

新人戦 つかんだ自信を次へ!!

10月12・13日に行われた新人戦に、上中の剣道部、卓球部が参加しました。運動会などの行事が重なり、少ない練習時間の中でしたが、両部ともに、精一杯頑張りました。

卓球部

団体戦では、女子と男子ともに2勝するこ
とができました。また、
個人戦では1年生の内
山翔斗さんが3位に入
賞、2年生の梶原愛樹
さんと川畑響希さんが
ベスト8に入りました。
今回、キャプテンと
して、初めて試合に挑
みました。またキャプ
テンとしては頼りない
部分がありました。が、
皆が僕の話を聞いてく
れてうれしかったです。
これから、地域の方
々にいい報告ができる
ように頑張りたいです。
(主将 梶原 愛樹)



剣道部

今回の大会には、里
中、川内中央中との合
同チームで出場しまし
た。個人戦では全員が
初戦敗退しましたが、
団体で3位に入賞しま
した。そして、九州錬
成大会への出場権を得
ることができました。
今回は、新チームと
して初めて臨む大会で
したが、昨年の結果に
並ぶことができてよか
かったです。個人とし
ても、団体戦の中で2勝
することができ、大き
な自信につながりまし
た。この自信を錬成大
会などに生かしていき
たいです。
(主将 中尾 優磨)

まとめ

新チームになって初
の大きな大会、どちら
も人数不足というハン
デの中一勝以上でき、
納得できたところもあ
るでしょうが、これが
ら、今回の反省を毎日
の練習で改善していき
たいです。これからも
両部ともに頑張ってい
くので応援よろしくお
願います。
(二年 川畑)



大会終了後の
集合写真

視点 ふるさと の味いっまで

10月7日に郷土料理
教室を行いました。中
学一年生がヘルスメイ
トの方々に教えていた
だきながら小学5・6
年生と協力して昔から
伝わる料理を作りました。



メニュー
・混ぜごはん・サラダ
・さびなご入りあおさ
と豆腐のすまし汁
・カッパ焼き
今日、手伝いをもら
いながらでしたが、自
分たちで作った料理は
とてもおいしかったで
す。私たちの中で、特
に印象に残ったのが、
カッパ焼きでした。な
せなら、あまり多くの
材料(特別なもの)を
必要とせず、その上、
調理方法も簡単だから
です。それでいてとて
もおいしかったです。
今日好評だった「カ
ッパ焼き」について紹

紹介します。

「カッパ焼き」は昔
せいたくなおやつだ
たので法事や3月の節
句など特別な行事のと
きに作られていました。
語説ありますが、「カ
ッパ焼き」という名前
は、焼くときに「カバ
カバ」と音がすること
からつけられたそう
です。



カッパ焼きの作りかた

レシピを紹介するの
で皆さんも懐かしい味
を味わってみてはいか
がでしょうか。

材料
(3~5人前)
・卵 250g
・砂糖 150g
・小麦粉 1kg
・牛乳 1/2kg
・塩 少々
・水 少々
・油 少々

山下 家吉
中尾

①Aの材料を混ぜる。
②フライパンに油を敷
き、15分じっくり両面
を焼いて完成。
※①の過程で抹茶やシ
ナモンを入れるとさら
においしくなります。



ヘルスメイトの方から
教えてもらいました!

編集後記

今回は上中寮や新人
戦、郷土料理教室など
上中生の活躍が見られ
る内容になっていきます。
保護者や地域のみなさ
んの支えのおかげだと
感謝しています。今後
も多くの行事があるの
で、ご協力をお願いし
ます。今号が前期最後
の海風となりました。
これからよろしくお願いいたします。
(小村 楓)