

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

遠野町



菅 雛乃ちゃん
(H28. 3. 4生)

みちたか ひろみ
倫孝さん・広美
さんのお子さん

宮守町



佐々木 魁也くん
(H29. 5. 5生)

きみや しほ
希実也さん・史穂
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 6月15日(金) ▶申込方法 住所、氏名(お子さん・保護者)、電話番号、写真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 市総務企画部政策担当(☎62-2111内線217 メールアドレス:koho@city.tono.iwate.jp)

私たち、結婚しました! Marriage

「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 市総務企画部政策担当(☎62-2111内線217 メールアドレス:koho@city.tono.iwate.jp)



小向 宏樹さん 24歳
亜美さん 23歳
=上郷町=

ターンズ

遠野にI・J・Uターンした人をご紹介します!



Vol. 26
清水 敬示さん(69)
=下組町在住・東京都中野区出身=
【主な略歴】
建築家パオロ・ソレリ師事(米国)、
ミサワホーム、ミサワホーム総合
研究所、微気候コンサルタント

伝統の知恵は先人からの贈り物 知恵と技術を次の世代へ伝えたい

Q. 遠野に移住した理由は?

気候や風土、立地条件を把握し、空気の流れや日差しなどを活用した微気候デザイン住宅を作ろうと数年前から計画。自然の密度が高く、人との繋がりが他より強かった遠野への移住を決めました。

Q. 現在の遠野ライフは?

市内を一望できる高清水山の中腹に、自分で設計した住宅を建築

中。現場監督も作業員も自分。大変ですが完成が待ち遠しいです。

Q. 今後の目標は?

木の植え方ひとつで空気の流れは変わります。日本の民家には、私たちの先祖が代々工夫を重ね生み出してきた知恵と技術が詰まっています。受け継がれてきた日本の素晴らしい知恵と建築技術を次世代へ伝えていきたいです。



↑建設中の自宅窓からは市内を一望でき、雲海も見ることができます。



★主な経歴
①東京都出身、
進学・就職→②
'17移住

TURNS

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)

子育てするなら遠野! Vol. 49

わらすっこインフォ

Info

子育てを応援します!

市は、赤ちゃんが生まれたご家庭にわらすっこ応援券と特製の写真立てをプレゼントしています。応援券は予防接種費用などに利用でき、写真立ては赤ちゃんの生年月日と名前が印字されています。

応援券と写真立ては、各地区の主任児童委員が自宅を訪問しお渡しします(※)。詳しくは下記までご相談ください。

【わらすっこ応援券】

- ★交付額 1万円(500円×20枚)
- ★利用期限 小学校就学前の3月31日まで
- ★利用対象・施設 ① 予防接種…インフルエンザ予防接種、ロタウィルス予防接種 ② 保育施設…病児・病後児保育、一時保育、休日保育



問い合わせ

市子ども政策課(☎62-0189)

※訪問は出生届の提出から最長3カ月程度かかる場合があります。

食生活改善推進員おすすめ

栄養満点♪ 食育レシピ

Cook



季節のグリーンサラダ

今月のレシピ担当は
綾織町
食改善推進員
の皆さん

1食分の栄養価

エネルギー125kcal、タンパク質2.5g、食塩1.1g、葉酸101μg(1日に必要な葉酸の半分)

●材料(4人分)

レタス1/2個、サニーレタス1/2個、アスパラガス4本、スライスアーモンド(ロースト)10g

- A: ニンジンラベ(ニンジン1本、クミンシード小さじ1、酢またはレモン汁小さじ1、オリーブオイル小さじ1/2)
- B: 玉ネギの酢漬(玉ネギ1/2個、らっきょ酢小さじ1)
- C: 玉ネギドレッシング(醤油、みりん、酢、オリーブオイル各小さじ1、玉ネギ1/2個)

●作り方

①アスパラガスを茹でて、5分程度の

長さに切り、冷蔵庫で冷やしておく。

②A: 千切りにしたニンジンと塩でもみ、20分置いたらしっかり絞る。クミンシードをオリーブオイルで炒めた後、全ての材料をよく混ぜ合わせる。

③B: スライスした玉ネギにらっきょ酢を加えてよく混ぜる。

④C: 玉ネギをすりおろし、全ての材料をよく混ぜ合わせる。

⑤レタス、サニーレタスを洗い、しっかりと水を切ったら手でちぎりボールに入れる。アスパラガスとA、B、Cを加え、混ぜ合わせて皿に盛り、炒ったスライスアーモンドをかける。

! おすすめポイント

ドレッシングは作り置きができます。新玉ネギで作るとより美味しいです。

※レシピの詳細は総合食育センターまで(☎62-2032)

おめでた

4月30日まで届け出分()内は性別と保護者

遠野	石橋李桜(女)	(史至)
	菅悠人(男)	(静也)
綾織	吉田燈月(男)	(智春)
附馬牛	和野藍瑠(女)	(浩貴)
松崎	佐々木洋輝(男)	(和輝)
土淵	運萬彩愛(女)	(淳一)
	角城さくら(女)	(学)
青笹	菊池玄音(男)	(健泰)
	菊池真陽(男)	(正竜)
上郷	菊池咲舞(女)	(健一)
宮守	菊池真(男)	(正和)

おくやみ

4月30日まで届け出分()内は年齢と行政区

遠野	菊池百合子	(79歳・1区)
	山口修司	(43歳・11区)
	奥友ハツエ	(98歳・15区)
	荒田幸子	(86歳・7区)
	川上淳	(90歳・3区)
	松原吉男	(70歳・11区)
	佐々木玲子	(79歳・3区)
綾織	高橋榮一	(80歳・6区)
	高橋公一	(66歳・7区)
	菅田俊吉	(87歳・2区)
小友	松田ツネヲ	(84歳・4区)
	佐々木恭子	(87歳・2区)
	松田ナヨ	(90歳・4区)
附馬牛	北湯口松夫	(84歳・5区)
	佐原千枝子	(86歳・5区)
松崎	古館容肖	(85歳・8区)
	鳥屋部辰夫	(90歳・2区)
青笹	小時田コイシ	(101歳・3区)
上郷	小向サキ	(94歳・9区)
	細川ミヤ子	(88歳・2区)
	金濱千代子	(85歳・4区)
	萩野繁	(81歳・9区)
	堀切トシ	(89歳・5区)
	菊池万之助	(84歳・1区)
	平山梯子	(90歳・9区)
	菊池サキ	(87歳・9区)
宮守	佐々木テヤ	(87歳・達4区)
	多田重次郎	(91歳・達1区)
	佐々木実	(65歳・達5区)
	常木実	(65歳・達3区)
	栗原京子	(98歳・宮6区)
	多田エサ	(93歳・宮6区)
	菊池伍郎	(89歳・鱒4区)

※慶弔欄は、掲載を希望された方のみ掲載しています