

# Life

## くらしの情報の情報

### Information

## 募集

第14回全国豊かな海づくり大会テーマ

平成6年長門市開催

**方法** はがきに大会テーマ(1枚につき1作品)と郵便番号、住所、氏名、年齢、性別、職業(勤務先または学校名、学年)、電話番号を明記のこと。

**期限** 7月20日(火)(消印有効)

**資格** 県内在住者

**申込・問い合わせ先**  
〒753 山口市滝町1-1-1  
第14回全国豊かな海づくり大会事務局テーマ募集係  
☎0839(33)3580

**フープロ実務講習会**

**とき**  
9月17日(金)~11月22日(月)

午前9時30分~午後3時30分(原則として月・水・金曜日の週3日)

**対象者**  
就業する意志のある女性

**内容** ワープロ3級程度

**人員** 20人

**受講料** 無料

**期限** 7月7日(水)

**申込・問い合わせ先**  
商工観光課商工係 婦人就業相談員 (内線422)

**赤十字救急員養成講習会**

**とき** 7月22日(木)23日(金)26日(月)27日(火)の4日間

**ところ** 物産観光センター

**内容** 応急処置全般についての学科と実技

**人員** 40名(受付順)

**受講料** 2,000円

**期限** 7月10日(土)

**問い合わせ先**  
福祉事務所庶務係 (内線112)

## 試験

**調理師**

**とき** 8月26日(木) 午後1時~4時

**ところ** 山口大学教養部

**資格** 高等学校入学資格を有する者で、施設において2年以上調理業務に従事したものの。

**受験料** 5,000円

**期限** 7月9日(金)消印有効

**申込・問い合わせ先**  
長門環境保健所 ☎2811

**火薬類取扱保安責任者等**

**種類** 甲種・乙種火薬類取扱保安責任者等

**とき** 8月22日(日) 午後1時~3時

**ところ** 山口女子大学

**受験料** 8,900円

**期限** 7月8日(木)消印有効

**申込・問い合わせ先**  
〒753 山口市中央4-5-16  
山口県商工会館2階  
(社)山口県火薬保安協会  
☎0839(25)2649



**田植えは**  
うまくできたかな

6月8日西深川保育園では下川西の田金哲夫さんの協力により、全園児で田植えを行いました。

水田に足をとられ、体中泥だらけになりながら、楽しい

田植えとなりました。秋の収穫が待ち遠しいですね。

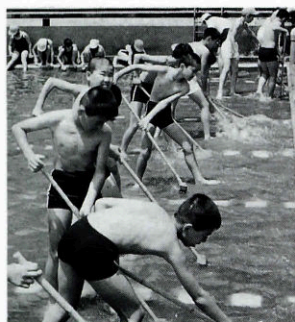


**夏だノプールだ!**

**その前に大掃除**

俵山小学校のプールの大掃除が6月11日行われました。プールの底やふちには、コケが付き、たわし片手にコケ落とし。ピカピカのプールに衣更え。

「さあ泳げるぞ」と歓声があがっていました。



**真木 和泉橋完成**

真木の入口の和泉橋が完成し、6月11日真木地区民はもとより洪水児童館の園児など多くの関係者の参列のもと、

竣工式が行われました。真木地区の玄関として、地区民の交通安全に大きく寄与することが期待されます。



## 食推の おすすめ料理

夏はとかく胃が疲れざみ、時には野菜盛りだくさんのうどんはいかが。

ヘルシーサラダうどん

①あじを3枚におろし、片ひらを縦に½にし、みりん・醬

油に、さつとつける。

②①に、小麦粉、卵、パン粉をつけ、揚げる。

③錦糸卵

チーズは細かく切り、卵、牛乳、塩と混ぜ、薄焼きにし、錦糸に切る。

④野菜

枝豆はザク切り、セロリ、しその葉はせん切り、その他、季節の野菜を切っておく。

⑤つけつゆ

鍋に材料を入れ、火にかけてひと煮立ちさせて火を止め冷ましてこす。

盛りつけ

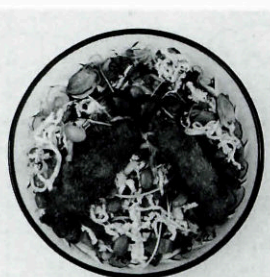
①器に、レタスとセロリを敷き、うどんを盛る。

②①の上に④、⑤を彩りよく飾る。

③つけつゆをかけて食する。(スイカ、トマト、ぐみなど色どりに添えるとよい。)

= 1人分の栄養 =

エネルギー	665kcal
たんぱく	30g
カルシウム	250mg
食塩	10g



材料 (1人分)

- ゆでうどん 1玉/レタス ½個
- セロリ ½本/しその葉 3枚
- 枝豆(ゆでたもの) ½カップ
- 季節の野菜(貝割菜、三つ葉、ねぎなど適量)
- あじ ½匹 /卵・小麦粉・パン粉……適宜
- みりん 大さじ3
- 醤油 ½個 /牛乳 25cc /とけるチーズ ½枚
- 卵 少々
- 塩 少々
- つけつゆ
- 水 2カップ /削り節 10g
- みりん ½カップ /醤油 ½カップ