1100番地

らなる活躍が楽しみです

くドッジボー

941

**4**人分

ています」と話されました。 技で活躍してくれることを願

団結力も身に付 子ども達の

E-mail info@city.ogi.lg.jp

URL http://www.city.ogi.lg.jp



今回から5日号で小城のいろんな話題を突撃レポートする

# 「おぎレポ」がスタートします。ご期待ください!

र्वू

現在19人の部員で頑張ってい

ブラックドラゴン」に改名し、

平成15年に現在の「三日月

カーズ」というチーム名でした

最初は「三日月必勝アタッ



る馬場先生は

「走る、

投げるな

設立当初から指導をされてい



▲低い姿勢で一列になり、相手 からの攻撃にそなえる!!

### 部員募集

学年・男女問わず、随時募集中です。 - 度見学に来てください。

【練習場所】三日月小学校体育館

土:9時30分~12時

学校に勤務していた馬場智宏先

ドッジボー

ムがあり

日月小学校には小城市内唯

(対象:三日月小学校の生徒) 【練習時間】火・木:17時~20時

ジボール選手権佐賀県大会で3 の春に行われた全国小学生ドッ しました。 九州大会へ7回目の出場を果た 毎週3回の練習に励み、 宮崎県で行われた

高血圧予防教室に行って きました。

もたちを集めて結成しました。

ドッジボール好きの子ど

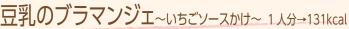
プロフィール:食べることと運動がだーい 好き。家族みんなで食べるごはんはおいし いな。小城の恵みで育つ元気っ子だよ!

# 「あーも!ファミリー」の おすすめ

チームプレーに必要な、友達を どの基礎体力をつけるとともに

にしています。また、中学校、 信頼する心を育てることを目標

局校へ進学してもいろいろな競





≪豆乳のブラマンジェ≫ あーも!くん

■粉ゼラチンをりんごジュースに混ぜ、ラップをして電子レンジで約20秒間か ける。

2木綿豆腐をキッチンペーパーに包み電子レンジで1~2分加熱し、水気を切って おく。フードプロセッサーに豆腐、豆乳、メープルシロップを入れなめらかにな るまでかき混ぜ、1をいれさらによく混ぜる。

■アーモンドエッセンスを加えてゆっくり混ぜ、水でぬらした型に流し入れ冷蔵庫 で冷やし固める。

### **《いちごソース》**

いちごはへたを取り、フォークでつぶし、メープルシロップとレモン汁を加え てよく混ぜ、ブラマンジェにかける。

■ 豆乳 · · · · · · · · · 200cc 材 料 ■ 木綿豆腐 · · · · · · · · 100g

■メープルシロップ・・・・大さじ4 ■ 粉ゼラチン・・・・小さじ2・1/2 ■ りんごジュース・・・・・大さじ4 ■ アーモンドエッセンス・・・・少々

■いちごソース いちご · · · · · · · · 100g メープルシロップ・・・大さじ2 レモン汁 ・・・・・小さじ1

## ワンポイントアド バイス

2では、豆腐は手でくずしてから、豆乳は 少量ずつ入れていくほうがなめらかに仕上 がります。

【問合せ】健康増進課 ☎73-8822