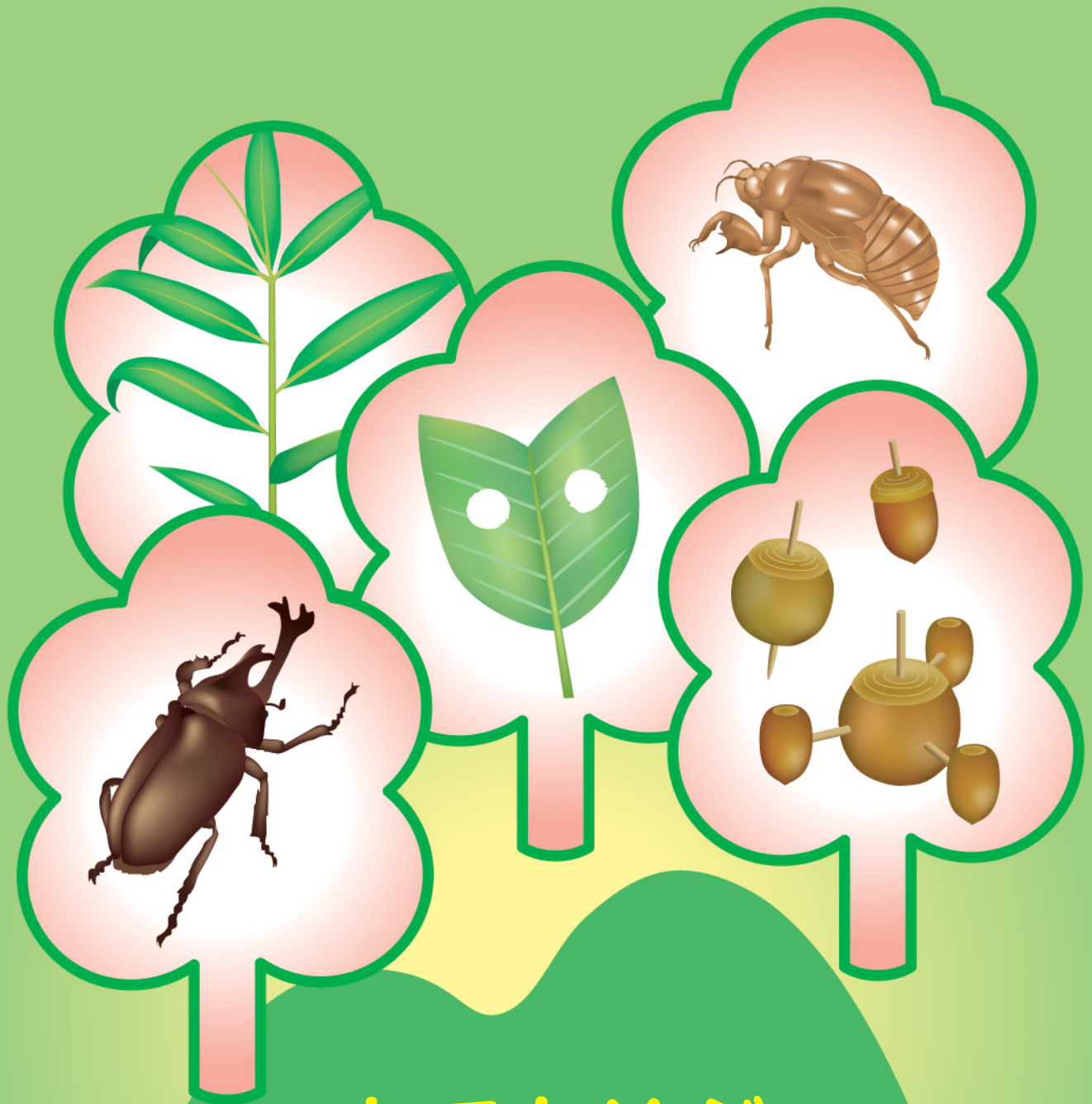




山であそぶ

 山のごちそうさがし

やま 山のごちそうさがし

はる やま
 春の山でさがそう

● 季節：春
 時間：3時間

やま
 山のしょくぶつは
 あくがあるので
 よくゆでてから
 食べよう。



おお
 大きい
 タケノコだ。

はる
 春のにおい。
 あまい土の
 においがするよ。



ひとくち
 かんそう



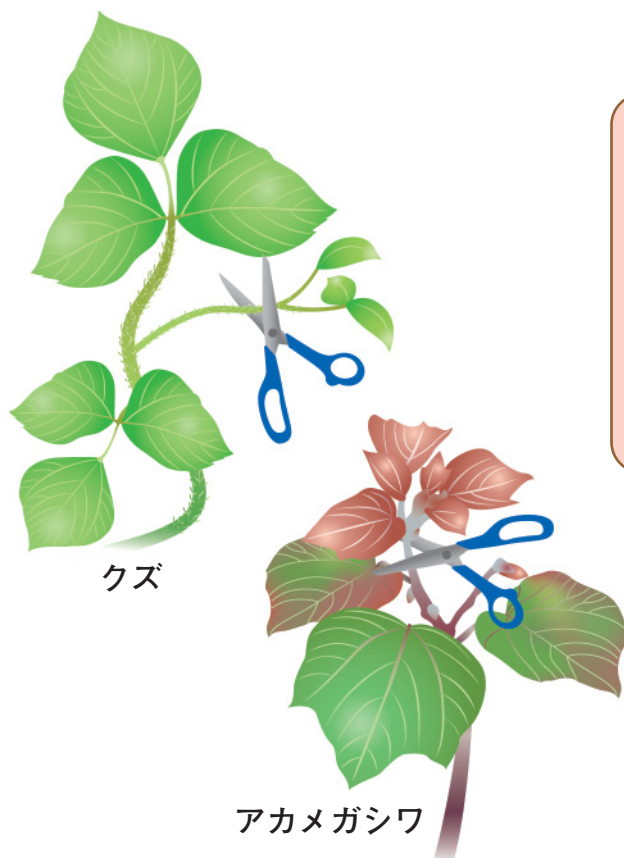


やま ^は山にたくさん生えている
クズやアカメガシワの
わかいめをつんで
^た食べてみよう。
どんなあじがするかな？

ねらい

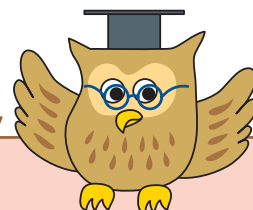
低

- ★食べられる植物を見分け、春の自然を味覚で感じる。
- ★山で採集する時のマナーに気づく。



クズ

アカメガシワ



^き気をつけよう。
^{さん}山さいなどの^し自ぜんのしょくぶつには
とりすぎるとなくなってしまうような
ものがあります。
とりすぎないように少しだけとってあ
^{すこ}じわってみましょう。



ひと^{くち}□
かんそう

A large yellow rectangular area with horizontal dashed lines for writing.



あき やま
秋の山でさがそう

●季節：秋 時間：3時間

シイのみ、クリを^た食べてみよう



スダジイ



マテバシイ



シバグリ



コナラやカシなどのドングリは
あくが^{つよ}強くてしぶいですが
むかしの人は水に^{ひと みず}さらして
あくをぬいて^た食べていたようです。



^{うち ひと}
家の人といっしょにドングリクッキーに
ちょうせんしてみてもいいね。





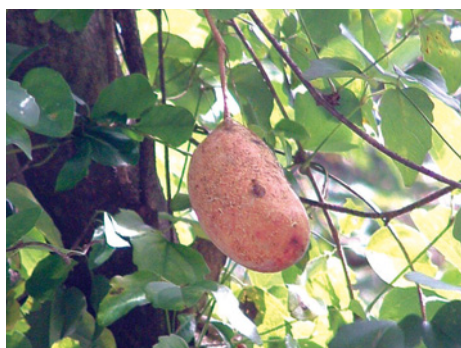
ねらい

幼・低

- ★秋の自然の中で食べられるものを探す。
- ★秋の自然の豊かさを味覚を使って感じる。

どくのある^き木のみもあるので、知^しっている人^{ひと}によく聞^きいてから
あじわってみよう。
よその家^{いえ}にうえてある^き木のみをとって食^たべたりしないようにしよう。

いろいろな^き木^たのみを食べてみよう



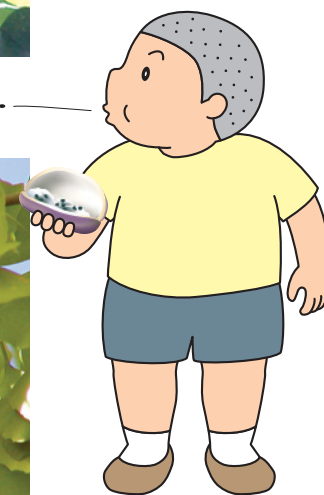
アケビ



ムベ



イチヨウ (ギンナン)



オニグルミ



カキ



ザクロ

はっぱでつつんで^た食べよう

●季節：春～夏 時間：4時間

ちまき^{つく}作り



チマキザサ



イグサ



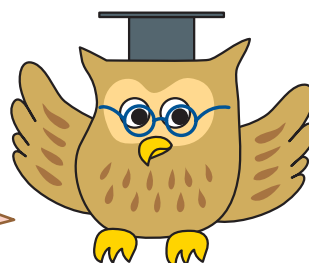
ササをとってきたら、1まいずつはずして、
きれいにあらっておきます。



まん中^{なか}のわかいめは、かおりがよいので
ひろ^{ひろ}げてつかいましょう。



よく知^しっている人に教^{ひと}えてもらったり、
家^{うち}の人^{ひと}に手^てつだってもらって作^{つく}りましょう。
ちいきによつて、まき^{かた}方がちがいます。
いろい^{おし}ろ教^{たの}えてもら^{たの}うと楽しいね。





つく かた
作り方だよ。

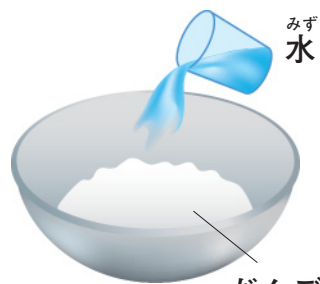
ねらい

低

★ちまきやかしわもちを作って味わい、
自然のかおりを感ずる。

★山の幸を生かし、生活を豊かにして
いる昔の人の知恵を知る。

1. だんご作り



みず
水

だんごのこ

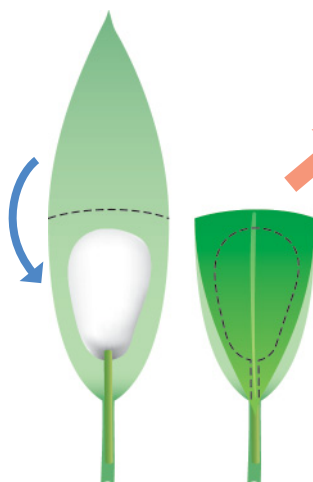
よくこねる。



た おお まる
食べやすい大きさに丸め
たけ 竹のじくをさしておく。



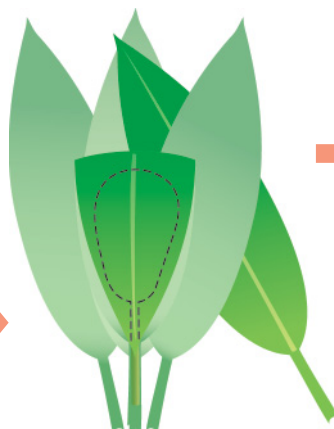
2. ささまき



できあがり



3、4 まいのササ



ササでつつんで
イグサをまいて
とめます。



できあがり

ゆでます。



あじやかおりの^{たの}しみながら^た食べましょう。

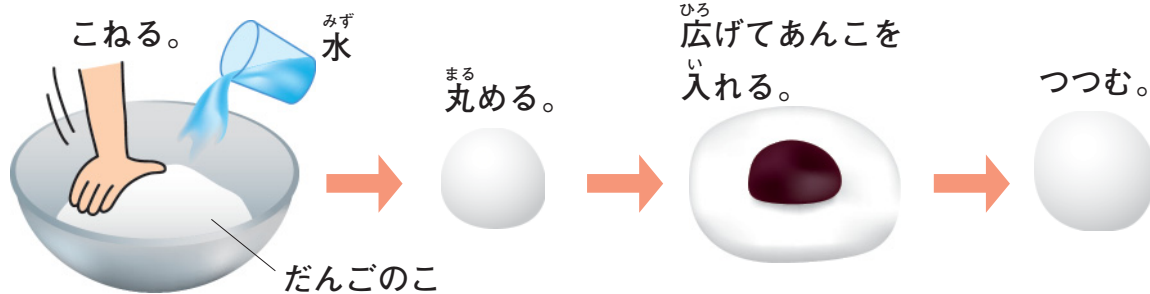
かしわもち作り



こんどはかしわもちの
作り方だよ。

しまねけんでは、サルトリイ
バラのはっぱをとってきて、か
しわもちを作ることが多いよう
です。

1.

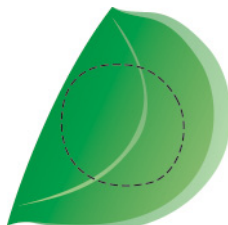


2.

小さいはっぱ
2まいで



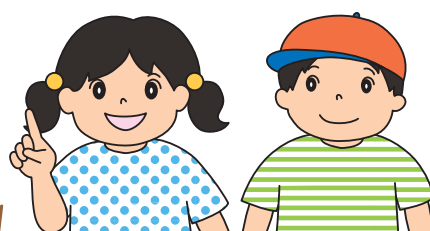
大きいはっぱ1まいを
はんぶん
半分におって



むしきに入れて
むします。



できあがったら、みんなで食べましょう。
かんそうを書きましょう。
どんなにおい？どんなあじ？

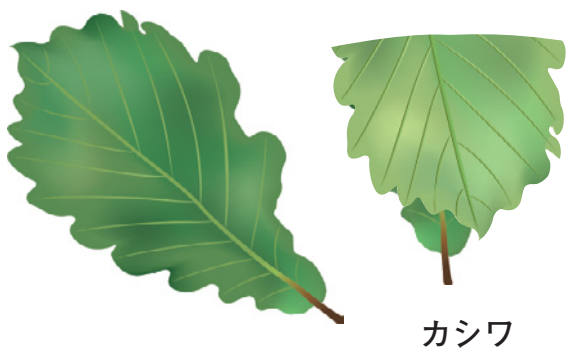


ひとくち
かんそう



サルトリイバラ

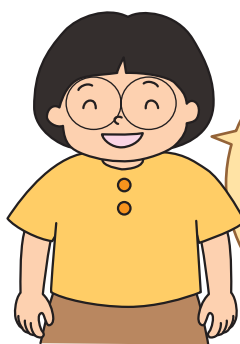
ちがうはっぱでもかしわもちが^{つく}作れます。ほかにもさがしてきて、においやあじをくらべてみましょう。



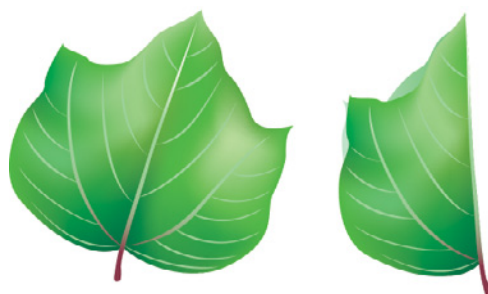
カシワ



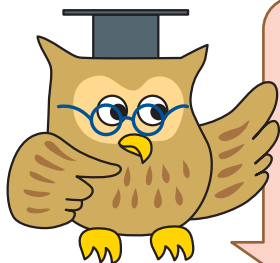
ナラガシワ



いろんなはっぱで
^{つく}作れるんだね。
ちょっとちがう
においがするね。



アカメガシワ



- ・ササやサルトリイバラなど、おもちをつつむはっぱには、ものをくさりにくくする^{ちから}力があります。むかし^{ひと}の人は、食^たべものをとっておくためにつかったようです。
- ・ゆでたしるを、家^{いえ}のまわりにまくと、虫^{むし}よけにもなるそうです。