

中央アルプス駒ヶ岳のまち



信州宮田村かわら版

第55号 2018年12月発行

一年間ご利用頂きありがとうございました。来年も良い年がありますように！

「光陰矢の如し」と言いますが、一年が過ぎるのも本当に早いものです。あと10日で、今年も除夜の鐘を聞くまで押し迫ってきました。本年も、日泰寺へ参拝される皆様にご愛顧いただき、誠にありがとうございました。

言い古された言葉ですが、今年も異常気象で季節外れの高温や長雨、大型台風の上陸と自然災害に悩まされた一年でした。特に自然相手の農

業はその影響が著しく、消費者の皆さんも高値が続き、生活を圧迫されたのではないのでしょうか。

異常気象も毎年続くとこれが当たり前になって、来年も心配が尽きませんが、少しでも良い野菜や果物をできるだけ安価でお届けできるように一生懸命頑張ります。

来年が皆様にとってよい年でありますように。



元旦はダイヤモンド富士！ 2,600mの初日の出

宮田村に主峰駒ヶ岳を頂く中央アルプスは、日本の屋根の一角を形成する山脈です。3千メートルを超える山はありませんが、主峰駒ヶ岳は2956mで百名山に数えられ、中央アルプスは他に2つの百名山を有します。

千畳敷に山岳ロープウェイが架設されたのは今から50年前の1967年で、全長2334m、標高差950m(日本最高)を所要時間7分半で運行しています。千畳敷駅は標高2612mで日本最高所にあります。

中央アルプスロープウェイは、厳しい山岳環境の中で運行されていますが、厳冬も休むことなく通年運航を行っている、山岳ロープウェイとしては日本で唯一のものです。

元旦には、富士山からご来光が上がるダイヤモンド富士を見ることが出来ます。麓から、バスとロープウェイで行けるので、普通の支度で行けます。



宮田村から心をこめて

加藤 速子

日泰寺の縁日に、小豆を出している加藤です。94歳になる今でも現

役で農業をしています。

昔は酪農をしていましたが、辞めた後は牧草地が空いてきたので、一部を畑として自家用野菜や、出荷用の小梅、小豆を作っています。

子供たちは、会社などへ働きに出ていて、農業は稲作をしているので自分は専ら畑で自家用を中心に色々な野菜を栽培しています。

沢山の野菜が出来るので、自分の家だけでは食べられない分は、親戚へ配って喜んでもらっています。特にささげは待っていてくれる親戚もあり、張り合いで作っています。

小豆は毎年、9月～12月が出荷時期で、日泰寺の縁日へも今月が最後になると思います。

畑が家の周りなので、草を生やしておくわけにもいかず、体の動くうちは健康維持もかねて、これからは野菜作りに精を出したいと思います。



宮田村食材レシピ

米粉シチュー(4人分)

【材料】

- 鶏小間切れ肉 200g
- じゃがいも 中2個
- にんじん 中1本
- 玉ねぎ 中1個
- ブロッコリー 適量
- 米粉(上新粉) 大さじ3
- バター 大さじ1
- 牛乳 400cc
- 水 300cc
- コンソメ(固形) 1個
- 塩こしょう 適量



【作り方】

- ① じゃがいも・にんじん・玉ねぎを食べやすい大きさに切る。ブロッコリーは軽く塩ゆでしておく。
- ② 鍋に油を熱し、鶏肉を炒める。
- ③ じゃがいも・にんじん・玉ねぎを②に入れ軽く炒める。全体に油がまわったら水とコンソメを入れ、沸いたらフタをして弱火で20分煮る。
- ④ いったん火を止め、牛乳を加える。
- ⑤ バターをレンジ(500W)で30秒加熱し、米粉を加えて混ぜる。
- ⑥ 「③」のスープを少しずつ入れて伸ばす。

- ⑦ のびたら鍋に入れ、再び中火でとろみが出るまでかき混ぜながら煮込む。最後に塩こしょうで味を整える。

来月のオススメ

乾燥なす

寒いときはあたたかい豚汁やカレー、シチューなど、汁物がよいですね。包丁いらずの乾燥なすを手軽にお使いください。水で戻して水気をしぼり、汁物等に入れて召し上がれ!

☎0265-98-7048(食どころ)

宮田村ふるさと納税

宮田村は長野県の南部に位置し、人口9,000人の小さな村です。市町村合併の嵐にも負けず、一人前の自治体として村民が力を合わせて、頑張っています。「ふるさと納税」での応援をお願いします。1万円以上ご寄附いただくと、金額に応じて、好きな商品をお選びいただけます。宮田村で生産された農産物を中心に、宮田村産ワインや地ビール、りんご、きのこ、アスパラ、駒ヶ岳ロープウェイ招待券、駒ヶ岳山荘宿泊券など、豊富なメニューを用意しました。

☎0265-85-3181(宮田村総務課)

宮田村の位置

宮田村は、諏訪市と飯田市の間、伊那市・駒ヶ根市・木曾町・上松町に隣接しています。



宮田村観光協会

〒399-4392 長野県上伊那郡宮田村98番地(宮田村役場内)
☎0265-85-5864
<http://kankou.vill.miyada.nagano.jp/>

なごや覚王山商店街通信

ボン・マテリアル
覚王山駅からすぐ近くの日泰寺参道にあるフルーツサンドを扱う「ボン・マテリアル」。パステル調の淡い緑色の建

物。20平方メートルにも満たない小さな店内のショーケースにはイチゴやみかん、キウイなど、10種類近くのフルーツサンドが並んでいます。店内ではコーナーに3席イートインスペースもごございます。

「おしゃれで、見た目にもこだわりが持てて、誰もやっていないことをしたい」と思い、独学で研究して、2015年6月に開店いたしました。旬の果物を使用し、食べてもらうきっかけとなる見栄えを良くするため、自らホイップクリームを泡立て、包丁を持ち、クリームの硬さや、フルーツの切り方を苦心しながら、こだわり続けて作った自慢のフルーツサンド。「これを食べるときは、特別な気持ちになれる。そんなフルーツサンドを作って、みんなに提供していきたい」



〒464-0064

愛知県名古屋市千種区山門町2-39-2

☎052-751-3133

営業日 土・日・祝 11:00~18:00

水・木・金 11:00~17:00