

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



オリヴェイラ監督ありがとう!

平成 23 年 12 月 5 日、オリヴェイラ監督の契約満了による退任が正式に公表されました。そこで、「アントラーズ功労賞」の 12 人目の受賞者として同監督が選出され、12 月 18 日にカシマサッカースタジアム正面玄関ホールで表彰式が行われました。

また、行方市をはじめ鹿行 5 市で構成する、アントラーズ・ホームタウン協議会からも、鹿島アントラーズの監督として、5 年間にわたり数多くの栄光と喜びをクラブとホームタウンに与えてくれたことに感謝し、同日、内田会長（鹿嶋市長）から感謝状が贈られました。

【アントラーズ功労賞】

クラブの発展に寄与した人物を称えるため、2008 年に制定され、2009 年には 11 人を選出。功労賞受賞者は、サッカーミュージアム内にある「アントラーズ殿堂」に掲額される。

【受賞理由】

Jリーグ史上初のリーグ 3 連覇達成をはじめ、就任 5 年間で 6 つのタイトルを獲得するなど、クラブへ顕著な貢献をした。



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

©(株)鹿島アントラーズFC



アントラーズスポーツボランティア 新規スタッフ大募集

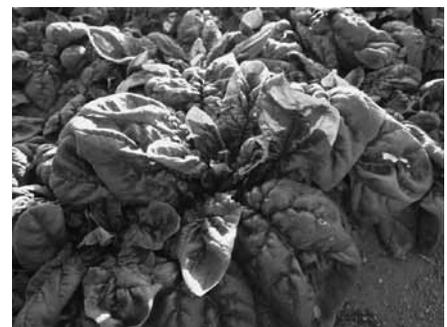
アントラーズスポーツボランティアでは、鹿島アントラーズホームゲームの運営にご協力を頂けるスタッフを募集しています。意欲のある方々のご応募をお待ちしております。

◆登録申し込みについてのお問い合わせ
(株)鹿島アントラーズFC内「アントラーズスポーツボランティア事務局」担当：杉澤
電話：080-6537-6800

(祝日を除く火～金曜日
午前 9 時～午後 3 時)

お問い合わせ 企画政策課（麻生庁舎） ☎ 0299 - 72 - 081 1 HP <http://www.city.namegata.ibaraki.jp>

地元を食べよう



ちぢみほうれん草

冬の寒さの中で育ったちぢみほうれん草は甘みが強くてまろやかな味!
JAなめがたほうれん草部会連絡会会長の藤崎さんにお話しを伺いました。

Q ちぢみから栽培していますか？

行方地域では約 10 年前から作られるようになり、ちぢみほうれん草の生産者は現在 54 人、13 町歩ぐらの面積で栽培されています。

Q 普通のほうれん草との違いは何ですか？

冬の寒さの中露地栽培で作るので、糖度が普通のほうれん草に比べ倍ぐらになり、甘みが強くまろやかな味になります。食方は、あまり火を通しすぎないように、さっと湯がいて食べるとおいしいです。また、ファミリーストランでも期間限定のメニューが出ていますので、試してみてください。

Q 栽培・出荷について教えてください。

部会でマニュアルを作っているため、それに沿って栽培しています。種まきは 10 月初旬の 5 日間で行います。この 5 日間を逃すと、大きく育たなくなってしまうのです。出荷時期は 12 月から翌年の 3 月頃まで、刈り取りや袋詰めはすべて手作業で行っています。ただし、糖度が 12 月までは 8 度、1 月からは 10

節分は春夏秋冬を区切る節目の日です。
春はもうすぐですね。

新着図書

このほかにもたくさんの本が入っています！希望する本がないときは図書館職員へ声をかけてください。市内の各図書室のほか、県立図書館からも取り寄せます。



「きれいごと」

大道珠貴

平尾美々、44歳・独身。逗子に家を買った。これからは何でも1人ですのだから。気楽だけれど楽じゃない、独身・家持ち女の静かな暮らしを描く。『文學界』に掲載した3作を下敷きに、長篇として新たに書き下ろし単行本化。



「人魚はア・カペラで歌ふ」丸谷才一
「刺客大名」森村誠一



「せつぶんのひのおにっか」青山友美

行方市立図書館のホームページで「新着案内」と「蔵書検索」ができます。

Feb 2月 図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

□は休館日 ※公民館図書室は異なる場合があります。

イベント情報

☆小さいお子さんとお母さんのために

2月8日(水) 午前10時～	○だっこでよみきかせ (よしよし) ほか ○絵本の時間	2月25日(土) 午後2時～	○おはなし会 (ひなまつり)
-------------------	-----------------------------------	-------------------	-------------------

節分にちなんだ本です。

読み聞かせにいかがですか・・・

- ・ふくわうちおにもうち
- ・おなかのなかにおにがいる
- ・おにはうちふくはそと
- ・ないたあかおに
- ・おにわうち



施設名	開館時間	電話番号
行方市立図書館 (玉造乙 1175)	午前9時～午後5時 休館日は月曜日	0299-55-1495
行方市北浦公民館図書室 (山田 2175)	午前9時～午後5時 休館日は月曜日	0291-35-3777
行方市麻生公民館図書室 (麻生 1221)	午前9時～午後5時 休館日は月曜日	0299-72-1573

鉄分、β-カロテン、ビタミンC、ビタミンE、ルテインなどの栄養が含まれています。ルテインは白内障などの眼病予防に効果があると言われています。



○材料 (2人分)

ちぢみほうれん草 120g エリンギ 2本
甘塩鮭 1切れ サラダ油 大さじ1
牛乳 1/2カップ スライスチーズ 2枚
塩 少々 コショウ 少々
スパゲッティ(乾) 120g

ちぢみほうれん草と鮭のパスタ

○作り方

- ①沸騰した湯で、スパゲッティをゆでる。
- ②ちぢみほうれん草は根元を切ってよく洗い3cm長さに切る。エリンギは1/2にしてから食べやすい厚さにスライス。鮭は皮と骨を取り除き一口大に切る。
- ③フライパンにサラダ油を熱し鮭の表面を焼き、ほうれん草を加えしんなりしたら、エリンギを加え軽く炒める。
- ④③に牛乳を加え煮立ったら、チーズをちぎって加える。溶けて少し煮詰め、①を加え、味見してから塩コショウで味を整える。

(一人分)

エネルギー 454 kcal
たんぱく質 22.8g 脂質 17.1g
塩分 1.2g

度を越えていないものは出荷できません。
Qちぢみほうれん草栽培の今後について教えてください。
行方と同時期に栽培を始めた産地があります
が、全国の他産地に負けない日本一の産地を目指しています。消費者の方に、行方産のちぢみほうれん草を買ってもらえるように、頑張りたいと思います。



藤崎正和さん