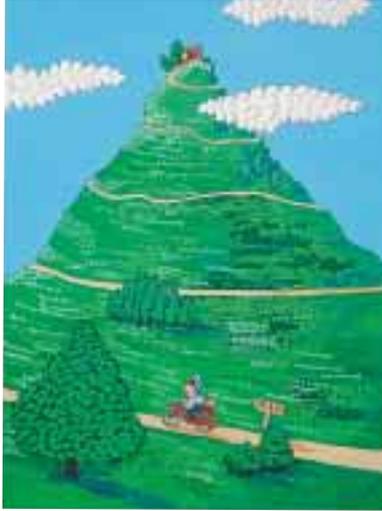


# 市民のページ

## 大賞



頑張れ、郵便屋さん  
長嶺和足(60) (富山県)

## 佳作(ジュニア)



ありゃー  
宮本玲依(14) (川上町地頭)

# 第19回 吉備川上漫画グランプリ 入賞作品決定!!

「のぼる(上る・登る・昇る)」をテーマに募集した第19回吉備川上漫画グランプリは、全国から1,240点の応募があり、審査の結果、次のとおり入賞作品が決定しました。大賞作品と市内受賞者の作品を紹介します(敬称略)。

なお、入賞作品と第一次審査通過作品は、吉備川上ふれあい漫画美術館で11月29日(日)まで展示します。

■問い合わせ 吉備川上ふれあい漫画美術館(TEL)483664

### ○入賞結果(敬称略)

賞	氏名	住所	タイトル
大賞	長嶺 和足(60)	富山県	頑張れ、郵便屋さん
優秀賞(富永一朗賞)	山本 一身(60)	兵庫県	遡上
審査員賞	出光 永賞	愛知県	登頂
審査員賞	多田ヒロシ賞	神奈川県	今度はずいぶん高くにいらしたもんじゃ
審査員賞	南 一平賞	岡山市	少数派の悲哀「え〜っ!! こんなどこまで…!?!」
佳作	ジュニア	宮本 玲依(14)	ありゃー
佳作	一般	岩本しんじ(54)	早くのぼれえ!!
佳作	シルバー	板垣 昭助(82)	花嫁アタック
シルバー賞	野崎 乘(79)	大阪府	一期一会
	豊増 秀男(78)	福岡県	雷命救助!!
	難波 喜競(77)	埼玉県	業績上昇中
高梁市民賞	中根 哲彦(72)	三重県	楽しい運動会「本日の目玉、棒倒しです!」
	藤原 通人(74)	高梁市	ホームにて
	西田 洋文(60)	高梁市	楽な富士登山…水面の富士にポートで登ったつもり
	神近 匠(10)	高梁市	登る・上る。みんなのぼる
	川上 姫奈(10)	高梁市	ピンチ



たかみ まお  
高見 真央ちゃん  
(成羽町下原)

平成19年11月3日生まれ  
「いつもニコニコ☆元気をくれてありがとう」



かたやま とおる  
片山 徹ちゃん  
(巨瀬町)

平成20年11月12日生まれ  
「元気いっぱい!すくすく大きくなあれ」



いしかわ しょう  
石川 聖ちゃん  
(原田南町)

平成18年11月11日生まれ  
「石川家のやんちゃくん☆元気でたくましくなあれ☆」



広報紙の発行月に1歳、2歳、3歳の誕生日を迎えるお子さんの写真を掲載します。写真裏面にお子さんの氏名(ふりがな)、性別、生年月日、住所、保護者名、電話番号を明記し、20字内のコメントをつけ、前月の20日(閉庁日の場合はその前の開庁日)までに送ってください。応募多数の場合は先着順とします。なお、応募された写真は返却できません。

【送り先】〒716-8501(住所不要)高梁市役所 広報たかはし「すこやかスマイル」係  
※市ホームページ「電子申請システム」からも応募できます。



みやけ こうのすけ  
三宅 孝之介ちゃん  
(川上町仁賀)

平成20年11月7日生まれ  
「♡♡孝之介の笑顔でみんな幸せ♡♡」



たかた こうすけ  
高田 晃佑ちゃん  
(落合町阿部)

平成19年11月17日生まれ  
「いつも笑顔の晃佑♡お兄ちゃんと仲良くね!」



いしかわ たいが  
石川 大雅ちゃん  
(原田南町)

平成20年11月19日生まれ  
「甘えん坊大ちゃん☆にに大好き☆仲良くしてね♡」



うずまきホットケーキ、豆乳入りみそ汁、ホウレンソウのごまあえ、ブルーツ

## うずまきホットケーキ

### <材料> (4人分)

ホットケーキミックス	バナナ	1本
..... 200g	レーズン	大さじ1
卵	プレーンヨーグルト	150g
..... 2個	.....	
牛乳		
..... 100cc		
油		適量

### <作り方>

- ① ボウルに卵と牛乳を入れて混ぜ、ホットケーキミックスを加えて混ぜる。
- ② 厚めのフライパンを熱し薄く油をひき、中火にして、焼き上がりの厚さが1センチくらいになるように①を流し込む。表面にぶつぶつ穴ができたなら、裏返して焼く。
- ③ バナナは0.5センチのちょう切りにし、レーズンは熱湯にさっとつけ水気を切る。
- ④ プレーンヨーグルトと③を混ぜ、粗熱を取った②にのせて巻き、食べやすい大きさに切る。

※このほかのレシピは、市ホームページに掲載しています。

### 総栄養価(1食分1人当たり)

エネルギー 479Kcal タンパク質17.8g 脂質12.5g

今月のレシピ提供は  
松原町栄養改善協議会  
会長 **東 皓恵** さん



旬の野菜を使って手軽にできる朝食をと思い、作りました。一日のリズムを作る朝食。タンパク質やビタミンをしっかり取りましょう。

## 高梁市民賞



楽な富士登山…水面の富士にボートで登ったつもり  
西田洋文(60) (旭町)



ホームにて  
藤原通人(74) (川上町地頭)



ピンチ  
川上姫奈(10) (川上町上大竹)



登る・上る。みんなのぼる  
神近 匠(10) (津川町八川)

## 市民のページへのお便りを募集

- ◆地域の行事やグループの活動など身近な出来事、地域の自慢、「広報たかはし」へのご意見・ご感想(200字程度。写真添付可)
- ◆イラスト、手紙・絵画などの作品、短歌・俳句・川柳など(自作の未発表のもの。作品は写真をお送りください)

※住所・氏名・年齢・電話番号を明記し投稿してください。ペンネーム・匿名を希望される場合は、その旨お書きください。  
※投稿多数の場合は、すべてを掲載できないことがあります。また、お便りは表記等を一部編集させていただくこともあります。原則として原稿や作品は返却できません。あらかじめご了承ください。  
※締切は、掲載号の前月20日(閉庁日の場合はその前の開庁日)

■問い合わせ・送り先  
〒716-8501(住所不要) 広報たかはし「市民のページ」係  
(TEL)0210・Eメール kikaku@city.takahashi.okayama.jp



にこ 仁子リアナちゃん  
(落合町阿部)

平成19年11月8生まれ  
「わんぱくでもいい!? 元気で大きくなってね!」



やました あいり 山下 藍理ちゃん  
(宇治町遠原)

平成18年11月30生まれ  
「毎日お手伝いありがとう。心優しく育ててね!」