



塚の川古墳



# 【まち再発見 65】

## 「塚の川古墳」

竜王中学校の北側に位置する市指定文化財「塚の川古墳」は、古墳時代後期の6世紀末に築かれたものです。当時は竜王山南麓一帯で須恵器の生産が活発に展開されていた頃で、この地方を掌握した豪族とその家族と考えられる被葬者は、須恵器の生産集団の統率者であったと推定されます。墳丘は直径約15m、古墳全体の直径は約27mあり、県内で、発掘された古墳の中でも大型の円墳の1つといえます。内部に設けられている石室は、横穴式石室と呼ばれるもので全長が8.1mあり、玄室・前室・羨道からなる複室構造となっています。1人のために造られた古墳とは違い、一族の追葬が可能な構造となっているところに、この古墳の特徴があります。

「塚の川古墳」は、平成3年に園路や東屋などの周辺整備が行われ古墳公園となりました。車道から離れて静かに佇んでいるこの古墳に立ち、竜王山を眺めながら千数百年前の須恵器を作る人たちの姿を想像すると、とても感慨深いものがあります。

### 今月のおすすめ料理

## 「かぶと焼き豆腐の味噌煮」

～ゆずの香りを添えて～

### 材料（4人分）

かぶ	240g	だし汁(昆布だし)	1カップ
かぶの葉	40g	A	みそ 大さじ2と1/2弱
焼き豆腐	100g		すりごま 小さじ1と1/2
しめじ	100g		はちみつ 小さじ1と1/2
柚子の皮(飾り用)	適量		みりん 大さじ1と1/2

【1人分栄養価】

エネルギー 101kcal / たんぱく質 5.0g / 脂質 2.8g / 塩分 0.9g



- 作り方
- ①かぶは皮をむき、大きめの一口大に切り、葉は長さ3cmに切る。焼き豆腐は一口大に切る。しめじは石づきを取り、ほぐしておく。
  - ②Aを合わせて、みそだれを作る。
  - ③かぶの葉以外の①を鍋に入れ、だし汁を加え、ふたをしてやわらかくなるまで煮る。
  - ④③がやわらかになったら、かぶの葉と②を入れて混ぜ、かぶをくずさないように弱火で煮る。
  - ⑤器に盛り、柚子の皮を千切りにして飾る。

■保健センター監修 ■山陽小野田市食生活改善推進協議会（須恵校区担当）



食事バランスガイド

今回の料理は「副菜1つ」に該当します。