

ころもの里 186号

編集・発行:衣里地区振興会・衣里地区センター (衣川富田44-1)
電話/Fax: 52-3807 E-mail: gmsatoce@athena.ocn.ne.jp

★ 人口 1,346人
〔 男 640人
女 706人

★ 世帯数 499世帯(+8)
令和6年4月末現在(前月との差)

田植えが待ち遠しい😊



今年も衣里小学校5年生の「米づくり」学習が始まりました。
4月、衣里地区センターで田植え前までの田んぼの仕事を学ぶ授業をコーディネーターの横山剛さんより学び、これからご指導いただく、上野令人さん宅(富田)に移動し、育苗ハウスを見学しました。
田植えが待ち遠しい児童達でした。尚、田植えは5月28日(火)午後、横山さん宅前の田んぼで行われる予定です。

**衣里小5年
米づくり学習始まる**

検診はじまります！

衣里地区センターを会場とした、各種健診が始まります。持ち物等を確認し、あらかじめ問診等を記入して忘れずに検診を受けましょう。

日程は次の通りです。

日時	健診・検診内容
6月10日(月) 14時～15時	結核肺がん検診、 大腸がん検診 
6月19日(水) 6月28日(金) 両日とも 11時～12時半	国保30代・特定・ 長寿・一般健診、 結核肺がん検診、 大腸がん検診、 前立腺がん検診、 肝炎ウイルス検診

※保険証がないと受けられませんので、必ず持参してください。(マイナンバーカード不可。)

【お問合せ】奥州市衣川総合支所

市民福祉グループ

健康増進担当 ☎34-2370



地区要望を募集します！

各行政区の要望・課題などを、行政区長又は、衣里地区センター長までお聞かせください。衣里地区振興会として、役員会協議の後、「衣里地区振興会地区要望」として、行政に要望します。

たくさんのご意見
見お待ちしております。



衣里小学校校歌

編曲CD差し上げます

「衣里小学校校歌」の歌詞・曲に感銘を受けた堀川智恵子さんが校歌を編曲されました。

このCDを地域の皆様(衣里地区住民限定)に差し上げます。数に限りがあります。ご希望の方は、衣里地区センターまでお越しください。



管理栄養士オススメ からだ☆活き活きレシピ



「たけのこさっぱり炒め」



★生のたけのこは時間が経つほどえぐみが出ます。ぬかを入れたお湯であく抜きしてから調理をしてください。

★たけのこは食物繊維が多く、便秘予防や血糖値上昇抑制など沢山の効果があります。

材 料 (2人分)

- たけのこ(茹でて) 150g
- しめじ 1/3パック(80g)
- ごま油 小さじ1
- めんつゆ(3倍濃縮) 小さじ1
- 酢 小さじ2

おこのみで 豆板醤 少々

作 り 方

- ① たけのこは薄く切っておく。しめじは子房に分けておく。ねぎは細かく切る。
- ② フライパンにごま油を熱し①を入れて炒める。
- ③ ②に火が通ったらめんつゆ、酢で味付けする。

☆ 1人分栄養価 ☆

エネルギー 58kcal 塩分 0.3g
たんぱく質 3.8g 脂質 2.4g



奥州市ホームページにも減塩レシピが載っています。

奥州市役所健康増進課

令和6年 7 月 6 日(土) 開催

川西大念佛剣舞特別公演 & バアレンビアフェストin衣里2024



第Ⅰ部 川西大念佛剣舞特別公演

地元の伝統芸能の「川西大念佛剣舞」の由来や演目を知り、新しい踊り手の素顔や迫力ある剣舞を生でご覧ください!!

◆時 間 10:30~11:00 ◆場 所 衣里地区センター 集会室



【共 催】川西大念佛剣舞保存会
衣里地区振興会

「川西大念佛剣舞」は、900年程前から衣川の川西地区に伝わる念佛踊りです。世界遺産として知られる中尊寺を建立した奥州藤原氏の初代 清衡公が、前九年・後三年の役で亡くなった者たちを供養するためにつくられた踊りとして伝承されています。

1993年国指定重要無形民俗文化財
2022年ユネスコ無形文化遺産風流踊

第Ⅱ部 バアレンビアフェスト in 衣里2024

◆時 間 11:30~15:00

[飲み放題チケット販売期間]



6月3日(月)~7月5日(金)

金額: 2,200円

※平日9時~17時まで

※当日券無し/限定100枚

[販売場所・会場] 衣里地区センター



今年は、**衣里地区センター駐車場での開催**。クッション製のある敷物や、椅子を持参する事をオススメします! もちろん、ビールを注ぐジョッキもお忘れなく!

ビールを飲まない方は、参加無料。

みんなで楽しもうよ!!

【共 催】(株)バアレン醸造所(盛岡市)
衣里地区振興会



これからの予定

日 付	時 間	内 容	場 所
5月27日（月）	9:00～15:00	開いてマンデー ★スマホ相談 13:00～15:00	衣里地区センター
6月3日（月）	9:00～ 注目!	「ベアレンビアフェストin衣里2024」 飲み放題チケット 発売日	衣里地区センター
6月5日（水）	9:00～15:45	おとなの遠足	花巻市方面
6月10日（月）	9:00～15:00	開いてマンデー ★スマホ相談 13:00～15:00	衣里地区センター
6月10日（月）	14:00～15:00	奥州市検診 結核肺がん検診、大腸がん検診	衣里地区センター
6月19日（水）	11:00～12:30	奥州市検診	衣里地区センター
6月24日（月）	9:00～15:00	開いてマンデー ★スマホ相談 13:00～15:00	衣里地区センター
6月28日（水）	11:00～12:30	奥州市検診	衣里地区センター
7月6日（土）	10:30～15:00	「川西大念佛剣舞特別公演」 & 「ベアレンビアフェストin衣里2024」	衣里地区センター
7月27日（土）	10:00～12:00	絵手紙教室「夏の絵手紙を書こう」	衣里地区センター

予告 絵 手 紙 教 室 「夏の絵手紙を書こう」

大人と子ども、別々の部屋で作成します。
夏の思い出を作りましょう！

【日 時】 7月27日（土）
10:00～12:00
【場 所】 衣里地区センター
【定 員】 各10名



↑子ども用は
水彩色鉛筆
で塗り絵
をします

詳細は決まり次第、お知らせいたします。

あなたのリクエスト 募集中!

衣里地区センター事業で、
「こんな事して欲しい！」リクエスト
を受け付けています。

個人や、お仲間でごリクエストしてください。

実現できるよう、予算等を考慮し、
検討いたします。

お盆用に
「まんじゅう」
作りをやりたい!
※調理実習



「がんづき」作りを
やりたい!
※調理実習

衣里地区を
みんなと歩きたい!
※屋外運動

おとなの遠足

【日 時】 令和6年6月5日（水）
9:00～15:45

【行 先】 花巻市方面

【バス代】 4,000円

【定 員】 15名程度

詳細は、
令和6年5月9日発行
号外2401チラシを
ご覧ください。

申込締切 5月28日15時

【お申込・お問合せ・主催】
衣里地区振興会 ☎52-3807



【日 時】
6月10日（月）9:00～15:00
6月24日（月）9:00～15:00
※スマホ相談は両日
13:00～15:00

【場 所】 衣里地区センター

お申込み不要、お気軽にご利用
ください。