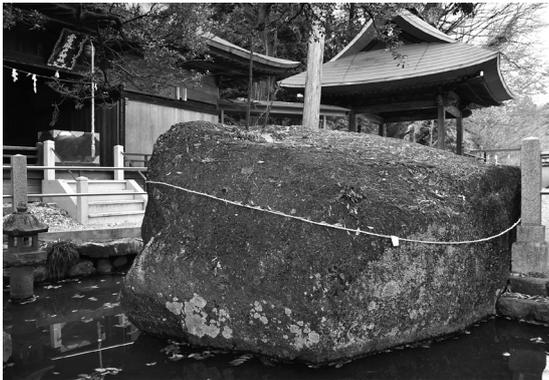


元旦にカラスで豊作占い

当麻戸神社のパワー スポット・御供石



にらみん



カラスという黒くて不気味に思われるかと思いますが、実は神様の使いとして登場することが意外と多いものです。たとえば、八咫鳥やタガラス、日本サッカーチームのエンブレムなどに使わ

れていて、勝利をもたらす神様の存在となっています。

藤井町の当麻戸（とうま）神社には、カラスと関係の深い大きな岩があります。その名は、御供石（ごくういし）です。高さ3mほど、周りは12mほどの大きさで、池の中に鎮座しています。この岩を使って、「烏飼の神事（からすかいのしんじ）」という珍しいお祭りが行われていたことが伝えられています。

1月1日の元旦に、この岩の上にお供え物を供えておくと、羽根に白い斑模様のあるカラスがくわえて飛び立ち、神田（しんでん）神社が持っている田んぼ（）に運びます。神田は上・中・下に分かれていて、お供え物をカラスがどこに置くかで、その年が豊作

になるかどうかを占って、五穀豊穡を祈願したというものです。先人たちが岩からパワーを感じ取っていたのでしよう。

当麻戸神社境内の石碑には、日本三大烏飼い霊場として、広島県宮島の厳島神社と長野県の戸隠神社とともに崇拝されたと刻まれています。

実際、宮島では「御烏喰式」という神事が行われていて、参加者は1年の幸運を授かることができるそうです。また、戸隠を中心にして周辺では、「からす踊り」という民俗芸能が今も親しまれています。お近くのパワースポットを探して、1年分のパワーを授かってみてはいかがでしょうか。

（文化財担当 関根俊明）

知っ得！食育ひろば 一食改推の簡単レシピ！

「ブロッコリーのナッツサラダ」



ご存知ですか？

ブロッコリーはビタミンCや葉酸、ビタミンB群、食物繊維などの栄養素が豊富に含まれる緑黄色野菜です。ソースはマヨネーズとプレーンヨーグルトを合わせヘルシーに仕上げ、たくあんの塩気とナッツのコクを活かし満足感が得られる工夫をしています。

【材料（4人分）】

- ・ブロッコリー …… 120g
- ・大根 …… 120g
- ・ミニトマト …… 4個

〈ヨーグルトソース〉

- ・プレーンヨーグルト …… 大さじ2
- ・マヨネーズ …… 大さじ1
- ・たくあん …… 30g
- ・ミックスナッツ（無塩） …… 10g
- ・塩コショウ …… 少々

【作り方】

- ①ブロッコリーは小房に分け、熱湯で茹でザルにあげる。大根は千切り、ミニトマトは横半分に切る。
- ②たくあん・ミックスナッツは粗く刻み、プレーンヨーグルトとマヨネーズを加え混ぜ合わせ、塩コショウで味を調える。
- ③器に①の野菜を盛り込み、②のヨーグルトソースをかける。

【栄養量（1人分）】

- エネルギー 61kcal
- 食塩相当量 0.3g

■問い合わせ

保健課 健康増進担当

☎23-4310