

世界大会・全国大会出場者紹介



こうだ あすか
国府田明日香さん
(取手第一高校2)



やもと なつき
彌本夏香さん
(取手第一高校3)



やもと なつき
彌本夏海さん
(取手第一高校3)



のぐち えり
野口恵理さん
(取手第一高校3)

個人の部・団体の部

平成24年度全国高等学校総合体育大会・全日本高等学校ソフトテニス選手権大会



ますだ ゆうき
増田夕貴さん
(守谷高校3)



あかざわ よしひろ
赤澤由大さん
(藤代高校3)

第9回世界ロープスキッピング選手権大会

上段左から

のむらさくら
野村桜さん
たかはしはるか
高橋遥さん
いわちもこ
岩地桃子さん
うえはらかな
上原佳夏さん
ぬまたあおい
沼田葵衣さん
くもあさひ
倉持瑛美佳さん

下段左から

なかやまとる
中山悟監督
もりしたゆいか
森下結香さん
おかだりな
岡田里菜さん
きくちみう
菊地美羽さん
すぎもとあり
杉本有さん
やまがきひめか
山崎姫佳さん
えのもとまさひで
榎本雅秀コーチ

(スポーツ少年団守谷クラブ)



第25回全国小学生ハンドボール大会



にしむら ゆうき
西村勇輝さん
(江戸川学園取手高校2)

第1チャレンジ実験優秀賞

第2チャレンジ奨励賞

第8回全国物理コンテスト
物理チャレンジ2012



あおやぎ けんじ
青柳賢治さん
(黒内小1)



あおやぎ ひろき
青柳博紀さん
(黒内小3)



あおやぎ かずき
青柳和樹さん
(黒内小6)

文部科学大臣杯第9回
小・中学校囲碁団体戦



たまおき ひろし
玉置大智さん
(けやぎ台中1)



つじ とし
辻聡智さん
(けやぎ台中3)



ふじまき ともゆき
藤巻智行さん
(けやぎ台中3)

文部科学大臣杯第8回
小・中学校将棋団体戦



ECOライフを楽しもう！
電子レンジ編

▽出典 (二財)省エネルギーセンター
「家庭の省エネ大事典」

※食材100gを、27℃程度の水1ℓに入れ、沸騰させて煮る場合と、電子レンジで下ごしらえをした場合の年間の比較例(食材の量等で異なる)

●根菜(ジャガイモ、サトイモ)の場合

・ガスコンロ(ガス9・48m³)約1310円

・電子レンジ(電気22・01kWh)約480円

差額 約830円の節約

●果菜(ブロッコリー、カボチャ)の場合

・ガスコンロ(ガス9・1m³)約1260円

・電子レンジ(電気15・13kWh)約330円

差額 約930円の節約

●葉菜(ホウレンソウ、キャベツ)の場合

・ガスコンロ(ガス8・32m³)約1150円

・電子レンジ(電気13・21kWh)約290円

差額 約860円の節約

●省エネ効果は？

野菜の下ごしらえに電子レンジを活用しましょう！

煮込み料理の野菜はチンしてから鍋へ。煮崩れも少ないようです。中までしっかり火を通したいときは、焦げ目をきれいに付けた後で、電子レンジへ入れると、ガス代的大幅節約になります。

料理の仕上げに…

省エネレッスン

料理の仕上げに…

ECOライフを楽しもう！
電子レンジ編

料理の仕上げに…

省エネレッスン

料理の仕上げに…

ECOライフを楽しもう！
電子レンジ編

料理の仕上げに…

省エネレッスン

料理の仕上げに…

ECOライフを楽しもう！
電子レンジ編

料理の仕上げに…

省エネレッスン

料理の仕上げに…