

曜日に通学しています。「一日の半分近くは、今、一番力を入れたい『釣り』に行っています。将来は、匝瑳市に自分の釣具屋をオープンさせ、たくさんの人に魅力を伝えたいです」と目標は明確

と話します。学業では、英検資格の取得も目標にしているそうで「自分のやりたいこと」とのバランスがうまく取れています。今、悩んでいる君に通信制で自分らしく」と笑顔です。

自分らしく日々充実

加瀬さんは、敬愛大学八日市場高校の通信制に通う高校2年生です。「学業以外のプライベートな時間を充実させるため、通信制を選びました」と話す加瀬さんは、自宅学習をメインに、平日3日間と土

です。小学4年生の時、祖父と一緒に、初めて釣りに行ったのがきっかけで「自分で釣った魚を、その日に調理して食べる瞬間が最高です。魚種ごとに好む餌やルアーが違うので、研究の毎日です」

ピープル PEOPLE Vol.33 匝瑳の人



※本人提供。

加瀬 晃 誠 さん(16歳) 上谷中

みんな
みて！
みて！

アートギャラリー



短冊に将来の夢を書いたよ。すずらんテープと厚紙を使って、ササを飾り付け。大きくなったら、おいしいパンを焼きたいな。

平和保育所
小堀 実くん



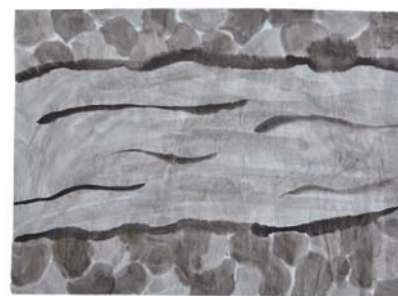
椿海小学校 6年
鈴木 陽太 さん㊦
青木 凜太郎 さん㊦

鈴木さん：反対色を隣同士に配置し、目立つように工夫しました。
青木さん：似た色にならないよう、絵の具での色作りに苦労しました。



墨で川を描きました。淡い箇所から徐々に濃い箇所を描き、全体の濃淡を調整。川の透明さや石の硬い感じを表現できました。

豊和小学校 6年
樺 心羽来 さん



百歳体操に取り組む団体を紹介。
皆さんもチャレンジしてみましょう

Let's いきいき!



百歳体操!



年金者組合匝瑳支部

活動場所 勤労青少年ホーム

発足時期 平成30年4月

問山崎良夫 ☎090-6952-9268

百歳体操を通じて参加者が一人一人つながり、交流の輪を広げていくことを目的に、“無理せず、我慢せず”活動しています。

参加者は市内のさまざまな地区から集まり、友達を誘い合うことで、新たなつながりが生まれています。百歳体操で知り合いになり、寺社巡りなどの行事と一緒に参加することもあります。

活動は、毎週水曜日の9時30分からと、10時30分からの2部制です。参加は、住んでいる地域を問いません。



給食センターからこんにちは



menu
No.96

キャロットささみ揚げ

暑い季節は麺のみの食事になっていませんか。そんなときにプラス1品、たんぱく質が豊富な鶏ささ身を使った料理を紹介します。

問学校給食センター ☎70-2210

ポイント!

衣に入れる水は、ニンジンの水分を考慮して控えめにしましょう。

材料(4人分)

鶏ささ身	4切れ
A	
ショウガ	少々
ニンニク	少々
しょうゆ	小さじ1
てんぷら粉	30g
卵	1/3個分
ニンジン	20g
塩	少々
水	適量
油	適量

作り方

【下ごしらえ】ショウガ、ニンニク、ニンジンはすり下ろしておく。

- ①鶏ささ身にAで下味を付ける。
- ②ニンジンをつなぎ粉、卵、塩、水と混ぜ、衣を作る。
- ③①に衣を付け、180℃で5分間揚げる。

栄養価(1人分)

エネルギー106kcal たんぱく質10.2g
脂質4.7g カルシウム4mg 食塩相当量0.3g