



Vol.50 石橋 久未 さん (40歳) 八日市場イ

ピープル PEOPLE!



人を笑顔にする活動を

「NEW WORLD 匠人～みんなでつなぐ笑顔のピース～」(本紙8ページ掲載)で実行委員長を務めた石橋さん。普段は福祉施設などで施術をする訪問美容師、フォトスタジオでの着付けやヘアメイク担当として働いていますが、他市でのイベントを見て「みんな楽しく笑顔になれることをして、匠人市を盛り上げたい」と一念発起。ママ友3人と実行委員会を立ち上げました。

「実現に向けては、協賛企業探しだけでなく、慣れない業務ばかりで多くの壁に直面し、本当に大変でした」と語る石橋さん。30人ほどのボランティアスタッフの協力を得て迎えた当日も、駐車場の案内や迷子の搜索願などインカムは鳴りっぱなし。それでも大きなトラブルなく終了できたのは、「周囲の人のサポートのおかげ。笑顔の“ピース”がつながるイベントになり、感無量です」と振り返ります。

石橋さんの原動力は「人に笑顔になってもらうことが好き」という思い。「今後の実行委員会の活動は未定ですが、普段から人を笑顔にする活動を続けていきたい」と満面の笑みで話してくれました。

みんなみて!みて!!

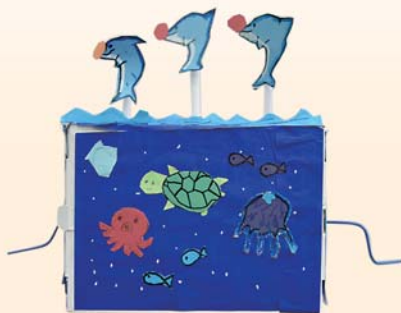
アートギャラリー



将来の夢は警察官なんだ。制服姿の私とパトカー、上手に描けてるでしょ。周りにカラフルなお花を描いてかわいくしたよ。

栄保育園

あやみ 石田 絢望 ちゃん



イルカショーを表現しました。形の通りに紙を切るのが大変でした。周りにカメラなど海の生き物を描いたのがポイントです。



須賀小学校6年

れおん 林田 怜音 さん



水彩画で音楽室のピアノを描写。床などの影を付けるのが難しかったです。グラデーションを使ってうまく表現できました。

共興小学校6年

ななこ 塚本 菜々子 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.23 百歳体操通う会

“笑顔と健康は自分で変えられる”を合い言葉に、毎週火曜日の10時から勤労青少年ホームを会場に活動しています。

週1回決まった日にみんなと気持ちの良い汗を流したり、集まっておしゃべりすることが良い刺激となって、体と心の健康維持につながっています。これからも元気でいられるように無理なく自分たちのペースで楽しく続けていきたいです。

活動に興味のある人の参加をお待ちしています。

活動場所 勤労青少年ホーム

発足時期 令和3年12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.123

バスク風チーズケーキ

スペインのバスク地方発祥のチーズケーキを、給食用にアレンジしました。

問 学校給食センター ☎70-2210

材料(8個分)

- クリームチーズ..... 180g
- プレーンヨーグルト..... 80g
- 砂糖..... 60g
- 卵..... 1個
- 生クリーム..... 40g
- ホットケーキミックス…大さじ2
- スキムミルク..... 30g



ポイント!

スキムミルクを加えてカルシウムアップ!

作り方

- ① クリームチーズを室温に戻し、柔らかくする。卵を溶き、オーブンを200℃に予熱する。
- ② ボウルにクリームチーズを入れ、泡立て器で滑らかにする。
- ③ ②にプレーンヨーグルト、砂糖、溶いた卵、生クリーム、ホットケーキミックス、スキムミルクの順に混ぜながら加え、出来上がった生地をオーブン調理用の紙カップに流し入れる。
- ④ 予熱したオーブンで10分程度焼き色が付くまで焼く。

栄養価(1個分)

エネルギー158kcal たんぱく質4.6g 脂質10.7g カルシウム74.7mg 食塩相当量0.28g