

平成 29 年度

お の さんりん

# 大野山林だより NO.6



平成 29 年度 子ども博物館講座

第 6 回講座 「野草の観察会と野草料理

～野草たこ焼き作り～



日時:平成 30 年 1 月 28 日(日)午前 9 時～午後 1 時

講師:川上 勲(かわかみ いさお)先生

場所:宮古島市総合博物館、東側駐車場、大野山林

★今回の先生★



かわかみ いさお  
川上 勲 先生

かわかみ 先生は、植物しょくぶつについてとてもくわしくて、  
みなさんからのたくさんしつもんの質問にも、  
何でも答えてくださいましたね。



はじめに、研修室で野草やそうについて学びました★

野草やそうは栄養えいようの宝庫ほうこ！

野草やそうはきびしい環境かんきょうで、他の植物ほか しょくぶつたちと競争きょうそうし、生育せいいくに有害ゆうがいなストレスを多く受けてたくましく生きています。  
だからこそ、野草やそうは豊富ほうふな成分せいぶんをふくみ、「野草やそうは栄養えいようの宝庫ほうこ」といわれています。



野草やそうの観察会かんさつかいと採集さいしゅうをスタート！



ヤマグチ↑

甘酸あますっぱい紫むらさきいろ色の実みがなるヤマグチ。  
じつは、葉はっぱも食べられるんです！  
天ぷらあや和え物えものにしても美味おいしいですよ★

博物館はくぶつかんしゅうへん周辺へんに生える食べられる野草やそうについて、川上先生かわかみが1つ1つていねいに教えてくださいました。

やとう おおのさんりん  
**野草を求めて大野山林へ★**



かわかみ  
**みんな、川上先生のお話を真剣に聞いてメモをとっていました。**



**シロノセンダングサ↑**  
 たねが洋服にくっつくことから、「くつき虫」で有名なシロノセンダングサ。じつは食べられる植物なのです！若く柔らかい葉をゆでて食べます。



**←ウスベニニガナ**  
 ピンク色の小さな花をさかせるウスベニニガナ。名前のとおり、葉はニガナのように苦いですが、それもまた美味しいです★



※除草剤や農薬をまいている畑もあるので、野草をとるときはちゃんと確認しましょう！  
 ※全体が食べられる野草以外は、芽や若い葉を取るようにしましょう！

# 10円玉のピカピカ実験！

## ★実験方法★

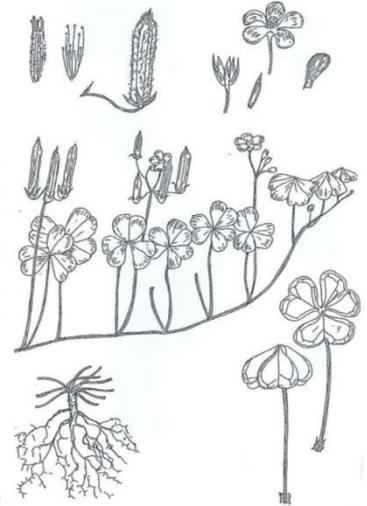
- ①茶色の10円玉を2枚用意する。
- ②2枚のうち1枚をポケットに入れる。
- ③もう1枚をカタバミでこする。
- ④ポケットにいれた10円玉と、カタバミでこすった10円玉を並べて比較すると…



左：カタバミでこすっていない10円玉  
右：カタバミでこすった10円玉

カタバミでこすった10円玉がピカピカになった！！

カタバミに含まれている「シュウ酸」という成分が10円玉をピカピカにしたよ★



**↑カタバミ**  
クローバーに似ていますが、これはカタバミという植物です。  
葉が心の形をしているのが特徴です。  
※カタバミは食べられません！！

なんでだろう？



## 今回採集・紹介した植物

- |            |            |               |               |
|------------|------------|---------------|---------------|
| ①アキノノゲシ    | ②ウスベニニガナ   | ③オオバコ         | ④カライモ (サツマイモ) |
| ⑤ギシギシ      | ⑥ヤエヤマタニワタリ | ⑦シマツユクサ       | ⑧シロザ          |
| ⑨シロノセンダングサ | ⑩ツルソバ      | ⑪ツルナ          | ⑫ノビル          |
| ⑬ヤマグワ      | ⑭ハマダイコン    | ⑮ハルノノゲシ (ノゲシ) | ⑯ヒメタネツケバナ     |
| ⑰ヨモギ       | ⑱ベニバナボロギク  | ⑲ホウビカンジュ      |               |

計 19 種類

やとう  
野草たこ焼き作りスタート★

① 野草よりわけ



② 野草を水で洗う



③ 洗った野草をゆでる



④ ゆでた野草を細かく切る



⑤ 具を切る



⑥ ボールにたこ焼き粉、卵、水、切った野草を入れ、泡立て器で混ぜ合わせる。



⑦たこ焼き器が温まったら、生地を8分目まで流しこみ、天かすと具を入れる。



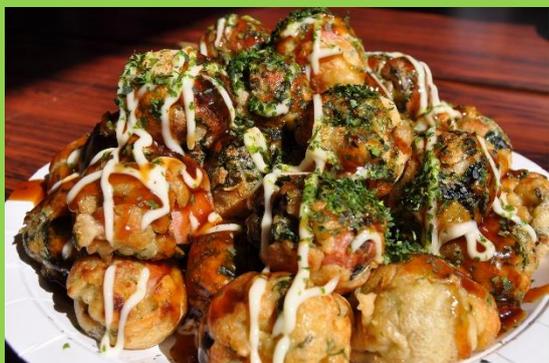
⑧上から生地を流し、穴のふちいっぱいまで生地を流しこむ。



⑨まわりが固まってきたら、竹串などで刺して裏返し、こまめに返しながらかえしながら10分ほど焼く。

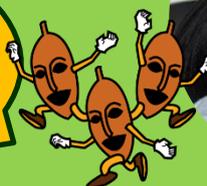


★できあがり★



おいしい〜♪

やそ  
野草のみそ汁と和  
え物も一緒にいた  
だきました★



## ★感想★

●最初は野草の事を何も知らなかったけど、かわかみいさお先生が教えてくれたおかげで野草のことが色々分かりました。次回もさんかして宮古島の事についてもっとくわしく知ってみたいです。

(與那覇みなみ)

○今日は野草の料理を作って食べました。今日は、たこ焼きを作るときみんなと協力して作っているとき、たくさんの友達ができたので、次もこようと思いました。たのしかったです。(西原あいな)

●今日は、食べられる野草のことをいろいろと教えてもらった。野草を使ったたこ焼きづくりもとても楽しかったです。(内間智)

○野草の種類がいろいろ分かった。料理が楽しかった。(赤池樹奈)

●今日は食べられる野草について、その種類や生息地などをくわしく知れたのでよかったです。また、今日はそのとった野草を調理してたこ焼きを作ったので楽しかったです。中学校に行っても参加したいと思いました。(新川暁士)

○今日は、いろいろな草をとって、たこやきを作ったので楽しかったです。今度もやりたいです。

(西里琉玖)

●今日、草でたこ焼きとスープを作って、おいしかったです。最初は食べられるのかな?とっていたけど食べるとおいしかったです。また来年もきたいです。(渡久山愛禾)

○野草を使っていろんな料理が作れる事がわかっておもしろかったです。私も家の近くでとれた野草を料理に使ってみたいです! たんでいがーたんでいー

(高良碧)

●たこ焼きを作ったときにいかいとよもぎの味がして…

(大屋風詩)

○私は、野草で何が食べられるのか知れて良かったです。今日知った野草を妹や弟に教えて、いっしょに食べてみたいです。たこ焼きは、立っていてきつかったけど、みんなと協力できて楽しかったです。今日はありがとうございました。(長嶺百花)

●今日は、色々、野草をかんさつしてウイナー焼きをして、とても楽しかったです。また、もう1度ウイナー焼きをしたいです。今日はありがとうございました。(池村珂夢)

○いろいろな草がたべることとか知って、たのしかったです。たこやきを作って楽しかったです。

(嘉陽佑星)

●前、何回かこのようなきかいにきたんですけど、一番この食べられる野草について調べる子ども博物館が一番楽しかったです。(本永裕)

○今はいろいろな野草をとってたこ焼きを作りました。野草では、食べられる、食べられないと区別されていると聞きました。(平良光輝)

●野草をみんなでさがして、集めた野草をたこやきやスープに料理してみんなで食べたりして楽しかったので、またいきたいと思います。  
(長嶺泉)

○いろいろな野草のことを知れたのでよかったです。  
(根間翔亜)

●今日、野草でたこ焼きを作るということを初めてやって、1班と楽しく食べて、とってもおいしかったです。家でもやってみたいです。  
(平良大樹)

○今日は、草を食べられると知って、びっくりしました。「ツルソバ」や「ヤマグワ」、「ヨモギ」、など44種類あってたくさんありました。それをみんなで調理して、たこ焼きやスープなど作って楽しかったです。また、やってみたいです。  
(儀保佑喜仁)

●野草のにおいがくさかったから、苦いと思ったけど、そんなに苦くなかったので、お家でも作ってみようと思った。  
(奥原里奈)

○今日、博物館のまわりに、野草をさがしに行って、色々な野草の名前をしつたし、どんな形かなと想像しやすくなったので、よかったです。  
(宮平一生)

●今日つくった野草たこ焼き、みそ汁、おひたしもすごくおいしかったです。次も講座があったらぜひ受けたいです。  
(前里幸)

○私は、今日の食べられる野草について知ることができたのでよかったです。ほかにもいろいろな野草を資料をみてさがしてみたいと思った。  
(川満煌)

●野草だから、もっと苦いものだと思っていたけど、思っていたより苦くないし、おいしかったです。それに、食べられる野草が分かったので、家族にも教えて、野草をまた取りにいきたいです。  
(赤嶺瑠夏)

○野草はこんなにもおいしんだなと思いました。野草がとれたら家でも作りたいなと思いました。  
(三上夏澄)

●今日は、ありがとうございました。またやりたいです。  
(大里瑠珠)

○4班は、4人だけだったけど、自分たちでとった野草をたこやきのきじに入れて、ウイナーもいっしょに入れて、おいしかったです。また、いろいろな友達もできて、うれしかったです。また、野草についてとてもくわしくなれて、よかったです。  
(上原さな)



## ★開校式・表彰式★

はくぶつかん こうざ  
今年度の子ども博物館の全6回講座を、一度も休まず出席した  
おくほらりな しゅよ  
奥原里奈さんに「まいふか賞」が授与されました。

おめでとうございます♪♪

みなさん、1年間おつかれさまでした！

はくぶつかん あそ  
博物館にいつでも遊びに来てくださいね★

