

**募集**  
「グループホームやすらぎ荘」  
入所者および介護員

社会福祉法人旭川荘では、  
痴呆性老人型共同生活介護事  
業所「グループホームやすら  
ぎ荘」をオープン(来春4月  
予定)します。この開設に先  
立ち、入所者および介護職員  
を募集します。  
所在地：備中町布賀  
入所定員：9名  
介護職員：5名程度  
Y グループホームやすらぎ荘  
開設準備室(☎④9080)

**募集**  
留学生の生活に  
お力添えを

高梁市学園文化都市づくり  
協議会では、高梁学園とともに  
吉備国際大学留学生の市内  
居住を支援するための説明会  
を開催します。  
ご協力いただけるアルバイト  
等を経営している事業主(個  
人でも差し支えありません)  
の方は、ぜひご参加ください。  
日時：1月14日(金)午後1時  
30分から  
場所：市総合福祉センター  
Y 同事務局 市役所企画課(☎  
②10209)

**募集**  
市立高等学校生徒

松山高校・成人対象特別選抜  
働きながら学ぶことのでき  
る夜間定時制(修業年限四年)  
の高校です。  
募集人員：普通科若干名  
出願日時：1月27日(木)、1  
月28日(金)、1月31日(月)、2  
月1日(火)の14時から20時まで  
(郵送による出願については  
同校へ問い合わせください)  
試験日と会場：2月8日  
Y 同校(☎②3618)

**宇治高校・一次募集**  
不登校ぎみの生徒や基礎学  
習を望む生徒が、ゆったりと  
学習できる昼間定時制(修業  
三年以上)の高校です。  
募集定員：普通科40人  
出願期間：2月23日(水)から  
25日(金)の9時から17時(25日  
は正午まで)  
試験日と会場：(学力検査)  
3月10日(木)・(面接)3月11日  
(金) 同校  
合格発表：3月18日(金)9時  
から正午まで・同校  
Y 同校(☎②2004)

**スポーツ**

備北一市二郡  
バスケットボール大会  
日時：1月30日(日)9時開会  
会場：市民体育館  
対象：高梁市、上房郡、加  
賀郡に在住・勤務・通学、も  
しくはクラブに所属する高校  
生以上  
種目：男子、女子  
申し込み：1月14日(金)まで  
に事務局へ  
参加費：一般チーム500  
0円、高校生チーム3000円  
事務局：体育協会事務局  
(☎②10288)

**第26回愛らぶ高梁  
ふれあいマラソン**

天満屋陸上部OG松尾和美  
選手と一緒に、城下町高梁を  
走りませんか  
日時：2月13日(日) 9時  
受付：8時10分市役所前  
コース：高梁市街地  
開会・閉会：元市民会館  
(市役所隣)  
種目：城下町コース(8  
km)＝高校生以上、愛らぶコ  
ース(5km)＝中学生以上、  
ふれあいコース(3km)＝小  
学生以上・親子ファミリー

**第18回体力づくり  
なりわ健康マラソン**

市民の健康増進と親子や友  
達同士の交流をいっそう深め  
ることを目的として「なりわ  
健康マラソン」を開催します。  
歴史と文化のまち成羽を舞  
台とした同大会への参加者を  
募集します。  
日時：2月6日(日)  
受付：午前9時成羽中学校  
コース：町並みコース(3  
km)・神楽コース(5km)  
参加費：無料  
申し込み：参加希望者は、  
申込書と誓約書に必要事項を  
記入して社会教育課スポーツ  
振興係まで申し込んでくださ  
い。  
締切：1月28日(金)  
Y 社会教育課スポーツ振興係  
(☎④9086)

申し込み：1月13日(木)まで  
に所定の申込用紙にて参加料  
を振り込む  
参加費：小学生500  
円、高校生1000円、一般  
2000円、親子ファミリー  
1500円  
締切：1月13日(木)  
Y ふれあいマラソン事務局  
(☎②10288)

**文化施設情報**

1月の予定

**総合文化会館** ☎②1040 ▷無料、▶有料  
▷9日(日) 成人祝賀式  
▷16日(日) 高梁市消防出初式  
▶22日(土) エリック・ベルショ ピアノコンサート  
▶23日(日) 新春映画祭  
「ハリリー・ポッターとアズカバンの囚人」  
1回目9:30～ 2回目13:00～

**文化交流館** ☎②10180  
中ホール  
▷23日(日)高梁広域カラオケ連合会地区大会  
▷26日(水)高梁市人権啓発講演会  
▷29日(土)高梁工業高校「2005課題研究発表・展」  
講座室ほか  
▷28日(金)～30日(日)  
高梁工業高校「2005課題研究発表・展」  
歴史美術館  
▶8日(土)～23日(日)「第38回現代美術選抜展」  
ハイビジョン・ルーム  
▷16日(日)13:00～  
ハイビジョンシアター「鉄道員」  
休館日(総合文化会館・文化交流館)  
毎週火曜日  
年末年始 12月28日(火)～1月4日(火)

**成羽町美術館** ☎④4455

●**児島虎次郎を偲ぶ写生大会作品展**  
日時：12月4日(土)～12月23日(木)  
会場：多目的展示室  
料金：この展示のみご覧の場合は無料  
(喫茶出入口より入館)

●**成羽町美術館新築開館10周年記念  
「児島賞の10年」展**  
毎年開催している「児島虎次郎を偲ぶ写生大会作  
品展」において、「児島賞」を受賞した作品90点を  
一堂に展覧。また、13年度より設けられた「渡辺賞」  
の受賞作品もあわせて展示。  
日時：1月15日(土)～2月6日(日)  
会場：多目的展示室  
料金：この展示のみご覧の場合は無料  
(喫茶出入口より入館)

●**常設展示**  
児島虎次郎絵画作品・古代エジプト等オリエント  
遺物・成羽地域産出の植物化石  
料金：一般500円 高大生300円 小中生200円  
20名以上の団体は2割引  
65歳以上は無料(要証明)  
休館日 毎週月曜日  
年末年始 12月27日(月)～1月4日(火)

(旧)高梁市史(増補版)  
**予約受付中**  
販売価格  
上下巻セット5,000円  
販売開始  
平成17年3月予定  
Y 教育委員会  
高梁分室(☎②10288)

**子育て支援センター1月の催し**

**保育サロン**  
北風さん よーいドン!寒い日も戸外を走る子どもたちは元気いっぱい。冬  
の風ともすっきりなかよいです。1月の保育サロンは「ままごと遊び」。ままご  
と遊びは、大人のまねをしたり友だちと一緒に遊んだりすることで「言葉の発  
達」を促すことに役立ちます。気軽に遊びに来てください。  
▷平成17年1月15日(土)9時30分～11時  
【内容】ままごと遊びをしよう、パネルシアターを見よう  
Y 高梁保育園☎②2423

**ヘルシーレシピ 12月分**

**豆腐入りだんごの作り方**  
(30個分)

材料	分量	作り方	
白玉粉	200g	豆腐をボールに入れ、手でつぶし、白玉粉を入れてよくこねる。(耳たぶくらいの硬さ)	
絹ごし豆腐	225g		
A	砂糖	大きじ3	鍋にたっぷりの湯をわかし、団子に丸めて入れる。一度、底に沈んで浮き上がったら出来上がり。水にとって冷めたらザルに上げて水気を切る。
	しょうゆ	1	
	水	3	
B	片栗粉	小さじ1	Aを鍋に入れてよく混ぜ、火にかける。とろりとなったら火を止め、の団子の半分を入れてからめる。残りの団子はBを混ぜてかける。と の団子を楊枝に2個ずつさす。
	きな粉	大きじ3	
	砂糖	3	
塩	少々		

**一口アドバイス**  
この豆腐団子の特徴は、白玉粉に豆腐を入れることによって、栄養バラン  
スがよくなり、低エネルギーになるように配慮しています。豆腐の水分だけで  
練ったやわらかい団子で、舌ざわりがよく、小さいお子さんからお年よりまで  
食べられます。

**栄養価 4個分**  
エネルギー たんぱく質 カルシウム 食塩  
76.6Kcal 2.1g 0.5g 0.3

注:情報は12月7日現在。内容について変更になる場合があります。