

【体力番付 2024 ひらた場所】

新番付発表！

体力番付2024ひらた場所が10月6日、勤労者体育センターとハレスコで行われました。このイベントは、ひらたスポーツクラブが村の委託を受け実施しているもので、今年で16回目の開催となりました。

当日は180名の参加者が6種目のスポーツテストを行い、成績を得点化し、年代別の優勝者を決めました。また、一定の得点を獲得した方を「横綱」に認定しました。

▼各成績は下記のとおりです。(敬称略)

【年代別優勝者】

年代	男	女
小学生3年生以下	瀬谷 昶仁	村上 愛奈
小学生 高学年	吉田 愛翔	若松 杏奈
中学生	大竹 飛聡	澤村 穂波
10代	遠藤 巧真	—
20代	—	穴戸 葵
30代	生田目 強	吉田 美喜
40代	村上 治	佐藤 優子
50代	宗像 真一	阿部 由美
60代	舘 敏光	渡邊 澄子
70代以上	草野 耕造	吉田 伴子

※新記録なし



アトラクション(三輪バギー競争)優勝チーム

【歴代記録保持者】

種目	男	記録	女	記録
握力王	—平成27年— 阿部 賢一	64.6kg	—平成28年— 磯谷 美貴	44.8kg
腹筋王	—令和5年— 吉田 隼	42回	—令和4年— 吉田 桃采	34回
前屈王	—平成26年— 水野 聖斗	66.5cm	—令和2年— 福田 真希	44.8cm
瞬発王	—平成22年— 宗像 哲也	75点	—平成24年— 関根 梓	68点
持久王	—平成24年— 相良 力	140回	—平成28年— 遠藤 来海	112回
跳躍王	—平成26年— 熊谷 英剛	275cm	—平成25年— 國井 千尋	210cm
背筋王	—令和3年— 阿部 政浩	251.5kg	—平成30年— 吉田恵美子	119.5kg
カローリング王	—平成29年— 生田目洋翔	5点	—平成29年— 熊谷 愛子	5点
ジャンプ王	—令和3年— 小野 大輝	73cm	—令和5年— 有賀 愛華	55cm
百ます計算王(小学生)	—令和3年— 若松 蒼空	1分34秒	—平成24年— 上遠野美希	1分13秒
百ます計算王(一般)	—令和元年— 大沼 雅郁	59秒	—平成24年— 阿部 由美	56秒

	男	女
横綱	吉田 愛翔・舘 友惺・大竹 飛聡・八巻 颯音 遠藤 巧真・生田目 強・村上 治・宗像 真一	村上 愛奈・上遠野結愛・吉田 彩那・関根麗央奈 塩田 愛瑠・若松 杏奈・遠藤 愛結・上遠野美咲 穂積 呼愛・澤村 穂波・佐藤 優子

今月のメニュー



おふかしとは、もち米を蒸して作る料理で、主に東北地方で使われる言葉です。
今回のレシピはひらた産業まつりで平田村食生活改善推進員が実際に作り、販売したおふかしのレシピを紹介します。
平田村で加工されたごぼうの蒲焼きを入れることで食感良く、味に深みが出てすごく美味しいおふかしになります。
具材だけを作りごはん混ぜる、混ぜご飯にしても美味しいのでぜひお試しください。

ごぼうの蒲焼き入りおふかし

材料
(2升分
約30人分)

もち米……………2升 昆布つゆ……………300cc
ごぼうの蒲焼き……………200g +下味用適量
干しいたけ……………20枚 水……………700cc
にんじん……………2本 チーズ……………4枚
乾燥ひじき……………15g

作り方

- ①米は洗って前日から水に浸しておく。干しいたけと乾燥ひじきは水に戻しておく。
- ②にんじんはいちょう切り、干しいたけは薄切りにし、具材が隠れるくらいの昆布つゆ(上記分量外)と水を鍋に入れて、水分がなくなるまで煮る。
- ③蒸し器に湯を沸かし、沸騰してからふかし布に包んだもち米を入れて蒸す。
- ④昆布つゆ300ccと、水700ccを計量して合わせておく。
- ⑤20分蒸したら米をボウルに移し、④のたれと②の具材を全てボウルに入れてよく混ぜ合わせる。
- ⑥蒸し器に⑤を戻し、さらに20分蒸して完成。

1人分の 栄養価	エネルギー 368 (kcal)	タンパク質 6.9 g	脂質 1.2 g	炭水化物 81.2 g	食塩相当量 1.4 g
-------------	---------------------	----------------	-------------	----------------	----------------