



東京オリンピックに出場し
活躍したい

輝いている人

インタビュー
Interview

3月に東京都で行われた都道府県対抗ジュニアバスケットボール大会に岡山県代表として出場し、チームを全国優勝に導くとともに、大会MVPに輝いたのが土家大輝さん（中学3年）だ。大会に出場するのは2回目の。予選で涙をのんだ昨年の悔しさをバネに、自らキャプテンに名乗りを上げ、チームを牽引。全48チームの頂点に上り詰めた。「すごくうれしかった。周りから認めてもらえ、努力してきてよかった」とほほ笑む。

苦戦したのは準々決勝の福岡戦。全国でもトップクラスの強豪だ。ポイントガードというチームの司令塔を担う土家さんは、「周りを上手く生かしながらプレーした」と当時を振り返る。「勝利したことで自信をもち、優勝を意識し始めた」とも。実は、前日練習で足を捻挫し、万全の状態ではなかった。それでも頂点に上り詰めたのは、彼の気持ちの強さにほかならない。

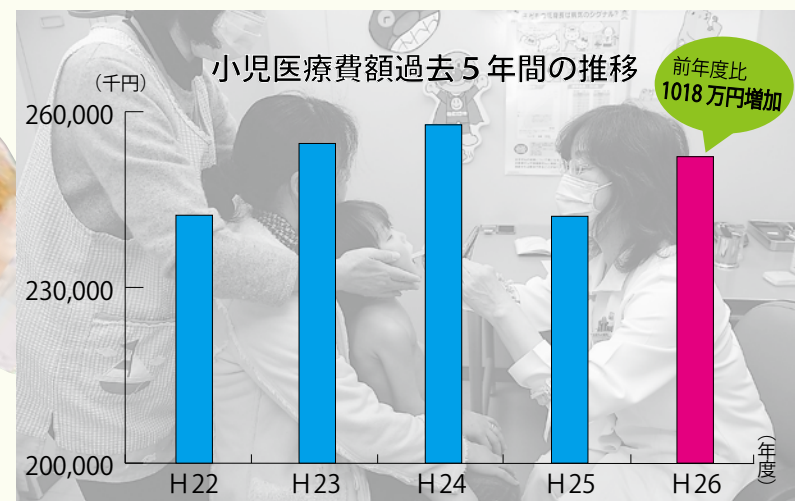
バスケットボールを始め

たのは6歳のとき。父と兄の影響だった。以来、1倍の努力を重ね、現在は市外の強豪校で汗を流す。練習は平日3時間、休日は練習試合がメイン。「フィジカルが鍛えられる」と、県内の高校生と練習を交える事もしばしば。スキルアップには余念がない。

将来は、「東京オリンピックに出場し活躍したい」と夢を膨らませる。そのために「筋力やシュート力、広い視野をもつことが今後の課題」と口にする。両親やチームメイト、スタッフなど、支えてくれる人への感謝の気持ちを常にもち続け、5年後に迫る東京オリンピックで最高の恩返しを誓う。

都道府県対抗ジュニアバスケットボール大会で優勝し
大会MVPに輝いた

土家 大輝さん（真壁出身）



平成26年度小児医療費額が増加

H25年度 2億4214万円

H26年度 2億5232万円 1018万円の増加

小児医療費が前年度に比べ増加となりました。2億5000万円を下回れば、その分が子育て支援に使われますが、2億5800万円を上回ると制度の見直しが検討されます。

医療費増加の要因として、インフルエンザの流行が大きく影響しています。日ごろから病気を寄せつけないようにする生活習慣を心がけましょう。

①手洗い、うがいをしっかりしよう

ばい菌の体内への侵入を防ぐには、手洗い、うがいが何より簡単で効果的です。

②「早寝・早起き・朝ごはん」を習慣にしよう

生活のリズムをつけることで、免疫力が向上し、病気を寄せつけない強い体をつくります。

③予防接種を受けよう

感染症から子どもを守るとともに、かかった場合でも軽症で済むことがあります。

そうじゃ
元気っ子
育てよう



●材料（4人分）

●豚ミンチ…100g ●豆腐…160g ●タマネギ…120g
●ニンジン…60g ●タケノコ…80g ●ナス…80g
●干しシイタケ…4g ●ショウガ…1g ●ニンニク…1g
●ネギ…20g ●サラダ油…適量 ●片栗粉…小さじ1
●調味料…さとう=小さじ1、しょうゆ=小さじ1
みそ=大さじ2弱、オイスターソース=小さじ1/2
豆板醤=適量、一味とうがらし=少々

●作り方

①干しシイタケは水で戻す。ナスはいちょう切り、豆腐は2cm角、タマネギ、ニンジン、タケノコ、干しシイタケ、ショウガ、ニンニクはみじん切りにする。ネギは小口切りにする。
②鍋にサラダ油を熱し、ショウガ、ニンニクを炒め、香りが出たら、豚ミンチを加えて炒める。
③肉の色が変わったら、タマネギ、ニンジン、タケノコ、ナス、干しシイタケを加えて炒める。
④③に調味料、豆腐を加えて煮込み、水溶き片栗粉、ネギを加えて仕上げる。

その他の献立 ごはん、牛乳、にんじんサラダ、びわゼリー