



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。

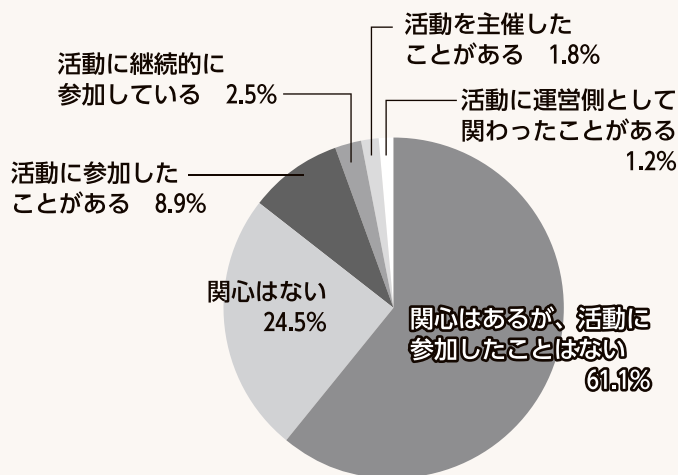
2月末時点の
BBM活動数 **78**回

BBM事務局
citypr_bibai@foundingbase.jp
050-5482-3350

01 市民アンケート結果報告

「美唄シティプロモーションに関するアンケート」に多くの意見をいただき、ありがとうございました。アンケートの結果、まちづくりに関心のある人が多い一方、活動に参加したことのある人は少ないことが分かりました。また、約3分の1の人がシティプロモーションによってまちの変化を実感していたほか、情報の広がりや子どもたちの活動を評価する声が寄せられました。皆さんからいただいた意見を参考に、より多くの方が興味や関心を持ち、参加したいと感じるようなまちづくり企画を展開していきます。他のアンケート結果は特設サイトをご覧ください。

Q. あなたとまちづくりとの関わりについて



02 観光でも移住でもない美唄との関わりを考える まちづくりツアーを市外の人向けに実施しました!

2月6日～8日に、雪の「魅力」と「課題」をテーマにまちづくりツアーを実施しました。道外を含む市外から11人が参加し、除雪体験や雪の下キャベツの収穫体験、ワークショップなどを通じて、地域の人と協力しながらリアルな冬の暮らしと美唄でのまちづくりを体験しました。ワークショップの中で「美唄の地域おこし協力隊と一緒に農業ツアーを企画したい。」という意見が出たことから、企画の実現に向け、動き出しています。

03 お知らせ

Be B会議

テーマ 三世代型音楽フェスニックSORAONで
なにが一緒にできるかな?
日時 4月11日(土) 10時～11時30分
場所 市役所2階大会議室
申込締切 4月10日(金)

つながるご飯会

テーマ 花より団子会
日時 4月28日(火) 16時～20時
場所 空知神社
参加費 1,000円(ワンドリンク、軽食含む)
※雨天時は社務所で開催



イベントの申し込みは
こちらから



サン・スポーツランド美唄の無料開放

問合せ

サン・スポーツランド美唄管理棟
☎63-4573



日時 4月29日(祝) 9時~16時

開放施設 テニスコート、多目的グラウンド、陸上競技場

※大会開催のため、個人使用ができない場合もありますので、問い合わせください。

認知症サポーター養成講座

申込・問合せ

地域包括支援センター☎68-8297

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を見守るサポーターの1人になってみませんか。

日時 4月18日(土) 10時30分~正午

場所 総合福祉センター

対象 市民または市内で働いている人

定員 15人(定員になり次第締め切り)

締切 4月13日(月) 17時

健康づくりレシピ



手作りがんもどき

今月はカルシウム・ビタミンD・マグネシウムが豊富で、骨を丈夫に作り替えるレシピを紹介。揚げたても最高ですが、煮物もおすすです。

ひとつの骨は3~4カ月で生まれ変わります！



▲レシピはこちら

●材料(6個分)

木綿豆腐……………1丁(300g) 芽ひじき…3g
桜エビ……………5g 揚げ油……………適量
干しシイタケ…3g

A 溶き卵…大さじ1
片栗粉…大さじ2
砂糖……………小さじ1
塩……………小さじ1/2



1人分(3個)
エネルギー220kcal/
塩分1.7g

●作り方

- ①木綿豆腐はしっかり水を切る。
- ②干しシイタケと芽ひじきは水に浸して戻し、しっかりと水気を絞る。干しシイタケは他の具材に合わせた大きさに薄切りにする。
- ③①を袋に入れ、なめらかになるまですりつぶす(すり鉢、ブレンダー、ゴムベラ、泡だて器などの使用も可)。
- ④③に②と桜エビ、Aを入れて混ぜ合わせ、スプーンや手で形を整える。
- ⑤フライパンに油を入れ180℃で揚げ焼きにする。

がんもどきは、関西では「飛竜頭(ひりょうず)」と呼ばれているそうです。



会員 眞下 絹代さん

●豆腐の水切り方法

【レンジの場合】

耐熱皿に豆腐を乗せてキッチンペーパーで包み、ラップをせずに600wのレンジで2分加熱する。加熱後は熱いので注意してください。

【重しを乗せる場合】

バットなどに豆腐を乗せキッチンペーパーで包み、底が平らなお皿などの重しを乗せて30分ほどおく。重しは豆腐の1.5倍が目安です。



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。

問合せ ピパの湯 ゆ〜りん館 ☎64-3800

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

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/R8.4.1~4.30
※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/R8.4.1~4.30
※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/R8.4.1~4.30
※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。