

# ふるさとの魅力再発見 にしわき散歩

## 5 城山(黒田城跡)登山道 (黒田庄町黒田)



▲見張り櫓跡からの眺望



▲休憩用のベンチ

西脇市の魅力、観光資源、史跡、伝統行事などをお伝えします。

市内では、古くから多可郡黒田村(現在の西脇市黒田庄町黒田)が黒田官兵衛の生誕地と言われており、地元にはそれにもまつわる資料や伝承が多く残されています。黒田城は中世・戦国時代に築かれた山城で、官兵衛を輩出した黒田氏9代の居城であったとされています。

城山登山道は、地元の黒田自治会の皆さんが中心となって、県の補助を受け、平成25年度に整備されました。山頂にある「見張り櫓跡」に至るまでおよそ40分、中腹には休憩用のベンチが設けられています。山頂からは官兵衛ゆかりの里が一望でき、歴史ロマンを感じることができます。手軽な登山道となっています。



## 今月の旬菜レシピ

北はりま旬菜館の旬野菜。を使ったレシピをお届けします。

### イチジクのブルスケッタ



- 【材料】 (2人分)**  
 イチジク…………… 1個  
 クリームチーズ…… 適量  
 パケット…………… 4枚  
 ベビーリーフ………… 少々  
 オリーブオイル…… 適量  
 黒胡椒…………… 少々

#### 【作り方】

イチジクは北はりま旬菜館で栽培促進をしている果樹の一つです。出荷量も徐々に増えています。昔懐かしい味をお楽しみください。

そのまま食べても、もちろんおいしいですが、今回はおしゃれにブルスケッタにしてみました。簡単なのでぜひ、お試しください。

- ① イチジクは皮をむき、8等分に切る。
- ② お好みの厚さにスライスしたパケットにイチジク、クリームチーズ、ベビーリーフをのせ、黒胡椒とオリーブオイルをかけて出来上がり♪

※イチジク、クリームチーズ、ベビーリーフでサラダにしてもおいしいですよ。



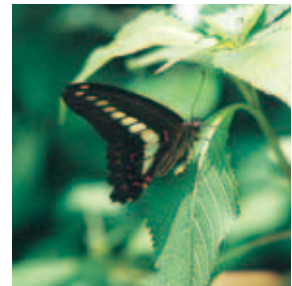
**オクラ**  
 少し前に流行ったネバネバ食材です。ぬめりの成分はペクチンなどの食物繊維で、整腸作用を促し、コレステロールを排出する作用や、便秘を防ぎ大腸がんを予防する効果があるといわれています。  
**下ごしらえ** 塩をこすりつけるようにして洗うと産毛がきれいにとれ、色が鮮やかになります。  
**ゆで方** お湯(塩分2%)が沸騰してから投入します。ゆであがったら、冷水に一旦さらします。水っぽくなるので冷めないうちに水から出します。

## 西脇の自然

第485回

### アオスジアゲハ (あげはちょう科)

西脇市動植物生態調査研究グループ



名前のとおり翅に青色の太い筋模様が上から下まで1本通り、シンプルですが美しく目立ちます。飛んでいる時でも見誤ることはまずないと思います。

サナギで越冬し、5月ごろから姿を見せます。1年に3回ほど発生するようで、幼虫はクスノキの葉を食べて育ちます。

そのため、公園や神社などに多く植えられているクスノキに訪れ、樹上を飛んでいる姿をよく見かけます。山間部よりも人家近くで多く見られるチョウです。

温暖化でクスノキが寒い地方でも植えられ、生活の場を北へと広がっています。