

長木渓谷と建設中の雪沢3号橋

樹海ラインのオアシス

ながきけいこく 長木渓谷

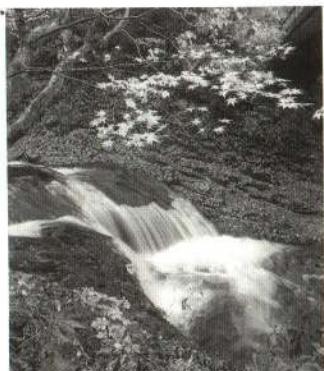
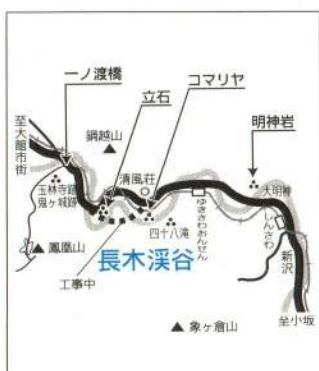
大館
Odate sanpo
さんぽ

長木地区と雪沢地区との境、大館市から小坂町を経由し十和田湖に至る樹海ライン沿いに長木渓谷があります。この付近は、長木川の溪流と巨大な岩、天然秋田杉やブナなどの自然林が一体となり四季折々に美しい姿を見せてています。江戸時代後期の紀行家菅江真澄は、一八〇七年（文化四年）にこの地を訪れ「いく瀬を渡り天鼓、小鞠相、四十八滝、立石：中略：など分るに、山迫りてたぎちながる、はや川也。さらに行かふ人もなげん、たゞ川音清く涼し」と「雄賀良能多奇」に記しています。また昭和四十九年には、県の緑地環境保全地域に指定されています。

雪沢地区の人々はこの渓谷にさえぎられ、昭和四十年代中ごろまでは小坂鉱山と大館を結ぶ小坂鉄道（明治四十二年開通）が大館地区との唯一の交通機関でした。現在では、県道が整備され往来できるようになりましたが、車両のすれ違いができない個所などがあることから、トンネルや橋などの改良工事が行われています（平成十三年度完成予定）。完成後の姿も楽しみですが、最新の工法による橋の建設風景も圧巻です。

清風荘向かいには長木渓流を散策できる遊歩道などが整備され、四十八滝などを気軽に楽しむことができます。深緑の長木渓谷を楽しみながら温泉やドライブに出かけてみてはいかがですか。

問　観光物産課　☎ 49-3111
(内線283)



今月のレシピ

五目冷しうどん



1人分エネルギー334キロカロリー

暑さが続くと食欲も落ちてきます。そんなときに具だくさんの冷たいうどんはいかがですか。

- 作り方
- ①鍋にAを入れて煮たてる。冷ましてから冷蔵庫で冷やす。
 - ②トマトはくし形に切る。
 - ③オクラは塩少量を加えたお湯でゆで、水にとり、斜め薄切りにする。
 - ④ワカメは戻しておく。
 - ⑤ネギは小口切りにする。
 - ⑥うどんはゆでたら、流水で洗つてぬめりをとり、水をよく切る。
 - ⑦深皿にうどんを盛り、トマト、オクラ、ワカメ、ネギ、半分に切ったゆで卵を盛りつける。これに冷たい汁をかける。

一口メモ

食事がめん類の場合どうしてもおかずがとりにくくなります。そこで、野菜や卵、ゆでた豚肉、蒸し鶏など、具をいろいろのせて、一緒に食べるとバランスがとれて良いでしょう。

材料	(4人分)
・うどん(乾めん)300g
だし汁(かつおだし)400cc
・A	・トマト.....1コ
・オクラ.....8本	・乾燥ワカメ.....3g
・みりん.....大さじ3	・ゆで卵.....2コ
・市販のめんつゆでもよい	・ネギ.....20g
・トマト.....1コ	
・オクラ.....8本	
・乾燥ワカメ.....3g	
・ゆで卵.....2コ	
・ネギ.....20g	