



②③早春の草花を見つけよう

Observing Spring Plants

—植物調査プログラム—

● この活動のねらい ●

寒い冬でも、日があたるあたたかいところにはいろいろな草花があります。1月7日には、春の七草をおかゆにして食べる習慣もあるように、冬の田んぼには、春の七草をはじめとした植物があります。1月、2月、3月の時期にいろいろな草花を見つけ、身近な自然に親しんでみましょう。

● 調べる生きものについて ●

ここでは、春の七草を中心に田んぼのあぜで見られる食べられる草や早春に花を咲かせている植物を紹介し^{しょうかい}ます。

春の七草といえば、せり、なずな、ごぎょう、はこべら、ほとけのざ、すずな、すずしろですね。正月の7日に、これらの若くやわらかい葉などを材料にして七草がゆをつくるのも、よく知られたことです。

その他に、草もちの材料として使われるヨモギや、あたたかくなってくると出てくるフキ、スギナ（つくし）など、本格的な春が近づくにつれていろいろな草花が見られるようになります。ふだん見過ごしてしまいがちな早春の田んぼを探検して、いろいろな草花を見つけてみましょう。

● 活動上の注意 ●

- ・ 田んぼに入るときは、事前に持ち主にことわっておきましょう。

● 調べ方 ●

準備するもの

- ・ 記録用紙
- ・ 地図

- ・ 筆記用具
- ・ カメラ

- ・ 植物図鑑

1 調べる場所を決める。

田んぼに出かけます。調べるときには、どこからどこまでなど、調べるところを決めてから活動をはじめましょう。

2 調べる場所はどんなところかを調べる。

今から調べる場所がどこなのかを地図上で確かめます。くわしい住所が分かれば記録しておきましょう。

3 草花を見つける。

日当たりがよく、あたたかいところを注意して見てみましょう。



4 見つけた植物を記録する。

見つけることができた植物の名前を書いておきましょう。また、その植物の^{とくちょう}特徴などもスケッチなどをして記録しておくといよいでしょう。

春の七草

() 内は、現在の植物名



せり (セリ)

田んぼやみぞ、小川などしめったところに生える。花は夏に咲く。



なずな (ナズナ)

実が三味線のばちに似ているので、ペンペン草ともよばれる。



ごぎょう (ハハコグサ)

道ばたや畑にふつうに見られる。全体に綿毛におおわれていて、白っぽく見える。



はこべら (ハコベ)

花びらは5枚だが、深くさけているので10枚に見える。鳥のえさにもなる。

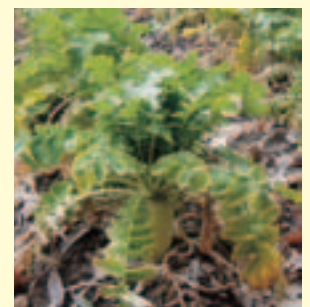


ほとけのざ (コオニタビラコ)

田んぼに多く見られる。シソのなかまで花の赤いホトケノザは、春の七草ではない。(P96参照)



すずな (カブ)



すずしろ (ダイコン)

どちらもアブラナ科の栽培植物。



七草がゆについて

松が明ける日に春の七草を食べる習慣は、すでに平安時代にはありました。当時は、現在のかゆとはちがって、熱い汁ものにして食べていたようです。七草がゆは、正月のごちそうで疲れた胃腸をいやし、冬に不足しがちなビタミン類をたっぷりおぎなうことができます。

● その他食べられる草花 ●



ヨモギ

葉の表面は緑色で、裏面は綿毛が密生していて白く見える。独特のにおいがある。



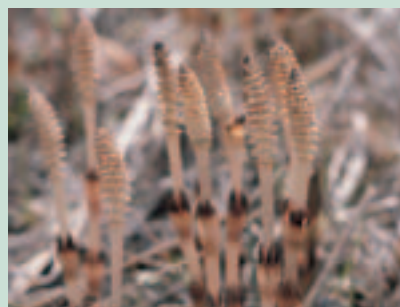
セイヨウタンポポ

ヨーロッパ原産。日本へは、サラダとして食べるのを目的に持ち込まれた。食べると独特の苦みがある。



フキ（ふきのとう）

山野に生え、ふきのとうはフキの若い花茎。ほろ苦い早春の味として親しまれている。



スギナ（つくし）

花が咲かないシダ植物。つくしはスギナの胞子茎で、地下でつながっている。



草もちについて

春の代表的な和菓子ともいえるのが草もちです。はじめは、ハハコグサを使って草もちにしていたそうですが、室町時代の頃からヨモギこもぎになったようです。その他、ヨモギの葉の裏にある毛を集めてお灸にも使われてきたのです。

みなさんも、草もちづくりにチャレンジしてみましょう。

タンポポから、コーヒーができます！

作り方

- ① タンポポの根をとってきて、よく洗い、きざみます。そして、よく乾かかわしましょう。
- ② 根が乾いたら、フライパンで20分くらい、ややこげ目が付くまでいります。
- ③ さめたら、ミキサーにかけて細かくします。
- ④ またフライパンでいって、さらに香ばしくします。
- ⑤ コーヒーと同じようにドリップして、できあがりです。

※つくるときには、校庭などにあるセイヨウタンポポでつくりましょう。



● 早春にさいている花 ●



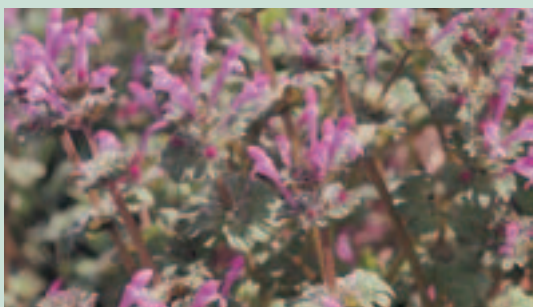
オオイヌノフグリ

ヨーロッパ、アフリカ原産。日だまりでさく。ルリ色の花をつける。名前は、果実の形から名付けられた。



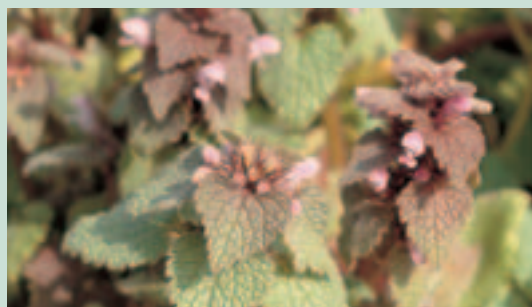
オランダミミナグサ

ヨーロッパ原産。日当たりのいいところならどこにでも生えている。全体に毛が多く、白っぽく見える。



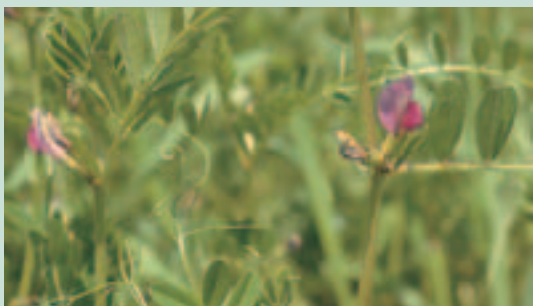
ホトケノザ

道ばたや畑にふつうに生える。葉を仏の座る蓮の花にたとえて名前が付いた。



ヒメオドリコソウ

ヨーロッパ原産。葉がつみ重なって三角すいの形で、赤紫色になる。群生して生える。



ヤハズエンドウ

豆の入ったさやが黒くなることから、別名カラスノエンドウ。花は赤く、野原や田んぼの土手に生える。



ノボロギク

ヨーロッパ原産。道ばたや畑にふつうに生える。花は1年中見ることができる。

参考となる資料

飯田勝明. 1997. 博物館での野外シリーズ2 営生沼周辺の野草. ミュージアムパーム茨城県自然博物館.

小澤製粉販売株式会社ホームページ

<http://homepage3.nifty.com/ozawa-riceflour/html/r-josinko.html>

植物図鑑.

【太田】