

島根県立ふるさと森林公園通信

平成23年12月号

今年も七草の季節です！里山自然塾に参加してみましよう！1月8日(日)10時！

昨年度の里山自然塾では、島根県森林インストラクター 榎原道夫氏から間違いやすい他の草との見分け方や、すべての七草がそれぞれ持つ薬効等を学び、公園近くの3ヶ所のフィールドで七草を採集し、無農薬有機栽培米の玄米を使った七草粥を試食しました。



榎原道夫氏の講義



七草を実際に確認



フィールドで七草採集



七草粥おいしくいただきました



時代の風は冷たくても、2012年は里山の「食」を見直し、心豊かに暮らしてみましよう！

「食」に関わる里山自然塾3連発をお贈りいたします！

その1．1月8日（日）「これぞ、春の七草」

七草粥は、昔から日本人に親しまれて来ましたが、それぞれに薬効も有り体にいいばかりではなく、平安時代には若い草を摘み食べる「菜つみ」は貴族の楽しみでもあったと言われます。ぜひ、「菜つみ」と七草粥を体験しにいらしてください。

その2．2月5日（日）「竹を楽しむ！」

竹は、里山で無秩序に竹藪として増加していて様々な問題がおきています。しかし、竹は加工しやすく、皿等で「食」とからめてゆくと、日本人の情緒をくすぐる素敵な食卓を演出することができます。この講座では、竹でご飯を炊いたり、オムレツを作ってみる他、食卓にワンポイントで使える簡単で情緒ある竹食器も作り、午後は一輪ざし、灯明等のインテリアづくりにも取り組みます。

その3．3月4日（日）「木と火の里山での出会い！燻製と花炭づくりを楽しむ！」

最近、自然エネルギーの話題が多く取り上げられています。人は長い間、木を使い火を起こして生活してきました。今回は、少し角度を変えて、「燻製」と「花炭」づくりに取り組みながら、里山でのなつかしく、あたたかい木と火の出会いに思いをはせてみたいと思います。

神話の里さくらおろちの食べごと塾最終回までラスト3回！

・毎回20人定員10人まで超過可。・参加費各回千円。（昼食付）

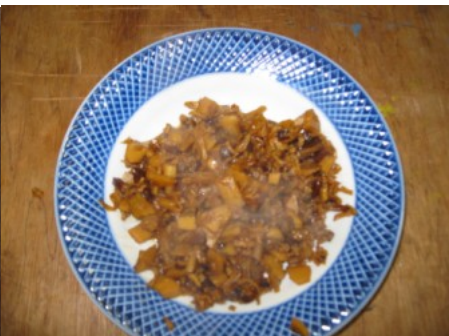
・第6回、第7回に関しては、ふるさと森林公園学習展示館前から9時10分発のマイクロバス無料送迎も実施。

第6回 1月15日（日） 10時～15時 会場：尾原公民館	「七草かゆ」と「猪汁」づくりとそれらをめぐる地域文化について	・「七草かゆ」づくり ・尾原地区のとんどさんに参加、とんどさんの「食」を楽しむ。 ・春の七草に関するお話
第7回 2月19日（日） 10時～15時 会場：奥出雲町布施アトリエえん	さくらおろち湖周辺の「食」への新しい取り組み「コロッケ」他アレンジの試み	・地元加工グループの紹介 ・「コロッケ」づくり ・地元素材をテーマにした？料理体験 ・新感覚の仕掛け人「食」を語る
第8回 3月3日（土） 10時～15時 会場：ふるさと森林公園学習展示館 ～松江市宍道町	第1幕の「現代版 食の神話づくり」の調理体験付き報告会	・調理体験 ・「現代版 食の神話づくり」の報告会 ・春へ向けて「山菜」のメッセージ

平成 23 年 11 月 27 日（日）ふるさと森林公園学習展示館において「第 4 回神話の里さくらおろちの食べごと塾」が開催されました。



今回の主役は「すもじ」です。干し大根、しいたけ、じゃこ、たけのこなどを細かくきざんで煮しめます。ごはんはふつうよりややかために炊いて、塩、酢、酒を加えて混ぜます。この酢飯に具を混ぜて出来上がりです。主にまつりの時に食べられました。鳥団子汁と里芋のおやきも作りました。



午後は、「切り干大根」に関する話がありました。縦切り、横切り色々あります。昔はわらに編んだり、ざるで干したりしましたが、今はハンガーに干したり、網かごでつるしたりしています。その後、針供養の時に食べられた「八日焼き」づくりをしました。おいしいお茶の時間を共にして第 4 回は終了しました。

学習展示館イベント紹介

1月8日(日) 10時～15時 里山自然塾「これぞ、春の七草！」

参加者募集中：参加費300円 場所：ふるさと森林公園学習展示館と園内

持ち物～弁当・飲み物 定員20名(申し込み順)

1月9日(月) 9時30分～11時30分 ふるさと森林公園学習展示館集合

第8回大人のための自然観察会(自然を撮ろう!カメラを持って集まろう!)

3年間、森林公園で自然観察会をやり続けた、森林インストラクター中村正志氏が、感動的な自然との出会いへご案内します。15歳以上の方のみご参加できます。

参加者募集中：参加費100円 前日正午まで申し込みをお受けします。

1月15日(日) 10時00分～15時00分 第6回「神話の里・さくらおろちの食べごと塾」

どんどさん、七草粥 場所：尾原公民館・とんどさん会場

参加者募集中 参加費：1,000円(昼食代込み) 定員：20名(申し込み順)

ふるさと森林公園学習展示館前9時10分発で無料送迎バスが出ます。

1月21日(土) 14時～17時 フォーラム「生物多様性の保全がまちを変える」

講師：白川勝信(広島県北広島町高原の自然館学芸員)

場所：ふるさと森林公園学習展示館

参加者募集中：参加費無料 定員30名(申込み順)

1月29日(日)ふるさと森林公園「森林ボランティア講座」

第5回：チェーンソーの基本と実践を学ぶ(目立ても含めてプロから教わります。)

参加者募集中：参加費300円 持ち物～弁当・軍手・飲み物・雨天時は雨具。

定員15名(申し込み順)

2月5日(日) 10時～15時 里山自然塾「竹を楽しむ！」

参加者募集中：参加費300円 場所：ふるさと森林公園学習展示館と園内

持ち物～弁当・飲み物 定員20名(申し込み順)

2月11日(月) 9時30分～11時30分 ふるさと森林公園学習展示館集合

第8回大人のための自然観察会(自然を撮ろう!カメラを持って集まろう!)

3年間、森林公園で自然観察会をやり続けた、森林インストラクター中村正志氏が、感動的な自然との出会いへご案内します。15歳以上の方のみご参加できます。

参加者募集中：参加費100円 前日正午まで申し込みをお受けします。

2月19日(日) 10時00分～15時00分 第7回「神話の里・さくらおろちの食べごと塾」

農村の創作料理・コロッケ他 場所：奥出雲町 アトリエえん

参加者募集中 参加費：1,000円(昼食代込み) 定員：20名(申し込み順)

ふるさと森林公園学習展示館前9時10分発で無料送迎バスが出ます。

イベントの申し込みは下記へ、イベント名・住所・氏名・電話番号を明記の上お申し込みください。

〒699-0406 松江市宍道町佐々布3352 ふるさと森林公園学習展示館もりふれ倶楽部

TEL(0852)66-3586 FAX(0852)66-3586 [メール morifure@coffee.ocn.ne.jp](mailto:morifure@coffee.ocn.ne.jp)

[ホームページ http://www.morifure.jp/](http://www.morifure.jp/) 担当：野田・宮崎