

みんなの広場

わがやのアイドル

遠野の元気なわらすっこたちを紹介します。

Child

早瀬町

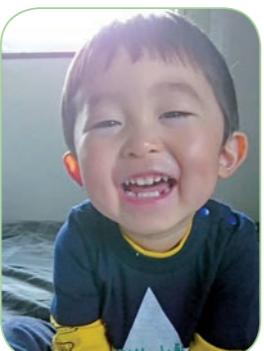


ひろひこ
裕彦さんのお子さん

作山 純凜ちゃん(8歳)
(H29. 9. 1生)

結南ちゃん(7歳)
(H27. 12. 7生)

青笹町



しょうたろう
将太郎さんのお子さん

多田 陽瀬くん
(H28. 7. 25生)

「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 11月12日(金) ▶申込方法 住所、氏名(お子さん・保護者)、電話番号、写真一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、タイトルに「わがやのアイドル」と入力し、お気に入りの写真1枚を添付して応募ください。

Marriage

私たち、結婚しました!

「私たち結婚しました」写真募集!

結婚の思い出に写真を掲載してみませんか? お気に入りの写真(携帯電話で撮影した画像も可)をお寄せください。▶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)



佐藤 肇人さん 33歳
千賀子さん 29歳
=松崎町=

ターンズ

遠野にI・J・Uターンした人をご紹介します!



★主な経歴
①大阪府出身→
②滋賀県で生活
→③18' 移住

泊まって遊び、体験できる
みんなの癒しの場を目指したい

TURNS

J ターン

Q. 遠野に移住した理由は?

大自然の中で農業を中心とした暮らしができる場所を探していました。インターネットで今の物件を知り、訪れたら広い土地と豊かな自然、敷地内から見える美しい景色に魅了され移住を決めました。

Q. 現在の遠野ライフは?

ブルーベリー栽培、農家民泊、ドックスクールを行っている「つ

くしファーム」を開園。農業は初めてですが、地域みなさんに教えてもらいながら楽しんでいます。

Q. 今後の目標は?

季節ごとに違う景色は格別。豊かな資源を活かして、泊まって遊び、体験もできる「癒しの場」にしていきたいです。遠野にはジンギスカン文化があるので羊の飼育に挑戦してみたいです。



犬と一緒にの宿泊も可能です

HPはこちら
「つくしファーム」
☎090-6737-4722



Vol. 31

打越 義之さん(左)

「つくしファーム(農業・農家民泊・ドックスクール)」、57歳 附馬牛町在住・大阪府出身
【写真】右/奥さんの美保子さん(55歳、大阪府出身)

【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)

で・くらす遠野

検索

子育てするなら遠野! //

Vol. 54

わらすっこインフォ

Info

子どもへの虐待をなくそう

あなたのまわりに、このような子どもはいませんか? ▶ひどく汚れた服を着ている▶身体にあざがたくさんある▶ひどく怯えている様子一。「虐待かも…」と思ったら、児童相談所や市役所へ相談または連絡してください。連絡は匿名で構いません。あなたの「もしかして」が子どもの命を守るだけでなく、子育てに悩む保護者の支援につながります。



子どもの未来を守るため
もしかしてと思ったら…

いちはやく
189

児童虐待とは一。

身体的虐待	殴る、蹴る、やけどを負わせるなど	性的虐待	ポルノグラフィの被写体にするなど
ネグレクト	家に閉じ込める、食事を与えないなど	心理的虐待	無視、兄弟間での差別的扱いなど

問い合わせ
・市子ども政策課(☎62-0189)
・児童相談所全国共通ダイヤル(☎189)

【お知らせ】
毎月最終週に「わらすっこナビ」を遠野テレビで放送中!

食生活改善推進員おすすめ

栄養満点♪ 食育レシピ

Cook

切り干し大根の炊き込みご飯



今月のレシピ担当は
宮守町
食改善推進員
の皆さん

1食分の栄養価

エネルギー225kcal、たんぱく質6.0g、脂質1.9g、カルシウム28mg、食物繊維1.9g、食塩0.9g

●材料(6人分)
米2合、サラダ油大さじ1/2、切り干し大根20g、昆布5g角
A(ニンジン50g、しめじ100g、ちくわ1本)
B(しょうゆ大さじ1と1/3、酒大さじ3、水350cc ※合わせて420cc)

●作り方
①米を洗い、ざるに上げて水気を切る。表面をラップで覆い30分おく。
②切り干し大根を水で戻し、水気を絞って食べやすい長さに切る。Aの

材料は、それぞれ食べやすい大きさに切り、しめじはほぐしておく。
③炊飯器の内釜に米とBを入れて混ぜ合わせ、米を平らにならす。昆布と②を散らし入れ、サラダ油をふって炊飯する。

④炊きあがったら昆布を取り出して千切りにし、戻し入れて全体をさっくりと混ぜれば完成。

!おすすめポイント
噛み応えがあって、さまざまな食感が味わえるヘルシーな1品

※ レシピの詳細は総合食育センターまで(☎62-2032)

おめでた

9月30日まで届け出分()内は性別と保護者

遠野	杉山寧々(女)	(健二)
松崎	板澤風鷺(男)	(孝博)
	菅野裕介(男)	(弘紀)
	菊池久遠(男)	(瞬)
土淵	佐々木亮(男)	(裕光)
青笹	佐々木楓(女)	(貴博)
	小笠原彩華(女)	(智和)
宮守	島山千早(女)	(隼斗)

おくやみ

9月30日まで届け出分()内は年齢と行政区

遠野	上山久子	(86歳・8区)
	両川裕子	(77歳・9区)
	河野道	(90歳・5区)
	細越春子	(96歳・6区)
	水野勝代	(78歳・3区)
	長門正子	(72歳・11区)
	菊池性助	(82歳・2区)
	岡野忠興	(73歳・1区)
綾織	菊池里美	(83歳・2区)
	馬場富雄	(90歳・1区)
	佐々木綾子	(73歳・5区)
	安部正一	(75歳・2区)
附馬牛	千葉孝吉	(87歳・4区)
	北湯口勇吉	(80歳・5区)
松崎	藤原ヒサ子	(82歳・8区)
	琴畑チヤ	(91歳・8区)
	菊池セイ子	(67歳・1区)
	菊池ツヤ	(98歳・1区)
	沼田セツ子	(90歳・7区)
土淵	佐々木良子	(44歳・3区)
青笹	西田國男	(78歳・7区)
	佐々木忠利	(58歳・2区)
	深井マサ子	(89歳・6区)
上郷	石田ミン	(91歳・4区)
	細川ヨシ	(81歳・4区)
	林崎章	(78歳・1区)
宮守	佐々木千恵子(67歳・達4区)	
	大熊照夫 (65歳・達4区)	
	佐々木清美 (92歳・達4区)	

※慶弔欄は、掲載を希望された方のみ掲載しています