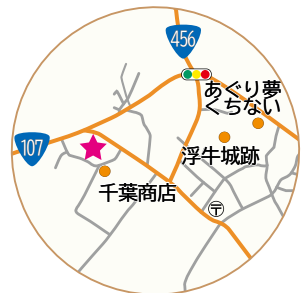


- 2 初開催!! ランフェスきたかみ
- 4 令和3年度北上市決算報告
- 8 市職員の給与などの公表
- 10 City topics
- 11 珈琲ブレイク
- 12 固定資産税評価額の見直し
- 13 市の動き
- 17 きたかみごみ情報
- 18 情報ホットライン
- 22 健幸だより
- 24 すくすくらんど、さくらホールPress
- 25 わくわく図書館、共同参画オンエア
- 26 マナビページ
- 27 Museum通信
- 28 きたnote、E&Beエフエム
- 29 まちの話
- 30 みんなの広場
- 32 きたかみ景観資産
- 食育レシピ10月のひと皿



浮牛城を見守る浅間神社
(桜岡神社)



古くから村社として地域の文化と歴史のよりどころとなっており、地域住民による境内の清掃や環境整備、例祭などが行われています。住民の安らぎの場、交流の場として親しまれています。

- 認定番号 118
- 認定団体 口内町自治協議会
- 所在地 口内町飛9-1
- きたかみ景観資産認定日 令和4年1月28日
- 活動内容 境内の清掃、環境整備、例祭などの実施

編集後記

収穫の秋を迎えました。家族が育てた採れたての米や野菜を料理し(てもらい笑)、家族みんなで食卓を囲む様子は一年の中でも特に幸せな瞬間です!新鮮な旬の食材を食べることは、体にも心の健康にもつながると感じる今日この頃です(萌)

ランフェスきたかみに向けて...ではありませんが夜な夜なちよっぴり走ってみました。当日は爽やかに走る皆さんの撮影に駆け回りました。スポーツ観戦をするとか何だか今ならできそうという気持ちになりがちですが、その勢いで走ってみようかな(姫)

■材料(5個分)

ごはん...150g、マヨネーズ...小さじ1、青のり...小さじ1/2、さくらエビ...小さじ2、白ゴマ...小さじ1、しょうゆ...適量



※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 10月のひと皿 Recipe



ひとくちおやき

(1人分当たり エネルギー62kcal、塩分0.1g)

■作り方

- ①温かいごはんをマヨネーズをビニール袋に入れ、つぶしながら混ぜ合わせる。
- ②青のり、さくらエビ、白ゴマを①に入れて混ぜ合わせる。
- ③5等分にし、小判型に整え、フライパンで焼く。
- ④両面に軽く焦げ目が付くまで焼き、しょうゆをぬり完成。

ポイント

余ったごはんで作れる簡単おやつです!マヨネーズを入れることでごはんがしっとりします。

次の広報発行日は
11月25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



ホームページ



Facebook



Instagram



マチイロ



YouTube


Western Digital®

SanDisk

SanDisk
PROFESSIONAL

WD

WD_BLACK

ここ北上から。世界に幸せな記憶を。
ウエスタンデジタル



Western Digital, Western Digitalロゴ, SanDisk, SanDisk Professional, WD_BLACK™, WD Gold™, SanDisk Extreme PRO™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のマーク及びロゴはSD-3C, LLC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。
©2022-2023 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(三)へお問い合わせください。

