

みんなの広場

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

松崎町



佐々木 悠羽くん
(H28. 3. 9生)

たかし
崇志さん
のお子さん

東館町



佐藤 悠仁くん
(H29. 4. 30生)

よしひろ
慶明さん
のお子さん

「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 7月14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)



菊池 祥宏さん 35歳
志保さん 31歳
=材木町=

ターンズ

遠野にI・J・Uターンした人をご紹介します!



Vol. 15 さおり
渡部 沙織さん
松くい虫等被害防除監視員、59歳
=附馬牛町在住・山梨県甲府市出身=

念願だった馬との生活。
遠野の文化と自然を伝えたい。

Q. 遠野に移住した理由は?

馬と関わりたいと思ったとき、偶然見た雑誌に遠野の馬搬が載っていました。ちょうど子育ても一段落した頃だったので、一念発起して単身で遠野に移住しました。

Q. 現在の遠野ライフは?

念願だった馬との生活を始めました。遠野で馬搬を営んでいる地元の人から、馬搬の技術や馬事文

化を学んでいます。豊かな自然の中で、馬と触れ合えて毎日が充実しています。

Q. 今後の目標は?

現在住んでいる家は、かやぶき屋根の古民家。民泊を受け入れながら、遠野の文化や豊かな自然を体験できる場所にしたいと思っています。いずれは、都市部と遠野の文化交流につなげたいです。



↑馬の乗り方も勉強中!
自宅近くの草地で練習。



★主な経歴
①山梨県出身→
②東京で就職・
結婚→③'15遠
野に移住

TURNS

J ターン

【お知らせ】 遠野への移住・定住に関する相談は、「で・くらす遠野」まで! (☎62-2111)

31 広報遠野 ● 2017-07

\\ 子育てするなら遠野! // Vol. 39

わらすっこインフォ

Info

母子健康手帳の交付手続きは助産院で!

妊娠がわかり、妊娠届出書をもったら健康福祉の里助産院「ねっと・ゆりかご」までお越しください。母子健康手帳をお渡します。

また、健診の検査費用が助成される妊婦健診受診票や妊婦歯科健診受診票も発行します。

妊娠中も歯のケアを!

妊娠中は、ホルモンの影響でむし歯や歯周病にかかりやすくなります。そのままにしておくと、早産や赤ちゃんの成長に影響が出ることもあります。赤ちゃんのためにも、歯科健診を受けましょう。

★交付する物

- 母子健康手帳
- 妊婦健診受診票(14回分)
- 妊婦歯科健診受診票(1回分)
- マタニティグッズ
- 祖父母手帳 など

★手続きに必要な物

- 妊娠届出書
- マイナンバーカードまたは通知カード

問い合わせ

市助産院「ねっと・ゆりかご」(☎62-1103)

食生活改善推進員おすすめ

栄養満点♪ 食育レシピ

Cook



おすすめポイント
たれの味付け次第でオヤツにもおかずにもなります。

ポテト焼き

今月のレシピ担当は
小友町
食改善推進員
の皆さん

1人分の栄養価

エネルギー134kcal、たんぱく質3.4g、ビタミンC48mg、食塩0.9g

●材料(6人分)

ジャガイモ中サイズ 6個、小ねぎ 1/3束、ニンジン30g、片栗粉大さじ1、スキムミルク大さじ1、【たれ】(濃口しょうゆ大さじ2、酢小さじ4、砂糖小さじ2、すりごま小さじ2、片栗粉小さじ2)

●作り方

①ジャガイモをすりおろし、キッチンペーパーで水気をきる。小ねぎは

小口切り、ニンジンはみじん切りにして茹でる。

②①と片栗粉、スキムミルクを混ぜ、生地をつくる。

③たれの材料を小鍋に入れ、とろみが出るまで軽く沸騰させる。

④サラダ油を敷いたフライパンに、5g大にした生地を入れ、両面に焦げ目が出るまで焼く。器に盛り、③をかけて完成。

※ レシピの詳細は総合食育センターまで(☎62-2032)

おめでた

5月31日まで届け出分()内は性別と保護者

遠野	菊池海李(男)	(凌司)
	河内心音(女)	(正好)
	佐藤悠仁(男)	(慶明)
	佐藤吟羽(女)	(優一郎)
	小水内彩乃(女)	(優大)
綾織	多田一葉(女)	(飛鳥)
小友	菊池悠叶(男)	(悠)
	昆野百花(女)	(大樹)
松崎	菊池奏佑(男)	(修)
土淵	佐々木優輔(男)	(広林)
青笹	菊池莉乃(女)	(正和)
上郷	鈴木有美香(女)	(香織)
宮守	佐々木魁也(男)	(希実也)

おくやみ

5月31日まで届け出分()内は年齢と行政区

遠野	菊池雛子	(80歳・13区)
	富山ツエ	(96歳・10区)
	恩徳武	(81歳・13区)
綾織	鈴木里和子	(93歳・6区)
	菊池儀一	(72歳・2区)
小友	菊池幸子	(66歳・2区)
	菊池謹五郎	(95歳・3区)
	千田マサ	(81歳・1区)
附馬牛	千葉タカ	(82歳・1区)
松崎	鈴木昭二	(90歳・1区)
	菊池良七	(86歳・2区)
	菊池幸子	(74歳・1区)
	丸古ハツエ	(89歳・5区)
	八重樫五之助	(85歳・1区)
	谷地ミサ	(90歳・8区)
	菊池則子	(68歳・8区)
土淵	安部雍治郎	(94歳・8区)
	水香祐四郎	(83歳・9区)
青笹	佐々木ユキ	(95歳・6区)
	関口和則	(61歳・6区)
	佐々木長吉	(92歳・8区)
	菊池富雄	(94歳・2区)
	菊池武見	(68歳・3区)
上郷	菊池國夫	(87歳・6区)
	白岩福蔵	(87歳・1区)
宮守	君崎和子	(86歳・宮6区)
	菊池三蔵	(89歳・宮5区)
	山蔭盛衛	(70歳・鱒2区)

※慶弔欄は、掲載を希望された方のみ掲載しています