

【3月12日(土)13日(日)は土佐のおきゃくニンジャマックス、ジャンピングMAXを開催！】

・ニンジャMAX2022 3月12日(土)・13日(日)

・ジャンピングMAX2022中四国予選会 3月13日(日) どちらも高知駅前こうち旅ひろばにて開催

ニンジャマックスは幼児～小学生、ジャンピングMAXは幼児～大人まで参加可能！

ジャンピングMAX2022は、可能な限り全国で予選会を開催し、決勝大会(日本一決定戦)を開催したいと考えております。今年から、地区外の選手はオープンクラスという形で順位がつかないなど、ルールが少し変更になっているところもございますのでご確認ください。詳細・お申し込みはHPより！

※コロナの状況により中止や、条件等が変わる場合がございます。その場合は事前にお知らせいたします。

●千賀 一輝【かずき初めての一人暮らしvol.10】

先日のこと。1人たこ焼きをした時の残り生地をリメイクして、たこ焼き風チヂミを作りました！大阪出身ということもあり、たこ焼きの生地は一から自分で作ります。出汁のきいた生地がより大阪っぽくて大好きです！今回はチヂミにして平べったくしましたが、味はたこ焼きとなんにもかわらず笑 料理をしても、1日で食べきれないことが多いため、1人暮らしにリメイクはかかせません！ 次回は高知の名産品なんかも使って、何か作ってみたいですね！1人ならではのリメイクメニューなども考案して、レポートををどんどん増やしていきたいと思います！



●久保 源太【源太の料理成長日記vol.8失敗編】

料理にも少し慣れてきたので、ふと「お菓子作りをやってみよう」と思い、先日ケーキ作りに挑戦しました！まずは簡単なものからと思い探していると、ホットケーキミックスを使って炊飯器でスイッチを押すだけでカステラができるレシピを発見。「これなら絶対失敗しないじゃん！」と余裕をかましておりましたが、完成してみると見事に失敗。外は丸焦げ中は生焼けと、漫画にかいたような失敗をしました笑。お菓子作りはそう簡単にはいかないことを身をもって経験しました…。しかし、今回で諦めずまたお菓子作りにも挑戦していきたいと思います！笑



●友永 恵大【友永の旅飯vol.3 番外編】

高知県には眺望抜群の場所がいくつもあります。今回はその中のひとつ、土佐市高岡にある「石土ノ森パラグライダー基地」をご紹介します。

標高476メートルを登山した先に現れるこの場所。ふもとから走っていき、高度があがるにつれ、道もうねり始めます。車でも上れないことはないですが、道が悪いのでおすすすめは出来ません。辿り着けば分かりますが、言葉には表せない光景が突然目の前に現れます！おかげで、走ってきた疲れも吹き飛びました。天気によければパラグライダーが飛び立つところも見れますので、暖かくなったら、是非登ってみてはいかがでしょうか！？



●池内 千尋【ちひろの毎日麺類vol.44】

野市のマルトクラーメンで、激辛二郎系ラーメンを食べてきました。ここでは激辛油そばしか食べたことがなかったので、今回は二郎系に。その名も「むつこいがのこじゃんと辛いが」です。二郎系ラーメンって、野菜を食べているうちに麺が伸びてくるので野菜は少なめにしました。標準で3辛まで選べるのですが、3辛にトッピングで激辛油+3辛、激辛唐辛子+3辛をしたので全部で9辛？かな？笑 ニンニクや油など、その名の通りかなりむつこいですが、それを上回る辛味がガツンと。もちもち太麺に油や唐辛子がよく絡んで美味しかったです。しかしもう少し辛くてもいいかな、という感じだったので次はさらに追加したいと思います！



●鈴木秀司【コラム 東京オリンピックの聖地に vol.170】

12月に久しぶりに東京出張をしてきましたが、そのときに時間があつたので、寄ってきました。東京オリンピックのときにTVでよく観たと思います。そうです、新国立競技場です。と言っても、中には入らず(多分入れないですよ)、モニュメントを一枚。やはり陸上選手としては、ここは聖地。1997年、この国立競技場で日本選手権(棒高跳び)で優勝しました。もう24年前の話ですが、ここにくると背筋が伸びるというか、自分にとって神聖な場所。東京の大学でしたので、試合はよくここでおこなっていました。勝つこともありましたが、負けたことが多い場所で、人生の成長につながった思い出の場所。今年は、タイミングを見計らって、中で走ってみたいですね！



SPORTS MAX



【SPORTS MAX LINE】

イベント情報や、運動脳力向上に関する情報などお知らせしています。



生徒募集中！

紹介者にはスポーツマックス赤Tシャツをプレゼント。入会者は入会金無料！