

家族そろって

交通災害共済に 加入しましょう

わずかな掛金で最高**100**万円の見舞金

平成元年度 会員募集

期間 平成元年4月1日から平成2年3月31日まで

掛金 ……年1人**500**円



ただし、

- 中学生以下の子供（昭和49年4月2日以降に生まれた者、同日以前に生まれた者でも平成元年4月1日現在中学生である者は含む）
- 70歳以上の老人（大正8年4月1日以前に生まれた者）

各300円

詳しくは、各戸配布済みのパンフレットをご覧ください。
問い合わせ…三隅町役場総務課 ☎ 3-0221



安心の毎日

三隅町交通災害共済

偽業者に 注意

(し尿浄化槽)

最近長門・大津管内において、し尿浄化槽汲み取業者を名乗って浄化槽に関する商品（例えばマンホール蓋等）を高額販売する偽業者が横行している事実が判明いたしました。くれぐれもご注意ください。もし、不審な商行為に合われた方がありましたら保健衛生課まで通報をお願いします。

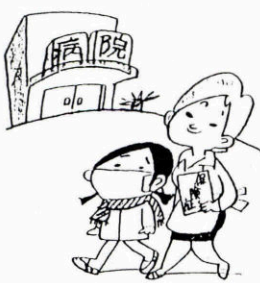
TEL (3)-1900

国民健康保険証の更新について

前月号でお知らせしましたように、現在使われている保険証は三月二十一日限りで無効になります。三月下旬嘱託員を通じ新しい保険証と交換しますので、今交付している保険証の準備をお願いします。

④ 保険証を受けておられる世帯については、四月に入ってから必要な書類、印鑑を持参の上申請の手続きを行ってください。

又、保険税の滞納を続けている世帯については「被保険者資格証明書」が渡される場合がありますので、早急に納税されることをお勧めします。納税方法等については、役場国保係で相談に応じます。



― 受診方法 ―

町の検診を必要とされる方に事前に受診票を送付いたしますので申込等手続は不要です。都合の良い日を選択して受診してください。

― 注意事項 ―

胃部検診を希望される方は十時間前から食事等取らずに

お越しく下さい。

大腸検診のみを希望される方は制限事項はありません。当日採便容器を手交するだけです。

― 料金 ―

胃部検診…五百円
大腸検診…無料

下ごしらえと調理のポイント

・アク抜き

切り口が褐色になりやすいので、すぐ水か酢水につけてアク抜きます。ただし、あまり長い時間水につけておくと固くなりますので注意が必要です。

・調理のヒント

煮しめ、酢のもの、天ぷらなど、おかずに酒の肴にも合います。菌ごたえの良さが身上ですから、煮すぎ、ゆですぎは禁物。煮るときは酢を落としたお湯で軽くゆでてから使うと白く、シャキッと上がります。

・材料（4人分）一料理例一

れんこん…2分の1本（300g）／ポイルエビ…8尾／あさつき…少々／酢…大さじ4杯半／油…大さじ4／みりん…大さじ2／塩…小さじ4分の3／白しょう油…少々／甘酢漬らっきょう…3粒／砂糖…大さじ2分の1

・作り方

①れんこんは皮をむき、うす切りにして酢水の中でさらし、酢少々加えた湯でさっとゆでる。（色が白く変わるとよい）②調味料を合わせてドレッシングを作り、みじん切りにしたらっきょう漬を加える。③えびと①のれんこんを②に漬け込み、いただく時にあさつきの小口切りを散らす。