

宇都宮の豊かな水とともに

私たちのくらしと水

2013.6.2
No.38

特集／水と生活④

～水とふれあう～ 初夏の水辺案内

- 下水道への接続のお願い
- 合併処理浄化槽の補助制度
- 平成25年度予算のあらまし

～水とふれあう～ 初夏の水辺案内

子どもを安心して
遊ばせられる公園です。

お母さんのおすすめ！

●アドベンチャーU(八幡山公園内)



夏になると人工の滝の下には、小さな浅瀬ができ、子どもたちは水で遊ぶことができます。隣にはゴーカートや大型遊具もあり、子どもたちは一日中飽きずに楽しむことができますので、お母さん方はのんびりと過ごせます。

所在地／宇都宮市埴田5丁目2-70
お問い合わせ／宇都宮市公園管理課 ☎632-2529



わんぱくキッズのおすすめ！

●栃木県子ども総合科学館



大きなロケットやプラネタリウムがあるので大好きな場所です。なかでも、一番は冒険広場です。夏には小川ができるので、一日中水遊びをします。

所在地／宇都宮市西川田町567
お問い合わせ／(公財)とちぎ未来づくり財団 子ども総合科学館 ☎659-5555

1日あっても
遊びきれない、
ひろーい施設だよ。



※水の出る期間については、
各施設にお問い合わせください。



環境に油を使わないダイエットレシピ

調理時間 約8分 塩分 1.0g

カラフルオムレツ

1人分のエネルギー 254kcal
(参考:油を使用した場合のエネルギー 330kcal)

【材料】1人分
卵/2個 フチトマト/2個 枝豆(塩ゆで)/10粒 とろけるチーズ/1枚
塩/少々 こしょう/少々 ベビーリーフ/適量 トマトケチャップ/適量

作り方



- ① フチトマトをさいの目に切る。
- ② 丼の中にラップを敷き、卵を入れてほぐし、①と枝豆を加え、塩、こしょうで味を整える。
- ③ ②を電子レンジ(500W)で約40秒加熱する(この段階ですでに火が通っている。中央は半熟状態)。とろけるチーズをのせ、さらに15～20秒程度加熱する。
- ④ 電子レンジから取り出し、ラップの端を持って折り曲げ、オムレツの形にする。皿に盛り、ケチャップとベビーリーフを添える。

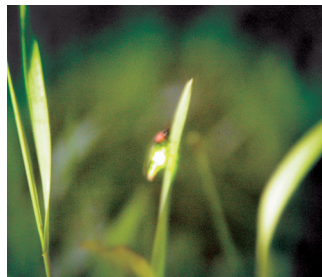
※油を使わないため、洗うときに洗剤を使う量が少なく環境に優しいレシピです。
(東京都下水道局提供)

今回は、水とふれあうことができる初夏の水辺スポットを紹介します。身近な場所で世代ごとに新たな楽しみを発見できるかもしれません。また、水のある穴場スポットも紹介します。

ホタルが見られる、自然あふれる場所です。

おじいちゃんのおすすめ！

●道の駅うつのみやろまんちっく村



夏の夜には、ホタルを見ることができます。きれいな水が流れているからだと思います。ここに来ると子どもの頃に見たきれいな風景を思い出し、懐かしくなります。

(ホタルが見られる期間：6～8月頃)

所在地／宇都宮市新里町丙254
お問い合わせ／道の駅うつのみや ろまんちっく村 ☎665-8800

水のある穴場スポット



●鶴田沼緑地

稀少なハッチョウトンボが見られる憩いの場です。
所在地／宇都宮市鶴田町
お問い合わせ／グリーントラストうつのみや事務局 ☎632-2559



●上河内緑水公園

鬼怒川河川敷にある自然とふれあえる公園です。
所在地／宇都宮市宮山田町
お問い合わせ／上河内地域自治センター産業土木課 ☎674-3134



●長岡公園

住宅街の中にある緑豊かな広い公園です。
所在地／宇都宮市長岡町795
お問い合わせ／宇都宮市公園管理課 ☎632-2529



●宇都宮駅東公園

複合型遊具がある広い公園です。
所在地／宇都宮市元今泉5-3-19
お問い合わせ／宇都宮市公園管理課 ☎632-2529

大学生のおすすめ！

大人も子どもも楽しめる公園です。

●みずほの自然の森公園



私は夏に友達とバーベキューをしに来ます。他に、噴水があったり、林の中を小川が流れていたり楽しみ方はいろいろです。

所在地／宇都宮市西刑部町1861
お問い合わせ／みずほの自然の森公園 管理棟 ☎657-5222



表紙のストーリー 公園の小川で水とふれあう親子

栃木県子ども総合科学館にある「冒険広場」は、小川が流れ自然の中で遊べる場所です。木陰は涼しく、大人はのんびり過ごせます。



上下水道局へのはがき (H25.3.3発行 No.37)

◆お客様の声

3月発行の「安全・安心な宇都宮のおいしい水」の記事を詳しく読ませていただき、安心の裏づけができた上に水質や水の内容など勉強になりました。これからもがんばってください。(東宿郷 女性)

◆上下水道局から

これからも安全で安心な水の供給に努めていきます。また、皆さんに広報紙などを通していろいろな情報を提供していきたいと思えます。