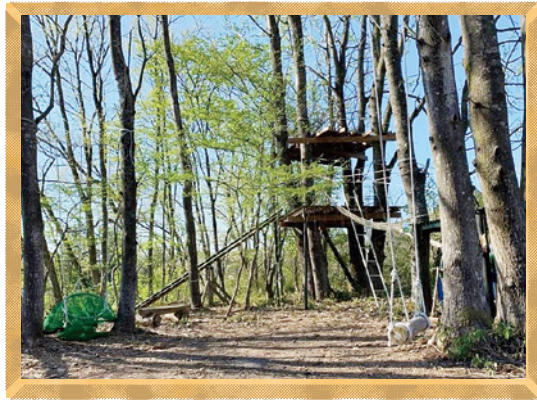


広報

きたかみ

- 2 民生委員・児童委員の活動紹介
- 4 令和4年度予算
- 6 City topics
- 7 珈琲ブレイク
- 11 市の動き
- 14 きたかみごみ情報
- 15 情報ホットライン
- 20 健幸だより
- 22 すくすくらんど、さくらホールPress
- 23 わくわく図書館、共同参画オンエア
- 24 マナビページ
- 25 Museum通信
- 26 きたnote.、E & Beエフエム
- 27 まちの話題
- 28 みんなの広場
- 30 きたかみ景観資産
食育レシピ4月のひと皿



楽しさを自給する里山空間
口内秘密基地



口内小学校のそばにある林には、四季折々の自然の恵みを生かして子どもから大人まで心豊かに楽しめる空間があります。遊び心満載の秘密基地は、地域の人々により整備され、遊びの可能性がより一層広がります。

- 認定番号 115
- 認定団体 口内秘密基地プロジェクト実行委員会
- 所在地 口内町新町地内
- きたかみ景観資産認定日 令和2年1月24日
- 活動内容 環境整備、遊び場づくり



編集後記

暖かい春の日差しが心地良い季節となり、我が家でも農作業が始まりました！体力を使うので大変なことも多いですが、家族や親戚などと一緒に（小休憩）でおやつを食べながら喋る時間が大好きです。手伝えるときは手伝いに行きたいなあ（萌）

本年度から担当となりました。取材や撮影など新たなことばかりで緊張しております。雑誌を読むことや、写真を撮影することはとても好きなので、これまで以上に多くのものに目を向け頑張ります！どうぞよろしくお願ひします（姫）

■材料(4人分)

- ホットケーキミックス…70g
- バター…50g
- 三温糖…35g
- 卵…1個
- おから…70g



※今月は公立保育所で提供しているメニューです。



おからのやわらかクッキー

(1人分あたり エネルギー214kcal、塩分0.5g)

■作り方

- ①オーブンは180℃に予熱しておく。
- ②常温にしたバターと三温糖をボールに入れ、なめらかになるまで混ぜる。溶き卵を少しずつ加え、混ぜる。
- ③ホットケーキミックスとおからを加え、混ぜてひとまとめにする。
- ④鉄板にクッキングシートを敷き、③をスプーンですくって形成し15～20分ほど焼く。

ポイント

おからに多く含まれる不溶性食物繊維は、腸の動きを活発にする効果があります。焼きたては崩れやすいので、粗熱をとってから召し上がってください。

次の広報発行日は
5月27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



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



Western Digital, Western Digitalロゴ, SanDiskロゴ, WDロゴ, SanDisk PROFESSIONAL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.

令和4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(3)へお問い合わせください。

