

# 運動部員を食事で応援

ナーナプロジェクト  
アジェンダ  
淡路プロ

## 中高生の家庭向け 「部活レシピ」25日出版

スポーツをする子どもたちの体力作りを食事でサポートしようと、淡路市大谷のスポーツホテル「アテナ淡路」（立石裕明社長）などで作るアテナプロジェクトが、献立集「中高生のお母さんを応援する にじ色式 部活レシピ」を、西日本出版社（大阪府吹田市）から25日に出版する。

アテナプロジェクトでは合宿や大会に特化したアスリートを応援 化した宿泊施設として する取り組み。同ホテル スポーツ選手を受け入



部活で頑張る中学・高校生の体力作りをサポートするレシピ本と立石社長

れ。食事も目的に合わせた「にじ色式」と名付けた栄養素を7種類に分類した独自メニューを管理栄養士の坂元美子さんと星台秀人料理長(54)が開発して提供している。

しかし、偏食のために栄養バランスに富んだ食事を食べ残す中高生が多かった。このため、ホテルで提供しているメニューを家庭でも簡単に作れるよう星台料理長がメニューとレシピを考え、坂元さんが監修してまとめた。「部活レシピ朝・昼・晩」と「シーンごと

のレシピ」を中心に構成。「部活レシピ朝・昼・晩」では、朝練習前の食事と、昼食・お弁当、部活後の夕食メニューを紹介している。

また、「シーンごと」のレシピでは、試合直前の食事や、疲労回復、エネルギーが必要な時、おやつメニューを掲載している。「運動と食事Q&A」「基本のだしとソースの作り方」も掲載した。A B判全カラー、9800円。

立石社長は「食生活によって脳の働きや筋肉、体の動きも変わってくる。家庭で食事をもう一度見直してもらいたい。スポーツをする子どもたちのけがの予防にもなり、試合本番にベストの状態で臨んでもらえるのでは」と話している。

# 県など義援金募集

## 四川大地震、マンマーサイクロン

中国四川省地震兵庫県義援金募集委員会」を設立し、義援金を募集すると発表した。義援金の使途は募集委員会で検討し、両災害の被災地支援に充てる。募集は8月31日まで。

県は阪神大震災で国内外から受けた支援を教訓に、海外での大災害で同様の取り組みを続け、遺児支援や学校再建などに役立てた。

医療用検査装置110点など提供へ  
シスメックス  
臨床検査機器メーカー、シスメックス(神戸市)は22日、四川大地震の被災地支援のため、グループから医療用検査装置約110点など計約2億9000万円相当を提供すると発表

【森本宗明】  
ミャンマーのサイクロンと中国・四川大地震の被災者を支援するため、県は県市長会や町村会などと「ミャンマー・サイクロン及び

## 「環境保護は自分の周りから」

神戸でひょうご国際シンポジ

ニコルさんら呼びかけ

会作りに向けた決意と環境相国会への期待を込めたメッセージをまとめた。「川口裕之 帆船「海王丸」 神戸港に入港

わす風力で航行する帆船「海王丸」が入港した。中突堤に停泊し、24、25の両日は小学生50人による「海王丸子ども環境会議」が開か

訓練を行う神戸大、東京海洋大、海技大学の学生計76人を含む135人が乗船している。22日の入港歓迎式典では、須磨区の市立

在宅介護者18人を表彰  
淡路信用積善会  
財団法人「淡路信用積善会」(瀧川好美会

島内の18人に表彰状と記念品を贈った。在宅介護の期間が3年以上が対象で、民生児童委員が推薦した。今回は、3〜10年間に