



▼「練習は大変だけど弓道はとても楽しいです」4名の福島県選抜に選ばれた高原さん

▲来年は個人でも全国大会に出れるように頑張ります」400mメドレーリレーへ出場する本間くん



## 町の高校生の活躍

=全国・東北大会出場=

全国高校総合大会(水泳メドレーリレー)に出場する本間文司くん(日大東北高校1年)と、また、第39回東北総合大会(弓道)に出場する高原夏海さん(郡山高校3年)が、町長へ福島県代表として活躍してくると決意を語りました。

本間くんは、中学生の頃から今年で3年連続で全国大会へ出場しており、今回は1年生ながらの出場となりました。

また、高原さんは第57回全国高等学校弓道大会(インターハイ)の団体種目でベスト16の成績、全国高等学校選抜大会では個人で8位の成績を取っています。

鏡石町で育った高校生が東北、全国で活躍する姿が今後も楽しみです。

## 黙 禱をささげます

=戦没者黙禱式=

終戦の日の8月15日(水)正午に、鏡石第一小学校敷地内にある忠霊塔で平成24年鏡石町戦没者黙禱式が行われました。

当日は、町遺族会のみなさん約30名と町長、町議会議長、町議会議員ら30名が正午のサイレンに合わせて町戦没者194名へ黙禱をささげた後、焼香を行いました。

黙禱式にあたり、町遺族会会長の君島喜智男氏より、「戦後67年が経ち、国民のたゆまぬ努力によりわが国の平和と繁栄が築き上げられましたが、苦難に満ちた往時をしのぶとき、感慨は尽きません。御霊の安らかなご冥福をお祈りします。」と挨拶がありました。



▲忠霊塔を前に焼香を行う出席者

## 助 け合いの心

=サマーボランティア=

町社会福祉協議会ボランティアセンターは、夏休みに合わせサマーショートボランティアスクールを実施しました。この事業には、町内の小・中・高校生33人が参加して、鏡石ホームや保育所などでボランティア体験をしました。

参加者は今回の活動で助け合いの心などを学び、最後には「小さい子とふれあえて楽しかった」、「プレゼントをしたら喜んでくれた」などの感想を述べていました。

また、受け入れた施設の側でも、子ども達の頑張りに感謝していました。



▲心を込めたプレゼントの準備

## まちの話 話題フォトアルバム



▲決勝戦でボールを奪い合う子ども達

## 熱 い戦いが繰り広げられる

=子ども会球技大会=

7月29日(日)鏡石町子ども会対抗親善球技大会が開催されました。競技種目は、町鳥見山体育館においてフットサル(小学生男子)、鏡石中学校体育館においてバスケットボール(小学生女子)が行われ19チーム約150名が出場し、熱戦が繰り広げられていました。

この大会は、町子ども会育成会連絡協議会が主催するもので、毎年開催されていますが、昨年は震災の影響で開催されなかったため、参加者たちは2年ぶりの大会を楽しんでいました。

【大会結果】

フットサル

優勝 久来石チーム

準優勝 成田Aチーム

バスケットボール

優勝 三区Bチーム

準優勝 成田Aチーム

## 後 輩たちへの寄付

=昭和62年卒鏡石中学校同窓会からの寄付=

8月24日(金)、昭和62年卒鏡石中学校同窓会より、町へ約19万円が寄付されました。

この寄付は、地元を中心に全国に散らばった同窓生の協力を得ながら、東日本大震災の影響で甚大な被害を受けた鏡石一小を含む町への寄付を募ったものです。

寄付に訪れたのは、同窓会の代表5名で、遠藤町長へ寄付金を手渡しました。



▲寄付に訪れた昭和62年卒鏡石中学校同窓会



▼駅前に太鼓のリズムが響き渡る

▲遠くまで飛ばして商品ゲットだ!

## 夏 に負けるな!

=ふるさと夏祭り=

8月5日(日)、鏡石駅前駐車場で「2012かがみいしふるさと祭り」が行われました。祭りでは、スリッパ飛ばし大会やサッカーボウリング大会など子どもも大人も楽しめるイベントがたくさんおこなわれ、駅前は大変盛り上がりしていました。

また、夕方からは、鏡石駅前盆踊り保存会による盆踊りが行われ、お年寄りから子どもまで夏の夜を躍り明かしました。

## 今月の健康メニュー

### 「せんべい風焼きご飯」



#### 残りご飯のアレンジ

9月は健康増進普及月間です。厚生労働省では「1に運動 2に食事 しっかりと禁煙 最後にクスリ」を統一標語に、健康寿命の延伸を図っています。日本では平均寿命が伸ばした一方で、がん・心臓病・脳卒中などの生活習慣病が増加しています。

最近では子どもにも生活習慣病が見られるようになりました。幼児期からの朝食欠食、塩分・糖分の摂りすぎなど、食習慣の改善も大切です。今月は、前日の残りご飯で簡単にできるレシピを紹介します。忙しい朝でも簡単にできる食事で元気な1日を過ごしましょう。

- のり大1枚
- しょうゆ適量
- 油大さじ3



#### 《作り方》

- ① ごはんをビニール袋に入れて、粒が分からなくなるくらいまでよく揉みます。
- ② 一口大の大きさに分け、平たくつぶします。
- ③ フライパンに油を熱し、色よく両面を焼きます。
- ④ しょうゆをたらし入れ、片面にスライスチーズを乗せ、チーズが溶けたら皿に取り出します。
- ⑤ のりを巻いて出来上がり。

- 《材料》
- ごはん茶碗 4杯分
- スライスチーズ4枚
- 4人分