

# 瑞穂小がいきいきちばっ子 コンテストで 大賞に



▲連続短縄跳びを披露する児童たち

瑞穂小学校が、県教育委員会のいきいきちばっ子コンテスト「遊・友スポーツランキングちば」の後期大賞・年間大賞に輝き、3月15日に小学校の校庭で、授与式が行われました。

「遊・友スポーツランキングちば」は、県内の児童・生徒の体力向上を図るために、授業や休み時間などに取り組める運動種目を紹介。積極的に外遊びや運動する機会を奨励するものです。

小・中学校内で、クラスやグループごとに「みんなでリレー」や「連続馬跳び」などの7種目に挑戦し、公式記録として申請。記録や申請数を競います。瑞穂小は、県内で最も多い3、413回の記録を申請し、積極的に取り組んだとして、後期・年間大賞に輝きました。

この日は、県の教育庁から視察に訪れ、全校児童が校庭で、チームごとに「ボールパスラリー」や「連続短縄跳び」などを披露。元気に声を掛け合いながら、懸命に記録に挑戦しました。

## おとぎの世界へようこそ 全国訪問おはなし隊が来町

子どもたちの豊かな想像力を育てようと、全国47都道府県にお話を届ける「本とあそ

ぼう」全国訪問おはなし隊が本町へやってきました。

おはなし隊は、たくさんのお話を載せた2台のキャラバンカーで各都道府県を1カ月単位で巡回。本町には550冊の本を乗せた1号車が、瑞穂幼稚園と農村環境改善センターいずみの里で、絵本の自由閲覧と紙芝居や絵本の読み聞かせを行いました。

雨が降る2月20日、いずみの里には多くの子どもたちと保護者がお気に入りの本を手取る姿や、日本に2つしかない紙芝居を楽しむ姿が見

▶絵本の読み聞かせに聞き入る子どもたち



▲表彰を受ける児童代表

童代表に、年間大賞・後期大賞の表彰状を贈呈。また、種目・部門別ランキング1位に輝いた各チームに記録認定証も手渡しました。

## 溢れる笑顔と大きな成果 スマイル・スマイルIN白里

白里公民館を利用する教室や同好会、サークルや地域の方々が日ごろの学習成果を発表しながら交流を深めようと、白里公民館で2月26日と27日に「スマイル・スマイルIN白里」と題して、5回目となる文化祭を開催しました。

会場には、手編みや書道、絵手紙などの学習成果となる素晴らしい作品がずらり。また、発表会としてオカリナの演奏



▶白里浜っ子の演舞

北田室長は「事業の4年目となる今年、瑞穂小は今までにない素晴らしい記録を残してくれた。また、全種目に取り組みでおり、素晴らしい」と讃えました。

また、徳武校長は「この取り組みを始めてから、スポーツの結果もよくなった。積み重ねることで、みんなの体力がついてきたことを、うれしく思う。これから続けていきましょう」と継続を呼び掛けました。

なお、季美の森小・増穂北小も申請数で上位に入り、それぞれ年間賞を受賞しました。

また、茶道教室表千家の会場では、講師を務める榎原俊子さんが「おけいこは学校ではない。今日できないことは次にできるよ頑張れば良いのです。今日の出来は三重マルでしたよ」と優しく受講生に語りかけました。



▲茶道教室の披露

## 休日当番医

診療時間は9時～17時までとなります。

なお、都合により、当番医が変更になる場合もあります。休日当番医テレホンサービス(☎0475-50-2531)もあわせてご利用ください。

月日	内科系	外科系
4/3 (日)	板倉内科医院 (大網白里町) ☎0475(72)6174	花城医院 (山武市) ☎0479(86)2233
4/10 (日)	日吉台クリニック (東金市) ☎0475(53)0510	岩崎医院 (山武市) ☎0479(86)2217
4/17 (日)	福島医院 (大網白里町) ☎0475(72)4401	松尾クリニック (山武市) ☎0479(86)6482
4/24 (日)	佐久間医院 (大網白里町) ☎0475(72)0638	高根医院 (芝山町) ☎0479(77)0017
4/29 (金)	斉藤クリニック (東金市) ☎0475(53)1110	吉田クリニック (山武市) ☎0475(82)0481

・夜間急病診療所(東金市) ☎0475(50)2511 20時～23時  
・休日救急歯科診療所(東金市) ☎0475(50)2512 休日のみ9時30分～16時  
※時間外の受診については消防本部 ☎0475(52)4137

## 料理

### 糖尿病 予防メニュー

糖尿病予防講習会の実習で調理された、トマトと豚肉を使ったピリ辛味の和え物です。豚肉はゆでることで脂が落ちますのでさっぱりと召し上がれます。疲労回復に役立つビタミンB1も豊富に含まれています。味付けを濃くしすぎないのがポイントです。

### ゆで豚とトマトの 中華風和え物

材料4人分

- 豚もも肉しゃぶしゃぶ用…280g
- トマト……………1個
- キュウリ……………1本
- キクラゲ(乾燥) 適宜
- しょうゆ……………大さじ2
- 砂糖……………小さじ2
- 酢……………大さじ3
- だし汁……………大さじ2
- しょうが……………1かけ
- 長ネギ……………1/3本
- ニンニク……………少々

### 作り方

- ①鍋にしょうが・長ネギの青い部分(分量外)を入れて湯を沸かし、豚肉を1枚ずつ広げて入れる。火が通ったら冷水に取り、水気を切って食べやすい大きさに切る。
- ②トマトはくし型に切り、キュウリは縦半分に切って斜めにスライスする。
- ③キクラゲは水で戻してさっとゆで、一口大に切る。
- ④Aをそれぞれみじん切りにし、赤唐辛子、Bと混ぜて①～③を和える

1人分 152キロカロリー 食生活改善協議会大網支部



## 安心生活

応援ニュース

誰もが住みよい環境を築くことができるように、次のことに注意しましょう。

●飼い主の「協力」を  
犬が散歩中にふんをした場合は、飼い主の責任できちんと始末しましょう。

●障害者用駐車スペースの  
適正利用に「協力」を  
公共施設や病院、スーパーマーケットなどの駐車場に設置されている障害者用駐車スペースは、障害者をはじめ、高齢や難病、けが等で歩行が困難な方や妊産婦などが優先的に利用できるものです。

安易な気持ちで必要のない人が車を止めているため、本当に必要な人が駐車できない深刻な問題が生じています。

障害者等の方々が、安全に安心して利用できるように「協力」をお願いします。