



# 広報 いながわ

平成13年(2001年)5月15日第602号

町花  
つつじ



昭和46年4月1日制定

編集・発行 猪名川町役場町長公室広報広聴係

〒666-0292 兵庫県川辺郡猪名川町上野字北畠11-1 電話番号 0727 (66) 8707 ファックス番号 0727 (67) 2255  
ホームページアドレス (URL) <http://www.town.inagawa.hyogo.jp> 電子メールアドレス koho@town.inagawa.hyogo.jp

毎月1日・  
15日発行

## 町内の公園をいくつか紹介します

### 一番大きな公園

▷「ふれあい公園（白金1丁目）」（面積約10.1ha）は、通称「総合公園」と呼ばれており、敷地内には文化体育館（イナホール）・生涯学習センター（図書館・中央公民館）があります。芝生が広く続く「芝生広場」でくつろいだり、水が流れる「せせらぎ」・「水辺のテラス広場」で水に親しみたり、町南部が一望できる「展望台」からの景色を眺めたり、ジョギングコースを走ったりと、いろいろなことが楽しめる公園です。また、「お花畑」では四季を通じて草花が楽しめ、テーブルと炊事場がある「ピクニック広場」では、野外料理を楽しむこともできます。

### 散策を楽しむ公園

▷「うぐいす池公園（松尾台2丁目）」（面積約6.1ha）は、4カ所の池を中心に自然林を活かした散策道が整備されており、園内には、野鳥の観察ができる広場もあります。また、健康遊具が設置されており、テニスコート・ゲートボール場もあります。

▷「さくら池自然公園（白金3丁目）」（面積約4.1ha）は、6種類約200本の桜が植えられており、春になると満開の桜を見ることができます。

### 運動ができる広場のある公園

▷「登り尾公園（白金2丁目）」（面積約2.3ha）は、野球、サッカー、ゲートボールなどができる「多目的広場」と「テニスコート」があり、スポーツを楽しめる公園です。小さな子どもが遊べる遊具、野鳥観察園もあります。

▷「伏見池公園（伏見台4丁目）」（面積約1.8ha）は、伏見池のまわりに遊具と、「登り尾公園」と同じ「多目的広場」があり、スポーツが楽しめる公園です。

▷「大原公園（若葉1丁目）」（面積約2.4ha）は、「多目的広場」でスポーツが楽しめる公園です。また、ちびっこ広場があったり、散策道を配した丘もあります。

## 公園利用の申込について

町内の公園を特定の目的で利用する場合や、総合公園内のピクニック広場を利用する場合は、許可が必要となります。

許可の申請および問い合わせは、都市計画課（☎66-8704）へ。ただし、向山公園の許可の申請および問い合わせは、ハウシングプラザつじが丘（☎66-8481）へ。



▲しだれ桜がみごとなさくら  
池自然公園



▲野鳥観察のできる登り尾公園



▶定期的に行う清掃作業

「どうせ町の持ち物だから」と思っていますか。

## 公園はたれのもの？

みんなが楽しく利用するためにこれだけは必ず守りましょう。

▽ごみは各自で持ち帰る  
▽火気の使用（花火）はしない  
▽犬は放さず、栓は責任を持  
つて持ち帰る  
▽決められた場所以外はボール  
遊びをしない  
▽フェンスを乗り越えない  
▽トイレなどの施設や設備にい  
たずらや落書きをしない

たずらや落書きをしない

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽

▽





取材当日、丁度そば打ち体験をされていた主婦のグループに話を伺いました。  
「思っていたより難しく力もいりましたが、こねている時には無心になれて、子どもに戻ったみたいで楽しいです」  
「粘土細工みたいで伸びす過程では、途中で破れたり、切れたりで悲戦苦闘しましたが、なんとか形になってほっとしました」  
「作業中は無言になりました。キャーキャー言ったりと、粉にまみれながら、皆さん楽しそうでした。」

## そばは体に良い

そばに含まれるポリフェノールの一種、ルチンという成分が体にとてもよいとされています。

- 毛細血管の強化
- 血圧降下作用（心臓病、脳血管障害の予防）
- 肺機能の活性化（糖尿病の予防と抑制）
- 記憶細胞の保護と活性化
- 便秘

他にもビタミンC、B1、B2などが含まれ、自律神経失調症の予防、皮膚の活性化、更年期回復、炎症を和らげるなどの効果があります。

また、そばをゆでた後の中汁の『そば湯』はこれらの成分の他、良質のタンパク質も含まれていて、肝臓を保護してくれるなどの作用もあるのでぜひ飲んでみてください。



館長に聞きました  
館長の林さんに、そばについて話を伺いました。

▶優しくて丁寧な導導  
が評判の林さん

林さんとそばとの出会いは、六年前。福井県で食べた越前おろしそばが、今まで食べなどともないおいしさで、以前はどちらかといふとそばよりもんぱつだった林さんですが、それ以来、すっかりそばに魅せられてしまったのだそうです。そば打ちは本当に奥が深く、六年経った今でも、毎日が勉強なのだそうです。

本当に手を愛している林さん、そばを愛する人が作ったそばは、最高においしいはずですね。



集  
編  
後記



# 本場のそばを求めて

## そば打ち体験!!

# いながわ特派員報告



特派員  
木下 郁子



特派員  
森 英美子

昨年11月にオープンした「道の駅・いながわ」。皆さん、もう行かれましたか。そこには誰でも気軽に本格的なそば打ちを楽しめる「そば道場」があります。そばは体にいいらしいし、打ちたてのそばは最高においしいという話です。

それを確かめるため、猪名川の新名所「そば道場」を訪ねてみました。

こちらのそばの一番の特徴は、猪名川産のそば粉を使用している点です。そして、つなぎに小麦粉を使用していません。つなぎを一切使わずそば粉だけで打たれたそばを十割そばといいます。この十割そばは、そば本来の味が生きており、食べるほどにそばの味が口一杯に広がります。

この十割そばを出している所は、通にはたまらない魅力のようです。

そば道場には遠く、奈良や京都から来られる人も多いようです。

猪名川町のそばは、他の産地のものと比べて、粘りがあり、味もよく、とても良いそばなのだぞう



そば粉のできるまで

次に、こだわりのそば粉ができるまでを紹介します。

そばは、三たてといって、ひきたて、打ちたて、ゆでたてが一番とされています。ここでは、厨房

です。

地元のそば粉で作られた十割そば。こんな身近に本物のおいしいそばを見出し、猪名川町民として、ちょっと嬉しい気分です。

そば粉は、デリケート。長く置いたり、手で触ると溶けないので、常に新しいひきそば粉は、そのままでも良い。ひきそば粉は、粉のとても良い香りに包まれながらの作業。なかなか粉がま

れておかないで、常新ひきそば粉でそばを打ちています。

そば粉は、手で打つたそば粉百倍のそば

ではありません。また、どこか形になった時はホット

ちよつと肩がこつてしましました。

打ち上がったそばを見て本当に

ちよつと肩がこつてしましました。

打ち上がりは、とても嬉しいです。

打ち上がりは、これが本当のそば！

という感じでした。中にはきしめ

いえないそばの香りと味が口の中

に広がり、「これが本当のそば！」

と感じました。また、どこか形にな

ったそばを見たとき、

とても嬉しいです。

自分で打ったそば粉百倍のそば

は、体によくておいしいです。

自分で打ったそば粉百倍のそば

は、体によくておいしいです。