

いながわ特派員報告



鎌屋 郁子



本田 さとみ

大自然からのおすそわけ



イタドリ

こんな山菜が採れたよ!

ゼンマイ、ワラビ、オオバコ、ドクダミ、イタドリ、ヨモギ、タンポポ、スイバ、フキ、ミツバ、モミジ、ユキノシタ、カラスノエンドウ、カキの葉、アザミ、ヤブガラシ。大野山山頂付近で採れる山菜はこんなにたくさんあります。

また、非常に珍しいタンポポが見つかりました。カンサイタンポポです。これは昔から日本にあった在来植物ですが、繁殖力が弱いため、私達が普段見かけるセイヨウタンポポ(外国から入ってきた帰化植物)におされ、今では非常に貴重な品種となったようです。くれぐれも採取はせず、見守ってあげましょう。

山菜採取の注意点
一、山地に入る時は、地域の状況をよく知った人に行く。
一、毒草に十分注意する。
一、貴重な野草もあるので自然保護を考慮して採取する。
一、私有地の場合は所有者の了解を得る。
山菜は山に生えているからといって、無制限に採ってはいけません。自分達が食べる分だけ採取しましょう。自然に対する心使いをすることで、山菜は来年も私達に元気を与えてくれます。



大野山を散策

今回の参加者は、家族を中心に15人。数日前からの雨がうそのように晴天になりました。山菜を求めて散策開始です。リーダーの説明を聞きながら、みんな思い思いの場所で山菜を採り始めました。「ワラビ見つけたよ。これは何かなあ。」と楽しそうな声が聞こえてきます。

青空の下でいただきます

採れたての山菜を使って昼食作りです。メニューは、山菜おこわ、ミツバのスープ、クレソンのお浸し、ノビルの酢味噌和え、12種類の天ぷら、ヨモギ団子。リーダーの指示を受けてみんなてきぱきと働きます。子ども達も山菜を洗ったり、水気をふき取ったり一生懸命お手伝い。

一口に山菜といっても、その種類はとて多く、案外簡単に見つけることができます。今回は山菜の魅力と大野山の自然のすばらしさを皆さんにご紹介します。

こえてきます。子どもの方が目線が低いからでしょうか、大人より上手に山菜を見つけ、歓声を上げていました。体に良いと言われている森林浴をしながらの散策は、時のたつのも忘れるほど楽しいものです。

ふと腰を上げると、眼下に新緑の山々が広がっています。北にひととき大きくそびえる弥十郎ヶ岳(篠山市)、そして多紀アルプスの峰々。南には大船山(三田市)が見えます。雄大な景色を見てみると、日常の忙しさを忘れ、心の中が洗われるようでした。



からあつという間になくなってしまいました。ワラビの天ぷらは、後味がほろ苦く大人の味。イタドリは少し酸っぱい感じです。癖がなく一番人気だったのがユキノシタでした。フキの香りが食欲をそそる山菜おこわ、ミツバの香りのスープ、懐かしい味のヨモギ団子。どれも本当においしく、お腹も心も大満足です。家族で楽しむのもよし、ま

「まちの遊学会」に参加して

とても良いプログラムだと思います。他の参加者とも知り合いになれて楽しいです。



左から浅沼美奈さん(松尾台)、成相洋子さん(若葉)、成相幸子さん(若葉)



今日はおばあちゃんと一緒に山は大好き。ずっと遊んでいたい。
川原夢ちゃん(白金)

自然の中で子どもが成長していく姿に感動

野外活動指導者会

副会長 山田昌弘さんの話、「まちの遊学会」は、野外活動が大好きな者が集まって作った、猪名川町野外活動指導者会が主催する野外活動グループの一つです。町内外を問わず、ファミリーを対象にしたグループで、今年はおと3回の活動を予定しています。毎回、町子ども情報センター協議会(事務局「生涯学習課内」)が発行する「イナキッズ」などを通じて参加者を募集しますので、お気軽にご参加ください。

活動当日までの準備は大変ですが、メンバーと共に楽しくやっています。参加者に楽しんでもらうことはもちろん参加してください。

「まちの遊学会」以外にも、野外活動指導者会主催のグループが5つあります。
イナレンジャー トムソーヤーズ おやじのワイルドクッキング YOUNGあいJUKU
・・・ながらのハイキング
上記グループへの問い合わせは、福田宅(・FAX 66-0116)へ。

集記 編集後



山菜といえば、ワラビ、ヨモギ、フキくらいしか思い当たらなかったのですが、こんなにたくさん食べられる野草があるとは驚きました。大野山で採ってきたミツバを家に帰ってから早速、お吸

い物にしていただきました。なんともいえない香りが口いっぱい広がると、とても幸せな気分。その夜の食卓は、このミツバで会話が弾みました。大野山はこれからアジサイが美しい季節を迎えます。皆さんもぜひお出かけください。自然の中できつと何か発見がありますよ。【猪名川特派員】