



世界大会に向け稽古に励む鈴木君

8人になるまで競うもの。決勝は1人ずつ「得意形」の演武を行い、得点を競います。鈴木君は8

「優勝が決まった瞬間は、すごくうれしかったです」笑顔で答えてくれた鈴木君が、空手を始めたのは幼稚園年長の時。そのころから頭角を現し、始めて半年後の県大会「幼児形の部」で優勝し、3年生の昨年は、東北大会で初出場初優勝という成績を収めたそうです。その年の全国大会では準優勝でしたが、4年生になった今年ついに優勝しました。

全国小学4年生の頂点へ



Suzuki Ryodai

鈴木 量大 君(中央西町)

琢成小学校4年生
第57回文部科学大臣杯小学生・中学生全国空手道選手権大会形優勝

さかたの 風 かげ

今月の人

鈴木君の指導者で日本空手協会山形県本部事務局の奥山さんは「背は小さいけれどスピードとキレで勝負できる。欠点がなく、全てのレベルが平均以上。今後の稽古で必ず世界でも入賞を狙える」と鈴木君の活躍に太鼓判を押します。「自分の持ち味を生かしていきたいです。とにかく稽古を頑張って世界大会も勝ちたいです」と語る鈴木君からは、世界を見据える、力強くまっすぐな風を感じました。

世界中の強豪に挑む
人中、一番目の演武だったそうです。最初の演武が採点の基準になり、不利とされる順番だったので「全員の演武が終わるまで、とても緊張していました」と大会を振り返ります。
現在、10月17日(金)に日本武道館で行われる世界大会に向け、週3回、6回の練習に励んでいる鈴木君。「稽古がきついです。方向転換する回転が少し苦手なので、繰り返し練習しています」と練習の苦労を語ります。数稽古は、7つの形を数十回ずつ連続して行うこともあるのだとか。「練習後、残って稽古することもあります。回転も反復練習で、少しずつうまくできるようになってきています」と手応えを感じているようです。

旬の食材を使った料理を酒田市食生活改善推進員が紹介します

酒田の旬 6 すいとん



小麦粉で作った団子が入る汁をすいとんと言いますが、今回はごはんで作るすいとんを紹介します。具たくさんしてお召上がりください。

【材料】(4人分)

- ・ごはん.....400g
- ・片栗粉.....60g
- ・鶏モモ肉.....200g
- ・板コンニャク.....120g
- ・ゴボウ.....40g
- ・ニンジン.....100g
- ・長ネギ.....120g
- ・だし汁.....800cc
- ・しょうゆ.....大さじ2+小さじ2
- ・酒.....大さじ1

【作り方】

- ①ごはんをすり鉢とすりこぎなどでつぶし、片栗粉を混ぜ合わせる。よく混ぜたら一口大に丸める。
- ②鶏モモ肉は一口大に切る。コンニャクは一口大にちぎり、熱湯をかけておく。ゴボウは笹がきにし、水をはったボウルに入れてあくを抜いておく。ニンジンはちぎりに、長ネギは斜め薄切りにする。
- ③鍋にごぼう、ニンジン、コンニャク、だし汁を入れて火にかける。
- ④野菜が柔らかく煮えてきたら、鶏肉を加える。鶏肉に火が通ったところでネギ、ごはん団子を加えて3分~4分煮る。
- ⑤しょうゆ、酒で味を調える。

食生活改善推進員からのポイント

ごはん団子の固さは片栗粉で調節してください。丸めずにちぎって入れても良いです。

東北公益文科大学

キャンパスレポート 30

イングリッシュサマースクールを受講して

太田 真実(1年)

私は夏休み中、東北公益文科大学とテンプレ大学が提携して開講されたイングリッシュサマースクールを受講しました。内容は、ネイティブの先生の指導のもと、英語でディスカッションやプレゼンテーションをするというものでした。

教室での会話は全て英語で交わされましたが、これが予想以上に難しく、語彙力とリスニングの向上の必要性を感じました。また、この講義は自分とは異なる年代の人達と関わる機会でもありました。英語での意思疎通は、普段の何気なく交わす会話より深く相手の考えや気持ちを考える必要があります。良い経験ができました。

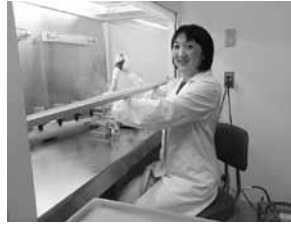
今回の講義では、特に人との関わりの重要性を認識しました。今後は日頃から相手の気持ちを考えたコミュニケーションを心掛けていきたいです。



東北公益文科大学広報担当 ☎41-1117



本社 鳥海工場



品質保証部 課長 菊池 淳子 さん

製品の品質チェックを行っています。

おしごと拝見

市内企業の優れた技術力や製品、サービスを紹介します。

vol. 18

秀峰鳥海山の伏流水

鳥海山に降る雨や雪は、ブナなどの原生林にしみ込み、長い年月をかけて地中で磨かれ、ミネラル分の豊富な伏流水となります。当社は井戸からその伏流水を採水し、大手飲料メーカーの製造受託を中心として、各種清涼飲料水の製造を行っています。伏流水は、短時間に高温殺菌して、本来の風味を保つようになっています。また味や香りの検査、微生物検査などを厳しく行い、製品の品質には万全を期しています。

独自技術と地元特産物を生かして

当社が開発した「新SENNキャップ®」は、遮光性、密封性に優れたペットボトル用の機能性キャップです。キャップ内部にお茶、乳酸菌、酵素などの粉末を窒素ガスとともに充填し、完全密封することで、鮮度が保たれています。このキャップを伏流水の入ったボトルに取り付け、粉末と水が分かれた状態で出荷します。飲用する際にキャップを回すと、キャップの内ぶたが開き、粉末と水が混ざり合うことで、作りたてのおいしさを味わうことができます。今後は「新SENNキャップ®」と地元の特産物を使った製品開発を行い、海外にも事業を展開していきます。

【企業の概要】

沿革 平成17年設立、同年東京事務所開設
 商号 株式会社フレッシュ
 資本金 1,000万円
 住所 酒田市升田字上新田66-1 ☎61-1021
 代表者 代表取締役社長 鈴木 良博
 従業員数 16人
 事業内容 各種清涼飲料水の製造・販売
 ホームページ <http://www.fresh-ss.co.jp/>



製品ラインナップ



鳥海工場の製造ライン

1分間に300本、1日で1万4千本のボトルを製造しています。

あったかいご 63

元気な高齢者が活躍するまち

お問い合わせ／市介護保険課予防支援係 ☎26-5755

最近のニュースなどで2025年問題という言葉をよく聞きます。2025年は、団塊の世代と呼ばれる人口の層の厚い年代が75歳に到達する年で、医療や介護の需要が高まっていくことが予想されています。このような状況で、厚生労働省は高齢者の尊厳の保持と自立生活の支援の目的のもとで、可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう、地域の包括的な支援・サービス提供体制(地域包括ケアシステム)の構築を推進していくことを昨年度の法改正で明文化しました。

地域包括ケアシステムの構築のためには、公的なサービスの充実はもちろんですが、それだけでは補いきれない部分を地域で支えあっていくことが重要だといわれています。一人暮らしや高齢者のみの世帯も増加しており、その中でも認知症など支援の必要な方が増えていくことも予想されています。孤独死や、高齢者虐待などの悲しい出来事を防ぐために、地域で見守り、声掛けといった地域のつながりの重要性が改めて見直されています。また高齢者の居場所としてのサロンなども、その必要性や効果の理解が進み、立ち上げの動きが活発になって来ています。

こういった地域のさまざまな場面で、元気な高齢者自らが担い手となり、主体的に見守りやサロンなどの生活支援の活動に参加することで、自分の人生を豊かにし、自らの介護予防につながることを期待されています。

高齢化が進むということを悲観的に捉えるのではなく、人生経験の豊かな皆さんが地域で活躍する、そんな酒田市でありたいと考えています。