

# 20 成人式

今回は「成人の日」の前日開催！

【対象】 昭和62年4月2日から昭和63年4月1日の間に生まれた人

【とき】 平成20年1月13日(日) 11時～

【ところ】 文化会館

※1月14日(成人の日)の開催ではありません。ご注意ください。  
※進学・就職のため、市外に転出された対象者で、本市の成人式に参加を希望される人は、社会教育課へご連絡ください。



●問い合わせ先 社会教育課 (☎ 82-1203)

▲写真は平成19年の成人式の模様です。

## 市民文化講演会

【とき】 11月25日(日) 13時30分 (開場: 13時)

【ところ】 市民館

【講師】 ピーター・フランクル (数学者, 大道芸人)

【演題】 「人生を楽しくする方程式」

【聴講料】 1,000円 (全席自由)

【聴講券販売所】 市民館 / 文化会館 / 社会教育課 / 市民活動推進課 / 総合事務所 / 市内各公民館 / 厚狭図書館 / きらら交流館 / 南支所 / 埴生支所 / 公園通出張所 / イトオ楽器店 / 良文堂書店 / 山田たばこ店 / 喫茶エリーゼ / 佐々木書店 / 平中スポーツ / みどりや / 村谷茶店 / 宇部井筒屋 / 船木ふれあいセンター



### ●講師プロフィール

1953年ハンガリー生まれ。1971年国際数学オリンピック金メダル、オトボス大学入学。1977年博士号取得。1988年から日本在住。国際数学オリンピックへの日本チーム参加に尽力し、優秀な学生の育成に努める。また日本ジャグリング協会名誉理事でもあり、時間の許す限り講演に訪れる全国の路上で得意の大道芸を披露する。NHK教育テレビ『マテマティカ』、日本テレビ『世界一受けたい授業』等、出演番組多数。

●問い合わせ先 社会教育課 (☎ 82-1204)

今月のおすすめ料理 【1人分栄養価】 エネルギー 123kcal / たんぱく質 7.9g / 脂質 8.8g / 塩分 0.3g

### 「お月見風ホイル包み蒸し」

～たっぷりきのこを使って～



■保健センター監修  
■山陽小野田市食生活改善推進協議会  
(有帆校区担当)

### 材料 (4人分)

卵	200g(4個)
玉ねぎ	60g
しめじ	60g
えのき茸	60g
舞茸	60g
赤ピーマン	20g
マヨネーズ	大さじ2・½
レモン	½個
アルミホイル	4枚

### 作り方

- ①玉ねぎは薄切りにし、しめじ、舞茸は小房に分け、えのき茸は半分に切ってほぐす。赤ピーマンは細切りにする。これらを合わせてマヨネーズで和える。
- ②アルミホイルに①の野菜を敷き、巣ごもり風に卵を割って乗せる。蒸気が抜けないように包み、蒸気のあがった蒸し器で20分くらい蒸す。
- ③器にアルミホイルごと乗せ、くし型に切ったレモンを添える。



ヤングテレホン  
さんようおのだ

ひとりで悩まずに、気軽に相談してください (いじめ、不登校、友人関係、家族関係、性の悩み、異性問題、子育て等)  
受付日時 毎週月～金 8:30～17:00 (土・日・祝日は留守番電話対応)

☎ 84-2000

✉ youngtel@city.sanyo-onoda.lg.jp