

せんひなものかたまり  
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？



今日は特別な接待係。  
楽しいひとときを  
お過ごしください♪

# ピーマンの めんつゆ炒め

## カンタン! 時短! おすすめレシピ



### 《材料》 (2人分)

- ピーマン …… 4個
- 油 …… 適量
- めんつゆ …… 大さじ1と  
(2倍濃縮) 1/2
- ごま …… 少々

### 《作り方》

- ① ピーマンを千切りにする。
- ② フライパンに油をひき、中火で加熱してピーマンを入れ、しんなりするまで炒める。
- ③ めんつゆを回し入れ、さっと炒めてごまを散らす。

### 《コメント》

★ピーマンにはビタミンCや食物繊維が豊富に含まれており、腸内環境の改善や免疫力向上などの効果が期待できます。

【1人分】 エネルギー (84kcal)、たんぱく質 (1.3g)、脂質 (6.7g)、ビタミンC (60mg)、食塩相当量 (0.8g)



【連絡先】オシドリグループ事務局 森田 (電話72-0271)

大木にある巣穴から飛び降りるヒナ。道路を横断して水辺に向かう親子。それを見守る人や車。時には警察官が誘導している場面もあります。

警戒心の強いオシドリが、なぜ人の近くで子育てをするのでしょうか。天敵からヒナを守り、多くの危険を乗り越えてきた営みが連続と続いていくのです。人間は怖いけど安心できる場所のようですね。

オシドリは今どこにいますでしょうか。「日本オシドリの会」の会報に、子育て情報や沢山掲載されています。特に北海道大学構内やその周辺での親子の様子や記録写真はとても貴重です。

ここで皆さんに紹介したい本があります。題名は「オシドリの赤ちゃん」。著者は写真家の大橋弘一さん。タイトルの横に「よちよち、もふもふ、水辺のアイドル・オシドリ親子の大冒険」とあります。94頁のすべてが写真です。ですから5分でOK。ヒナの可愛さと親鳥の逞しさを、図書館でご覧になって下さい。

## オシドリにゆ〜す VOL.342 〜今どこ?〜



女性軍「国宝」を親に行ったって?  
【撮影者】長道貴志さん (日野町)