



広 報

きたかみ

- 2 【Pick Up】令和2年度当初予算の概要
- 6 City Topics
- 7 珈琲ブレイク
- 9 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
ハロー!まいふれんど
- 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4月のひと皿



すず湧き出る
佐野公園とぽんぽこ泉



江釣子湧水群の西端に位置した親水公園です。清掃活動や植栽などで手入れの行き届いた清水一体は心地よい空間が広がっており、幅広い世代の人たちが利用する憩いの場となっています。

- 認定番号 107
- 認定団体 江釣子7区自治会
- 所在地 下江釣子10地割、12地割内
- きたかみ景観資産認定日 平成29年2月1日
- 活動内容 草刈り、つつじ・しだれ桜の植栽など



編集後記

8年ぶりに広報担当に戻ってまいりました。久々に手にするカメラに、蘇る緊張感。早速の失敗もご愛敬というこ

とで、新たな気持ちで臨みます。人との接触が自粛される日々ですが、取材でお邪魔した際はどうぞよろしく願います。(幸)

6年間にわたる広報経験を、持つ頼りになる新リーダー、(幸)さんが今月から就任しました。狙った写真がなぜかボケたり、表紙の穴を意識して撮影したものの左右逆だったり、ブランク明けエピソードで和ませてくれていま

■材料(4人分)

たらの芽…20本 水…100ml
しょうゆ…小さじ2 みりん…小さじ2
ショウガ…薄切り1枚
かつおぶし…小袋1袋



※今月は市の管理栄養士が考案した料理のレシピです。



食育レシピ 4月のひと皿 Recipe



たらの芽の煮浸し

(1人分当たり エネルギー17kcal、食塩0.4g)

■作り方

- ①たらの芽の軸をむいて茹でた後、ざるにあげ、水気を絞る。
- ②鍋に水、しょうゆ、みりん、薄切りにしたショウガを入れ、一煮立ちさせる。
- ③たらの芽の上にかつおぶしをかけ、②を熱いうちに回しかける。
- ④あら熱が取れたら、出来上がり。

ポイント

たらの芽の天ぷらやマヨネーズ和えに飽きたら、これがおすすめ。たくさん作って、冷蔵庫で保存すると便利です。たらの芽の代わりに、こしあぶらでも美味しくできます。

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 株式会社フジサキ

🌐 <https://www.city.kitakami.iwate.jp/>
f <https://www.facebook.com/KitakamiCity/>
📷 https://www.instagram.com/kitakami_citypromotion/
📱 マチイロ App Store Google Play

次の広報発行日は
5月8日(金)です

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>

●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)東広社 ☎64-11523へお問い合わせください。

