



ホームグラウンド再開 に夢広がる

旭市パークゴルフ協会会長

高木 利治さん(関戸)

退職してすぐのころ、同級生たちで集まったときのことだった。仲間が口にするのは「足が痛い、腰が痛い」と元気がない話ばかり。つえを突いている人もいた。

「何かみんなで、運動をしよう」。体育協会の役員として、長年社会体育に関わっていた高木さんは、仲間たちに呼び掛け「自分たちにもできるものを」と、グラウンドゴルフを始めた。その楽しさにやがて、みんなもマイクラブを持つほどになっていった。合併してパークゴルフ場が開設されると、グラウンドゴルフと同様、夢中になった。旭市パークゴルフ協会を結成、現在多くの仲間と共にその楽しさを広めている。

「健康の維持・増進という面では、パークゴルフのおかげで健康な人が増えたんじゃないでしょうか。以前つえを突いていた同級生も、今はすっかり丈夫になって、

夢中でやっていますよ」と笑顔を見せる。

現在、協会員は240人。市協会主催の大会や月例会を開催し、多くの人が参加している。「ここはいい交流の場、合併してもこんなきっかけがなければ、絶対にほかの地域の人とは知り合えなかったと思います」

震災の後、協会員みんなで津波被害を受けたパークゴルフ場の海砂を運んだり、がれきを片付けたりした。みんなが施設の再開を心待ちにしていた。「自分たちのホームグラウンドがようやく再開します。この喜びを大切にしながら、パークゴルフを育てていきたいと思います」

行政へ一言！

市役所内は雰囲気が暗い。やはり職員は、市民が来たら、あいさつぐらいはきちっとしないと……。明るい職場を心掛けてほしいと思います。

【あさひパークゴルフ場】

多くの市民や観光客などに親しまれ、中でも毎年開催される向太陽杯は、全国のプレーヤーに浸透してきている。昨年3.11の震災により休場、4月1日に再オープンする。



おいしく食べよう

旭産

簡単・ヘルシーレシピ



とても安価なモヤシは、頻繁に使いたい素材です。水分がほとんどですが、ビタミンCやB₂を含んでいます。

料理をきれいに仕上げるコツは、モヤシのひげを取ること。モヤシのシャキシャキ感がいいですね。

材料 (4人分)

A	とりむね肉……………	400 g	サラダ油……………	大さじ 1
	卵……………	1個	サラダ菜……………	適宜
	モヤシ……………	1袋	ミニトマト……………	8個
	塩・こしょう……………	少々		
	かたくり粉……………	大さじ 1		

VOL.26 モヤシたくさん ヘルシーバーグ

1人分の栄養価 エネルギー286kcal、塩分0.6g

作り方

- ①Aの材料を全部混ぜ合わせこねる。
- ②①を4等分し小判型に丸める。
- ③小判型に丸め、フライパンにサラダ油を引いて両面がきつね色に焼き目が付くまで焼く。
- ④③を皿に盛り、サラダ菜とミニトマトを添える。
- ⑤市販のポン酢で召し上がれ。

旭市保健推進員協議会(☎63-8766・健康管理課 予防班内)

データシート

火災				交通事故				人のうごき				【3月1日現在】		前月比
【2月】 平成24年の累計				【2月】 平成24年の累計				【2月の移動】				人 □	69,362人	(▲81人)
建物火災 2件 (4件)				事故件数 155件 (342件)				転入 116人 出生 29人				男	33,928人	(▲45人)
その他の火災 1件 (3件)				死亡者数 0人 (1人)				転出 151人 死亡 75人				女	35,434人	(▲36人)
												世帯数	25,048世帯	(▲14世帯)