



▲にぎわう船町蛭子大祭



▲境内に立ち並び露店

ふるさとの魅力再発見 にしわき散歩

34 船町蛭子神社(黒田庄町船町)

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。



船町蛭子神社は明治初期にこの地に勧請されました。その後、昭和初期に加古川堤防が築造された際に、現在の場所に移転されました。西宮神社の分霊を祀っており、「えべっさん」として親しまれています。
エビスは七福神の一人で、唯一日本由来の神とされており、恵比寿、戎、蛭子などと書かれます。
毎年1月9日・10日に開催される船町蛭子神社の大祭は、近隣からも多くの人を集め、「商売繁盛」、「景気回復」を祈願する参拝者でにぎわいます。また、境内には露店が立ち並ぶほか、福餅まきや福引などが行われるなど、毎年の恒例行事となっています。

今月の旬菜レシピ

鮭とキノコのホイル焼きゆずこしょう風味
～栄養たっぷり旬の白菜を使用～



1人分/熱量172kcal、食塩相当量1.3g

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。

- 【材 料】 (2人分)
- 生鮭切り身… 100g×2切
 - 乾燥ワカメ(水で戻しておく)… 2g
 - 白菜…………… 中2枚
 - タマネギ………… 1/4個
 - ニンジン………… 1cm幅
 - しめじ……… 1/2株(60g)
 - えのき……… 1/5株(40g)
 - まいたけ… 1/4株(40g)
 - ☆濃口しょうゆ… 小さじ2
 - ☆みりん………… 小さじ2
 - ☆酒…………… 小さじ2

蒸し料理は余分な油の摂取が避けられるヘルシーな料理法です

【作り方】

- ① 鮭に軽く塩・こしょうをふる。30cm幅のアルミホイルを2枚準備する。
- ② タマネギは薄くスライス、ニンジンはせん切り、白菜は短冊に切る。
- ③ えのき・しめじ・まいたけは、石づきを切りほぐす。
- ④ 小鍋に☆の調味料を入れて、ひと煮立ちさせて火を止める。
- ⑤ 1枚のアルミホイル中央にタマネギ、ニンジンを敷いて、鮭をのせる。上から③と白菜、戻したワカメをのせる。
- ⑥ アルミホイルの端を立てて四角い形に整えたら④を加える。
- ⑦ もう一枚のアルミホイルでふたをして端をねじって閉じる。
- ⑧ ⑦をフライパンに並べ水を深さ2cmほど入れる。ふたをして弱火で20分程度加熱し出来上がり。

★食べる前にお好みでゆず胡椒をそえるとおいしさアップ!!



<白菜>
冬野菜の代表格ともいえる白菜は貯蔵性が高く、冬場の野菜不足の解消に役立ちます。血圧を下げるといわれるカリウムが豊富に含まれるほか、ビタミンCも多く含んでいます。白菜のビタミンは水溶性のため、スープと一緒に食べる料理にするのがおすすめです。

西脇の自然

第514回

コスギゴケ (すぎごけ科)

西脇市動植物生態調査研究グループ



半日陰地の湿った土の上に群落をつくる高さ2～3cmの小さなこけです。

こけは蘚苔植物と呼ばれ、「西脇の自然カレンダー」には初登場のグループです。高等植物と違って花は咲かず胞子で増えます。雄株と雌株は別株で、写真の中で白い帽(朔)をつけたのは雌株です。雄株の頂端には花のような形の雄器盤(ゆうきばん)ができます。

人家近くでもよく見られ、乾燥にも強く、葉が縮れて曲がりカギバナワスギゴケの別名もあります。雨が降ると、また元の元気な姿に戻ります。極小の世界ですが入ると驚くほど多様で興味は尽きません。