



## 緩む心のねじをまけ

～関東大震災から100年・今市地震から74年～

今年は関東大震災から100年という節目の年です。

大正12年(1923年)、9月1日午前11時58分、相模湾を震源としたマグニチュード7.9の巨大地震が発生し、多くの木造住宅の倒壊と、大規模な延焼により、死者10万人を超える大惨事となりました。

県内では、家屋の倒壊や火災などの大きな被害はなかったものの、流言の拡散などにより、悲惨な事件が発生しました。

また、日光に甚大な被害をもたらした今市地震からは、74年たち、記憶が薄れつつあります。一方で、政府の地震調査委員会によると、今後30年に首都直下型の地震が発生する確率は70%とされています。



今市地震で被害を受けた家屋など

### 大震災への備え

○自助の力をつけましょう  
家具など、倒れそうなものを固定しましょう。

・通電火災を防ぐために、感震ブレーカーを設置しましょう。  
・非常持出袋(ライト・非常食など)を準備しましょう。

・避難場所などを確認しておきましょう。

○共助の輪を広げましょう  
核家族が進み、自治会への非加入世帯も増えています。いざという時のため、地域のつながりを大切にしましょう。

※標語「緩む心のねじをまけ」は、昭和5年の帝都復興記念品などに刻まれた言葉です。この言葉を肝に銘じて、災害対策をしましょう。



乗って乗ろう!

## 日光の公共交通

くわしくは 都市計画課 ☎0288(21)5151



市内を走る「第三セクター鉄道」に乗って、冬の日光を楽しみませんか。イベントも開催します!!

市内を走る第二セクター(民間企業と行政が協力して運営する鉄道会社)を紹介いたします。市内では、野岩鉄道やわたらせ渓谷鐵道が運行しています。

### 野岩鉄道

藤原地域と福島県南会津町を結ぶ30・7kmの路線です。旧国名の下野国・岩代国(現在の福島県西部)にちなんで「野岩」と名付けられました。



現在では野岩鉄道でしか見られない「6050型」車両が改修中であり、貴重な乗車体験を、より長く楽しむことが可能となります。

川治・湯西川・塩原各温泉地のほか、キャンプやハイキング、紅葉狩り、スノーアクティビティなど、四季の風情も楽しめる鉄道路線です。乗車すると賞品が当たる冬キャンペーンを2月29日(木)まで実施中。

問合せ:野岩鉄道(株)  
☎0288(77)2355

### わたらせ渓谷鐵道

足尾地域と群馬県みどり市、桐生市を結ぶ44・1km(片道約1時間30分)の、足尾銅山で産出された銅を輸送するために敷設された鉄道です。渡良瀬川に沿って線路が造られ、車窓からは四季折々の美しい渓谷を眺めることができます。

12月1日からは、全列車が群馬県のキャラクター「ぐんまちゃん」一色となり、日光板面を含む沿線のキャラクターがラッピングされた列車も運行します。また、恒例となっている各駅イルミネーション事業も同時期に開催(くわしくは29ページ)。



問合せ:わたらせ渓谷鐵道(株)  
☎0277(73)2110

# 日光旬の92レシピ

## 今月の注目食材は「カリフラワー」



### カリフラワーのミルク煮

カリフラワーは、低カロリーかつ食物繊維が豊富なため、満腹感を持続させる働きがあります。

また、カリフラワーに含まれるイソチオシアネートという成分には、抗酸化作用があり、免疫力を高める効果や老化の防止などが期待できます。

### ◎材料／4人分

カリフラワー…1/2房(250g)、長ネギ…1/2本、ショウガ…1/2片、中華スープ…3/4カップ、ハム…4枚、牛乳…1/2カップ、水溶き片栗粉…大さじ3(水2：片栗粉1)、塩コショウ…少々

### 【A】

塩コショウ…小さじ1/2、酒…小さじ1/2

### ◎作り方

- ①カリフラワーのつぼみは小房に分け、茎は皮をむいて4～5mm幅の棒状に切る。ハムは8等分にしておく。
- ②長ネギ、ショウガ、カリフラワーの茎、カリフラワーのつぼみの順

に炒め、中華スープを加えて煮立て、【A】を加えて中火で3～4分煮る。

- ③カリフラワーを取り出し、ハムと牛乳を入れ、ひと煮たちしたら火を止める。
- ④水溶き片栗粉を回し入れ、カリフラワーを戻して絡め、塩コショウで味を調えたら出来上がり。

※カリフラワーの代わりにブロッコリーでも代用できます。

### ◎今回のレシピは

- ・99kcal(1人分)
- ・たんぱく質…5.0g
- ・脂質…5.4g
- ・塩分…1.2g



## Go! Go! EIGO No.5



くわしくは 学校教育課 ☎0288-21-5181

Hello, everyone!! Let's enjoy English together!!  
今回の「おもわず使いたくなるフレーズ」はこちら!

★ プレゼントしたい時に使ってみよう!

This is for you.  
(これあげる)



Really?  
(本当?)

★ いろんなことを教えてあげよう!

Do you know  
candycane?  
(キャンディーケイン  
知ってる?)



What is it?  
(それは何?)

candyはあめ、caneは杖、candycaneとは、あめでできた杖を意味します。次回もお楽しみに♪

## はなちゃん文化財だより

くわしくは 文化財課 ☎0288-25-3200

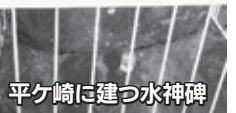


### 第44回 二宮堀 付 水神碑

市指定記念物(史跡)・今市地域 昭和40年(1965年)3月指定

大造じいちゃん。二宮堀付水神碑について教えて!

この水神碑は、嘉永7(1854)年に、和泉・平ヶ崎・千本木の「三ヶ村用水」を整備するにあたって、大谷川下流の村との調整が済んだことを記念して建てられたんじゃ。この整備は、二宮金次郎らによる日光神領の報徳仕法の中でも、最初の大工事だったんじゃよ。20日間の工事で、全長約6.3kmの用水が完成したんじゃ。



平ヶ崎に建つ水神碑

169年前の二宮堀が、今も現役で使われているんだね。もっと詳しいことを調べに、二宮尊徳記念館に行こう!



左の二次元コードから、所在地の Google Map が閲覧できます。