

いきいき子育て

子育て支援課 ☎72-8260



秋の味覚で作ろう！
手作りおやつ★

実りの秋を迎えました。食
材が豊富に出回るこの季節は、
まさに味覚を楽しむ絶好の季
節です。家族で旬の食材を楽
しみ、季節を感じてみてはい
かがでしょうか？
今回は、秋の食材を使った、
お子さんも喜ぶお手軽おやつ
レシピをご紹介します。ぜひ
ご家庭でお試しください。

さつまいもの

きな粉スティック

《材料 4人分》

さつまいも…200g

揚げ油…適量

きな粉…大さじ2

砂糖…大さじ1
塩…少々

《作り方》

①さつまいもは食べやすい
スティック状に切り、水に
さらしておく。

②さつまいもの水気をきり、
170℃に熱した油で揚げ
る。串がすつと入るくらい
の柔らかさになったら、取
り出して油をきる。

③きな粉、砂糖、塩を合わ
せ、さつまいもが熱いうち
にまぶす。

にんじんの蒸しパン

《材料 4人分》

ホットケーキミックス

…100g

人参…80g

プロセスチーズ…40g

牛乳…60cc

《作り方》

①人参はすりおろし、チー
ズは5mm角に切っておく。

②①にホットケーキミックス
ス、牛乳を加えて混ぜ合わ
せる。

③アルミケースに②を流し
入れ、蒸し器で5〜10分強
火で蒸す。

※おやつは麦茶や牛乳などの
飲み物と一緒に食べましょう。

博物館だより

江戸時代の新田開発



新田開発を紹介する展示コーナー。奥寺堰は寛文5(1665)
年から10数年の歳月をかけて完成しました。「奥寺堰和賀川
取水路絵図面」も展示しています。

みちのく民俗村(指定管理)は4月から
入園無料です。☎72-5067

お米が税の中心だった江戸時代には新田開発が盛
んに行われました。盛岡藩最大規模の事業として
は、和賀川の水を引き入れ、飯豊方面を開墾した工
事が挙げられます。これを成功させた奥寺八左衛門
定恒の名にちなんで、用水路を奥寺堰、開墾した田
を奥寺新田と呼びます。堰の一部は改良されて現在
も使われています。

博物館は展示替えのため12月1日から来年9月
まで休館となります。現在の展示は11月末で見納
めになります。ぜひ、お越しください！

博物館 立花14-59 ☎64-1756

開館時間：午前9時～午後5時(入館は午後4時30分まで)
休館日：9月28日、11月16日、12月1日～28日(予
定)まで
入館料：無料(27年度のみ)

登録済軽未使用車専門店

きたかみ自販 株式会社細川商会



登録済軽未使用車専門店

- 軽未使用車250台取り揃え！
- オールメーカー対応！
- 59万8千円～選べます！



ホリデー車検北上

- 短時間60分車検
- プロ集団で安心・安全です！
- 立会い車検で安心・納得！

【登録済軽未使用車専門店】【ホリデー車検北上】

〒024-0004 岩手県北上市村崎野19-118-16 TEL 0197-71-1166 FAX 0197-68-4545



10月のイベントカレンダー

※イベントは変更・中止になる場合があります。

期日	内 容	時 間	場 所
1 (木)	北上市民大学ゼミナール	18:30～20:00	生涯学習センター
2 (金)	全血献血	9:30～11:00 14:30～16:30	本庁舎 専大北上福祉教育専門学校
3 (土)	いわてまるごと肉フェスタ きたかみ・かねがさきテクノメッセ おもちゃの修理屋さん	10:00～15:00 10:00～16:00 13:00～15:00	北上総合運動公園 北上総合体育館 生涯学習センター
4 (日)	いわてまるごと肉フェスタ きたかみ・かねがさきテクノメッセ 鬼の館芸能公演(二子鬼剣舞)	10:00～15:00 10:00～15:30 13:30～14:30	北上総合運動公園 北上総合体育館 鬼の館
5 (月)			
6 (火)	富士大学北上市民セミナー	18:30～20:00	生涯学習センター
7 (水)	全血献血	9:30～11:00 12:00～13:00 14:30～16:30	(株)システムベース 北上鐵工(株) (株)東北佐竹製作所
8 (木)			
9 (金)			
10 (土)	夏油高原紅葉まつり 希望郷いわて国体・大会365日前イベント「北上陸上競技場座席取り付け」	10:00～17:00 11:30～14:00	夏油高原スキー場 -10/12 北上陸上競技場
11 (日)	2015いわて北上マラソン大会・全日本マスターズマラソン選手権大会 普通救命講習会 全血献血 おはなし会	8:30～ 9:00～12:00 10:00～12:00 13:30～16:30 11:00～11:30	北上陸上競技場 北上消防署 江釣子SCバル 中央図書館
12 (月)	カレーの祭典2015	11:00～14:00	諏訪神社境内特設会場
13 (火)	富士大学北上市民セミナー	18:30～20:00	生涯学習センター
14 (水)			
15 (木)	ミニミニうどんどうかい	10:00～11:30	北上総合体育館
16 (金)			
17 (土)	みちのく民俗村まつり 夏油高原紅葉まつり おもちゃの修理屋さん	10:00～14:30 10:00～17:00 13:00～15:00	みちのく民俗村 夏油高原スキー場 -10/18 生涯学習センター
18 (日)	おはなし会	11:00～11:30	江釣子図書館
19 (月)	富士大学市民セミナー	18:30～20:00	生涯学習センター
20 (火)	北上市民大学	18:30～20:00	生涯学習センター
21 (水)	全血献血	9:30～11:00 12:00～13:30 15:00～16:30	北上榎屋デカル(株) (株)アジテック ダイナム北上店
22 (木)	北上市民大学ゼミナール	18:30～20:00	生涯学習センター
23 (金)			
24 (土)	夏油高原紅葉まつり こども映画会	10:00～17:00 10:30～11:30	夏油高原スキー場 -10/25 中央図書館
25 (日)	納税相談臨時窓口 全血献血 第2回すこっぴつ味噌線岩手県大会 鬼の館芸能公演(御免町鬼剣舞)	9:00～16:30 10:00～12:00 13:30～16:30 10:00～16:00 13:30～14:30	本庁舎地下食堂 スーパーデポ北上藤沢店 夏油高原スキー場 鬼の館
26 (月)			
27 (火)	富士大学北上市民セミナー	18:30～20:00	生涯学習センター
28 (水)			
29 (木)			
30 (金)			
31 (土)			



中央図書館 ☎ 63-3359
江釣子図書館 ☎ 77-2215
和賀図書館 ☎ 72-2322
中央図書館のホームページ
<http://www.library-kitakami.jp/>

《おすすめ新着本》

『脳が若返る！健康手芸』

健康手芸研究会／監修
日東書院本社

プラスチック製キャンバスに開いたマスに毛糸をとじ針で刺していく、初心者でも簡単に楽しくできる「健康手芸」。基本の道具や日用雑貨、バッグなど56点の作り方を紹介。



『好奇心のナゾを追え!!』

船登 惟希／シナリオ
如月 謙一／マンガ
学研教育出版

江戸時代にタイムスリップした主人公たちが、発明家にして東芝の創業者・田中久重に会い…。マンガ偉人伝。



《9月の新着本から》

▼ 一般書	行ってはいけない世界遺産	花霞 和彦
	吉沢久子97歳のおいしい台所史	吉沢 久子
	わたしの畑の小さな世界	木村 秋則
	水曜日の凱歌	乃南 アサ
▼ 児童書	まぎらわしい現実の大図鑑	アンドレア・ミルズ
	はれるんのお天気教室	岩槻 秀明
	悪ガキ7 (4) 転校生は魔女!?	宗田 理
	おばけだじょ	tupera tupera

※江釣子図書館は10～3月は開館時間に変更になります。

開館時間

中央図書館 午前9時～午後7時
※土・日曜日、祝日は午後6時まで。
江釣子図書館 午前9時～午後5時(10～3月)
和賀図書館 午前9時～午後5時
※休館日は毎週月曜日(この日が祝日の場合は翌日の火曜日)。

マイカーのことなら北上信用金庫へ！

しんきん
カーライフプラン
特別金利キャンペーン

お取扱期間 平成27年9月30日(水)まで

特別金利実施中!!

変動金利
年2.20%
～2.65%
(保証料含みます)

無担保
最高500万円まで



北上信用金庫
平成27年4月1日現在