

スポーツ協会  
だより

## 秋田駒ヶ岳 バスハイク2020

八合目から、片倉岳展望台を経て男女岳頂上を目指し、馬場ノ小路へ降り横岳、焼森を通過して八合目へ戻ります。高山植物の宝庫です。また、山頂からは烏海山、岩手山の山並みと、日本一深い田沢湖が一望できます。

- 日時/7月5日(日) 7:00～17:00
  - 集合場所/平賀体育館駐車場
  - 対象/4時間程度問題なく歩ける方
  - 料金/5,000円(バス代、入浴料、保険料)
  - 募集期間/6月15日～6月30日
- [問合せ] 平川山岳会(田中) ☎090-8921-5570



文化協会  
だより

## 弘前剣桜館剣詩舞 平賀教室

年齢よりも若く楽しく運動することをモットーに、老若男女の交流と若手育成のために活動しています。と一緒に踊りませんか？

特別企画として、剣舞「白虎隊」を踊る男性5人(15歳～40歳代)を先着で募集しています(会費無料)。練習の成果は平川市民文化祭で発表します。6月から9月までは、毎週火曜日の19時から、文化センターで練習を行います。

- 会員数/昼の部6人  
夜の部5人
  - 対象/市民、近隣市町村
  - 活動日時/  
毎週水曜日 18:30～21:00  
毎週木曜日 13:00～16:00
  - 活動場所/平川市民文化センター
  - 会費/昼の部2,000円  
夜の部1,000円
- [問合せ]  
小笠原緑 ☎080-1838-3524

特別企画  
剣舞「白虎隊」習ってみませんか？  
平川市民文化祭へ発表！  
無料  
先着5名(今回は男性15歳～40歳代)  
稽古6～9月 毎週火曜日19:00～21:00  
平川市民文化センター  
【老若男女いつでも募集】  
毎週水曜日18:30～21:00  
毎週木曜日13:00～16:00  
平川市民文化センター  
連絡先:小笠原 緑 TEL.080-1838-3524  
弘前剣桜館平賀支部教室  
後援:SPC 平川市民文化協会

観光協会  
だより

## ガイド見学会 盛美園コース

ひらかわ案内人によるガイド見学会、第3弾は盛美園コースです。国指定名勝の盛美園を散策しながら、観光や歴史について楽しく学んでみませんか？ガイドと一緒にひと味違った盛美園を満喫することができます。料金はガイド見学会のみの限定価格。この機会にぜひご参加ください！

- 日時/6月7日(日) 10:00～11:00 集合時間9:50
  - 場所/盛美園 ●料金/1,000円(税込、盛美園入館料別途)
  - 対象/観光、ガイド、歴史に興味のある方、その他、どなたでも参加OK！  
※歩きやすい服装でお越しください。
- [問合せ] (一社) 平川市観光協会 ☎40-2231 FAX・40-2232



平川市観光協会は4月1日からふるさとセンター(さるか荘併設)に移転しました。



## 野菜の上手な保存方法

料理に野菜を使おうとしたら、傷んでいて使えなかったという経験をしたことはありませんか？野菜はその種類によって、適切な保存方法が異なります。正しい保存方法を実践することで野菜の鮮度が長持ちし、食品ロスの削減にもつながります。毎日の生活の中で、意識的に取り組んでみましょう。



### ■ 野菜別「最適な保存方法」は？ ■

- 【常温ポイント!】** じゃがいも、たまねぎ、ごぼう など  
風通しの良い冷暗所での保存が望ましいです。土や泥がついているものは洗わずに、新聞などに包んで保存するのも長持ちさせるコツです。
- 【冷蔵ポイント!】** キヤベツ、白菜、大根 など  
新聞紙やペーパータオルなどで包めば、水分を取り除くうえ、冷気が直接当たらないため、保存度がアップします。袋に入れるときは口を軽く閉じて乾燥防止を。
- 【冷凍ポイント!】** ほうれんそう、ブロッコリー など  
熱を加えたあとに保存すれば、品質の劣化が抑えられます。素早く冷凍させるのもポイントです。粗熱をとったあとに、水分をしっかりとふき取ってから冷凍しましょう。

[問合せ] 農林課 農業振興係 ☎44-1111 内線2174