



新年も明るく健康に 合志市民健康カントリーマラソン大会を開催しました

1月6日、農業公園カントリーパークで第17回合志市民健康カントリーマラソン大会を開催しました。真冬の空の下、360人(参加者延べ人数)の幅広い年齢層のランナーや学校部活動生が爽やかな汗を流しました。12部門にエントリーした選手たちは、コースの沿道からの応援を受け、1.0~6.0kmのコースをゴールに向かって思い思い楽しんで走り抜けました。

ゴール後は市商工会があつあつのいも天を、熊本酪農業協同組合が牛乳を振る舞い、参加者はおいしそうに味わっていました。

閉会后、恒例のお楽しみ抽選会では、抽選番号が読み上げられるたびに会場の子もたちから大きな歓声が上がリ、当選者に対して拍手を送るなど心温まる一幕もありました。

▼入賞者

種目		1位	2位	3位
小学校 低学年	男子	佐伯 駿太	竹内 智哉	前田 桔平
	女子	稲田 一花	園村 咲良	村上生桜琉
ファミリー		吉武 正和	野口 満	野邑 和伸
		吉武 奏音	野口 航平	野邑 昇吾
車イス		稲田 虎哲		
小学校 高学年	男子	安東 幸輝	川口 大芽	内原基統人
	女子	井本 董子	府内萌乃佳	佐々木陽加
中学生	男子	福原 歩	山口 煌葉	川上 航丘
高校生以上	男子	中山 潤哉	友野 知剛	川上 颯真
40歳以上	男子	村上 雄祐	中里 宏	前田 智政
	女子	石元 智美	村井 裕美	古荘貴美子
一般	男子	榑崎 隼人	渡辺 暁雄	榑崎 元貴
	女子	福原 里紗	村上紗也香	橋口 敦子



2023熊日新聞コンクール中学新聞の部 合志楓の森中学校が熊日賞を受賞

12月2日、熊本日日新聞本社で2023熊日新聞コンクール中学新聞の部の表彰式が行なわれ、合志楓の森中学校2年3組が作成した『ADVANCE』が見事グランプリの熊日賞を受賞しました。なお、同校が熊日賞を受賞するのは3年連続となります。今話題のTSMCの進出をテーマに生徒が一生懸命調べた内容が掲載されています。作品は3月29日までヴィーブルで展示します。



熊日賞受賞作品『ADVANCE』と2年3組の皆さん

ドン・キホーテ合志店が西合志東小学校に ソフトドッジボールを寄贈しました

12月12日、ドン・キホーテ合志店が西合志東小学校にソフトドッジボールをプレゼントしました。これはこととして2回目となる取り組みで、市内小中学校が今欲しい備品を聞き取り、市民祭りの売上全額を使って購入し、寄贈しています。昨年は西合志南小学校にサッカーボールを贈りました。店長の喜瀬裕輝さんは「みんなで楽しく遊んでください」とコメントを贈りました。



左から、中島教育長、ドンペンくん、熊本エリア支社長 藤原健太さん、有内弘校長、喜瀬さん

お風呂上がりの一杯に 熊本酪農業協同組合が牛乳を寄贈

12月22日、市役所で熊本酪農業協同組合が牛乳50ケースを寄贈しました。組合長の衛藤彰一さんは「皆さんが毎日牛乳を飲むことが地域の酪農業の応援になります」と話し、冬場に落ち込む牛乳の消費拡大を訴えました。寄贈された牛乳は常温保存もできるロングライフ製品です。ユーパレス弁天で年明けから実施したキャンペーンで施設利用者へ配布され、大変喜ばれました。



左から、荒木市長、衛藤組合長 キャンペーンの様子

防火・防災への誓い新たに 令和6年合志市消防出初式

1月7日、西合志南中学校で消防出初式を開催しました。団長をはじめ消防団員403人が参加し、式典および全分団の通常点検を行ないました。安田秀一団長は訓示で、元日に発生した地震に触れ「市民の身体・生命・財産を守るため、団員一丸となり地域防災力向上に取り組むたい」と話しました。4年振りとなる幼年消防防火の誓いも行なわれ、団員たちは防災意識を新たにしました。



訓示を行なう安田団長 分列行進の様子

食生活改善推進員さんの健康食レシピ

高野豆腐のそぼろご飯

高野豆腐は植物性のタンパク質が豊富な食品です。食物繊維も摂れます。

材料(4人分)

- ご飯……………600g
- 高野豆腐……………4個
- ほうれん草……………200g
- にんじん……………20g
- しょうゆ……………小さじ2
- 白ねぎ……………適宜
- 紅しょうが……………適宜

栄養価(1人当たり)…エネルギー 367kcal たんぱく質…14.2g 塩分…1.7g

作り方

- ①鍋に湯を沸かし、高野豆腐を加えて蓋をし、火を止めて3~4分おく。
- ②①の湯を切り、高野豆腐をフォークでそぼろ状にほぐす。
- ③鍋に①と②を入れて中火にかけ、汁気がなくなるまで時々混ぜながら炒り煮する。
- ④ほうれん草は茹でて水に取り水気を絞って1cm幅に切る。
- ⑤にんじんは千切りにして茹でて絞っておく。
- ⑥④と⑤をボウルに入れてしょうゆで和える。
- ⑦白ねぎは細く白髪ねぎにして水にさらしておく。
- ⑧器にご飯を盛り、③と⑥をのせ、白髪ねぎと紅しょうがを添える。