

# お年玉クイズの答え

92通の応募をいただき、正解者は92人でした。

また、広報に関する貴重なご意見・ご要望をいただき、ありがとうございました。

◇問題 市制施行にあわせてリニューアルした、市のキャラクターの名前は何でしょう。

- ① マリン
- ② チーバくん
- ③ あみちゃん

◇正解 ①マリン

※当選者は発送をもって代えさせていただきます

問秘書広報課広報統計班

☎(70)0307



▲昨年11月に行われた「町内小中学校音楽発表会」での演奏

# 地元の全面協力で迫力の演奏

## 瑞穂小学校



▲金坂市長に最優秀賞の受賞を報告する児童

瑞穂小学校金管部が、11月10日に松江市で開催された「第32回千葉県管楽器合奏フェスティバル」に出場し、見事、最優秀賞を獲得。これを受けて、2月10日に東京都渋谷区で行われる、「2013年全国小学校管楽器合奏フェスティバル東日本大会」に出場することが決まりました。

瑞穂小学校の地元、駒込地区では、演奏する曲「まつり」の雰囲気を感じ上げようと、実際に地元の祭り「駒込みこし」で使用する、みこしや法被を貸し出すなどして、全面的に協力。フェスティバルでは児童がそいの法被に身を包み、演奏しました。

さらに曲のクライマックスにみこしが登場すると、演奏の熱気は最高潮に。講評でも演奏だけでなく、迫力あるパフォーマンスが総合的に高く評価され、栄冠を勝ち取りました。

東日本大会の前に、金管部部長の加藤渚沙さん(6年)は、「全員一丸となつていい演奏ができるようがんばってきます」と意気込みを話してくれました。

# ボランティア精神高く評価

## 増穂中学校

市内3中学校の生徒会が中心となって、学校内の省エネを推進する「フイフティ・フイフティ活動」での取り組みがたたえられ、増穂中学校が「エネルギー教育賞」の優秀賞と、「ボランティア・スピリット賞」の関東第二プロック賞を受賞しました。

「エネルギー教育賞」は、活動を通じたエネルギー教育への取り組みがたたえられ、受賞。中学校の部では2位となる優秀賞に選ばれました。

また、12歳から18歳までのボランティア活動を支援する「ボランティア・スピリット賞」では、活動を通じた東日



▲受賞の喜びを語る上田さん

現在、2年目に入った「フイフティ・フイフティ活動」。増穂中学校では今年度、生徒の自主的な取り組みを促し、生徒会主体だった活動から、委員会ごとに、成果を上げるアイデアを出し合う活動へと転換してきました。

今後、省エネへの意識だけでなく、ボランティア精神を養う活動として継続していきます。

# 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
2/3 (日)	齊藤クリニック (東金市) ☎0475(53)1110	とよだ整形外科医院 (東金市) ☎0475(54)6200
2/10 (日)	岸本医院 (東金市) ☎0475(52)4885	高根病院 (芝山町) ☎0479(77)1133
2/11 (月)	橋本医院 (大網白里市) ☎0475(72)0134	東葉クリニック東新宿 (東金市) ☎0475(55)1501
2/17 (日)	古川クリニック (九十九里町) ☎0475(76)1588	まさごクリニック (横芝光町) ☎0479(80)0122
2/24 (日)	錦織メディカルクリニック (大網白里市) ☎0475(72)0214	古川医院 (山武市) ☎0475(82)2202

●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～12時  
 ※時間外の受診については消防本部 ☎0475(52)4137

# 料理

## 乳製品を使った茶碗蒸し

### カマンベール茶碗蒸し

1人分  
 118  
 キロカロリー

#### 材料 6人分

- 卵3個 ●カマンベールチーズ6切れ ●塩 小さじ1/4
- みりん 小さじ1 ●かつおだし汁400ml ※かつお節5g・水600ml
- ★あん ★三つ葉5本 ★かつおだし汁150ml
- ★しょうゆ 小さじ1 ★片栗粉 小さじ2 ★水 小さじ4

#### 作り方

- ① かつおだし汁をとる。鍋に水を入れて沸騰させ、かつお節を加えてひと煮たちしたら、火を止めてクッキングペーパーでこす。
- ② ボウルに卵を割りほぐし、塩、みりん、だし汁(400ml)を加えて混ぜる。
- ③ カマンベールチーズを器に1切れずつ入れ、②を入れる。
- ④ 鍋の高さの1/4くらいまで水を入れ、③を並べ、ふたをして強火で沸騰させ、弱火で3～4分加熱したら火を止め、10分蒸らす。
- ⑤ あんを作る。三つ葉は2cmくらいに切る。鍋にかつおだし汁(150ml)を入れて火にかけ、しょうゆ、水溶き片栗粉を加え、とろみが出たら三つ葉を入れて火を止める。
- ⑥ ④の茶碗蒸しに⑤のあんをかける。



チーズと茶碗蒸しの意外な組み合わせで、コクがあっておいしいです。チーズの苦みもぜひお試しください。  
 食生活改善協議会 大網支部

# 安心生活

誰もが住みよい生活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。

## インフルエンザが流行中

- ・インフルエンザが流行しています。
  - ・日ごろから正しい予防法と知識を身に付け、感染しないように次のことを心掛けましょう。
  - ・予防接種を受ける。
  - ・栄養と休養を十分にとる。
  - ・適度な温度・湿度を保つ。
  - ・人ごみを避ける。
  - ・マスクを着用する。
  - ・手洗いをする。
- なお、突然の高熱や頭痛・関節痛などインフルエンザのような症状が見られるときは、まずかかりつけの医療機関に電話をして、受診方法などを確認してから受診するようになしてください。