃い口しょうゆにまぶす。ニンジンはコンブと同量、イリコは半量。二時間ほどで、酒のかなや、熱いご飯のおかずとしておいしく食べられる。好みでゴマやシソの実をまぜてもよい。
(K・Iさんより)

◎ 皆さんの知恵拝借
生活のちょっとしたアイデア・知恵を募集しています。
公民館までぜひご一報を！
(☎二八一六五一五)



モ メ 理 料

煮トマトのチキンの



[材料] (4人分)

鶏もも肉	2枚
じゃがいも	2個
玉ねぎ	1個
にんにく	1本
にんにく	2かけ
トマトの水煮(450g入り)	1缶
固形スープの素	2個
口ローリエ	1枚
粉チーズ	大2～3少々
塩サラダ	大1

[作り方]
①鶏肉はひと口大のそぎ切り、玉ねぎはうすいくし形切り、じゃがいもは5mmの半月切り、にんにくは皮をむく。
②フライパンにサラダ油、にんにく、ローリエを入れて弱火にかけ、香りが立つまで炒める。鶏肉を加えて、中火で炒め、焼き色がついてきたら塩、こしょうをふる。
③野菜を加えて炒め、トマトの水煮を手でつぶしながら汁ごと加える。固形スープの素を加え、ふたをして中火で15分煮る。塩、こしょう少々で味をととのえて火をとめる。器に盛り、粉チーズをふっていたかく。