



館山児童遊園・田頭館山公園

今月は、田頭地区にある
館山児童遊園・田頭館山公園を紹介します。

かつて田頭城があり、現在は田頭館山公園として整備された館山は、田頭地区の中心にあり、桜の花見や散策などで使われる、地域住民に親しまれる存在です。



ローラー滑り台
遊びに来てね

公園敷地のうち、田頭郵便局隣の駐車場から歩いて5分ほど登った場所にある、フェンスで区切られたエリアは、館山児童遊園として、ブランコやシーソーなどの遊具があり、子どもが身体を動かし、楽しめるよう整備されています。

公園に登り進んだ先には、本丸大杉とよばれる大木がそびえ、頂きから、岩手山や姫神山などを望むことができるほか、眼下に大更・田頭・平笠・平館・松尾の各地区を一望することができます。



公園内には東屋もあります

撮影日：3月23日

館山児童遊園へのアクセス

駐車場(田頭郵便局隣)から徒歩5分程度
※駐車場から遊園への登山道脇には、時の移ろいとともにつくじすお、スイセン、サクラ、アジサイなどが咲き
来訪者を楽しませます。
※館山児童遊園は、田頭館山公園敷地内にあります



詳しくはこちら

※館山児童遊園・田頭館山公園のそれぞれの名称は、市条例に基づき表記

市食生活改善推進員連絡協議会

Vol.18

八幡平キッチン

～伝えよう郷土料理～

今月は

切り干し大根の炒り卵和え



1人あたり
130kcal
塩分 1.4g

調理時間
約 20分

- 今月の担当 -
西根地区の皆さん



切り干し大根は大根を薄く切って干し、乾燥させた保存食品です。干すことで長期保存が可能となり、一年を通してさまざまな料理に活用できます。

また、水分が抜けるため、うま味が凝縮され、生の大根よりも栄養価が高くなります。

- 材料 - 【4人分】

切り干し大根…30g
卵…2個
ニンジン…20g
シイタケ…2枚
油揚げ…1/2枚
ごま油…小さじ2

A

しょうゆ…大さじ2
砂糖…小さじ1
みりん…大さじ1
水…50～80cc



作り方

- ① 切り干し大根をはさみで半分程度に切る。卵は溶いておく。
- ② ニンジン、シイタケ、油揚げを千切りにしてから半分の長さに切る。
- ③ 切り干し大根をぬるま湯に入れ、少しもんでから絞る。
- ④ フライパンにごま油を引き、②と③を炒め、さらにAを入れて汁気がなくなるまで煮る。
- ⑤ フライパンの半分に切り干し大根を寄せ、空いた部分で炒り卵を作り、混ぜ合わせる。

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こども課(☎・内線1191)まで