

小・中学生

# わたしの作品

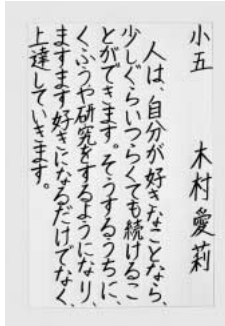


「わらう」

自分を描くのは不思議な気持ちだったけれど、楽しかったです。



くほ 久保 あかねさん  
(伊奈中2年 / 北本)



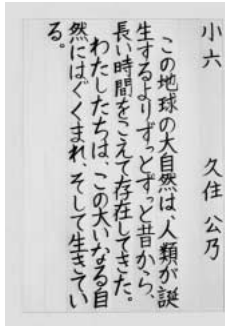
きむら あいり 木村 愛莉さん  
(小針小5年 / 大針)

「自分」

工夫したところは、背景の色を空のような青のグラデーションにしたところです。



せきね ゆか 関根 由佳さん  
(伊奈中2年 / 志久)



くすみ きみの 久住 公乃さん  
(小針小6年 / 大針)

## おすすめ

No.254

# クッキング

## ニース風サラダ



じゃがいもの皮をむき、一口大に切り、ゆでる。  
いんげんを塩ゆでにして食べやすい大きさに切る。  
じゃがいもといんげんをバジルソースであえて塩コショウで味を調える。  
卵はゆで卵にし、くし型に切る。トマトもくし型に切る。  
、ツナ、ブラックオリーブ、アンチョビの順に皿に盛る。  
まわりにトマトとゆで卵を並べ、塩をかける。

### バジルソース

バジル、パセリを葉だけにして水洗いする。

をさっと湯通しし、氷水に入れて冷やし水気を切る。  
ニンニクをみじん切りにし、 、オリーブ油、塩をミキサーに入れてペーストにする。(オリーブ油はミキサーが空回りしない程度の量にする。)

バジルソースの材料の分量はお好みで調整してください。

## 材 料 (6人分)

じゃがいも	600~800g	バジルソース
いんげん	200g位	バジル
ツナ缶	2缶	パセリ
トマト	2個	ニンニク
卵	3個	オリーブ油
バジルソース	適量	塩
アンチョビ	適量	バジルソースの分量は目安です
ブラックオリーブ	適量	



No.255



左から木村さん親子、山崎さん親子

毎日暑い日が続いていますが、みなさんはいかがお過ごしですか？

さて今回は、内宿駅東側にできた「わんぱく公園」で遊んでいた2組の親子に話を伺いました。

山崎敬子さん、倅汰くん(小針内宿)そして木村ひとみさん、尚太郎くん(小針内宿)親子です。

新しくできた公園はいかがですか？

「3月末に公園の建設工事は終わったものの、クローバーの養生期間のため立ち入り禁止になっていたもので、いつから使えるんだろうと、ずっと楽しみにしていたんです。

今までは、記念公園などに行っていたのですが、家の近くにできてよかったです。それと、このわんぱく公園には、ブランコやすべり台などの遊具が設置されていていいですね。子どもたちは、すべり台と砂場が大のお気に入りのようです。」

伊奈町に越してきて2~3年になるという山崎さん、木村さん。お二人に伊奈町の印象をたずねると、「伊奈町は広々としていて、子育てするにはよい環境だと思いますね。子どもたちには、のびのびと明るく、思いやりのある子に成長していったほしいなと思います」と話してくれました。

みなさんも、ぜひ一度わんぱく公園に足を運んでみてはいかがですか。

掲載希望の方は、掲載希望月の前月5日までに、持参または郵送で企画課秘書広報係まで。ただし、月により締切日が変わることもありますのでお問い合わせください。

明るくあいさつでコミュニケーションの輪を広げよう。伊奈町コミュニケーションづくり推進協議会

## 出かけませんか

伊奈映写クラブ 映画会

日時 8月16日(日)14時～  
場所 図書館集会所  
題名 「荒城の月 滝廉太郎物語」  
☎ 熊谷 ☎ 721-5247

## 一心館の夏祭り

日時 8月29日(土)18時～19時  
場所 一心館西側職員駐車場  
内容 露店、太鼓、盆踊りなど  
☎ 一心館 ☎ 720-7217

## 参加しませんか

べに花健歩会 東京の歴史散策(高輪・芝居隈)ウォーク

期日 9月5日(土) 小雨決行  
集合 JR 桶川駅前 6時50分  
JR 大宮駅 6番線ホーム 熊谷寄り 7時20分  
コース 浜松町駅～増上寺～東照宮～高輪大木戸～泉岳寺(約6～7km)  
参加費 500円(保険代等、

会員の方は不要)最寄り駅からの交通費は各自払い。  
持ち物 携帯電話、帽子、雨具、飲み物等  
☎・☎ 田中 ☎ 050-3340-3587(7時～17時)

## 町野球連盟主催 秋季町民野球大会



期日 9月6日(日)～毎週日曜  
場所 記念公園野球場  
対象 町内に在住・在勤・在学する16歳以上の方で構成されているチーム  
個人で参加希望の方は、既存チームを紹介します。  
☎・☎ 8月15日(土)までに湯浅 ☎ 722-5029へ  
詳細については、参加チームに直接連絡します。

## 町ソフトボール協会主催 秋季大会

期日 9月13日(日)～11月8日(日)  
場所 記念公園野球場  
対象 町内に在住・在勤・協会登録されているチーム  
個人で参加希望の方は、既存チームを紹介します。  
試合方法 トーナメント方式。

初参加チームは三部所属です。  
☎・☎ 8月1日(土)～9日(日)までに藤田 ☎ 721-2133へ

## 第10回卓球の集い

日時 9月27日(日)9時～17時  
場所 ふれあい活動センター(ゆめくる)  
参加資格 町内に在住・在勤者  
参加費 一般500円、小中高生300円、連盟会員300円(保険付)  
持ち物 昼食  
試合内容 (1部)混合ダブルス 当日抽選でペアを決定  
(2部)男女別シングルス  
☎・☎ 9月15日(火)までに濱中 ☎ 722-2918へ

## 民謡民舞団体連合会 第35回民謡民舞秋季発表会

日時 10月18日(日)9時～  
場所 総合センター大ホール  
参加資格 町内に在住・在勤・在学者  
募集人員 若干名  
持ち時間 民謡3分以内、舞踊5分以内 舞台出入りを含む  
参加費 1人3,000円  
組の場合は1人増しに付き1,000円増  
その他 伴奏者、舞踊テープ

をご持参ください。  
☎ 8月30日(日)までに、はがきに住所、氏名、電話番号を明記し、〒362-0807伊奈町寿2-39大塚怡子へ郵送  
☎ 大塚 ☎ 728-0718

## 募集します

### 歩行者誘導ボランティア

11月15日(日)に予定しているウォーキング大会の歩行者誘導、案内等のボランティアを募集します。  
説明会を8月22日(土)9時から柴中福祉センターで行います。  
同大会は、伊奈中央駅を終起点とした3コースの自由歩行(15km、8km、4km)です。  
☎ 飽津(あくつ) ☎ 721-0962

### フラダンス・マアラブアナニ

新しくできたフラダンスの会です。一緒に楽しく踊りませんか?  
日時 毎月第1～3金曜の18時30分～20時  
場所 県民活動総合センター 会費 あり  
☎ 佐藤 ☎ 699-0357

「脳は体のどこにあるの?」  
人間の脳は、頭がい骨という硬い骨で守られています。骨の外側は皮ふと毛で守られているんだよ。脳は硬めの「とうぶ」のようにやわらかいんだよ。大脳、脳幹、小脳に分かれています。おのの異なった働きをしているんだよ。

「脳は体のどこにあるの?」  
「こころ」は心臓にあると思っっている人もいるかもしれないけど、まちがいだよ。心臓は血液を体に送るポンプの役目をしている所で、「こころ」は体の脳の働きによって生まれるものなんだよ。

「次は、なぞかけのような話になりますが考えてみてください。しかられて悲しくなったり、ほめられてうれしくなったりするのは、「こころ」。そう感じるからだけ、では大切な「こころ」は体のどこにあるんだらう?」  
「こころ」は心臓にあると思っっている人もいるかもしれないけど、まちがいだよ。心臓は血液を体に送るポンプの役目をしている所で、「こころ」は体の脳の働きによって生まれるものなんだよ。

「健康一口メモ」  
「IT機器と脳の発達」  
「IT機器って何?」  
Information Technologyという英語の頭文字のITで情報技術と訳され、情報を利用するための機器を情報機器と言います。家庭のものは情報家電とも言い、テレビ、ラジオ、電話、携帯電話、CDプレーヤー、パソコン、コンピューター、ノートパソコン、コンピューターゲーム等日常生活でよく使っているものです。

「IT機器は脳の発達にどのように影響するの?」  
乳幼児期…日本では「三つ子の魂百まで」ということわざがありますが、脳が正常に発達する基となる時期だと言われています。親が、特に母親が良い自然環境の中で愛情いっぱい育児をすることが脳の健全な発育に必要なことです。

「IT機器は脳の発達にどのように影響するの?」  
小学校低学年…携帯電話使用については緊急時の機能のみ持たせたものとし、他のITは親の許可のもとで使うこと。メールを使わずお友達に直接話をして相手の「こころ」を見ることで心を豊かにしたり、テレビゲームでなく、実際スポーツをしたり、キャンプに出かけたり音楽を習ったりして、「こころ」を元気にすること。このことが脳を発達させる栄養になるんだよ。

「IT機器は脳の発達にどのように影響するの?」  
小学校低学年…携帯電話使用については緊急時の機能のみ持たせたものとし、他のITは親の許可のもとで使うこと。メールを使わずお友達に直接話をして相手の「こころ」を見ることで心を豊かにしたり、テレビゲームでなく、実際スポーツをしたり、キャンプに出かけたり音楽を習ったりして、「こころ」を元気にすること。このことが脳を発達させる栄養になるんだよ。

「IT機器は脳の発達にどのように影響するの?」  
小学校高学年…性格がほぼ完成しつつある時期でありIT機器使用は許可できますが、テレビゲーム等で誤った使用をするると大脳の機能低下を引き起こすいわゆる「ゲーム脳」となる危険性もあり、家庭で使用ルールを決めておくことが大切です。  
みんなIT機器を正しく使って、「こころ」脳も体も大きく立派に成長してください。  
(提供: 桶川北本伊奈地区医師会)