



ゆめ半島 ちば国体

# ココが知りたい!弓道競技

## その4 弓道衣

弓道衣を着た匠達高校弓道部・大谷さん(左)と椎名さん



弓を射るときは、白筒袖・帯・袴・白足袋・胸当て(女性のみ)を身につけます。

清潔感を表す色から、白筒袖・白足袋が着用され、また、多くの弓道場では裸足が禁止されているため、白足袋が着用されています。

袴は大きく2種類に分類され、ズボンのように足が分かれている「馬乗り袴」と、筒型のスカート状の「行灯袴」があります。現在では、

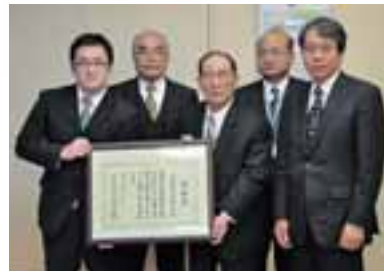
動きやすさから、男女ともに馬乗り袴の着用が多くなっています。

また、帯を締める位置に違いがあり、男性は、へそ下2~3cmくらいから腰骨を覆うように結び、女性は、腰骨の上に帯の下を合わせて締めます。

女性は弦で胸を打たないように、右胸上から左脇の下にかけて胸当てをつけます。素材は合成皮革やメッシュなどがあり、色は黒・白・透明があります。

☎生涯学習課国体準備室 ☎73-8511

## 栄小学校PTA 文部科学大臣表彰を受賞



江波戸市長を表敬訪問した堀澄PTA会長(左)と石井校長先生(右)

東京都港区のホテルニューオータニで11月18日、日本PTA全国協議会が開催され、栄小学校PTAが文部科学大臣表彰を受賞しました。

これは、同校PTAの熱心な教育支援や交通安全活動などが高く評価されたものです。

また、12月11日には堀澄PTA会長と石井校長先生が江波戸市長を表敬訪問し、受賞の喜びを報告しました。

## 八日市場二中 チーバくん折り鶴アート作成

八日市場二中3年2組の生徒が、4800羽の折り鶴を使って、チーバくん折り鶴アートを作成しました。



作品の前で記念撮影する3年2組の生徒たち

この作品は、菜の花とチーバくんをモチーフにしており、「夢」という文字の中には、生徒一人ひとりの夢や願い、今の気持ちを書いた鶴が折り込まれています。作品は文化祭で発表され、現在は八日市場ドームに展示しています。

☎生涯学習課国体準備室 ☎73-8511



## 健康生活 卵焼きの野菜あんかけ

ヘルシーメニューを紹介

男性料理教室で作りました。

匠瑤市保健推進員

### ◆材料(4人分)

卵…4個 カニ缶…80g ショウガ…5g ゆでタケノコ…40g 干しシイタケ…2枚 ネギ…40g 油…大さじ1 冷凍グリーンピース…適量 だし汁…150cc 砂糖…小さじ1 しょうゆ…大さじ1 酒…大さじ1 酢…大さじ1 みりん…大さじ1 片栗粉…小さじ1

### ◆作り方

①卵は、割りほぐす。カニ缶はほぐす。②ゆでタケノコは、2cmのせん切り、干しシイタケは水でもどし、軸を除いてせん切りにする。ネギとショウガはみじん切り。③鍋に油を入れ、ショウガ、ネギ、シイタケ、タケノコを炒める。④③に、カニ缶を入れ卵液に加える。⑤フライパンに油を入れ熱し、④を入れて焼く。⑥鍋にだし汁、砂糖、しょうゆ、酒、みりん、酢を入れて煮立てて、水溶き片栗粉でとろみをつけ、あんを作る。⑦器に⑥のカニ玉を盛り、あんをかけてグリーンピースを飾る。

### ◆1人分栄養価

エネルギー…182kcal タンパク質…11.4g カルシウム…44mg 塩分…1.1g

## 週末は何かがある!

### ふれあいパーク情報



### たこ揚げ大会

ふれあいパーク恒例のたこ揚げ大会を開催します。たこはパークで用意し、自分で組み立てる体験もできます。終了後はたこをプレゼント。参加費は無料です。日時…1月17日(日) 10時受付開始 ※先着30名様

- \* 1月3日(日)はおいしい甘酒を用意します。
- \* レストラン「里の香」でおいしいおそば始めました。
- \* 「おせち料理」「おもち」など各種取り揃えました。
- \* 花・植木見本園には、ポインセチア・シクラメン・洋ランなど季節の花が皆さんをお待ちしております。
- \* 新年は1月3日(日)から営業を始めます。(3日は15時まで。4日から通常営業となります。)

☎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.39

野田地区新堀  
三好健介さん (28)



## プロ野球選手と二人三脚

ベースボールコーディネーターとして主にプロ野球選手と個人契約し、トレーニングのサポートをしています。プロ野球のオフシーズンであるこの時期は、両親がいる匝瑳市で選手と一緒に合宿をしているんですよ。

小学生で野球を始め、高校卒業後は社会人チームを経てヤクルトスワローズに入団。退団後はアメリカでピッチングコーチなどを5年間。その後は日本に戻ってスワローズのコンディショニングコーチ。現在はそれらの経験を生かしてフリーで仕事をしています。

私は、万人に通用するトレーニングは存在しないと思っています。なぜなら人間一人ひとり身体も違えば性格も違う。その人に合わせたトレーニングで初めて効果が出るからです。自分が契約する選手の試合は毎試合欠かさず観戦し、次のトレーニング内容を考える日々。大変な仕事ですが、そのぶん選手の成長が見られたときは最高にうれしいですね。

## ★93 アイドル登場 ★94



須賀地区高小 関和優くん (5歳)  
優夢くん (1歳)  
祥子さん

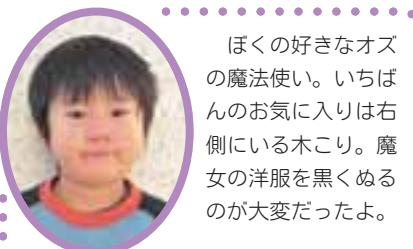
ドラえもんが気に入りの和優くんは今、ブロックのおもちゃに夢中です。ギョウザが大好きで、自分でもママと一緒に作ります。大根をよく食べる優夢くんは、煮物が大好き。テレビ番組の「いないいないばあ」を見ながら、毎日元気に踊っています。名前は二人ともパパが考えました。心のやさしい子に育ってほしい。



梶海地区梶高 橋詩音くん (小2)  
羽音くん (5歳)  
広幸さん

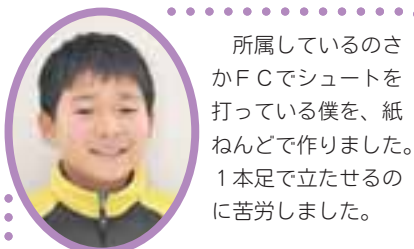
マイペースな性格の詩音くんは、チーズ入りハンバーグが好物。好きなテレビ番組は「仮面ライダーダブル」で、得意な教科は生活と図工。現在スイミング教室に通っていて、泳ぎの練習中です。活発な性格の羽音くんは、バナナが大好きで、Wiiでお兄ちゃんと一緒に遊ぶことが楽しみ。二人とも音を楽しむ人になってほしい。

## みんなみて!!アートギャラリー



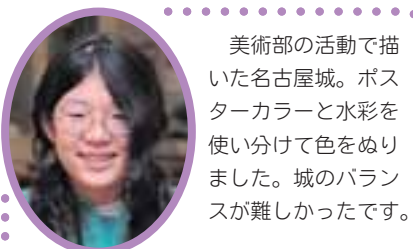
ぼくの好きなオズの魔法使い。いちばんのお気に入りには右側にいる木こり。魔女の洋服を黒くぬるのが大変だったよ。

平和保育所  
ひらやま れんくん



所属しているのさかF.Cでシュートを打っている僕を、紙ねんどで作りました。1本足で立たせるのに苦労しました。

野田小 6年  
北川 嵩興さん



美術部の活動で描いた名古屋城。ポスターカラーと水彩を使い分けて色をぬりました。城のバランスが難しかったです。

八日市場二小 2年  
磯部 みさきさん

