



頭脳戦でもある囲碁ボールは狙いを定めて…

健康長寿を目指して

— ニュースポーツ交流大会 —

2月26日、市老人クラブ連合会主催の「須賀川市高齢者ニュースポーツ交流大会」が中央体育館で行われ、会員など約150人が参加しました。

参加した皆さんは、カローリングや囲碁ボールなど5種目で競い合い、日頃の練習の成果を発揮し、歓談しながら楽しく熱戦を繰り広げていました。



献花台に花を手向け、犠牲者のめい福を祈る参列者

震災の記憶を次世代へ

— 大震災と藤沼湖の記憶をつなぐつどい —

3月8日、「大震災と藤沼湖の記憶をつなぐつどい実行委員会」主催の追悼式が長沼滝地区防災公園で行われ、遺族など約90人が参列し、犠牲者に黙とうをささげ献花しました。

被災の記憶を風化させないため、震災から10年となる令和3年3月には、滝地区防災公園内に慰霊碑が建立される予定です。

未来へはばたけ！

— 中学校卒業証書授与式 —

3月13日、市内中学校の全10校で卒業式が行われ、753人が卒業しました。

新型コロナウイルス感染拡大防止による休校の中、岩瀬中学校では、在校生や保護者などが見守り、卒業生の門出を祝いました。生徒たちは、級友や恩師との久しぶりの再会を喜び、貴重な時間を過ごしていました。



新たな旅立ちへ



一人一人に卒業証書が手渡されました

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

Q1 漫画家・イラストレーターになるきっかけは？

雑誌などの漫画の絵をまねて描いたり、学校の友達と漫画を描いて見せ合ったりして、とにかく小さい頃から絵を描くことが大好きでした。

Q2 漫画家・イラストレーターとしてのやりがいは？

地元出身の作家「水野仙子」に関するものを描き始めてから、須賀川女子高時代(現須賀川桐陽高校)の先輩や美術部との交流が再開し、展示会の会場作成など様々なことを助けてもらっています。「人とのつながりが増えたこと」にやりがいを感じます。

Q3 今後の目標は？

地元須賀川の二階堂家を題材にした漫画を完成させたいです。漫画はあくまでフィクションですが、地元の歴史ファンを増やせればいいなと思います。



須賀川出身の作家「水野仙子」さんが、かわいらしいイラストに変身(昨年tetteで行われた有我すすなさんのイラスト展)

File.12

第三中出身で、埼玉大学在学中に第22回小学館新人漫画賞で佳作を受賞し、漫画家として活躍する有我すすなさん。2017年から、地元須賀川の二階堂家を題材とした漫画「聖なる丘の星月夜」を自身のホームページ「水仙堂」で連載しています。

漫画家・イラストレーター

有我すすなさん (埼玉県在住)

地元の偉人の足跡を後世へ



減塩はあなたの健康守ります！

食改さんのおすすめレシピ

File.11

おやつ

食パンを使った、フライパン1つでできる簡単ケーキです。焦がさないように注意して焼きましょう。

フレンチケーキ



1/8枚分の栄養素量 エネルギー 222kcal たんぱく質6.8g 脂質13.6g 炭水化物17.5g カルシウム46mg 食塩相当量0.5g

主な材料(フライパン1つ分)

食パン(8枚切り) ……4枚	砂糖 ……大さじ2
クリームチーズ ……150g	バター ……20g
卵 ……3個	ホイップクリーム ……適量
牛乳 ……100cc	季節の果物・粉糖 ……適量

- 食パンは1cm角に切る。
- ボウルにクリームチーズを入れ、泡立て器でクリーム状にし、割りほぐした卵、砂糖を入れてよく混ぜ、牛乳と食パンを入れて混ぜる。
- フライパンにバターを溶かし、②を入れて弱火でじっくり両面を焼く。
- 焼きあがったら8等分に切ってお皿に盛り、ホイップクリームと果物を添え、粉糖を振る。

栄養のポイント！

おやつは、栄養の補給・気分転換・楽しみなどいろいろな意味を持ちます。市販の菓子類だけではなく、普段の食事でもとりにくい乳製品や果物を取り入れることをおすすめします。



高橋孝子さん

角田典子さん

※招待券の絵画は「令和元年度牡丹絵画展」の受賞作品です。

国指定名勝

「須賀川の牡丹園」

市民の皆さんの財産である「須賀川の牡丹園」にぜひお出掛けください。
有料開園期間 4月17日(金)～5月31日(日)
 ※牡丹の開花状況に応じて変更
開園時間 午前8時30分～午後5時
 ※見頃は例年4月下旬から5月上旬

本券を転売することはできません。

国指定名勝

「須賀川の牡丹園」

市民の皆さんの財産である「須賀川の牡丹園」にぜひお出掛けください。
有料開園期間 4月17日(金)～5月31日(日)
 ※牡丹の開花状況に応じて変更
開園時間 午前8時30分～午後5時
 ※見頃は例年4月下旬から5月上旬

本券を転売することはできません。

国指定名勝

「須賀川の牡丹園」

市民の皆さんの財産である「須賀川の牡丹園」にぜひお出掛けください。
有料開園期間 4月17日(金)～5月31日(日)
 ※牡丹の開花状況に応じて変更
開園時間 午前8時30分～午後5時
 ※見頃は例年4月下旬から5月上旬

本券を転売することはできません。

国指定名勝

「須賀川の牡丹園」

市民の皆さんの財産である「須賀川の牡丹園」にぜひお出掛けください。
有料開園期間 4月17日(金)～5月31日(日)
 ※牡丹の開花状況に応じて変更
開園時間 午前8時30分～午後5時
 ※見頃は例年4月下旬から5月上旬

本券を転売することはできません。

国指定名勝

「須賀川の牡丹園」

市民の皆さんの財産である「須賀川の牡丹園」にぜひお出掛けください。
有料開園期間 4月17日(金)～5月31日(日)
 ※牡丹の開花状況に応じて変更
開園時間 午前8時30分～午後5時
 ※見頃は例年4月下旬から5月上旬

本券を転売することはできません。