

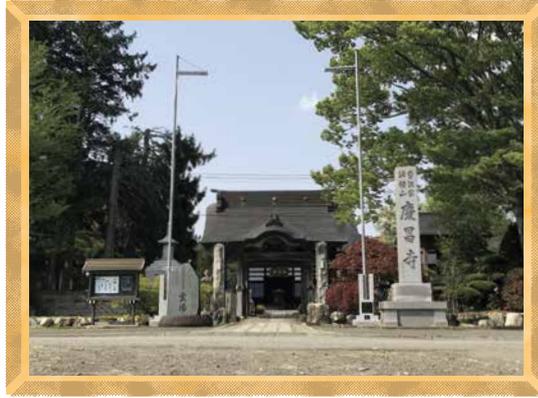


広報

# きたかみ

- 2 建築物最適化計画策定
- 4 三期目就任あいさつ
- 5 City Topics  
市の動き
- 10 情報ホットライン
- 15 すくすくらんど
- 16 健幸だより
- 18 マナビページ
- 19 Museum通信
- 20 わくわく図書館  
きたかみのお宝
- 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5月のひと皿

※4・5月の珈琲ブレイクはお休みします。



花とお地藏さん  
癒しの空間  
慶昌寺けいしょうじ



歴史ある本堂と境内いっばいの花壇は、地域住民の環境整備によって良好な景観が保たれています。お寺では、民俗芸能をはじめとしたさまざまな行事が開催され、地域住民の集まる場所となっています。

- 登録番号 105ほうどうさん
- 認定団体 法幢山慶昌寺護寺会
- 所在地 和賀町煤孫18地割208番地
- きたかみ景観資産認定日 平成28年2月4日
- 活動内容 清掃、花壇整備、イベント開催、年中行事への地域協力



## 編集後記

職業柄 校正が癖になっています。先日、高校の応援歌の歌詞を見たくて生徒手帳を開いたら、誤字を発見！校則の「停学」が「定額」になっていました。生徒手帳の誤字にも驚きましたが、顔写真を見て、年月が過ぎる早さに愕然としました。(舞)

山菜採りに目覚めました。タラノメやハリギリなど、てんぷらにしたら最高でした。取材で出かけた先でも、ついついあちこち見回してしまいます。夢中になって森の中でクマさんに出会わないよう、周囲に注意して山菜採りに励もうと思います。(亜)

### ■材料(4人分)

- 豚肉こま切れ…120g
- アスパラガス…中6本
- たまねぎ…1/2個
- にんじん…1/4本
- 油…小さじ2
- 合わせ調味料(しょうがすりおろし…小さじ1、にんにくのすりおろし…小さじ1/2、酒…大さじ1、しょうゆ…大さじ1、カレーパウダー…小さじ1、こしょう…少々)



## 食育レシピ 5月のひと皿 Recipe



### 豚肉とアスパラガスのカレー炒め

(1人分当たり エネルギー125kcal、食塩0.7g)

#### ■作り方

- ①アスパラガスはピーラーで根元5cmの部分の皮を向き、斜め切りにする。玉ねぎは薄切り、にんじんは細切りにする。
- ②フライパンに油をひき、豚肉を入れて中火で炒める。豚肉の色が変わったら①の野菜を加えて炒める。
- ③合わせ調味料を加え、野菜に火が通るまで炒め合わせたら完成。

**\*ポイント\*** アスパラガスが旬の時期になりました！甘くて柔らかいこの時期ならではの旬の味を楽しみましょう♪今回はアスパラガスと豚肉を使った疲労回復メニューのご紹介です。

※市の管理栄養士が考案した料理のレシピを掲載しています。

次の広報発行日は  
6月14日(金)です

発行 岩手県北上市  
岩手県北上市芳町1-1 ☎0197-64-2111(代)  
編集 企画部都市プロモーション課  
印刷 トーバン印刷株式会社

<https://www.city.kitakami.iwate.jp/>  
<https://www.facebook.com/KitakamiCity/>  
[https://www.instagram.com/kitakami\\_citypromotion/](https://www.instagram.com/kitakami_citypromotion/)  
 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

墓地公園  
自然葬

# 国見の里

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 奥州市江刺稲瀬弘田24

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

●事業主体・管理：(宗)極楽寺 北上市稲瀬町内門岡30 ☎0197-65-0923 ●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)東広社へ ☎64-115233へお問い合わせください。

