



とおい つとむ  
遠井 努さん

ロンドンオリンピックのバトミントンに、日本人唯一の主審として参加する、遠井努さんにお話を伺いました。

遠井さんは、宇都宮南高校の保健体育教諭で同校バトミントンの監督もしています。日本バトミントン協会副会長やアテネオリンピック監督を務めたお父さんの影響で、中学生からバトミントンを始めました。審判になったきっかけは、宇都宮北高校で遠井さんの指導教官となつた十河正博さんと出会つたことだそうです。

審判をする上で心がけていることは、「バトミントンでのスマッシュは、時速400kmともいわれています。そのシャトルの動きを見逃さないこと。素早い判断、正確なジャッジをして、選手たちにフェアな審判をしてあげることがつとむられるようなジャッジをしたい。」と語ります。

「このジャッジをして、決勝の舞台で主審

## 今月の輝ける星

を務めたい。」と遠井さんは目標を語ってくれました。と、いうのも、オリンピックでの審判は、準々決勝から指名制になるので、それまでの試合で評価されない準決勝や決勝で審判を務められないのだそうです。また、日本人選手の試合も審判はできないので日本人選手が勝ち残つた場合も審判を務めることができなくなりますが、「選手が決勝戦に出ることの方が、日本のバトミントン界にとつてはいいことなので、選手たちにはぜひ力を発揮してほしい。今回の代表選手たちは、期待できますよ。」と話をしてくれました。



主審を務める遠井さん

## 上三川町の学校給食を紹介します。

### 今回はリクエスト給食(3回目)の献立について紹介

#### ナムル

《材料(4人分)》※小学校中学年の量です

- ・ほうれんそう…80g
- ・にんじん…12g
- ・もやし…160g
- ・ごま油…小さじ1
- ・しょうゆ…小さじ2
- ・酢…小さじ1強
- ・砂糖…小さじ1/2
- ・白いりごま…6g

(A)

#### 《作り方》

- ①たれの材料(A)をまぜておく
- ②千切りにしたにんじんともやしをゆでる
- ③ほうれんそうはゆでて、3~4cmの長さに切る
- ④ゆでた野菜をたれ(A)であえる

6月は、明治小学校のリクエスト給食です。

メニューは「チャーハン、牛乳、ショーロンポー、もやしのナムル、ふかひれスープ、ピーチコンポート」です。今月は、この中でナムルのレシピを紹介します。



▼問い合わせ先=上三川町立学校給食センター ☎551670