

町立小中学校運動会の日程について

学校名	実施予定日	雨天の場合	開始予定時刻
明新小学校	9月15日	9月16日	9:00
森野小学校	9月29日	①9月30日 ②10月1日	9:00
城山小学校	9月21日	①9月22日 ②9月23日	9:00
浮島小学校	9月28日	9月29日	9:00
安下庄小学校	9月22日	9月23日	9:00
久賀中学校	9月8日	同日講堂にて実施	9:30
大島中学校	9月8日	9月9日	8:45
東和中学校	9月8日	同日町総合体育館にて実施	9:00
安下庄中学校	9月7日	9月8日	9:00

※久賀小・三蒲小・沖浦小・油田小・島中小は5月に開催しました。

フィリピンセブ島への語学留学

7月29日、町が英語の語学力向上の一環として行う、フィリピンセブ島への語学留学の結団式が大島庁舎で行われました。

5回目となる今回は、町内在住の高校生を対象に募集し、徳山高校1年生の藤村真里さん、松本響輝さん、柳井高校3年生の今尾雪乃さん、大島商船高専2年生の岡原愛留さん、同校3年生の湧川雄太さん、森彰太さんが参加することになりました。

6人は、和木町と阿武町から参加する7人と共に8月4日～17日までの2週間、周防大島町と協定を結ぶ山口大学の協力を得て、セブ島の語学学校で、マンツーマン指導により英語を学びます。



▲結団式において認定証が授与されました。
(前列右から、松本さん、椎木町長、藤村さん、後列右から、今尾さん、岡原さん、湧川さん、森さん)

ちょび塩夏レシピ♪

今回は5月号に続いて町内学校給食センターの栄養士さんにご協力をいただき、学校給食で提供されているメニューを紹介します。干しいたけのうま味やしょうがの風味が効いてちょび塩でもおいしく、また野菜やきのこ、豆腐が入ってヘルシーな一品です。ご家庭でもぜひ作ってみてください。

お豆腐どんぶり



【1人分の栄養素量】

エネルギー 408kcal、たんぱく質 15.5g、
脂質 9.2g、食物繊維 1.8g、食塩相当量 1.1g

健康増進課健康づくり班
☎ 0820 (73) 5504

〈材料〉(2人分)

鶏ひき肉	50g	干しいたけ戻し汁	100ml	
木綿豆腐	100g	A	砂糖	小さじ1/2
卵	1個		酒	小さじ1/2
たまねぎ	50g		しょうゆ	小さじ2
にんじん	40g		しょうが(おろし)	小さじ1/2
干しいたけ	2枚	ねぎ	5g	
油	小さじ1/2	ごはん	300g	

〈作り方〉

- 干しいたけを水で戻してせん切りにする。(戻し汁はとっておく)
たまねぎは薄切り、にんじんはせん切りにする。
- 木綿豆腐は1～2cm角に切る。ねぎは小口切りにする。
- フライパンに油をひいて熱し、鶏ひき肉と①の具材を炒める。油が全体に回ったら、しいたけの戻し汁を分量加えて煮る。
- 煮立ったら豆腐を加えてひと煮立ちさせ、Aの調味料を加えて混ぜる。溶き卵を回し入れて全体を混ぜて火を止める。
- 器にごはんを盛り、④をかけて最後にねぎを散らす。