

手作りお菓子

ガルギールまんじゅう



材料(小さめ28個分)
 蒸しパンミックス粉…400g
 つぶあん……………500g
 ベーキングパウダー……………小さじ1杯
 ガルギール……………50g
 打ち粉……………適宜
 考案者は佐藤マサ子さん
 =衣川区西窪=

作り方

- ①ミックス粉とベーキングパウダーはふるいにかける。
- ②ガルギールは生のままミキサーにかける。
- ③①と②を混ぜて水を加え、耳たぶより軟らかめにこねる。
- ④打ち粉をふった台にこねた生地を載せる。丸めたあんこを生地で包み、蒸し器で5分程度蒸す。

作った人



衣川区食生活改善推進協議会の皆さん
 ガルギールはカルシウムが豊富に含まれ、お子さんにもお勧めです。

わが家のアイドル



水沢区台町
 (又聖さん・美智江さんの長女・二女)

千葉 芹香ちゃん(2歳)
 美波ちゃん(1歳)左



江刺区西大通り
 (克人さん・梢さんの長男)

高橋 蓮ちゃん(9カ月)

クラブ紹介

江刺第一中学校剣道部

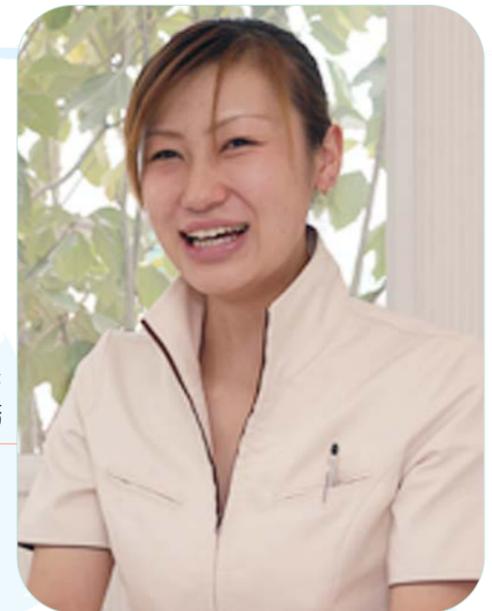


目標は大きく「全国制覇」

わたしたち剣道部は「全国制覇」を大きな目標に、毎日厳しい稽古に励んでいます。部員は男子18人、女子13人、計31人で、中学生になって始めて部員が多いですが、礼儀や技の向上を目指し、お互いに教え合って仲良く活動しています。コーチや顧問の先生に支えられて頑張ってきた結果、昨年は男子が初の県大会団体準優勝を達成できました。部員全員で勝ち取った準優勝だと思います。これから地区中総体や県大会などで男女ともに納得できる試合ができるよう頑張りたいと思います。ぜひ応援をお願いします。(文は川端一輝副部长)

人輝く

● 蛭名 桂さん(26)
 =水沢区上姉体= ちだ歯科(前沢区)勤務



「性格が男っぽいので、よく男性のようだねといわれます」と笑顔で話す蛭名さん。ファッションモデルのような167cmの長身が目を引きまします。

高校卒業後、専門学校で学び歯科衛生士の資格を取得。職場では主に、患者さんへの歯科予防処置や歯科保健指導などを担当しています。「きちんと仕事をこなします」と同僚からの信頼も厚いようです。年に1回児童向けの手描きイラストを持参して小学校へ出向き、歯科保健活動なども行っています。

蛭名さんが最近力を入れているのがHIPHOPダンス。前沢の青少年ホムで開催された講座の受講をきっかけに始めました。「目標はかっこよく踊ること」。現在は、同講座の受講生で結成した「Soul&B」というサークルで週に1度汗を流しています。「最近はやっと様になってきました」と笑顔を見せる蛭名さん。「どんな音楽にも合せて踊れるようになりたい」と意気込んでいました。夏に同ホムで開催される若者向けの交流会で、昨年に引き続き息の合ったダンスを披露して、会場を盛り上げてくれること請け合いです。

「休日に出掛けることが多い」という活動派。愛車で買い物に出掛けたり、同僚の子どもと遊んだりしているそうです。

「年齢も年齢なので」と苦笑いしながらも「幸せな家庭を築ければ」と、将来の夢を話す蛭名さんでした。

チビっ子 芸術家



はが たつ ひに 芳賀龍彦君
 (水沢小学校6年)

オリンピックで金メダルを取るのが夢!



きれいな花が咲いていたので、校舎をバックにしてかきました。花びらの様子が上手にかけたと思います。4月26日、27日に仙台に修学旅行に行ってきました。前から歴史が好きだったので伊達政宗に興味を持ったので、もっともっと歴史の勉強を頑張りたいです。

スポーツが好きで、特に水泳が大好きです。パタフライと平泳ぎが得意です。北島康介選手が好きなのですが、将来は、北島選手のようにオリンピックに出場して、金メダルを取るのがボクの夢です。