



BBM は、市が目指す“美しいまち”を実現するためのアイデアを形にしようとする人々が市内外を問わず、自由に参加できる地域活動のネットワークです。

1月末時点の
BBM活動数 **77回**

BBM事務局

citypr_bibai@foundingbase.jp

☎050-5482-3350



まちづくり活動の発表会「BBD 2026」開催決定

「Bibai Beautiful Day（通称 BBD）2026」を開催します。令和6年4月に実施した1回目は、市内外から100人以上が集まり、「Be Beautiful」を合言葉に取り組んだ美唄シティプロモーションの活動を報告し、美唄を想う人たちのつながりが生まれたイベントとなりました。そこから約2年がたち、さらに市民主体のまちづくり活動が加速しています。このイベントでは、さまざまな年齢や立場の人が、どのようにまちづくりに挑戦してきたのか、その面白さを発表や展示でお伝えします。仲間の発表を聞き、みんなでまちづくりについて考えましょう！



日 時 3月20日(祝) 13時～16時

場 所 オープンテラス（コアビバイ内）

内 容 BBM登録した主催者の発表・展示、Bピッチ、美唄まちづくり部（通称 ビバ部）・美唄探求ラボ活動報告会、地域おこし協力隊活動報告会

申込締切 3月15日(日)

ビバ部企画「市役所内かくれんぼ」の開催

3月14日、市役所を会場に「かくれんぼ」を開催します。この企画は、令和7年10月に開催された「子どもとまちの未来会議」で、部員が市へ提案し、採択されたことで実現しました。企画から準備、集客まで、部員たちが主体となつてつくり上げたイベントです。普段は遊ぶことができない市役所で思いっきり遊びましょう！



日 時 3月14日(土) 10時～正午

場 所 市役所

定 員 40人

申込締切 3月7日(土)

お知らせ

Be B会議

テ ー マ 福祉会館の有効活用について

日 時 3月5日(木) 17時30分～19時

場 所 東福祉会館（東5条北4丁目1-10）

申込締切 3月4日(水)

つながるご飯会

テ ー マ BBD登壇者と参加者の交流会

日 時 3月20日(祝) 16時～17時30分

場 所 オープンテラス（コアビバイ内）

申込締切 3月15日(日)

イベントの申し込みは
こちらから



美唄の魅力を
定期的に発信している



公式YouTubeをご存じですか？



美唄のホットな話題を紹介

びばいNEWS



美唄のお気に入りや推しを紹介

びばい★ふえぶ



地域おこし協力隊の
魅力を深掘り

INSIDE



健康づくりレシピ

食卓に玄米を取り入
れてみませんか？



▲レシピ
はこちら

玄米の漬物チャーハン

主食を玄米に変えるだけで、食物繊維の量が4倍に！水溶性と不溶性の食物繊維を含むため、腸内をキレイにしてくれます。

●材 料（2人分）

玄米……………1 合（150g）
卵……………2 個
しらす干し…大さじ 2

A 高菜漬け…20g
たくあん…20g
長ねぎ……………40g

こしょう……………少々
しょうゆ……………少々
白いりごま……………大さじ1
※鶏ガラスープの素…小さじ1



1 人分
エネルギー380kcal／
塩分1.6g
※鶏ガラスープ使用時
エネルギー383kcal／
塩分2.2g

●作り方

- ①卵はいり卵にして皿によけておく。Aはみじん切り、長ねぎは小口切りにする。
- ②熱したフライパンに油（分量外）を入れ、Aと長ねぎを炒める。
- ③②に玄米ご飯と卵を加え炒める。パラパラな状態になったらしらす干しを加え、しょうゆとこしょう（お好みで鶏ガラスープの素）で味を調え、白いりごまをふりかけてできあがり。

●玄米の炊き方

- ①玄米はさっと洗って2～3回水を換える。
- ②炊飯器の玄米モードで炊く場合は2時間程度（炊飯器の説明書に従ってください）、圧力鍋や白米モードで炊飯する場合は6～7時間以上浸水させる（長時間浸水の場合は冷蔵庫に入れる）。
- ③内釜の目盛りに合わせた水加減で炊飯し、炊き上がったらやさしくほぐす。

※土鍋でも炊くことができます。



会員 えびすや 戎谷 留美さん

玄米にはリノール酸が多く含まれ、動脈硬化の予防に役立ちます。炊いた玄米は冷凍保存も可能。おかゆ（玄米ご飯150gに水600mlを入れ、中～弱火で30分煮込む）もおすすめです。



ピパの湯 ゆ～りん館

※ゆ～りん館は、売店・お食事のみでもご利用いただけます。

市民還元
割引チケット

右の券を切り取ってお持ちいただくと500円で入浴できます

問合せ ピパの湯 ゆ～りん館 ☎ 64-3800

ピパの湯 ゆ～りん館

日帰り入浴
★割引後価格★

500円券

有効期限／R. 3. 1～3. 31
※他の割引との併用はできません。
※1枚につき4名様とさせていただきます。

ピパの湯 ゆ～りん館

日帰り入浴
★割引後価格★

500円券

有効期限／R. 3. 1～3. 31
※他の割引との併用はできません。
※1枚につき4名様とさせていただきます。

ピパの湯 ゆ～りん館

日帰り入浴
★割引後価格★

500円券

有効期限／R. 3. 1～3. 31
※他の割引との併用はできません。
※1枚につき4名様とさせていただきます。