



中央1部・吉田1部が優勝 匠瑛市消防操法大会

第18回匠瑛市消防操法大会が6月2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1部が、小型ポンプ操法の部では吉田分団第1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5カ部）

▶団体表彰 最優秀賞…中央分団第1部 優秀賞…中央分団第2部 ▶個人表彰 指揮者…小西啓太（中央1） 1番員…菅谷旭（中央4） 2番員…増田康希（中央1） 3番員…椎名浩之（同） 4番員…増田隆（野田2）

◆小型ポンプ操法の部（出場13カ部）

▶団体表彰 最優秀賞…吉田分団第1部 優秀賞…共興分団第1部 優良賞…飯高分団第1部 敢闘賞…豊栄分団第2部 努力賞…野田分団第3部 ▶個人表彰 指揮者…江波戸啓介（共興1） 1番員…玉澤将吾（飯高1） 2番員…平山友康（吉田1） 3番員…片岡拓実（同）

※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30日に旭市で開催）に出場しました。



優勝した中央分団第1部（写真上）と吉田分団第1部（写真下）

みんなみて!みて!! アートギャラリー



織り姫さまの顔を描くのが楽しかったな。好きなピンクを真ん中にした星も上手にできたよ。七夕の日に、おうちで飾るんだ。



匠瑛保育園
鈴木利奈ちゃん



八日市場保育所
菅谷優月ちゃん



ろくろ首の顔を描くのと花火をペタペタ貼るのが楽しかったよ。顔はかわいくしたんだ。首も難しかったけど上手にできたよ。



しんじょうの“はらい”を太くしバランスよく書きました。縦画・横画の接し方など細かなところも注意しました。



椿海小学校5年
相山結菜さん

＼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.21 堀川西

令和元年5月に発足し、人の入れ替わりはありますが、だんだんと参加者が増えています。
つい月日や曜日を忘れてしまうことはあっても、体操の活動日時の“月曜日の9時”だけは、体操が習慣化されて忘れることはありません。
体操をしたり集まることで、みんなで話をする機会ができ、地域内の交流も深まっています。これからも、みんなで仲良く元気に体操を続け、健康の維持につなげていきたいです。

活動場所 堀川西コミュニティセンター

発足時期 令和元年5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.121

鶏丼の具

暑い季節でも、ごはんがしっかり食べられる「鶏丼の具」を紹介します。

問 学校給食センター ☎70-2210

＼ポイント！／

調味料を入れた後の加熱で、好みの計量に調整してください。

作り方

- ① ゴボウはささがき、レンコンはいちょう切り、長ネギは1cmのぶつ切り、キャベツは1cm幅の短冊切りにする。鶏肉に酒を加えて混ぜておく。
- ② 鍋にごま油とみじん切りショウガを入れて加熱し、香りが出てきたら鶏肉を入れて炒める。ゴボウ、レンコンを順に加えて炒める。
- ③ ゴボウに軽く火が通ったら、Aを加えて煮る。ゴボウが軟らかくなったら、長ネギ、キャベツを加えて加熱する。
- ④ 煎りごま、一味唐辛子を加えて完成。

栄養価(1人分)

エネルギー168kcal たんぱく質12.1g 脂質10.2g カルシウム36.0mg 食塩相当量0.82g

材料(4人分)

鶏肉(もも)小間切れ	260 g	
ゴボウ	50 g	
レンコン	25 g	
長ネギ	60 g	
キャベツ	60 g	
酒	小さじ1	
ごま油	適量	
みじん切りショウガ	小さじ1	
A	しょうゆ	大さじ1
	砂糖	大さじ1/2
	みりん	大さじ1/2
	赤みそ	小さじ1/2
煎りごま	大さじ1/2	
一味唐辛子	少々	