



樹齡千年の霊木

いでがわ けやき  
**出川の櫨**



真中地区出川集落の西端に、樹齡千年を超えるといわれる櫨が立っています。集落の入口に高くそびえ立ち、はるかかなたからも遠望されることから、集落の象徴であるとともに、集落を守護する靈力を備え持つ靈木であると信じられてきました。

この櫨は一本の根から五本に枝別れし、一番太い木は直径二・五メートル、一番の樹高は二十三メートル、樹冠は東西南北約二十七メートルの巨木です。二十八・四メートルもの根株回りは日本一といわれ、昭和五十三年、市の有形文化財（天然記念物）に指定されています。

この木の見どころは、幹の内部が地上六メートルまで空洞で、底のほうは六畳ほどの広さがあること。内部に入ると、神秘と幽玄さを感じられます。また、根元の部分に発育している多数のコブもまた一見に値します。それが乳房の形をしていることから、乳のでない産婦が、このコブをさすって願いをかけると乳が出るようになる」と伝えられ「おっぱいの神様」として信じられてきました。



櫨が立っている丘には江戸時代後期の紀行家菅江真澄の歌碑も建てられています。真澄は旅の途中に体調を崩し、ここ出川集落に長く滞在したと伝えられています。

新緑の美しい季節になりました。この巨木の生き抜いてきた長い年月と重みを感じながら、田園が広がる真中地区を歩いてみませんか。



今月のレシピ

**ニラとレタスの  
サラダ**



1人分エネルギー128キロカロリー

疲労回復、ストレス解消のために旬のニラを食べましょう。今回は、ごまたっぷりの中華風ドレッシングで食べてみませんか。

材料 (4人分)

- ・ニラ……………1束(150g)
- ・レタス……………1/2コ(150g)
- ・春雨……………30g
- ・ハム……………3枚

- 白すりごま……………大サジ3
- しょうゆ……………大サジ3
- 酢……………大サジ2
- さとう……………大サジ1
- ごま油……………小サジ2

作り方

- ① ニラはゆでて冷水にとる。2cmの長さに切って絞る。
- ② レタスとハムは5mm幅のせん切りにする。
- ③ 春雨は沸騰したお湯に入れて戻し、冷水にとる。水気をよくきってから食べやすい長さに切る。
- ④ ①②③をAの調味料で和える。



ニラには独特の香りがありますが、ゆでると香りはやわらぎます。ゆでるときは、さっと火を通しましょう。火を通し過ぎないことがポイントです。