

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



わたる
航さんのお子さん

熊谷 新太郎くん(R1.9.3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 5月18日(月) ▶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。

ターンズ

遠野にI・J・Uターンした人をご紹介します!



Vol. 49
とくさぶろう
佐々木 徳三郎さん(41)
松崎町在住
一関市に住む妻子との4人家族

地域の人と刺激し合って
より良い社会を作っていきたい



★主な経歴
①東京出身→②一関市→③福島→④'20移住

TURNS

J ターン

Q. 遠野に移住した理由は?
岩手で仕事を探しているときに、遠野に住む知人が地域課題に地元企業や団体と協働したいという思いに共感。SDGs(※)の観点から関わりたいと思い移住しました。

Q. 現在の遠野ライフは?
以前から行っていたSDGsに関する活動を継続しています。「地域を良くしたい」という熱い思

いを持つ人に出会い、定期的に意見を交換。一人では得られないアイデアに刺激を受けています。

Q. 今後の目標は?
遠野は、学校と地域、企業などのつながりが強く、ホップなど独自の資源もあります。さまざまな立場の人と協働して、地域資源を活用しながらより良い社会を作る活動に携わっていききたいです。



↑遠野みらい創りカレッジで意見を交わす佐々木さん

※SDGs…持続可能で、全人類にとってより良い世界を目指すために国連が掲げた17の目標

【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)

『広報遠野』や市の情報をスマホでチェック!

スマホやタブレットで手軽に使えるアプリ「マチイロ」で『広報遠野』を配信中。バックナンバーや他市町村の広報を読むこともできます。また、自分に合わせた

市の情報が届く機能も充実。新型コロナウイルス感染症に関する情報なども確認できます。ダウンロードは無料です。ぜひお試しください。



アプリのトップページにお気に入りの情報を表示

市や県、国の情報を表示させることもできます



\\ 子育てするなら遠野! // Vol. 72

わらすっこインフォ

Info

親子で心触れ合うひととき 絵本を通して健やかな成長を

市は、家族間のコミュニケーションと、子どもの健やかな成長を目的として「ブックスタート事業」を行っています。1歳児健康相談の際にスタートキットを贈呈。キットには、絵本2冊のほかに、図書館の利用案内や絵本との付き合い方のヒントとなる冊子も付いています。キットが絵本を開くきっかけとなり、赤ちゃんが家族と心触れ合うひとときになればと願っています。



スタートキットで健やかな成長を応援

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、配布方法は変更となる場合があります。

問い合わせ先
市図書館(☎62-2340)

個人情報に配慮し、ホームページ上での慶弔欄の掲載は控えさせていただきます。

\\ 朝ごはんを食べよう! //

栄養満点♪ 食育レシピ

Cook



五目納豆

食生活改善推進員推薦
今月の担当
食改善推進員
理事
の皆さん

1人分の栄養価

エネルギー199kcal、タンパク質14.1g、カルシウム81mg、鉄2.7mg、食塩0.9g

●材料(4人分)
干しシイタケ2枚、卵1個、ごま油小さじ1、豚ひき肉100g、納豆3パック、【A】(ニンジン1/4本、ピーマン1個)、【B】(砂糖大さじ1、しょうゆ大さじ1、めんつゆ大さじ1)、【C】(白ゴマ大さじ1、青のり大さじ1、刻みのり)

●作り方
①干しシイタケを水で戻す。
②①と【A】をみじん切りする。
③いり卵を作り別皿にとっておく。
④フライパンにごま油を熱し、豚ひき肉、ニンジン、シイタケの順に炒める。①の戻し汁を100cc追加、さらに炒める。
⑤火が通ったらピーマンと【B】を加え、よく混ぜたら火を止める。
⑥⑤に③と納豆、【C】を加え混ぜる。

! おすすめポイント
朝ごはんにぴったり。のりやゴマの風味が食欲をそそります!

※ レシピの詳細は総合食育センターまで(☎62-2032)