



失敗を恐れず、挑戦。サッカーを楽しんでほしい

東金東サッカークラブ代表 いしかわ あつや 石川 敦哉さん



Q. クラブでサッカーを教えることになったきっかけは？

子どもが小学5年生の時に東金東サッカークラブが結成され、当時の担任の先生に誘われたのがきっかけです。私自身サッカーは未経験でしたが、子どもがクラブに加入したということもあり、始めはお手伝いとして参加し今年で24年目。今ではクラブの監督を務めています。

Q. 監督として心がけていることは？

勝ち負けにこだわらず、サッカーを楽しんでもらいたいですね。もちろん指導もしますが、スタッフと協力し、サッカーの楽しさを伝え、子どもたちが楽しめる環境づくりを心がけています。

Q. 夢を教えてください

お父さん、お母さん、クラブのOB、スタッフ、地域の皆さんの支えがあり今のクラブがあります。クラブを支えてくれる皆さんへの感謝の気持ちを忘れず活動し、クラブがこの先100年続いていくことが私の夢です。

また、子どもたちにとって、これから先サッカーをやってもやらなくても、いつでも遊びに来られるアットホームな場所にしたいですね。



約80名のメンバーで、元気に活動中！

東金市
食生活改善会の

おいしいレシピ

にらと卵の とろとろ スープ



材料(4人分)

- にら 1束(100g)
- 卵 2個
- A ●鶏がらスープの素 大さじ1
- 水 600ml
- しょうゆ 小さじ1
- B ●片栗粉 大さじ1
- 水 大さじ1

にらの香りは
硫化アリルという
成分で、血行を良くし
体を温めると
いわれています。



1人分 栄養価

エネルギー	56kcal
たんぱく質	3.4g
脂質	2.6g
食塩相当量	1.2g

作り方

🕒5分

- ①にらは4cmの長さに切る。
- ②鍋に(A)を入れて煮立ったら、にらを加える。ひと煮立ちしたら(B)の水溶き片栗粉を回し入れてとろみをつける。
- ③溶いた卵を鍋に回し入れてゆっくりとかき混ぜ、火を止める。

今回の地産地消



にら

千葉県是全国10位 ※令和4年農業産出額

山武市、柏市、横芝光町などが主な産地です。一年中、安定して出回りますが、旬は冬～春です。葉が傷みやすいので、折れないように保管しましょう。

「おいしいレシピ」は、毎月19日(食育の日)に市内のスーパーなどで配布。健康に役立つコラムも掲載しています。

市ホームページ▶



広報とうがねをご覧になるには

広報とうがねは、新聞折込で毎月1日に各世帯へ配布し、市内の公共施設や郵便局、コンビニなどにも配架しています。市ホームページ、LINE、スマホアプリ「マチイロ」でもご覧になれます。希望者(市内)へは郵送も行っていますので、電話や窓口、市ホームページなどでお申し込みください。



市ホームページ
広報とうがね



LINE
公式アカウント



スマホアプリ
マチイロ



読みやすく、読み間違えにくいユニバーサルデザインフォント(書体)を使用しています。



環境にやさしいインクで印刷しています。