



ニュース番組はどう作られているの？

向台小学校出前授業

12月17日、向台小学校では、テレビ朝日広報局から講師を招き「ニュースができるまで(社会科)」を学びました。参加した5年生103人は、講師の話真剣に聞きながら、ニュース制作に関するクイズやアナウンサー体験を楽しみました。授業で学ぶ内容から、専門的な内容まで幅広く理解できたことで、自ら考え学ぶ姿勢が見られました。児童からは、「楽しく学べた、もっと知りたくなった」と感想がありました。



今年一年元気に過ごそう

下根保育園 餅つき・ならせ餅作り

1月10日、下根保育園で餅つきとならせ餅作りが行われました。先生たちが餅つきをして園児たちに餅がどのようにしてできているのかを教え、その餅を園児たちが木の枝に付けてならせ餅を皆で協力して作り上げました。つきたての熱い餅を枝が折れないように試行錯誤しながら木の枝に付けてきれいな餅の花が咲いた木が出来上がり、園児たちは「難しかったけど楽しかった!」と笑顔いっぱい話しました。



寄附・寄贈

温かい善意ありがとうございます

ガールスカウト茨城県第27回から 牛久市共同募金委員会へ

●「歳末たすけあい募金」として10,000円寄附



牛久市の
美味しい
給食

問 教育総務課
☎内線3334

学校給食からおすすめ
メニューをご紹介します
(牛久第三中学校より)



冬が旬の白菜をおいしくいただけるレシピです。
かまぼこを入れることで、うま味が加わります。

【材料】(中学生4人分)

- | | |
|-------------------|--------------------|
| 豚こま肉…………… 100g | 水…………… 1カップ(200ml) |
| 生揚げ…………… 1枚(120g) | 片栗粉…………… 大さじ1 |
| かまぼこ…………… 1/4本 | ごま油…………… 小さじ1/3 |
| 白菜…………… 3枚 | しょうゆ… 小さじ1と1/2 |
| たまねぎ…………… 1/2個 | オイスターソース… 小さじ1 |
| 小松菜…………… 3枚 | 酒…………… 小さじ1 |
| たけのこ水煮… 小1/4本 | 塩…………… 小さじ1/2 |
| にんじん…………… 1/3本 | こしょう…………… 少々 |
| おろししょうが… 3.5g | 鶏がらスープの素… 小さじ1/3 |
| 干しいたけ…………… 1g | |

白菜の中華煮



【作り方】

1人分169Kcal 塩分1.56g

- 干しいたけは水で戻しておく。野菜・かまぼこ・生揚げを食べやすい大きさに切る。
- 豚肉・おろししょうがをごま油で炒め、①を加えて火が通るまでさらに炒める。
- ②に水とAの調味料を加えて煮立たせ約3分煮る。
- 火を止めて倍量の水で溶いた片栗粉を加え、とろみをつける。

★美味しい給食レシピは市ホームページにも掲載しています。



期待を胸に 二十歳を迎える若人たち

令和7年牛久市二十歳のつどい

1月12日、中央生涯学習センターで「二十歳のつどい」が行われ、きれいな振袖やスーツ姿の若者たちが参加しました。当日会場では友人たちとの久しぶりの再会を喜び合い、思い出話に花を咲かせる多くの参加者の姿が見られました。式典では、沼田市長が「無限の可能性を秘めた皆さんが夢を追い続け、それぞれの舞台上で輝けることを願っています」とこれからを担う若者たちに向けて激励の言葉を送りました。また、二十歳のつどい実行委員会 委員長の藤田元春さんが「これから先、社会と時代の荒波にもまれることもあるかもしれませんが、今までこの一身に受けた愛情を忘れず互いに支え合いながら生き抜いていきます」と誓いの言葉を述べました。



新春 決意新たに 牛久を守ります

令和7年牛久市消防出初式

1月11日、中央生涯学習センターで「牛久市消防出初式」が行われました。第1部では表彰状授与などが行われ、沼田市長は「市民の生命財産を守るためには、牛久市と消防団、消防署との密接な連携が重要です。市民の信頼に応えられるよう、消防団員の皆さまの日々の活動に期待しています」と激励の言葉を送りました。第2部では消防車両観閲・機械器具点検、市内パレードが行われました。市内パレードには多くの子どもたちが集まり、隊列を組む消防車に元気に手を振る姿が見られました。



犯罪の被害防止を呼びかけ

年末犯罪抑止街頭キャンペーン

12月21日にあみプレミアム・アウトレットにおいて、牛久警察署、牛久市、阿見町合同による年末の犯罪抑止街頭キャンペーンが行われました。沼田市長をはじめ牛久地区防犯団体の皆さん約50人が、買い物に訪れた方々に啓発品を配布しながら年末年始における犯罪の被害防止を呼びかけました。



白いくちばしとおでこが目立つ全身真っ黒の水鳥。近くで見ると目は赤い。体の割に大きな足は、水かきがない代わりに足指が幅広く、泥の上の歩行や泳ぐのに適した形になっています。雑食性で、水草や昆虫、小動物を餌とし、湿地や流れのない水辺に生息しています。クイナの仲間の多くは、生活環境であるヨシ原の中を移動しやすいように、正面から見ると体の幅が狭い体形をしています。オオバンは体が大きいため、ヨシ原の中よりも水面で見られることが多いようです。牛久周辺では稲荷川や牛久沼でよく見られます。



しぜん
大好き
～牛久の生物～
オオバン
(大鶯)
ツル目クイナ科

ランナーたちがまちを疾走

第47回牛久シティマラソン

「第47回牛久シティマラソン」が1月13日に開催され、快晴の空の下、2,482人がひたち野周辺を力走しました。ゲストランナーの(株)小森コーポレーション陸上競技部なども加わり大いに盛り上がりました。今年の、最遠隔地からの参加者は鹿児島県の方。最高齢参加者賞は男性が佐藤徳松さん(86歳)、女性が福島春美さん(82歳)でした。また、沼田市長が今年もランナーとして参加し、5kmを完走しました。マラソン後はランナーへつくば栄養医療調理製菓専門学校から温かい豚汁の提供があり、冷えて疲れた体を癒す豚汁を嬉しそうに食べる姿が見られました。



※全参加者の結果は市ホームページのスポーツ推進課ページで公開しています。



各種目優勝者 おめでとうございます

◆10km一般

男子	29歳以下	久場 育哉	東洋大牛久高校	0:30:54
	30歳代	平山 大智	牛久走友会	0:32:57
	40歳代	成田 力	KINS	0:33:59
	50歳代	徳原 健太郎	奏坂RC	0:34:35
	60歳以上	宮崎 博之		0:39:06
女子	29歳以下	布袋 美春	筑波大学	0:42:35
	30歳代	後藤 由	茨城県陸協	0:40:38
	40歳代	風見 節子	よこすかBAO	0:38:32
	50歳代	嶋田 朋子	STRIDES	0:42:36
	60歳以上	幸田 昌代	結城RC	0:43:00

◆5km一般

男子	高校生	若林 輝輝	東洋大牛久高校	0:15:15
	29歳以下	小山 晴空		0:14:52
	30歳代	市毛 大也	牛久走友会	0:15:52
	40歳代	鴻巣 隼人	チーム寺西	0:16:26
	50歳代	本間 嘉彦		0:17:14
60歳以上	松田 博司		0:18:46	
女子	高校生	木下 小雪	柏市立柏高校	0:19:06
	29歳以下	山崎 聖奈	G	0:21:07
	30歳代	鷹崎 晃子		0:19:14
	40歳代	朝倉 万里子	東京海上日動	0:19:50
	50歳代	村山 かおり	牛久走友会	0:20:41
60歳以上	吉田 道子	牛久走友会	0:22:05	

◆3km中学生・2km小学生(4~6年生)

中学生	男子	唐木 陽大	我孫子市立我孫子中学校	0:08:51
	女子	今泉 彩里	大穂中学校	0:10:36
小学生	男子	脇本 大輝		0:06:58
	女子	荒川 紗瑛	野田ジュニア	0:07:13

◆10km車イス(15歳以上男女)

佐藤 健	コロンビアスポーツ	0:27:06
------	-----------	---------

うしくっ子 アルバム

うしく 牛久ひかり保育園のお友だち

げんき えん す 元気に園で過ごしているみんなの様子を紹介します♪



みんなで「りっちゃんのサラダ」を作ったよ♪



スイカ割り! なかなか割れなかったけど楽しかったね



運動会! みんなで力を合わせてがんばったよ



みんなでクレヨン仮装!! 「トリックオアトリート!」



発表会オペレッタ 「ひらけごま! アリババととうぞく」



クリスマスリースピザを作ったよ! とてもおいしかったね