

# 鹿島アントラーズ

行方市は鹿島アントラーズのホームタウンです



© 株式会社鹿島アントラーズFC

## 「WITH HOPE プロジェクトのお知らせ!!」

株式会社鹿島アントラーズFCは、“いばらき復興のためにできること”として「WITH HOPEプロジェクト」を立ち上げました。このプロジェクトは、一クラブとしての活動の枠におさまらず、茨城県復興支援の輪を広げることを目標としています。また、ホームタウンである行方市も、この活動に賛同し、共に活動をすすめてまいります。

### ■ WITH HOPE プロジェクト概要

①プロジェクト名：WITH HOPE プロジェクト

②フルスローガン：With hope we can cope（希望と共に乗り越えよう）

③プロジェクト内容

震災、原発事故、風評被害などで打撃を受けた茨城県が復興していくため、「今、出来ること」「これからやらなければならないこと」を考え、実行していくプロジェクトです。

④支援の輪「circle of hope」

本プロジェクトの最大の目的は、茨城県復興支援の輪（サークル・オブ・ホープ）を県内、全国へと広げていくことです。活動に賛同頂ける団体の皆様を増やしなが、輪を大きくしていきたいと考えます。

この活動に加わって頂ける団体には、経済的支援はもとより、それぞれの特色ある活動を行って頂くことで、プロジェクトをPRして頂けたら幸いです。

⑤ロゴの使用

本プロジェクトにご賛同頂き、サークル・オブ・ホープに加わって頂ける団体は、「WITH HOPE」のロゴマークを、サイト上や印刷物等で使用頂くことが可能です。

くわしくは、鹿島アントラーズHP「WITH HOPEプロジェクト」をご覧ください。

鹿島アントラーズオフィシャルサイト <http://www.so-net.ne.jp/antlers/>

＝アントラーズのアクションプラン＝

- ・チャリティーオークション ・募金活動
- ・チャリティー物販 ・セミナー等の開催

### ホームゲーム

- ◇ 4月19日（火）ACL vs 水原三星  
14:00 キックオフ（13:00 開場）
- ◇ 4月23日（土）Jリーグ vs 横浜Fマリノス  
14:00 キックオフ（11:00 開場）
- ◇ 5月03日（祝火）ACL vs 上海申花  
15:00 キックオフ（12:00 開場）
- ◇ 5月10日（火）ACL vs シドニー  
未定（1時間前開場）

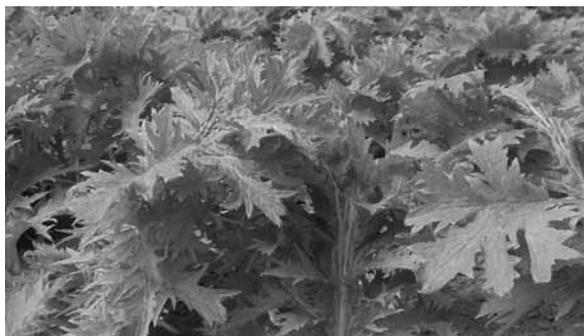
\*ともに国立競技場（東京）での開催になります

お問い合わせ 企画政策課（麻生庁舎） ☎ 0299-72-0811 HP <http://www.city.namegata.ibaraki.jp>

# 地元を 食べよう!

Namegata Brand

## わさび菜 ～レタス、パセリに代わる生食野菜～



### 【食べ方】

独特の辛味があり、生食できるのでサラダやお浸しなどの料理にむいています。味には少々癖がありますが、湯通しすると食べやすくなります。わさび菜は特に肉との相性がいい野菜なので、サラダにして一緒に食べたり、茹でた肉を巻いて食べるというのもおすすめです。この他、サンドウィッチや鍋料理、てんぷらなど幅広い料理に活用できる便利な野菜です。

わさび菜とは、アブラナ科アブラナ属の植物で、わさびに使うものではなく、カラシナの変異種です。さわやかな辛さが人気ですが、まだまだなじみのない野菜です。鮮やかな緑色も魅力の一つで、加熱しても黒ずまないのが特徴です。

栄養素としての、ビタミンAはキャベツの60倍、レタスの10倍も含まれており、サラダ用野菜の中では飛びぬけています。その他、ビタミンB群、C、カルシウムなどが豊富に含まれ、美容と健康づくりに一役買います。このようなわさび菜は栄養源としても優れており、積極的に食べたい野菜です。

行方市では、平成17年から栽培がはじまり、生産者の数は徐々に増え、生産量を伸ばしてきました。生産者のたゆまぬ努力により、品質を向上しながら、販売実績を順調に伸ばしてきた結果、平成22年には茨城県銘柄産地に指定され、茨城県そして行方市を代表する園芸作物となりました。