

せんひなものがたり 千雛物語

雛人形としての役目を終えて引退後、日野町のまちなかで第二の人生を送っている福よせ雛たち。そんなお雛さまたちは、今日は何をして過ごしているのでしょうか？



春の日野川を川くだり
ラフティングだ！

厚揚げとエンドウの あおさ炒め



《作り方》

- ① 厚揚げは一口大に切る。スナップエンドウは、すじを取り、5ミリ幅くらいで斜め切りにする。
- ② フライパンにマヨネーズを入れ弱火にかけ、スナップエンドウを炒める。
- ③ 厚揚げを加えてさらに炒め、火を止めてすりごまと青のりをよく混ぜる。
※スナップエンドウはさっと下茹でをして、大きめに切ってもOK！

【1人分】 エネルギー（213Kcal）、たんぱく質（12.9g）、食塩相当量（0.2g）

カンタン！時短！ おすすめレシピ

《材料》（2人分）

- ・厚揚げ 1枚
- ・スナップエンドウ 8本
- ・マヨネーズ 大さじ1
- ・すりごま 小さじ1
- ・青のり 小さじ1/2

《コメント》

★アスパラガスや春キャベツなどの春野菜を使ってアレンジしましょう。

★春野菜はやわらかく、さっと加熱して食べるのがオススメ！

★すりごまやかつお節の量は好みで調整してください。

オシドリにゆ〜す VOL.304 ～また来てね～



困っちゃうなあ。デートに誘われたあ。

【撮影者】千田英正さん（岡山市）

「どちらからお越しですか」「鹿児島です」「エエツ、鹿児島！よう来なつたねえ」「私は北海道」「エエツ、遠かったでしょ。オシドリは春になると、北海道へ行くからよろしくね」

日野町のオシドリさんは全国区。会話がはずみます。ある時、香港からのご夫妻にお会いしました。「香港にはオシドリはいない。一羽来たことがあったけど、その時、三百人ものカメラ

マンが押し寄せたよ。日野町でこんなにたくさんのおシドリを見てワンダフル」と話されました。オシドリは貴重な観光資源ですね。今シーズンは、駅メモイメントでのお客様も多かったです。「オシドリを初めて見た。また来ます」と話されたあの笑顔、忘れられません。オシドリさんもお客さんも、日野町へまた来てね。待ってまーす。

【連絡先】オシドリグループ事務局 森田（電話72・0271）