

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

宮守町



なおよき直倅さんのお子さん

多田 幸生くん
(H29. 8. 2生)

綾織町



ひろや広也さんのお子さん

高橋 楓ちゃん
(H29. 10. 27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 1月12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 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 メールアドレス:koho@city.tono.iwate.jp)



佐々木 康喜さん 28歳
春菜さん 27歳
=宮守町=

ターンズ

遠野にI・J・Uターンした人をご紹介します!



TURN S

★主な経歴
①東京都江戸川区出身 → ②04' 遠野に移住。08' 結婚

ターン

今あるつながりを大切に 新たな交流を作りたい

Q. 遠野に移住した理由は?

大学の授業で来たのが最初です。何度も通ううちに知り合いも増え、思い切って移住。神社や郷土芸能好きの妻も2年後に移住してきて、遠野で出会って結婚しました。

Q. 現在の遠野ライフは?

知り合った人たちの家によく遊びに行きます。家族でお邪魔して、農作業したりおしゃべりしたり。

現代でも昔ながらの暮らしや感覚が残っている遠野は、住んでいながら旅をしているような、不思議な魅力があります。

Q. 今後の目標は?

妻が手作りアクセサリーの販売を始めていて、そこから新しい人間関係が生まれています。今ある人と人とのつながりを大切に、新たな交流を作りたいです。



↑手作りアクセサリーを販売。購入者とSNSでもつながっています

Vol. 22

田村 隆雅さん(左)
遠野山・里・暮らしネットワーク勤務
37歳、遠野町在住・東京都出身
【写真】 中/長女の聡奈ちゃん(5歳) 右/妻の詩穂さん(37歳、宮城県岩沼市出身)

【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)

\\ 子育てするなら遠野! //

Vol. 45

わらすっこインフォ

Info

気になることがあれば、ご相談ください!

市は、妊娠中から産後・子育て中のお母さんたちを切れ目なく支える取り組みとして「妊娠出産子育て包括支援事業」を行っています。育児や体調、家庭での心配ごとなど気軽に相談いただけるよう、母子保健コーディネーター(保健師)を配置しています。身近で見守ってくれる地域の実家のような場所として、ご利用ください。



◎妊娠出産子育て包括支援体制 電話相談【直通】

利用時間	電話番号	対応内容
月～金 9時～17時	62-1108	妊娠・出産・産後に関わる相談
	090-7660-1108	子育て・子どもの成長発達に関わる相談

問い合わせ先
市保健医療課母子保健係
(☎68-3186)

【お知らせ】
毎月最終週に「わらすっこナビ」を
遠野テレビで放送中!

食生活改善推進員おすすめ

栄養満点♪ 食育レシピ

Cook



サーモンパイ

今月のレシピ担当は
青笹町
食改善推進員
の皆さん

1本分の栄養価

エネルギー199kcal、たんぱく質12.1g、脂質11.2g、カルシウム36mg、鉄0.9mg、食塩0.6g

●材料(4本分)

生鮭2切れ、塩0.6g、こしょう少々、タマネギ1/4個、ニンニク4g、ホウレンソウ120g、バター12g、春巻きの皮4枚、クリームチーズ80g

●作り方

①鮭の皮を取り、そぎ切りにして塩・こしょうで下味をつける。
②タマネギとにんにくをみじん切りに、下ゆでしたホウレンソウを3～

4分の長さに切る。

③フライパンにバターの半量を溶かし、②を炒めてこしょうを加える。
④春巻きの皮に①と③をのせて包み、残りのバターを溶かして表面に塗る。オープンなら7～8分、フライパンなら蓋をして弱～中火で焼く。

!おすすめポイント

鮭に含まれるビタミンDが、カルシウムの吸収を促進します!

※ レシピの詳細は総合食育センターまで(☎62-2032)

おめでた

11月30日まで届け出分()内は性別と保護者

遠野	菊池沙羅(女)	(健)
	北湯口蓮翔(男)	(輝樹)
綾織	高橋楓(女)	(広也)
	日暮乃愛(女)	(智)
青笹	千葉稜馬(男)	(大樹)
上郷	菊池終比來(女)	(優太)
宮守	菊池佑磨(男)	(真由)
	浅沼奏斗(男)	(剛)

おくやみ

11月30日まで届け出分()内は年齢と行政区

遠野	松田賢司	(83歳・13区)
	松田平吉	(89歳・7区)
	今野トヨ	(94歳・15区)
	奥寺トキ	(86歳・11区)
	荒田秀則	(62歳・6区)
	菊池テル	(91歳・1区)
	中村淑子	(87歳・10区)
	菊池唱治	(50歳・12区)
綾織	石岡寧彦	(82歳・3区)
	鈴木エイ子	(90歳・6区)
	菊池勝間	(66歳・4区)
小友	大木戸重夫	(89歳・1区)
附馬牛	小倉忠夫	(78歳・5区)
	中館祐次	(79歳・6区)
松崎	菊池久一	(67歳・1区)
	藤林國光	(74歳・8区)
	菊池昌子	(79歳・6区)
	菊池巳代吉	(82歳・3区)
	千葉恒夫	(82歳・4区)
土淵	菊池豊繁	(63歳・7区)
	菊池保雄	(86歳・5区)
	菊池實	(80歳・10区)
	立花正行	(50歳・9区)
	佐々木コヨ	(90歳・5区)
	沢里満高	(83歳・8区)
青笹	佐々木克子	(85歳・6区)
	畑山功	(74歳・4区)
	太田キク	(96歳・7区)
上郷	河村トシ	(83歳・6区)
	佐々木サト	(93歳・9区)
	志村長兵衛	(87歳・9区)
	鈴木タエ	(100歳・4区)
	三平利雄	(86歳・8区)
宮守	菊池甫	(94歳・鱒3区)
	佐藤富江	(69歳・達2区)
	川野三男	(85歳・達2区)

※慶弔欄は、掲載を希望された方のみ掲載しています