

### チームの絆を一本のたすきに チーム新記録を達成 山武郡市民駅伝競走大会



▲たすきをつなぐランナー

第45回山武郡市民駅伝競走大会が、2月11日、山武市蓮沼スポーツプラザを発着点として行われました。各市町の代表選手たちは、沿道からの声援に後押しされ、自分の力を精一杯発揮し、たすきをつないできました。

本市は、チーム新記録を達成し、前半1位、後半2位、総合でも2位と健闘しました。



▲前半コースを1位でゴール

#### ◇大会結果

優勝 = 東金市  
(1時間38分05秒)  
準優勝 = 大網白里市  
(1時間38分15秒) チーム新記録  
第3位 = 横芝光町  
(1時間41分03秒)  
▶本市参加選手 ※敬称略  
閑歳 桃 (大網中)  
緒方りせる (大網中)

入澤 幸菜 (瑞穂小)  
澤田 和 (成東高) 区間賞  
佐藤 淳郎 (大網中)  
山倉 陸 (増穂北小) 区間賞  
五十嵐芳徳 (富田)  
鶴澤 葉月 (増穂中)  
永沼 由妃 (増穂北小) 区間賞  
園 海人 (成東高)  
小林 悠也 (大網中)  
椎木 幹太 (大網小)  
安蒜 直樹 (みずほ台)

## 史上最年少・県内初 2015ミス インターナショナル 日本代表

中川 愛理沙さん



写真提供: [国際文化協会]

▶優勝の喜びを報告する中川さん



昨年11月に東京都内で開催された「2015ミス・インターナショナル日本代表選出大会」で、グランプリに輝いた中川愛理沙さんが、1月23日、市役所を訪れ、金坂市長に優勝の喜びを報告してくれました。

中川さんは本市在住で、和洋女子大学で和裁を学ぶ18歳。日本代表選出大会では、予選を勝ち抜いてきた31人の中から、最年少かつ千葉県内初となるグランプリに輝きました。

名前を呼ばれたときは、「まさか私が選ばれるとは思わなかった。一瞬、頭が真っ白になった」と優勝の瞬間を振り返りました。

また、「特技は2歳のころから習っているバレエで、お肉が大好き。中学生のころ、愛犬と白里海岸で遊んだことが思い出」など、プライベートな一面も披露してくれました。

今後は、国連児童基金(ユニセフ)のチャリティーイベントや環境保全を目的とした植樹活動(グリーンキャンペーン)などの社会貢献事業に参加しながら、今年11月に国内で開催される世界大会へ出場する予定で、「皆さんの期待を裏切らないよう一生懸命がんばりたい。日本の和の文化を世界中に発信したい」と意気込みを語ってくれました。

▶記念品を贈呈



### 料理

#### ヘルシーなおかず

### 鶏肉の酒蒸し 梅醤油かけ

1人分  
159  
キロカロリー



#### 材料 2人分

- 鶏むね肉 140g ●キャベツ 80g
- 塩 少々 ●ワカメ 20g
- 酒 小さじ2 ●ミニトマト 2個
- 梅干し 1個 ●みりん 小さじ1 ●蒸し汁 小さじ2

#### 作り方

- 1 鶏肉にAをふり、蒸し器で8~10分蒸す。
- 2 キャベツはゆでて短冊に切る。ワカメは熱湯でさっとゆでて食べやすい大きさに切る。ミニトマトは半分に分ける。
- 3 梅干しは種を除いて裏ごしするか、細かくたたき、みりん、①の蒸し汁を入れてのばす。
- 4 ①をそぎ切りにして器に盛り、②を添え、③をかける。

鶏むね肉を使い、食欲の落ちた時でも食べやすい甘辛い梅風味の、ぱさぱさがちなむね肉も、柔らかくいただけます。

食生活改善協議会 山辺支部

◇ヘルシー講座に参加しませんか? (講座修了者は食生活改善協議会への入会資格が得られます)詳細は、8面をご覧ください。

### 休日当番医

診療時間は9時~17時までですが、12時~13時はお昼休みになります。(緊急の場合はこの限りではありません)都合により当番医が変更になる場合もあります。

また、専門以外の時は診療できない場合もあります。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   |
|----------|---------------------------------|---|
| 3/1 (日)  | 古川クリニック (九十九里町) ☎0475(76)1588   | 岩崎医院 (山武市) ☎0479(86)2217<br>陸岡クリニック (山武市) ☎0475(80)8001           |
| 3/8 (日)  | 佐藤医院 (東金市) ☎0475(58)2056        | よしみ医院 (山武市) ☎0475(82)8676<br>高根病院 (芝山町) ☎0479(77)1133             |
| 3/15 (日) | うじはらクリニック (大網白里市) ☎0475(73)3320 | 芝山みどりの森クリニック (芝山町) ☎0479(74)8123<br>座間泌尿器科医院 (東金市) ☎0475(52)2266  |
| 3/21 (土) | 秋葉医院 (東金市) ☎0475(52)2039        | 鈴木医院 (山武市) ☎0475(89)1002<br>東葉クリニック 大網脳神経外科 (大網白里市) ☎0475(73)7011 |
| 3/22 (日) | ふるがき糖尿病内科医院 (東金市) ☎0475(52)7022 | 原田医院 (芝山町) ☎0479(77)0056<br>日向台クリニック (山武市) ☎0475(88)1491          |
| 3/29 (日) | 佐久間医院 (大網白里市) ☎0475(72)0638     | 明海クリニック (山武市) ☎0475(80)5355<br>季美の森整形外科 (大網白里市) ☎0475(70)8951     |

●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

※時間外の受診については消防本部 ☎0475(55)0119

### 安心生活 野焼きをしません

適切な焼却設備を用いずにごみを燃やすことは「野焼き」と呼ばれ、法律で禁止されています。ドラム缶を用いて焼却したり、地面に穴を掘って焼却することも野焼きにあたり、徴収・罰金等の処罰の対象となります。

芝焼き、お焚き上げ、軽微な焚き火、農林漁業等の運営上やむを得ない場合など、例外的に野焼きが認められる場合であっても、発生する煙、灰、臭い等が他人の迷惑にならないようにしなければなりません。

野焼きを原因とした火災や苦情が多く発生しています。良好な生活環境を維持するために、廃棄物は適切に処理し、野焼きは行わないようにしましょう。

間地域づくり課環境対策班 ☎(70)0386