

Vol. 11

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。

遠野高校邦楽部

- 所属人数…8人
- 顧問の先生…菊池尚子先生、小澤弥生先生
- 目標…全国大会出場



技術と表現力を磨いて楽しい合奏を！

Q. 活動内容を教えてください
邦楽部は琴を演奏する部活で、個人練習と合奏を通して技術や表現力を高めています。邦楽は指揮者がいないので仲間と息を合わせるのが重要。とにかく仲良く、楽しくを第一に練習しています。

楽しいし、合奏がきれいにそろうと感動！練習方法が確立されていて、初心者も成長を実感しやすいのも魅力です。

Q. 意気込みをひとこと！

6月の県内発表会に向け、入部以来最高難度の曲に挑戦しています。6パートの気持ちに合わせて、楽しく良い演奏ができるよう頑張ります！

Q. 邦楽部の魅力は
多様な技を身に付けるのが



英語&方言

グローバル Global&local

このコーナーでは、例文を遠野の方言(ローカル)と英語(グローバル)で紹介しします。

お題「しばれる」例文
フリージング「freezing」
骨身にしみる寒さを表す言葉

①今朝は大変寒く、
②足元が滑るので、
③転んで怪我をしないようにね

方言だと

- ①けさ えれえ しばれるなあ
 - ②あしすべっから ③さりやころぶ(※)なよ
- (※)ケガの恐れが高い転倒に注意を促す表現



Southern English (チャタヌーガの表現)

- ①It's freezin' out,
- ②Y'all could slip,
- ③so be careful don't hurt yourself, now!

【監修】方言/運萬治男さん(2代目カッパおじさん) 英訳/スパンサー・ターリーさん(編集組勤務、米国チャタヌーガ市出身)

Vol. 93

子育てするなら遠野！ わらすっこインフォ Info

小・中学生の就学経費の一部を助成する「就学援助費」の申請

市の「就学援助費」は、市立小・中学校に通う児童・生徒の就学経費の支払いが経済的理由で難しい保護者に、経費の一部を助成しています。受給するには年度ごとに申請が必要です。

助成内容
▷学用品費▷通学用品費▷学校給食費▷修学旅行費▷医療費 など
※令和4年度から「オンライン学習通信費」の支給要件を拡充

申請方法
申請書類を学校で受け取り、記入・押印して提出
※申請は随時受け付け

問い合わせ 市教育委員会事務局(☎62-4412内線281)
または在籍中の学校

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
松崎支部
の皆さん

5 よくかんで
食べよう

1 食分の栄養価

エネルギー82kcal、たんぱく質2.2g、脂質5.8g、カリウム252mg、鉄0.4mg、食塩0.7g

●材料(6食分)

ニンジン2本(350g)、塩小さじ1/4、ピーナッツ20g、パセリ適量、【A】(マヨネーズ大さじ2と1/2、きな粉大さじ2、しょうゆ小さじ2)

●作り方

- ①ニンジンは皮ごと水でよく洗う。水気をよく拭き取ったらスライサーなどで千切りにする。
- ②①に塩を加えて軽くもみこみ、10分程置いたら、しぼって水気を切る。

- ③ピーナッツを袋に入れ、棒で叩き粗めに砕く。
- ④ボウルに【A】を入れてよく混ぜる。
- ⑤②をほぐしながら④に加える。③も加え、よく混ぜる。
- ⑥パセリを添えたら完成。

！おすすめポイント
作り置きやお弁当のおかずにもぴったり！ ニンジンには免疫力を高めるカロテンが豊富に含まれています

みんなの投稿

わがやのアイドル Photo

元気なわらすっこを紹介します！ 新婚さん写真も募集中です。



多田 明笑ちゃん 1歳
宮守町罫沢
直侘さんのお子さん

募集 お気に入りの写真を載せて思い出の1冊にしませんか？

▶募集 子ども、新婚さん写真(友だち・家族などと一緒に撮った写真でも可) ▶申込方法 お気に入りの写真と「代表者氏名」「電話番号」を添えてメールで応募ください。確認後、連絡します。※件名に、【「広報遠野」写真応募】と入力し「koho@city.tono.iwate.jp」に送信ください。

おめでた

12月31日まで届け出分()内は性別と保護者

遠野	中瀬莉旺(男)	(薫)
	菊池美心翔(女)	(俊一郎)
	佐々木天汰(男)	(知哉)
綾織	菅田星愛(女)	(宜伸)
	箱山澄晴(男)	(大樹)
小友	菊池風花(女)	(愨)
土淵	佐々木瀬(男)	(寛太)
宮守	鈴木朝比(男)	(雅皓)

おくやみ

12月31日まで届け出分()内は年齢と行政区

遠野	留場聡	(80歳・13区)
	佐藤秀子	(89歳・12区)
	平野祐司	(75歳・13区)
	両川和加	(86歳・3区)
綾織	宮守テル	(84歳・3区)
	菊池スミ	(86歳・2区)
	千葉キワ	(97歳・5区)
	菊池マツ子	(64歳・6区)
小友	松田富次	(79歳・4区)
	松田敏子	(92歳・2区)
	昆野弘志	(80歳・3区)
附馬牛	佐々木春雄	(77歳・7区)
松崎	工藤フミ	(103歳・3区)
	岩間トノ	(93歳・2区)
	鈴木佑吉	(93歳・8区)
	菊池テル	(81歳・4区)
	佐々木重子	(80歳・8区)
	菊池務	(77歳・2区)
土淵	菊池利吉	(95歳・7区)
	菊池サダ	(105歳・4区)
	田中香保子	(88歳・6区)
青笹	菊池敏	(98歳・5区)
	佐々木昭子	(81歳・2区)
	糠森マセ	(86歳・2区)
上郷	佐々木孝夫	(86歳・7区)
	菊池セイ子	(72歳・7区)
宮守	佐々木昭一	(85歳・達2区)
	菊池俊彦	(67歳・宮5区)
	佐藤五郎	(99歳・達2区)
	浅倉ミキ	(91歳・罫3区)
	中村テイ子	(94歳・宮6区)
	多田シゲ子	(88歳・宮6区)
	多田豊	(91歳・罫2区)

※慶弔欄は、掲載を希望された方のみ掲載しています