

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？



今日も最高の一音
届けちゃうよ！

きゅうりとミョウガの
さっぱり和え

カンタン！時短！
おすすめレシピ



《材料》 (2人分)

- きゅうり …… 1本
- 塩 (塩もみ用) …… 小さじ 1/2
- ミョウガ …… 2個

(A) [めんつゆ (2倍濃縮) …… 小さじ 1/2
しょうゆ…小さじ 1/2
酢…小さじ 2]

《作り方》

- ① ミョウガは根元を切り落とし縦半分に切って千切りにし、きゅうりはヘタを取って斜め切りにする。
- ② ボウルにきゅうり、塩を入れて揉む。
- ③ 塩もみしたきゅうりを流水で洗って水気を絞る。ボウルにきゅうりとミョウガを入れ、(A)を加えてよく和える。

《コメント》

★ミョウガに含まれる成分には、血流の改善、食欲促進、発汗の促進などの効果があり、夏バテ予防にも役立つとされています。

【1人分】 エネルギー (11kcal)、たんぱく質 (0.7g)、脂質 (0.1g)、ビタミンC (7mg)、食塩相当量 (0.3g)

オシドリにゆ〜す VOL.330
〜知りたい〜



今日は男子会。今晚一杯やりませんか
【撮影者】小林信哉さん (福岡市)

「今ごろオシドリは何をしているの。知りたい」と、米子から問い合わせがありました。6月末に「県の鳥オシドリ」の話聞き、11月、ドングリを持って、再度日野町へという研修計画だそうですね。環境問題に関心を持たれた皆さんの気持ちがいれしくて、即答「ぜひ来て」でした。

当日は、オシドリ観察小屋とオシドリ資料館をご案内します。今回は、オシドリ不在の研修ですが、取り巻く環境や、人々の取り組みを、現地で感じていただ

く良い機会になります。日野町のオシドリを知ってもらうためには、あの現場が一番。ありがたい研修です。ところでオシドリは今、どこで何をしていますでしょうか。北帰行した鳥たちは、子育て真っ最中と思われるかもしれません。町内でも、ツバメが軒下に巣を作り、子育てをしていますね。一生懸命見守っている親の姿は、微笑ましく、愛おしく、神秘的にも見えます。ちなみにオシドリはふ化して2カ月もすると成鳥だそうです。

【連絡先】オシドリグループ事務局

森田 (電話72・0271)

