

# 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

綾織町

遠野町



菊地 このはちゃん  
(H27. 1. 16生)



㊦阿部 和佳ちゃん  
(H23. 11. 26生)  
㊦ 紬末ちゃん  
(H27. 1. 12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 1月22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 市経営企画部広報担当 ☎62-2111内線233 メールアドレス:koho@city.tono.iwate.jp

## 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 市経営企画部広報担当 ☎62-2111内線233 メールアドレス:koho@city.tono.iwate.jp



佐藤 勇斗さん 28歳  
幾美さん 26歳  
=下組町=

## 岩手朝日テレビ主催「ふるさとCM大賞 in IWATE 2015」 遠野中生の作品がアイデア賞に!

郷土の魅力を15秒のCMで伝える「ふるさとCM大賞」で、遠野中3年生のプロジェクトチーム「エンチューブ」の作品がアイデア賞に輝きました。

メンバーは、総合的な学習の時間の一環で、遠野を県内外にPRしたいと

制作。企画から撮影、編集までのすべてを担い、約3カ月かけて完成させました。ストーリーは、頭の皿を拾った通りすがりの人が、善意でカップに届けてあげるといふもの。思わず笑顔になる、心温まるCMです。



たすかったカバー(^^)☆

CMは岩手朝日テレビのホームページで公開されています。ぜひ、ご覧ください!

ホームページアドレス <http://www.iat.co.jp/blog/furusatocm/>

ふるさとCM大賞 岩手

QRコード➡



※「ともに歩んで半世紀」欄のご夫婦を随時募集中(担当:市長寿課 ☎62-5111)。本号は応募者が無いため休載

## 子育てするなら遠野! Vol.19 わらすっこインフォ

## Info

### 妊娠が分かったら 市助産院「ねっと・ゆりかご」へ

市は、妊婦健診や出産のため、遠くの病院に通院している妊婦さんと、ご家族の不安の解消、負担の軽減を図るため、医療機関と連携した健診や相談ができる市助産院「ねっと・ゆりかご」を開設しています。お気軽にご相談ください。



担当職員 助産師 昆野 幸恵

### 4つの特徴

①県内の医療機関と連携し、妊婦健診を行っています ②超音波検査(エコー)で赤ちゃんの様子を確認することができます ③家庭的な雰囲気

で、ゆっくりと妊婦さんの相談に応じます ④妊婦教室や両親教室を開催し、妊娠・出産・育児について、楽しく学べます



### 問い合わせ

ねっと・ゆりかご ☎62-1103

遠野市 ねっとゆりかご

食生活改善推進員おすすめ

## 栄養満点♪ 食育レシピ

## Cook



### バニラアイスで簡単! おいものデザート

今月のレシピ担当は  
遠野町  
食生活改善推進委員  
の皆さん

### 1人分の栄養価

エネルギー 90kcal、食物繊維 1g、ビタミンC 10mg

### ●材料(8カップ分)

サツマイモ 2本(350g)、バニラアイス140g(カップ1個)、バター10g、卵(卵黄のみ使用) 1個、黒ゴマ少々

### ●作り方

- 1 サツマイモは20分以上蒸して、串が通ったら、裏ごしする。
- 2 溶かしたバターを1に入れる。

- 3 2にバニラアイスを入れ、お好みの甘さになるまで混ぜ合わせる。
- 4 お好みで黒ゴマをトッピング。
- 5 オープントースターで、少し焦げ目がつく程度に焼く。

### おすすめポイント

さつまいもは、食物繊維やビタミンCがたっぷりの美容食です

## おめでた

11月30日まで届け出分( )内は性別と保護者

遠野	松田芽依(女)	(良友)
	阿部紗奈(女)	(竜大)
	新張未華(女)	(賢吾)
松崎	海上太生(男)	(誠)
	小松莉桜(女)	(玲智)
	阿部ひなた(女)	(健市)
青笹	多田梨央(女)	(和弥)
土淵	運萬陸斗(男)	(皇也)
宮守	浅沼美空斗(男)	(剛)
	佐々木裕大(男)	(秀春)

## おくやみ

11月30日まで届け出分( )内は年齢と行政区

遠野	花村文子	(80歳・1区)
	留場長緒	(85歳・3区)
	多田君秋	(65歳・2区)
	久保富助	(83歳・8区)
	菊池トメ	(97歳・13区)
	中居林弘	(71歳・3区)
綾織	阿部美恵	(83歳・6区)
小友	菊池春男	(90歳・3区)
松崎	小黒澤雅雄	(64歳・6区)
	阿部和子	(73歳・3区)
	菊池ミワ	(85歳・1区)
	菊池アツ	(89歳・8区)
	岩間育	(67歳・2区)
土淵	佐々木ミヨシ	(81歳・1区)
	北川眞	(79歳・5区)
	似田貝ツヤ	(94歳・9区)
青笹	伊藤リエ	(91歳・2区)
	奥寺ナヲ	(91歳・4区)
上郷	石田善造	(81歳・4区)
	菊池ハナエ	(98歳・7区)
	細川キヨ	(97歳・2区)
	汀ミドリ	(87歳・1区)
	佐藤チヨ	(94歳・1区)
	菊池實	(76歳・8区)
	菊池眞一郎	(68歳・1区)
宮守	菊池光男	(88歳・宮1区)
	木戸口恵一	(75歳・達7区)
	菅戸トシエ	(87歳・宮5区)
	多田隆夫	(87歳・達4区)
	山蔭照夫	(74歳・鱒2区)
	佐々木慧	(84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