



米山パークゴルフクラブ
クラブ長

島瀬 直夫さん

誰でも気軽に楽しめるパークゴルフで、会員相互の親睦と融和を深め、健康増進、体力づくりを目指して毎日を楽しく過ごせるようこれからも活動を行って行きたいと思っています。



米山パーク
ゴルフクラブ (米山)

米山パークゴルフクラブは、パークゴルフを通じ、仲間づくり・健康づくり・体力づくりを目的に、平成18年に活動を開始した団体です。

パークゴルフは、高度な技術も必要なく、気軽に楽しめるスポーツなので、コースを回りプレーすることで適度な運動にもなり、健康づくり、体力づくりにとっても適しています。

会員数は、現在75人で、毎月1回程度、田尻町や河南町のパークゴルフ場での大会開催や、年に一度、県内外のパークゴルフ場への移動研修も実施し、日々みんなで和気あいあい楽しく活動しています。

【問い合わせ】

クラブ長 島瀬直夫 宅

☎0220(55)1839

〜キーンと響く心〜
「スマイルライフ」団体を紹介します!!

スマイルライフ

18

おいしい! 楽しい! 米粉クッキング

米粉で作る「味噌・和っふる」



【考案者】 田村 千恵子さん (迫)

◆材料【2人分】

- ケーキ用米粉……15g マシュマロ粉…15g
 - 砂糖……大さじ1杯 卵……1/2個
 - 味噌……小さじ1杯 水・牛乳……適宜
 - 黒ゴマ・白すりゴマ……小さじ1/2杯
 - ベーキングパウダー……小さじ1/3杯
- 中に挟むあん…つぶあん・ごまあん・ずんだ・メープル・カレー・甘味噌・きんぴら・ジャムなど何でもOKです。

◆作り方

- 和っふるの材料をよく混ぜ合わせる。
- フライパンに薄く油をひき、①を小判型にさっと色付くまで焼く。
- 焼き上げた味噌和っふるに、お好みのあんを挟む。

※冷めてもおいしく食べれますが、レンジで温めるとふわふわ感が増します。

【ホームページでそのほかのレシピも紹介しています】

防火ポスターコンクール

消防本部では秋の火災予防運動にちなみ、市内の小中学生を対象に「平成22年度防火ポスターコンクール」を実施しました。入賞者は次のとおりです(敬称略)。

なお、入賞した図画を11月5日から11日までロックシティ佐沼で、11月12日から18日までみやぎ生協加賀野店で展示します。

■登米市消防長賞



佐藤志真 (上沼小5年)



佐藤愛珠 (南方中3年)

■登米市消防団長賞 ▶武田史輝 (登米小3年)▶永島花菜 (佐沼中3年)

■優秀賞 ▶小野寺克文 (上沼小4年)▶佐藤有 (上沼小4年)

▶高橋颯太 (浅水小4年)▶三浦葵 (加賀野小6年)▶菅原亜侑美 (新田小2年)

▶永島混也 (佐沼小5年)▶高橋弥子 (佐沼中1年)▶橘美美 (佐沼中3年)

▶三浦萌 (登米中2年)▶斎藤彩 (登米中3年) ※応募総数333点



モバイルとめ
<http://www.city.tome.miyagi.jp/m/>



登米市メール配信サービス
<http://tomecity.mail-dpt.jp/>