

ころもの里 162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 1,367人
〔男 651人
女 716人〕
★世帯数 487世帯
(令和4年4月末現在)

「グイッとやって、スッ！」楽しく手植えに挑戦!



5月17日(火)衣里小学校5年生の皆さんが、地域コーディネーターの横山剛さん(衣里地区振興会生涯学習部長)の指導のもと、富田地内の水田で「農業体験授業」を行いました。

初めに、田植えの基本や、植え方のポイントを教わり、実際に上野令人さんの田植え機に乗って機械での田植え体験。最新の機械に、興味津々の子ども達でした。

そしていよいよ手植え。慣れない泥に足を取られても、子供たちは常に笑顔。時にはカメラに視線を合わせながら、楽しく植え終わりました。

最後はみんなで田んぼに向かって万歳三唱! おいしいお米が出来ますように!



「楽しかった!」「家でもやってみたい♡」 ～手植えの様子を紹介します～



指導していただいた地域の皆さん
(上野健治さん、上野令人さん、佐藤さん)



んっ!これは取材!?



慣れてきましたね。



手植えの証…

おそろいの長靴ではありません…
「泥」です

衣里地区センター開放します!

自由に
気の向くままに

6月

6月17日(金)

6月24日(金)

10時から14時まで

申請不要、無料でご利用できます。
コロナ対策をして自由にお過ごしてください。

※団体でのご利用は、ご相談ください。
※節度ある範囲でご利用ください。



予告

「△△・□□わくわくラジオ」でお馴染み! 講演会

日時: 6月28日(火)10:00~11:30
場所: 衣里地区センター
講師: 2名(号外-2202で告知)
参加費: 無料
定員: 先着30名

講師は
みなさんご存知
あの!お二人です
先着順です
お早めに!!



地区センター利用制限解除

5月9日より利用制限が解除となりました。奥州市民以外及び市外に本拠を有する団体も利用可能となりました。

皆様のご利用
お待ちしております



【主催/お問合せ:衣里地区センター ㊟52-3807】

管理栄養士オススメ
からだ☆活き活きレシピ

【奥州市役所健康増進課】



「アスパラとシイタケの 焼き焼きみぞれ和え」



今月は塩や醤油、さらに油も使わない、塩分0gのヘルシーレシピです。大根おろしとお酢でさっぱりした味わいです。
アスパラには疲労回復のアスパラギン酸の他、抗酸化作用をもつビタミンAやCなどのビタミンが含まれています。仕事や農作業などの疲労はアスパラガスで食べて吹き飛ばしましょう。

材料 (2人分)

- ・アスパラ 4本
- ・しいたけ 2枚
- ・大根 150g
- ・酢 大さじ1
- ・砂糖 小さじ1

☆1人分栄養価☆

エネルギー 50kcal / たんぱく質 1.2g
脂質 0.3g / 塩分 0g

作り方

- ① アスパラガスはグリルで7分こんがり焼き、4cmくらいの長さに切る。
- ② しいたけは軸を切りグリルで5分焼いて少し厚めに切る。
- ③ 大根はすりおろし、ザルに移し汁気をきる。
- ④ 酢と砂糖を溶けるまで混ぜ、③に少しずつ加える。
- ⑤ ①②を④で和える。



これからの予定

日付	時間	内容	場所
6月15日(水)	14:00~15:00	検診	衣里地区センター 玄関前
6月17日(金)	10:00~14:00	衣里地区センター開放日	衣里地区センター
6月24日(金)			
6月28日(火)	10:00~11:30	講演会	衣里地区センター
6月29日(水)	11:00~12:30	健診(検診)	衣里地区センター

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、予定が変更になる場合があります。



奥州市公式アプリ「ほちっと奥州」

ダウンロードして活用しましょう

奥州市では、公式アプリ「ほちっと奥州」を開発し、運用しています。

このアプリは、重要なお知らせなどをプッシュ通知により受信できるほか、防災やごみ、くらしの情報など、身近な情報に簡単にアクセスすることができます。

まずは、アプリをダウンロードをしてご活用ください。



ほちっと奥州



【奥州市総務企画部都市プロモーション課】

健康診断

日時(受付時間)	健診・検診内容
6月15日(水) 14:00~15:00	結核肺がん検診、 大腸がん検診
6月29日(水) 11:00~12:30	国保30代・特定・長寿・ 一般検診、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

◆ お願い ◆

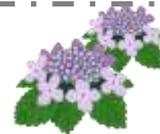
・会場内では履き物をご用意ください。



【奥州市衣川総合支所市民福祉グループ 健康増進担当】



令和4年度 衣里地区センターの職員体制



☆夜間・休日管理人

三浦 啓雄(川西)
千葉 茂(寺向)

☆地域活動員

千葉 加代子(川西)
三浦 佳代(富田)

5月から、衣里地区センターで事務長としてお世話になっております菅原弘明です。賑やかなこと大好き人間です。衣里地域が少しでも明るく元気になりますよう力の限り努めさせて頂きます。毎朝、富田界隈を派手な格好で走り回っていますので見かけた際はお声がけ下さい。皆様の御来訪をいつでも心からお待ちしております。

新事務長

菅原 弘明(富田)

皆さん、いつもお世話になっております。令和4年度も衣里地区センターで勤務することになりました。不安定な世情ですが、そんな中でも気持ちよくセンターに足を運んでいただけるように考え、心がけ、職員一同でお待ち申し上げております。本年もよろしくお願ひ申し上げます。



☆センター長

南洞 やす子(瀬原)

