

## 中央4部・共興2部が優勝

### 匝瑳市消防操法大会

第17回匝瑳市消防操法大会が5月21日、市役所南側駐車場で行われました。

ポンプ車操法の部では中央分団第4部が、小型ポンプ操法の部では共興分団第2部が最優秀賞（優勝）に輝きました。大会上位の結果をお知らせします（敬称略）。

#### ◆ポンプ車操法の部（出場6カ部）

▷**団体表彰** 最優秀賞…中央分団第4部 優秀賞…中央分団第1部 ▷**個人表彰** 指揮者…山中聖士（中央4）  
1番員…高木貴行（同） 2番員…立花祥吾（同） 3番員…小西啓太（中央1） 4番員…小林龍也（中央4）

#### ◆小型ポンプ操法の部（出場15カ部）

▷**団体表彰** 最優秀賞…共興分団第2部 優秀賞…豊和分団第2部 優良賞…中央分団第5部 敢闘賞…匝瑳分団第2部 努力賞…野田分団第1部 ▷**個人表彰** 指揮者…加瀬寛和（野田1）、及川祐平（飯高2） 1番員…江波戸清也（共興2） 2番員…伊藤祐介（野田6） 3番員…伊藤清（共興2）

※両部門の上位2カ部は、本市代表として海匠支部消防操法大会（6月25日に銚子市で開催）に出場しました。



中央分団第4部（写真上）と共興分団第2部（写真下）

みんなみて!みて!!

## アートギャラリー



“時の記念日”に合わせて作ったよ。針の形に切り取るのが難しかったけど、数字もよく書けたし、飾り付けも楽しかったよ。



筆使いに注意して書いた作品。特に“折れ”は一旦止まることを心掛けました。字が丸くなり過ぎず、バランスよく書けました。



栄保育園  
熱田美咲ちゃん



織り姫と彦星がお話しているところ。天の川は絵の具を歯ブラシではじいて描いたんだ。星がきれいに描けて楽しかったよ。

豊栄保育所  
森悠凧ちゃん



豊和小学校6年  
鎌形想さん

＼ みんなで筋トレ、続けて元気！ ＼



# 百歳体操!

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。

## Vol.15 米倉すみれ会

“無理せず楽しく続けよう”を旗印に、毎週月曜日に活動しています。

もともと地元の葦茅神社の清掃で集まっていたが、百歳体操が健康づくりに良いという評判を聞き、現在は清掃もしつつ体操に励んでいます。

一人ではなかなか続かない運動も、みんなで一緒にやることで、楽しく続けられています。週1回の体操でも“継続は力なり”で、みんな筋力がつき姿勢も良くなっています。

**活動場所** 米倉コミュニティセンター

**発足時期** 平成30年10月

**問** 高齢者支援課地域包括支援センター ☎73-0033



ヘルシーな学校給食をご家庭で再現してみませんか。  
給食センターからこんにちは

Menu No.114

## レモンバターケーキ

夏にぴったりのレモン香る爽やかなカップケーキが、ご家庭でも簡単に作れます。

**問** 学校給食センター ☎70-2210

### 材料(9個分)

- 卵..... 1個
- 砂糖..... 60g
- バター..... 50g
- 牛乳..... 50ml
- ホットケーキミックス..... 200g
- レモン果汁..... 50ml

### ポイント!

ホットケーキミックスを加えたら、混ぜ過ぎない。

### 作り方

- ①バターを湯煎や電子レンジで溶かし、オーブンを180℃に予熱する。
- ②卵、砂糖、バター、牛乳、ホットケーキミックス、レモン果汁の順に加え混ぜる。
- ③紙カップに生地を流し入れる。
- ④予熱したオーブンで15分程度火が通るまで焼く。

### 栄養価(1個分)

エネルギー160kcal たんぱく質2.4g 脂質5.9g カルシウム10.3mg 食塩相当量0.5g

