

# みんなの伝言板

● 人形劇「くまの子うー」と「ダンボールくん」

日時 7月7日(土)

1回目 開場13時

開演13時30分

2回目 開場18時

開演18時30分

会場 文化会館ホール

料金 前売券 800円

当日券 千円

(3歳以上均一・自由席)

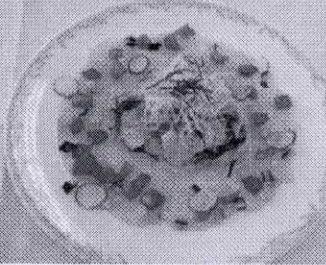
問い合わせ先

☎(26) 2323番 (川崎)

☎(24) 2416番 (市民)

会館)

# オホーツク 食材レシピ



## 【カルパッチョ】

《材料》4~5人分

- 刺身 200g
- (好みの物2~3種類程度)
- きゅうり 1/3本
- 大根 スライス5枚
- トマト 小1/2ケ
- しそ 1枚
- 白ごま 一つまみ
- 人参 10g
- ラディッシュ 1本

- 酢 70cc
- レモン汁 大さじ1
- ワインビネガー 大さじ1
- 砂糖 小さじ1/2
- 食塩 小さじ1/4
- サラダ油 50cc

※1人分 64kcal

### <作り方>

- ◎大根と人参は千切り、きゅうりとラディッシュはスライス切りして、水に入れて、バリットさせる。トマトは皮をむいて2cmくらいの角切りにし、しそは千切りにする。
- ◎お皿の周りを白身の刺身で飾り、中央に残りの刺身を盛りだかに置く。トマト、きゅうり、ラディッシュを飾り、中央の刺身の上に、人参、大根の順にのせ、ドレッシングを回しかけ、青じそを中心に飾り、白ごまを全体にふる。

問い合わせ先  
紋別保健所健康推進課健康増進係  
☎(23)3108番



## 青年会議所からの お知らせ

港まつりフリーマーケット 参加者募集

日時 7月28日(土)

13時~16時

12時までに集合

場所 氷紋の駅駐車場

申込み 7月27日(金)まで

※先着50チーム。参加費無料。

港まつりマシユマロキヤッチ  
ふわふわと落下するマシユマ  
ロをお口でキャッチ！  
成功賞金千円！

港まつりストラックアウト

1から9のボードをボールで  
射抜け！

パーフェクトなら賞金10万  
円！

日時 7月29日(日)

11時20分~14時

受付は11時10分~

人数 各先着100名

場所 港まつりメインステ  
ージ正面

問い合わせ先

(社)紋別青年会議所

担当 石井友也

☎090(1641)6966番

ホームページ  
<http://mjc.csde.com/>

## 学校開放講座 受講生募集

日時

8月21日(火)・22日(水)

18時~20時

※「クリーニング講座」は、  
21日のみ、「織物講座」は、  
22日のみ開講となります。

場所 紋別高等養護学校

内容・定員

窯業講座 12名

21日 豆小鉢セット製作

22日 自由製作

木工講座 8名

花台作り

籐工芸講座 5名

小物入れ作り

クリーニング講座 4名

ワイシャツのアイロンが  
け、じゅうたん洗い

織物講座 4名

裂織のコースター作り

受講料

窯業講座 千500円

木工講座 千500円

(保険料込み)

籐工芸講座 800円

クリーニング講座 無料

織物講座 100円

申込期間

7月23日(月)~25日(水)

9時~17時

電話で申込み願います。定  
員になり次第締め切ります。

問い合わせ先

紋別高等養護学校

担当 教頭

☎(24) 1120番

# 紋高養通信

## 「思い出いっぱいの見学旅行」

5月21日、3年生11名は、在校生と職員に見送られ、4泊5日の見学旅行(東京方面)をスタートしました。

飛行機に乗るのが初めてで、緊張と不安から顔が強ばる生徒もいましたが、空港まで見送りに来てくれた職員を見て、笑顔で機内に乗り込みました。しかし、実際に飛行機が動き、加速するにつれ、手に力が入る生徒や離陸時には機体の揺れと共に悲鳴をだす生徒もいました。そんな生徒たちをよそに飛行機は無事羽田空港に着陸しました。ホテルに着いた生徒たちは、学校とは違った雰囲気の中で各々の時間を過ごしました。

2日目と3日目は、各班ごとに計画を立てて準備してきた自主研修です。上野動物園では、パンダなどの初めて見る動物に感激し、NHKスタジオパークでは、ニュースキャスター席に座り、前日に放送した記事のアナウンス体験をしてきました。他にも、東京タワーや水族館、横浜中華街などに行きました。各班で行く場所が重なっても、時間やルートはそれぞれ異なります。見学先で偶然会ったとき生徒同士の表情には、満面の笑みがこぼれました。



4日目は、楽しみにしていた東京ディズニーランドです。絶叫マシンに弱い3年生ですが、この日の3年生はひと味違いました。全員が3大マウンテンのうち2つ以上を乗りこなすといった奮闘ぶりを見せました。その他にも、パレードやテレビで目にするキャラクターのアトラクションなど夢の世界を満喫しました。

4泊5日の見学旅行は、生徒にとっていつまでも心に残る思い出となりました。

# 紋別養護学校通信

## 「春の遠足」

～森林公園へ行きました～

5月21日(月)、前の週に雨天で延期となった、小学部低学年ブロック(1～3年生)の行事「春の遠足」が行われました。4月に入学したばかりの新1年生にとっては、初めてのお出掛け行事となりました。ドキドキ、ワクワクの中、新1年生2名を含む小学部低学年の児童6名が、教員や友達と手をつなぎながら、青空のぼかぼかした陽気のもと、紋別養護学校から元気にオホーツク森林公園まで歩きました。

公園までの途中、大山町のコンビニエンスストアに立ち寄り、買い物をしました。これまでの買い物の学習の成果を発揮し、遠足当日は、自分の好きなお菓子と飲み物を1つずつ選び、購入することができました。買った物をリュックに入れて背負い、再びスタート。坂道もありましたが、先輩の2年生が1年生に「がんばれー」、「いくよー」などと励ましなが、一生懸命歩きました。公園が見えてくると、子どもたちの目は輝き、足どりが軽くなりました。



森林公園では、遠足に途中から参加した訪問学級の友達とも合流し、飲み物とおやつをおいしくいただきながら休憩した後、アスレチックでたくさん遊びました。子どもたちは、大きな遊具で楽しく体を動かしたり、きれいな草花を眺めたりと、笑顔がたくさんこぼれ、時間いっぱい春の森林公園を満喫することができました。

地域の皆様、道を歩いている途中、子どもたちへにこやかに励ましの声を掛けてくださり、ありがとうございます。これからもご声援をどうぞよろしくお願いします。