

毎週土日はソフトボールをして過ごしています。30歳の時に猪名川町に引っ越してきました。ちょうど猪名川町でソフトボール協会が発足したすべの頃で、そこに私も仲間入りさせてもらい38年が過ぎました。これまでを振り返ると、猪名川町のソフトボールの歴史と共に歩んできたな、と感じます。

ソフトボールが縁で猪名川小学校の少年野球チームの立ち上げに関わり指導者をしてきた時期もあります。自分の子どもが小学生の時には、保護者の交流でソフトボールをする機会もありました。一緒に体を動かすことで昔から知っている友達のように付き合えて地域での輪がどんどん広がりました。仕事が忙しい40・50代の時も、休日のソフトボールでリフレッシュ。仲間同士、お互いの仕事の話などで盛り上がりました。退職してからは同世代が集まりシニアチームも作りました。

今、地域のチームでは嬉しいこと

伊藤 登さん
(68歳・広根)



若葉ビアーズ・猪名川シニア迷球会所属



に若いメンバーも増えています。女性も活躍しているチームもあります。子育て中のメンバーには「子どもも練習につれておいで」と声をかけています。家族の理解を得て気軽に休日のスポーツに参加することにつながれば、と思います。それに、子どもたちを見ていると私たちも孫が増えたよう楽しいです。ソフトボールの練習の場が、子どもたちも楽しめるような異世代交流の場へとつながったら嬉しいですね。昨年11月の協会40周年イベントでは、みんなで知恵を絞って家族みんなで参加できるような子どもも楽しめるゲームを考えました。

大好きなソフトボールが猪名川町で盛り上がりつつあるの嬉しい想いで、これからもソフトボールでできたつながりを大切に活動していきたいです。

▼問合せ 猪名川町ソフトボール協会 松井さん(☎) 090・4900・2767



※「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してください。

私のオススメ★

～猪名川町観光ボランティアガイドがご案内～

猪名川富士を楽しもう！

今月の担当ガイド



黒田 華子さん



3月は、卒業を迎える皆様も多いのではないのでしょうか？春を感じるこの季節。近場で春の風を感じてみませんか？

今回は、多田銀銅山から一本松山山頂を通るオススメのルートを紹介いたします。多田銀銅山悠久の館周辺マップにも記載される一本松山は標高301mと低山ではありますが、近くから眺める尖った秀麗な姿は「猪名川富士」とも言われます。広根大水路交差点近くの阪急バス銀山口バス停より悠久の館方面へと進みます。車でお越しの方は、同館の向い側にある悠久広場に駐車可能。バス



停から1.8キロの道程です。悠久の館から、銀山橋を渡ると、高札場跡や代官所の門(伝承)、金山彦神社、青木間歩など、たくさん散策できる所があります。青木間歩を通過し、北にまっすぐ歩くことおよそ20分。村上新田の水田と里山風景が残されています。

さらに北に向かって歩くと口池や「道の駅」の標高が2.5kmの標札が見えてきます。道の駅いながわの方向へ15分ほどで、峠に到着します。ちょうどこの峠に、右に曲がる道があり、ここが一本松山の入口になります。

山頂に向かい道なりに進むと、5分ほどで分岐路に差し掛かります。ここを右に進むと、右手にはイオン猪名川店の大きな看板や天気が良ければ大阪方



面まで観ることが出来ます。分岐路から約10分程で山頂に到着です。草木のない平坦な広場がありますので、シートを引いてひと休みすることが出来ます。休憩を終え、来た道を下り、峠を右折してさらに山を下りると、のどかな美しい景色が！20分ほど歩くと道の駅いながわで猪名川町自慢の十割そばを食べることが出来ます。

お土産を買って、来た道を戻り、口池まで約40分。多田銀銅山のすぐ近くで気軽にハイキングができ、猪名川富士(一本松山)にも登れます。

歴史・文化・登山も楽しめる！そんな多田銀銅山と歴史街道でリフレッシュしてみたいか、がでしょうか？皆様のお越しをお待ちしております。

▶町観光ボランティアガイドの申込・問合せ 産業観光課 ☎ 766 - 8709

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

菜の花 (道の駅での入荷時期 1月下旬～4月ごろ)

一足早い春の訪れを知らせてくれる花野菜の代表格で、独特のほろ苦さが特徴。蕾には花を咲かせるための養分が詰まっています、栄養満点です。辛和えやお浸しだけでなく、サラダやパスタにもよく合います。



【選び方】

蕾が密集していて揃っているもの、葉や茎がやわらかく、切り口もみずみずしいものがおすすめ

すめです。花が咲いてしまうとえぐみが出てくるので、蕾のうちの食べてください。

【保存方法】

葉がやわらかくしおれやすいので、しめらせた新聞紙などで全体を包み、ビニール袋に入れて立てて冷蔵庫の野菜室に保存してください。長持ちさせたいときは、固めにゆでて水気をしぼってからラップで包み、冷凍しましょう。

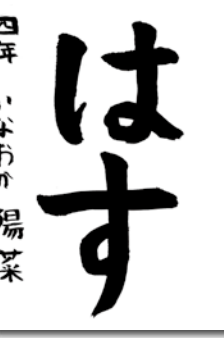
3月の主な出荷野菜 生しいたけ・ほうれん草・小松菜・ミズナ・キャベツ・菜の花・わさび菜・わけぎ・大根・プチヴェール など

《3月のイベント》

19日(日) 10:00～=やよいまつり(十割そばの手打ち実演・販売、三木刃物研ぎ・販売、海産物の販売など)

白金小学校

こども作品コーナー



四年 いなか 陽菜
結びのところに気をつけて、力強く書きました。
稲岡陽菜さん(4年)



色がいっぱい色にんじんと墨で書き、詩をつけました。
飯田陽登さん(3年)



◀見た人のこころがぽかぽかになるふしぎのくにお花です。
山崎翔さん(1年)



◀書き出しを力強く書くことと、しんようのほらに気をつけました。
橋元夢叶さん(5年)