

## わがやのアイドル

遠野の元気なわらすっこたちを紹介します。

## Child

遠野町



菊池 遥くん  
(H26. 4. 4生)

小友町



佐々木 蛭留くん  
(H28. 3. 8生)

### 「わがやのアイドル」写真募集!

お子さんの笑顔を広報に掲載し、記念の一冊にしてみませんか? ▶対象 未就学児(兄弟や姉妹と一緒に写っている写真でも可) ▶申込期限 4月22日(金) ▶申込方法 住所、氏名(お子さん・保護者)、電話番号、写真一を下記までに郵送またはメールでお寄せください ▶問い合わせ 市経営企画部広報担当(☎62-2111内線233 メールアドレス:koho@city.tono.iwate.jp)

## Marriage

## 私たち、結婚しました!

### 「私たち結婚しました」写真募集!

結婚の思い出に写真を掲載してみませんか? お気に入りの写真(携帯電話で撮影した画像も可)をお寄せください。▶問い合わせ 市経営企画部広報担当(☎62-2111内線233メールアドレス:koho@city.tono.iwate.jp)



佐藤 貴幸さん 23歳  
美咲さん 21歳  
=上郷町=

## 「ともに歩んで半世紀」休載のお知らせ 長年ご愛読いただき、ありがとうございました。

### 皆さんに愛され続け18年一。

結婚して50年を迎えたご夫婦を紹介する「ともに歩んで半世紀」コーナーは、平成9年から始まり、これまで約220組のご夫婦を紹介させていただきました。参加者の減少が著しいことから昨年度「合同金婚式」が廃止され、同コーナーも休載を余儀なくされていました。再度、対象となるご夫婦を募集しましたが集まらなかったため、当面の間、休載いたします。取材にご協力いただきました皆さま、そしてご愛読いただきました皆さま、ありがとうございました。5月号からは、新コーナーを立ち上げる予定です。よろしくお祈りします(右記参照)。

### 第1回紹介のご夫婦にインタビュー



#### ともに歩んで70年になりました

鶴田 高さん(90歳)・カルさん(88歳)  
=新穀町=

結婚50年の記念に広報に掲載されたことは今でも大切な思い出です。これからも支え合って二人仲良く暮らしていきます。

5月号からスタート!

### 新コーナー「ターンズ。これが、私の歩む道」

広報遠野の市民アンケートに寄せられた意見・提言をもとに、移住・定住者を紹介する新コーナー「ターンズ。これが、私の歩む道」を立ち上げます。どうぞ、お楽しみに!

## 子育てするなら遠野! Vol.22 わらすっこインフォ

## Info

### 子どもから大人まで口ずさめる 「わらすっこのうた」が寄贈されました

子どもの心に寄り添った歌を制作し、全国の学校などで披露している、シンガーソングライターの高橋しんじさんが、「わらすっこのうた」を本市のために制作してくださいました。この歌には、高橋さんが市内の保育園などを訪問し、子どもたちと交流しながら感じた思いが込められています。



3月16日、とびあ行色にて歌を披露する高橋しんじさん

### ♪友達や家族と一緒に歌おう

「わらすっこのうた」は、これから市内の保育園などで歌われるほか、5月28日の市民センターリニューアルオープンで披露されます。学校や家で、友達や家族と一緒に歌っていきましょう。

「わらすっこのうた」についての詳細は、下記まで問い合わせください。

問い合わせ  
市子育て総合支援課(☎62-2111  
内線860331)

### 食生活改善推進員おすすめ

## 栄養満点♪ 食育レシピ

## Cook



## 手作りギョーザ

今月のレシピ担当は  
青笹町  
食改善推進委員  
の皆さん

### 1人分の栄養価

エネルギー 310kcal、食物繊維  
2.6g、塩分 0.5g

### ●材料(20個分)

【皮】小麦粉200g、お湯(40℃程度)

【具】A(キャベツ3枚(160g)、ニラ30g、シイタケ2枚)、ひき肉100g、ショウガ1かけ、B(しょうゆ大さじ1/2、酒大さじ1、ごま油小さじ1、オイスターソース小さじ1)

### ●作り方

1 小麦粉にお湯を加えてこね、1時間寝かせる。その後、2本の棒状にのばす。

2 1本を10等分にして、小麦粉をまぶし手でつぶす。左手で生地を回しながら、右手でのし棒をあて丸く広げる。

3 Aをみじん切りにして、水気を絞る。ひき肉、すりおろしたショウガ、Bを加えて混ぜ2で包む。

4 フライパンに油を敷き、3を焼く。焼き目が付いたら、3が半分隠れるまでお湯を入れ、ふたをし、皮が透き通るまで火を通す。

### ! おすすめポイント

小麦粉さえあれば、簡単に作れるお手軽レシピです。

## おめでた

2月29日まで届け出分( )内は性別と保護者

遠野	高山結心(男)	(史也)
	佐々木善心(男)	(満)
	佐藤凛之輔(男)	(健司)
	千田湊(男)	(進)
綾織	菊池彩未(女)	(俊一郎)
松崎	藤原蓮(男)	(英樹)
	綱木春馬(男)	(和也)
	斐綿仁(男)	(鍊)
青笹	外田温紀(男)	(一路士)
宮守	小田島望那(女)	(光明)

## おくやみ

2月29日まで届け出分( )内は年齢と行政区

遠野	伊藤ミサ子	(71歳・9区)
	菊池節雄	(80歳・13区)
	小山米三郎	(90歳・4区)
	菅原健吾	(85歳・4区)
	菅原規夫	(63歳・4区)
	松田ミチ	(91歳・13区)
	上原孝二	(65歳・3区)
	高柳俊郎	(85歳・3区)
綾織	鈴木トシ	(81歳・1区)
	鈴木エミ	(94歳・1区)
小友	菊池賢一	(88歳・3区)
	高橋テル	(105歳・4区)
	菊池巧	(27歳・4区)
附馬牛	糠森重幸	(75歳・1区)
松崎	鳥屋部エイ	(86歳・2区)
	菊池英子	(74歳・5区)
	菊池都四	(89歳・1区)
	菊池リヤウ	(81歳・2区)
	小井口タマ	(90歳・6区)
土淵	鍋割セキノ	(83歳・2区)
	佐々木米藏	(95歳・1区)
	菊池幸枝	(98歳・4区)
	菊池トミ	(89歳・7区)
青笹	佐藤キヨイ	(97歳・2区)
	佐々木正人	(94歳・2区)
	関東ハルヨ	(89歳・4区)
	菊池京子	(67歳・4区)
上郷	菊池ミキ	(89歳・8区)
宮守	菊池アイ	(103歳・鱒6区)
	佐々木利三男	(82歳・達7区)
	多田賢太郎	(84歳・達3区)
	多田正悦	(100歳・達3区)
	石川澄子	(85歳・宮5区)
	佐々木正	(83歳・達2区)
	菊池誠	(83歳・宮1区)
	安部キヌ	(84歳・宮7区)
	佐藤宗一	(80歳・宮2区)
	菊池カヤ	(93歳・宮4区)

※慶弔欄は、掲載を希望された方のみ掲載しています