今月の献立

干しズイキの白和え

材料（5人分）

- 豆腐……1丁
- 干しズイキ……30g
- 人参……150g
- こんにゃく……¼丁
- 砂糖……90～100g
- 酒……少々
- 塩……少々
- 下味のしょうゆ、砂糖…少々

〔作り方〕

①豆腐はふきんに包み、重しをして水けを切っておく。
②干しズイキはきたない汁を出すために2～3回水で洗って、一晩ひやかして、3cmくらいに切り、沸騰した湯でゆでる。
③人参、こんにゃくは短冊に切りゆでる。
④②と③にしょうゆ、砂糖を入れうす味をつける。
⑤すりばちに豆腐を入れ、すりこぎですり砂糖、酒、塩で味をつけてさらによくする。
⑥⑤に④の材料を入れて和える。

ずいきのうま煮

材料（4人分）

- 干しずいき……30g
- 油あげ……1枚
- 糸こんにゃく……½袋
- 人参……50g
- しょうゆ……大さじ3
- 砂糖……大さじ2
- くるみ（つぶし豆）……30g
- 油……大さじ1½

〔作り方〕

①ずいきを熱いお湯で30分くらいつけておき、2cmの長さに切る。
②人参、油あげを千切りにしておく。糸こんにゃくは細かく切る。くるみは細かく刻む。
③鍋に油を入れ①と②を炒める。人参が軟らかくなったら、しょうゆ、砂糖を入れて味がつくまで煮含める。

中ノ口川愛護で表彰

北陸地区治水大会で月潟連合自治会（月潟）

石川・富山・新潟三県による北陸地区治水大会が去る、十一月一日新潟市「オークラホテル新潟」で越智建設大臣、関係国会議員、県知事（代理県出納長）、県議会議長など来賓多数をお迎えし、関係者約四百人が参加して開催されました。

大会席上、治水・水防に功労のあった団体・個人に対して表彰が行われ、月潟連合自治会（大字月潟部落・代表田辺金一郎氏）は、長年にわたり中ノ口川の堤防の除草、清掃を実施してきた功労が認められ、本県で唯一、団体表彰を授与されました。

なお、当日は村から金子村長、星野村議会議長も参列し、喜びを共にいたしました。今後も河川愛護はもとより、他の分野でも自発的な活動をお願いします。

▲代表で田辺氏へ
"県内唯一の表彰"

大変おめでとうございました。

公民館だより

12月の事業計画

日	曜	事業名	会場
11	日	婦人学級（老人ホーム慰問）	県央寮
16	金	高齢者学級	月寿荘　午前10時
毎	週	スポーツ少年団 柔道教室	西公民館　午後7時
火	曜		

保健福祉だより

12月

○事業日程

日	曜	事業名	対象	会場
1	木	健康相談	一般老人	大別当
5	月	年末慰問	一人暮らし老人及び長期療養者並びに施設等に入居している者	村内及び各施設等巡回
6	火	機能訓練（後遺症者の集い）	脳卒中及びその他後遺症者	月寿荘
7	水	予防接種（三混③）	10月からの方及び追加者	月寿荘
9	金	糖尿病教室④	検診結果等で糖尿病と判定された者	就業改善センター
14	水	乳児検診 S63年8月1日～S63年9月30日生 S63年2月1日～S63年3月31日生		月寿荘
		乳幼児再ツベルクリン反応	11月18日の判定で疑陽性となった者	月寿荘
16	金	再ツ判定とBCG	14日の受診者	月寿荘
20	火	予防接種（麻しん）	生後18か月月～36か月児	月寿荘
		健康相談会（血圧測定）	午後2時から一般住民	月寿荘

♣クローバー教室

日	曜	機能訓練内容
6	火	習字・組ひも・ちぎり絵　会場　月寿荘
20	火	習字・組ひも・ちぎり絵　時間　午後1時30分

犬の引き取り日　6日
取り締まり日　9日・16日

バスを運行します。

家庭の健康

家庭はストレス解消のホームグラウンド

朝は時計を気にし、仕事は七転八倒の忙しさで、帰れるかなと思えば残業で疲れはて、家に着けばただ寝るのみ。これでストレスがたまらないはずはありません。

例えば伝統芸術の能舞台。現代日本人はそのスローテンポな動きについていけないのが本当のところ。わび、さびなどに心の安らぎを求めた日本人の姿も、美術品に名残をとどめているのみの感さえします。

高度成長を経て現代社会がせわしくなったのは、いたしかたないとして、せわしさを家庭にまで持ち込むのはどうしても控えたいものです。パートに出、子どもの世話に気疲れした奥さんも、家族がそろえば笑顔を見せるもの。

家庭こそ、家族のストレス解消の場なのです。

中学校の建設は別敷地で66年度より着手

第3回促進協議会で決定

学校施設整備促進協議会が十月十八日に開催され、中学校の建物の概算規模や、別敷地に移転し、六十六年度より工事着手することなどが決定されました。

このたびの協議会は、去る二月に中学校の建設を決定した後、幹事会に、建物の規模建設位置、建設年次など、財政を考慮した中で原案作成が委ねられていたものです。

附議された幹事会の案では「建物の規模は、校舎関係で食堂兼講堂のスペースを設けるなどして、三千九百平方㍍（現在二千五百四十五平方㍍）に、屋内体育館では学校開放を前提に社会体育機能を兼ね備えたスペースとして、千五百平方㍍（同八百二十七平方㍍）に、位置は村民野球場周辺に二万四千平方㍍の敷地を求め移転する。建設年次は六十六年度より三か年とする」というもので、いずれも原案どおり全会一致で決定されたものです。

幹事会では、これらを受け県や地権者と話し合いながら候補地を選定し、建物の配置計画も関係各位の意向を踏まえつつ、基本設計に入ることにしています。