

広報

きたかみ

- 2 hoKko オープン
- 4 令和3年度当初予算の概要
- 8 City topics
- 9 珈琲ブレイク
- 11 市の動き
- 16 きたかみごみ情報
- 17 情報ホットライン
- 22 健幸だより
- 24 すくすくらんど
- 25 わくわく図書館
共同参画オンエア
- 26 マナビページ
- 27 Museum 通信
- 28 きたnote.、E & Be エフエム
- 29 まちの話題
- 30 みんなの広場
- 32 きたかみ景観資産
食育レシピ 4月のひと皿



南部領と伊達領の藩境の史跡であり、歴史を語り継ぐ講話や実地調査が行われています。住民により周辺の桜並木が大切に守られており、足軽屋敷群のいぐねと共に歴史と文化を感じることができます。

- 認定番号 34
- 認定団体 相去地区自治協議会
- 所在地 相去町上三十人町、相去町下三十人町
- きたかみ景観資産認定日 平成22年2月5日
- 活動内容 実地調査、研修会の開催、桜の枝打ち

はんきよう
藩境の屋敷群と
桜並木の三十人町
さんじゅうにんまち
きたかみ
景観資産



編集後記

4月から子ども園に通い始めた、長男くん。まだまだ慣れないようで、毎日「迷子になっちゃうよ(ToT)」と泣くのですが、言葉のチョイスと、環境に適應しようとする健気な姿にほっこり…。子どもの成長する姿に元気をもらい、今年度も広報がんばります！(典)

本年度から入庁しました(萌)です。分からないことばかりですが、先輩に丁寧に教えていただき、日々感謝です。私は当市出身で地元が大好きです！恩返しできるように精一杯頑張りますので、今後どうぞよろしくお願いたします(萌)

■材料(5人分)

米…2合、タケノコ水煮…160g、ニンジン…40g、油揚げ…1枚、★しょうゆ…大さじ1、★砂糖…大さじ1、★酒…大さじ1、★みりん…大さじ1、★白だし…大さじ2、★和風顆粒だし…小さじ1/2



※今月は市の管理栄養士が考案したメニューです。



食育レシピ

4月のひと皿 Recipe



たけのこごはん

(1人分当たり エネルギー266kcal、塩分1.4g)

■作り方

- ①米は研いでおき、水に30分浸しておく。
- ②タケノコは短冊切り、ニンジンは細切り、油揚げは油抜きをして細切りにする。★の調味料は混ぜておく。
- ③炊飯器に★と①の米を入れ、2合の線まで水を入れる。その上に②のタケノコ、ニンジン、油揚げを加えて炊く。
- ④炊けたら全体を混ぜて10分蒸らして、できあがり。

ポイント 春の味覚の代表のタケノコを使ったレシピ。食物繊維が豊富で、便秘予防にも効果的です。

次の広報発行日は
5月28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 有限会社金ヶ崎印刷



ホームページ



Facebook



Instagram



マチイロ



YouTube

ここ北上から。
世界に幸せな記憶を。
ウェスタンデジタル



Western Digital



SanDisk



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。NVMeは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.

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 ☎64-11523 へお問い合わせください。

