

【まち再発見86】

〔圓應寺権現堂寝太郎権現像〕



圓應寺

大字鴨庄 431 番地

千町ケ原の最北にある圓應寺は

曹洞宗の寺院で、天保末年には本堂、境内には薬師堂と荒神堂があり、荒神堂は千町ケ原の鬼門に当たることから、権現・住吉・三宝荒神を安置し、権現は千町ケ原を開墾した寝太郎を祀つたとされています。

荒神堂は現存していませんが、昭和3年（1928年）に発見された「寝太郎権現像」が、寝太郎のご神体ではないかとみられています。

昭和30年（1955年）年に寝太郎奉賛会が設立され、昭和47年（1972年）には、奉賛会によつて権現堂が建立されました。毎年4月5日には権現堂が開かれ、寝太郎権現像を拝むことができます。

また昭和33年（1958年）に始まり、毎年4月29日に開催される「寝太郎まつり」では、千石船に乗つた寝太郎権現像が、鴨橋から厚狭駅前商店街を練り歩きます。

寝太郎は、平成27年3月に「山陽小野田市ふるさと文化遺産」に登録されました。

今月のおすすめ料理

「さやいんげんとらっきょうの豚肉巻き」

～らっきょう漬と青じその香りでさわやかに～



材料（4人分）

豚薄切り肉	240g	サニーレタス	4枚(30g)	〓酒	大さじ2
青じその葉	16枚	ミニトマト	8個	赤唐辛子	1本
らっきょう漬	100g	〓しょうゆ	小さじ2	ごま油	小さじ2
さやいんげん	40g	A らっきょう漬の漬け汁			
にんじん	80g		大さじ4		

【1人分栄養価】エネルギー 170kcal / たんぱく質 14.3g / 脂質 5.7g / 塩分 1.1g

作り方

- らっきょう漬は繊維を断つように3等分に切る。さやいんげんはすじをとり、さっとゆでて冷ます。にんじんは5～6cm長さに切り、5mm幅の棒状に切り、さっとゆでて冷ます。サニーレタスは食べやすい大きさにちぎり、ミニトマトは半分に切る。
- 豚肉の上に青じその葉を置き、さやいんげん、にんじん、らっきょう漬のをせてはみ出さないように巻く。
- フライパンにごま油を熱し、②の巻き終わりを下にして焼く。
- 火が通ったらAと小口切りにした唐辛子を入れて水分を飛ばしながら全体に絡める。
- 皿に④を盛り付け、サニーレタスとミニトマトを添える。

■健康増進課監修 ■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1.5つ、主菜2つ」に該当します。