

広報

きたかみ

- 2 第11次北上しらゆり大使を紹介します
- 4 秋の叙勲 功労者表彰
- 5 City topics、珈琲ブレイク
- 7 市の動き
- 8 情報ホットライン
- 11 すくすくらんど
- 12 健幸だより
- 14 マナビページ
- 15 Museum通信
- 16 わくわく図書館
北上市地域おこし協力隊日記
- 17 まちの話題
- 18 みんなの広場
- 20 きたかみ景観資産
食育レシピ11月のひと皿



当国二十二観音札所・
臥牛寺ふしうじ



古くから臥牛地区の人々のより所であり、環境整備活動により歴史の面影を残す景観が大切に守られています。当国三十三観音のうち二十二番目の札所として、地域内のみならず多くの参拝者が訪れています。

- 認定番号 99
- 認定団体 更木町振興協議会
- 所在地 臥牛13地割内
- きたかみ景観資産認定日 平成26年1月17日
- 活動内容 草刈り、環境整備、おみきあげなどの実施



編集後記

11月上旬、キタカミトリアニのPR動画撮影が江釣子地区交流Cで行われました。出演いただく某チャンピオンの送迎という役割を仰せつかった私。緊張していたのか、なぜか車のトランクを開ける際に顔を強打し流血。折角ならチャンピオンの拳で流血したかった(Tot)(典)

見事な秋晴れの下、大小池果樹園へリンゴ収穫体験の取材に行ってきました。収穫後に子どもたちがおもしろい姿に触発され、帰りにふじを1袋購入。爽やかな甘味とシャキシャキの食感が心地よく、食べる手が止まりませんでした(健)



食育レシピ 11月のひと皿 Recipe



- 材料(2人分)
ごはん…200g、セリ…1束
ごま油…小さじ1
塩…ひとつまみ
白いりゴマ…大さじ1
梅干し…2個
飾り用のゴマ…少々

セリオにぎり

(1人分あたり エネルギー225kcal、食塩0.8g)

■作り方

- ①セリは洗い、1cm長さに切る。
- ②フライパンにごま油をしき、セリを炒める。塩を加えて水分がなくなるまで炒める。
- ③炊きたてのご飯に②、刻んだ梅干し、白いりゴマを混ぜ合わせる。
- ④食べやすい形に握る。お好みでゴマを飾る。

ポイント 江釣子地域では、湧き水を利用して昔からセリの栽培が行われています。収穫時期は12月から2月。歯切れがよく、香りのよい“江釣子セリ”の緑と梅干しの赤で色鮮やかなおにぎりに仕上がります。



※今月は市の管理栄養士が考案したメニューです。

次の広報発行日は
12月11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 株式会社フジサキ

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

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

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。

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。

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)東広社へ ☎64-115233へお問い合わせください。

