



千林地蔵



# 【まち再発見 49】

## 千林地蔵

宇部市大沢に生まれた千林尼が、船木の逢坂観音堂から吉部田の玉泉庵に移住したのは、幕末慶応3年（1867年）の暮れのことでした。それから明治2年（1869年）、同庵で息を引き取るまで、僅か数年に過ぎませんが、その間の活躍はめざましいものであったそうです。当時、厚狭川の下流沿いには道らしい道もなく、火薬町から石鞆にかけてはとてもし険しく、人馬が川に落ちて水死するといったことが後を断たなかったと言われています。それらの菩提をとりむらって、慶応4年（1868年）正月、千林尼が發起して建てたのがこの地蔵さまです。もとは日本化学株式会社正門前にあったものを河川改修時、現在地（石鞆バス停近く）に移しました。また、地元の人々のために千林尼が自ら托鉢して集めた浄財を資金にして敷いた船木から有帆までの石畳道の一部が、有帆大休に今も残っています。

### 今月のおすすめ料理

## 「なすと牛肉のあっさり炒め煮」

～旬のなすを薄味で、のどごし良く～



#### 材料（4人分）

なす	4本(400g)	だし汁 しょうゆ みりん 砂糖	1カップ
にんじん	60g		大さじ1
牛こま切れ肉	200g		大さじ1
ねぎ	15g		大さじ1/2
油	大さじ1		

#### 【1人分栄養価】

エネルギー 198kcal / たんぱく質 10.7g / 脂質 11.8g / 塩分 0.7g

#### 作り方

- ①なすは縦半分にして、斜めに5mm幅に切る。
- ②にんじんは4cm幅の短冊切りにし、5分ほどゆでる。
- ③フライパンに油を熱して、なすを中火で炒め、しんなりしたらAを加えて強火にする。
- ④煮立ったら牛肉を加え、中火にする。
- ⑤牛肉の色が変わったら、にんじんを加え、汁気がなくなるまで煮る。
- ⑥器に盛りつけ、小口切りにしたねぎを散らす。

#### 食事バランスガイドとは？

1日に「何を」「どれだけ」食べたらよいかという目安を、コマのイラストで示したものです。それぞれの食品グループ量の単位は「つ（SV）」で表します。今回の料理は「副菜1つ、主菜1つ」に該当します。



#### 食事バランスガイド

■保健センター監修 ■山陽小野田市食生活改善推進協議会（高千帆校区担当）