



樋口 陽亮 さん 31歳  
恵 さん 31歳  
=上組町=



河野 堅太 さん 24歳  
真由美 さん 29歳  
=宮守町宮守=



福士 隆宏 さん 39歳  
美香 さん 25歳  
=土淵町=



佐々木 孝志 さん 28歳  
花英 さん 26歳  
=附馬牛町=

## 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

夢 姫 ちゃん  
(H24. 11. 6 生)



青笹町  
佐々木正治さん・知佳さん の長女

★パパとママから一言!

みんなの太陽だよー  
ありがとう!!

## ともに歩んで半世紀 Forever

お店も家庭も明るく支えてくれてありがとう  
これからも、笑顔の絶えない家庭でいましょう

—結婚のときの思い出は?—  
(俊彦) 仙人峠までドライブデートに出掛けたことです。二人で紅葉の美しさを楽しみました。  
(和子) 道端で夫と偶然すれ違った時、胸が高鳴りました。数年後、知人から結婚を前提に紹介された時は、運命的なものを感じました。  
—五十年の思い出は?—  
(俊彦) 子どもが産まれた時の感動は今でも忘れられません。元気な産声を聞いた時、幸せな家庭を築いていこうと心に決めました。  
(和子) 夫婦二人三脚で食料品店を営んできたことです。忙しい毎日でしたが、お客様や従業員の支え

のおかげで乗り越えられました。  
—今の楽しみは?—  
(俊彦) ゴルフに熱中しています。「敵は我にあり」で、自分のメンタル次第で成績が良くも悪くもなるところがおもしろいです。  
(和子) オーケストラ鑑賞です。同じ曲でも、指揮者によって雰囲気が変わるところが魅力的です。  
—お互いに言いたいことは?—  
(俊彦) お店も家庭も明るく支えてくれてありがとう。健康には気を付け、一緒に長生きしましょう。  
(和子) 優しく温厚なあなたと結婚できて幸せでした。これからも、笑顔の絶えない家庭でいましょう。



河野 俊彦 さん(77歳)  
和子 さん(71歳)  
=宮守町宮守=

※当欄で紹介する夫婦を募集しています。対象は、市内在住で結婚から概ね50年の夫妻です。問い合わせ 市経営企画部 ☎62-2111(233)



## Cook 焼きりんごのパンケーキ

1枚分の栄養価

- ・エネルギー 209kcal
- ・たんぱく質 2.9g
- ・カルシウム 30mg
- ・塩分相当 0.2g

### ●●作り方●●(10分で10枚分)

材料 A(卵1個、牛乳180cc、有塩バター大さじ2)、B(薄力粉180g、ベーキングパウダー小さじ2、砂糖大さじ2)、りんご1個(250g)、三温糖70g、有塩バター50g、シナモンパウダー小さじ1、C(山ぶどう・クランベリーそれぞれ適量)、粉糖  
①Aをボウルで混ぜ、ふるいにかけたBを加え軽く混ぜ合わせる。

②フライパンにサラダ油を引き、弱火で生地を丸く焼く。  
③皿にパンケーキを盛り、トッピングを乗せ、粉糖をまぶす。  
＜トッピングの作り方＞  
①りんごを16等分のくし型に切る。  
②フライパンで三温糖とバターを溶かし、①を加え2~3分炒める。  
③②にシナモンを絡め、弱火で8~10分蒸し焼きし、Cを加える。

### 遠野市食生活改善推進員綾織支部の皆さん

ひとこと…焼いた生地は冷凍保存できます。おやつや朝食にお薦めです。

一緒に作ろう  
お助け下さい

## おめでた

4月30日まで届け出分( )内は性別と保護者

遠野	江下耀香音(女)	(誠也)
	佐藤心羽(女)	(和樹)
綾織	菊池広介(男)	(貴広)
	菊池彩心(女)	(健一郎)
	石懸桜稀(女)	(浩)
	菅田希颯(女)	(恭介)
松崎	小柳凜(女)	(高彦)
土淵	石田結珠妃(女)	(良司)
青笹	菊池陽菜(女)	(暁)
	新田徠斗(男)	(安一)
宮守	鈴木悠斗(男)	(順)
	菊池幸成(男)	(正徳)

## おくやみ

4月30日まで届け出分( )内は年齢と行政区

遠野	菊池功明	(79歳・1区)
	佐藤ミエ	(73歳・1区)
	菊池リエ	(81歳・4区)
	坪井良子	(85歳・1区)
	崎山喜平	(81歳・15区)
	遠藤幸男	(82歳・2区)
	平澤エス	(89歳・5区)
附馬牛	新田ヨシ	(85歳・1区)
松崎	白岩ミノ	(92歳・5区)
	菊池チヨ	(90歳・2区)
	沼里明子	(92歳・7区)
	白岩キサ	(93歳・8区)
	上田ツル	(91歳・4区)
	佐々木勸	(82歳・3区)
土淵	工藤章	(80歳・8区)
	門前ヨシ	(79歳・8区)
青笹	鳥屋部サヨ	(97歳・4区)
	大橋サヨ	(91歳・4区)
上郷	小向幸三	(76歳・9区)
	宮澤米子	(89歳・9区)
	菊池ノブ	(83歳・6区)
	菊池閑夫	(59歳・10区)
	堀切徳美	(86歳・5区)
宮守	佐々木善多賀	(92歳・宮7区)
	菊池由子	(69歳・達3区)
	阿部タモ	(84歳・宮2区)
	菊池ワカ子	(89歳・鱒6区)
	千葉キホ子	(80歳・宮4区)
	佐々木寛治	(60歳・達7区)