

おい〜いがっこ

上川沿農産加工婦人部

◆赤かぶの丸漬け

材	料
・赤かぶ 10kg	・塩 200g
・酢の素 5倍酢180g	・こうじ 1kg
・米 700g	

＜作り方＞

1. 米を洗い、二割増しの水で普通にご飯を炊き、熱いうちにこうじを入れて甘酒をつくる。
2. 甘酒に塩と酢をかきまぜておく。
3. たるに甘酒を薄く敷き、その上に洗った赤かぶを並べて、これを交互に繰り返す。一番上に少し多めの甘酒をかけ、落しぶたをして中程度の重しをする。水があがってきたら、軽いものに切り替える。

＜食べごろ＞

1カ月半ぐらいで食べられる。

＜おいしく漬けるコツ＞

ときどき赤かぶを並べかえると、色や甘味がムラなくゆきわたる。

◆干し大根の玄米漬

材	料
・干し大根（7日から10日ぐらい干したのもの）4kg	・こうじ 300g
・塩 250g	・ざらめ 80g
・玄米 700g	

＜作り方＞

1. 玄米は洗って半日ほど水につけてから水きりし、蒸し器で蒸し、熱いうちにこうじと塩、ざらめを入れてよく混ぜておく。
2. おけに玄米床を敷き、大根をきっちりと並べ、これを繰り返して、一番上に玄米床をかけて押しぶたをし、重石をする。重石は水があがってくるまでかなり重くし、水があがったら軽いものにする。

＜食べごろ＞

漬けて1カ月くらいから食べられる。

＜おいしく漬けるコツ＞

重石は、初めは大根の2倍のものを乗せ、水があがったら半分に減らす。



草丈八〇〜一〇〇センチ程に達するマメ科の一年草である。葉は偶数の羽状複葉を呈している。夏には黄色い「チョウ」のような花をつけるため観賞用としても最適である。栽培適地は日当たりのよい排水良好な土壌であればよく育つが、

ハブソウ

利用部分（種子）

酸性土壌では注意を要する。播種適期は五月上旬、収穫期は十月上旬に莖葉が黄変し、葉が褐色を呈した頃、地上部から刈り取り乾燥する。薬用には種子を用いるが、通常ハブ茶として利用されており、強壯剤、健胃剤、整腸剤のほか、便秘などにも効果が高いといわれ、民間薬として広く利用されている。

サフラン

利用部分（雌しべの柱頭）

ヨーロッパ原産でアマメ科の球根多年草である。国内では西日本で栽培されているが、県内でも排水のよい土壌では栽培が容易である。球根の植え付けは九月上旬で晩

身近な薬草

島山敏

（花岡町神山・元農業改良普及所長）

秋には紫色の花が咲き、中央に濃紅色の雌しべが伸びて上部は三本に分かれており香りが強い。この雌しべを開花時に採集して乾燥して用いる。



薬効はサフラン湯として婦人薬、鎮静剤に利用されているが、葉草の中では昔から婦人専門薬の要薬として知られている。そのほか、食品着色、芳香料、化粧品などとして利用範囲は極めて広い。

ナンテン

利用部分（果実）

国内の暖地では自生しているが、

一般的には観賞用として庭先で見られる常緑性低木である。葉は茎頂に集まって開出し、花は七月頃、白色六弁で開花し、秋には球状の果実をつける。採取は十月下旬頃が適期であり大別して、白ナンテンと赤ナンテンとに分けられている。薬効は鎮咳剤として効果があるといわれている。



手作り年賀状を募集

楽しくてユニークな

あなたの手作り年賀状を
市民の皆さんへ
お届けしませんか

広報係では、皆さんの楽しくてユニークな手作り年賀状を募集しています。皆さんからいただいた手作り年賀状は、来年の一月一日号広報で市民の皆さんへお届けしますので、奮ってご応募ください。

＜書き方＞

官製ハガキ（年賀ハガキは使わないこと）の表面に、送り先とあなたの住所、氏名、年齢、電話番号を書いてください。

裏面には、①イラストや漫画、②新しい年にやりたいことや抱負、将来への大きな夢……の二つを必ず記入してください。なお、絵や文字は太く黒一色で書いてください。

＜送り先＞

〒017 大館市字中城20番地
市役所総務課秘書広報係
（締め切り）
12月12日（土）必着

あけましておめでとう
ごいいます



昭和六十一年一月一日

62年1月号の作品