

輝くすかがわ人

活躍している「すかがわ人」を紹介するコーナー

File.5

第二中出身で、アメリカ「ペンシルバニアバレエ団」に所属し、アメリカを拠点にダンサーとして活躍中の草野水音さんを紹介いたします。



夏の休暇で帰省し、tetteで模範演技を披露

感動と笑顔を与えられるダンサーに

アメリカ「ペンシルバニアバレエ団」
草野水音さん

第二中出身

Q1 バレエを始めたきっかけは？

小さい頃は、ぽっちゃりしていて足首が太かったので、母がバレエをやれば足首が細くなると思い、体験レッスンに行ったのがきっかけです。当時何でも姉のまねをしていた私は、姉と一緒にバレエを始めました。

Q2 現在の活動状況と日頃の練習内容は？

年間6つの舞台公演とアメリカの学校や美術館でのアウトリーチをしています。朝2時間のウォームアップ後、舞台に向けての振り写しやリハーサルを行っています。

Q3 今後の目標は？

見た人に感動と笑顔を与えられるダンサーになりたいです。ずっと応援してくれる家族や須賀川の皆さんに活躍する姿を見てもらうのが今の目標です。



水音さんは、子どもたちの憧れです



保育の仕事を 元気に楽しく体験

— サマーショートボランティア —

7月25日から8月16日まで市内の福祉・児童施設などで、市内の高校生などを対象にサマーショートボランティアが行われました。

8月7日の第三保育所では、参加した生徒たちが先生の指導を受け、プールの準備や保育補助など園児と元気に楽しく交流し、福祉ボランティアに理解を深めました。



すぐに仲良くなりました

食改さんのおすすめ レシピ

File.5

主菜

あじを鶏ささみにしても、おいしくできます。

あじの梅肉揚げ

梅干しと青じそで
さっぱりと！

主な材料(2人分)

あじ	2尾(140g)	かたくり粉	適量
梅干し	2個(20g)	油	適量
青じそ	12枚		

- ①あじは3枚におろして、1枚を3等分にそぎ切りにする。
- ②梅干しは種を取り、包丁でたたいてペースト状にする。
- ③あじに梅干しをぬって青じそでくるみ、かたくり粉を薄くまぶす。
- ④フライパンに油を熱し、③を入れカリッと揚げる。



渡邊光子さん

遠藤桂子さん

栄養のポイント！

青魚のあじに含まれる、不飽和脂肪酸のDHAやEPAは、動脈硬化の予防に効果があると言われています。

減塩はあなたの健康守ります！

1人分の栄養素量 エネルギー 140kcal たんぱく質10.1g
脂質5.3g 炭水化物12.3g カルシウム51mg 食塩相当量1.0g



「ゴモラに襲われる～」

大迫力のゴモラ登場

— ウルトラとくさつワールド —

8月8日から25日まで、tetteで「ウルトラとくさつワールド」が行われました。

会場には、高さ6.6メートルの「怪獣ゴモラ」や戦闘機「ジェットビートル」が登場し、家族連れなどが写真撮影を楽しみました。

期間中は毎日ウルトラヒーローが登場し、子どもたちは、目をキラキラ輝かせながら憧れのヒーローと握手を交わしていました。



会場は、浴衣姿の市民などで盛り上がりました

ふるさとのお盆を満喫

— 市民よさこい・盆踊り大会 —

8月15日午後6時から、tette前の松明通りを会場に、市民よさこい・盆踊り大会が行われました。

よさこいでは、各団体が暑さに負けない息の合った迫力の演技を披露しました。盆踊りでは、大人も子どもも、合同民謡会の皆さんによるテンポの良いおはやしと太鼓のリズムに合わせて楽しく踊りました。