Shuei Walker

変幻自在な「つくばヤーコン」

いきなりですが、皆さんは「ヤーコン」という野菜があ るのを知っていますか?実はこの「ヤーコン」、つくば 市内で生産されていて、商品化されているんです。 ということで今回は、つくば市で生産されている 「ヤーコン」について、つくば市吉沼にあります「つくば ヤーコン株式会社」の代表取締役の石島 繁さんに ヤーコン生産についてのお話を伺いました。



ここから「ヤーコン商品」の紹介をします。 食レポ記事作成→塚本 結菜②(豊里)

つくばヤーコン株式会社の石島繁さん

「米粉シフォンケーキ」→

左は優しい甘みのするほんのりとした黒糖、右 はしっとりふわふわで甘さが強いプレーン味です。 どちらも何個でも食べたくなる絶品スイーツです。 このシフォンケーキの材料は筑波山麓の常陸小 田米を使用したシフォンケーキにヤーコンをワイ ン煮にして混ぜ合わせています。ふわふわの ケーキの中にヤーコンのシャキシャキ感がある 新食感が楽しめます。



<mark>ー品です。「ヤーコンうどん」は乾麺で3束1080円で販売されて</mark> わってみてください。 いました。



第107号平成21年創刊つくば秀英高等学校生徒会

个ヤーコンはキク科の多年草で、花は菊に根茎はサツマイモに似た形 状をしています。根茎は食べるとシャキシャキとした食感がします。そし て、葉は乾燥させてお茶にして飲むことが出来ます。ヤーコンにはフラ クトオリゴ糖という成分が多く含まれていて、この成分は世界中にある 野菜の中で一番多く含まれているそうです。

> ←石島繋さんは50歳の時にヤーコンに興味を持ち栽培を 始めました。現在の年齢は72歳で、22年間ヤーコン栽培を 続けています。ヤーコン栽培は資格を持っている人のみが 出来るそうです。資格を持っていない人がヤーコンを栽培 することは禁止されています。もし、資格を持ってない人が 栽培すると違反行為で事件になるそうです。

石島さんはヤーコンは果物の梨の風味がすると言われ てました。ヤーコンは現在、つくば市内のスーパー「カスミ」 で販売されています。





↑「生ヤーコン」: 漬物のような食感でシャキ シャキしています。甘さ控えめの梨の様な味 がします。

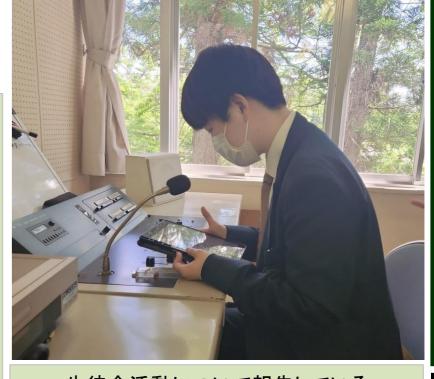
今回の取材でヤーコンは栄養価が高く、身体に良い食品だということが分 <mark>↑「ヤーコンうどん」: 見た目は蕎麦のようですが、中身は食感</mark> かりました。また、ヤーコンの栽培には多くの制約があるということも分かり <mark>がつるっとしていてさっぱりとしています。上の天ぷらはヤーコ</mark> 驚きました。そしてヤーコンは私たちの住む、つくば市で生産されているとい <mark>ンと人参のかき揚げになっています。ヤーコンづくしの贅沢な</mark> うことに驚きました。皆さん、もしヤーコン関連の商品を見かけたら、一度味

石黒 優奈②(豊里)

3日間行われた第1回定期試験が終了し、最終日の 5月24日(水)の午後に生徒総会が行われました。 気温の影響で、昨年に引き続き放送での開催となっ てしまいましたが、Googleフォームを上手に利用し、 様々な意見を聞くことや皆さんの承認をいただくこと が出来ました。

コロナは5月8日に第5類感染症へ引き下げられ、日 常生活や学校生活の制限が緩和されました。これか ら、生徒一丸となって、協力し合い、つくば秀英高等 学校を、より良い学校にしていきましょう。

山越 悠汰③(谷田部)



生徒会活動について報告している 生徒会長の相馬 拓実③(西初石)



令和5年度 第28回生徒総会議長団

	役職	学年	氏名	出身校
	議長	3年	杉山 一輝	秀峰筑波
	副議長	2年	松田 栞音	けやき台
	副議長	1年	小祝 嶺央	学園の森
	書記	2年	杉原 凜桜	豊里
	書記	1年	田村 希望	豊里
	監事	1年	北川 大翔	けやき台

←議事進行をしてくれた議長団のみなさん



生徒会役員募集中

令和5年度生徒会役員募集

本年度も生徒会を募集する時期になりました。主な仕事は、新 入生歓迎会、生徒総会、文化祭などの生徒会行事の運営、秀花 新聞の作成等です。つくば秀英高校の生徒の皆さんのために何 かやってみたい、より良い学校を創り上げていきたいなど、様々 な目的がある人、やる気がある人を募集しています。もし、少しで も活動に興味がある生徒は、遠慮なく現生徒会役員に聞いて下 さい。立候補を希望する方は生徒会室前に立候補用紙があるの で、そちらに学年、クラス、名前、そして立候補する役職を記入し て、生徒会役員選挙申込用紙入れに入れてください。

鷹巢 朱里②(谷田部)

生徒会役員募集について連絡をした 選挙管理委員長の増田 凌真③(八千代一)

今後の日程 募集役員

会長1名、副会長2名 会計3名、書記2名、監事2名 立候補者応募期間 5月24日~6月23日 選挙運動準備 7月3日~ 生徒会役員選挙

7月12日

新

生徒会新聞 Vol, 2

つくば秀英高等学校 生徒会発行

生徒会発行 "秀花新聞

全国高等学校総文祭 新聞の部10年連続出場

新聞記事の ネタ募集中!

新聞ボランティア

募集中!

HUEX

•第28回生徒総会 •生徒会役員募集中

 The last tournament 最後の大会へ向かって 各部キャプテンコメント •編集後記

・躍動した秀英戦士た

4面

•Shuei Walker 変幻自在な「つくば ヤーコン」

※記事内の〇の中の 数字は学年()は(出 身中学校)になります。



みんなの意見が学校を盛り上げていきます

陸上部

男子総合優勝

The last tournament

~最後の大会へ向かって~ 各部キャプテンコメント

3年間の部活の中で、辛いことや苦しいことなど色々な事があったと思います。そして、みんなで部活動を通してさまざまな事を共有し、一致団結して栄光に向かって歩みを進めて来たことと思います。

いよいよ3年生にとって最後の大会・コンクールとなりました。 ぜひ、これまでの練習の成果を精一杯発揮するとともに、悔い のない戦いになるように頑張って下さい。Fight Team Shuei!!!

部活名	名前	出身校	最後の大会へ向けての意気込み
弓道	高井慶太	吾妻	高校最後の大会なので今までの練習の成果を発揮して、悔いのない大会にしたいです。
剣道	岩淵美咲	谷田部東	悔いの残らないように精一杯頑張ります。
テニス	林 新大	谷田部東	これまでやってきた練習の成果を十分に発揮して、チーム全員で勝つ。
サッカー	白石一成	竹園東	県ベスト8を目指し、一戦一戦悔いの残らないように楽しみながら試合をしたい
柔道	木島理樹太	城ノ内	3年生にとっては高校生活最後の大会であり、全国大会へ繋がるので、悔いが残らないように全力 を出し切って頑張ってきます。
バドミントン	鶴川琴音	高山	個人、団体どちらも県大会に出場し、結果を残して悔いが残らないようにしたいです。
女子バスケットボール	池田有希菜	豊里	前回大会から声出し制限が緩和され、応援してくださる方々も含め全員で戦うことができました。 インターハイ予選のチーム目標である県大会優勝に向け日々練習に励んでいます。 3年生全員で出場する大会は今回の大会が最後となるため、2年間の集大成を見せられるよう頑張りたいと思います。
男子バスケットボール	佐々木駿輔	石岡	今までの集大成として自分たちが日々の練習の中で積み上げてきたものを、存分に発揮できるよう悔いの残らない試合をしたいと思います。
女子バレーボール	増渕こころ	水海道西	県大会に出場できるように今までの成果を発揮して頑張りたいです。
男子バレーボール	大口勝太郎	秀峰筑波	自分達の納得がいく結果を出せるように頑張ります
女子ハンドボール	水上黎香	水海道	最後の大会では、みんなが笑顔で終われるように今持つ力を十分に発揮し、悔いが残らないよう 精一杯頑張ります。
硬式野球	池内航	稲付	今まで応援してくれた人や支えてくれた人、保護者、指導者の人たちに茨城県優勝と言う最高の 恩返しをしたいと思います。
ラグビー	中山大翔	高山	僕たちの3年間の集大成なので最後の大会全力で望みたいと思います。応援よろしくお願いしま す。
陸上	関倖汰	下館西	いよいよ3年生となり、残りの大会数も少なくなってきました。秀英陸上部一丸となって今までの 努力の成果を120%発揮し有終の美を飾れるよう最後まで頑張ります。
馬術	根本光希	豊里	自信を持って後悔が残らないように全力で頑張ります!!!
茶道	市川泰志	豊里	茶道部にとって文化祭は大切な行事なので、発表が出来るのを嬉しく思います。今までの成果を 発揮できるように頑張ります!
写真	吉澤紗耶	豊里	みんな仲良く一日一日の部活を一生懸命に、楽しく過ごしていきます。
書道	中田瑞穂	高山	最後の作品出展までに技術や力を更に蓄えて、悔いなく作品を作りきりたい。
吹奏楽	古林那穂	並木	今年こそ夏のコンクールで県大会に出場できるように部員一同練習に励み、心に残る演奏ができるように頑張ります。
美術	松井静	御所ヶ丘	県展で賞を取れるよう、日々作品と向き合い筆を進めて参ります。
放送	牧田琉斗	豊里	大会など、成果が分かりやすく示せる場が無いので、引退まで日々の活動を大切にしていきたい です。
料理	小谷優太	守谷	他の部活に圧倒されず誇りをもって世界に挑みたいです![
ESS	パテル ソエル	竹園東	English is not a hard language so i want everyone to have fun when learning English!
天文	一條智也	御所ケ丘	みんなで仲良くやっていきます。
新聞	ミハエルグスタボ	下妻・東部	大会など一生懸命頑張りたいです。
ボランティア	石井結依	竹園東	みんなで協力して楽しく活動する。
応援	大竹敦子	谷田部東	全部活動を優勝に導くよう全力で応援します!
チアダンス	根本彩愛	谷田部東	日々の練習の成果を野球部の応援という形で発揮したいと思います。

躍動した秀英戦士たち

各部でさまざまな大会が行われ、多くの部活が素晴らしい結果を残しました。各部の皆さんお疲れさまでした。次の大会では、成長している自分たちの実力を信じて頑張って下さい。Fight Team Tsukuba Shuei!

ラズリカストロ・ミハエルグスタボ③(下妻・東部)

各部の結果

〈男子バスケットボール部〉関東茨城県予選会 決勝リーグ①つくば秀英○88-71×水戸工業 決勝リーグ②つくば秀英○88-66×常盤 決勝リーグ③つくば秀英×77-81○土浦日大

〈女子ハンドボール部〉関東茨城県茨城県予選会

準優勝で関東大会へ出場決定

代表決定戦 つくば秀英〇41-15×鉾田一

3位で関東大会へ出場決定 <陸上部>関東陸上茨城県予選

男子団体優勝 関東大会へ出場決定他の種目は記事参照

〈柔道部〉関東柔道茨城県予選会

男子団体 決勝つくば秀英×1-3〇水戸啓明 **準優勝で関東大会出場決定**

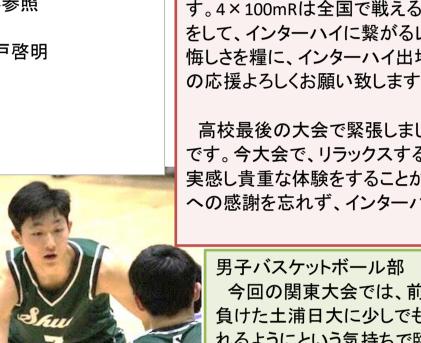
個人戦

古矢凪紗③(大穂)優勝 吉田兼三③(龍·愛宕)準優勝

男子バスケットボール部 準優勝

コロナの影響で今までできな かった声を出しての応援が可能と なり、選手、保護者、チーム関係 者全員がより一丸となって挑めた 大会だったので、チームの一体 感を強く感じた大会でした。次の 関東大会では、日々の練習で小 さな努力を一つ一つ積み重ねて、 よりレベルアップした自分達を見 せれるように頑張ります。

佐々木 駿輔③(石岡)



陸上競技部

今大会はコロナウイルスの対策が緩和され、各学校応援が可能になり、久々に会場全体が賑やかになり、やっと元に戻ってきたと感じました。個人種目では残念な結果となってしまいましたが、200mと4×100mリレーは北関東大会に進出することが出来たので、悔いのない走りをして、インターハイに進出したいと思います。4×100mRは全国で戦えるメンバーが揃っているので、北関東大会では優勝をして、インターハイに繋がるレースをしたいと思います。個人の200mも今回の悔しさを糧に、インターハイ出場を決めたいと思います。皆さん、秀英陸上競技部の応援よろしくお願い致します

高校最後の大会で緊張しましたが、自己ベストを更新することができ嬉しかったです。今大会で、リラックスすることの大切さや応援の素晴らしさ、ありがたみを実感し貴重な体験をすることができました。自分をここまで支えてくれている人達への感謝を忘れず、インターハイに進めるよう頑張ります。

関 倖汰③(下館西)

今回の関東大会では、前回大差で 負けた土浦日大に少しでも差を縮め れるようにという気持ちで臨みました。 前半調子が出ず、気持ちも上がらな かったのですが、後半の最初にス リーポイントシュートを決めてから気 合いが入りました。結果は4点差で負 けてしまいましたが、次の全国予選で は絶対に勝ちたいです。

←宮越 温生③(日高市·高根)

陸上部 関東大会出場者結果 小林 美憂③(土浦四)100m障害5位 小林 美憂③(土浦四)七種競技2位

照内 武咲志③(下妻)400m4位 小室 歩久斗②(霞ヶ浦)100m優勝

池嶋 修平②(秀峰筑波)100m3位

会田 聖也②(大穂)200m優勝

会田・池嶋・平沼・小室400mリレー優勝

会由・池鳴・平沼・小至400mリレー優別 竹村 光晴③(土浦四)八種競技優勝

桜井 開①(土浦四)八種競技4位

徳守 央駕③(結城)走り高跳び2位

吉田 智哉②(土浦四)110m障害2位 吉田 智哉②(土浦四)走り幅跳び2位

関 倖汰③(下館西)110m障害5位 男子総合1位

柔道部

取らないといけないところを逆に取られてしまい、負けてしまいました。ポイントを取り切る技術や気持ちの強さが足りないと感じました。関東大会へ出られることに感謝し、チームー丸となって勝ちにこだわり頑張りたいです。

木島 理樹太③(城ノ内)



女子ハンドボール部

目標にしていた関東大会出場を決めることが出来てとても嬉しいです!順位決定戦では、1点差で惜敗しましたが、自分達に足りない沢山の課題が見えてきたので、この悔しさをバネに最後の総体に向けて自分達らしく高みを目指し頑張りたいと思います。関東大会では茨城県代表として全力で戦い、1つでも多く勝てるよう頑張ります。

水上 黎香③(水海道)



焦ってしまって、落ち着いて柔道が出来なかったので、次の大会までには修正したいと思います。優勝目指して頑張ります。

鈴木 一星③(牛久一)

団体戦の先鋒で思うような試合運びが出来なかったのですが、仲間たちが自分 のミスをカバーしてくれて、とても助かりました。関東大会では、一戦一戦大事にし て先鋒としての役割をしっかり担い、チームを引っ張り勢い付けられるように頑張 りたいと思います。

中村 漣音③(練馬区貫井)