



ゆめ半島 ちば国体

# ココが知りたい!弓道競技

## その1 近的競技

国体で行われる近的競技の基本ルールは、直径36cmの白黒の円で表示された震的を狙って矢を放ち、的に当たった矢の本数を競います。1チームの選手は3人で、1人4本ずつ射り、合計の中数を競います。的に当たればどこに当たっても有効となります。



震 的

近的競技に使用する震的は、中心から順に中白、1の黒、2の白、2の黒、3の白、外黒の輪状に塗られています。中心が白色というのが大きな特徴です。

射位（弓を射る位置）からのまでは28mあり、この長さは昔、武士が射法の訓練を行っていた距離が起源といわれています。

競技人口は、全国約12万6千人で、男女比は約1対1です（全弓連調べ）。その中でも、近年の少子化傾向にもかかわらず高校生の競技者数は6万人前後を維持しており、武道では最も競技人口が多い競技といわれています。

☎生涯学習課国体準備室 ☎73-8511

# ケブカトラカミキリに注意!

ケブカトラカミキリは、マキに限らず一般家庭の庭木や垣根にも寄生し、そこから被害がまん延し、産地に打撃を与える恐れがあります。市で被害状況を把握するため、枯れている、もしくは枯れかかっているマキで、被害が疑われる植木や垣根などがある場合は、下記にご連絡ください。

被害の特徴は、幹に直径3~4mmの丸い小さな穴（脱出口）が外観で確認できます。



被害で枯れたマキ



カミキリの食害痕

マキは市の木であり、全国有数の生産を誇る本市の主要な産業を守るため、情報をお願いします。

☎産業振興課農政班 ☎73-0089



ヘルシーメニューを紹介  
ミートボールと  
小松菜のスープ

健康生活

彩りも鮮やかでヘルシーな一品です。

☎匠瑤市保健推進員

### ◆材料 (4人分)

**A**【豚ひき肉…150g ショウガ…1かけ コショウ…少々 卵…大さじ1 片栗粉…大さじ1/2 みそ…小さじ1 みじんネギ…30g】 ニンジン…30g タマネギ…30g 小松菜…30g ナルト…20g キクラゲ…1g コンソメ…小さじ1 塩…少々 コショウ…少々 水…800cc

### ◆作り方

- ①ボールに**A**の材料を入れ、よくこねて2~3cmに丸める。
- ②ニンジンは千切り、タマネギは5mm、小松菜は3cmに切り、ナルトは小口切り、キクラゲは戻して適当な大きさに切る。
- ③鍋に水を入れ、小松菜以外の材料を煮る。
- ④③に①を加え、小松菜、コンソメ、塩、コショウを入れる。

### ◆1人分栄養価

エネルギー…109kcal タンパク質…7.8g  
カルシウム…26mg 塩分…1.1g

※今月の巨樹・古木はお休みします。

週末は何かがある!

ふれあいパーク情報



## わいわいワクワク交流会

普段はなかなか見ることのできない、会員の生産現場を見学してみませんか。意見交換会も兼ねて、地元農産物を使ったおいしい昼食もご用意します。

開催日時…10月12日(月) 10時~15時

参加費…無料 募集人員…30人程度

## 里山ハイキング

市内の歴史ある寺社仏閣をめぐるります。

開催日…11月1日(日) ※雨天中止 距離…約10km

募集人員…300人 参加費…無料 ※昼食は各自で用意してください。(ふれあいパークでも購入可)

## 農作業体験

ふれあいパーク八日市場に農作物を出品している生産者が農作業のノウハウを教えます。

開催日…11月4日(水)~ ※基本的に1年を通して毎週水曜日の活動になります。(年末年始など除く)

※受講希望者は10月16日(金) 13時30分からパークで行われる説明会に出席してください。申込期限は10月10日(土)まで。年齢は問いません。

\*今月の休館日…10月19日(月)

\*各イベントへの参加申し込み・問い合わせ

ふれあいパーク八日市場 ☎70-5080

# みんなのひろば

はつらつ No.36

佐原 さはら 椿海地区 椿

愛さん (24)



## 患者さんの笑顔が私の原動力

市内にある歯科医院で仕事をして6年目になります。人と接することが大好きな私は、高校1年生のときにアルバイトとして今の仕事を始めました。最初のころは先生の隣について治療のお手伝いをするのが多かったのですが、現在は受付業務が主な仕事です。

受付の仕事で特に心掛けているのは、絶対に患者さんに不愉快な思いをさせないこと。患者さんがその病院に対して持つ第一印象は受付で決まると思っていますので、「私がしっかりしなくちゃ」という気持ちでいつも仕事に取り組んでいます。そのぶん、患者さんの笑顔を見たときは、とてもうれしいですね。

今の仕事はこれからもずっと続けていきたいです。そして、たくさんの人に喜んでもらえるような接客術を今以上に身に付けていきたいなと思います。

## ★ 87 ★ アイドル登場 ★ 88 ★



### 共興地区吉崎

宇井 彩乃ちゃん(小3)  
詩央里ちゃん(3歳)  
敏和さん、幸子さん

ハンバーグが大好きな彩乃ちゃんの得意科目は体育。最近、ミニバスの練習を始め、基礎練習に励んでいます。習い事は1年生からやっているピアノで、発表会にも出場しました。保育園に通っている詩央里ちゃんは、卵料理が大好きで、プリキュアとミニーがお気に入り。2人とも元気で明るい子に育ってほしい。



### 栄地区堀川

伊藤 未皇ちゃん(4歳)  
碧ちゃん(2歳)  
由貴子さん

負けず嫌いな性格の未皇ちゃんは、パイナップルが大好き。ドラえもんがお気に入り、通っている保育園では運動会に向けて練習中です。マイペースな性格の碧ちゃんが好きな食べ物は野菜で、ポニョとトトロがお気に入り。休日の楽しみは、パパと一緒にボールで遊ぶこと。2人とも人として大きく成長してほしい。



みんなみて!!

## アートギャラリー



ピーナッツを掘ったときの絵だよ。向かって左にいるのが僕。とれたてをみんなで食べたなら、とてもおいしかったよ。

栄保育園

いしげ しゅんきん



10枚以上書いた中でいちばん上手にできた作品です。「己」の「はね」の部分のバランスを取るのが難しかったです。

共興小 6年  
半戸和也さん



新聞で見つけた花の写真に絵にした作品「彩-sai」。花が持つ独特の美しさ、かわいらしさを表現できたと思います。

ハロ市場ニ申 3年  
畔森恵さん

