



第4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！
今月は大沢公民館と小林公民館です

大 沢公民館の「わんぱく教室」を紹介します。この教室は大沢地区の小学生を対象として、主に夏休みや冬休みに開催しています。

夏休みの教室は「じゃがいもほり」「工作」「書道」「移動科学」「茶道体験」「科学実験」です。中でも「茶道体験」と「科学実験」は大沢中学校の生徒たちが先生役になった、中学生ならではの楽しい教室で、小中学生の交流の場にもなっています。

また、冬休みは「クリスマスケーキづくり」「書道教室」、2月には「バレンタインチョコづくり」を予定しています。



中学生が分かりやすく実験を説明

大沢公民館(大沢町809番地1) ☎26-1975

小 林公民館では毎年「自然観察ハイキング教室」を開催しています。今年度は6月13日(木)に1回目の教室を開催し、那須岳に行きました。天候にも恵まれ、「イワカガミ」「ムラサキヤシオツツジ」などたくさん植物を観察することができました。この教室の最大の魅力は、知識豊富な吉原博司先生による植物の解説です。受講者は解説を聞きながら熱心にメモや写真撮影などして、自然に親しんでいます。

毎年人気の教室のため、今年度は満員で募集は終了していますが、令和2年度以降も継続して実施していく予定ですので、自然観察に興味のある方は、ぜひ来年度お申し込みください。



那須岳ハイキングは気分爽快♪

小林公民館(沓掛260番地1) ☎26-8117

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
「森の風景」

地域おこし 協力隊通信

第38回

くわしくは 地域振興課 ☎(21)5147



今月のリポーター
足尾地域担当
地域おこし協力隊
なかやま たかひと
中山 貴仁 隊員

こんにちは、中山です。足尾で活動して3年目になります。

これまで私は、足尾地域の歴史を住民の方からお聞きして冊子にまとめる、生活史編集業務に当たってきました。そして、地域の皆さんの協力のおかげで、今年の2月に冊子「ごめんください、足尾のこと教えませんか」が完成しました。その3ヶ商店・映画館・芸者のこと」を発行することができました。

冊子のお披露目を兼ねて「足尾に残る記憶の発表会」を足尾庁舎で開催したところ、100名以上の方にきていただき、今まであまり注目されてこなかった足尾の花街や、2千人以上収容可能な映画館や劇場があったことなど、当時の足尾の華やかな様子を多くの方に知って



2月発行の冊子

多くのことに気づき、足尾の魅力を発信し、観光誘客につなげるよう頑張っています。これからもよろしくお願いします！



足尾に残る記憶の発表会

し、観光誘客につなげるよう頑張っています。これからもよろしくお願いします！



きめ細かくつややか

「秘密」にしておきたいほどおいしい「ケアーンドティーコーポレーションの日光HIMITSU豚」を紹介し、丹精込めて育てている担当の渡辺恵さんは、名前の由来について「日光を「ひみつ」と読み換え、また、秘密にしておきたいほどおいしいから薦めたい、という思いから名付けました」と話してくれました。豚舎では約1、800頭の豚が、産まれてから出荷までの約170日間、ストレスのない環境で、健康第一に育てられています。特に母豚は暑さに弱く、母乳が出なくなってしまうこともあるため、凍らせたペットボトルで冷やしてあげることもあつてあげることもあるそうです。

※ SPF豚…豚の健康に影響を与えるあらかじめ指定された病原体を持っていない豚のこと



かつとメンチも販売中

一頭一頭大切に育てられた日光HIMITSU豚を、おいしくいただいて、この夏を元気に乗り切りましょう！

販売店…渡辺精肉店 住所…今市628-2 ☎21-0202 営業時間…午前8時～午後6時 定休日…日曜日

「秘密」にしておきたいほどおいしい「ケアーンドティーコーポレーションの日光HIMITSU豚」を紹介し、丹精込めて育てている担当の渡辺恵さんは、名前の由来について「日光を「ひみつ」と読み換え、また、秘密にしておきたいほどおいしいから薦めたい、という思いから名付けました」と話してくれました。豚舎では約1、800頭の豚が、産まれてから出荷までの約170日間、ストレスのない環境で、健康第一に育てられています。特に母豚は暑さに弱く、母乳が出なくなってしまうこともあるため、凍らせたペットボトルで冷やしてあげることもあつてあげることもあるそうです。

くわしくは
秘書広報課

シティブロモーション係

☎(21)5135

ぶらり日光 ブランド探訪 vol.63

提供：日光市農村生活研究グループ協議会

今月の注目食材は「ズッキーニ」

●材料／4人分

じゃがいも…1個、玉ねぎ…1/2個、ズッキーニ…1本、パプリカ(黄)…1/2個、オリーブ油…適量、揚げ油…適宜、ミニトマト…8個
〈A〉
オリーブ油、酢…各大さじ1、砂糖…小さじ1/2、塩こしょう…小さじ2/3

●作り方

- ① 〈A〉を混ぜ、マリネ液を作っておく。
- ② じゃがいもは皮つきのままラップで包み、電子レンジで3分半～4分加熱する。粗熱がとれたらラップを外して、くし形に切る。
- ③ 玉ねぎはみじん切りにして、オリーブ油を熱したフライパンでこんがりするまで炒

めて、塩味をつける。

- ④ ズッキーニは1cm幅に切り、パプリカは乱切りにする。
- ⑤ ズッキーニとパプリカ、②のじゃがいもを素揚げし、塩味をつける。
- ⑥ ⑤の素揚げした野菜と③の玉ねぎ、ミニトマトを①のマリネ液であえ、冷やして味をなじませたら出来上がり！

●ポイント

野菜を素揚げすることで、形が崩れにくく、彩りもきれいに仕上がります。また、ズッキーニは、市内でも近年生産者が増えている注目の野菜です。

●今回のレシピは

- ・180kcal (1人分)
- ・たんぱく質…2.2g
- ・脂質…12.2g
- ・塩分…1.0g

日光旬のレシピ 40



ズッキーニのマリネサラダ

ズッキーニは、見た目はキュウリのようにですが、実はカボチャの仲間です。原産地は北アメリカ南部やメキシコ北部といわれていますが、イタリア料理やフランス料理などにもよく使われています。栄養面ではビタミンCをはじめとするビタミン類や食物繊維、カリウムを含んでいます。また、カロリーが低いことも魅力のひとつです。