

### ユニホック・親子で体づくり



ユニホックとは、ユニバーサルホッケーの略、室内版ホッケーの事です。  
 簡単なルールと安全を第一にスウェーデンで始められました。6人×6人でプレーをします。  
 ルールはいたって簡単で、5つほどの決まり事を知っていればOKです。  
 今回も親子が低学年・高学年・中学生に分かれてゲームを楽しみました。



### 親子体づくりに参加しませんか？

場所：農業者トレーニングセンター 時間：PM7時～

次回：10月19日・10月26日

## フリーマーケット

### 第5回

## チャリティーバザー

今年も加藤新聞店主催のフリーマーケットがやってきました。  
 皆様お誘いあわせの上ご来場くださいませ。

開催日：9月23日(日)  
 場所：農業者トレーニングセンター  
 時間：10:00～14:00



ドラバスもまってるよ!



### まちをきれいに!

毎月、第一日曜日に行う清掃に今回も  
 一般の方・一西シャークスのみなさんが  
 お手伝いに来てくれました。  
 ご協力ありがとうございます。

【次回】日時：9月5日 AM6:30～  
 場所：三河一宮駅付

必要なものはこちらで用意します。

## プレゼントクイズ

35センチもある、なが —— ドラゴンズえんぴつ プレゼント



ハガキに問題の答え〇〇〇〇にひらがな「3文字」を記入の上、住所・お名前  
 ・電話番号と「コミュニボード」に関するご意見、ご要望などを記入の上、  
 加藤新聞店までお送りください。  
 正解者の中から抽選で3名様に『ドラゴンズえんぴつ』を差し上げます。

あて先

官製ハガキ：〒441-1231 豊川市一宮町幸17番地 加藤新聞店まで  
 応募シールを切り取り、官製はがきに貼ってご応募願います。

携帯サイト：バーコードリーダー機能を使って読み取ってください。

メール：info@93-3600.ddo.jp

締め切り：9月15日

## 豆知識

### なし『二十世紀』の美味しい選び方

- 1.上からみたときに、果形が正円に見えるもの
- 2.大玉のもの
- 3.果皮に張りがあり、硬くずしりと重いもの

### 【上手な保存方法】

夏場に収穫され流通するなしは、日持ちのよいものではありません。  
 購入したらすぐに冷蔵庫に入れ、早めに食べましょう。

箱入りのものは、すぐに箱から出して保冷しましょう。

【効能】：利尿作用や体内の代謝を整え、疲労回復、便秘解消、  
 血圧を下げるなどの作用があり、中国では百果の宗と呼ばれ、  
 漢方薬としても利用されています。

## 節約レシピ

### 玄米チャーハン

- 材料：(2人分)  
 干しえび：5g  
 レタス：4枚  
 卵：2個  
 塩・胡椒・醤油・サラダ油



つくりかた：

- 1 レタスは洗って細切りにしておく
- 2 ボウルに卵を割って解きほぐし、塩・胡椒・玄米  
ご飯を加えてよく混ぜる。
- 3 フライパンに油を熱し、干し海老を入れて  
サッといためたらご飯をくわえて炒める。
- 4 レタスを加えて軽く炒め、醤油をまわしいれて  
炒めあわせ、火を止め、器に盛る。

一口メモ＝ 玄米は、栄養バランスがとても良く、それだけで  
 ほぼ完全栄養食ってご存知でしたか？

残暑お見舞い申し上げます



### 問題

【来月、9月23日に農業者トレーニングセンターで  
 チャリティーのフリーマーケットを主催するお店の名前は？】

答え ○○○新聞店

14回クイズ正解者を発表出来なかったことをお詫び致します。

内藤 佳恵様 豊津町

横田 ますみ様 新町通

権田 恵美様 上長山町 以上3名様でした

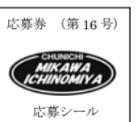
## 15回当選者の発表!

15回クイズの答え サンバ(三羽)でした。

高橋 圭子様 東上町

加藤 喜久様 上長山町

水上 やえ様 大木町



http://newspaper.cartic2.com/



# コミュボード! みんなの広場!

読者のみなさまから、お寄せ頂いた  
啓発・お便りを載せるコーナーです

コミュボードよりちょっとうれしいこと!  
(^-^)

最近、読者の方のお便りが  
ふえております。メッセージなども頂き、  
地元の方も身近に感じてひたすら  
喜んでおります。

★きのこ型つまようじ入れ  
あたりまきようじ!!

一宮町 K様 女性  
あたりまきようじに! 願いむなく・  
「次回もめげずにチャレンジしてくださいね。」



★いつも取材ご苦労様です。

「コミュボード」いつも楽しみにしています。  
これからも楽しいものを待っています  
上新切 I様 男性  
「ありがとうございます。たのしいもの?…  
期待にこたえたいです。」

★ 私も毎朝、子供達の通学時に交通指導を  
散歩がてら見えています。夏休みになると寂し  
いかも知れません。

新町通 M様 男性

「朝刊・夕刊と毎日の配達ありがとう  
ございます。暑くなるので気をつけて。」  
と何よりのうれしい励ましです。  
「ありがとうございます。  
交通指導! これからもお願いいたします。」

★ きつつきのお話が書いてありましたね。

ヒナがいるんでしょうね。私が先週、神石山を歩いている時、  
ヒナが落ちていたんです。

一度落ちてしまったヒナは親鳥も育ててくれない  
と聞きました。かわいそうですね・・・グスン

一宮町 U様 女性

「人のおいがつくと生き物はだめみたいですね。  
我が家にも親に捨てられた猫ちゃんがあります。  
今では6.5kgの超ジャンボ猫に変身しました。」



皆様のご意見・ご要望を  
お寄せください。

★ コミュボード

いつも楽しく見させていただいております。

このような情報満載な新巻はありがたいですね。

真心こもった暖かい皆様の愛を感じます。これからも素敵な話  
を豊かせてください。そして毎朝ご飯の支度をしながらポス  
トの響く音に感謝しています。

一宮町 M様 女性

「私も、ポストの響く音に感謝と苦労を労い  
(雨降りは大変だろうな～・暗くて家がわかるのだろうか～)  
いろんなことを思い朝の目覚ましにしています。」

## ふるさと 昔話 今物語

### (大己貴命) だいこくさま

#### 砥鹿神社

家運隆昌、縁結びなどの御神徳で総鎮守の神様として崇敬をいただいている砥鹿神社は

大己貴命(おこなむちのみこと)大国さまを祀る旧国幣小社であります。

大己貴命(おこなむちのみこと)は因幡の白兔のお話でご存知の方も多いでしょう。

また、大己貴命(おこなむちのみこと)は縁結びで知られる神様です。別名はだいこくさまと呼ばれる神様です。

大己貴命はかつて天照大御神に「国譲り」をしました。

そのとき、自分は隠退(【かくりよ】神様が収める世界)をおさめることになりました。この【かくりよ】をおさめることを、

“縁を結ぶ”と呼ばれ、“縁結び”の神様として信仰されたのでした。

少彦名神と協力して国土を(てんそんににぎのみこと)に譲ったとされる「国譲り」の神話の中で少彦名神との関係は、大己貴命の幸魂

(さちみたま)奇魂(くしみたま)であるとされています。

四魂とは、荒魂・和魂・幸魂・奇魂。これがそろって一霊となり、肉体に宿った心であるということです。



まめ 17歳



ミニ 3ヶ月

## 大募集!

## 第3弾! 我が家のペット



ぜひ紹介したいペット! 笑っちゃうしぐさ! など、なんでも結構です。

あなたのペットの写真を送ってください。(犬・猫・小動物・爬虫類など)

次回『コミュボード』にてご紹介いたします。

住所・氏名・(ペットのプロフィール・名前、年齢、など)を明記の上、

加藤新聞店まで、遠慮なくご応募をお願いいたします。

尚、メールも受け付けております。また、写真をお貸し下さっても結構です。

ご連絡くだされば出張し、写真を撮りに伺います。

あて先

住所: 豊川市一宮町幸17番地 (有) 加藤新聞店まで

電話: 93-3600 FAX: 93-6430

メールアドレス: [info@93-3600.ddo.jp](mailto:info@93-3600.ddo.jp)

(携帯電話でも送信できます)

※携帯電話に写真を添付して送信してください。

我輩はねこである。名前は「まめ」。みんなは私のことを  
デブねこと呼んでいる。しかし、こんな私にも悩みはある。  
最近、お母さんが子猫を拾ってきたことで、我輩の居場所が  
なくなってしまったことだ! ちびのくせにでかい態度にやろう?  
我輩の居場所をかえせ～～。

こんな悩みを抱えたペット諸君! みんなで集まろ～よ  
遠慮なんかしないでいい! どんどん紹介してもらおう!

まあ、幸せなやつも仲間に入れてやるよ。

仲間は多いほうが楽しいからにやっ!

我輩は猫である。性別はメス。歳は・・・当年とって17歳であります。