

# 新緑の中 小野町を眺望

## 日影山ふれあい登山

6月18日、「日影山を愛する会」(村上久会長) 主催により実施され、約30人のハイカーが山頂を目指しました。

日影山(879m)は、夏井川の源流に位置し、町のどこからでも見える山として親しまれています。近年、「日影山を愛する会」を中心に登山道・山頂の整備を進め、町の中心から南側までを望める山としてハイカーらが訪れています。

1時間20分程度の軽登山です。ぜひ一度チャレンジしてはいかがでしょうか。

### ◆問い合わせ

産業振興課 ☎72-6938



新緑の中、山頂を目指すハイカーのみなさん



頂上で記念撮影

## 大好評！ 小野町の味 ミネラル野菜入り 味ご飯

6月10日・11日、郡山市の福島県農業総合センターで開催された「食と農の交流フェア」において、小野町食生活改善推進委員会のみなさんがミネラル野菜入り味ご飯と小野町産「小町ひとめぼれ」(ちゃ豆・黒米入り)の試食を提供しました。

2日間で約1400人の方が試食し、「大変おいしい」と好評でした。

## ミネラル野菜入り味ご飯レシピ

小野町食生活改善推進委員会

### ◎味ごはん

#### ◇材料(4人前)

米3カップ 牛蒡 40g 人参 40g しいたけ 20g こんにゃく 40g  
たけのこ 30g 油揚げ 30g 鶏肉 40g 酒 大さじ2 砂糖 小さじ2  
しょうゆ 大さじ2 みりん 小さじ1

#### ◇作り方

- ①ご飯は普通に炊きます。
- ②鶏肉は一口大に、にんじん、しいたけ、油揚げは細切りにし、ごぼうは、ささがき(ごぼう)にします。
- ③鶏肉、にんじん、ごぼう、しいたけ、油揚げを加え、だし汁と調味料を加えて煮ます。
- ④ご飯が炊きあがったご飯に汁気を切った具を混ぜます。

### ◎炊き込みご飯

「小町ひとめぼれ」(ちゃ豆・黒米入り)

小野町の健康な土から栽培される「ミネラル米」に小野町産黒米とちゃ豆「美女伝説」を入れて炊く、小野町オリジナルのごはん料理です。お米にほんの少量混ぜて炊くと、ピンク色に炊き上がります。

#### ◇材料(4人分)

ミネラル米 3合 黒米 大さじ1 ちゃ豆 適宜 塩 好みで

#### ◇作り方

- ①黒米をミネラル米に混ぜ、普通に炊きます。
- ②ちゃ豆は、別にゆで、たきあがったごはんの上に彩りよく合わせます。



## 豊かな自然の中で農業体験 東京・中野一中のみなさん

湯沢地区活性化推進協議会(長久保喜伸会長)のみなさんが5月26日、同地区内で東京都の中野区立第一中学校の農業体験学習を受け入れ、豊かな自然の中での農業を提供し、都市との交流を図りました。この体験学習は今回で6回目となります。

農業体験学習には、中野一中の2年生約80人が参加し、午前中は畑に移動しマルチ掛けから作業開始、さつまいも・ナス・キャベツ・ピーマンの苗を植え付け、その後、大豆・とうもろこしの種まきを体験しました。

お昼には、もちつきやそば打ちに挑戦し、自分たちで作った食事を味わいました。午後には田植えに挑戦し、昔ながらの田植えに取り組み、初めての田んぼの感触に大騒ぎ。初めはぎこちなかった手つきも、協議会のみなさんの指導で次第にスムーズになりました。

その後、縄もじり、しいたけ原木へのきのこ菌植え込みなども体験しました。

中野一中の生徒と湯沢地区のみなさんは、農作業を通してふれあい、自然の豊かさを肌で感じていました。

