

サワラの西京焼き



元気応援宣言！！

9

町食生活改善推進協議会だより



春が旬のサワラ。西京焼きにピッタリです

《材料（4人分）》

- ◆サワラ（80gの切り身 4切れ）◆白みそ（大さじ4）
- ◆酒（大さじ1）◆砂糖（大さじ1）

《作り方》

- ①白みそに、酒、砂糖を合わせ、サワラ全体につけてしばらく置く。
- ②予熱したオーブンまたはオーブントースターなどでサワラの中に火が通るまで焼く。
- ③付け合せの野菜などと一緒に皿に盛りつける。

【1人分】▼エネルギー（182kcal）▼タンパク質（17.2g）▼脂質（8.2g）▼カルシウム（20mg）▼塩分（0.9g）



第64回
感じよう 森のめぐみと 緑の豊かさ
全国植樹祭
とっとり2013

開催日

平成25年

5月26日（日）

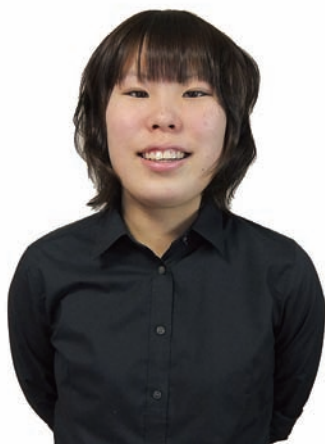
【式典】

とっとり花回廊（南部町）

【植樹】

とっとり花回廊いやしの森（伯耆町）
国立公園奥大山鏡ヶ成高原めぐみの森（江府町）

大会テーマ 『感じよう 森のめぐみと 緑の豊かさ』



うだ が わしおり
宇田川菜さん（野田）の作品です

今回の大会テーマは、宇田川菜さん（野田）が高校2年生のときに応募し、最優秀賞に選ばれたものです。ポスターやパンフレットなどで使用され、大会開催を盛り上げてきました。

宇田川さんは「テーマは、緑の多い自宅の周囲をイメージして考えました。多くの人に自分の考えたテーマを知ってもらうのは、不思議な気持ちです」と話していました。宇田川さんは5月26日に開かれる式典にも招待されています。

式典の参加申し込みは終了していますが、誰でも参加できる植樹祭イベントがあります。

みどりと食の広場

日時：5月26日（日）午前10時から午後4時まで
場所：米子駅前だんだん広場

▶苗木無料配布

▶スクリーン映像（式典）ぜひ、

▶ピンバッチ進呈

お出かけください！

このページは日南町、日野町、江府町、日野振興センターが連携・共同して情報発信しています。
(鳥取県日野地区連携・共同協議会実施事業) 今回は、日野郡内の観光スポットを紹介します。

手つかずの自然が残る登山道

▼宝仏山登山道開き

春の風物詩、宝仏山の登山道開きが、4月29日に行われます。

「宝」「仏」と書く縁起の良い名前の山で、その標高は1005mと町内最高峰。人の手が加わっていない登山道が魅力で、スギやマツなどの人工林、ブナの原生林、多くの種類の木が見られる雑木林など、豊かな自然が残っているのが特徴です。また、駅から歩いてすぐ登山道入口があり、登山客に人気があります。



所要時間は、頂上までは登りが

およそ2時間30分程度で、下りはおよそ1時間30分程度です。頂上からは北に雄大な大山を、東に毛無山を望めます。天候が良ければ隠岐の島も見ることができ、感動します。ぜひ、お出かけください。

- ◆日時：4月29日(月) 昭和の日 午前8時15分から山開き神事
- ◆場所：宝仏山登山道入口(町歴史民俗資料館前)
- ◆日程：山開き神事後、自由に登山開始
- ◆参加料：無料
- ◆その他：
 - ・現地集合、現地解散です。
 - ・雨天の場合は中止です。
 - ・お茶・コーヒーサービスコーナー
 - ・セルプひのバザー
- ◆問合せ：日野町観光協会(電話 72-0332)
- ◆主催：ごうぎんすぎの子会

カタクリ開花で江府町に春の訪れ

▼毛無山登山道開き祭



毎年、4月29日「昭和の日」に毛無山登山道開きが行われ、今年で17回目を迎えます。

昨年の秋、白馬の会(山本信男代表)が登山道の維持修繕作業を行いました。同会は希少植物カタクリの花の保護にも取り組んでいます。

カタクリは、晴れた日に朝日を受けて花が開き、花片を極端に反り返らせ「イナバウアー」を披露。夕暮れにはその花を閉じ、雨や曇りの日には開かない、お天気次第の気難し屋でもあります。

毛無山に群生していたカタクリの花を一目見ようと、県内外から多くのファンが訪れます。皆さんぜひ、可憐なオペラ色の花をご覧ください。

- ◆日時：4月29日(月) 昭和の日 午前9時30分から山開き神事
- ◆場所：毛無山(江府町側) 集合=中国電力サージタンク前
- ◆日程：山開き神事後、自由に登山開始
- ◆参加料：無料
- ◆その他：
 - ・現地集合、現地解散です。※送迎バスはありません。
 - ・雨天の場合は中止です。
 - ・みそ汁・コーヒーサービスコーナーなどを用意しています。
- ◆問合せ：江府町役場 加藤(電話 75-3222)
- ◆主催：白馬の会

