

問合せ/FC水戸ホーリーホック(☎0296-88-3900)、茨城ロボッツ・スポーツエンターテインメント(☎350-8338)、市スポーツ課(☎306-8136)  
チケットは、インターネットやコンビニエンスストアなどで購入できます

# プロスポーツナビ



## 水戸ホーリーホック

2018シーズン終了！  
最後まで応援ありがとうございました！



### J2リーグ順位10位！クラブ史上最高の成績で終了

選手も監督も大幅に代わり、「一新」のクラブスローガンのもとスタートした今シーズン。好調を維持した前半戦では、一時は首位に立ちました。中盤に連敗を喫したものの、終盤は調子を上げ、クラブ史上最高の勝点獲得、最高順位到達でシーズンを終えることができました。1年間の熱い応援をありがとうございました！



2018シーズンの成績  
**順位10位**  
(22チーム中)  
**勝点57 16勝9分17敗**

### ▼選手に「チカラ」を、子どもたちに「夢」を—— 「葵龍会」で選手やクラブを応援しませんか

水戸ホーリーホックの活動を支援・応援する後援会、葵龍会(きりゅうかい)。皆さんからの会費は、選手強化費やホームタウン推進活動に活用します。イベントに参加する権利やプレゼントなどの会員特典もあります。

会費や申込方法など、詳細は、ホームページをご覧ください。2019シーズンも熱い応援をお願いします！



## サイバーダイナミクス茨城ロボッツ

年末年始もプロバスケ三昧！  
茨城ロボッツを応援しよう！



### ロボッツからのお年玉！「特別ご招待企画」

茨城ロボッツの2019年のお正月ゲームに、皆さんをご招待！たくさんの応募をお待ちしています。

試合日程/1月5日(土)・6日(日) 対象/市内に居住または通勤している方 定員/25組50名 申込み/12月24日(月)までに、応募フォーム(<https://bit.ly/2O1z7xX>)へ



東地区**2位**(14勝5敗) 11月24日現在

▼ぜひ会場で選手を応援してください！

会場/青柳公園市民体育館 チケット/大人1,800円、小中高1,000円から ※席種など詳細は、ホームページへ。

日時	対戦相手
12/29(土)、18:00	仙台89ERS
12/30(日)、14:00	

▼シュート能力の高さは折り紙つき！

Fイーグルス名古屋から移籍した若手注目株、福澤選手。昨シーズンは、B2スリーポイント成功率No.1に輝きました。「フッキー」の愛称で親しまれています！



背番号2 PG/SG 福澤晃平選手

## 納豆アレンジレシピ

### チーズ入り納豆春巻き

材料	分量(10本分)
春巻きの皮	10枚
納豆	2パック
ピザ用チーズ	60g
大葉	10枚
紅しょうが	30g
片栗粉	適量
サラダ油	

- ① 納豆を軽くほぐす。
- ② 春巻きの皮の上に、大葉、納豆、紅しょうが、チーズを順番にせる。
- ③ 手前から巻いて包み、春巻きの皮の端を、水で溶いた片栗粉でとめる。
- ④ 170℃に熱した油で、キツネ色になるまで揚げる。



画像提供/月刊ぶらざ

協力/水戸市食生活改善推進員

## 納豆の「マメ」なおはなし



水戸の特産品・納豆にまつわる豆知識やレシピなどを紹介します。皆さんも、おいしく楽しく納豆を食べませんか。  
問合せ/観光課(☎232・9189)

水戸の納豆と言えば、小粒納豆が主流。納豆を買う時には、いつも小粒を選ぶという方も多いのではないのでしょうか。  
しかし、水戸の納豆は小粒だけではありません。市内で納豆を製造する各社は、小粒以外にもさまざまな大豆を使った納豆を製造しています。

水戸納豆製造もその一社です。「小粒・大粒それぞれに良さがある。大粒の特長は食べ応えがあって、うま味が強いこと」と話すのは専務の高星大輔さん。同社は、濃厚なうま味の大粒納豆や、紅大豆を使用した色鮮やかな紅色の納豆など、



水戸納豆製造 高星大輔さん

特徴的な商品を開発しています。これらの商品には、それぞれ異なる産地で生産された大豆を使用。さらに、その大豆に合う納豆菌を選ぶことで、味や風味などを調整しています。大粒納豆は、土産品として購入されることが多いのですが、「水戸の皆さんにも食べてほしい」と高星さんは語ります。伝統の小粒だけにとどまらず、進化を続ける水戸の納豆。皆さんも、明日から食卓に取り入れてみませんか。

### 第五話

進化を続ける  
水戸の納豆