

# 食 季節の健康レシピ

## つるるんだんご (2人分)



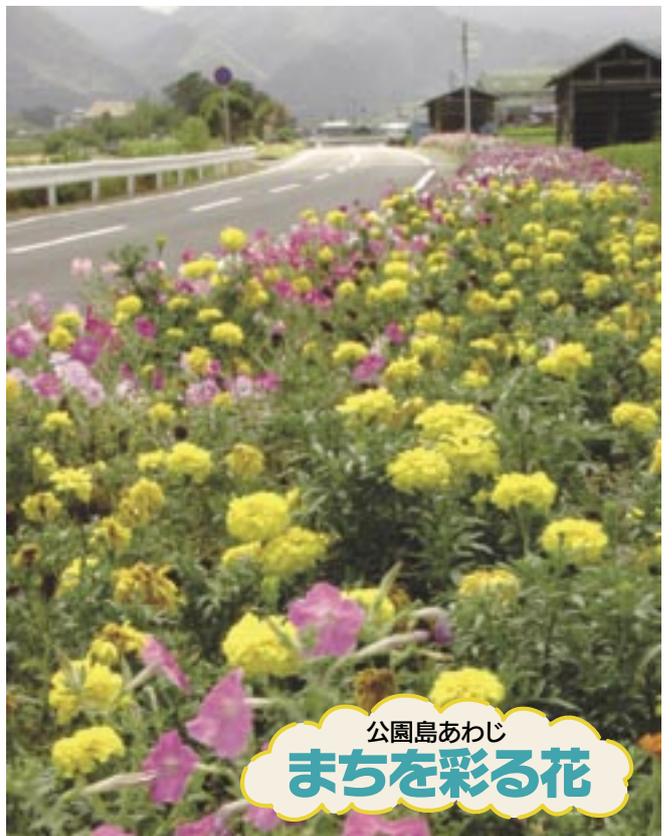
### 【材 料】

白玉粉	100g
木綿豆腐	120g
きな粉	30g
砂糖	大さじ1

### 【作り方】

- ①白玉粉と豆腐をボールに入れよく混ぜる。
- ②水を加え、耳たぶくらいの硬さにする。一口大にちぎり、両手で転がして丸め、真ん中を指で押しして平たくする。
- ③たっぷりの熱湯に入れ、うきあがったら、ざるに入れ、きな粉をつける。

\*きな粉をつけずに、好みのフルーツを加えてフルーツポンチ風にしてもOK。  
(1人分のエネルギー 330kcal、カルシウム102mg)



## 公園島あわじ まちを彩る花

### 花街道

のどかな田園風景を彩る「花街道」は、諭鶴羽ダムへ通じる三原川沿いの県道灘三原線にあり、行きかう人々の目を楽しませています。

約二百メートルの花壇には、一年を通じ絶えることなく四季折々の花が年に数回植え替えられています。現在はマリーゴールドとペチュニアが花を咲かせます。花苗は、三原花づくり人づくり推進会(安田安義代表)により提供を受けています。

### 国体だより 第30号

## はばタン通信

企画部国体推進

394日



国体まであと...

### 多くの協力を得て盛会に終える

### 国体リハーサル大会・相撲競技



▲大活躍した江本典隆さんの取組

内から声援や拍手が沸き起こっていました。

この大会には、地元中学生や高校生、婦人会など多くのボランティアの方々との協力で運営され、盛会に終えることができました。

閉会にあたり大会名誉会長の中田市長は「感動の熱い思いが残る大会でした。来年の国体も成功できるように、皆さんの御力添えをお願いします」と語りました。

### ◆大会結果【団体の部】

- ① 秋田県、② 大分県、③ 青森県・熊本県【個人の部】① 坂本昭文(大分)② 山本恵二(高知)③ 尾上高志(千葉)・羽羽林秀樹(長野)



▲プラカード係を始め、多くの地元ボランティアにより運営されました

来年度開催する国民体育大会のリハーサル大会を兼ねた「第四十四回全国教職員相撲選手権大会」が八月二十一日、文化体育館で開催されました。

大会には、全国から選手・監督九十七人が参加し、団体と個人戦が行われ、熱戦が繰り広げられました。

南あわじ市からは江本典隆さん(北阿万、南淡中学校職員)が出場。団体戦では、地元・兵庫県チームの一員として、予選リーグを勝ち抜き、ベスト8に。個人戦でもベスト32に入る健闘でした。江本さんの活躍に場

URL: <http://www.city.minamiawaji.hyogo.jp/>

E-mail: [kouhou\\_toukei@city.minamiawaji.hyogo.jp](mailto:kouhou_toukei@city.minamiawaji.hyogo.jp)

広報南あわじ 2005.9.1 No.8 編集発行: 南あわじ市総務部秘書広報室 / 〒656-0472 兵庫県南あわじ市市善光寺18番地27 TEL(0799)43-5002 FAX(0799)43-5102