



生活習慣病予防のための ヘルシークッキング

Healthy Cooking

ハウレンソウの中華風炒め

長ネギやショウガなどの香味野菜を上手に使うって
減塩に心掛けましょう



ヘルスメイト白石
白石地区の皆さん

特集

しろいし大行列や足軽選手権など注目イベントが満載！

白石市民春まつり～片倉公まつり～

東日本大震災の教訓から、より実践的な訓練と備えを！

平成26年度白石市総合防災訓練

子どもたちの成長を地域で見守る

4月1日、福岡放課後児童クラブが開所

白石に住む人・訪れる人にとって「心安らげるまち」になるように…

花と緑のまちづくり

「嘉右衛門ケヤキの会」を紹介！



フレッシュマーケット | 施設案内 | 子育て情報 | お知らせ特急便 | まちかどズームイン |
市民文芸 | 健康ひろば | まちかどプラス | イベント掲示板 | 放射能対策 etc

Shiroishi

市民と市政を結ぶ情報紙 広報しろいし

2014

5

No.657

平成26年5月1日発行