



ユネスコエコパーク通信



山太郎ガニ

県内では「山太郎ガニ」と呼ばれるモクスガニ。綾町内でも、川や水田の周辺でよく見かけます。

モクスガニは全国的に河川や水路などに生息していて、食用されることでも知られています。ハサミに濃い毛が生えているのが特徴です。夜行性で、昼間は水中の石

の下などに潜んでおり、ミミズや小魚などを食べて生きています。

晩夏〜秋に河川に現れますが、秋〜冬にかけて繁殖のために海へ下っていく、川と海を回遊する珍しいカニなのです。



綾の照葉樹林プロジェクト10周年

林野庁、宮崎県、綾町、日本自然保護協会、てるはの森の会の五者が協定を結び2005年から始まった「綾の照葉樹林プロジェクト」が10周年を迎え、9月5日に高年者研修センターで記念フォーラムを開催しました。

このプロジェクトが契機となり、スタートから10年の間にユネスコエコパークに登録されるなど大きな成果も生み出してきましたが、まだまだ住民全員には浸透していないのが現状です。フォーラムでは、赤谷プロジェクト(群馬県)の事例紹介があったほか、今後の改善点についてや、森づく



りをまちづくりはどう活かしていくかというテーマで協定五者と地域住民が一堂に会し、意見交換が行われました。
また、10年間取り組んだ内容をまとめた記念誌も発行しました。記念誌は役場ロビーやてるは図書館で閲覧ができます。ぜひご覧ください。

綾どれ

旬の野菜で簡単レシピ



サトイモのぱくぱくフライ



秋が旬のサトイモは、子イモがたくさん増えるのでおめでたい食べ物のひとつとされ、日本の行事に出される料理に付きもの。低カロリーで食物繊維が豊富なのが特徴です。おやつ代わりにぱくぱく食べられますよ。

[材料]

| | | | |
|-----------------|-------|-----------|------|
| ■サトイモ(子イモ)..... | 20個 | ■酒..... | 50cc |
| ■しょうゆ..... | 50cc | ■揚げ油..... | 適量 |
| ■みりん..... | 100cc | ■片栗粉..... | 適量 |

- 作り方**
- ①サトイモは、硬ゆでにして皮をむく。
 - ②鍋に水 200cc、酒を入れ、中火でサトイモが柔らかくなるまで煮る。
更にみりん、しょうゆを入れ汁気がなくなるまで煮る。
 - ③片栗粉をまぶし揚げる。

※皮をむく時に手がかゆくなるのは、シュウ酸カルシウムがあるためです。茹でたり、蒸したりしてからむくとかゆくなりません。

監修：田代はま子(野菜ソムリエ)