



みんなの広場

Vol.31 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。

遠野高校弓道部

- 所属人数…18人
- 顧問の先生…大森禎香先生、小田島智子先生
- 目標…地区予選を突破し県大会へ！



部長 岩岡煌生さんに聞きました

全射皆中で県大会へ進みたい！

Q. どんな部活ですか？

部員全員が高校から弓道を始めました。男女・学年問わず仲が良い部活で、毎日楽しく活動しています。

Q. 活動を教えてください

部活は週6日で、学校の弓道場で練習しています。弓道は射法八節と呼ばれる動作で矢を放ちます。1年生は動作

を確認しながらけいこ用的に矢を放つ練習。2年生は10月の新人戦に向け、大会形式で練習。全員での中率の向上に取り組んでいます。

Q. 意気込みをひとこと！

新人大会の目標は地区予選突破。チーム全員が全射皆中で県大会へ進めるように練習を頑張ります。

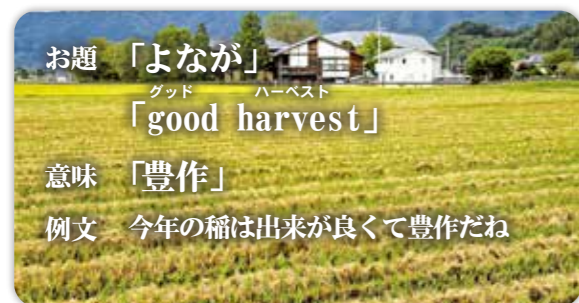


1_ 弓道部の皆さん 2_ 集中し、的に狙いを絞る 3_ 弦の手入れを行う様子。弦をこすることによって強度が増す

英語&方言 Vol.20

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 「よなが」
グッド ハーベスト
「good harvest」

意味 「豊作」
例文 今年の稲は出来が良くて豊作だね

方言(遠野の言葉)だと

今年の米は よながで いがったな



Southern English (チャクヌーガ的表現)

ウィー ハド ア グッド ライス ハーベスト デイス イヤー
We had a good rice harvest this year,
イット ワズ ア グレート サクセス
it was a great success!

【監修】方言/運萬治男さん(2代目カッパおじさん) 英訳/スペンサー・ターリーさん(米国チャクヌーガ市出身)

職場体験学習

私が取材しました Interview

9月21・22の両日、遠野東中学校2学年の職場体験学習が実施され、菊池さんが遠野市役所の仕事を体験しました。21日は情報推進課、22日は広報の仕事を経験。左記の「グローバル」は、菊池さんが取材・写真撮影を行いました。菊池さんは、「パソコン操作に苦労したけれど、カメラは楽しかった」と感想を話しました。ぜひご覧ください。



1_ 情報推進課での様子。市公式SNSの配信登録を体験
2_ スペンサーさんに取材し、お題と例文を英訳する

私が取材したページです。みんな、見てね☆



だいむ
菊池 大夢 さん
(遠野東中2年)

子育てするなら遠野！ わらすっこインフォ

Vol.113

Information

本を通じて、健やかな成長を応援！

市は、子どもの健やかな成長を目的にブックスタート事業と本の読み聞かせを実施しています。本の読み聞かせは、▷言語能力

▷コミュニケーション能力▷表現力—などの向上に効果あり。親子で一緒に本を読み、楽しく子どもの成長を応援しましょう。

★ブックスタート事業

- 内容 新生児に絵本2冊とブックスタートバッグを配布
- 時期 3～5カ月児健診時



★読み聞かせの広場

- 日程 ①第1土曜日、10時半～
②第4日曜日、11時～
- 場所 市立図書館児童コーナー



問い合わせ 市立図書館 ☎62-2340

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。

食改善推進員おすすめ！

栄養満点♪ 食育レシピ Cooking



今月の担当
食改善推進員
土淵支部
の皆さん

5
よくかんで
食べよう

1人分の栄養価

エネルギー112kcal、たんぱく質1.2g、脂質5.1g、カリウム184mg、食物繊維2.3g、食塩1.0g

●材料(4人分)

ゴボウ120g、ニンジン80g、片栗粉適量、揚げ油適量
【A】しょうゆ大さじ1と1/2、みりん大さじ1と1/2、砂糖大さじ1

●作り方

- 1_ゴボウとニンジンは6～7mmのスティック状に切る。
- 2_ポウルに【A】を入れ、混ぜ合わせる。
- 3_②にゴボウとニンジンを加え、20分浸けておく。
- 4_ゴボウとニンジンの水気を軽く切り、

片栗粉をまぶす。

5_油を180℃くらいに熱して、④をカラッと揚げる。

6_お好みで一味唐辛子やカレー粉を振る。

! おすすめポイント

ゴボウとニンジンはカリウムを多く含み、むくみや高血圧の予防に効果あり! 食物繊維も豊富で、腸内環境の改善に期待できます。