

# 自由な発想で 火災予防呼び掛ける

## 第32回防火ポスター展



▲鎗田愛美さんの作品

3月1日から7日まで実施される春の全国火災予防運動の一環として、山武郡市内各小学校の4年生から6年生を対象に開催された防火ポスター展で、次の方々が入賞しました(敬称略)。  
※入賞者の作品は3月10日までショッピングセンターアミリイ2階中央通路に展示しています

◇(紺)千葉県消防設備協会会長賞

鎗田 愛美 (大網東小5年)

◇最優秀賞

菊池 峻輔 (大網東小4年)

荻野 翔 (白里小4年)

佐々木 千乃 (増穂北小5年)

栗原 沙李夏 (増穂小6年)

◇優秀賞

蒲生千紗 (季美の森小4年)、手塚貴珠香 (瑞穂小4年)、鈴木彩恵(大網小4年)、中川朋香(大網東小4年)、川上瑠楠 (増穂小4年)、永沼由妃 (増穂北小4年)、内山祐太郎 (白里小4年)、藤井雄基 (季美の森小5年)、小高善輝 (瑞穂小5年)、小宮壮人 (大網小5年)、黒澤孝介 (大網東小5年)、山崎仁 (増穂小5年)、山本政 (増穂北小5年)、高山絵生 (白里小5年)、田内優乃 (季美の森小6年)、鹿志村実優 (瑞穂小6年)、齊藤玲奈 (大網小6年)、中田雄真 (大網東小6年)、金坂歩美 (増穂小6年)、塚本一平 (増穂北小6年)、菊本海香 (白里小6年)



▲たすきをつなぐランナー

- ▼本市参加選手 ※敬称略
- 内山瑠菜 (増穂中)
- 齋藤佑以加 (増穂中) 区間賞
- 閑歳 桃 (大網小) 区間賞
- 金坂翔平 (小西)
- 阿部優樹 (大網中)
- 新城くぬぎ (増穂北小)
- 吉井一駿 (成東高校) 区間賞
- 手塚宏達 (大網中)
- 杉森仁美 (大網小)
- 鐵本智大 (慶應義塾大学)
- 押田恭兵 (大網中)
- 鶴澤葉月 (増穂北小)
- 安藤直樹 (みずほ台)

大会が、2月11日、山武市蓮沼スポーツプラザをスタート・ゴールとして、行われました。各市町の精鋭たちが熱いレースを展開。沿道からの応援にも熱が入っていました。本市は前半コース・後半コースとも3位で、総合3位と健闘しました。

大会結果

優勝 山武市A

(1時間37分50秒)

準優勝 東金市

(1時間38分02秒)

第3位 大網白里市

(1時間38分54秒)

# 寒さ吹き飛ばす熱戦

## 山武郡市民駅伝競走大会

# 世界に広まれ「フィフティ・フィフティ活動」

大網中学校・増穂中学校・白里中学校

2月5日、市内3中学校の生徒会長が市長室を訪問。今年度のフィフティ・フィフティ活動を報告し、削減できた電気・水道の使用量に応じて、約98万円の報奨金を受け取りました。

この活動は、環境教育の一環として、市内3中学校が昨年からの取り組みで活動。節約した電気や水道の使用量に応じて、各校の生徒会費に還元されています。

各校、生徒会が中心となって、校内にポスターを掲示して全校生徒の意識を高め、晴れた日には窓側の照明を消したり、雨水を貯めて花の水やりをしたりと、いろいろな工夫を重ねて、省エネに取り組んできました。

金坂市長からは、「蛇口をひねれば水が出る。スイッチを押せば電気がつく。一人一人がこの当たり前ことに気付いた。この取り組みを後輩たちに伝え、そして家庭、地域、市全体に広がれば素晴らしい」と生徒たちの取り組みをたたえました。



### 料理

食卓が華やかに

## お絵かき生春巻きサラダ

1人分

165  
キロカロリー



材料 6人分

- スライスチーズ6枚 ●ロースハム6枚 ●レタス120g
- 粗挽き黒こしょう 少量 ●生春巻きの皮6枚 【A ●プレーンヨーグルト 大さじ2 ●マヨネーズ 大さじ2 ●トマトケチャップ 大さじ1.5】

作り方

- ①スライスチーズ、ロースハムをクッキーの抜き型で型抜きする。
- ②生春巻きの皮を水で戻し、中央に型抜きしたチーズ・ハムをのせる。
- ③②に適当な大きさに切ったレタスをのせ、スライスチーズとハムの残った部分を芯にして巻いていく。
- ④Aの材料を混ぜ合わせる。
- ⑤お皿に盛り付け、④のソースを添える。

低カロリーで塩分控えめのお料理です。エビの代わりに鶏肉・カニ・ハムなどでも、また、レタスの代わりにモヤシやセロリ、ニンジンなどでもおいしいいただけます。色どりを楽しみながら、親子で楽しく作ってみてください。

食生活改善協議会 増穂支部

## 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
3/3 (日)	今井医院 (東金市) ☎0475(52)0276	松尾クリニック (山武市) ☎0479(86)6482 おおみ泌尿器科 (大網白里市) ☎0475(70)1333
3/10 (日)	日吉台クリニック (東金市) ☎0475(53)0510	鈴木医院 (山武市) ☎0475(89)1002 日向台クリニック (山武市) ☎0475(88)1491
3/17 (日)	岡崎医院 (東金市) ☎0475(52)3313	笹本医院 (横芝光町) ☎0479(82)5162 大平医院 (山武市) ☎0479(86)6012
3/20 (水)	福島医院 (大網白里市) ☎0475(72)4401	伊藤医院 (山武市) ☎0475(82)2508 東葉クリニック 大網脳神経外科 (大網白里市) ☎0475(73)7011
3/24 (日)	秋葉医院 (東金市) ☎0475(52)2039	原田医院 (芝山町) ☎0479(77)0056 大平医院 (山武市) ☎0479(86)6012
3/31 (日)	板倉内科医院 (大網白里市) ☎0475(72)6174	鈴木医院 (横芝光町) ☎0479(82)0126 山崎医院 (横芝光町) ☎0479(82)0561

●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

## 安心生活

### 応援メッセージ

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。

### ●乗合バスの利用を

市内には、住民の方々の生活路線として、乗合バス(路線バス)が運行されています。

しかし、自家用車の普及などの影響で、乗合バスの利用者は減少する傾向にあり、国等の補助を受けて運行を維持している路線があります。

マイカーから乗合バスへの交通移動手段のシフトは、地球温暖化防止・省エネルギーなどの環境問題の改善に貢献するとともに、朝夕の交通渋滞の解消にもつながります。

できるだけ多く乗合バスの利用をお願いします。