

今月のおすすめレシピ

昔ながらのくるみ餅

お家で簡単！

SDGs GOAL 3 すべての人に健康と福祉を

【1人分】
エネルギー... 614kcal
食塩相当量... 0.7g



材料(4人分)

餅 400g (切り餅なら8個)
くるみ 120g
A ゼラメ 100g
水 50ml
緑茶 大さじ2
砂糖 60g
しょうゆ 小さじ2
塩 ひとつまみ (1g)

作り方

- ① Aの材料を鍋に入れ、火にかけて溶かす。
- ② くるみを①と緑茶でのばしながら、なめらかになるまですりつぶす。
- ③ くるみをすりつぶしたら鍋に入れ、残った①と砂糖、しょうゆ、塩を入れて火にかける。
- ④ 餅を湯煎またはレンジで温める。
- ⑤ 温めた餅に、③をかけたら完成。



寒い季節にうれしい、あたたかみのあくるみ餅。

やさしい甘さとくるみの香ばしさが口いっぱいに広がります。また、緑茶を使うことでくるみの風味がさらに良くなります。

お家で手軽に作れるので、冬のおやつにもぴったりです。

※陸前高田の郷土料理レシピ集「たがだのうんめえもの」にも掲載しています。

問い合わせ先 市役所保健課健康推進係(内線 235)

主役は君だ TAKATA-UI5

※UI5とは...15歳以下の子ども達のことを意味します

このコーナーでは日ごろ、大会などでの好成績を目指し市内で練習に励んでいる子ども達を紹介します。

チーム名(学校名)

高田バレーボールクラブ

種目 バレーボール

団員10人

監督 ささき りょうすけ
佐々木 亮輔 さん

チームスローガン 自分たちの事は自分たちで!!!

キャプテンからのコメント

高田小学校
かわしま な お こ
川島 菜穂子 さん
(6年)



普段から声を出し合うこととボールを上げる位置を意識して練習しています。試合では、点を取られているときにも声を出して励ましあい、ボールをつないで1つでも多く勝つことを目指して頑張ります。

SDGs GOAL 4 質の高い教育をみんなに

ゼロカーボンで もっといいまち 第10回



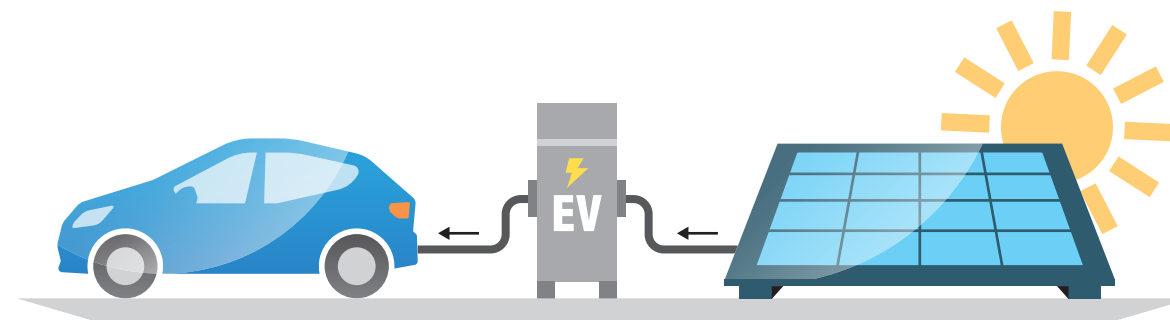
脱炭素先行地域
岩手県陸前高田市

ゼロカーボン(脱炭素)とは：温室効果ガス、特に二酸化炭素(CO2)の排出を実質ゼロにすること

本市は、2050年カーボンニュートラルに向けて環境省が選定する脱炭素先行地域に選ばれました。本連載では、市が推進する脱炭素に向けた取り組みについて紹介していきます。

電気自動車(EV) 充電ステーションの導入

脱炭素先行地域内の商業施設や公共駐車場、宿泊施設などへのEV充電ステーション設置を推進することにより、観光客の市内滞在を促進します。また、電気自動車は「動く蓄電池」として活用でき、EV充電ステーションを設置することにより、災害対応力の向上を図ります。さらに、市内で発電した再生可能エネルギー電気を、EV充電ステーションを通して電気自動車に供給することで、運輸部門のCO2排出量削減を図ります。本年度は、中心市街地エリアの商業施設2カ所に充電設備を合計3基(急速充電1基、普通充電2基)導入する予定です。



電気保安人材の育成・確保

再生可能エネルギーの活用を拡大し、地域脱炭素を推進するためには、太陽光発電設備など電気設備の保安・監督の担い手である電気主任技術者が必要不可欠です。一方、本市を含む岩手県沿岸部においては、電気主任技術者の人材不足と高齢化が顕著であり、今後の大きな課題となることが懸念されます。

このため脱炭素先行地域の取り組みとして、共同提案者とともに資格取得支援を行うモデルを構築するほか、資格取得者の実務経験を充足する受け皿として、地域新電力会社「陸前高田しみんエネルギー(株)」に保安部門を設けるなど、電気保安人材の確保に向けた基盤構築を図ります。これにより、若者・女性を中心とした地元人材育成と雇用創出を実現するとともに、電気主任技術者の人材不足や高齢化といった地域脱炭素のボトルネック解消につなげていきます。

本市が取り組む
脱炭素先行地域計画について

計画名 脱炭素と資源循環で実現する農林水産業振興
～復興の先の創造的産業振興モデル～

詳細は
こちら



問い合わせ先 市役所脱炭素推進室(内線 341)