




学校•家庭•地域の連携と

## 学校教育

情報通信技術の活用

$\qquad$












TITr






















さまざまな学習機会の提供と社会教有

スポーツ・文化のまちづくり

压俈

## 鬼 $\underset{\sim}{c}$ <br> 本社 TEL．0798（26）0221（代表） Chttp：／／www．ebessan．jp

[^0]利息を払いすぎていませんか？
10年以上消費者金融に支払いを続けている方は お金が戻ってくる可能性が高くなります。 なお，140万円を超える過払い金の請求は，法律上弁護士しか扱えません ので長期にわたって支払いを続けておられる方は，ご注意下さい
過払金請求交涉と任意整理は着手金無料
日曜•土曜•平日夜間（月～金の夜9時まで）法律相談法律相談無料 阪神西宮駅スグ 弁護士
ひまわ す法律事務听兵庫県弁護士会所属ら 4 名
రठ，0120－86－3150（予約制） 9 ひまわり法律事務所 検索，
＊阪神西宮駅えびす口北徒歩3分，国道2号線沿い
＊http：／／www．himawari－law．net／
隽帯・パソコンのH Pより24時間予約申込受付 兵庫県西宫市和上町5番10号明治安田生命ビル


[^0]:    Q．ごはんを冷凍保存するときのコツを教えてください。
    A．冷凍庫で保存するコツは，①温かいうちに，（2）お茶碗 1 杯分を ③なるべく薄く平らにして，ラップフィルムに包んで冷涷する ことです。そうすると，おいしく解凍することが出来ます。阪神米敦は「おいしいごはんを食べよう県民•国民運䡃」を応援しています。

