

小・中学生 わたしの作品



ゆぐち はるか
湯口 春香さん
(南中3年 / 栄北)



「森のパン屋さん」
不思議な森の奥深くにあるパン
屋さんを表現してみました。



「幼稚園」
将来幼稚園の先生になりたい
ので、この作品を作りました。



つるみ なぎさ
鶴見 渚さん
(南中3年 / 栄南)



たかす みさき
高須 美沙希さん
(小室小5年 / 北本)



ともなり さき
友成 沙季江さん
(小室小3年 / 北本)



映画会

出かけませんか

日時 ①7月18日(日)②8月8日(日)14時

場所 図書館集会室

題名 ①竹取物語②奥の細道

主催 伊奈映写クラブ

間 熊谷 721-5247

日時 8月1日(日)8日(日)9時17時(初日12時、最終日15時)

場所 県活展示コーナー

間 大野 722-3971

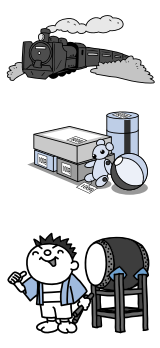
日時 7月3日(土)11日(日)9時17時(初日11時、最終日15時)

場所 県活展示コーナー

間 小島 721-5775

伊奈小室商店会

ふるさと祭り



日時 8月1日(日)15時21時(雨天中止)

つまみ絵展

体験できます。

日時 7月26日(月)31日(土)10時17時(初日12時、最終日16時)

場所 県活センター展示コーナー

間 平田 723-4290

**7月は「青少年の
非行問題に取り組む
特別強調月間」です**

仲間を募集します

ハローB・C
バスケットボール

女性のバスケットボールチームです。
日時 土曜17時19時

おすすめ No.198 クッキング

チンゲンツァイファン
青梗菜飯
(チンゲン菜入りご飯)



- ① 米は洗って分量の水に30分浸す。炊く直前に酒と塩を混ぜてあとは普通に炊き上げ蒸らす。
- ② チンゲン菜は1枚ずつはがして洗い、水気をふき取って、軸と葉に切り分け、真の太い部分は縦半分に切る。大きいものは5～6cmに切る。
- ③ ロースハムは放射状に8つ切りにする。
- ④ 中華鍋に油を熱し、ハム、チンゲン菜の軸、葉の順に入れて全体に油がまわるまで十分に炒め、酒と塩で調味する。
- ⑤ ①のご飯に④を入れ、全体を混ぜ合わせる。

一言メモ

ほかの青い葉の野菜でもいいです。

材 料 (5～6人分)

米	3 カップ
水	3 ⅓ カップ
酒	大さじ 1
塩	小さじ 1 弱
チンゲン菜	200g
ロースハム(薄切り)	80g
油	大さじ 2
酒	大さじ 1
塩	小さじ ⅓ 弱



↑大矢さん 後列左から4番目

みなさんはグラウンドゴルフという競技をご存知ですか？イメージ的にはゴルフとゲートボールを足して割ったようなスポーツといえはわかりやすいでしょうか。今回は南部大公園で練習に励んでいらした大矢義男さん(丸山)に代表してお話を伺いました。

「毎週火・木・金の週3回、この南部大公園で練習をしていますよ。厚生年金会の集まりでね、いつも20人くらいで楽しくやっているので。足腰が丈夫になるしね。」

「大会も数多くあるし、仲間と楽しく談笑しながらプレーができるのが魅力ですよ。団結力があるから道具を持って年2回から3回は旅行にもいくくらいですよ。」

「この競技は8ホール制になっていて、私たちだと40分くらいかけて回りますよ。ホールインワンを決めた時の気分は格別ですね。」とグラウンドゴルフの魅力を話してくれました。

また、写真を撮るときも我慢のスティックを見せていたなど、競技だけでなく、道具にも愛情を注ぐみなさんの姿が印象的でした。

この気軽にできるグラウンドゴルフ、興味のある方はぜひ南部大公園に足を運んでみてくださいとのことでした。大会でも好成績を残せるようがんばってくださいね。



No.198



伊奈ダンスサークル



社交ダンスを習ってみませんか。初心者、経験のある方も歓迎です。

日時 日曜19時～21時



剣舞

年齢、性別問いません。1か月間無料講習いたします。思っ存分体を動かしませんか。

日時 日曜9時～12時

場所 武道館(伊奈中)

問 澤登 723-0191

場所 上尾平方北小学校体育館

会費 月1,000円

問 狩野 728-1248



NPO法人伊奈総合型地域スポーツクラブ

ボランティア精神の持ち主で、情熱ある指導者を探しています。

日程 毎月定期実施

場所 伊奈町立小学校施設

問 坂口 090-2325-8821



NPO法人さわやか福祉ネット たすけあい伊奈

有償ボランティアです。通院・外出・児童クラブへのお迎えなど家族の代わりにお手伝いします。お電話ください。

事務所 本区区民会館前

問 721-9948 (平日10時～15時)

場所 武道館(伊奈中)

会費 負担あり

問 林田 721-2224