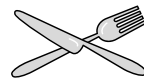


下北食材を活用したヘルシーなご飯づくり



8月10日(日) 佐井小学校で「下北食材を活用したヘルシーなご飯づくり親子料理講習会」が開催されました。

青森県の平均寿命が男女とも最下位であるため、幼少期の意識啓発と生活習慣の改善のため、青森県が取り組む事業の一環として、大平小学校の中村佳未栄養教諭を講師に迎え、親子6組が参加しました。

小学校中学年程度のカロリーに抑えた食事でしたが、イカや豆が入っていることでよく噛み、満腹感を得られるメニューとなりました。



講師の中村先生



にぼしの下準備



大根おろしをがんばります



できあがり



いただきますのごあいさつ



いただきます

女子団体5連覇

7月27日(日) 田名部中学校で「第50回むつ市内中学生学年別卓球大会」が開催され、佐井中学校卓球部が出場しました。

女子団体が5連覇を達成し、個人も2種目で優勝しました。

【男子個人戦】

- 1年生の部 3位 内田 大空
- 3年生の部 1位 田名部岳春

【女子団体戦】

- 1位 佐井中学校

【女子個人戦】

- 1年生の部 1位 熊谷 桜
- 2位 樋口 ころこ
- 3年生の部 2位 宮木 詩織

