

京田辺 & 同志社連携事業

日にち	時間	講師・テーマ
12 / 10 困	午後6時 ～ 7時30分	同志社女子大学現代社会学部教授 日下菜穂子さん 笑いの効用～ごころからの健康づくり～
		同志社女子大学現代社会学部教授 上田信行さん 楽しく熱く一生学びたい
平成28年 1 / 21 困		

街かど大学 in キララ商店街 公開授業を体験しよう

同志社大学の学生は、商店街で大学の雰囲気を感じてもらおうと、街かど大学 in キララ商店街を開きます。
同志社女子大学の教授が、笑いや学びをテーマに専門分野を分かりやすく解説します。どなたでも参加できますので、「大学のあるまち」の商店街で大学生になりきってみませんか。
日時・内容＝左表のとおり
場所＝キララ商店街(近鉄新田辺駅東口)
定員＝各回20人
参加費＝無料
申込方法＝電子メールに参加希望日・氏名・電話番号を書いて、希望日の前日までに送信してください
申込・問合せ先＝阿部(☎090-5160-4841、メールアドレス akitenpo-project2015@googlegroups.com)



一休さんウォークに1200人 色付く京田辺を巡る

11月7日、市内の豊かな自然や名所を巡る「第18回一休さんウォーク2015」が行われました。楽しく健康・体力づくりができる人気の同イベントには、市内外から1,200人が参加。石井市長や京田辺玉露レディなどを先頭に、田辺公園多目的運動広場を元気に出発しました(=写真①)。コース途中には酬恩庵一休寺や大観堂観音寺、甘南備山など深まる秋の景色を染

しめるスポットがもりたくさん。家族や友人と色付く街並みの木々を眺めながらウォーキングを楽しみました(=写真②)。
2人の幼稚園児を連れて参加し、6kmを完歩した伊藤さんの家族。兄の稜夏くん(6)は、「とても疲れた。坂を走って下るのが楽しかった」と、充実した表情で話してくれました。



チアリーディング部 部長 松本沙久良(まつもとさくら)
チアリーディングは、アクロバティックに組み体操をする競技です。技術を競う大会への出場のほか、硬式野球部・アメリカンフットボール部などの応援活動や、地域の祭りなどさまざまなイベントに参加し、会場を盛り上げています。
【成績】(2014年)
JAPAN CUP 総合4位・応援部門優勝
全日本学生チアリーディング選手権大会・応援部門優勝



シリーズ⑥ ハンドボール部・チアリーディング部 目指せ! 大学ナンバーワン



男子ハンドボール部 主将 柴田電太(しばたりゆうた)
同志社大学2015年度プロジェクト「地域応援プロジェクト」同志社から、スポーツの力で応援し、が、同大会の選手を紹介するシリーズ。最終回の今回は、小学生ハンドボールの聖地と呼ばれる京田辺をめぐります。
【成績】(2014年)
関西リーグ2部優勝

チアリーディングの魅力は、一人ひとりが輝く、主役になれること。また、一人でも思いが合わない技は成功しません。全員が力を発揮し、チームが輝き放つときは、みんなが喜びや感動を分かち合える瞬間で、チアをやっていると良かったと感じます。スポーツの魅力は、チームで意見を交換しながら

の聖地・京田辺にふさわしくハンドボール部を、また、強い絆で結ばれたチアリーディング部を紹介します。京田辺キャンパスで技術を磨く両部は、ともに大学ナンバーワンを目指します。
ハンドボールを始めたきっかけは、小学校2年生のときに幼なじみに誘われて、実業団でプレーしていた父が教えるチームに入りました。ハンドボールの魅力は、全身を使ったダイナミックなシュートや、身長差に関わらず工夫次第で活躍できるのが魅力です。私はサイドのポジションなので、角度がないところからシュートしますが、5割で上出来と言われる中、8割決められます。キーパーをかわしてゴールを決めたときは最高の気分です。
印象に残る出来事は、別々の高校に進むことになったチームのチームメイトと交わした「インターハイ予選の決勝(会おう)」という約束を、高校3年生で果たしました。接戦の末、勝利しましたが、敗れた元チームメイトからは、「頑張れよ」と泣きながら声を掛けられました。
互いに理解しあうことで、仲間とのつながりが深まります。目標に向かってチームが一丸となり、気持ちや技術を高め合うことで絆が生れます。実は、メンバーはよく食べます。かわいいと言ってくたさいますが、実はマッチョな女子の集まりです。頼りがいのある、しっかり者が多いです。
子どもたちが多い「元氣勇氣笑顔」がモットーのチアリーディングは、応援してくれる人に元気を届けます。ぜひ、私たちのステージを見に来てください

中学生の育児体験 参加者募集
命のぬくもり感じて
市は、思春期育児体験事業の参加者を募集します。乳幼児と触れあうことで、愛おしいと感じる心や命の尊さを学びます。
日にち 12月24日(木)
時間 午前9時30分～11時30分
場所 子育てひろば



調理のコツ

- ★たわしなどで泥を洗い流し、完全に乾燥させるか、布巾などで水気を拭くと皮がむきやすくなります。また、両端を切り落とし、切り口から縦にむくと形がきれいです。
- ★煮すぎると形が崩れるため、竹串が通る堅さで火を止めます。
- ★えびいもは、乾燥と寒さに弱いため、泥付きのまま新聞紙などで包み、室温で保存すると長持ちします。

材料(4人分)

えびいも(小)	200g(5個)
A たらこ	15g
ヨーグルト	大さじ1
B 青のり	小さじ1
マヨネーズ	大さじ1
みそ(減塩のもの)	大さじ1
砂糖	小さじ1
ゆず皮(みじん切り)	少々
ゆず汁	小さじ1
だし汁	300cc
D みそ(減塩のもの)	大さじ1/2

栄養価(1人分)

エネルギー	84kcal	たんぱく質	5.2g
カルシウム	36mg	塩分	0.8g
		脂質	3.6g

【作り方】

- ①えびいもは皮をむき、厚さ1.2cm、直径3cmくらいの輪切りにする。軽く水洗いをしてから、Dと一緒に鍋に入れ、落としづたをして竹串が通るまで煮る。
- ②Aのたらこは、ほぐして薄皮を除き、ヨーグルトで和える。BとCはそれぞれ和える。
- ③皿に竹の葉かバラを敷き、①をのせ、②を塗って仕上げる。

8面のクイズでえびいもプレゼント!

京田辺発 健幸
食改 いきいき レシピ
えびいもの 三色田楽

今までありがとうございました!ご意見を
全6回に渡り、ラグビー日本代表の松井千士選手をはじめ、同志社で活躍する10競技11選手を紹介してきました。同志社スポーツを身近に感じていただけたのではないのでしょうか。みなさんからの感想などを募集しますので、どしどし声を寄せてください。応募先=doshishasport2015@gmail.com

辛かったのは、中学最後の全国大会前に指を骨折したことで、ライバルだったチームメイトにレギュラーを奪われました。その選手の活躍で3位に輝きましたが、悔しさもあり素直に喜べませんでした。ハンドボールをやめた後、思うくらい心が折れかけましたが、腐らず続けて良かったです。スポーツの魅力は、年齢・地域に関係なくたくさんの人と出会えることです。今の自分があんなに、スポーツを通じて出会った人々のおかげです。
スポーツで叶えることは、動画やテレビなどで理想とする動きを見て、自分がプレーするところをイメージしてください。どうすれば理想に近づけるかを考え、何度もやってみると、一気につまみになります。

同志社クリスマスイルミネーション
12月25日金まで
午後4時30分～7時30分
正門近くの高さ15mのモミノキが光に包まれる
@京田辺キャンパス
問合せ先:同志社大学キリスト教文化センター京田辺校地事務室(☎65-7370)

冬期イルミネーション2015
12月11日金
～平成28年1月25日月
午後5時～10時
@近鉄新田辺駅西口
自宅に眠るLED電球がある場合は提供してください。
問合せ先:(公財)京田辺市都市緑化協会(☎63-0433)