

●ソフトボール
日程 5月12日
場所 滑川町総合運動公園多
目的グラウンド
優勝(男子無制限の部)
嵐山町

●柔道
日程 5月26日
場所 玉ノ岡中学校武道場
第2位 嵐山町

第53回比企郡民体育大会

大会結果

問合せ 教育委員会事務局
☎62-0824

スポーツ



日程 6月16日

第83回比企都市バレーボール大会



- 第35回埼玉県B&Gスポーツ水泳大会
令和元年7月6日(土) 主催: B&G県民体育センター-埼玉連盟 会場: 台町市立公民館水泳センター
- 嵐山町
- 女子自由形小学5〜6年生の部 第2位 内田琴野
 - 男子自由形中学生の部 第2位 西潟遙斗
 - 男子平泳ぎ小学5〜6年生の部 第3位 西潟雄太
 - 男子平泳ぎ中学生の部 第2位 西潟遙斗
 - 男子バタフライ中学生の部 第3位 片桐琢斗
 - 女子背泳ぎ小学5〜6年生の部 第2位 西潟遙斗
 - 女子背泳ぎ小学5〜6年生の部 第2位 井上椋葉
 - 女子背泳ぎ小学5〜6年生の部 第3位 内田琴野
 - 男子バタフライ中学生の部 第3位 片桐琢斗

第35回埼玉県B&Gスポーツ水泳大会



優勝 嵐山町総合運動公園
準優勝 嵐山スピリッツ

第65回嵐山町ソフトボール選手権大会



優勝 嵐山セブン

【消費者へのアドバイス】
自分の体調や希望をきちんと伝えましょう。万が一、施術後に身体の異常を感じた場合は、施術を受けた施設に申し

器具を使用しない手技による
医療類似行為のうち、「あん摩マツサージ指圧」や「柔道整復」は法的な資格制度のある施術となります。一方で、「整体」「カイロプラクティック」「リラクゼーションマツサージ」等には法的な資格制度はありません。

器具を使用しない手技による
医療類似行為のうち、「あん摩マツサージ指圧」や「柔道整復」は法的な資格制度のある施術となります。一方で、「整体」「カイロプラクティック」「リラクゼーションマツサージ」等には法的な資格制度はありません。

器具を使用しない手技による
医療類似行為のうち、「あん摩マツサージ指圧」や「柔道整復」は法的な資格制度のある施術となります。一方で、「整体」「カイロプラクティック」「リラクゼーションマツサージ」等には法的な資格制度はありません。

器具を使用しない手技による
医療類似行為のうち、「あん摩マツサージ指圧」や「柔道整復」は法的な資格制度のある施術となります。一方で、「整体」「カイロプラクティック」「リラクゼーションマツサージ」等には法的な資格制度はありません。

消費者コーナー



広報嵐山に広告を掲載しませんか？

広報嵐山の有料広告を募集しています。
毎月1回発行され、町内の各世帯に配布される広報紙は、お店や事務所などの紹介に最適です。ぜひご利用ください。

※申し込み方法や広告掲載料等については町HPをご覧ください。

嵐山町 広報 広告

問合せ 地域支援課 政策創生担当 ☎62-2152

栄養コーナー
～嵐山の味メニュー101～
にんじん、じゃこと
ゴーヤの明太子炒め



ゴーヤの苦み成分は「モルデシン」、主に胃腸の状態を整えて食欲が増進する、血糖や血圧を下げる、夏バテ改善といった効果があります。また、ビタミンCも豊富でトマトの約5倍含まれています。ビタミンCは熱を加えすぎると壊れてしまうので、炒めるときは早く調理しましょう。保存する場合は、わたと種を取り除いてキッチンペーパー等をかぶせ、ラップで全体を包んで野菜室へ入れ、7日以内を目安に使い切りましょう。

- <1人分の栄養価>
エネルギー70kcal たんぱく質5.6g 脂質2.9g
カルシウム32mg 塩分1.6g
- <材料>3人分
にんじん 1/2本(100g) ちりめんじゃこ 15g
ゴーヤ 1本(正味150g) 辛子明太子 50g
ごま油 大さじ1/2 しょうゆ 大さじ1/2
- <作り方>
①にんじんは4cm長さの細切りにする。ゴーヤは縦半分に切ってわたを取り、5mm厚さの半月切りにする。
ちりめんじゃこ、ゴーヤはさっと湯通しする。
②フライパンにごま油を熱し、にんじんを30秒ほど中火でさっと炒め、ゴーヤを加えてさらに炒める。火が通ったらちりめんじゃこを加えて全体をなじませる。
③辛子明太子を加えて炒め合わせ、しょうゆを加えて味を調える。



みなさんこんにちは！
先日、日本ご当地アイドル活性協会より、
結成10年以上活動しているアイドルとして
Pieaceが表彰されました。ここまで続けて来られたのもみなさんのおかげです。ありがとうございます。2005年嵐山夏まつりからスタートしたPieaceも今年で15年目に突入します。今年の嵐山夏まつりも4ステージ駆け抜けます。お時間ありましたらぜひお越しください！

Pieaceプロジェクト



婦人科検診申込み用紙(この用紙で4人分記載できます)

住所: 嵐山町	
日中連絡可能な電話番号	
氏名(ふりがな)	1. 乳がん(エコー) 2. 乳がん(マンモグラフィ) 3. 子宮頸がん 4. 骨密度
昭和・平成 年 月 日	
希望日1つに○をしてください。時間指定はできません。	
10月11日(金)	★10月24日(木) 託児希望あり(希望者は○をしてください)
10月12日(土)	いつでも可能
氏名(ふりがな)	1. 乳がん(エコー) 2. 乳がん(マンモグラフィ) 3. 子宮頸がん 4. 骨密度
昭和・平成 年 月 日	
希望日1つに○をしてください。時間指定はできません。	
10月11日(金)	★10月24日(木) 託児希望あり(希望者は○をしてください)
10月12日(土)	いつでも可能

投函前に必ず電話番号の記載もれがないか確認してください。

氏名(ふりがな)	1. 乳がん(エコー) 2. 乳がん(マンモグラフィ) 3. 子宮頸がん 4. 骨密度
昭和・平成 年 月 日	
希望日1つに○をしてください。時間指定はできません。	
10月11日(金)	★10月24日(木) 託児希望あり(希望者は○をしてください)
10月12日(土)	いつでも可能
氏名(ふりがな)	1. 乳がん(エコー) 2. 乳がん(マンモグラフィ) 3. 子宮頸がん 4. 骨密度
昭和・平成 年 月 日	
希望日1つに○をしてください。時間指定はできません。	
10月11日(金)	★10月24日(木) 託児希望あり(希望者は○をしてください)
10月12日(土)	いつでも可能