

# 花輪線で出掛けよう



JR花輪線の魅力と駅周辺の見どころを紹介。列車に揺られて、のんびりと市内の名所を楽しんでみませんか。

## 北森駅で下車して作品鑑賞

北森駅は昭和36年に、現在より500m北側の場所に開業。平成27年3月に庁舎併設の駅として現在の場所に移転しました。

駅から庁舎へつながり、待合室としても利用されている結のひろばは、地中熱を利用した空調システムが導入され、自然エネルギーを有効活用した造りになっています。ひろばには、戦後を代表する彫刻家の故・船越保武氏の作品「杏」や、スキーなど八幡平の自然に親しんだ故・高松宮さまとのゆかりを今に伝える「もみやまの鐘」に加え、歳時に合わせた市民サークルや小中学生の作品など、折々で変わる展示を楽しむことができます。

市役所への来庁には、花輪線を利用してみませんか。



駅から交通広場までを結ぶ自由通路は、市民公募により「結ロード」と名付けられました。



駅とひろばを結ぶスペースには、季節に合わせた作品が展示されています。



2月14日(水)から税の申告相談が始まります。会場は、駅併設の庁舎多目的のホール棟です。



食生活改善推進員に料理教室などを依頼する場合は健康福祉課まで。



- 1人当たり -  
271 kcal / 塩分 0.9 g

調理時間  
約 60分

今月は  
**フキの炊き込みご飯**

市には、春は山菜、秋はきのこといった、山の食材を使った料理が多くあります。春に収穫した山菜を水煮や塩漬で保存し、一年を通して食べています。

フキは特徴的な香りや苦みの成分を持ち、これらの成分には抗酸化作用があります。動脈硬化などの生活習慣病の予防や老化防止、免疫力を高め、風邪を防ぐなどの効果があります。



- 今月の担当 松尾地区 -  
左から高橋美代子さん、鈴木京子さん、工藤千代美さん、中軽米こう子さん

- 作り方**
- ① 米は洗って浸漬させる。フキは斜めに薄く切る。ニンジン皮をむいてせん切り、ゴボウはささがきにする。
  - ② お好みで乾燥しいたけや油揚げを入れてもいい。
  - ③ 炊飯器の釜に①とAを入れ、3合の目盛までかつおだしを加えて炊飯する。
  - ④ 絹サヤは塩ゆでして斜め細切りにする。
  - ⑤ 炊き上がったら全体を混ぜ合わせて器に盛り、③を添える。

伝えよう郷土料理  
Vol.08  
**八幡平キッチン**

市食生活改善推進員  
連絡協議会

**- 材料 -**

【6人分】

- ☆米… 3合
- ☆フキ(水煮)…180g
- ☆ニンジン…50g
- ☆ゴボウ…50g
- ☆かつおだし… 3合分
- ☆めんつゆ…大さじ2
- ☆しょうゆ…大さじ1
- ☆みりん…大さじ1/2
- ☆白だし…大さじ1/2
- ☆塩…ひとつまみ
- ☆絹サヤ…適宜