

小城のいろんな話題を突撃レポート!

生涯スポーツ優良団体表彰受賞! “牛津少年野球クラブ”

募集
おぎしポ
出演者大募集!!
白藤他産は問いません。
【問合せ】総務課
☎37-6113

Reporigi
VOL.20

おぎしポ



牛津少年野球クラブが文部科学大臣から「平成25年度生涯スポーツ優良団体」として表彰され、10月21日(月)に市長を表彰訪問されました。

今年で結成40周年を迎え、6年生の野田龍彦(のりひこ)キャプテンを中心に、日々の練習で鍛え上げたチームワークと忍耐力で優秀な成績を収められています。

部員は2、6年生の16人と少人数のため、チームワークの向上を最優先に考え、練習に取り組まれています。週3回の練習と土日の試合で汗を流し、部員・保護者が常に顔を合わせて人間関係や礼儀を学んでいます。

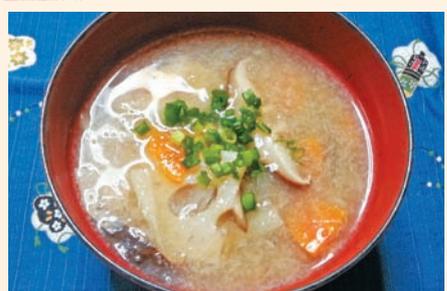
その努力が実り、最近はおおぎ観桜大会第40回県下少年軟式野球大会で準優勝されました。子どもたちは、「野球を始め

て良い友達ができ、礼儀を学ぶことができたり」「チームプレーが上手になって勝った時が一番嬉しい」と元気に話します。

市長が「これからも勉学に励み、身体と精神を鍛え、たくましい若者になってください」と話すと、大きな声で「はいー」とまぶしい笑顔を見せてくれました。

「あーも!ファミリー」の **おすすめレシピ**

おろしれんこん汁 1人分 → 40kcal



材料 (4人分)

ごぼう	40g	コンソメ	8g
にんじん	40g	水+椎茸もどし汁	600ml
れんこん	20g	れんこん	100g
干し椎茸	4g	(すりおろし用)	
		小ねぎ	8g

作り方

- 1 ごぼうはささがきして水にさらし、れんこん(20g) とにんじんは薄めのいちょう切りにしておく。干し椎茸はもどして、せん切りにし、れんこんは水につけてアク抜きしておく。
- 2 鍋に分量の水(椎茸もどし汁含む)、椎茸、ごぼう、にんじん、れんこんを入れて煮る。コンソメを入れ、材料がやわらかくなるまで煮る。
- 3 沸騰したら、れんこん(100g)をすりおろしながら加え混ぜる。
- 4 椀に盛り、小口切りにした小ねぎを散らして完成!

出張ヘルシー教室に行ってきました!

あーも!ママ
いつも笑顔のママ。料理が得意で頭の中はおいしいものでいっぱい。なんでもすぐつくれちゃう料理の達人。

ワンポイントアドバイス
すりおろしれんこんを入れることで食べやすい汁物に! 具材はいろいろな野菜を加えてみましょう!