

男の新聞

OTOKO NO SHINBUN

三重一般同盟青年委員会 A A O

津市栄町1-891 三重県勤労者福祉会館内
(TEL 059-226-9311 FAX 228-6109)
発行：編集責任者 船本良介

機関紙「男の新聞」vol.27 [2023. 5. 16]

AAOとは……A : Amusement (楽しみ) A : Asking (求めて) O : Organization (組織)

OUTDOOR in 鈴鹿のお知らせ

鈴鹿青少年の森において、AAO・ひまわり合同アウトドア行事「スポーツイベント&BBQ」を3年ぶりに開催します。
スポーツは「キックベースボール大会」です。
優勝チームには豪華賞品(?)を用意していますので、チームで賞品獲得を目指して皆さんと盛り上がりたいと思います。
その後はお馴染みのBBQということで、久しぶりの集いに乾杯しましょう。
皆さんの参加をお待ちしております。 AAO委員長(船本)

日時：6月10日(土) 10時～

場所：鈴鹿青少年の森

内容：キックベースボール大会&BBQ(雨天決行)



キックベースボール大会

●概要(当日若干の変更有)

- ・6チーム編成
- ・トーナメント形式
- ・基本的に野球のルール
- ・3回制・3アウト交代
 - *ボールを当ててアウトはOK(ただし、女性には無し!)
- ・ベースはホームベースを含め3つ(1塁→2塁→ホームと三角形に配置)
- *雨天時は別のゲームを検討中です。

熱中症対策は
完全に!
(水分補給など)



【会場案内】



青年委員会AAO HP

<https://domei.org/AAO-top1.html>
※三重一般同盟HPからもご覧いただけます。

イベント報告等UPLしています。
ご意見・ご要望お待ちしております!



栄養満点★パワーサラダ

最近健康目的で栄養バランスの取れた食事を心掛けており、その中で特に“パワーサラダ”にお世話になっています。今回はその“パワーサラダ”の魅力についてお伝えします。

★パワーサラダとは？

野菜、フルーツ、肉、ナッツ、チーズ等を1つのボウルに詰め込んだ、主食になるサラダのこと。アメリカ西海岸やニューヨークで親しまれており、2016年頃からモデルやセレブの間で話題になっています。

★パワーサラダのメリットは？

魅力は、見た目が華やかで栄養満点のところ！ビタミンやミネラルたっぷりの野菜やフルーツ、プロテインが豊富に含まれた肉や魚など様々な食材が1つのボウルに盛られて栄養満点です。またタンパク質、脂質、炭水化物の3つをバランス良く摂取することができるため、免疫力を高めたり、理想の身体を作ることができますとされています。

★パワーサラダの作り方

- ①好きな野菜、フルーツ、プロテイン類(肉、魚、豆腐など)を食べやすい大きさにカットしてボウルに入れる。
- ②食べる直前に①の食材とドレッシングをさっくりと混ぜ合わせる。
- ③器に盛り、粗く刻んだナッツを散らす。



皆様も是非一度、パワーサラダを食べてみて下さい！私自身、今後もパワーサラダを食べ続けることで、毎日健康な生活を送ってきたいと思います！！

オーシー(泰松)

スヌーピーの豆知識

恐らく世界で最も有名なビーグル犬のスヌーピー。ピーナッツの主人公チャーリー・ブラウンの飼い犬です。このスヌーピーについて皆さんはどれくらいご存じでしょうか？

①スヌーピーはチャーリー・ブラウンが最初の飼い主ではなく、元々はライラという女の子に飼われていました。

しかしながら同じ家で暮らすことが出来なくなりスヌーピーが生まれたデイジー子犬園に戻って、その後チャーリー・ブラウンと出会います。

②スヌーピーっていつも自分の犬小屋に入らずに犬小屋の上で寝ているのをよく見ますが何故か知っていますか？

実はスヌーピーは閉所恐怖症のため、犬小屋の上で寝ているそうなのです。

③スヌーピーは猫が苦手って知っていましたか？

そのせ隣の家にいる猫をからかうという何ともいえない性格です。

④スヌーピーとウッドストック(黄色い鳥)の関係って知っていますか？

出会いはスヌーピーの友達鳥がスヌーピーのお腹に巣を作ったところから始まります。

母親鳥が作った巣に戻らずスヌーピーはお腹の巣にある卵を孵化させました。

そして2羽の鳥が生まれて1羽はすぐに飛び立っていきましたが、残りの1羽はスヌーピーの所に戻ってきました。

この1羽がウッドストックなのです。



いかがでしたか？

誰もが知っているスヌーピー、だけど知らないことが多いスヌーピー。色々調べていくと新たな発見があると思います。

またご自身で調べてみるのも面白いですね。 扇港電機 (落合)

NBA(バスケットリーグ)の雑学



現在、八村塁選手(ロサンゼルス・レイカーズ所属)、渡辺雄太選手(ブルックリン・ネッツ所属)が活動しているNBAが注目されてきております。私も大好きなNBAについて、豆知識を紹介します！！

①歴代選手の最低身長は160cm、最高身長は231cm

1946年から続くNBAの歴史の中で、最も低い身長だったのはマグジー・ボークス選手。160cmという小柄な身長ながらも人気があり、体格を活かしたプレーを多く見せていました。かの有名な、マイケル・ジョーダンもそのディフェンスに苦しめられたほどです。反対に最高身長はマヌート・ポル。231cmの身長に加え、腕も長く、彼の前でシュートを打つのはとても至難の技でした。ハリガネのような細身の体格で、ひときわ目立つ存在感のある選手でした。この2人は1987年に同じチームに所属しており、身長差はなんと71cm!!挨拶するのも首が疲れそうな身長差ですね。

②バスケットの神様、マイケル・ジョーダンの年俵は？

世界的に有名なバスケット選手、マイケル・ジョーダンの全盛期の年俵はおいくらなのでしょう？全盛期といわれている1997-1998シーズンで36億円！・・・とんでもない金額ですね。バスケットボールの神様といわれるマイケル・ジョーダンなので年俵も歴代1位でしょう！！・・・と思われるかもしれませんが、意外や意外。この年俵では現在のNBA選手のトップ10にも入りません。現在のNBAの年俵トップは、ステフィン・カリーで約64億円！！倍近く違います。NBAの放送権の収入、様々なメディア戦略の成功により、ここまで年俵は高騰したようです。



NBAにはまだまだ面白いエピソードや、感動するストーリーまで満載です。

バスケットに興味がある方は見てみて下さい。迫力満点です！ 扇港電機(長田)