



2021(R3)

3.26

No.722

きたかみ

2021年 発生から10年
東日本大震災3.11追悼夢灯り



震災から10年
あの日を忘れない

「東日本大震災3.11追悼夢灯り」の追悼行事はサンレック北上で行われました。来場者が献花を行い、岡本梨奈さん(上野中2年)が日本一に輝いたフルートの音色を響かせ、犠牲者の冥福と被災地復興を祈りました。(関連記事22ページ)

いよいよ始まる
**キタカミ
トリプル
アニバーサリー
2021**

展勝地や鬼剣舞に「100・60・30」の数字。
これらが描かれたポスター やフラッグを街中で見かける
ことが増えてきたのではないでしょうか。
4月1日から始まる、3つの周年が重なる記念の年
「キタカミトリプルアニバーサリー2021」。
実施する各種イベントや、記念の年を盛り上げる市内
の皆さんをご紹介します。
一緒に記念の年をお祝いしましょう。

問い合わせ
都市プロモーション課 ☎72-8308



トリアニを盛り上げる輪が拡大中

市民団体や事業者などによる周年を盛り上げる取り組みを協賛事業として承認しています。
これまでに承認された23事業のうち、一部をご紹介します。

社会福祉法人
自立更生会とばせ園



利用者が製作したお菓子や味噌、ジュースなどの販売商品にロゴマークを貼り付け、周年を盛り上げています。

コントローラー
ダンスカンパニー



周年記念事業プロモーション動画で踊ったオリジナルダンスを、同団体の発表会で披露します。



北上都心開発株式会社



同社が管理運営するツインモールプラザ東館にロゴマークの看板を設置し、周年を広くPRしています。

協賛事業を
募集中

令和4年3月までに行う各種イベント、オリジナル商品やメニューの販売など、周年を盛り上げる取り組みを募集しています。詳しくは市のホームページをご覧ください。



トリアニを彩るイベント

「展勝地開園100周年」「第60回北上・みちのく芸能まつり」「市制施行30周年」

3つの周年を記念して、みんなで参加できる各種イベントを開催します。(一部抜粋)



春	トリプルアニバーサリーキックオフ式典	4月1日(木) 市役所本庁舎正面玄関	開始セレモニー、鬼剣舞や保育園児によるアトラクションなど	夏	市制施行30周年記念テーマ展「平成の北上史(仮)」	6月5日(土)～12月17日(月) 博物館本館	平成時代の北上市の出来事をパネルで展示(市史編さん室と共同開催)
	北上展勝地さくらまつり	4月15日(木)～5月5日(水・祝) 展勝地公園	夜桜ライトアップなど		展勝地ゆかりの地訪問事業	7月～8月 展勝地公園	展勝地とそのエリアの魅力を再発見するため、関連する史跡や施設を訪問
	展勝地クリーン大作戦	4月～7月 展勝地公園	桜並木周辺の除草活動		第60回北上・みちのく芸能まつり	8月 市内各所	友好・姉妹都市の芸能団体の招待、トリプル周年記念花火などを予定
秋・冬	展勝地開園100周年記念式典	10月16日(土)・17日(日) 展勝地公園、市内	(16日前夜祭) 参加型のイベントを開催(17式典) 市内吹奏楽団による記念曲の演奏、祝賀会など	通年	本のスタンプラリー	4月15日(木)～令和4年2月ごろ 中央図書館	本を借りてスタンプを貯め、30、60、100冊ごとにトリアニ景品を進呈
	宝くじ文化公演事業「宝くじふるさとワクワク劇場」	10月30日(土) さくらホール	落語や漫才などのお笑いオンステージ、選考された地元出身者が参加するほのぼのコメディ劇場		旧3市町村を巡るわくわくスタンプラリー	5月～11月	博物館本館、鬼の館、えづりこ古墳公園を巡った人に記念品を進呈
	市制施行30周年記念式典	令和4年2月上旬 さくらホール	30年を振り返り、次世代を担う若者に焦点を当て、当市の将来像を見つめる		周年記念フォトコンテスト	5月～11月(予定)	テーマを設定し、カメラ・インスタグラムの2部門で写真を募集

4月15日(木)
5月5日(水・祝)

北上展勝地さくらまつり

感染症拡大防止のため、下表のとおり内容を縮小して開催します。

来場の際は、混雑を避けながら静かに桜をお楽しみください。

※最新情報は同まつりのホームページをご確認ください。



立花地区マスコットキャラクター
「てんしゃーちゃん」



実施するもの		実施しないもの
行事	<ul style="list-style-type: none"> 開催式…4月15日(木)11時～(桜並木南側入口) 夜桜ライトアップ…開花期間の18時～21時(桜並木) こいのぼり掲揚…まつり期間中(珊瑚橋下流) 民俗芸能公演…まつり期間中の土・日曜日、祝日(みちのく民俗村演舞場、15時～市内民俗芸能団体、15時30分～鬼剣舞公演) 鬼剣舞復興祈願の舞…4月25日(日)15時～16時(旧SL展示場、桜並木南側入口) 	<ul style="list-style-type: none"> 市民観桜会 観光遊覧船 観光馬車運行 夜桜鬼剣舞公演 屋台の営業
交通	<ul style="list-style-type: none"> 駐車場…まつり期間中の9時～17時(展勝地第1～3駐車場) ※普通車500円、バス3,000円の協力金をお願いします。 珊瑚橋周辺の交通規制…4月17日(土)・18日(日)8時～17時 ※バス、タクシーなどの車両を優先します。業務などの理由で通行許可証が必要な場合は、市商業観光課へお問い合わせください。 シャトルバス…4月17日(土)～20日(火)9時～17時(約30分間隔で運行) ※乗降場は江釣子ショッピングセンター・パル西側駐車場、北上駅東口、北上総合運動公園第1駐車場(17日・18日のみ)で、料金は小学生以上片道200円です。 	<ul style="list-style-type: none"> 北上川渡し舟運航

飲食に関するお願い

- アルコールの持ち込み、宴会、火気の使用は禁止です。
- 飲食スペース(桜並木南側入口付近)でのみ飲食が可能です。
- 飲食の際も、会話をするときはマスクを着用してください。
- 混雑状況によっては、飲食を制限する場合があります。

問い合わせ

同まつり実行委員会事務局
市商業観光課☎72-8241、北上観光コンベンション協会☎65-0300

皆さんの支援ありがとうございました



東日本大震災から10年。震災発生時から団体、企業、個人の皆さん方が、その時できる支援を行動に起こし、沿岸の復興を後押ししてきました。これまでの皆さんの復興支援活動に感謝の意を表し、「きたかみ復興支援協働体」の構成団体など市と協働で復興に取り組んできた6団体へ、3月8日、感謝状を贈呈しました。

6団体の他にも、多くのボランティア活動などを通じてさまざまなつながりが生まれ、多様な支援活動を展開することができました。皆さんの支援、ありがとうございました。

■問い合わせ	感謝状贈呈に関すること…政策企画課 ☎ 72-8223
72-8213	復興支援に関すること…福祉課 ☎

団体名	復興支援活動内容
NPO法人いわてNPO-NETサポート	沿岸被災自治体への支援、市民の復興活動支援
NPO法人いわて連携復興センター	被災者・避難者支援、各団体をつなぐ支援ほか
黒沢尻北地区自治振興協議会	沿岸避難者のコミュニティ支援ほか
社会福祉法人 北上市社会福祉協議会	避難者の見守り活動ほか
北上ネットワーク・フォーラム	沿岸被災企業への支援ほか
NPO法人フォルダ	全国各地からのボランティア活動支援ほか

写真で振り返るさまざまな支援活動



北上ネットワーク・フォーラムは工具類を集めて沿岸企業へ(2011. 6. 13)



防災の日(9月1日)、きたかみ震災復興ステーション開設(2011. 9. 1)



復興ステーションでは同郷同士が集まる「ふるさとカフェ」が開かれた

東日本大震災支援活動の記録 公開中

震災の年から3年間の、市が取り組んできた復興支援活動や多くのボランティア活動などをまとめた記録誌を、市のホームページで公開しています。

また、広報きたかみバッケンナンバーでも関連の特集をご覧いただけます。(平成23年3月25日号、平成24年3月9日号)

QRコード
活動記録誌
QRコード
広報きたかみ



避難者を多く受け入れた黒沢尻北地区は「絆農園」で一緒に野菜を育てた



NPO法人フォルダは流しそうめんなどのイベントも企画して避難者と交流

地域農業の将来像をまとめた計画を見直しました
きたかみ地域農業マスター プランの

地域農業の将来像をまとめた計画を見直しました

地域農業マスタープランは、地域農業のあり方について定めた計画です。

地域農業の中心となる経営体や、将来の農地利用などをまとめています。同プランの内容は、地域の話し合いにより作成します。農業者や農業関係者、地区的代表者が、各地区的課題や集約化に関する方針など、今後目指すべき地域の方向性について議論します。市内では13地区で策定されており、「」のたび更新されました(2月現

在で14回目の更新)。

同プランは、市農業振興課、JAいわて花巻（北上地域営農グループ、江釣子支店、當農センター北上西部）で閲覧する」）ができます。また更新された内容のうち、「各地区の中心経営体数」「地区的課題」「農地の集約化に関する方針」などは、市のホームページにも掲載しています。

北上総合運動公園の第2運動場は、天候に左右されにくい人工芝です。このたび、夜間照明を設置したことから、利用者の利便性がさらに高まりました。また、全面・半面点灯ができるため、使用方法に合わせて利用できます。なお、夜間照明施設の設置に伴い、同運動場の利用時間が変更となります。

■ 使用開始日：4月1日(木)

■ 夜間照明使用料：全面2000円、半面1000円（運動場使用料は別途）

※利用時における
照明点灯用の
■変更後の運
動場利用時間
時まで
：18時から21
■問い合わせ
：スポーツ推
進課☎72-8



※利用時には、北上総合体育館で夜間
照明点灯用のコインを「購入ください。

北上第2運動場夜間照明施設の利用開始

4月1日から利用可能です

北上総合運動公園の第2運動場は、天候に左右されにくい人工芝です。このたび、夜間照明を設置したことから、利用者の利便性がさらに高まりました。また、全面・半面点灯ができるため、使用方法に合わせて利用できます。なお、夜間照明施設の設置に伴い、同運動場の利用時間が変更となります。

■ 使用開始日：4月1日(木)

■ 夜間照明使用料：全面2000円、半面1000円（運動場使用料は別途）

※利用時における
照明点灯用の
■変更後の運
動場利用時間
時まで
：18時から21
■問い合わせ
：スポーツ推
進課☎72-8

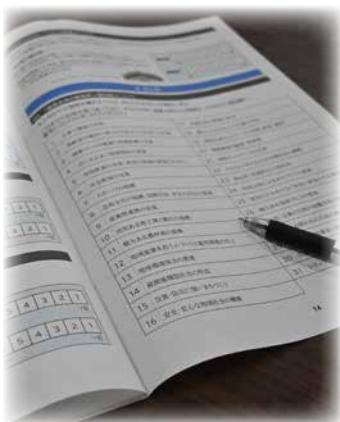
An aerial photograph showing a large, well-maintained football pitch with white markings. The field is surrounded by a paved area with trees and parking spaces. In the background, there are other sports facilities, including tennis courts and a large stadium-like building.

令和2年度市民意識調査の結果を公表

市の施策に対する市民の満足度や重要度を伺いました

調査の概要

調査期間 令和2年9月19日～10月16日
 調査対象 16歳以上の市内在住者1,300人(無作為抽出)
 調査方法 調査票と回答依頼リーフレットを対象者に郵送。
 回答者は調査票に直接書きこんで郵送するか、インターネット上のフォームに入力して回答する。
 回収結果 827票 回答率 63.6% **回答率は過去最高**
 調査内容 ①施策ごとの満足度・重要度・優先度
 ②施策の成果指標として定点観測する設問
 ③合併30周年に係る市民意識
 ④市政に対する総合的な満足度



※本調査の結果は市のホームページに掲載しているほか、市役所3庁舎(本庁舎、江釣子庁舎、和賀庁舎)、各地区交流センターに配架していますので、ぜひご覧ください。



市民意識調査は、市の施策について、市民の皆さんを感じている満足度と、力を入れてほしい施策の重要度などを定期的に把握するもので、今後の方向性を検討する基礎資料として活用しています。また、行政評価や事業企画などに活用し、行政サービスの改善につなげています。

調査は2年に一度実施し、今回で8回目です。

■問い合わせ：政策企画課 **☎ 72-82**

市民意識調査は、市の施策について、

市民の皆さんを感じている満足度と、力を入れてほしい施策の重要度などを定期的に把握するもので、今後の方向性を検討する基礎資料として活用しています。また、行政評価や事業企画などに活用し、行政サービスの改善につなげています。

■問い合わせ：政策企画課 **☎ 72-82**

市が進むべき方向性を示す重要な計画を「北上市総合計画」として定めています。この計画では、「子育て」「商工観光」「道路維持」「地域づくり」など、27のジャンルに分けて目標を定めています。

市民意識調査では、これらを「基本施策」とし、それぞれの満足度や重要度などを評価いただいています。

なお、本来は27分野ですが、一部回答がしやすいように細分化し、全部で31分野についてお伺いしています。

■表① 平均満足度(6点満点)の順位(上位・下位)

順位	上 位		下 位	
1位	健康・医療	4.29	情報ネットワーク	3.56
2位	災害対策	4.16	公共交通	3.58
3位	学校教育	4.10	土地利用	3.71

■表② 平均重要度(6点満点)の順位(上位・下位)

順位	上 位		下 位	
1位	子育て環境	5.13	市民・企業・行政の協働	4.16
2位	高齢者・障がい者福祉	5.12	市民主体のまちづくり	4.20
3位	健康・医療	5.09	情報ネットワーク	4.22

「満足度」はインフラの施策に課題

「重要度」は福祉分野が上位へ

下位は前回同様の施策が並ぶ結果に

1 施策の満足度・重要度

2 市政全般の総合満足度

様々な主体の連携によるまちづくりを進める市政運営の「しぐみ」の施策は下位となっています。【表②】

31の施策について、それぞれ満足度と重要度を6段階で評価いただきました。左表はその平均点の上位・下位の3位までを記載しています。

満足度では「情報ネットワーク」「公共交通」「土地利用」といったインフラに関する施策の満足度が低くなっています。【表①】

重要度では「子育て環境」や「高齢者・障がい者福祉」「健康・医療」といった福祉分野が上位となりました。

一方で、「市民・企業・行政の協働」 「市民主体のまちづくり」といった、多

段階で評価いただきました。今回調査に関する施策の満足度が低くなっています。【表①】

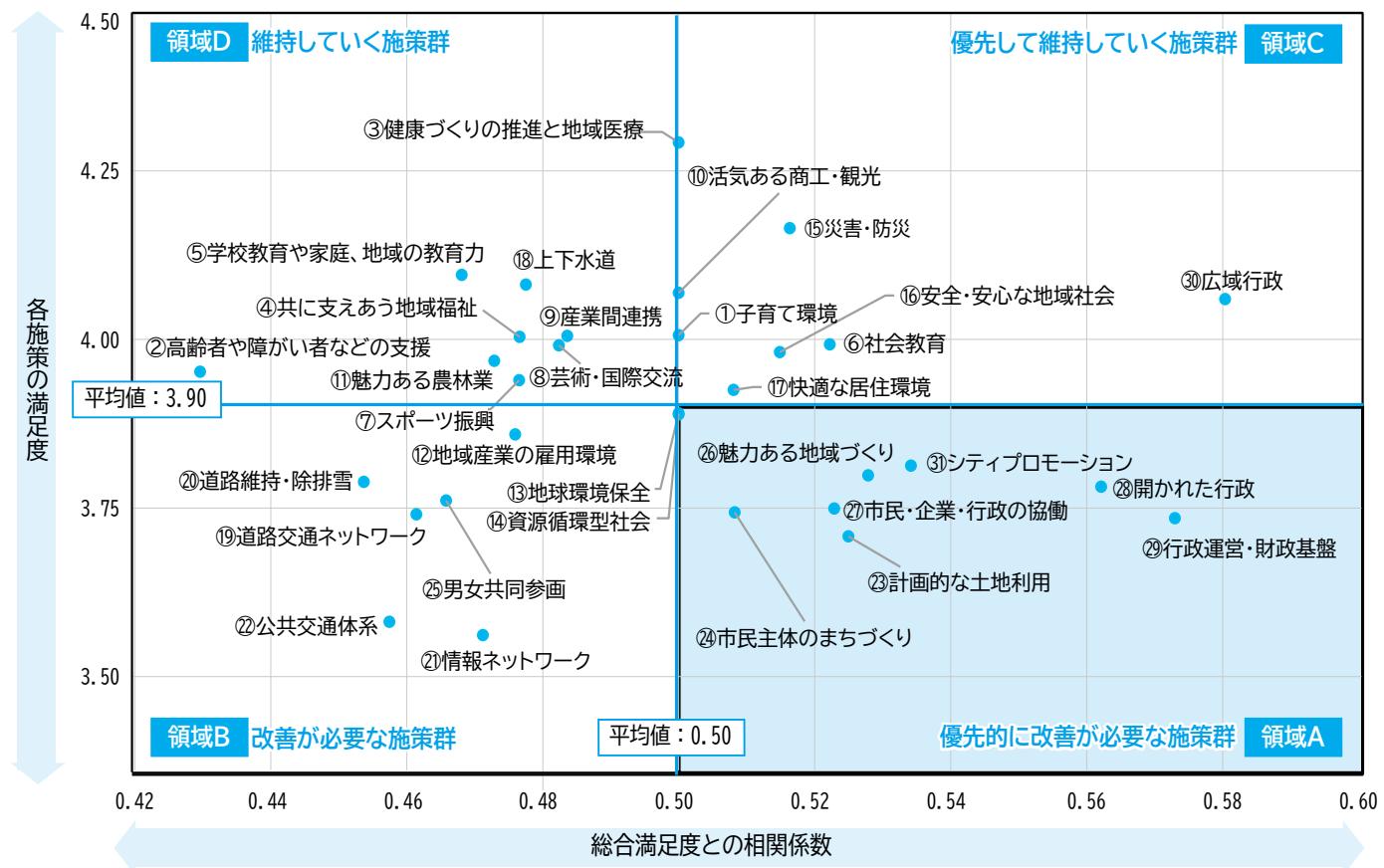
市政全般の総合満足度について、6段階で評価いただきました。今回調査の平均点は、6点満点中3.95点でした。

各回答の割合をみると、市政に満足と回答した人(非常に満足、満足、やや満足)は合わせて76.5%と、高い割合で肯定的な回答となりました。【7ページ図①】

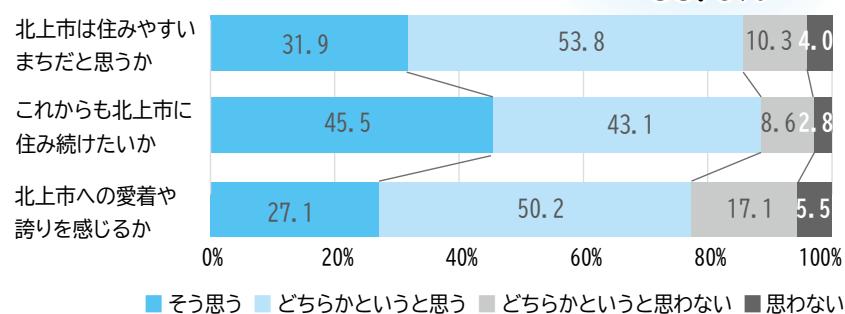
各施策の満足度が総合満足度に与える影響を相関係数により分析し、下図の4領域に分類しました。【図②】
 相関係数が1.0に近付くほど、総合満足度に与える影響が強くなりますが、総合満足度がより効果的に改善すれば、総合満足度の向上の鍵と考えられます。
 領域Aには、重要度が低いと評価された「市民・企業・行政の協働」「市民主体のまちづくり」(6ページ表②)などが属しています。これらの改善が、総合満足度の向上の鍵と考えられます。

3 施策の改善の分析

■図② 施策の改善の分析



■図③ 北上市の住みやすさに関する各回答の割合



「北上市に
住み続けたい」
88.6%

では、肯定的な回答の割合が高いと言えますが、「北上市への愛着や誇りを感じるか」の肯定割合は少し低くなっています。「住みやすいまち」としての魅力の創出や情報発信力の強化が求められていると言えそうです。

おまけ
市民の感じる
「北上市の住みやすさ」とは?

4月1日から市役所の組織が変わります

北上市組織再編

新しい総合計画を着実に実行するため、4月から新しい組織体制となります。主な再編部署を紹介します。

- 問い合わせ…政策企画課 247-822

- 企画部

- 都市プロモーション課・情報政策推進室

- 情報政策を強化するため設置します。

- 危機管理課・危機管理係・消防係

- 消防防災部を企画部に統合。危機管理全般を担当します。

- 財務部

- 財政課・財政係・契約検査係

- 資産経営課・資産計画係・管財係・常緒係

- 財政課と契約検査課を再編します。

- まちづくり部

- 地域づくり課・多様性社会推進係

- 男女共同参画や多文化共生を推進するため設置します。

- 福祉部

- 保健福祉部を改称します。また、福祉課を2課に分割します。

- 地域福祉課・福祉企画係・生活保護係

- 障がい福祉課・自立支援係・相談定係

- 健康・ひも部

- 健康施策や子育て施策を担当する新たな部として設置します。

■主な再編部署（該当部署を青字で記載）

部	課
企画部	政策企画課、総務課、 都市プロモーション課、危機管理課
財務部	財政課、資産経営課 、市民税課、資産税課、収納課
福祉部	国保年金課、 地域福祉課、障がい福祉課 、長寿介護課
健康こども部	健康づくり課 、子育て支援課、 子育て世代包括支援センター
都市整備部	道路環境課、都市計画課、 都市再生推進課 、下水道課

■健康づくり課

健康増進課を改称します。

■子育て世代包括支援センター・児童家庭係

母子健康手帳の交付から子育てなどに関する各種相談を担当します。

■都市整備部

■都市再生推進課・都市再生係・交通政策係

拠点形成や公共交通を含むネットワーク戦略を担当します。

令和3年度は3年に1度の固定資産税評価替え・価格帳簿の縦覧

固定資産税は、土地や家屋などを所有している人に対して課税される市税です。令和3年度は、固定資産税を見直す、評価替えの年度です。

【評価方法】

土地…地価公示価格などから決定し、評価額を基に課税標準額を算出。

新型コロナウイルスの拡大による経済情勢を踏まえ、前年度の課税標準額を一部据え置きます。

家屋…前回評価額や、建築費の上昇率、年数を経ることによる減価率によ

【価格帳簿の縦覧】

とき…4月1日(木)～5月31日(月)

ところ…資産税課

【縦覧できる人】

納税者本人、納税者と同一世帯の親族、納税管理人、納税者から委任された人

【必要書類】

顔写真付きの本人確認書類（委任の場合には委任状）

4月下旬に送付します。

保健・子育て支援複合施設一部オープン

3月22日から窓口業務がスタートしました

おやこセンター（旧大通り保育園地域子育て支援センター）、ほいくルーム（一時保育室）、市民交流プラザ（ふれあいホール（催事場）、もぐもぐキッチン、まなびルーム（研修室））

センターは4月5日(月)にオープンする予定です。

※市民交流プラザはワクチン接種事業のため、予約受付を当面停止します。

■問い合わせ…健康増進課 247-833

- 問い合わせ…政策企画課 247-822

- 都市プロモーション課・情報政策推進室

- 情報政策を強化するため設置します。

- 危機管理課・危機管理係・消防係

- 消防防災部を企画部に統合。危機管理全般を担当します。

- 財務部

- 財政課・財政係・契約検査係

- 資産経営課・資産計画係・管財係・常緒係

- 財政課と契約検査課を再編します。

- まちづくり部

- 地域づくり課・多様性社会推進係

- 男女共同参画や多文化共生を推進するため設置します。

- 福祉部

- 保健福祉部を改称します。また、福

- 祉課を2課に分割します。

- 地域福祉課・福祉企画係・生活保護係

- 障がい福祉課・自立支援係・相談定係

- 健康・ひも部

- 健康施策や子育て施策を担当する新たな部として設置します。

市の動き

令和2年度北上市市勢功労者表彰式 3月2日

本年度の市勢功労者表彰式は、ホテルシティプラザ北上で行われました。新型コロナウイルス感染症に配慮し、受賞者や市関係者のみ約50人が参列し、市勢功労者5人の功績をたたえました。今回表彰されたのは、高橋初男氏（故人）、及川誠氏、小笠原直敏氏（故人）、高橋祥元氏、島津秀三郎氏の5人。初男氏に代わり参列した、長女の美香さんは「父は生まれた北上市を愛していました。このような賞をいただき、喜んでいると思う」と述べました。



展勝地景観フォーラム2021 3月13日

展勝地景観フォーラム2021は、展勝地100周年記念事業の一環として、日本現代詩歌文学館で行われました。参加者約60人が展勝地エリアの価値を共有し、次世代へ受け継いでいくために必要なことを学びました。高橋市長、早稲田大学理工学術院の後藤春彦教授、弘前大学大学院地域社会研究科研究科長で北上市景観審議会の北原啓司会長が講演。北原会長は「10年先の景観を思い育てることが100年先の風景をつくる」と景観まちづくりの重要性を訴えました。



木造家屋の評価計算方法の見直し

平成20年以前に建てた家屋を所有する人へ

平成20年以前に建てた木造家屋の評価計算を見直すことになりました。該当家屋を所有する人は、評価額の再計算により、固定資産税の還付や徴収が生じる場合があります。4月に新設する資産調査室を中心に調査し、令和3年度から対象者へ通知する予定です。

■問い合わせ：資産税課☎72-8212

【経緯】

これまで市は、平成20年以前建築の木造家屋に対して、この複数区分のうち、一つの区分を一律適用し評価額を計算していました。令和3年度に对象となる家の評価方法を見直すとともに、過去の評価額についても再計算することとしました。1m²当たり再建築費評点数によって、固定資産税の適用区分が定められます。

数）によって、固定資産評価基準に定める複数区分の中から適用する区分が決まります。

これまで市は、平成20年以前建築の木造家屋に対して、この複数区分のうち、一つの区分を一律適用し評価額を計算していました。令和3年度に对象となる家の評価方法を見直すとともに、過去の評価額についても再計算することとしました。1m²当たり再建築費評点数によって、固定資産税の適用区分が定められます。

【今後の対応】
この見直しによって、平成29年度以降の固定資産税について税額に差額が生じる人には令和3年度中に通知し、ついて調査確認のうえ、差額補てんの作業を行います。
その後、平成28年度課税以前の差額に基づいて調査確認のうえ、差額補てんの作業を行います。

【具体的な算出 専用住宅の場合】

専用住宅の場合、平成20年以前に建築した家の経年減点補正率（減価率）は、25年で下限となる区分を一律適用してきましたが、1m²当たり再建築費評点数に基づいた区分適用に改めます（下表参照）。

その他の木造家屋も種類ごとの経年減点補正率表の区分を適用します。
※そのほか、積雪寒冷地補正（令和3年度北上市は0・80）があるため、実際の経年減点補正率は、下表よりも早く下限の2割に下落します。

■木造家屋経年減点補正率表の適用区分（専用住宅の場合）

	延べ床面積 1m ² 当たり再建築費評点数区分			
	55,120点未満	55,120点以上86,320点未満	86,320点以上133,120点未満	133,120点以上
経年減点補正率が下限の0.2となる年数	15年	20年	25年	35年

北上市役所…☎0197-64-2111(代表)本庁舎…〒024-8501(芳町1-1)
江釣子庁舎…〒024-8502(上江釣子17-201-2)和賀庁舎…〒024-0392(和賀町横川目11-160)

介護用品の購入支援

長寿介護課 ☎72-8217

■対象…要介護3～5と認定された在宅の要介護者を常時介護している人（要介護者と介護者、どちらも世帯全員が市町村民税非課税であること）

■内容…おむつ、おむつカバー、尿取りパット、使い捨て手袋、清拭剤、ドライシャンプーを購入できる券を支給

■支給額…要介護3の人を介護している家族には1ヶ月当たり3,000円分、要介護4・5の人を介護している家族には1ヶ月当たり6,000円分

■申請…4月1日(木)から申請書と税照会の同意書を同課へ

大雪被害を受けた農業用施設への支援

農業振興課 ☎72-8238

市は国、県と共に農業用施設の復旧などに係る費用の支援を行います。被害を受けた人は同課へご連絡ください。

■対象…令和2年12月14日以降の大雪で被害を受けた、出荷販売用の農業用施設（農業用ハウス、牛舎、農業用機械など）を持つ人



市内産林産物の放射性物質簡易検査結果（2月分）

農林企画課 ☎72-8237

2月分の検査の申し込みはありませんでした。過去の検査結果



市道川原町南田線の通行規制

企業立地課 ☎72-8245

工事に伴い、終日通行を規制します。
迂回にご協力ください。

■期間…5月6日(木)9時～

■ところ…北工業団地地内外



国民年金学生納付特例制度

国保年金課 ☎72-8206

20歳以上の学生は、前年の所得が一定以下であれば、申請により在学中の保険料の納付が猶予される学生納付特例制度を利用できます。同制度は、承認を受けた月から10年以内であれば、保険料を後払い（追納）することができます。

■申し込み…4月1日(木)から同課へ

■持ち物…①学生証（表裏両面の写し可）または在学証明書（原本）②身分証明書（マイナンバーカード・運転免許証・健康保険証など）③年金手帳または基礎年金番号がわかるもの④失業を事由とする場合は離職票など⑤本人以外の申請の場合は①～④に加え、委任状（代理人が別世帯のときのみ）と、代理人の身分証明書

市税の納付は口座振替またはコンビニ納付が便利です。

情報ホットラインに記事の掲載を希望する場合は、広報発行日（第2・4金曜日）の16開庁日前までに直接、ファックス（0197-63-7023）、または電子メール（promo@city.kitakami.iwate.jp）で都市プロモーション課へ。※紙面の都合や記事の内容により掲載できない場合があります。



成沢橋の通行規制

道路環境課 ☎72-8314

工事に伴い、通行を規制します。詳細は市のホームページや現地看板でお知らせします。

■期間…3月下旬～9月10日（予定）

■ところ…鬼柳町宿地内

■規制方法…片側交互通行（終日）、車両通行止め（作業時）



牡丹橋、飯豊北線が開通

道路環境課 ☎72-8314

工事中だった牡丹橋（北上中学校校庭南側、3月31日(木)15時から）と飯豊北線（中部病院の以北、4月2日金12時から）が通行可能になります。

※牡丹橋は仮設迂回路の撤去工事などにより、一時的に交通規制を行う予定です。

Western Digital®



ここ北上から。
世界に幸せな記憶を。
ウエスタンデジタル



Western Digital、Western Digitalロゴ、SanDiskロゴ、WDロゴ、G-Technologyロゴ、SanDisk Extreme PRO、SanDisk Ultra、WD Purple、WD Black、WD Blue、WD Red及びiNANDは、米国及びその他の国におけるWestern Digital Corporationまたはその関連会社の商標です。SDXC、microSDXCのマーク及びロゴはSD-3C、LLCの商標です。NVM及NVM Express、Inc.の商標です。CFast及びCFastロゴはCompactFlash Associationの商標です。その他の商標も特定の目的のために使用されるものであり、各権利者によって商標登録されている可能性があります。© 2021 Western Digital Corporation or its affiliates. All rights reserved.

「こども食堂キッチンすまいる」 4月のスケジュール

キッチンすまいるの会
(菊池) ☎090-6454-3210

子どもの居場所や、保護者の交流の場として「こども食堂」を開催しています。
■とき…①4月9日(金)②16日(金)③23日(金)16時~19時

■ところ…①黒沢尻北地区②黒沢尻東地区③黒沢尻西地区の各交流センター

■対象…市内在住の高校生以下の子とその保護者(開催地区以外の人も可)

■協力金…高校生以下は無料、大人は1人100円

■定員…各30人程度

■申し込み…不要



募集

北上川に泳がせる鯉のぼり募集

北上川に鯉のぼりを泳がせる会
(高館) ☎63-4382
商業観光課 ☎72-8241

さくらまつり期間中、北上川に掲げる鯉のぼりを集めています。

■申し込み…4月8日(木)までに同課へ
※傷みが激しいものなどは受け取りで
きないことがあります。

6月1日市営住宅入居者募集

市営住宅管理センター ☎61-5280

募集する住宅や日程など詳しい内容は、4月1日公表予定です。申込書や募集案内は、同日から市役所3庁舎、住宅管理センターに置いています。また、市や同センターのホームページでも確認できます。



【注意】新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期になっている場合があります。お出掛け前にご確認ください。

本庁舎・和賀庁舎を完全禁煙化

財政課 ☎72-8250

受動喫煙を防止するため、4月1日から本庁舎と和賀庁舎の敷地内を完全禁煙とします。ご注意ください。

2021全国さくらシンポジウム in北上の開催内容変更

同事務局(商業観光課内)
☎72-8241

新型コロナウイルス感染症の収束が見通せないことから、予定していた交流会の開催を中止します。シンポジウムと現地見学会は予定通り開催します。また、シンポジウムをオンラインサービス「zoom」上でライブ配信します。

■ライブ配信の申し込み…4月21日(水)18時までにメールで氏名、住所、連絡先、所属をJTB総合提携店ジャパン・ツーリスト・サービス株式会社(大通り三丁目1-1、✉host@jts-dream.jp、☎64-7011)へ

※樹木医CPD・造園CPDの認定希望者は、同社からのメールを保存してください。受講証書となります。

寄贈資料の紹介

総務課市史編さん室 ☎72-8309

5月から順次刊行する新編北上市史の作成にあたり、本年度寄贈いただいた資料を紹介します。ご協力ありがとうございました。

資料	寄贈者
大通り八重樫家近現代資料(記録、メダル)122点	北村 佳江
新穀町高橋家現代資料(雑誌、写真など)45点	高橋 千恵子
青森竹内家現代資料(地図)1点	竹内 義人
東京都斎藤家現代資料(絵葉書)9点	斎藤 寿博
二子中野家近現代資料(写真、はがきなど)243点	中野 光章
ヨシゼン近現代資料(記録、図書)1,383点	小林 一幸

※許可いただいた人のみ公表しています。

狂犬病予防注射と飼い犬の届け出

環境政策課 ☎72-8284

狂犬病予防法により、生後91日以上の犬は、毎年度1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。動物病院または春の集合注射会場で、必ず接種してください。また、犬を飼い始めた時や、所有者の変更、転居、犬の死亡など飼育状況が変わった時は、忘れずに同課へ届け出してください。

※会場は、郵送する受診はがきか、市のホームページでご確認ください。

※市外へ転出する際は、転出先の市町村で手続きを行ってください。

■受診料…3,300円(接種料2,750円、注射済票交付手数料550円)

きたしん

特別金利キャンペーン

教育プラン

キャンペーン期間 2021年4月1日(木)~2021年9月30日(木)

最長16年までご融資可能



北上信用金庫

<https://e-shinkin.net/>
2021年3月1日現在



当金庫の取引条件を満たした方が対象となりますので、詳細は当金庫ホームページまたは窓口にてご確認ください。

■ご融資金額 1,000万円以内(1万円単位) ■ご融資期間 3ヶ月以上16年以内 ■条件変更手数料 一部繰上返済・期日前完済・条件変更をされる場合は、所定の手数料がかかります。 ■ご返済方法 毎月元利均等返済または毎月元金均等返済(元金返済額は卒業予定期まで)

ジュニアスポーツ教室「かけっこ教室」

(公財)北上市体育協会 ☎ 67-6720
✉ moushikomi@kitakami-taikyou.sakura.ne.jp

【1・2年生】

■とき…①4月12日(月)、19日(月)、5月10日(月)、17日(月)②4月20日(火)、27日(火)、5月11日(火)、18日(火)16時30分～17時30分

【3・4年生】

■とき…①4月12日(月)、19日(月)、5月10日(月)、17日(月)②4月20日(火)、27日(火)、5月11日(月)、18日(月)17時45分～18時45分

【5・6年生】

■とき…①4月21日(水)、28日(水)、5月7日(金)、14日(金)18時～19時

【共通事項】

■ところ…北上陸上競技場

■定員…各コース①②20人ずつ

■参加料…2,000円(傷害保険料含む)

■申し込み…4月9日(金)までに申込書を添えて電子メールで同協会へ

※申込用紙は、同協会のホームページからダウンロードできます。



さつき・ラン&ウォーク2021

同事務局 ☎ 03-6804-3383

市と包括連携協定を締結した(-財)アールビーズスポーツ財団が主催する、オンラインスポーツイベントです。5月の1カ月間、ウォーキングとランニングの平均歩数・平均走行距離を、スマートフォンアプリで競います。

■開催期間…5月1日(土)～31日(月)

■参加料…無料

■エントリー方法…企業対抗戦は4月11日(日)まで、個人戦は5月31日(月)までに下記QRコードから

■部門(使用アプリ)…ウォーキングの部(スポーツタウンWALKER)、ランニングの部(TATTA)



初心者向けターゲット・バードゴルフ講習会

北上市ターゲット・バードゴルフ協会
(平野) ☎ FAX 64-2591

自然の中で爽快にナイスショット!
用具は協会で用意します。

■とき…4月10日(土)・11日(日)9時～11時30分

■ところ…和賀川心れい広場ターゲット・バードゴルフコース

■参加料…無料

■申し込み…4月8日(木)までに電話またはファックスで同協会へ



募 集

滑田鬼剣舞体験会

同保存会

(高橋) ☎ 090-2987-9775

✉ neonemapple@gmail.com

刀の持ち方や足の運び方など所作や踊りなどの基本を教えます。初心者も大歓迎です。

■とき…4月18日(日)13時～

■ところ…中通り公民館(滑田3-63-2)

■対象…どなたでも

■定員…10人(先着順)

■参加料…無料

■申し込み…4月15日(木)までに電話で同会へ

※終了後、供養碑に向けて、東日本大震災追悼供養念仏を奉納予定です。



ス ポ ツ

きたかみレンタサイクル

(一社)北上観光コンベンション協会

☎ 65-0300 FAX 88-3002

4月から今季の営業を開始します。
新たにE-BIKE(電動アシスト付きスポーツ自転車)とシティサイクルを追加しました。

■営業期間…4月1日～12月上旬9時～17時

■貸出場所…同協会(おでんせプラザぐろーぶ1階)、北上駅観光案内所

■利用料金

車種	4時間	1日
シティサイクル	300円	500円
スポーツサイクル	500円	1,000円
E-BIKE	1,500円	3,000円

※高校生以上から利用可能です。

※身分証明証が必要です。

[E-BIKE試乗会]

■とき…3月28日(日)9時30分～16時

■ところ…北上駅東口鬼剣舞広場

■参加料…無料

第23回岩手県障がい者スポーツ大会選手募集

福祉課

☎ 72-8214

■とき…6月5日(土)

■ところ…盛岡市内(岩手県営運動公園ほか)

■対象…県内在住で満13歳以上(4月1日現在)の身体・知的・精神障がいがある人

■種目…陸上、水泳、卓球、サウンドテニス、アーチェリー、ボーリング、フライングディスク

※障がいの種類や年齢により出場できない競技があります。また、種目により人数の制限があります。

■申し込み…4月19日(月)までに同課へ

◆土地 ◆一戸建て ◆マンション ◆宅地 ◆農地 ◆原野 ◆山林...
**不動産のお困りごと
お気軽にご相談ください!**

売ろうか貸そうか悩んでいる

とにかく処分したい

不動産を相続したけれど管理に困っている

★探しています★

●飯豊小学校区 ●黒沢尻東小学校区 ●黒沢尻西小学校区 ●黒沢尻北小学校区
●立花小学校区 ●江釣子小学校区 ●鬼柳小学校区 ●南小学校区
●いわき小学校区 ●和賀東小学校区 ●笠松小学校区 ●和賀西小学校区 ●更木小学校区
●二子小学校区 ●黒岩小学校区 ●口内小学校区 ●照岡小学校区 他のエリアもご相談ください。

すむべ
株式会社 千田工務店
〒024-0004 北上市村崎野14地割470-13

☎ 0197-62-7728

<https://www.sumube.jp/>

すむべ で 検索



●消費生活相談(北上市消費生活センター☎72-8203)

【とき】月～金曜日(祝日を除く)8時30分～17時

【ところ】同センター(本庁舎1階で受け付け)

●法律相談(市民課☎72-8202)

【とき】8日(木)、15日(木)、22日(木)10時～15時(要予約)

【ところ】健康管理センター

●人権相談(市民課☎72-8202)

【とき】5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)10時～15時

※原則電話相談で受け付けます。

●行政相談(市民課☎72-8202)

【とき】5日(月)、19日(月)10時～15時

※原則電話相談で受け付けます。

●教育相談(学校教育課☎65-3365)

【とき】月～金曜日(祝日を除く)9時～15時30分

【ところ】学校教育課

●婦人相談(子育て支援課☎64-7573)・家庭児童相談(子育て支援課☎64-7574)

【とき】月～金曜日(祝日を除く)9時15分～16時

【ところ】子育て支援課

●青少年悩みごと相談(北上市少年センター☎72-8302)

【とき】月～金曜日(祝日を除く)9時～17時

【ところ】生涯学習センター

●外国人に関する相談会(北上市国際交流ルーム☎63-4497)

【とき】22日(木)14時～17時(行政書士に相談する場合は要予約)

【ところ】生涯学習センター相談室

●家族の就職相談(☎63-3533)

【とき】月～金曜日(祝日を除く)10時～17時(要予約)

【ところ】ジョブカフェさくら(北上地区合同庁舎内)

【注意】新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期になっている場合があります。お出掛け前にご確認ください。



講座

北上市手話奉仕員養成講座(入門課程)

福祉課☎72-8214 FAX 64-2202

聴覚障がい者とのコミュニケーションに必要な手話表現などを学びます。

■とき…5月12日～12月15日までの水曜日(月4回程度、全30回)19時～20時30分

■ところ…北上市総合福祉センター

■対象…市内に在住または勤務している18歳以上の人で、24回以上受講できる人

■定員…15人

■参加料…無料(テキスト代3,300円は別途)

■申し込み…4月30日(金)までに住所、氏名、年齢、職業、電話番号を電話またはファックスで同課へ



花苗育成講習会

北上市花いっぱい運動推進協議会
(事務局)環境政策課☎72-8281

✉ kankyo-s@city.kitakami.iwate.jp

■とき…4月21日(水)、5月19日(水)、7月7日(水)14時～15時(全3回)

■ところ…さくらホール大アトリエ

■内容…マリーゴールドなどの育て方講習(種子のまき方、花苗の植え替え、花苗の切り戻し)

■対象…市民

■定員…30人

■参加料…500円(3回分の材料費)

■申し込み…4月19日(月)までに電話または電子メールで同課へ

春期スポーツ教室参加者募集

(公財)北上市体育協会☎67-6720

【初めてのエアロビクス】

■とき…4月6日～6月29日の火曜日10時30分～11時30分(全9回)

■定員…50人

■参加料…1回500円

【ステップ台エアロ】

■とき…4月8日～6月24日の木曜日10時30分～11時30分(全8回)

■定員…20人

■参加料…1回500円

【総体教室(ショートテニス、ラージボール卓球)】

■とき…4月9日～6月25日の金曜日10時～12時(全6回)

■定員…30人

■参加料…1回500円、6回2,400円

【共通事項】

■ところ…北上総合体育館

■対象…18歳以上

■申し込み…電話または直接同協会へ

北上第1・第2ソーラー発電所 (かむいソーラー) 発電状況(2月分)

北上第1・第2ソーラー発電所の発電状況をお知らせします。得られた収益は、市の再生可能エネルギーの導入やエネルギー利用の効率化を推進するために活用します。

■発電量(前年同時期)

第1ソーラー発電所

76,017kWh (112,522kWh)

第2ソーラー発電所

77,265kWh (102,903kWh)

この発電量は、418世帯の1ヶ月分の電気使用量に相当します。

※環境省「家庭からの二酸化炭素排出量の推計に係る実態調査 全国試験調査」から算出

環境政策課 ☎72-8281

ドコモ以外のお客様も大歓迎!!



そんなお悩み
解決します!

無料 ドコモスマホ教室

毎日開催中!!

①10:15 / ②12:45 / ③15:15

各回1時間程度(先着各3名様)

《主な講義内容》

◆インターネットの使い方

◆カメラの使い方

◆災害対策 等

※スマホ教室参加には、事前予約が必要です。詳しくは、店舗までお問い合わせください。

ドコモショップ北上店

☎ 0120-060-807 (詳しくはこちらの電話番号まで)
【営業時間】10:00～19:00 (毎月第3水曜日定休)



ヨイ歯データーレホン相談

岩手県保険医協会歯科部会

☎019-651-7341

歯や口に関する悩みについて何でもご相談ください。

■とき…4月19日(月)10時～19時

■相談ダイヤル…019-651-7341

■料金…無料

※受付時間に相談を受け付けた後、19時以降に同協会歯科医師が回答します。

4月の献血

8日(木)	15時～16時30分	スーパー オセン 北上店
11日(日)	10時～12時 13時30分～16時30分	江釣子 SC パル
13日(火)	9時30分～11時	北上 梶屋 デカル株
25日(日)	10時～12時 13時30分～16時30分	イオンタウン 北上 (マックスバリュ 北上店)
29日(木・祝)	10時～12時 13時30分～16時30分	DCM ホーマック 北上 上藤沢店

2月のデータ

●世帯数	39,519世帯	【+51】
●人口	92,397人	【+ 2】
男	45,928人	【+ 5】
女	46,469人	【- 3】
●交通事故など		
人身事故	8件(24件)	
死亡	0人(0人)	
負傷	9人(27人)	
物損事故	366件(738件)	
飲酒運転検挙者	4人(6人)	
●火災		
発生	1件(2件)	
●救急車出動件数		
交通事故	13件(28件)	
急病	180件(351件)	
その他	103件(203件)	

※【】内の数字は1月末との比較。

()内の数字は令和3年1月からの累計です。

【注意】新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、掲載しているイベントなどが中止・延期になっている場合があります。お出掛け前にご確認ください。



不登校ひきこもりの親の会 茶話会

不登校と若者の自立を考える北上地区父母会(後藤)☎090-4888-1210

不登校やひきこもりの人がいる家族が集い、語り合う場所です。一人で悩まず、ぜひご参加下さい。

■とき…4月17日(土)10時～12時

■ところ…北上市総合福祉センター1階会議室

■対象…不登校・ひきこもり当事者、家族、支援者など

■参加料…100円

■申し込み…不要



就活セミナー基本のき! 「求人票の見方」

ジョブカフェさくら ☎63-3533

■とき…4月20日(火)10時～12時

■ところ…ジョブカフェさくら(北上地区合同庁舎内)

■内容…ゲームを通して求人票の見方を考える、求人票の見方を解説

■対象…求職者(定年退職した人やブランクがある人も可)

■定員…6人(先着順)

■参加料…無料

■申し込み…電話または直接、同所へ

歴史資料を集めています

5月から順次刊行する「新編北上市史」作成のため、写真、広報紙、新聞、地図、自治体の刊行物などの資料を集めています。

皆さんのお宅の押し入れや物置にある古い写真や手紙、地図、新聞なども貴重な歴史資料になります。処分前に一度ご連絡ください。

参考資料集「北上の足跡」を販売しています

市史編さんのために収集した資料をもとに作成した参考資料集を、1冊1,000円で販売しています。

■販売場所…総務課(本庁舎2階)、市史編さん室、生涯学習センター、博物館本館

総務課市史編さん室 ☎72-8309

AIがお持ちの住宅を瞬時に査定

PC・スマホ上で完結

お問い合わせ・ご来店不要

今すぐ無料で査定を試してみる



不動産本舗

買取実績で選ぶなら

不動産査定無料! お気軽にご相談ください!
株式会社北日本土地 北上店

<https://www.kitatochi.com/> e-mail:info@kitatochi.com

空家 空地 相続 賃貸 古アパート 不動産の有効活用 売れたつけよ!



TEL.0197-72-7901

〒024-0061 岩手県北上市大通り1丁目8-21

■営業時間：9:30～18:00 ■定休日：水曜日(2月・3月無休)

(一社)岩手県宅地建物取引業協会会員

東北地区不動産公正取引協議会加盟 (公社)全国宅地建物取引業協会会員

4月の子育て支援イベント

ベント

二チイキッズ北上本通り

保育園(☎64-3977)

施設を見学する「内覧会」、保育を実際に体験で

きる「子育てひろば」を行います。

[内覧会]

とき…4月12日(月)10時～10時30分

対象…どなたでも

[子育てひろば]

とき…4月26日(月)10時～15分～

内容…一緒にあそぼう!

対象…0～2歳の未就園児とその保護者、産前産後休暇中の人の定員…3組(先着順)

■参加料…無料

■申し込み…電話で同園へ※園の見学は随時行っていますのでお問い合わせください。

■定員…5組(先着順)

■内容…一緒にあそぼう!

対象…0～2歳の未就園児とその保護者、産前産後休暇中の人の定員…3組(先着順)

■参加料…無料

■申し込み…電話で同園へ※園の見学は随時行っていますのでお問い合わせください。

■定員…5組(先着順)

■内容…一緒にあそぼう!

対象…0～2歳の未就園児とその保護者、産前産後休暇中の人の定員…3組(先着順)

■参加料…無料

■申し込み…電話で同園へ※園の見学は随時行っていますのでお問い合わせください。

0～3歳児向け「ぴかぴか教室」

健康増進課(☎72-8295)

歯磨きの練習ができます。栄養相談と身体測定も受けられます。

とき…4月15日(木)9時～11時

対象…0～3歳児とその保護者

どじゅ…保健・子育て支援複合施設「OKKO(ツインモール)プラザ西館)

とき…4月12日(月)10時～15分～

内容…一緒にあそぼう!

対象…0～2歳の未就園児とその保護者

とき…4月26日(月)10時～15分～

内容…一緒にあそぼう!

対象…0～2歳の未就園児とその保護者

とき…4月13日(火)までに電話で同課へ※「ぴかぴか教室」の予約とお伝えください。

とき…4月12日(月)10時～15分～

内容…一緒にあそぼう!

対象…0～2歳の未就園児とその保護者

とき…4月26日(月)10時～15分～

内容…一緒にあそぼう!

対象…0～2歳の未就園児とその保護者

とき…4月13日(火)までに電話で同課へ※「ぴかぴか教室」の予約とお伝えください。

とき…4月12日(月)10時～15分～

内容…一緒にあそぼう!

対象…0～2歳の未就園児とその保護者

とき…4月26日(月)10時～15分～

内容…一緒にあそぼう!

対象…0～2歳の未就園児とその保護者

春は変化の季節

さまざまな草木が花を咲かせる季節となりました。その光景が成長する子どもたちと重なりますね。

子どもたちは冬から春に向かって心も体も大きくなる準備を始めます。

新入生、新社会人、新生活…何か新しいことを始めるというのは気力体力がいります。

「よーしがんばるぞ!」と思いつながら、新しい環境に慣れるまでは、どこか落ち着きなく過ごすことになるのは大人も子どもも同じ。一日中緊張して過ごすことも多い時期です。

夜は今日あつた出来事を親子でお話ししながらゆつたりと過ごし、次の日の活力を蓄えましょう。

心機一転、新しいことに挑戦するのもいいですね。

子どもたちも春は「うきうきわくわく」する季節です。

子育てメモ
MEMO

子育て支援課
☎72-8260

がら、好きなものを見つけて楽しみ、思いつきり気分を発散させましょう。親子で楽しめるものだと嬉しいですね。

心機一転、新しいことに挑戦するのもいいですね。子どもたちも春は「うきうきわくわく」する季節です。事故やけがに気を付けな



間近で感じる子どもの成長 子どもの年齢＝親となるてからの年数です。子どもたちはあつという間に大きくなります。「待つて待つて」と言つても待つてはくれません。せつかく親になれたのですから、今の子どもたちとたくさん関わって、子どもの成長するエネルギーを味わってください。



80の専門店とEON



江釣子ショッピングセンター・パル
〒024-0072北上市北鬼柳19-68 TEL0197-65-2511(代)
PALホームページ http://www.ee-pal.com

パルはお客様の安心安全なお買物のため、安全衛生管理を徹底して行なながら営業しております。

ご来店の際は、マスク着用にご協力ををお願いします。

いよいよ大詰め!春の新生活準備はパルで!

ポイントアップで新生活準備大応援!
【3/28日まで開催中】

5倍 & 3倍

新入学・進級準備にご利用ください! アクセスはこちら!

北上市内学校制服・運動着販売会

詳細はパルホームページをご確認ください→
◆会場: 2F / コスモホール ◆問合せ先: BLANCO ☎0197-62-4400



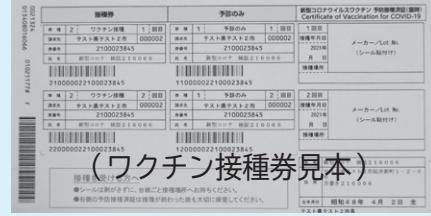
貯まったパルポイントを商品券に交換するチャンス! ポイント交換フェア 4/2(金)スタート! ポイント2000点を商品券・お買物券に交換すると抽選でさらに商品券をプレゼント!

健幸だより

新型コロナワクチン接種券を発送します

令和3年度中に65歳に達する人（昭和32年4月1日以前に生まれた人）へ、新型コロナワクチン接種券を順次発送します。接種券が届いたら、案内文書を確認の上、電話またはインターネットで予約してください。

- ・ワクチン接種は完全予約制です。
 - ・予約は接種券がお手元に届いてから行ってください。
 - ・ワクチン供給量に限りがあるため予約に制限を設けています。
 - ・通院中や健康面に不安がある人は、接種前に必ずかかりつけ医に相談してください。
- ※65歳未満の人の接種券は、準備ができ次第（5月以降）発送する予定です。



北上市新型コロナワクチン接種センターを開設

新型コロナワクチン接種の予約や会場の確認などに関する問い合わせに対応するため、北上市新型コロナワクチン接種センターを開設しました。

■北上市コールセンター専用ダイヤル（フリーダイヤル）

☎0120-107-935／受付時間：8時30分～17時30分（日曜・祝日を除く）

※接種後の副反応など医学的な質問については、今後、岩手県が設置するコールセンターへお問い合わせください。

■問い合わせ…健康増進課新型コロナウイルスワクチン接種プロジェクト・チーム☎72-8340

成人検診（集団検診）のご案内

令和3年度に実施する成人検診（特定健診・各種がん検診）は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、次の内容で実施する予定です。

●密集・密閉・密接を避けるため、比較的広い空間の確保が可能な会場で実施します。

【実施会場】

- ・市保健センター（ほっけんセンター）
- ・各地区交流センター
- ・体育施設など

※当面の間、自治公民館での検診は休止します。

●引き続き感染症対策を徹底します。受診予定者の皆さんのご協力もお願いします。

- ・マスクの着用
- ・検温の実施
- ・手指消毒の実施
- ・換気の実施

●受診方法・検査項目に変更はありません。

具体的な日程は、今後配布する「令和3年度成人検診のお知らせ」や市のホームページでお知らせします。

■問い合わせ…健康増進課☎72-8295

かしこく歳を重ねるための豆知識

暮らし・健康づくりに役立つ情報を届けします！

問長寿介護課☎72-8221



カレンダーで健康習慣づくり

感染予防も運動も、日々の小さな取り組みの積み重ねで無理なく習慣としていくことができます。

市は感染予防をしながらも生活が不活発にならないように、健康づくりのチェック項目が入った月ごとの「いきいき応援カレンダー」を作成しました。毎日取り組むことを一つでも決めて、カレンダーでチェックしながら継続してみませんか？

カレンダーは、市のホームページからダウンロードできるほか、同課またはお近くの地域包括支援センターへお問い合わせください。

いきいき応援カレンダー
3月

感染予防のチェック

いきいきチェック

月 火 水 木 金 土 日

3/1 2 3 4 5 6 7

（例）休業・散歩・体操・歩行

・休業・水分・交流・水分

<

保健福祉部健康増進課 ☎ 64-2111㈹ ☎ 65-6039
 健康管理センター ☎ 72-8295～8297
 江釣子保健センター ☎ 72-8298

北上医師会コラム

頭痛の原因をハッキリさせよう

頭痛は頻度が高い症状ですが、軽く見られている症状もあります。頭痛を訴えても「たかが頭痛で」などと言われて悩んでいる人が多くいることも事実です。

頭痛の原因は100種類以上あり、原因に合わせて治療法が違います。有名な「片頭痛」も間違って認識されていることが多い疾患です。本当の片頭痛が起きると、動くこともできなくなり会社や学校を休まざるを得ない状況になることが多いです。効かない鎮痛剤を飲み続けていたり、「気持ちがたるんでいるからだ！」などと訳の分からないことを言われてひたす

ら我慢させられ、困り果てて受診される人がかなり多いと感じています。

子どもが頭痛を訴えても、「単なる頭痛だろう」と病院に行かずに市販の頭痛薬で対処している人が圧倒的に多いですが、片頭痛の治療をきちんと行わないといと、痛みのため学校に行けなくなり不登校につながる場合があります。頭痛で生活に支障が出ている場合や子どもが頭痛を訴えた時には「もしかして片頭痛かも？」と疑い、病院を受診させてあげることが大切です。

（松浦脳神経外科 松浦 秀樹）



休日当番医(9時～17時)

月日	当 番 医	
3月28日 (日)	ちとせ医院 大通り二丁目1-22 ☎63-3780	斎藤産婦人科医院 諫訪町二丁目6-37 ☎64-2136
4月4日 (日)	小豆嶋胃腸科内科クリニック 本通り四丁目13-6 ☎65-6006	前田皮膚科医院 新穀町二丁目1-17 ☎64-0770
4月11日 (日)	やご内科・循環器クリニック 上野町五丁目5 ☎72-7717	さやかクリニック 飯豊20-123-1 ☎72-7228
4月18日 (日)	及川脳神経内科クリニック 立花10-28-1 ☎65-3811	たまだ江釣子クリニック 上江釣子16-129-1 ☎77-5656
4月25日 (日)	しゅういちろう内科クリニック 村崎野17-167-3 ☎72-6567	わたなべ脳神経外科クリニック 町分18-96-1 ☎65-5777
4月29日 (木)	坂の上野田村太志クリニック 上野町四丁目2-15 ☎65-1111	根本小児科医院 芳町6-5 ☎63-4687

※発熱がある場合は、事前に電話相談の上、受診してください。

休日当番医などは変更になることがあります。保険証を忘れずに持参してください。

日曜日当番整骨院(9時～17時)

月日	施 術 所	月日	施 術 所
3月28日 (日)	大和接骨院 常盤台一丁目20-1 ☎63-8611	4月18日 (日)	きくち整骨院 村崎野24-20-16 ☎66-5321
4月4日 (日)	土川整骨院 上江釣子19-61 ☎77-3239	4月25日 (日)	とどり接骨院 鬼柳町都島38-1 ☎67-5210
4月11日 (日)	高橋整骨院 下江釣子11-53-1 ☎73-5170		

休日当番薬局(9時～17時)

月日	薬 局	
3月28日 (日)	さくら調剤薬局 若宮町二丁目2-39 ☎63-8822	中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 ☎68-4976
4月4日 (日)	銀河薬局村崎野店 村崎野17-171 ☎66-7121	あかり薬局新穀町店 新穀町二丁目3-26 ☎72-8806
4月11日 (日)	とんぼ薬局 上野町五丁目1-14 ☎61-0101	リリィ薬局北上店 飯豊20-123-1 ☎72-6691
	さくら薬局北上村崎野店 村崎野17-170-2 ☎81-4545	
4月18日 (日)	さわやか薬局 立花10-48-7 ☎65-5000	イオン薬局江釣子店 北鬼柳19-68 ☎62-7001
	中央調剤薬局岩手県立中部病院前支店 村崎野17-22-1 ☎68-4976	
4月25日 (日)	サンケア薬局県立中部病院前店 村崎野17-167-1 ☎62-3331	銀河薬局北上店 町分18-88-1 ☎72-6388
4月29日 (木)	まごころ薬局 上野町四丁目3-22 ☎61-6600	ひまわり薬局 芳町7-20 ☎63-6877
	銀河薬局村崎野店 村崎野17-171 ☎66-7121	すずらん薬局 北鬼柳22-36-11 ☎61-2277

休日当番歯科(9時～12時)

月日	歯 科	月日	歯 科
4月18日 (日)	伊東歯科医院 常盤台一丁目23-13 ☎61-0246	4月29日 (木)	えづりこ歯科医院 上江釣子18-57-3 ☎77-2487

※第3週目以外の日曜日には開院している歯科があります。電話連絡の上、受診してください。また、発熱などの症状がある場合は、受診をお断りすることができます。



マナビイページ

生涯学習センター「遊・YOU学園」からのお知らせ

学び合い みんなで育つ 北上っ子

生涯学習センター(生涯学習文化課) 北上市大通り一丁目 3-1 おでんせプラザぐるーぶ 3階 ☎ 72-8303 ☎ 63-3121



第56回岩手県発明くふう展で特賞を受賞した3人



プログラムを組んでロボットを動かすプログラボ教室（北上工業クラブと共に開催）

ボランティア指導員募集！

一緒に子どもたちに指導していた
だけの人に募集しています。活動に
興味のある人は生涯学習文化課ま
でご連絡ください。

「おもちゃの修理屋さん北上」は、
動かなくなつたおもちゃを無料（一
部品代あり）で修理するボラン
ティアサークルです。修理を希望す
る人は活動日にお越しください。活
動日（修理品の受け付けと完了品の
引き渡し日）は、原則第1・3土曜
日です。詳しくは、下の表または「おもちゃの修
理屋さん北上」のホームページをご覧ください。

「おもちゃの修理屋さん北上」は、
動かなくなつたおもちゃを手にして喜ぶ子
部品代あり）で修理するボラン
ティアサークルです。修理を希望す
る人は活動日にお越しください。活
動日（修理品の受け付けと完了品の
引き渡し日）は、原則第1・3土曜
日です。詳しくは、下の表または「おもちゃの修
理屋さん北上」のホームページをご覧ください。



北上市少年少女 発明クラブ 新年度会員募集



- ◆発明クラブはこんなところです！
- ◆自分のアイデアで発明品を制作
- ※5年生の会員が制作した泡が付いた手を使わずに蛇口を開け閉めできる道具「ノーボンボン」のほか、会員2人の作品が、第56回岩手県発明くふう展で特賞を受賞しました。
- ◆縄文の火起こしなどの野外活動
- ◆未来の科学の夢絵画を作成
- ※5年生の会員が制作した「どこでも着陸エレベーター付きドクターへリ」が、第41回未来の科学の夢絵画展で優秀賞を受賞しました。
- その他、実験・観察など豊かな発想を伸ばす活動を行っています。

- 活動日…4月～令和4年3月の毎月第2・4土曜日14時～16時（変更する場合あり）
- 会員登録…年間3000円（兄弟など2人目からは2000円）
- 定員…20人（先着順）
- 対象…小学2年生～中学2年生
- 会費…年間3000円（兄弟など2人目からは2000円）
- 申し込み…4月1日(木)から14日(水)までの間に、氏名（ふりがな）、保護者氏名、住所、電話番号、学校・学年を記入し、ファックスまたは電話で生涯学習文化課へ

おもちゃの修理屋さん北上

動かないおもちゃを
無料で修理します



活動ボランティアスタッフ募集

直つたおもちゃを手にして喜ぶ子
どもたちの笑顔を楽しみに、ボラン
ティアでこの活動を支援していただ
ける人を募集しています。活動に興
味のある人は、活動日に来所の上、
ご相談ください。

4月23日は子ども読書の日

4月23日から5月12日は「こ
どもの読書週間」です。読書は、
特に感性豊かな時期の子どもたちの「心の成長」にとって、と
ても大切です。これを機会に家
族みんなで本に親しみましょう。

生涯学習センター休館日

●4月21日(水)
毎月第3水曜日は休館日です

■活動日と場所

活動日	時間・場所
4月 3日、17日	【受付時間】 13時～15時
5月 15日	【場所】 生涯学習センター第2学習室
6月 5日、19日	※車でお越しの際は北上駅前駐車場（立体）または北上駅前北駐車場をご利用ください。3時間まで無料となりますので駐車券を生涯学習センターのカウンターに提示してください。
7月 3日、17日	
8月 28日	
9月 4日、18日	
10月 2日、16日	
11月 6日、20日	
12月 4日、18日	
1月 15日	
2月 5日、19日	
3月 5日、19日	

Museum 通信

博物館・鬼の館・利根山光人記念美術館からのお知らせ



麻宮先生描き下ろしイラスト

光人生誕100周年記念事業などを開催

2021 生誕100周年 開館25周年
2021年は利根山光人生誕100周年、美術館開館25周年の記念の年です。また、企画展50回目を迎えることから、次の事業を予定します。

■企画展

- ・光人未公開作品展…7月3日(土)から9月2日(木)まで。新潟県佐渡市に保管されている油彩の大作を公開予定
- ・美術館のあゆみ展…9月4日(土)から11月30日(火)まで。過去6回の記念大賞展受賞作品および過去の企画展チラシや通信などの館の関係資料を展示予定

■生誕100周年・開館25周年記念式典…9月19日(日)

※まちなか美術館・親子秋まつりを開催する予定です。

**「春季特別展
「麻宮騎亞原画展(雪月桜35)」**

当市出身の漫画家・麻宮騎亞氏の原画展を開催します。

麻宮騎亞(本名・菊池通隆)^{みちたか}氏は当初、アニメーターとして「風の谷のナウシカ」や「機動戦士Ζガンダム」の作品作りに携わっていましたが、1986年に「神星記ヴァアグラソツ」で漫画家デビューして以降、漫画を主軸に活動を続けてきました。今年は氏のデビュー35周年でもあり、記念の年に地元・北上での原画展が実現しました。

会場では現在連載中の作品をはじめ、大ヒット作「サイレントメビウス」や「快傑蒸気探偵団」「コレクター・ユイ」などこれまでの作品の原画、イラストやデザインを手がけた

博物館



きたかみ

作品の一部を展示する予定です。また、AR(拡張現実)アプリを使った展示解説も導入します。ぜひ会場で試してみてください。なお、展示作品の写真撮影はできません。

■とき…4月17日(土)～5月30日(日)

■どこの…博物館本館

※展勝地さくらまつり期間中(5月5日水祝)まで)は無料で観覧できます。

■とき…4月3日(土)～6月13日(日)

■どこの…博物館和賀分館

■観覧料…無料

■とき…4月3日(土)～6月13日(日)

■どこの…博物館和賀分館

■とき…4月1日(木)～7月1日(木)

■どこの…同館

博物館和賀分館では、日本野鳥の会北上支部の協力のもと企画展「野鳥に魅せられて～写真とカービングで見る野鳥たち～」を開催します。ぜひお越しください。

利根山光人記念美術館



令和3年度前期企画展 「日々のすきまから—阿部夏希展—」

企画展「日々のすきまから—阿部夏希展—」を開催します。阿部さんは、当館20周年を記念して平成29年に開催した公募展で準大賞を受賞。普段の生活の中で、特に関心を引いた

ものや風景を表現した30点を超える銅版画が並びます。お楽しみください。なお、常設展「東北の祭りシリーズ」とメキシコの民芸」も開催します。

■とき…4月1日(木)～7月1日(木)

■どこの…同館

※展勝地さくらまつり期間中(4月15日木～5月5日水祝)は無料で観覧できます。

【臨時休館日】 7月2日(金)は展示替えのため休館

企画展「野鳥に魅せられて」

博物館和賀分館では、日本野鳥の会北上支部の協力のもと企画展「野鳥に魅せられて～写真とカービングで見る野鳥たち～」を開催します。ぜひお越しください。

開館時間・観覧料のご案内

■鬼の館(和賀町岩崎16-131 ☎73-8488)

開館時間…9時～17時(入館は16時30分まで)

観覧料…表①のとおり

■利根山光人記念美術館

(立花15-153-2 ☎65-1808)

開館時間…10時～16時(入館は15時30分まで)

観覧料…表②のとおり

3館で利用できる共通観覧券(表③)をぜひご利用ください(発行日から1年間有効)。また、北上市消防団員カードをお持ちの人や市内、奥州市・金ヶ崎町・西和賀町在住の小中学生は観覧料無料です!

■博物館

博物館本館(立花14-59 ☎64-1756)

開館時間…9時～17時(入館は16時30分まで)

観覧料…表①のとおり

博物館和賀分館(和賀町横川目11-160)

開館時間…10時～16時(入館は15時30分まで)

観覧料…無料

区分	個人	団体(20人以上)
一般	500円	400円
高校生	240円	180円
小中学生	170円	120円

区分	個人	団体(20人以上)
一般	300円	180円
高校生	120円	80円
小中学生	60円	40円

区分	共通観覧券
一般	700円
高校生	300円
小中学生	200円



わくわく図書館

おすすめ新着本

<http://www.library-kitakami.jp/>

中央図書館 ☎ 63-3359
火～金曜日9時～19時
土・日曜日、祝日は18時まで
江釣子図書館 ☎ 77-2215
和賀図書館 ☎ 72-8307
◆休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)、
祝日(江釣子・和賀図書館のみ)
12月28日～1月4日、特別整理期間



『野良犬の値段』

ひやくた
百田 尚樹／著
幻冬舎

突如としてネット上に現れた、謎の誘拐サイト。「私たちが誘拐したのは以下の人物です」という文言とともに、6人の名前と顔写真が公開された。かつてない劇場型犯罪が幕を開ける。



『ちかてつサブちゃん』

みやにし たつや／作・絵
ぱるぱ出版

ちかてつのサブちゃんは、見たことのない地上が気になって仕方ありません。先輩たちが教えてくれるので、サブちゃんの妄想はどんどんおかしなことになっていって…。



新着本

大人向け	織細さんが「自分のまま」で生きる本 渋沢栄一 運命を切り拓く言葉 ダーリン進化論 わが家の仁義ある戦い 灰の劇場 お探し物は図書室まで これで暮らす
------	---

子ども向け	武田 友紀 渋沢 栄一 高嶋 ちさ子 恩田 陸 青山 美智子 群 ようこ
-------	---

お知らせ

春の古本市の開催中止

毎年5月に開催している春の古本市の開催を見合わせます。不要本の募集は行いません。次回は11月を予定しています。

■問い合わせ…北上読書連絡会(武塙) ☎ 090-4314-7561

休館情報

●全館休館(特別整理休館)

3月31日(水)・4月1日(木)

●江釣子・和賀図書館休館

4月29日(木・祝)



中央・江釣子・和賀図書館に
本のセルフ消毒機を設置していますので、ご利用ください。

ポプラ社

小学生になったら図鑑

食べものはかせになろう！①豆からつくる食べもの

ポプラ社

かしこくなれる整理整頓

小学館

にげてさがして

ヨシタケ シンスケ

まだまだまだ

五味 太郎

北上市地域おこし協力隊日記

人脈生かし北上市の魅力を発信

-スポーツを通じたまちづくりに貢献-



深津 咲奈 隊員

この4月末で地域おこし協力隊(スポーツツーリズムプロデューサー)を卒業します。卒業後は首都圏の人間に、北上市の豊かな自然や温かい人との触れ合いを通して、心と体を癒していただくツアーを行っていきます。

東京でガツガツ働いていたところから、3年前に北上市に来て、サイクリングイベントや探検トレッキングなどを企画・運営する中で、豊かな自然や地域の人の温かさに触れ、すごく癒されました。安くて新鮮な野菜が買える産直や数十分で登山に行ける自然との距離感、いつも気にかけてくれる地域の人々とのつながり。日々、幸せでありがたいなあと感じています。



そんな経験と3年間で得た人脈、北上市を楽しみ尽くす知識を生かして、たくさんの人に北上市の魅力を体感してもらえるように今後も頑張っていきます。

協力隊という肩書ですが、私の方がたくさん的人に

協力していただけて、人に恵まれた3年間でした。お世話になりました。本当にありがとうございました!!

まちの話題

市内の話題を紹介



東北大会で上位入賞、全国選抜大会へ意欲 黒工ボート部と黒北ラグビー部が報告

3/1
3/5

第32回全国高等学校選抜ボート大会（3月26日～28日・静岡県浜松市）の男子舵手つきクオドルプルに出場する黒沢尻工業高校ボート部らは1日、また第22回全国高等学校選抜ラグビー大会（3月25日～31日・埼玉県熊谷市）に出場の黒沢尻北高校ラグビー部らは5日、それぞれ市本庁舎を訪れ出場を報告しました。

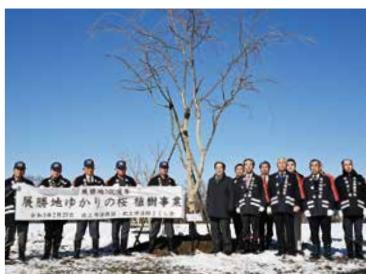
黒工ボート部の林瑠星主将（2年）と黒北ラグビー部の粕加屋完汰主将（2年）は、鍛錬を重ねた成果を発揮し上位入賞を目指すことを誓いました。



消防団の活動を見守る 展勝地ゆかりの桜植樹

2/27

北上市消防団とそのOBで組織される北上市消防さくら会は、展勝地公園出会いの広場内に、展勝地開園100周年保全事業で育てたヤエベニシダレ1本を移植しました。毎年4月29日に園内で消防演習を行っていることから、思い入れのある場所への植樹となりました。菊池一人消防団長は「桜の木を見ることで団員の士気が高まる」と気を引き締めていました。



ユネスコ無形文化遺産への一歩 風流踊を文化遺産に再提案

3/3

北上市と奥州市に伝承される鬼剣舞を含む「風流踊」が、ユネスコ無形文化遺産の登録へ再提案されることが決定しました。昨年に一度提案されていましたが、案件多数で審査に至らず、このたび改めて提案されることになります。

文化庁では3月末までにユネスコに提案書を提出。来年11月ごろに登録審査が行われる見通しです。



100歳おめでとう 佐藤トミ子さん（村崎野）

3/9

佐藤さんは大正10年3月6日、江釣子生まれ。32歳で故貞義さんと結婚し、36歳の時に飯豊小学校の隣に居を構えて、文具などの商店を始めました。子2人、孫5人、ひ孫6人に恵まれています。

今も店番をし、日記を欠かさず書いています。また、畑で花を育てるのも好きで「雪が消えたら草取りをして畑をきれいにしたい」と春を待ち望んでいました。



の 広 場



この人に聞く

No.178

Spotlight

あの日から10年 被災者的心に寄り添い続けた

伊澤 邦晃さん

伊澤邦晃さん（75歳・常盤台）は、常盤台でんぱう公園で行われた「東日本大震災3・11追悼夢灯り」を主催する「黒沢尻22区有志の会」の代表を務めています。黒沢尻北小の児童が制作した夢灯り数百個を灯すなど、住民や事業者が協力して開催する同追悼行事。その運営を平成26年から担うのが、現在50歳の地域住民7人で構成される黒沢尻22区有志の会です。主たる活動は「酒を飲みながら地域の課題解決を検討すること」と笑う伊澤さん。そして「やれるかどうかではなく、「やるためにはどうしたらいいか」を柔軟に考えることが同会最大の強みだと話します。

自身のモットー「相手の立場になって物事を考える」を胸に、被災者の心に寄り添い続けて10年。「避難してきた人たちが、北上に来て良かった、北上で暮らし続けたいと思ってもらえる地域にできれば」と優しい眼差しで今後を見据えます。

被災者や地域を思い、さまざまな活動に尽力する伊澤さんですが、当初は地域活動に関心がなかつたといいます。転機が訪れたのは、20代から勤めた大手電機メーカーを定年退職した後のこと。運動会に参加した際に地域の人から、黒沢尻北地区交流センターで働くかないかと声を掛けられました。それを機に平成18年、同センター初代事務長に就任。交流センターに移行したばかりで苦労が多いことを語ります。それとともに、平成23年に東日本大震災が発生。伊澤さんは、物資提供の依頼のほか、避難者を地域行事に招待したり温泉に連れていくなど、居住後のフォローに奔走しました。当時のことを「沿岸から着の身着のままで避難した被災者の、呆然とした表情は忘れられないものではない」と振り返り、それが現在まで活動を続ける原点だと話します。

どんなクラス？

笑い声が絶えない明るいクラス（瑞姫）

笑い声が高くてにぎやかなクラス（羽音、幸汰）

先生が優しくておもしろく、仲がいいクラス（きらり）

みんな明るくて元気なクラス（楓眞）

体育好きの人が多いクラス（志保）

担任 竹花先生からのメッセージ

それぞれの色を生かして14人全員が大活躍。みんなが一つになってとても味わい深い色を作り出します。大きな力を秘めたとても優しい6年生。前向きに挑戦し続けた1年でした。

3月のクラス

立花小学校 6年



3月のアーティスト

みんな

上野 茉柳ちゃん
くにみ保育園 6歳



保育園での一番の思い出は、ハロウィーン
パーティーで魔女になったこと。得意な折り
紙でカボチャやコウモリも作ったよ！

No.240

みんなの詩歌



北上翔南高等学校二年

寒き日に川見て思ふ寂しさを癒して
おくれ樹氷林よ

高橋 真央

及川 あゆみ

二度と来ぬ青春の日々を永遠にマ
スクごしに見る親友の笑顔
田鎖 愛菜

白染めのいつもより狭い通学路幼
い声音小さな足跡
成ヶ澤 未留

「おらほの愛どる」に登場いただける市内
にお住まいの就学前のお子さんを募集中！内
名前・生年月日・お子さんへのメッセージ一
（40字以内）・住所・電話番号・保護者名
を添えて、都市プロモーション課まで！



戸崎 文哉くん
令和元年9月5日生まれ
(中野町)

ふみくんの笑顔がみんなの癒しです♡
たくさん笑って大きくなつてね。



佐藤 翔太くん④ 愛里ちゃん④
令和2年8月6日生まれ 平成29年12月6日生まれ
(鬼柳町)

毎日元気いっぱいな2人で家中賑やか！
これからも2人仲良く元気に育て♡

おらほの愛どる

きたかみ

- 2 キタカミトリプルアニバーサリー2021
 4 City topics
 5 珈琲ブレイク
 9 市の動き
 10 情報ホットライン
 15 すぐすぐらんど
 16 健幸だより
 18 マナビィページ
 19 Museum通信
 20 わくわく図書館
 北上市地域おこし協力隊日記
 21 まちの話題
 22 みんなの広場
 24 きたかみ景観資産
 食育レシピ 3月のひと皿



北上河畔の花木の道



北上川沿いに菜の花やハナモモを中心とした花の道が続き、川のせせらぎとともに心地よい空間になっています。地域の人々による美化活動により良好な自然景観を楽しむことができます。

- 認定番号 15
- 認定団体 二子町振興協議会
- 所在地 二子町中村地内
- きたかみ景観資産認定日 平成22年2月5日
- 活動内容 周辺の草刈り、環境整備



編集後記

東日本大震災3・11追悼
生んだが北高校硬式野球部の皆さ
るが北高校生の姿が、たく
んでいた彼らが今後震災の世代へ伝え
てきました。當時小学校を設立していま
した。この記憶を次の世代へ伝えてい
ます。(健)

広報を作成する際に悩むのは、読者に読んでもらえるよう分かりやすく、文章にするこ^トと。読者の苦労を実感しまし^た。担当者の赤入れ推敲^{すり好み}や、真っ赤になることもしばしば。担当者の校正時の赤入れ重ねても、校正時の赤入れをすれば。
(亥)

次の広報発行日は
4月23日(金)です

- 材料(4人分)
 白玉粉…100g
 食塩…ひとつまみ
 粉チーズ…30g
 牛乳…100ml
 サラダ油…大さじ1



※今月は公立保育所で提供しているメニューです。

食育レシピ
3月のひと皿 Recipe

もちもちチーズパン

(1人分当たり エネルギー172kcal、塩分0.6g)

■作り方

- ①白玉粉、食塩、粉チーズを合わせ、牛乳を少しずつ加えてこねる。
- ②粉っぽさがなくなったらサラダ油を加えて、耳たぶくらいの柔らかさになるまでこねる。
- ③ピンポン玉くらいの大きさに丸める。
- ④天板にクッキングシートを敷き、③を並べ170度のオーブンで15~20分焼く(オーブンは予熱しておく)。

ポイント 白玉粉で簡単に作れる一口チーズパンです。保育園で人気のおやつです。

<https://www.city.kitakami.iwate.jp/>

<https://www.facebook.com/KitakamiCity/>

https://www.instagram.com/kitakami_ciytpromotion/

マチイロ

北上駅から車で15分・北上金ヶ崎ICから12分

いわて奥州・北上



自然葬とは? 自然葬とは、花や木などの樹木を墓石の代わりとした「自然の中で眠る」葬法の総称です。

奥州・北上連山を一望できる墓地公園

- ◆史跡などに囲まれた歴史的価値のある聖地です。
- ◆継承者のいらない永代供養墓です。
- ◆管理費などの費用はかかりません。

お問い合わせ ☎0197-65-0923 [住所] 奥州市江刺稻瀬払田24

<http://www.shizensou-kuniminosato.jp>

●販売管理:(株)北清物産 北上市柳原町2-3-20 ●奥州指令奥環第185号

本年度の広報きたかみへの広告掲載について
は、(株)奥州広告社(64-1523)へお問い合わせください。

