

きれいな海岸で、夏を気持ちよく！ ～各種団体が海岸清掃を実施～



白里海岸ボランティア清掃など

6月24日、市災害対策協会・市観光協会により、安全・安心な白里海水浴場の開設に向けて、ボランティアによる清掃などが実施されました。
当日は106人が参加。砂浜のごみ拾いをはじめ、周辺の草刈り、重機を使った砂浜の整地が実施されました。



ふれあいさわやか運動

7月4日、市子ども会育成連絡協議会・市社会福祉協議会白里支部・市社会を明るくする運動実施委員会による「ふれあいさわやか運動」が実施されました。
当日は、幅広い年代の方、135人が参加し、白里海岸の清掃を行いました。
清掃活動の後には、ミニゲームとして宝探しも行われ、参加した子どもたちからは「海をきれいにすることができて、とてもうれしかった」「みんなでがんばった後のミニゲームも楽しくて、良い思い出になった」との声がありました。



青少年相談員連絡協議会主催 潮干狩り大会を開催しました

6月20日、木更津市江川海岸で、潮干狩り大会が開催されました。当日はあいにくの空模様となりましたが、47人が参加し、相談員が見守る中、子どもたちは元気いっぱい潮干狩りを楽しみました。

会場では、「ここにたくさんあるよ！」「カニを見つけた！」と、あちらこちらで歓声が上がり、子どもたちの笑顔があふれていました。

参加者からは、「家族で楽しく過ごすことができてうれしかった」、「学校のお友だちにもおすすめしたい」といった感想が寄せられました。

青少年相談員は、スポーツやレクリエーション活動などを通じて、青少年の健全育成に寄与するさまざまな活動を行っています。



▲銀のハマグリを探し当てた 岩崎茉鈴さん・英斗さん

白里海水浴場へ遊びに行こう♪

開設期間=8月23日(日)まで 遊泳時間=8時30分～16時

～みんなで守ろう！海水浴のルール～

体調が優れないときは控える



監視員の指示に従う



ごみは持ち帰る



子どもから目を離さない



飲酒時や区域外で遊泳はしない



禁煙にご協力を



遊泳の可否について

海は天候や風の状況によって変化します。遊泳の可否は海水浴場内の旗の色でお知らせします。



問 商工観光課振興班 ☎(70)0356

第47回山武消防ポンプ操法大会

6月7日、県立蓮沼海浜公園駐車場で、山武郡市6市町の消防団が消防ポンプ操法の技術を競う山武消防ポンプ操法大会が開催されました。

本市を代表して、ポンプ車操法の部に出場した第2分団第2班（駒込、東駒込、経田、みやこ野、みずほ台1丁目）の団員たちは、この日のために訓練に励み、技術の向上に努めてきました。

当日は、これまでの訓練で培った高度な技術、息の合ったチームワークにより迅速果敢な演技を披露し、努力賞と健闘しました。

◆本市出場班 ※敬称略。

〈第2分団第2班〉

指揮者＝伊藤 通章
1 番員＝鬼島 幸男
2 番員＝佐久間 啓輔
3 番員＝内山 貴文
4 番員＝村本 修
補助員＝片岡 直樹



おすすめ料理

●この1皿で、栄養満点●

野菜たっぷりビビンバ

1人分548キロカロリー・食塩相当量2.2g

包丁をなるべく使わず、野菜がたっぷりとれるレシピです。夏休みのお昼ごはんはいかがですか？

- 材料（4人分）
- ニンジン……………1本
 - 小松菜……………2 / 3束
 - 合いびき肉……………200g
 - モヤシ……………2 / 3袋
 - A 焼肉のたれ……………大さじ4
 - 鶏ガラスープの素……………少々
 - 塩・こしょう……………少々
 - ごま油……………大さじ2
 - ごはん……………1人150g
 - 温泉卵……………1人1個
 - 白いりごま……………適量
 - コチュジャン……………お好みで

●作り方

- ①ニンジンは細切りに、小松菜は4cm長さに切る。
- ②フライパンにごま油をひいて中火で熱し、合いびき肉、ニンジン、小松菜の茎を炒める。火が通ったら小松菜の葉とモヤシを加えてさっと炒め、Aを加えて煮からめる。
- ③器にご飯を盛って②をのせ、温泉卵、白いりごまをのせる。お好みでコチュジャンを添える。



▲食生活改善会のおすすめレシピ

食生活改善会