

スポーツ協会
だより

あるこうかい
平賀歩行会

平賀歩行会では、ウォーキングをとおして平川市のスポーツを振興すること、生涯スポーツとしてウォーキングを普及すること、健康づくりを進め、会員同士の親睦を深めることを目的として活動しています。

日にち	内容
令和2年 3月29日(日)	オープニングウォーク 柏木町散策
4月26日(日)	猿賀神社
5月24日(日)	つがる市 津軽富士見湖一周
6月21日(日)	碓ヶ関散策
7月19日(日)	浅瀬石川ダム～水辺の広場
8月30日(日)	酸ヶ湯温泉～睡蓮沼往復
9月27日(日)	田舎館駅～村役場～遊稲の館～弥生の里
10月18日(日)	浪岡支所～中世の館～浪岡城跡～浪岡支所
11月1日(日)	若党町～りんご公園



平川市の皆さん、会員になって一緒にウォーキングを
楽しみましょう！

[問合せ]平賀歩行会会長 外川昌幸 ☎090-1930-6794

文化協会
だより

3月の事業案内

第3回 おはなしと朗読の集い

ことばを声にのせて人に伝える喜びを分かち合い、本との出会いを共有する気軽な集いです。平川市の有志(小学生～一般)が語ります。観覧は自由です。

- 日時/3月8日(日) 13:30～15:30
- 会場/文化センター 中研修室
- 参加費/無料

まるごと文化協会Day

文化協会会員と応援隊がいろいろな活動を展開します。

マジックや体験コーナー、模擬店などで楽しい一日を！

- 日時/3月29日(日) 10:00～15:00
- 会場/文化センター
- 参加費/無料(体験によっては材料費あり)



[問合せ]NPO法人 平川市文化協会 今井 ☎090-4635-4102

観光協会
だより

ひらかわ案内人の会

ひらかわ案内人の会では、令和2年度4月からの新会員を募集しています。

ひらかわ案内人とは観光客を温かくもてなし、地域の魅力を伝える平川市の観光ガイドです。平川市の歴史や文化に詳しい方や、ガイドをやってみたい、新しいことに挑戦したいという方など幅広く募集しています。

案内人の先輩方から教えてもらいながら一人前のガイドに向けて練習していきますので、初心者でも安心です！最初は緊張しますが、慣れてくるとお客様との会話が楽しくなっていきますよ！

詳しく知りたい方は、平川市観光協会まで、お問い合わせお待ちしております！

[問合せ] (一社) 平川市観光協会 ☎40-2231

【Mail】 info@hirakawa-kankou.com



食育
通信

食べ物で季節を感じよう！

季節は「立春」から「雨水」へと変わる時期となり、北国でも、寒いながら春を感じる瞬間が増えてくる頃となりました。この時期は、今年の農作物の収穫に向けて、人々が動き出す頃でもあり、雪の下では新たな命が芽吹いています。

それと同時に、南の方からは春野菜などが届けられます。春キャベツや菜の花、水菜やうど、更に季節が進むと新玉ねぎやいろんな山菜も出回



り、食卓をにぎやかにしてくれます。

今の時代はいろんな野菜が年中出回り、旬を感じる事が少なくなってきました。しかし、旬の野菜は、その時期の体調に合ったものだったり、栄養価が高かったりと良い点があります。たとえば、春野菜は老廃物の排出を助け、夏野菜は水分やカリウムが豊富、秋野菜は消化を助け、冬野菜は体を温めると言われています。また、地元産の旬の野菜や果物は、安く手に入るのもメリットの一つです。



食べ物で季節を感じ、体調を管理して春を迎えましょう。

[問合せ] 農林課 食産業振興係 ☎44-8815