

3月31日まで届け出分()内は性別と保護者

遠野	菅野美羽(女)	(弘馬)
	菊池蒼羽(男)	(慶憲)
	菊池朔真(男)	(博樹)
	留場陽大(男)	(幸樹)
	多田匠之介(男)	(貴雄)
	久保颯也(男)	(寿昌)
	吉田琳恒(男)	(顕二)
	大津山光輝(男)	(愛児)
松崎	糠森冬璃(男)	(浩幸)
	菊池結衣(女)	(学)
	菊池冬真(男)	(拓也)
	佐々木純華(女)	(健司)
	古川蓮(男)	(博章)
	小向碧依(女)	(一義)
	藤田結菜(女)	(勝利)
土淵	相田透空(男)	(晋也)
青笹	菊池花乃(女)	(雄二)
	工藤銀士(男)	(祐也)
上郷	菊池蓉(男)	(和文)
	鈴木颯良(男)	(憲輝)
宮守	長瀬比那(女)	(忠信)
	阿部悠一郎(男)	(裕隆)

私たち、結婚しました！ Marriage



佐々木 拓也さん 28歳
愛さん 22歳
=上郷町=



菊池 永さん 25歳
芳奈さん 25歳
=松崎町=



山口 忠良さん 25歳
美幸さん 23歳
=鶯崎町=



奥寺 晴輝さん 30歳
千春さん 28歳
=上郷町=

遠野市のQRコードです！

遠野市ホームページのQRコードです。読み込むと市のホームページにつながります！ お得な情報が盛りだくさんのホームページもぜひ、ご覧ください！



わがやのアイドル Child

大和くん
(H20. 5. 17生)
大河くん
(H22. 3. 11生)



宮守町宮守
小原康正さん・洋子さん の三男・四男

★パパとママから一言★

IRR(いり)のせい
大木はあーれ！

ともに歩んで半世紀 Forever

どんな時も笑顔でいてくれてありがとう
いつも守ってくれてありがとう

—結婚のときの思い出は？
(岩)親戚の紹介で出会いました。素直で明るい性格にひかれ、結婚したいと思いました。
(則子)寝台列車で十和田湖まで新婚旅行に行ったことです。列車・バス・船と乗り継いだ長旅も、今では良い思い出です。
—五十年の思い出は？
(岩)子どもたちが立派に成長してくれたことです。社会人として地域で活躍する姿を見ると、誇らしくうれしい気持ちになります。
(則子)リンゴ栽培に励んできたことです。1個1個手塩にかけて育てた商品が高値で売れたときは、

うれしいものでした。
—今の楽しみは？
(岩)防犯活動などのボランティアです。子どもからお年寄りまで安全に生活できる地域になるよう、住民と協力して活動しています。
(則子)スポーツサークルです。ダンスや体操などを通じて、仲間と交流することが楽しみです。
—お互いに言いたいことは？
(岩)どんな時も笑顔でいてくれてありがとう。今後も一緒に旅などをして、人生を楽しみましょう。
(則子)いつも守ってくれてありがとう。二人で晩酌を楽しみながら、仲良く暮らしましょう。



佐々木 岩さん(78歳)
のり子さん(71歳)
=東館町=

Cook

ひじきとツナの佃煮



1人分の栄養価

- ・エネルギー 54kcal
- ・たんぱく質 2.5g
- ・カルシウム 38mg
- ・塩分相当 0.5g

●●作り方●●(4人分)
材料 乾燥ひじき6g、ツナ缶小1/2、ゴボウ50g、ニンジン1/3本、いりごま(白)、コーン缶40g、A(しょうゆ小さじ1強、酒・みりん各小さじ1、砂糖小さじ1/2)

①ひじきは水で戻し、水気を切り厚手の鍋で乾煎(弱火)する。
②①にツナ、ゴボウ、ニンジン、Aを加え、汁気がなくなるまで煮る。さらに、いりごまとコーンを加えてひと煮する。

百年先まで残したい遠野の味 第34回

おたのしみです

遠野市食生活改善推進員連絡協議会の皆さん
ひとこと…ツナが入っているので、子ども好みの味です。青豆を入れるとさらに彩りが良くなります。