



1年前、高校卒業と同時に家業である農業に「就農」しました。進路に悩んでいたときに、父からの「農業という道もあるよ。」という言葉に、心が動きました。就農してからの1年は、あっとい間に過ぎました。黒豆の栽培、加工、販売をメインに行っていますが、丸1日の休みは、1年を通じてほとんどありません。毎日朝からヤギのお世話や、畑の草刈り、水やりや施肥などの作物管理や収穫、加工や出荷作業など、目まぐるしく過ぎていきました。それでも、



おおし みれい
大西 美鈴さん
(万善・19歳)
大島小学校→六瀬中学校→川西北陵高校→現在

オシャレ農業女子、目指します!!

消費者の方からの「おいしかった」の音が嬉しくて、生産する喜びや、やりがいを感じる事ができました。皆さんは、農業に対してどのようなイメージがありますか？農業はオシャレとはかけ離れた世界だと思いませんか？
確かに、農作業は濡れたり、汚れたりする作業もたくさんあります。ですが、私はオシャレが大好きです。作業中は、かわいい色のつなぎを着て、日焼け対策はぼつちりしていますし、ネイルもしています。(ジェルネイルだと農作業でも取れませんが) 先日は着物モデルにも挑戦させてもらいました。
私が農業する姿を見て、農業やってみたいなって思ってもらえる女の子が増えていけば嬉しいと思います。もっと技術を磨き、おいしい野菜を作れるよう頑張ります。



※「瞬」の掲載希望者・団体を随時募集中。詳細は町ホームページの募集情報を参照！

～猪名川町観光ボランティアガイドがご案内～
私のオススメ★

今月の担当ガイド



なかばやし きんぞう
中林 欽造さん

ファミリー向けハイキング
歴史街道を歩く

五月晴れのもと、全長6km、ゆったり3時間かけて楽しめるハイキングコースをご紹介します。スタートは中央公民館です。ふれあい公園の①いなぼう像、白金小学校の前を通り過ぎます。

白金の②四季彩の径を経て、③らせん階段を下りると日生中央駅から続く歴史街道にでます。車に注意して歩きましょう。やがて④悠久広場、悠久の館に着きます。悠久の館の裏の川岸には、小さな白い花が一面に咲いています。これはハクサンハタザオといい、金属成分を多く含む土地に好んで生えます。トイレはこの先、ゴールまで無いので済ませましょう。銀山橋を過ぎると道の両側に風情のある家が何軒も見られます。神宮寺の前から⑤青木間歩に続く遊歩道を歩きます。瓢箪間歩との分岐をまっすぐ進むと、村上新田にでます。この時期は、田植えを終えたばかりの

棚田の風景が見られます。村上中池あたりで小休止しましょう。歴史街道は二手に分かれます。⑥案内標識の屏風岩方向に進みます。低い峠を越えると小さい石や岩がゴロゴロして少し歩きにくくなります。ここはズリ場といって不要な鉱石を捨てたところです。石や岩は持ち帰らないでください。ジャリ池からゆるやかな下り坂が続く杉林の間コースになります。思いきり森林浴ができますが花

粉に敏感な方は対策をしっかりと。右側を流れる小川の両岸に緑の濃いシダが群生しています。ヘビノネゴザといい、これも金属成分の多い土地に生えます。青ノ池を過ぎると、間もなく小さな広場に出ます。右の約100段の階段を登りきると、ゴールのふれあい公園です。小鳥の声を聞き、季節の花を見ながら、ベンチや芝生で弁当を広げればピクニック気分一杯になれるでしょう。

▶町観光ボランティアガイド申込・問合せ 産業観光課 (☎766-8709) ※詳細は町ホームページ～私たちと一緒に猪名川町の魅力を発信しませんか?! 観光ボランティアガイド募集中!～

道の駅 いながわだより
問合せ ☎767-8600

今月のピックアップ野菜
たけのこ (道の駅での入荷時期 4月中旬～5月下旬ごろ)
一般的に食べられているたけのこは孟宗竹という種類で、若芽の部分にあたります。たけのこの切り口にみられる白い粉はチロシンと言う栄養成分で、うまみの素でもあるアミノ酸の一種です。この栄養成分は根元よりも先端に多く含まれていますので、たけのこの先端部分はうまみと栄養の宝庫です。
【選び方】 ずんぐりとしていて、皮が薄茶色で、穂先が黄色がかったものが良いでしょう。また、

持ったときにずっしりと重みを感じられるものを選びましょう。
【アク抜き方法】 外側の皮を2～3枚取り、水洗いし汚れを落とします。
先端部分を切り落とし、皮の部分に縦に1本切れ目を入れます。鍋にたけのこがかぶるぐらいの水と米ぬか一握りと唐辛子2本程度を入れ、落とし蓋をして1時間ほど茹でます。串などを刺して茹で具合を確かめ、火を止めてそのまま自然に冷まします。
5月の主な出荷野菜 たけのこ、生しいたけ、ほうれん草、レタス、玉ねぎ、いちご、わさび菜、ふき、スナップえんどう、キャベツ など
《5月のイベント》 木喰そばまつり
4日(金)・5日(土) 10:00～十割そばの手打ち実演・販売、三木刃物研ぎ・販売、海産物の販売

つつじが丘幼稚園
こども作品コーナー

◀ つんどうかいで、「さんぽ」のきよくでたのしくおどったよ。
居軒 琉乃愛さん (年少時の作品)

◀ あきのえんそくで、おきななめさん、さわっちよ。さつたね。
喜田 陽葵さん (年少時の作品)

◀ あきのえんそくで、おきななめさん、さわっちよ。
宮本 歩夢さん (年少時の作品)

◀ こんなるまにのってみんな、おでかけしたいなあ。
サナ 樹さん (年少時の作品)