

高校野球で大活躍！

千葉ロッテマリーンズからプロ野球ドラフト指名！

富里小・富里中出身 坂井 遼 選手

夏の甲子園大会で準優勝した坂井遼選手と母の一恵さんが、表敬訪問をされ、その際にお話を伺いました！

所属チーム

富里リトルスターズ（現：富里スターズ）－江戸川南ボーイズ
－私立関東第一高等学校

甲子園を振り返ってみて

遼選手）準優勝という結果で、やっぱり優勝したかったの、悔しいところもありました。でも、選抜大会のときに自分思うような投球ができなかったの、そこの部分では夏の甲子園でしっかり自分のやりたい投球ができました。それに仲間も応えてくれて準優勝という結果になったので、そこはやっぱり嬉しかったです。

野球を始めたきっかけは

一恵さん）「お菓子プレゼント」と書かれた野球体験の案内チラシを見て行ったのがきっかけです。そこで体験させてもらって、「入りたい！」となって、その日から野球を続けています。

富里での思い出は

遼選手）よく友達と駄菓子屋や近くのスーパーにいたり、中央公園の池で遊んだり、カブトムシを取ったりしていました。現在は、富里には月に1回程度、大会が終わって一段落つくときに帰ってきています。とても静かな街で、のびのびできるところがあると思います。

一恵さん）野球を始めたときに、友達との差があって悔し泣きをよくしていました。それがきっかけで自主練習をしようとなった



幼少時代（富里リトルスターズ）



私立関東第一高等学校

ときに、キャッチボールができる環境があったり、夜でも安心して練習ができました。富里リトルスターズの監督さんも良い人で、場所を貸していただいたりもしていました。そういう環境や人の温かさがあるなかで育って、今があるんじゃないかなと思います。夜は静かで、子育てする上では良い街だなと思います。

市民の皆さんへメッセージを

一恵さん）ママさんバレーなどをやっていた影響で、富里の地域の人と触れ合う機会が多かったので、すごく応援していただきました。感謝の気持ちでいっぱいです。

遼選手）野球をやってください！笑



左から）五十嵐市長、坂井遼選手、母：坂井一恵さん、とみちゃん

とみさとやさしい大作戦

長いも編

「とみさと元気なまち宣言」の取組として、地元の野菜をたっぷり使ったおすすめレシピをご紹介します！！

【長いもの栄養価】

独特のぬめりがあり、コレステロールや血糖値の上昇を抑制したり、便秘予防や血圧の上昇を防ぐ働きがあります。

地区保健推進員さんの
ワンポイントアドバイス

納豆は粘りが出るまでよく混ぜてから、長いもを入れるとふわっと仕上がります。

レシピ担当者：丹さく子さん
二上正栄さん



1人分 123 Kcal
塩分 0.5 g

◇長いもと納豆のお焼き

材料	分量（4人分）	作り方
長いも	200g	① 長いもを粗いみじん切りにする。
納豆	2パック	② ボウルに納豆を入れてよく混ぜる。粘りが出てきたら長いもを入れてさらに混ぜる。 ●を加えてさらに混ぜる。
● 万能ねぎ	20g	③ フライパンにオリーブ油を入れて火にかけ、②の生地を丸く焼く。
● しょうゆ	大さじ 2/3	④ ふたをして中火で2分ほど焼いたら生地を裏返し、ふたを外したままさらに2分焼く。
● 小麦粉	大さじ 3 強	⑤ 器に盛り付け、大葉と大根おろしをのせ、最後に納豆のタレをかけてできあがり。
オリーブ油	大さじ 2/3	
大根おろし	120g	
大葉	1～2枚	



すえひろのうじょう
末廣農場

イベントなどの最新情報は
末廣農場ホームページをご覧ください。



問 末廣農場【(株) グッドスタッフ】
☎ (93) 1200

市の人口
2024.10.31 現在

人 口：49,941 人（+ 145） 男：25,618 人（+ 74） 女：24,323 人（+ 71）
世帯数：25,502 世帯（+ 165）

※（ ）内は前月比

