



インタビュー Interview

世界で活躍できる  
選手になりたい

輝いている人



総社東中学校の生徒と中学校生活について語り合う山手小学校の6年生児童

## ピア・サポート活動「中学生と語る会」

中学生が母校を訪問し、小学校6年生と中学校生活について語り合います。この活動を通して、中学生は「アドバイスした後で責任を感じた。いい先輩になりたい」という思いを抱くとともに、小学生からは「知らないことが解決できた。いろいろ不安があったけど質問をしたりして、中学校が楽しみになった。授業についていけるかの不安がとれた」という声を聞くことができます。

中1ギャップの解消に向けて、これからも小学校と中学校は連携していきます。  
問い合わせ 学校教育課 (☎② 8358)



総社小学校で6年生に中学校生活を紹介する総社東中学校の生徒

そうじゃ  
大好きっ子  
育てよう

## 学校給食 おすすめレシピ

### ダイコンのオイスターソース煮



#### ●材料(4人分)

- 豚肉…150g ●厚揚げ…150g ●ダイコン…320g
- ニンジン…80g ●サヤインゲン…40g ●ショウガ…1かけ
- ニンニク…1かけ ●ごま油…小さじ1 ●サラダ油…適量
- 調味料…しょうゆ=大さじ1、オイスターソース=大さじ1/2、砂糖=小さじ1/2、一味唐辛子=少々

#### ●作り方

- ①豚肉は食べやすい大きさに切る。ショウガとニンニクはみじん切りにする。厚揚げは一口大、ダイコンは1cm幅のいちょう切り、ニンジンは短冊切りにする。サヤインゲンはゆでて、3cmの長さに切る。
- ②熱したフライパンにサラダ油を入れ、ショウガとニンニクを炒める。香りが出てきたら、豚肉を入れて炒める。豚肉に火が通ったら、①のサヤインゲン以外を入れてさっと炒める。
- ③材料がかくれる程度の水と調味料を入れて煮込む。
- ④ダイコンが柔らかくなるまで煮えたらサヤインゲンを入れ、ごま油をまわしかける。

その他の献立 ごはん、牛乳、ハクサイの酢の物、ミニたいやき

全日本エアロビックス選手権大会のトリオ部門で優勝した

## 山元 里桜さん (6歳)

全日本エアロビックス選手権大会スズキジャパンカップ2015全国大会のユース1(11から13歳)トリオ部門で優勝したのが山元里桜さん(池田小6年)だ。

6月の岡山地区大会、10月の西日本地区大会を勝ち進み、11月の全国大会で、7チーム21人が出場するなか見事優勝。AG1(13歳以下)トリオ部門の日本代表として、国際大会の出場を勝ち取った。

「緊張したが、力をあわせて」と山元さん。1分15秒の間に、必須動作と得意な動作を構成する演技。技術と芸術面が審査され、チームワークが評価を左右する。トリオは山元さんと岡山市に住む同学年の2人。個人コーチとクラブで週6日のレッスンと、公民館など借りて3人でレッスンをを行う。毎日の練習に「時間

があつたら寝たい」とも。だが、「つらいとか、やめようと思ったことはない」、「技術を体得することが楽しい」とはにかみながらも決意を秘めた笑顔を見せる。

エアロビックスを始めたきっかけは、怖がる水を克服するため、母に連れられ通い始めたスポーツクラブ。水泳よりエアロビックスに興味をもち、目を輝かせながら音楽に合わせて体を動かしていた。

次の目標は、国際大会につながる選手権大会で、シングルとトリオ、グループ部門で優勝し、国際大会の出場枠を獲得すること。「自分が活躍していくことで、エアロビックスを多くの人に知ってもらいたい」と意気込みを述べる。

夢は、「世界大会で1位になること」と、目を輝かせ、ポーズを決めてくれた。