



津山町ベタンク協会 会長

**佐々木 良幸** さん

ベタンクは高齢者にも気軽に楽しめるスポーツです。ベタンクを通して「腰痛が良くなった」という会員の声もあります。興味のある人は、どなたでも気軽に参加してください。



### 津山町 ベタンク協会 (津山)

津山町ベタンク協会は、健康維持や体力増進を目的に、平成18年に結成し、現在は会員14人で活動しています。

通年は、毎週火曜日に林業センターで練習を行っています。ですが、今年は震災の関係でグラウンドが使用できなかつたため、老人憩いの家の敷地を整備し、練習に励みました。その結果、9月16日に開催された登米市シニアスポーツ大会では3位に入賞し、3年連続で県大会出場を果たすことができました。

協会では、地域の同年代の仲間同士で声を掛け合い、和気あいあいと会話を楽しむことで友愛を深めています。

## 【問い合わせ】

会長 佐々木良幸 宅  
☎ 0225 (68) 2333

# スマイルライフ

〜キーンと笑顔が溢れる、サークル、団体を紹介します!!

30

おいしい! 楽しい! **米粉クッキング** 19

Komeko Cooking

コメミルク アイス



【考案者】 渡辺 眞子さん (迫)

## ◆材料【2人分】

ケーキ用米粉…50g 牛乳……………100cc  
はちみつ…大さじ1 ミント……………2枚  
水あめ……………大さじ1と1/2  
ポーションミルク……………10cc

## ◆作り方

- 鍋に、牛乳、ケーキ用米粉を入れ、泡立器で混ぜる。
- 中火にかけ、泡立器で混ぜながらクリーム状にする。
- 火からおろし、水あめ、はちみつを入れ、全体になじませる。
- ポーションミルクを加える。
- 粗熱がとれるまで冷ます。
- 冷蔵庫に入れ、7～8時間冷やして固める。
- スプーンですくって盛りつけし、ミントをかざる。

【ホームページでそのほかのレシピも紹介しています】

## 日本共育プロジェクト主催事業

もう君を一人ぼっちにはしない!

**復興祈願 大X'mas 祭**

【日 時】 12月24日(土) 午前10時～午後7時30分

【場 所】 登米市迫体育館・中江中央公園ほか

【入場料】 無料

3月11日に発生した「東日本大震災」から間もなく9カ月。震災の被害を受けた被災者や支援に携わる人を対象に、関西京都今村組の今村克彦氏が代表を務める「日本共育プロジェクト」が中心となり、明日への希望や意欲を見出すための復興イベントを開催します。多くの皆さんの来場をお待ちしています。

【内容】(都合により変更する場合があります)

## ◎迫体育館パフォーマンスステージ

10:00～ YOSAKOIチームの演舞

16:30～ 関西京都今村組X'mas LIVE

## ◎中江中央公園

11:00～ 復興市

(南三陸や京都から多数出店)

18:15～ (予定) グランドフィナーレ

当日、プレゼント交換を行います。  
クリスマスプレゼントをご持参ください。  
(手作り大歓迎、もしくは300円程度のもの)

## 【問い合わせ】

「もう君を一人にしない」実行委員会  
委員長 早坂拓也 (郷友連合とめつきゅう会長)

☎ 090 (5839) 8916



モバイルとめ  
(携帯電話版ホームページ)

<http://www.city.tome.miyagi.jp/m/>

登米市メール配信サービス

(防災や防犯、イベント・市政に関する情報をお届けします)

<http://tomacity.mail-cpt.jp/>