

## 練習の成果を関東大会で 坂上ミニバスケットボール クラブ



6月12・18・19日にスポーツ少年団ミニバスケットボール県大会が開催され、坂上ミニバスケットボールクラブが優勝しました。

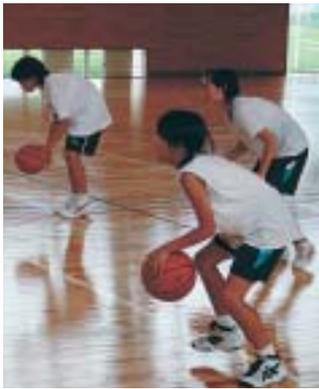
クラブ員数は14名で活動しています。週6回坂上小学校の体育館で、午後4時から7時まで練習をしています。新チームになつてからは、県大会はもちろん、地方の大会でも負け知らずとのこと  
です。  
保護者会の会長さんはチームについて、「大会に出てくる他のチーム選手は、身長が高い子が多いですが、うちのチームは、小柄なのに勝

## 今月の輝ける星

ち続けているのが不思議です。」しかし、「足が速い子と持久力を備えた子が多いです。」と運動能力が高い子がそろっており、また、毎年行われているしらさぎマフソン大会に出場し、上位に入賞しているクラブ員がたくさんいるとのことでした。

キャプテンの海老原理恵ちゃん、「監督に怒られるときが一番辛いです。でも、大会で優勝したときはうれしかったです。」と笑顔で答えてくれました。

習い事などをしてしている選手もいるため、なかなか14人そろって練習することが難しいとのことですが、8月には茨城県で行われる関東大会に出場します。キャプテンに今後の目標はと尋ねると、「関東大会で勝ち進みたいです。」と力強い答えが返ってきました。



いため、葉が食われてしまう。また、薬がないので、その点がたいへんです。」と頭を悩ませていました。

栽培方法はビニールハウス・トンネル・露地の3種類で、5月上旬から10月まで収穫ができることです。上野さんのお宅では、現在1日10箱（約200袋）を出荷しています。

調理方法は、生でも食べられ、お浸しや酢の物、天ぷらなどあらゆる料理に用いることができます。

栄養価も抜群で、有効成分がバランス良く含まれているため、『野菜の王様』と呼ばれています。上野さんも「夏バテ解消には最高の食材です。」と力説していました。

今後については、「涼しいところでも作業ができ、年をとってからでもできるので、皆さんも作ってほしい。」と生産農家が増えることを期待していますと抱負を語ってくれました。

## わが町の農産物



## モロヘイヤ 編

今月の農産物は栄養満点のモロヘイヤです。

JAうつのみや、モロヘイヤ専門部会の部長であります上野利夫さん（三本木）にお話を伺いました。

モロヘイヤ部会は現在42人が専門部会に所属しています。上三川産のモロヘイヤは、県内ではトップの出荷量を誇り、市場では京浜を中心に7か所の市場に出荷されています。

今年のモロヘイヤは、定植の時期に雨が降らなかったため、枯れたモロヘイヤが多かったとのこと。そのため、全般的にモロヘイヤの育ちが悪く、出荷が遅れています。

上野さんは、以前二をやっていましたが、病気で入院したため、「奥さんが一人でできるもの」ということでモロヘイヤ作りを始めました。「上三川町の土壌に合っていて、作りやすい。」と話していますが、「虫がつきやす

