

黒潮町G・G愛好会 8月月例会

日時：8月1日(月)

場所：大方球場補助グラウンド(24ホール)

(男性)

成績	氏名	打数	H数	2打数
優勝	山本一男	51	3	8
準優勝	酒井隆昌	52	2	10
3位	出島正勝	52	1	15
4位	中山次男	54	1	14
5位	文野雅允	56	1	13
6位	岡村 知	56		16
7位	池田章夫	57		16
8位	宮地優典	61	1	8
9位	浜田 衛	63		11
10位	川村 渡	69	1	4

(女性)

成績	氏名	打数	H数	2打数
優勝	松本美弥子	54	3	5
準優勝	佐竹令子	57	2	8
3位	宮地千津美	57	1	11
4位	矢野川良子	58	1	11
5位	金子静意	59	2	6
6位	池田明美	59	1	10
7位	金子広子	61		11
8位	井上愛子	62		11
9位	矢野昭子	63		12
10位	宮地洋子	64		12

※成績順位決定方法 ①打数の少ない者 ②ホールインワン(H数)の多い者
③2打数の多い者 ④年齢が上の者

土佐西南黒潮PG協会 7月月例会

日時：7月17日(日)

場所：土佐西南黒潮パークゴルフ場

成績	氏名	A-1	B-1	A-2	B-2	小計	HC	HC年	総計
優勝	宮崎安男	28	26	25	27	106			106
準優勝	松田 哲	30	28	26	23	107			107
3位	峰岸広美	25	26	28	30	109			109
4位	佐田幸一	25	29	25	28	107	6	-2	111
5位	植野忠美	29	31	26	25	111			111
6位	岡村 知	27	26	28	32	113			113
7位	小野みね	29	29	28	28	114	3	-4	113
8位	小野真人	31	26	29	26	112	2		114
9位	野中郎海	27	30	27	29	113	1		114
10位	小橋清二	27	27	27	33	114			114

ベストグロス：106点 宮崎安男

※総合計同点の場合は、カウントバック方式とする。
※カウントバックの優先順位は、合計・計・2小計・B2・A2・1小計・B1・A1とする。

くろしおっ子の学校給食

こんにゃくサラダ



材料(4人分)

糸こんにゃく	170g
A { 薄口しょうゆ	小さじ2
三温糖	小さじ1
キュウリ	90g
ホールコーン	30g
ごま	3g
B { 三温糖	小さじ2
酢	小さじ2
薄口しょうゆ	小さじ1
ごま油	小さじ1/2

こんにゃくサラダは給食で人気のあるメニューの一つです。こんにゃくはほとんどが水分ですが、グルコマンナンという主成分は整腸作用や血糖値・コレステロールを低下させる作用、肥満や便秘を予防する効果が期待できます。ぜひお試しください。

【作り方】

- ①糸こんにゃくは食べやすい長さに切る。
- ②Aの調味料で、糸こんにゃくを炊いて味を付ける。
- ③キュウリは細く切り、ごまは炒る。
- ④Bの調味料を合わせ、②と③、ホールコーンを合わせてできあがり。

○お問い合わせ

大方学校給食センター ☎31-3201

佐賀学校給食センター ☎55-2166

日清食品カップ第38回全国小学生陸上競技交流大会全国大会出場

7月10日(日)、春野陸上競技場で「日清食品カップ・第38回全国小学生陸上競技交流大会・高知選考会」が開催され、大方JACの横井花音さん(入野小)が女子コンバインドA混成競技(80mハードル+走高跳)で優勝しました。



8月20日(土)、日産スタジアム(横浜市)で開催された全国大会の高知県代表として参加し、各都道府県の代表と競い合いました。

※女子コンバインドA 1位・記録1664点
(80mハードル=15秒39・711点+走高跳=1m23cm・953点)