

小野田駅
JR 山陽本線

山陽小野田市 JR 美祢線・小野田線利用促進協議会（商工労働観光課内 ☎ 82-1150）

目出駅

小野田線

巨の瓶垣



目出駅から
徒歩 30 分



まわりの電車・小野田線の旅 ①

小野田線「目出駅」と周辺スポット



小野田線はセメント輸送などを目的に産業鉄道として大正4年に開通し、現在では通勤・通学などの重要な生活路線となっています。今号から9回にわたり、小野田線の各駅と駅周辺の観光スポットなどを紹介します。

目出駅は「めで（目出）たい」と縁起がいい駅名として知られていません。駅の北方向には、有力な地場産業であった窯業の繁栄を今に残す「巨の登り窯」があり、その周辺には「巨の瓶垣」（写真）や江戸時代後期に巨の皿山で登り窯を開いた陶工甚吉の墓があります。「皿山」という名は、食卓用の皿などの家庭用品を多く焼いていたことに由来しています。明治時代になると硫酸瓶の製造が盛んになり、最盛期には30数基の登り窯の煙突が見られました。駅の南方向には、本市で唯一、皿山を伝える須患焼の窯元「松井製陶所」があります。造られる製品は硫酸瓶から梅干し用の容器などへと姿を変えましたが、窯の火は今も守られています。

今月のおすすめ料理

「フレッシュトマトのエビチリ」

～旬のトマトを使って、夏らしくさわやかに～



材料（4人分）

むきえび	240g	しょうが(みじん切り)	小さじ4(15g)
塩・こしょう	少々	A にんにく(みじん切り)	小さじ2(6g)
片栗粉	小さじ2	L 豆板醤	小さじ1
サラダ油	大さじ2	がらスープ	2カップ
トマト	240g	砂糖	小さじ1
にんにくの芽	4本(45g)	B ケチャップ	大さじ1
生しいたけ	大4枚(60g)	塩・こしょう	少々
小ねぎ	10cm(10g)	水溶き片栗粉	大さじ4
卵	2個	酢	少々

【1人分栄養価】エネルギー 202kcal / たんぱく質 16.6g / 脂質 9.2g / 塩分 1.0g

作り方

- ① トマトは大きめの角切り、にんにくの芽は小口切りにする。しいたけは石づきをとって、みじん切りにする。
- ② えびは背わたをとって洗い、水気を拭いて塩・こしょうをふる。卵白小さじ2を取り分け、えびに加えてもみ込む。さらに片栗粉をまぶす。
- ③ 熱したフライパンにサラダ油大さじ1をなじませ、②のえびを入れて両面をさっと焼いて取り出す。
- ④ あいたフライパンにサラダ油大さじ1を足し、Aを入れて香りが立ったらトマト、しいたけ、にんにくの芽、えびの順に加えて炒め、Bを加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑤ 仕上げに残りの卵を溶いて回し入れ、酢を少々加えて火を止める。
- ⑥ 器に盛り、小口切りにしたねぎを散らす。

■保健センター監修 ■山陽小野田市食生活改善推進協議会（須患校区担当）

食事バランスガイド



今回の料理は「副菜1つ、主菜2つ」に該当します。