

# 並滝自然体験学習会 五感で楽しむ里山の 12ヶ月

## 里山通信

第 79 号  
2016.4



山菜めがけて走る 3 年生  
彼らはまだその不味さを知らない(大人には美味しいです)

山菜の季節到来。でも、今年はずっと様子がおかし  
く、山菜の芽吹く順番が違いました。例年は、タラノ  
メが芽吹いて一週間して、タカノツメそしてコシアブラ  
が芽吹きます。今年はコシアブラ(山菜の女王)、タラノ  
メ(山菜の王様)、タカノツメの順でした。自然界もレデ  
ィファーストになったのでしょうか？  
今月は、なみ滝藤原園を散策しながら山菜を探り、採  
った山菜を使ってお昼ごはんとおやつを作りました。  
薬草園づくりの続きでは、なみ滝藤原園の入口にあつた  
花壇の土を一輪車で薬草園まで運びました。

### 山菜採り



食欲勝って自然破壊(枝をむりやり引っぱ  
ら折れた)をしながら、タラノメ、コシアブラ、タカ  
ノツメ、リョウブ、アケビの芽、セイタカアワダチ  
ソウ、ヨメナ、フジ、ヤブツバキを採りました。  
山菜採りの途中、鳥の巣やイノシシのお風呂  
(水に入ってダニを落とすらしいです)に遭遇。  
興味深々の子どもたちでした。

### 薬草園づくり



なみ滝藤原園の入口から薬草園までは緩やかな  
のぼりですが、坂の最後が少し急になります。友だ  
ちと力を合わせて坂を上り切りました。12月に落  
ち葉を運んで入れた畑の上に土を入れてならし  
ました。一輪車での土運びは大人でも大変な作  
業です。でも子どもは楽しそうにやっていた  
ました。スゴイなー。先が楽しみです。

### 今月の子料理は山菜づくし



採ってきた山菜を使ってお昼ごはんは、山菜 丼 と山菜みそ汁、おやつはヨモギ入りのミルクレープを作りました。殆どの山  
菜は苦味が強くて子どもには不人気。でも、玉ねぎ、にんじん、コーンと一緒にかけ揚げにすると「美味しい」と言って食べて  
くれます。ミルクレープにはヨモギの苦味を和らげるために、イチゴジャム入りのホイップクリームを使いました。