

# ふるさとの魅力再発見 にしわぎ散歩

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。

## 20 酒米の王者 山田錦



▲黄金色の稲穂



▲10周年記念酒

酒米の王者と呼ばれる山田錦は、西脇市内の水田の約4割で栽培されています。昭和11年に県立農事試験場で生まれました。以来80年、酒米としては異例といえる寿命の長さを誇っています。現在は全国各地で栽培されていますが、兵庫県産、中でも北播磨地域の山田錦は特に品質が高いと評判です。市内産山田錦も、全国の酒造会社に出荷されており、熟練の杜氏さんたちが醸造した日本酒は、香り高く芳醇な味わいで多くの愛好家を楽しませています。

市では市制10周年を記念して、市内産山田錦100%の記念酒を造りました。お酒は青森県の三浦酒造「豊盃」と愛知県の萬乗醸造「醸し人九平次」で、山田錦を40%まで精米した純米大吟醸酒です。ラベルと化粧箱は市名誉市民の横尾忠則さんにデザインしていただきました。記念酒は市農林振興課（市役所内線322）で予約受付中です。

## 西脇の自然

第500回

### コシアブラ（うこぎ科）

西脇市動植物生態調査研究グループ



山地の林内に生育する落葉高木で、大きなものでは20メートルぐらいの高さまで育ちます。名前の由来は、この木の樹脂をこして金漆というウルシのような塗料を作り、鉄のさび止めに使用したことからつけられたようで、別名ゴンゼツノキとも呼ばれています。葉は長い葉柄の先端に小葉を5個出します。若いときの葉は香りがあり、柔らかく山菜として珍重されます。

材は白く緻密であるので、下駄や箱を作るのに用いられます。下駄という言葉には懐かしさを感じます。浴衣を着て下駄を履いて盆踊りなどに出かけたこともありましたが、近ごろ下駄の姿は見かけません。時代の流れでしょうか。

## 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。

### レンジで簡単 サトイモのきぬかつぎ



【材 料】 (4人分)

サトイモ …………… 小8個  
白ゴマ…………… 適量

◆調味料

みそ …………… 小さじ1  
砂糖 …………… 小さじ1  
金ゴマドレッシング… 小さじ2

#### 【作り方】

- ① サトイモをよく洗います。
- ② 皮つきのまま、耐熱容器にいれ、ラップをかけレンジに3分かけます。
- ③ 上下を返し、もう一度レンジに3分かけます。  
\*竹串（つまようじ）がスーッと通るまでレンジにかけます。
- ④ サトイモを取り出し、上1/3に包丁で筋を入れて皮をむきます。  
\*座りが悪ければ、下を平らに切ります。
- ⑤ 調味料を合わせ、サトイモに塗ります。ひとつまみ、ゴマをかければ出来上がり♪



サトイモ

サトイモは、日本では縄文時代から栽培されている作物です。実は茎が肥大化したもので、株の中心に親イモができ、その周りに小さな小イモが増えていきます。親、子、孫と続くことから子孫繁栄の縁起物としてお正月料理にも使われます。

成分では、ナトリウムを排泄する役割のあるカリウムを豊富に含み、高血圧予防が期待されています。また、特有の「ぬめり」には、胃腸の粘膜の保護や、細胞の活性化の作用がある成分が含まれています。イモ類に多い食物繊維も含まれているので便通をよくしてくれます。