

燃ゆる感動かごしま国体(特別国民体育大会)・かごしま大会(特別全国障害者スポーツ大会) 特別編
人が生き生き！ マグマシティ



国体・大会での活躍が期待される選手の皆さんなどを紹介します



花田会長(中央)と会員の皆さん



鹿児島ふうせんバレーボール協会 **花田 由美子 会長**

定期練習会の開催や九州各県での大会への参加など、競技の普及啓発に取り組むほか、鹿児島国際大学などの学生をボランティアとして受け入れ、親睦を図っている。「かごしま大会」では、競技運営に携わる。

■風船の動きはアクティブで予測不能

柔らかい風船をボールとして使いますが、目にも止まらぬスピードで飛んできたり、どこに行くか分からない意外性のある動きをしたりします。瞬時の判断が必要で、コートにボールが落ちるまで気を抜くことができません。

■人それぞれに果たすべき役割がある

社会で役割のない人はいません。それと同じでこの競技も、全員がボールに触れてから返球する必要があるなど、一人一人が役割を果たせるところにプレーする喜びや面白さがあると思います。

■「勝ちたい」気持ちをプレーで表現してほしい

「かごしま大会」には、県内外から20チーム以上が参加予定です。選手たちは「勝ちたい」という強い気持ちで練習に取り組み、チームワークを高めています。県内外の多くの人と交流しながら、スポーツとしての競技を全力で楽しんでもらいたいです。



燃ゆる感動かごしま大会 オープン競技 ふうせんバレーボール

- 期10月29日(日) 所勤労者交流センター(よかセンター)
- 1チーム6人編成で、障害(身体・知的・精神)のある人とない人で混成
 - 鈴を2個入れた、直径40cmの風船を打ち合う
 - チーム全員がボールに触れた上で、10回以内に相手コートに返す
 - 試合は15分間、15点先取で勝ちとなる1セットマッチ

パイナップルつばさの食育クッキング
 ~誰でも作れる簡単レシピを毎月紹介~



麺つゆはお好みで量を調整してくださいね!

■材料(2人分)

- カラーピーマン(赤).....1/2個
- カラーピーマン(黄).....1/2個
- 玉ネギ.....1/2個
- 油.....適量
- 鶏ミンチ.....150g
- 「オイスターソース」.....大さじ2
- ① 麺つゆ.....大さじ2
- そうめん.....2束
- サニーレタス.....2枚
- 卵.....お好み

カラーピーマン

吉田地域で栽培されています。ビタミンCやカロテンを多く含み、栄養豊富。中でも、肉厚でふっくらした形の品種がパプリカです。

子どもと一緒に楽しく型抜き!
カラーピーマンのガパオ風そうめん

【保健政策課☎803-6861 FAX803-7026】

■作り方

- ①種を取ったカラーピーマンを好きな形に型抜きする
- ②①の残りと玉ネギを粗めのみじん切りにする
- ③油を引いて中火で熱したフライパンに鶏ミンチを入れ、火が通ったら②を入れて1分炒め、火を止めて①を全体になじませる
- ④そうめんを袋に記載の目安時間①と一緒に茹で、流水で冷まし、水気を切る
- ⑤③と④、食べやすい大きさにちぎったサニーレタス、お好みに目玉焼きを皿に盛り付ける
 (1人分の栄養成分: エネルギー315kcal、食塩相当量3.0g)



広告

TV・ラジオCM放送中
89歳まで
 累計申込数 10,000件突破
お申込可能な保険
 ※89歳までお申込いただけて、99歳まで保障の継続が可能です。
 イメージキャラクター 小林幸子 入院の保障も準備できます

ご成約ダブルキャンペーン
 ①ご成約の方全員に北海道産お米プレゼント!(300g・約2合)
 ②70歳以上・年払でお申込の方にA5国産牛プレゼント!(400g)
 先着50名様!

お葬式代等のご準備に
 手ごろな保険料で万が一に備える
おまもりがわり
 引受基準緩和型・無選択型 死亡保険
 ■お問合せ・資料請求
050-1867-6570

特長1 **手ごろな保険料**
 引受基準緩和型 79歳・女性なら月々2,000円で死亡保険 死亡保険金 約**41万円**
 ※保険料は年齢・性別・加入コースによって変わります。

特長2 **保険金の使い道は自由!**
 こんなことに役立ちます
 ✓お葬式の費用・遺品の整理
 ✓家族の生活費

特長3 **保険料は更新後も変わりません**
 ※年齢によってご加入時の死亡保険金額が適減します。※90歳以上の死亡保険金額は担当の代理店または引受会社にお問合せください。

受付時間 9:00~18:00(土・日・祝・休業日を除く)
 引受保険会社 関東財務局長(少額短期保険)第65号
トライアングル少額短期保険株式会社
 〒112-0002 東京都文京区小石川1-2-2ユニオン小石川第1ビル902
 トライアングル少額短期保険株式会社は、少額短期保険業者の登録を受けています。お預かりしたお客様の個人情報については、弊社利用目的以外には使用しません。詳しくは、弊社ホームページをご覧ください。この資料は商品の概要を記載したものです。詳しくはパンフレット、重要事項説明書等をご覧ください。なお、健康状態によっては、ご加入いただけない場合もございます。