

Vol. 6

高校生ライフ

School

高校生が学校や部活動などの様子を紹介します。

遠野緑峰高校 情報処理科3年

- 人数…21人
- 目標…緑峰高校の名を全国に広める



代表 菊池匠翔さんに聞きました

緑峰産商品の魅力高めて全国にPR!

Q. どんな学科ですか

▷パソコン操作▷ビジネス▷経済—など、主に商業の知識と技術を学び、実習では楽しく実践力が磨けます。資格取得にも力を入れています。

Q. 注目の取り組みは

生産技術科が作ったりんごジュースとエゴマ油を、緑峰高で初めてふるさと納税の返礼

品に登録しようと考えています。㈱ぴーぷるに協力いただき、返礼品の写真や紹介文を工夫して全国にPRしていきます。

Q. 意気込みをひとこと!

緑峰産商品の魅力を引き出してリピーターを増やすのが目標。学校の特色・農商連携を生かして、全国に緑峰高校の名前を広めたいです。



1



2



3

1_情報処理科3年生の皆さん
2_グループごとにパソコンで調べ学習 3_㈱ぴーぷるの菊池さん(中央)と話し合う生徒

わがやのアイドル&私たち、結婚しました!

Family

このコーナーでは、元気なわらすっこや新婚さんをご紹介します。



いっぱい前進中♪

川原 幸奈 ちゃん 10カ月

上郷町 恭一さんのお子さん

写真募集

お子さんと新婚さんの写真を募集しています! コメントを添えて記念の一冊にしてみませんか。

■対象

- ①未就学児(就学した兄弟や姉妹と一緒に写っていても可)
- ②婚姻届を提出しておおむね1年以内のご夫婦

■申込方法 写真のほか、代表者の▷住所▷氏名▷電話番号—をメールまたは郵送でお寄せください

■問い合わせ 市総務企画部政策担当(☎62-2111、メールアドレス:koho@city.tono.iwate.jp)

※メールの場合は、件名に「広報遠野写真募集」と入力して応募ください。

子育てするなら遠野!! わらすっこインフォ

Vol. 88

Info

妊産婦や中学生までのお子さんに 医療費を給付しています



市は、妊産婦や中学生までの子ども、ひとり親家庭などに対して医療費を給付しています。

県内医療機関を受診する場合は、受診時に受給者証を窓口に表示す

ることで支払い時に給付額が差し引かれ、自己負担限度額までの支払いになります。

給付には所得などの条件があります。詳細は問い合わせください。

医療費受給方法

手続き方法	受診時に「受給者証」を窓口に表示
受給方法	支払い時に給付額が差し引かれる

※県内医療機関を受診する場合



同制度のご案内と受給者証は先月、対象者に送付しています

問い合わせ
市市民課
(☎62-2111内線146・147)

食改善推進員おすすめ! 栄養満点♪ 食育レシピ

Cook



今月の担当
食改善推進員
土淵支部
の皆さん



1人分の栄養価

エネルギー51kcal、たんぱく質3.0g、カリウム310mg、カルシウム70mg、食塩1.0g

●材料(4人分)

切り干し大根30g、梅干し1個、ちりめんじゃこ20g、青じそ適量、【A】(酢・水各大さじ3、砂糖大さじ1と1/2、しょうゆ大さじ1/2)

●作り方

- ①切り干し大根を水でもみ洗する。水に5分程つけたら水気を絞り、ざく切りにする。
- ②ボウルに、種をとり細かく刻んだ梅

干し、ちりめんじゃこ、【A】、①を入れてあえる。

- ③冷蔵庫で1時間漬けておく。
- ④青じそを添えた器に盛る。

! おすすめポイント

切り干し大根は食物繊維が豊富で栄養もたっぷり! 長期保存できるので備蓄にも向いています。

個人情報に配慮し、ホームページ上での慶弔欄の掲載は控えさせていただきます。