



生涯学習情報
コーナー

にこにこ



第5回

くわしくは
生涯学習課

☎21-5182

皆さんに最も身近な「生涯学習」、各公民館の活動を紹介します！
今月は日光公民館と小来川公民館です

日 光公民館では、毎年6月の最終土曜・日曜日に「日光公民館まつり」を開催しています。今年

は6月29日(土)・30日(日)に開催し、600人が訪れました。公民館サークル12団体による作品展示やステージ発表など、日頃の活動の成果を披露しました。今年新たにフラダンスや籐工芸体験、子どもコーナー、子どもそば打ち体験、みんなで和楽踊りの発表など多くの催しがあり、来館者は楽しい時間を過ごしました。

また、日光図書館では読み聞かせが行われ、子どもたちが本の楽しさを経験しました。



初めてのそば打ちに挑戦

日光公民館(御幸町4番地1) ☎53-3700

日光市ふくろうの森
手塚登久夫石彫館

作品紹介



手塚登久夫 作
「月夜」

小 来川公民館では、ピアノに合わせて楽しく歌う「みんなで歌おう!」や初心者向けのピアノ教室、春と秋のハイキングなど、参加者が楽しみながら学べる講座を開催しています。

全4回で開催される高齢者学級の「くろかわ大学」では、毎回約40名の参加があり、認知症防止などの健康講話や、自宅でできる健康体操を動かしています。また、交通安全や振り込め詐欺などの防犯の講話も行われ、被害に遭わないための知識を身につけていきます。

各講座を通して参加者同士の交流も深まります。興味のある方は、お気軽に小来川公民館にお問い合わせください。



座ってできる筋力低下予防運動

小来川公民館(中小来川2667番地1) ☎63-3111

地域おこし 協力隊通信

第39回

くわしくは 地域振興課 地域振興係 ☎(21)5147



今月のリポーター
日光彫普及促進担当
地域おこし協力隊
いしかみやこ
石川美弥子隊員

こんにちは。日光彫普及促進の活動をしている石川です。私事ですが、栗山地域の協力隊員と今年結婚し、姓が「村館」から「石川」に変わりました。活動地域は別々ですが、それによってお互いの地域の方々との交流が増えるなど、今まで以上に日光の魅力を知ることができ、うれしい日々を送っています。

さて、日光に来て2年、日光彫を習い始めてから1年半となりました。「日光木彫りの里工芸センター」で毎週火曜日、プロの彫師を目指す4名と共に彫りの講座を受けています。



梅の小皿を彫る

日光彫の基本の彫りを学ぶ2年間の講座なので、あと半年の間にできる限りのものを吸収したいと思っています。

そして活動でもうひとつ力を入れているのが、日光彫の若手職人を中心に運営している「日光てしごと市」です。いろいろな職人と交流し作品を発表する機会をつくることで、日光彫の若手職人が成長していくきっかけになればと考えています。平成30年9月に第1回、そして今年7月20日(土)・21日(日)に第2回目を開催しました。不安定な天気でしたが、約1,000名の来場者を迎え、仕事の美と作り手の思いを味わっていただくことができました。一方で今後に向けての課題や反省点もありますが、



第2回目日光てしごと市

ですが、日光の新たな魅力発信イベントとなるよう頑張りますので、ご支援のほどよろしくお願ひします!



大滝日光サーモンを紹介する山越さん

「自然相
手なので大
雨など予測
不能な点も
ありますが、
比べ、2倍
以上のオレ
イン酸が含
まれています。
す。」

「私は32年目のアマチュアです」と自身を語る山越さんは、常識に固執せず、新しい視点でサーモンを考え続けています。今後、食卓に大滝日光サーモンが登場する日も近いかもしれません。
お買い求めの際は、事前に予約して土呂部の店舗までお越しいただくか、宅配も行っています。暑い夏に涼しい土呂部で過ごした後、絶品のサーモンはいかがでしょうか。

今回紹介する大滝日光サーモンは、土呂部の豊かな自然の中で伸び伸びと育てられたプレミアムヤシオマスです。プレミアムヤシオマスは、栃木県水産試験場がヤシオマスのオレイン酸を多くすることで、クセをなくし、調理用食材としての価値を高めた魚です。
養魚所(大滝)を営む二代目の山越(やまこし)祐二(ゆうじ)さんは、この魚を天然素材にこだわった独自の餌や養殖法で育て、「大滝日光サーモン」として商標をとり販売しています。通常のサーモンなどに

今月の日光ブランドは、食分野の「大滝日光サーモン」

年間を通して質の良い水が流れるこの地だからできる魚です」と、山越さんは話します。
大滝日光サーモンは臭みがなく、なめらかな口当たりが特徴です。その味を求めて、宇都宮の有名レストランや京都の料亭、海外からも注文が入ります。JR東日本の寝台列車トランススイート(トランススイート)でも提供されました。食材を使った料理人のクチコミにより注文が増えています。また、より手軽に大滝日光サーモンを味わってみたいとの思いから、加工品の新商品を開発中とのこと。

販売店…有限会社大滝 住所…土呂部1350 ☎97-1103 営業時間…午前8時～午後5時 定休日…日曜日

ぶらり日光 ブランド探訪 vol.64

くわしくは
秘書広報課 シティプロモーション係 ☎(21)5135

提供：JA かみつが日光女性会

今月の注目食材は「トマト」

リーブオイルと一緒に炒めたりする料理に使われています。

◎材料／4人分

トマト…大1個、オクラ…4本、しめじ(またはえのき)…1/2袋、そうめん…2束、鶏ガラスープの素…小さじ2、片栗粉…大さじ1、卵…2個、ラー油…小さじ2
(A) 酢…大さじ2、酒・しょう油…各大さじ1

◎作り方

- ① トマトはざく切りに、オクラは斜め輪切りに、しめじは根元を落として2～3cm程度に切っておく。
- ② そうめんはゆでて湯切りしておく。
- ③ 鍋に水720mlを入れて沸

かし、鶏ガラスープの素と①を加えて、沸騰してから2～3分中火で煮る。

- ④ 〈A〉で味付けして、片栗粉を大さじ1の水で溶いて回し入れ、とろみをつける。
- ⑤ 溶き卵を流し入れふんわりさせ、最後に②のそうめんを入れ30秒程度煮る。
- ⑥ 器に盛り付けてラー油をかけたら出来上がり！(※ラー油が苦手な方はごま油でも可)

◎ポイント

トマトは市内でも多く生産されています。地産地消野菜で夏の疲れを癒しましょう。

◎今回のレシピは

- 260kcal (1人分)
- たんぱく質…9.1g
- 脂質…4.8g
- 塩分…2.7g

日光旬のレシピ 41



スーラータン

トマトとオクラの酸辣湯 そうめん

トマトの鮮やかな赤い色の正体は「リコピン」です。リコピンは油に溶ける性質を持つため、油と一緒に取ると吸収率が高まります。熱に強いので、加熱調理をしても成分が変化しにくいのが特長です。日本ではサラダなど生で食べることが多いトマトですが、イタリア料理などではうまみ成分を利用して、煮込んだり、オ