

桂木ゆず イチオシレシピ

町の特産品『桂木ゆず』を使ったレシピをご紹介します
問合せ／役場産業振興課商工観光係 ☎049(295)2112内線213
写真・レシピ協力／女子栄養大学

ゆずの上品な風味と酸味をプラス

Vol.01 ゆずマヨポテトサラダ

1人分 / 251kcal / 塩分0.7g

材料 (2人分)

きゅうり……1/2本
じゃがいも…中2個(250g)
ゆず果汁…大さじ2
マヨネーズ…大さじ3
砂糖…小さじ1/2
ゆずの皮…1/2個分

作り方

①きゅうりを小口切りにし、塩少量を振り、しんなりとなったら水気を軽く絞る。
②じゃが芋の皮をむき、4～5mmのいちょう切りにする。耐熱ボールに入れ、ふんわりとラップをかぶせ、電子レンジ(600W)で3分加熱。熱いうちにフォークやマッシャーで粗くつぶす。
③あら熱がとれたら、ゆず果汁を混ぜる。①とマヨネーズ・砂糖を加えてよくあえ、みじん切りにしたゆずの皮を入れて混ぜる。



歴史散歩

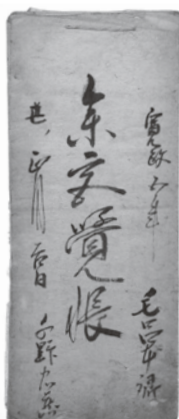
第275回

村人が憧れた旅
～伊勢参り～

伊勢参りは、『お伊勢さん』の名で親しまれている、伊勢神宮(三重県)へ参詣する旅です。
毛呂山でも、江戸時代から講組織(同一の信仰を持つ人の相互扶助的な団体や会合)の中で旅費を積み立て、代表が参詣する『代参』が行われました。伊勢では、御師と呼ばれる伊勢信仰を広める神職の宿所に泊まり、内宮・外宮を参拝した後、講員分のお札を村へ持ち帰りました。
毛呂山の各地区で行われた伊勢参りについては、講員名や収支を記録した『参宮覚帳』や『道中記』、『道中図』が残っており、当時の参詣の様子を伺うことができます。
明治11(1878)年、葛貫村での伊勢参りの様子を記した道中記では、2月2日に村を出発し、東海道を経由して、久能山東照宮(静岡県、砥鹿神社(愛知県))などを経て伊勢

へ参詣したことが記されています。その後も知恩院や賀茂神社(京都府)、東大寺や唐招提寺(奈良県)、住吉大社(大阪府)、西宮神社(兵庫県)、金比羅宮(香川県)、吉備津神社(岡山県)などの寺社や名所を巡り、中山道を経て、善光寺(長野県)に立ち寄り、約2か月後に葛貫村へ戻りました。

また、明治26(1893)年の川角村の伊勢参り行程を記した伊勢道中図によると、講員22人で2月3日から伊勢へ参詣しました。こちらでも参詣の後、物見遊山に各地を巡遊し、葛貫村の伊勢参りと同様に東海道を經由して伊勢へ参詣した後、京都・大阪・中国地方などを巡り、愛知から信濃・上州を経て、約1か月後の3月5日に帰村しました。
伊勢参りは、当時の人にとって村外の世界を知る貴重な機会であり、憧れの旅であったことが伺い知れます。



寛政5年毛呂山本郷地区参宮覚帳

こどもひろば

子育て支援センター ☎ 049(294) 4820

☑ おおむね3歳以下の子どもと保護者

栄養士の日 子どもに適したおやつとは？

📅 4月12日(水) 午前11時15分から

みんなのお誕生日

📅 4月17日(月) 午前11時30分から

☑ 新聞紙遊びなど

保健師の日

📅 4月21日(金) 午前10時～11時

児童館 ☎ 049(295) 4111

幼児クラブ (年間登録制)

📅 水曜日午前10時～11時15分
※年間18回開催。初回は5月17日(水)

☑ H25. 4. 2～H27. 4. 1生まれの子どもと保護者

📍 先着15組 詳しくはお問い合わせください

📅 4月18日(火)～5月11日(木)

遊びにおいでよ！ぴよんぴよん広場

📅 4月11日(火)～27日(木)の毎週火・木曜日
午前10時30分～11時30分

☑ 2歳前後の子どもと保護者 📍 室内シューズ

☑ 体操・工作・体育あそびなど

※同じ週の火・木曜日は同じ内容です

保健センター ☎ 049(294) 5511

子育て支援室開設カレンダー

4月							5月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
						1	1	2	3	4	5	6	
2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31			
30													

■ 休館
■ 午前のみ休館

※子育て支援室は、平成 29 年 4 月から保健センターで開設します。詳しくは、P5 をご覧ください。

乳幼児健診 ※対象者には通知を送付します

健診	対象	日にち	開始時間
4か月	H28. 12生	5月 8日(月)	午後1時30分
10か月	H28. 6生	5月 9日(火)	
1歳6か月	H27. 10生	5月19日(金)	
3歳	H25. 11生	5月17日(水)	

保健師の日&ふたごちゃん集まれ！

📅 4月21日(金) 午前11時30分～正午

📍 子育て支援室 ☑ おおむね3歳以下と保護者

図書館通信

毛呂山町立図書館 ☎ 049(295) 1015

午前9時30分～午後7時

土・日曜日、祝日は午後5時30分まで

図書・雑誌など ▶ 10点まで / 3週間

CD・DVD など ▶ 5点まで / 2週間

今月のオススメの一冊

『がんばらないで
楽に長く走る』

著者 ▶ あゆかわ りょう 鮎川 良

出版 ▶ 学研パブリッシング

「マラソンに挑戦したいけど大変そう、きついトレーニングはしたくない、でも走りたい！」そんな人におすすめ。痛みもケガもなく、楽しく走るアドバイスが盛りだくさんです。



おはなしポッケ

📅 4月4日(火)、11日(火)、
25日(火) 午前11時～11時30分

📍 1階おはなしコーナー

☑ 0～3歳児と保護者

☑ わらべうた、手あそび、読み聞かせなど

子ども映画会

📅 4月8日(土) 午後2時～3時30分

📍 2階視聴覚室 📍 先着 50人

☑ 『アルプスの少女ハイジ～ハイジとクララ～』

足が不自由で、外に出たがらないクララ。ハイジに出会い、アルプスの自然とふれあううちに少しずつ明るくなっていく。

おはなしのクレヨン

📅 4月22日(土)
午後2時～2時30分

📍 外の芝生の上

☑ 3歳～小学生

※未就学児は保護者同伴

☑ 大型絵本『三びきのやぎのがらがらどん』ほか

青空
おはなし会