



地域おこし協力隊だより No. 2

棚田整備し、オーナー募る

高津修

初めて沼田を観光したときに里山の風景に魅了され、その後何度も訪れ、昨年10月に東京から移住しました。

棚田の保全を中心に、農泊や地域案内など薄根地域の活性化を図る「薄根地域ふるさと創生推進協議会」のスタッフとして働いています。昨年導入した「オーナー制度」では、都市部の住民に棚田で収穫した米を提供するほか、田植えや稲刈り、観察会、収穫祭など年4回、農作業体験

を行っています。収穫祭では、オーナーの皆さんが収穫した米でパエリアを作ったり、地元のもち米を使って餅つきをしたりしました。子どもたちも一生懸命調理に励み、田舎ならではの楽しい交流ができました。

日常の稲作作業は私たちスタッフが行っています。本格的な農作業は初めてですが、少しずつ慣れ、農家の苦労や醍醐味もほんのちょっと分かってきたように思います。おかげさまで、田舎暮らしを思い切り満喫しています。

問合せ 観光交流課交流推進係 ☎内線5031



収穫した米で、約80人分のパエリアを調理する



百人一首の29番歌、「古今和歌集」の撰者・凡河内躬恒の歌である。躬恒は、平安時代、政争に敗れ東国の沼田へ流され三峰山に幽閉された。不遇の躬恒を、京より訪ね来た母の白菊御前が長旅の疲れもあり、石墨村で急坂を精を切つて駆け登ろうとして亡くなったとの伝説が残る。村人は母の悲しみを哀れみ、この坂を「精切坂」と呼び、亡骸を弔い「追母薬師堂」を建

心あてに
折らばや折らむ初霜の
おさまどはせる
白菊の花

悲しい言い伝えが
残る坂です



ぬまた歴史探訪

#173

文化財調査委員の
金井竹徳さんが
沼田の歴史をご案内

ぬまたブランド農産物の逸品から

今月の読者プレゼント

抽選5人 株原田農園 林檎じゅうす2本



利根沼田産のサンふじを皮付きのまま使用。栄養満点のジュースです(1,600円相当・1本720ml)

株原田農園
横塚町1294
22-3991

応募方法 はがき、または市HP応募フォームに住所、氏名、年齢、電話番号、広報紙の感想や要望を書いて送ってください。プレゼントは市役所での受け取りになります。

締切 12月25日(金)必着
宛先・問合せ 〒378-8501
沼田市下之町888 秘書課広報広聴係 ☎内線4006



ぬまたの旬をクッキング No.2



クックパッドでレシピ公開中

沼田市クックパッド

検索

小松菜とお揚げの煮びたし



材料 4人分

小松菜 1束、油揚げ2枚、ごま油小さじ1

【A】

だし汁適量、しょうゆ大さじ2、酒・みりん各大さじ1、塩少々

作り方

- ① 小松菜をよく洗い、5cm幅に切る
- ② 油揚げは熱湯をかけて油抜きをし、縦半分に切った後、横に千切りする
- ③ 鍋に小松菜、油揚げ、Aを入れ、中火で煮る

- ④ 火を止める寸前に、ごま油を加える

よい小松菜の見分け方

葉が肉厚で丸みがありきれいな緑色をしていて、茎は太く、根元の張りがしっかりしている



手話を身近に

市民の皆さんに手話に親んでもらえるように、毎月1つずつ紹介します

問合せ 社会福祉課障害福祉係 ☎内線3109



左手の甲に右手を縦にあてる



右手を垂直に上げる

チャレンジ手話



②「ありがとう」

沼田市立図書館

新刊の紹介



『ほんのよもやま話』
瀧井朝世／編 文藝春秋

人気作家46組の対談集。作家同士のつながりや、意外な組み合わせから読書の楽しみがぐんぐん広がります



『朽ちてなお美しいドライボタニカル入門』
小野木彩香／著 エクスナレッジ

押し花から標本、リース、スワッグ、アレンジメントまで、四季の「枯れる」を楽しむ37の方法を、手順写真とともに紹介

1月の移動図書館

本を載せたワゴン「あかつき号」が各地を巡回します

6日 (水)	10:30~10:50	利根ダム統合管理事務所	14日 (木)	10:00~10:20	横塚町公民館	20日 (水)	10:00~12:00	利根小学校
	11:00~11:40	群馬県利根沼田振興局		10:30~10:50	久屋原町公民館		13:30~13:45	利根支所
	13:50~14:20	新町公民館		11:00~11:35	上久屋町多目的集会所		14:00~14:20	老神地区集会所
	14:30~16:15	升形小学校		13:15~13:45	利南公民館		13:35~14:15	愛宕老人ホーム
7日 (木)	9:50~10:15	岡谷町生活改善センター	15日 (金)	13:55~14:15	沼須町農事研修所	21日 (木)	14:30~16:15	沼田北小学校
	10:25~10:55	下発知町生活改善センター		14:30~16:15	利南東小学校		13:45~14:15	十王公園
	11:05~11:35	奈良町農事研修所		9:50~10:20	硯田町公民館		14:30~16:15	沼田小学校
	13:30~13:50	上発知町生活改善センター		10:30~10:55	堀廻町構造改善センター		26日 (火)	10:20~10:50
14:00~14:20	中発知町生活改善センター	11:05~11:30	善桂寺町活性化センター	11:00~11:20	岩室集会所			
14:30~16:15	池田小学校	13:30~14:10	町田町水田転作推進研修所	11:30~11:45	尾合集会所			
13日 (水)	10:45~11:15	屋形原農村婦人の家	19日 (火)	14:25~14:40	薄根公民館	13:15~13:45		下古語父集会所
	13:15~13:50	上川田町住民センター		14:50~16:15	薄根小学校	14:00~14:25	上古語父集会所	
	14:00~14:20	川田公民館		11:00~11:30	保健福祉センター	14:40~16:15	白沢小学校	
	14:30~16:15	川田小学校		13:45~14:00	旧利南中学校運動広場	13:00~13:30	利根支所利根出張所	
				14:30~16:15	多那小学校	27日 (木)	13:50~14:05	日影南郷集会所
							14:50~16:15	沼田東小学校

駐車場は、テラス沼田立体駐車場をご利用ください。