



インタビュー Interview

輝いている人  
いずれ外国人選手とも  
戦いたい

バスケットボールのU-13 (13歳以下) 日本代表に選ばれたのが、小田健太さん (総社西中1年) だ。中学1年生ながら、すでに身長は179cm。チームの中でもひととき目を引く体格だ。小学校5年生まではサッカーをしていたが、2歳上の兄の勧めもあり、6年生からバスケットボールに転向。驚くことに競技を始めて、まだ1年半しか経っていない。当初は不安や戸惑いもあったが、今ではすっかりバスケットボールの虜になつている。競技の魅力を尋ねると、「攻守の切り替えの早さと点が入るところ」と答えてくれた。

初めて召集されたナショナルトレーニングセンターでの代表候補合宿では、同年の約50人を前に「自分よりも身長が高くて技術もすごい」とプレッシャーを感じた。しかし、ダッシュや垂直飛びなどの体力テストを経て、最終の20人に残ったところは、特筆すべきだ。「代表での経験はチームにも生かせる。全国大会にも出場したい」と前向き。チームメイトからは、「頼りになるやつ」と信頼も厚い。「長所は、リバウンドの正確さ。今後もU-14、15、16と選ばれ続けて、日本代表からプロ選手へ、いずれ外国人選手とも戦いたい」と将来も見据えている。とはいえ、まだあどけなさの残る13歳。家族、とりわけ兄の存在が大きく彼を支え、成長させている。「兄は目標でもあり、ライバル。いい刺激をもらっている」。日の丸を背負う選手として、ボールを脱ぐ日もそう遠くないはずだ。

小田 健太さん (清音柿木)

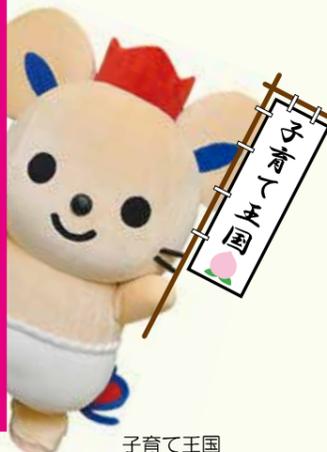
バスケットボールU-13日本代表に選ばれた

このコーナーでは、輝いている人を募集しています。あなたの周りにキラッと輝いている人がいたら、広報そうじゃ編集部 (市政情報課) までご一報ください。自薦・他薦は問いません。

★インフルエンザを予防しよう



手洗い・うがいをする園児



子育て王国 国王チュッピー

インフルエンザは通常の風邪に比べて症状が強く、重症化することが多いのが特徴です。また、感染力が非常に強いので、「インフルエンザにかからない、うつさない」対策を心掛けましょう。

流行前にワクチン接種をすることで、発症する可能性を減らし、かかった場合も重症化を防ぐことができます。かからないためには、外出先から帰ってきた際に手洗い・うがいをすることや、アルコールを含んだ消毒液で手を消毒することも効果的です。

また、かかってしまったら、他の人にうつさないために咳エチケットを心掛け、くしゃみや咳が出る時はマスクを着用しましょう。

子どもの健康を守るためには十分な睡眠とバランスのよい食事が大切です。「早寝、早起き、朝ごはん」を習慣に、普段から免疫力を高めておきましょう。

問い合わせ こども課子育て支援係 ☎ 8268

12月

チュッピーおでかけスケジュール

4日 イルミネーション点灯式 (総社駅前)

16日 こたつ100個ライブ (市役所)

※滞在時間は未定です

12月のチュッピーおでかけ予定の一部だよ。みんな会いに来てね!



学校給食 おすすめレシピ

マーボー大根



●材料 (4人分)

- 豚ミンチ…100g ●大根…1/4本 ●玉ねぎ…1個
- ニンジン…1/2本 ●干しいたけ…1枚
- チンゲン菜…2株 ●ショウガ…1かけ
- ニンニク…1かけ ●片栗粉…小さじ2
- 調味料…赤みそ=大さじ2 料理酒=大さじ1
- しょうゆ=大さじ1 ごま油=小さじ1 砂糖=小さじ1
- オイスターソース=小さじ1 豆板醤=小さじ1/2

●作り方

- ①大根は1.5cmの角切りにして下ゆです。チンゲン菜は2cm幅、水で戻した干しいたけとその他の野菜はみじん切りにする。
- ②フライパンにごま油小さじ1を熱し、ショウガとニンニクを炒め、香りが出たら豚ミンチを加えて炒める。
- ③②に玉ねぎ、ニンジン、干しいたけを加えて炒める。
- ④火が通ったら、大根とチンゲン菜を加えて炒める。
- ⑤野菜に火が通ったら調味料を入れて味を付ける。
- ⑥水で溶いた片栗粉を入れて炒める。

その他の献立 ごはん 牛乳 いかの中華あえ 黒糖ビーンズ

