

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

松崎町



だいすけ
大輔さんのお子さん

なつみ
前川 菜摘ちゃん
(H31. 3. 18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 10月18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、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)

明るく元気に
幸せな家庭を築きます!



高橋 けいた
慶太さん 25歳
明日翔さん 28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!

TURNS

J ターン

★主な経歴

- ①盛岡市出身→
- ②北海道に進学・就職→③'07移住

地域に根差して暮らす 生き方が楽しい

Q. 遠野に移住した理由は?

幼少期に遠野の祖父母の家で農作業に触れ、就職後は農業普及の活動に携わりました。自分の手で農業をと考えていたとき、今の職場と出会い、移住を決めました。

Q. 現在の遠野ライフは?

どぶろくやジュース作りなど移住当初は素人。今は各地で学んだ技術を生かして新しい商品作りに

も挑戦中。ヨガや三味線など趣味も増えました。自治会行事も楽しくて、憧れていた地域に根ざした暮らしが実現できています。

Q. 今後の目標は?

移住後、家探しに苦労しました。遠野は人との関わりが濃くて楽しい場所。そんな遠野に来た人が、地域との繋がりを感じながら過ごせる場所を作りたいです。



↑どぶろくの仕込みをする桶田さん(左)

【商品の問い合わせ】
サンQふる郷市場
(☎67-3399)



Vol. 42
桶田 陽子さん(45)
宮守川上流生産組合 副組合長
宮守町宮守在住

【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)

31 広報遠野 ● 2019-10

\\ 子育てするなら遠野! // Vol. 65

わらすっこインフォ

Info

毎月第3日曜日は「とおの家族の日」です

家庭は、わらすっこが初めて出会う社会であるとともに安らぎの空間、生き方の基本を培う場所です。家族そろって食事やレジャーを楽しむ時間は、コミュニケーションと支え合いを実感できて、わらすっこの健やかな成長につながります。市は、毎月第3日曜日を「とおの家族の日」と定めています。月に一度は、家族や地域の大切さを見つめ直し、ふれあう時間を作ってみてはいかがでしょうか。



問い合わせ
市生涯学習スポーツ課
(☎62-4413)

おめでた

8月31日まで届け出分()内は性別と保護者

遠野	千葉朱李(女)	(一馬)
	運萬悠月(女)	(秀利)
松崎	川村心乃花(女)	(ともや)
	菊池璃琥(男)	(大我)
	菊池依叶(女)	(ひろゆき)
	小玉真己登(男)	(良)
青笹	菊池詩人(男)	(ゆうじ)
上郷	小向未風斗(男)	(恭央)
宮守	柏原妃稀(女)	(佑哉)

おくやみ

8月31日まで届け出分()内は年齢と行政区

遠野	萬裕子	(88歳・1区)
	柴崎祝子	(94歳・10区)
	菊池セイ	(88歳・10区)
綾織	多田秀樹	(62歳・2区)
小友	山本春子	(55歳・3区)
	松田カン	(89歳・4区)
	小松清徳	(77歳・5区)
松崎	荒谷良	(81歳・7区)
	菊池春男	(73歳・7区)
	菊池キヨ子	(81歳・2区)
	菊池高則	(64歳・3区)
土淵	大里ヒラ	(86歳・10区)
	長洞マサ	(86歳・6区)
	前田谷ヒデ子	(83歳・9区)
青笹	宮澤久一	(77歳・5区)
	菊池愛次郎	(92歳・2区)
上郷	及川好之	(82歳・7区)
	小向イサ子	(78歳・9区)
	奥寺ハツヨ	(102歳・9区)
	佐々木敬喜	(92歳・5区)
宮守	君崎サダ	(89歳・宮2区)
	谷藤幸子	(54歳・鱒1区)
	菊池ナミ子	(84歳・鱒3区)
	多田一之	(93歳・鱒2区)
	植村キエ	(98歳・鱒1区)

※慶弔欄は、掲載を希望された方のみ掲載しています

おわび

9月号のおめでた欄に掲載した内容に誤りがありました。下記の通り訂正しおわびします。

誤)		
上郷	藤原瑚々美(女)	(将太)
正)		
上郷	藤原瑚々美(女)	(良太)

食生活改善推進員おすすめ

栄養満点♪ 食育レシピ

Cook



フィッシュナゲット

今月のレシピ担当は
上郷町
食改善推進員
の皆さん

1 食分の栄養価

エネルギー214kcal、たんぱく質11.7g、脂質10.4g、カリウム244mg、カルシウム159mg、食塩0.7g

●材料(4人分)

サバ水煮缶120g、木綿豆腐160g、【A】(小ネギ80g、ショウガ6g、みそ小さじ2、砂糖小さじ1と1/3、カレー粉小さじ1/2、片栗粉大さじ3、卵40g)、薄力粉大さじ4、揚げ油大さじ1小さじ1

●作り方

①豆腐とサバ缶をしっかり水切りする。

②①と【A】を滑らかになるまで混ぜる。

③食べやすい大きさに分けて平たく丸め、薄力粉をまぶす。

④フライパンに油を敷き、③を、表面がきつね色になるまで揚げ焼きする。

! おすすめポイント

骨ごと食べられる魚の缶詰でカルシウム補給。残り汁はマヨネーズやポン酢と混ぜドレッシングに。

※ レシピの詳細は総合食育センターまで(☎62-2032)