

祝 全国大会出場おめでとうございます!

この夏、上毛町出身の高校生が各種予選会を勝ち抜き、見事全国大会に出場されましたのでご紹介いたします。

【令和 5 年度全国高等学校総合体育大会(インターハイ)出場】

◎ソフトテニス競技大会(女子個人の部)

- 井林 さら 選手 (福岡県代表 青豊高等学校2年生/上毛中学校OG)
- 吉崎 彩乃 選手 (福岡県代表 青豊高等学校2年生/上毛中学校OG)

◎卓球競技大会(女子団体の部)

- 筒井 葉月 選手 (熊本県代表 学校法人開新学園開新高等学校2年生/上毛中学校OG)
- 向野 真央 選手 (熊本県代表 学校法人開新学園開新高等学校2年生/上毛中学校OG)
- 常慶 千織 選手 (熊本県代表 学校法人開新学園開新高等学校1年生/上毛中学校OG)

◎卓球競技大会(女子個人の部)

- 筒井 葉月 選手 (熊本県代表 学校法人開新学園開新高等学校2年生/上毛中学校OG)

【令和 5 年度全国高等学校総合文化祭出場】

◎器楽・管弦楽部門

- 山下 美空 さん (福岡県代表 育徳館高等学校2年生/上毛中学校OG)

【全国高等学校ダンスドリル選手権大会出場】

Miss Dance Drill Team Japan Competition 2023

◎HIP HOP男女混成部門 ミディアム編成

- 原口 琴葉 選手 (九州地区代表 青豊高等学校3年生/上毛中学校OG)

◎HIP HOP女子部門 スモール編成

- 原口 琴葉 選手 (九州地区代表 青豊高等学校3年生/上毛中学校OG)
- 宮内 萌衣 選手 (九州地区代表 青豊高等学校3年生/上毛中学校OG)

◎DRILL POM部門 スモール編成

- 瀬口乃々夏 選手 (九州地区代表 青豊高等学校3年生/上毛中学校OG)
- 宇都宮千夏 選手 (九州地区代表 青豊高等学校2年生/上毛中学校OG)

※役場に寄せられた情報をもとに掲載しておりますので、ご了承ください。

●問い合わせ先 上毛町教育委員会 教務課 社会教育係 TEL 72-3165(内線176)

中津ファビオラ看護学校 令和 6 年度 准看護学科 推薦(高校・施設・同窓生)・社会人 入試のお知らせ

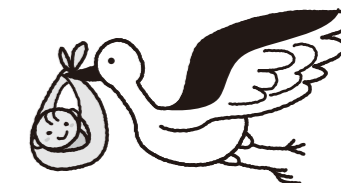
- 募集人員 若干名
- 修業年限 2 年間
- 受験資格
 - ・心身共に健康で、将来准看護師となるのに適する者
 - ・本校のみの出願で、確実に入学する者

- 1. 高校推薦**
 - (1)今年度卒業見込みで学校長が推薦する者
 - (2)遅刻・早退・欠席などが原則各5回以内の者
- 2. 施設推薦**
 - (1)中学校以上を卒業した者(卒業見込みの者)
 - (2)施設長が責任をもって推薦できる者
 - (3)勤務年数が1年以上の者
- 3. 同窓生推薦**
 - (1)中学校以上を卒業した者(卒業見込みの者)
 - (2)本校の卒業生もしくは本校に在学する者の姉妹、子、孫に該当する者
- 4. 社会人枠**
 - (1)中学校以上を卒業した者(卒業見込みの者)
 - (2)令和5年10月末時点で就業が連続して2年以上の者(パート・アルバイトは除く)

- 願書受付期間 9月8日(金)~10月6日(金)必着
- 入学試験 10月14日(土)10:30開始
受付 10:00~10:20
- 場 所 中津ファビオラ看護学校
中津市大字永添字小森2110番地
- 試験科目 総合問題、グループ討議
- 合格発表 10月18日(水)9:00
- 問い合わせ先
中津ファビオラ看護学校(准看護学科) TEL 24-7270

福岡県不妊に悩む方への 先進医療支援事業のお知らせ

福岡県では、不妊治療における経済的負担を軽減するため、保険適用となった特定不妊治療と併用して全額自己負担で実施される「先進医療」に要した費用の一部を助成する事業を実施しています。



- 対象治療 1 回の特定不妊治療(保険診療)と併用して実施した先進医療
- 助 成 額 先進医療に要した費用(全額自己負担)の合計額の7割 上限5万円
- 申請・問い合わせ先
麻生教育サービス株式会社 先進医療支援係
TEL 092-472-5750(先進医療支援専用窓口)
〒812-0012
福岡市博多区博多駅中央街8-1
博多郵便局留
※詳細は福岡県ホームページをご確認ください。



法の日週間無料法律相談会を 実施します

毎年10月1日は「法の日」です。離婚、相続、遺言、借金、労働問題などの身近な法律問題について、弁護士が無料で面談します。

- ◎北九州地区
 - 日 時
10月2日(月)~8日(日)
9:30~19:30(相談時間:一人30分)
※相談時間帯は各相談センターで異なりますので詳細はお問い合わせください。
 - 場 所
北九州法律相談センター
北九州市小倉北区金田1-4-2 北九州弁護士会館
折尾法律相談センター
北九州市八幡西区折尾四丁目6-16 折尾YSビル2階
行橋法律相談センター
行橋市中央1丁目9-50 行橋商工会議所内
豊前法律相談センター
豊前市大字吉木955(豊前市役所1階消費生活相談室)
 - 申し込み 9月15日(金) 9:00より北九州法律相談センターにて受付を開始
※定員になり次第締め切り。

- 申し込み・問い合わせ先
北九州法律相談センター TEL 093-561-0360
福岡県弁護士会 法律相談センター
TEL 0570-783-552

上毛町食生活改善推進協議会 ゴーヤチャンプル

〈材料〉(2人分)

- | | | |
|--------------|---------------|--------------|
| ●ゴーヤ ……30g | A (豚肉の下味用) | B |
| ●豚バラ肉 ……80g | ●こしょう ……少々 | ●塩 ……小さじ1/6 |
| ●木綿豆腐 ……50g | ●酒 ……小さじ1/2 | ●しょうゆ ……小さじ1 |
| ●卵 ……1個 | ●しょうゆ…小さじ1/2 | ●酒 ……大さじ1/2 |
| ●サラダ油 ……大さじ1 | ●片栗粉 ……小さじ1/2 | |

〈作り方〉

- ① ゴーヤは縦半分に切って、スプーンでわたを取り除き、薄切りにする。
- ② 豚バラ肉はざく切りにし、A(豚肉の下味用)の黒こしょう、酒、しょうゆと混ぜた後、片栗粉をもみ込んで下味をつけておく。
- ③ フライパンにサラダ油を入れて、中火で熱し、溶きほぐした卵を入れて、ふわっと炒めてから取り出す。
- ④ フライパンを拭かず中火で熱し、豚バラを入れ、肉の色が変わるまで炒める。
- ⑤ 豆腐を手で握りつぶし入れ、次にゴーヤを入れて、炒める。
- ⑥ ③の卵を戻し入れてからBを加え、豆腐を崩すように炒めたら出来上がり。

<1人分の栄養価> エネルギー 222kcal
たんぱく質 9.5g 脂質 19.7g 炭水化物 2.2g 食物繊維 0.6g 塩分 1.2g



健康
レシピ

一言メモ

ゴーヤの苦み成分であるモモルデシンは、血糖値や血圧を下げる効果や、整腸作用、食欲促進作用があるとされています。保存する際は、ポリ袋やラップで包んで冷蔵庫(野菜室)で保存しましょう。すぐに使わない場合は、中のわたと種を取り除いてからラップに包んでおくと、ビタミンCの損失が少なく、色の鮮やかさも保てます。また、長期間保存したい時は、塩ゆでしたり、軽く炒めたりしてから冷凍保存するのがおすすめです。

ひとり親サポートセンター 飯塚ランチ

ひとり親家庭の方などを対象に、生活における困りごとや養育費相談などを行っています。



- 受付日時
 - ・月~金曜 9:00~17:00
 - ・毎週土曜と第1・第3日曜 9:00~16:00 (春日センターへ転送)
- 受付電話番号 0948-21-0390
- 問い合わせ先
ひとり親サポートセンター 飯塚ランチ
(福岡県嘉穂・鞍手保健福祉環境事務所内)
TEL 0948-21-0390