

黒潮町G・G愛好会 黒潮町長杯・大方郵便局長杯

日時：令和6年12月16日(月)

場所：大方球場補助グラウンド(24ホール)

成績	黒潮町長杯	打数	H数	2打数
優勝	酒井 隆昌	50	1	17
準優勝	宮川 依行	52	1	15
3位	中山 次男	53	2	10
4位	宮地 優典	58	1	11
5位	岡村 知	59	1	9
6位	山本 一男	61	2	8
7位	出島 正勝	62	0	11
8位	池田 章夫	64	0	9
成績	大方郵便局長杯	打数	H数	2打数
優勝	野村 民子	52	2	10
準優勝	井上 愛子	56	1	12
3位	松本美弥子	59	1	8
4位	川村由美子	60	1	10
5位	佐竹 令子	62	0	12
6位	矢野 良子	62	0	10
7位	曾根 省子	63	0	10
8位	金子 広子	64	0	8
9位	宮地 洋子	66	0	9
10位	渡辺 栄	67	0	10

※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 12月月例会

日時：令和6年12月15日(日)

場所：土佐西南黒潮パークゴルフ場

成績	氏 名	総計
優勝	橋田 香苗	104
準優勝	植木美和子	111
3位	宮崎 安男	113
4位	宮下 隆夫	114
5位	尾崎 良二	116
6位	井上 梅香	116
7位	峰岸 広美	117
8位	野中 郎海	118
9位	内田 玲子	118
10位	日置 隆則	119

ホールインワン：Aコース 8番 宮崎 安男
Bコース 3番 花井 洋二
ベストスコア：1AB 53点 橋田 香苗
2AB 51点 橋田 香苗
ベストグロス：104点 橋田 香苗

※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。
※総合計同点の場合は、Aコースの8番から9番でプレイオフをする。

くろしおっ子の学校給食

もやしのナムル



材料(4人分)

もやし	250g
キュウリ	80g
ニンジン	20g
ハム	20g
カットわかめ	2g
ごま	2g
酢	大さじ1
砂糖	大さじ1
薄口しょうゆ	小さじ2
塩	少々
ごま油	少々

もやしは工場で生産されるため、気候によって収穫量や価格が左右されない貴重な野菜の1つで、1年中おいしく食べられる野菜です。また、もやしそのものにはクセがなく、サラダや炒め物、汁物などいろいろな料理に使われますね。給食のもやしのナムルは隠れた人気メニューで、野菜が苦手な人でもペロリと食べられたりします。

ぜひ、ご自宅でもお試しください。

【作り方】

- ①わかめは水に戻しておく。
- ②ニンジン、ハムは千切り、キュウリは輪切りにする。
- ③鍋にお湯を沸かし、ニンジン、キュウリ、もやしの順に茹で、冷水で冷やしてから水気を絞る。
- ④ごまは軽くすりおろす。
- ⑤Aの調味料を混ぜ合わせる。
- ⑥すべての材料を⑤の調味料で和えたらできあがり。

○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



昨年12月上旬、毎年恒例の「若山楮の蒸し剥ぎ」作業が行われました。

体験も含め約1週間、のべ人数約150人でした。

地元小学校(拳ノ川、佐賀)をはじめ、あったかふれあいセンターこぶし、幡多地区農業委員会婦人部、町地域おこし協力隊員などに参加いただき無事終了。

また、地元猟師さん提供のイノシシを高知大学地域協働学部の学生さんが料理し振る舞っていただきました。ご参加の皆さん、ありがとうございました。

