

広報遠野がアプリで身近に！

4月から無料アプリ「マチイロ」で広報遠野の配信を開始しました。「マチイロ」を使うと、スマホやタブレットで、いつでもどこでも手軽に広報遠野を読むことができます。ダ

ウンロードは無料。バックナンバーの閲覧もできます。自分に合わせた市の情報が届く機能も充実していますので、ぜひ「マチイロ」をご利用ください。



自治体がもっと身近になる機能が盛りだくさん！

1 役立つ行政情報を見逃さない！

2 自分に合わせた情報が届く！

3 いろいろなマチの魅力をお届け！

ダウンロードはこちらから

※「広報紙」をご利用中の場合、アップデートによって新アプリに切り替わりますので、新たにダウンロードする必要はありません。 ※アプリの使用は無料ですが、通信費は各回線ごとのご負担となります。 ※広告が表示されますが、各自治体とは何ら関係ありません。

マチイロに関する問い合わせは株式会社ホープ(092-716-1404)まで

ターンズ

遠野にI・J・Uターンした人を紹介します！



Vol. 24
新田 千鶴子さん(左)
Michael's CAFE(マイケルズカフェ)
58歳、早瀬町在住・横浜市出身
【写真】右/旦那さんのマイケル・ドゥーガンさん(59歳、米国シアトル出身)

市内の事業者と協力して地域を盛り上げていきたい

Q. 遠野に移住した理由は？
長年シアトルに住んでいたこともあり、大都市の横浜ではなく、父の実家がある遠野に住みたいと思いました。友人からの助言もあって、遠野に移住を決めました。

Q. 現在の遠野ライフは？
3月から、遠野駅前前でカフェを始めました。親戚が手伝いに来てくれたり、お客さんからアドバイ

スをもったり、初挑戦のことが多くて毎日が新発見の連続です。

Q. 今後の目標は？
遠野は新しいことを始めるための好条件が揃っていると思います。今は、遠野にある素晴らしいモノを活かした商品やサービスの開発を模索中。これから市内の事業者と協力し、一緒に地域を盛り上げていければと思っています。

TURN S

J ターン

★主な経歴
①横浜市出身→②米国シアトルの大学に進学し、96'結婚→③18'移住



↑念願だったカフェ。2人が温かく迎えてくれます。

↑ロゴとWEBサイトはグラフィックアーティストだったマイケルさんが担当



【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)

遠野の元気なわらすっこたちを紹介します。

わがやのアイドル Child

上郷町



優太さん・由香さんのお子さん

菊池 威歩来くん(Ⓜ)
(H18. 3. 30生)

結月季ちゃん(Ⓜ)
(H20. 2. 14生)

青笹町

菊池 彩輝くん(Ⓜ)
(H24. 6. 28生)

和花ちゃん(Ⓜ)
(H26. 10. 2生)



利輝さん・歩さんのお子さん

「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 4月13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 市総務企画部広報担当 (☎62-2111 メール:koho@city.tono.iwate.jp)

食生活改善推進員おすすめ

栄養満点♪ 食育レシピ Cook

ゴボウとニンジンのミルクきんぴら

今月のレシピ担当は 食改善推進員理事会の皆さん

1食分
エネルギー140kcal、食塩0.4g

！おすすめポイント
牛乳でコクが出ているので、減塩していてもおいしいです！

●材料(4人分)
ゴボウ120g、ニンジン60g、サラダ油小さじ2、合いびき肉40g、唐辛子1本、【A】(牛乳1カップ、砂糖小さじ2、しょうゆ小さじ2)

●作り方
①ゴボウとニンジンを千切りにする。

唐辛子は種を取り除く。
②熱したフライパンに油と唐辛子を入れ、ひき肉を炒める。火が通ったら、ゴボウ、ニンジンを加えてしんなりするまで炒める。
③②にAを入れ、汁気がなくなるまで煮る。

※ レシピの詳細は総合食育センターまで(☎62-2032)

おめでた

2月28日まで届け出分()内は性別と保護者

遠野	鈴木葉菜(女)	(翔也)
上郷	荻野紫衣那(女)	(隼輔)
	菊池碧羽(男)	(和也)
宮守	福田充季(女)	(泰己)

おくやみ

2月28日まで届け出分()内は年齢と行政区

遠野	千葉捷夫	(85歳・14区)
	仲野忠勝	(84歳・13区)
	松田勝子	(72歳・12区)
	浅沼喜代	(91歳・3区)
	早川とわ	(86歳・13区)
	門馬和子	(86歳・13区)
	菊池トモエ	(87歳・10区)
	松原久	(65歳・13区)
	松田光一	(68歳・10区)
	小松ヒサ	(90歳・13区)
	多田トシ	(94歳・13区)
	山賀洋子	(69歳・11区)
	山口清人	(87歳・6区)
綾織	荒井祝子	(78歳・2区)
	菊池友彦	(70歳・7区)
	織笠深次郎	(90歳・7区)
小友	佐々木タツ	(98歳・5区)
松崎	那波光右衛門	(91歳・3区)
	浜田正人	(86歳・3区)
	阿部ヤエ	(83歳・3区)
	佐々木教悦	(81歳・6区)
	佐々木誠	(86歳・7区)
	菊池秀夫	(100歳・8区)
	小川壽	(78歳・7区)
土淵	菊池キシ	(92歳・6区)
	菊池千代	(87歳・7区)
	大樽トワ	(96歳・6区)
	菊池キノエ	(93歳・6区)
	高室和真	(76歳・4区)
	佐々木トメ	(76歳・5区)
	長洞功	(82歳・6区)
	澤里拓治	(71歳・8区)
	大里博康	(79歳・10区)
	象坪孝	(90歳・6区)
青笹	阿部マツ	(66歳・1区)
	佐々木ツマ	(96歳・6区)
	浅沼幸夫	(89歳・4区)
	菊池ミサ	(102歳・5区)
上郷	小向仙治	(84歳・9区)
	佐々木耕太郎	(70歳・1区)
	菊池勲	(84歳・3区)
	菊池セキ	(99歳・7区)
	金原ハル	(95歳・1区)
宮守	阿部武正	(65歳・宮1区)
	佐々木睦子	(80歳・宮6区)
	菊池シケ	(91歳・達2区)

※慶弔欄は、掲載を希望された方のみ掲載しています