



【まち再発見 40】

セメント住吉住宅

オレンジ色の瓦が特徴のセメント住吉住宅は、旧小野田セメント（現在の太平洋セメント株式会社）の重役住宅として大正13年に建築されました。

5棟のうち1棟が「セメントのまち」小野田の歴史を今に伝える貴重な建物として解体されず保存されることになり、建物の保存と公共的な活用のため、ボランティア有志による保存会が結成されました。建物の愛称を「龍遊館」と命名し、喫茶室などの改修を経て、平成20年5月のオープン以来、様々な市民活動に利用されています。

山陽小野田観光協会では、平成22年11月28日(日)に「まち再発見 第2回さんようおのだふるさとウォーキング(須恵編)」を開催します。ウォーキングでは、セメント住吉住宅をはじめとして、須恵の史跡・旧跡をガイドと共に訪ね歩きます。みなさんも一緒に歩いてみませんか。

今月のおすすめ料理

「けんちょう」

～山口県の代表的な郷土料理。次世代に伝えたい「ふるさとの味」です～



材料(4人分)

木綿豆腐	1丁(400g)	サラダ油	大さじ1
大根	200g	砂糖	小さじ2
にんじん	40g	A 塩	少々
油揚げ	1枚	しょうゆ	大さじ1
しょうが	少々	だし汁	1カップ
ねぎ	8g	干しえび	4g

【1人分栄養価】

エネルギー 143kcal / たんぱく質 8.2g / 脂質 9.2g / 塩分 0.8g

- 作り方
- ①木綿豆腐はふきんに包み、水気をきっておく。干しえびは水で戻し、だしをとる。ねぎは小口切りにする。しょうがは千切りにする。
 - ②大根、にんじんはいちよう切りにし、油揚げは短冊切りにする。
 - ③鍋に油を熱してしょうがを炒め、②を入れてよく炒め、Aの調味料とだし汁、干しえびを加えて混ぜ、煮る。
 - ④木綿豆腐をくずしながら③に加え、やや弱火で煮込み、ねぎを加えて火を止める。

■保健センター監修 ■山陽小野田市食生活改善推進協議会（小野田校区担当）



食事バランスガイド

今回の料理は「副菜1つ、主菜1つ」に該当します。