

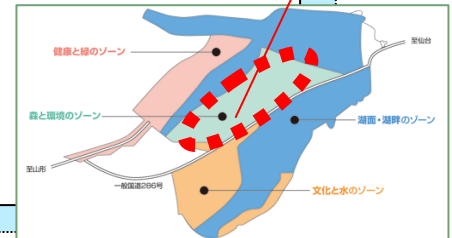
みちのく森の楽校だより 5月号



みちのく公園「里山地区」とは？

みちのく公園「里山地区」は、仙台市の水瓶である釜房湖に面した里山です。ここにはかつて薪を採り炭焼きをしていた雑木林や、100年程前に植えられたスギ林があり、尾根には馬が荷を引いた里道、谷あいにはため池や棚田の跡もみられます。

みちのく公園では、この「里山地区」を、釜房湖という仙台市の水源を涵養するかけがえのない森であると捉え、その健全化のための樹林管理を行うとともに、人と自然とのかかわりが培ってきた里山の自然や文化を保全、継承し、今日に活かすことを目指しています。



里山地区

5月28日（土）晴れ タケノコ掘りと竹工作！

風薫る5月、さわやかな里山。気温があがり、雨が降って、竹林ではタケノコがニョキニョキ。掘り取ってすぐに食べるのは、里山活動の春の楽しみです。この時期ならではの野草を天ぷらにしました。

タケノコ掘りは里山管理にも役に立ちます。竹の工作でも楽しみましたよ！

タケノコ掘り

竹は気候が温暖で湿潤な地域に多く、アジアの温帯・熱帯地域に多く生息します。東北では、一関市のある岩手県南部地方が、一般に言う「竹」と言う植物の北限に当たるそうです。

日本にある「竹」は凡そ150種とも600種とも言われています。みちのく公園には、孟宗竹、真竹、ハチク（淡竹）があります。

竹葉、若芽の時は「タケノコ」として食用になり、生長してからは生活用品の「ザル」や「カゴ」となって日本人の生活を支えてきました。



飯盒炊飯

タケノコは春の楽しみ。春先、地面から芽の出かけているものをタケノコとして食用にします。

タケノコは、掘り採ってから時間がたつほど固くなると共にえぐみが強くなるので、極力早いうちに調理や下ごしらえを行った方がよいのです。里山の活動では、掘り採ってすぐに調理するので、新鮮！アク抜きは必要ないのです！

今日は、飯盒で炊いたタケノコご飯、焼きタケノコ、タケノコの味噌汁にしました。



タケノコ！

野草の天ぷら

この時期には、里山にも食べられる野草がいろいろあります。天ぷらにすると、アクが取れるので、食べやすいのです。

森の楽校に移動しながら、植物の勉強をして、野草摘みをしました。野草を並べた食卓は、春の大地を食べているようです！

クズは3枚の葉っぱが特徴です。根からはデンプンを取り、「葛粉」として利用されてきました。

柿は葉はビタミンCをはじめ各種養分を含みます。ヨモギは特有の香りがあり、新芽を茹で、おひたしや汁物の具、また草餅（蓬餅）にします。



竹工作

竹は加工しやすく、暮らしの中で様々な道具として使われてきました。

今日の活動では、まず家族分のお箸を作りました。割って削って、素敵なお箸ができました。



みんなで楽しめる工作として、竹の水鉄砲づくりをしました。細い竹を筒にして、アズマネザサを軸にしました。たくさん作って、飛ばしっこして、勝負も始まりました！



畑の手入れ

小野分校脇の小さな畑に、苗の植え付けをしました。今日、植えたのは、カボチャ、ヤーコン、キュウリの苗です。

育っているのは、ジャガイモ、ネギ、キャベツ、シソ、ミョウガ、二十日大根など。

