

今年入団した ユース選手を紹介します!

今年も県内外からサンフレッチェ広島ユースに新たな選手が加入しました。彼らは吉田高校で学びながら、プロサッカー選手を目指します。夢に向かって挑戦する選手たちをサンフレパーク(安芸高田市サッカー公園)で応援しましょう。

質問内容 ①サンフレッチェ広島で憧れの選手 ②試合のゲン担ぎ・ルーティン
③どんな選手になりたいですか ④安芸高田市の皆さんにメッセージ

<p>16 GK</p> <p>はやし かずひろ 林 和広 選手 出身:千葉県大網白里市</p> <p>①大迫 敬介選手 ②音楽を聴く ③世界で戦える選手 ④応援される選手になるように頑張ります!</p>	<p>21 GK</p> <p>せきやま いっさ 関山 一颯 選手 出身:岡山県津山市</p> <p>①大迫 敬介選手 ②ポストにあいさつ ③大迫 敬介選手 ④安芸高田市をみんなで盛り上げよう!</p>	<p>26 DF</p> <p>あらい ひさと 新井 悠友 選手 出身:大阪府枚方市</p> <p>①荒木 隼人選手 ②勝負パンツを履く、音楽を聴く、寝る ③選手として、人として尊敬される選手 ④よろしくお願いします!</p>	<p>27 MF</p> <p>いなもと りひと 稲本 理仁 選手 出身:石川県金沢市</p> <p>①中島 洋太朗選手 ②音楽を聴くか寝る ③ペドロ・ゴンサレス・ロベス選手 ④3年間応援よろしくお願いします。</p>
<p>28 FW</p> <p>かたおか ゆうせい 片岡 裕清 選手 出身:高知県高知市</p> <p>①ジャーメイン 良選手 ②早く寝る ③得点をたくさん取ってチームを勝たせられる選手 ④安芸高田市の一員としてよろしくお願いします。</p>	<p>29 MF</p> <p>かたやま あらた 片山 新 選手 出身:広島県広島市</p> <p>①岡本 知剛元選手 ②湯船に漬からない、ゼリーを飲む ③サッカーを全力で楽しむ選手 ④応援よろしくお願いします。</p>	<p>30 DF</p> <p>ごとう あおい 後藤 碧 選手 出身:千葉県八千代市</p> <p>①佐々木 翔選手 ②音楽を聴く ③攻守ともに一流の選手 ④応援よろしくお願いします!</p>	<p>32 MF</p> <p>こしみち ともや 越道 智矢 選手 出身:広島県広島市</p> <p>①越道 草太選手 ②けがをしないようにエクササイズ ③めっちゃくちゃすごい選手 ④安芸高田市の方には家族のような安心感があります。</p>
<p>33 FW/MF</p> <p>ささかわ しゅうと 笹川 秀斗 選手 出身:島根県益田市</p> <p>①小林 志紋選手 ②左足からスパイクを履く ③みんなから信頼される選手 ④これからお願いします。</p>	<p>34 MF</p> <p>しばた あおい 柴田 葵生 選手 出身:広島県大竹市</p> <p>①川辺 駿選手 ②試合前に音楽を聴く ③世界で活躍する選手 ④3年間応援をお願いします。</p>	<p>35 MF</p> <p>すえおか ゆうひ 末岡 祐陽 選手 出身:広島県広島市</p> <p>①東 俊希選手 ②特になし ③Jリーグでチームに貢献できる選手 ④みんなの応援に応える選手になります。</p>	<p>36 CB</p> <p>すずき れいた 鈴木 領太 選手 出身:愛知県春日井市</p> <p>①佐々木 翔選手 ②特になし ③ビルドアップが上手で、1対1も負けない選手 ④これからよろしくお願いします。</p>

食のさんぽ道 安芸高田市食生活改善推進協議会

カルシウムたっぷり おやつレシピ

毎月19日は
食育の日

ミルクくず餅

〈1人分〉エネルギー133kcal/塩分0g/
カルシウム72mg



【材料(5人分)】
片栗粉…… 1/2カップ 牛乳 …… 1と1/2カップ
砂糖 …… 1/2カップ きな粉 …… 大さじ2

【作り方】
①鍋に片栗粉、砂糖、牛乳を入れ、混ぜて溶かし、火にかける。焦げ付かないようにかき混ぜて、とろみがつくまで加熱する。
②全体的に固まってきたら練るように大きくかき混ぜ、水気がなくなりまとまったら火を止める(加熱しすぎると固くなるので注意)。
③型に入れ、ヘラなどで表面をならしたら固まるまで冷まして切り分け、きな粉をかける。

健康推進課 健康推進係 ☎お太助フォン 42-5633

いりこかりんとう

〈1人分〉エネルギー45kcal/塩分0.4g/
カルシウム220mg



【材料(5人分)】
いりこ(小) …… 50g 水 …… 10ml
砂糖 …… 20g

【作り方】
①フライパンにいりこを入れ、パリッとするまで、弱火でゆっくりいる。
②いりこをお皿にとり、フライパンに水と砂糖を入れて火にかける。
③全体が泡立ってきたら、冷ましたいりこを入れて混ぜ合わせ、水気がなくなるまで炒める。

レシピ動画
公開中



5月開講

学びと交流で輝く毎日! 高齢者大学 申込受付中

おうちの近くの文化センターで、楽しく学び、心も体も生き生きと! 多彩な講座を用意して、皆さんの参加をお待ちしています。

対象者 60歳以上の方 **講座期間・回数** 5月～翌年3月の間で7回 ※各大学で日程が異なります。

年会費 1,000円(市外の方2,000円) ※講座が中止になった場合も返金はできません。

開講式	開催日	会場	問い合わせ (☎お太助フォン)
三矢大学(吉田)	5/22 13:30~ 第4金曜	マルシンクリスタルアージュ大ホール	42-2411
八千代大学	5/13 13:15~ 第2水曜	八千代文化施設フォルテ文化ホール	52-2323
美土里大学	5/28 13:30~ 第4木曜	美土里生涯学習センターまなび文化ホール	59-2120
たかみや福寿大学	5/21 10:30~ 第3木曜	高宮田園パラッツォ大交流室	57-1803
甲田大学	5/27 13:30~ 第4水曜	甲田文化センターミュージズ多目的ホール	45-4311
向原寿大学	5/20 13:30~ 第3水曜(奇数月) 第3木曜(偶数月)	向原生涯学習センターみらい文化ホール	46-3121

※開催日は変更になる場合があります。

申し込み方法 各町文化センターに設置してある申込書に記入し、提出してください。