

全国大会出場者へ激励費授与

スポーツ振興の一環として、全国大会に出場される個人・団体に激励費が授与されました。

○第20回災害復興支援 ヤングリーグ選手権大会

開催期間：7月27日～29日

開催地：兵庫県

久賀中学校

吉村聖偉くん

福田将希くん

福田良太くん



▲ヤングリーグ選手権大会へ出場したみなさん（授与式：7月18日）

○平成24年度全国高等学校総合体育大会アーチェリー競技

開催期間：8月3日～6日

開催地：新潟県

男子団体

周防大島高等学校

三浦貴之さん

井上優介さん

桑江良樹さん

田村光敏さん

女子個人

周防大島高等学校

河合美代子さん



▲全国高等学校総合体育大会へ出場したみなさん（授与式：7月24日）

町職員の人事異動（ ）内は旧所属

【退職】平成24年7月4日付 赤瀬満恵（教育委員会 給食調理員）

健康増進計画（後期計画）を推進しています！ ～ちょびっとの塩分でおいしく食べて元気に～

ちょびしお 夏レシピ

なすのはさみ揚げ



| 材料 | 4人分 |
|------|---------|
| なす | 中4本 |
| ベーコン | 2枚 |
| じゃこ天 | 2枚 |
| 片栗粉 | 適宜 |
| 天ぷら粉 | 50g |
| 水 | 6.5cc程度 |
| 揚げ油 | 適宜 |

〈作り方〉

1. なすは、皮に格子状に切り込みを入れ縦半分に2つに切り、さらに縦に厚さの半分に切り込みを入れて、切り口に片栗粉をまぶす。
2. ベーコンとじゃこ天は、なすより少し短かく切る。
3. ①のなすに、②のベーコン、じゃこ天を別々にはさむ。
4. 天ぷら粉を適量の水で溶き、③に衣をつけ170～180度の油でカラリと揚げる。

エネルギー 218kcal たんぱく質 5.9g 脂質 12.6g
食物繊維 2.5g 食塩相当量 0.6g

ピクロス大島店、中央フード大島店、丸久大島小松店、山口県漁業協同組合東和支店にご協力いただき、ちょびしおレシピを置いています。配布用のレシピがありますのでご利用ください。

また、その他の所でレシピを置いていただけのお店等ありましたらご連絡ください。

◆問い合わせ 健康増進課 健康づくり班 ☎0820(77)5504

周防大島町は、塩分摂取量が多いことや高血圧などの循環器疾患に罹る人が多いことから、塩分の摂取を減らす取り組みをしています。これから季節ごとにはからだにやさしいちょびっとの塩分おいしい料理を紹介いたします。

今回の献立は「なすのはさみ揚げ」です。ソースや醤油などをかけなくても、ベーコンやじゃこ天の塩味でおいしくいただけます。ぜひ作ってみてくださいね。