



6月 一般社団法人ヴィーブルFUNクラブの選手たち トランポリン・シャトル競技大会に出場

7日、県大会の個人競技に出場。
Bクラスで富崎瑛心さん(合志楓の森小5年)が準優勝、Cクラスで中本湖愛さん(西合志中央小3年)が優勝しました。

また、21日、九州大会の団体競技に猿渡魁杜さん(辻久保)、村上吏玖さん(泉ヶ丘)、村田聡子さん(熊本市)、中本静子さん(若原)が出場。見事、優勝しました。



左から富崎さん、中本さん



左から猿渡さん、村上さん、村田さん、中本さん

7月13日 合志技研工業株式会社 図書館とマンガミュージアムに支援金

市役所で行なわれた贈呈式で、外山昭代表取締役社長が中島教育長に目録を贈りました。支援金は、電子望遠鏡に必要な資機材の購入など図書館の天文台事業、マンガミュージアムの蔵書購入など、市民や利用者へのサービス充実のために大切に活用します。



贈呈式に出席した関係者

7月30日 珠算に取り組むこどもたち 全国の舞台で団体総合準優勝

東京で行なわれた『第44回全日本珠算技能競技大会』。小学生部門団体で出口花恵さん(楓の森小6年)、本田橙葵さん(西合志東小5年)が準優勝に輝きました。出口さんは読上げ算と読上暗算で優勝、個人総合で準優勝という好成績も収めました。



出口さん(左から3人目)、本田さん(左から5人目)

食生活改善推進員さんの 健康食レシピ



【栄養価】(1人当たり)
エネルギー…154kcal
たんぱく質…1.6g 塩分…1.0g

カボチャのサラダ

夏に収穫されたカボチャは、貯蔵して追熟させることで甘みが増します。これから食べごろを迎える、旬のカボチャをサラダで味わってみてはいかがでしょうか。

材料(4人分)

カボチャ …… 4分の1個(300g)
キュウリ …… 2分の1本(50g)
ニンジン …… 4分の1本(40g)
レーズン …… 20g
マヨネーズ …… 大さじ3
塩 …… 小さじ2分の1
こしょう …… 少々
牛乳 …… 適量
レタス …… 適量

作り方

- ① カボチャは皮をむいて3cm大に切り、塩ひとつまみ(分量外)を入れた水で茹でる。レーズンを水でもどしておく。
- ② カボチャが茹であがったら水気を切り、よくつぶして冷ましておく。
- ③ キュウリとニンジンは薄くいちょう切りにし、塩少々(分量外)を振って水気を切る。
- ④ ②と③を合わせ、水気を切ったレーズン、マヨネーズ、塩、こしょうで和える。
- ⑤ ④に牛乳を加え、やわらかさを調節する。
- ⑥ レタスを敷いて盛り付ける。