

読者の皆さんから届いたお便りなどを紹介します

総社クラブジュニアは、市内を中心に小学生男女27人が活動しているハンドボールチームです。

1月22日、23日の両日にきびじアリーナで開催された、小学生ハンドボール大会、小学生ハンドボール大会が会場になりました。全国から男子24チーム、女子25チームが出場するなか、結果は、男子が準優勝、女子は残念ながら初戦敗退でした。男女共に目標としていた「優勝」には手が届かなかったのですが、メンバー全員が一丸となれ、とても収穫の多い大会でした。

チームの雰囲気はとてよく、みんな楽しく一生懸命練習しています。昨年は男女共に、全国大会にも出場しました。このことに誇りと自信をもち、これからも成長できるように練習に励みたいと思います。

毎週土曜日の13時から日曜日の9時から総社中央小学校で、水曜日の18時からきびじアリーナで練習をしています。ハンドボ



総社クラブジュニアのメンバー

ールに興味のある人はぜひ参加してみてください。

(総社クラブジュニア)

学生から社会人まで幅広い年代が市内外から集まり、活動しているのが総社吹奏楽団です。毎週2回音楽好きの仲間約50人と演奏を楽しんでいます。

4月20日には、総社市民会館で演奏会を開催します。それに向け、来ていただいた観客の皆さんに満足してもらえよう、団員みんな一致団結し、練習に励んでいます。ポップ・ミュージックや企画コーナーなど、吹奏楽をあまり聴かな



総社吹奏楽団の団員

い人や大人から子どもまで幅広い年代の人が楽しめる選曲や演出を考えています。興味がある人は聴きにきてください。心の込められた演奏を準備してお待ちしています。

上田耕司さん・井手

市民憲章

わたくしたちは、美しい自然と豊かな吉備文化にはぐくまれている総社市民です。

このことに誇りと責任をもち明るく豊かなまちをつくることにつとめます。

- 1 郷土を大切に
美しい環境をまもりましょう。
- 1 生涯学び
明るい家庭をきずきましよう。
- 1 たがいに助け合い
あたたかいまちをつくりましよう。

市の花・木・鳥

- ◎市の花/れんげ
- ◎市の木/もみじ
- ◎市の鳥/タンチョウ

サントピア岡山総社ランチバイキング無料券が当たる

広報クイズ

今月の『広報そうじゃ』を読んで、次のクイズに答えてください。

Q1 県から無償譲渡された旧県立吉備路郷土館を改修し4月1日にオープンするのは〇〇〇〇〇〇〇〇

【応募方法】 はがきかメールに答えと住所、氏名、電話番号、市政や広報紙に対するご意見やご要望を明記のうえ、編集室へ。正解者のなかから2人にサントピア岡山総社ランチバイキング無料ペアチケットを贈ります。

【応募期限】 4月30日(水)

【2月号の答え】 ヘルシーメニュー

【2月号の当選者】 河合智子さん(三輪)、小野正子さん(総社) [応募総数47件]

【応募先】 総社市役所企画課 〒719-1192 中央一丁目1番1号 ☒kikaku@city.soja.okayama.jp



季節料理 二合半
住所 総社市総社2-15-14
電話&FAX (0866) 37-2225
営業時間 11:30~14:00
18:00~22:00
定休日 月曜、日曜(夜)

！メニューへのこだわり
シンプル イズ ベストをモットーに、「食べられない飾りを出すより、その分1切れでも多くおいしいものを」。シンプルに盛り付けに店主の心意気が現れている。

ふぐをメインに、素材の味を生かす味付けで、随所にとことんこだわる。使用している野菜はほとんどが総社産。「季節のおいしいものを」と毎日地元の産直市にも足を運ぶ。

そうじゃーヘルシーメニュー認定第3号 「ふぐミニコース」



総社に長く根付けたらという思いから、五合をその半分の「二合半」と控えめに。自分達もおいしいと思えるものを出そうと夫婦二人三脚で唐を切り盛りしている。

気になる店名「二合半」は、春夏冬二升五合に由来。
春夏冬↓秋がない↓あきない↓商い
二升↑升が2つ↑ますます↑益々
五合↓1升の半分だから半升↑繁盛

ふぐミニコース ※夜のみ。事前に予約が必要
定価 4000円(おとし代として別途1人400円必要)
エネルギー 597kcal
たんぱく質 46.3g
脂質 15.4g
塩分 3.8g



！栄養士認定のポイント
刺身、からあげ、ふぐちり、雑炊、香の物、デザートという充実の内容が、コース料理にして驚きの597kcal。200gを超える野菜が使われ、その量は1日に必要な野菜の約7割に相当する。

低脂肪・高たんぱく質でヘルシー食材に代表されるふぐを惜しげもなく200g以上使用。ふぐちりで野菜とともにおいしくいただいた後は、雑炊にしてふぐのうま味を余すところなく堪能できる。少量のご飯でもお腹も気分も大満足。「卵を入れずに雑炊を」「塩は控えめに」など、さまざまな要求にも快く対応してくれる。

そうじゃーヘルシーメニュー
外食を通じて市民の健康づくりを支援しよう、飲食店の健康アイデア野菜、バランス、カロリー、塩分、独自性を盛り込んだメニューを認定する制度。申込先・問い合わせ 健康づくり課健康増進係 (☎8259)