

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.27

けん玉道の最高峰「全日本けん玉道選手権大会」に、高校在学中から出場した経験を持つ、けん玉の達人。本市を拠点に活躍の場を広げ、現在は、(公社)日本けん玉協会の理事と東東北ブロック長を務める吉村弘幸さんを紹介しします。



けん玉道 5段
吉村 弘幸さん

けん玉の響きは平和の響き

Q1 けん玉を始めたきっかけは？

小学4年生の時、テレビで放送されていた「それゆけ！レッドビッキーズ」という弱小少年野球チームのドラマに登場する「トロケン(寿司屋の息子でけん玉が得意な少年)」のけん玉を見て、興味を持ちました。高校生の時には、競技けん玉に出会い、本格的にけん玉道を極めようと思いました。

Q2 どのような活動をしていますか？

県内外の幼稚園や小・中学校、児童クラブ、地域公民館などで開催されるけん玉教室の講師に招かれ、指導をしています。また、イベントでのパフォーマンスショーや講演などを行い、けん玉の伝承や普及活動を続けています。

Q3 今後の目標は？

小学生のけん玉日本一を決める「文部科学大臣杯・全日本少年少女けん玉道選手権大会(けん玉甲子園)」で、自分の教え子が全国制覇をすることです。



「けん玉は、幅広い世代が一緒に楽しむことができるコミュニケーションツール」と話す吉村さん(tetteで5月に開催されたけん玉教室)



最後の1秒、1球まで 仲間とともに全カプレー

— 中体連岩瀬支部総合体育大会 —

6月1日・2日、中体連岩瀬支部総合体育大会が牡丹台球場などを会場に2年ぶりに行われ、12種目で中学生たちの熱い戦いが繰り広げられました。

選手たちは、新型コロナウイルス感染症の影響で昨年度大会が中止となった悔しさや、これまで練習してきた思いを胸に、全力でプレーしていました。

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.24

主菜

鶏の皮目を下にして焼くのがコツ！
酢の酸味で薄味でもおいしく食べられます。

1人分 野菜70g

じゃが芋の甘酢炒め

主な材料(2人分)

鶏もも肉 …………… 160g	赤パプリカ …………… 1/2個
小麦粉 …………… 小さじ1	ごま油 …………… 小さじ1/2
じゃがいも・たまねぎ …… 各80g	④酢・しょうゆ・砂糖・みりん
ピーマン …………… 1個	…………… 各小さじ2

- 鶏もも肉は1cm幅に切り、小麦粉をまぶしておく。じゃがいもは皮をむいて1cm幅のくし切り、たまねぎ・ピーマン・赤パプリカも、くし切りにする。
- フライパンにごま油を入れ中火で熱し、鶏肉の皮目を下にして入れ、空いたところにじゃがいもを並べる。
- ②に焼き色がついたらたまねぎを入れ、蓋をして弱火で蒸し焼きにする。
- じゃがいもがやわらかくなったら、ピーマン・赤パプリカを入れさっといため、④をまわし入れ、いため合わせる。

栄養のポイント！

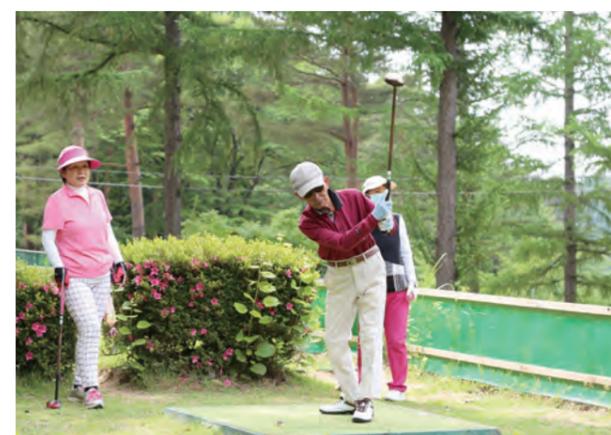
酢の酸味を利用することで、薄味の物足りなさを解消できます。酢は数少ない無塩調味料なので、ぜひ活用しましょう。



小林祐子さん 渡部恵子さん



1人分の栄養素量 エネルギー 243kcal たんぱく質15.3g 脂質12.5g 炭水化物19.5g カリウム543mg 食塩1.0g



優勝目指してナイスショット

— 須賀川市長杯パークゴルフ大会 —

6月13日、藤沼湖自然公園パークゴルフ場で須賀川市長杯パークゴルフ大会が行われ、80人が出場しました。

出場した皆さんは、藤沼湖を臨む緑に囲まれた美しいコースを楽しみながら、優勝、ベストスコアを目指して和やかにプレーしていました。ナイスショットが飛び出すと、拍手と笑顔で称えていました。



将来の夢を考えるきっかけに

— 聖火リレートーチが小・中学校を巡回 —

円谷ランナーズのコーチで3月に聖火ランナーを務めた加藤将士さんのご厚意により、トーチの巡回が、7月19日(月)まで市内の小・中学校で行われています。

6月1日には加藤さんが西袋一小を訪れ、聖火リレーについて話をしました。間近にあるトーチを前に、児童たちは、加藤さんの話に熱心に耳を傾けていました。