



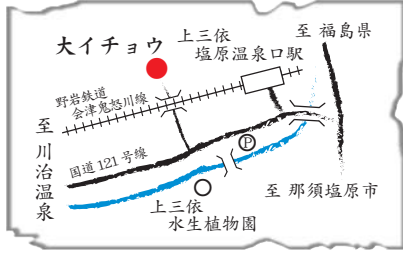
日光市指定文化財  
かみみより  
上三依観音堂の大イチョウ

種別 天然記念物  
指定年月日 昭和54年10月1日  
【旧藤原町指定】  
所在地 日光市上三依

このイチョウは、上三依の旧龍泉寺境内の観音堂付近にあります。高さ二四メートル、推定樹齢は三〇〇年を超すものとされています。

根もとから、幹が何本にも分岐して傘のように広がっており、もともと二本であった木が、癒着して一本になったのではないかと考えられています。それらの幹の周囲を目の高さで計測すると、九メートルほどにもなり、間近で見ると大変迫力のある木です。太い幹からは乳頭状の突起が下がり、樹齢が古いことを示しています。またこの木は、とちぎ名木百選にも選ばれています。

イチョウは中国が原産で、日本には平安時代後期から鎌倉時代に掛けて持ち込まれたものとされています。秋には種子(銀杏)を実らせませんが、このイチョウは実がならないようです。なお、付近の上三依水生植物園にある熊野堂神社の大イチョウも、市の天然記念物に指定されています。



日光の美味しいレシピ 8



マイタケの簡単ヘルシースープ

マイタケは低カロリーで、最近ではガン予防に効果があるとして注目されています。食物繊維の一種である「グルカン」などの多糖類が多いためガン予防に良いとされています。日光産のマイタケは、市内のスーパーや直売所などで販売されています。

提供：日光市地産地消推進協議会

※作り方※

- ①マイタケは適当な大きさに手で裂いておく。
- ②シタケの石づきを取って細切りにしておく。
- ③もやしは洗ってザルに上げておく。
- ④鍋に水5カップと豚ひき肉を入れて、煮立ったら丁寧にアクを取り、だしの素と塩を入れる。
- ⑤シタケ、マイタケの順に入れ、黒コショウとすりゴマを入れる。
- ⑥もやしを入れて沸騰したら、すぐに火を止める。

※ポイント※

マイタケともやしは煮すぎないように注意しましょう。

●材料／4人分

- マイタケ…………… 200 g
- シタケ…………… 2 個
- 豚ひき肉…………… 100 g
- もやし…………… 1/2袋
- だしの素…………… 小さじ1
- 塩…………… 小さじ1と1/2
- 黒コショウ…………… 少々
- すりゴマ…………… 小さじ2

この料理を作ってくれたのは



ふくだ きみ代さん(並木町)

10月の人口と世帯数

	男	女	計	世帯数
今市地域	31,036人(-9)	31,998人(-1)	63,034人(-10)	22,465世帯(+7)
日光地域	7,719人(-9)	8,358人(-15)	16,077人(-24)	6,466世帯(-11)
藤原地域	5,038人(-8)	5,525人(-11)	10,563人(-19)	4,688世帯(-11)
足尾地域	1,415人(-1)	1,602人(+2)	3,017人(+1)	1,619世帯(±0)
栗山地域	931人(-6)	948人(-4)	1,879人(-10)	755世帯(-2)
日光市	46,139人(-33)	48,431人(-29)	94,570人(-62)	35,993世帯(-17)

※住民基本台帳による(10月1日現在) ※( )内は前月比



「広報にっこう」は古紙配合率100%の再生紙と大豆油インキを使用しています。