

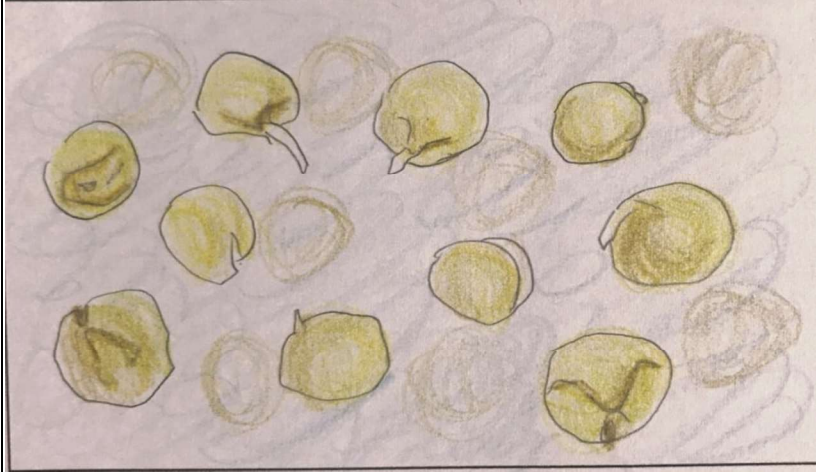


「マイ畑」体験シート



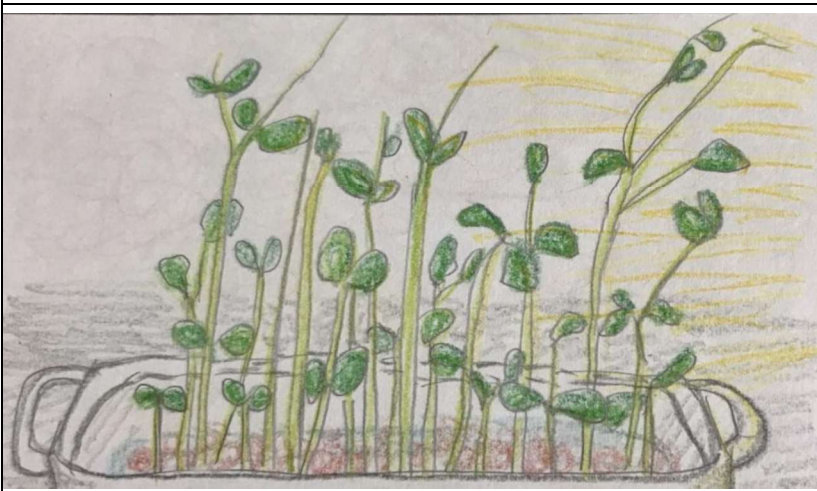
名前 松村星里

学生（中学生・高校生・大学生）・栄養士・教育関係者・
食育ボランティア・その他（ ）

ここには、写真やイラストを用いるなど工夫して記載してください。

※〇で囲んで下さい。

種まき	1日後	9月 5日（日）	【気づいたこと】
			<p>種が水を吸って膨らんでいる！ 皮が破れた隙間から白い根っこが出てきて水のある方向にのびはじめています。豆特有の、いい香りがもうしています。</p>
種まき	4日後	9月 8日（水）	【気づいたこと】
			<p>まだまだ大きく伸びない。焦らずゆっくり観察したいけれど、出てきた芽が少ししょぼしょぼしているのが気にかかる。日によく当たる場所に移動して、このまま少し様子見。 根が増えてきた！</p>
種まき	10日後	9月 14日（木）	【気づいたこと】
			<p>芽がなかなか元気にならないので入れる水の量を増やしてみると、夕方の2回目の水替えの時にはピン！っと元気な芽になっていて驚いた。今まで水が足りなかったんだと気づいて反省。明日からも気を付けたい。</p>

種まき 14日後 9月 16日 (木)	【気づいたこと】
	<p>すごいスピードでぐんぐん大きく育ち始めた。昨日より1~2cmは伸びたような気がして驚き。窓の方向に向かって茎が傾いていて、場所を移動させるとちゃんとその場所で一番日光が当たる方向に傾くので楽しい。</p>
種まき 17日後 9月 19日 (日)	【気づいたこと】
	<p>収穫間近になったと思う。背の高さが10~15cmほどになって、きれいな黄緑色をしている。水を替える頻度は一日二回と始めから一緒だが、水の濁り方が激しくなったし、豆苗のにおいも増してきたように感じる。</p>
収穫前種まき 18日後 9月 20日 (月)	【気づいたこと】
	<p>大きく育ってきている豆苗の先から細いツルが伸び始めたので一回目の収穫をすることにした。想像していたよりも控えめの成長にとどまったのは初期に水が足りなかった為かなと反省。根がたくましくなった。</p>

収穫した豆苗をおいしく食べよう！ 料理の名前：豆苗冷ややっこ

この料理を選んだ理由や 作ってみた感想



選んだ理由：豆苗を栽培しているうちに愛着がわき、豆苗そのものの味を味わってみたいとなったので、豆苗にしおコンショウ等調理操作をあまり加えずに作ることができる料理にしたいなと思っていた。そこに丁度良く冷蔵庫の中に買っていた豆腐があったので冷ややっこにした。

作ってみた感想：よくここまで育ててくれたとか、絶対においしい料理に生まれ変わらせてあげなくちゃ！と思いながら大切に調理をした。食べる時も、一本一本を味わうような気持ちで。食べるという行為の最初から最後までが、いつもより丁寧になった。シンプルな調理だけれど心を込めた一品が出来上がったと思う。写真の豆苗はシリコンスチーマーで調理したものだが、食べて足りなくなったため生の豆苗をさらに収穫して豆腐に乗けて食べた。蒸した豆苗も美味しかったけれど、生のは一段とすっきり、キリリとして温かみのある味でとても美味しかった。

【竹村先生の講座の感想】

食は人の心を豊かに育てる柱となるものであるという考えに、私も日々そういったことを考えていたので大変共感しました。

竹村先生の、手軽にお部屋で、家族一緒に取り組むことができる「マイ畑」という教材が画期的で良いなと思いました。親子なら、準備の段階で一緒に牛乳パックやペットボトルを使って工作を仲良く楽しむという過程も踏むことができ、家族の仲も深まるような活動だなと思いました。また、家にあるものを再利用して畑を作るという考え方も良いなと思い、こういった経験が、ものを大切に使う。だとか、自分が捨てようとしているものはまだ他に使えるんじゃないか。とか、自然の循環の中で人間も生きていて、どんな命も大切だし地球にやさしい選択をしようと思うきっかけになるのだなと伝わりました。自分で育てたのだという自信を持つことができるし、短い間でも小さな植物の持つ生きる力を感じたり、育っていく野菜に愛情が生まれたり、親になったような気分になって優しく見守るような時間が持てるマイ畑のような活動は、家にいることが増えた今のコロナ禍にもとてもあっている活動だと思いました。

【体験を通しての感想】

私は大学生一人暮らしで、一般家庭のように牛乳はあまり飲まないため牛乳パックが家がない、大きなペットボトル飲料も飲まないぞ。どうしよう。と思い、今回は試験的に豆苗プランターで、土ではなく水で栽培して種の様子や根が伸びる様子を観察してみようと思い、栽培を始めました。最初は、開始時期が遅くなった為、果たしてこのシートの提出期限までに豆苗が育つか。と不安に思っていたし、初めの一週間は水を入れる適量がつかめず少なかつたように思うように豆苗が育たず、小さな芽が次第にしょぼりしていく様子にどうすれば元気になるのだろうかとただ芽を見つめるような感じで心配でした。しかし二週間目、水の量の問題と気が付き改善してから豆苗は別人かのようにぐんぐんと成長し、しょぼしょぼの小さな芽のわきから元気な茎が伸びてきた時は、小さな植物に宿る大きな生命力に感動しました。植物を育てると、その生き抜く知恵や力強さに圧倒されることや元気づけられることが多いのですが、今回も勇気と感動を、小さな豆苗からもらうことができました。自分に子供ができた時は是非、家族でまずは工作からやりたいです。

【今後、ご自身がやってみたい体験や子ども達に体験させたいことがあれば、ぜひお聞かせください。】

これからも、自分で手間暇かけて、身体を動かし汗水たらして、頭を悩ませて何かを育てるという経験をたくさんして、心を豊かにしたいなと思うと同時に、そういった経験の中で自分の中に蓄積した知識や感動、見たもの聞いたもの感じたことを周りの人に伝えていけるようなことをしたいです。しかし、農業に携わるような大学ではないために、講義の中で継続的に作物に触れる、土に触れる、身体を動かす。といったことがないため今は自分の周りにそういった経験が伝わる機会が少ないです。現在大学3年で、私の大学では就職先に農業関係を視野に入れている人は、知っている限りではありません。子供たちへの働きかけもとても重要で、大切な時間だけれど、これから社会に出て自分たちの手で未来を作り出していく、社会を動かしていく側になっていく大学生にも是非講義を受けることができるような機会や体験の時間があつたらよいなと思いました。私も、自分自身では何かできないか、考えてみたいと思います。

【竹村先生からのコメント】

松村 星里 様

大学生から提出をいただき嬉しかったです。また、観察記録がイラストで描かれているのが素晴らしいです。中学生にも時々練習でやらせるのですが、なかなかうまく描く事ができません。どうしてもデジカメでの記録になるのですが、イラストの方が数段いいのです。自分が感じたことを強調して描くことが出来ます。例えば今回で言えば、1日後の根が出た瞬間や種まき17日、18日後の太陽の光に向かって伸びている様子、特にまきひげ根などは、写真ではとらえにくい部分です。

種まき1日後。(9月5日)。「種が水を吸って膨らんでいる。」この観察力が素晴らしいですね。「白い根っこが出てきて水のある方向に伸び始めている。」種まき1日後に根の出ることもすごいですが、その瞬間をとらえているのも素晴らしい。ただ、根は水の方向に伸びるのではなく、重力に対して正の方向(正の屈地性)があるので下(つまり水のある方向)に伸びる事になります。観察記録に匂いを入れるのはグットです。「豆特有の、いい香り」。

種まき4日後。(9月8日)。4日後という事ですが、やはり少し成長が遅い感じですね。一般的には10日後のスケッチくらい伸びていると思います。緑の芽が出てきたら、日によく当たる場所に移動させたのは正解です。

種まき10日後。(9月14日)。これは水耕栽培なので、根が水に浸かっている状態がベストだと思います。水のプラスは良かったですね。緑も濃くなり、これで安心です。

種まき14日後。(9月16日)。可愛いと思える瞬間ではないでしょうか。豆苗(植物)にとって、太陽の光が必要なのかが実感できたと思います。太陽の光を浴びて、光合成をして生きるためのパワーや体が作られます。

種まき17日後。(9月19日)。収穫には、丁度良い大きさになりましたね。スタートは少し心配になりましたが、よく頑張りました。一日二回の水替え。大変でしたね。水耕栽培は、水替えが大変です。土耕栽培だと、豆苗ならば1, 2回の水やりで立派に育ってくれます。チャンスがあれば土耕栽培にもチャレンジしてください。

種まき18日後。(9月20日)。水については、いい勉強になりましたね。光合成には水はかかせません。水耕栽培の難しさも体験でき、この豆苗栽培での、収穫も多かったのではないのでしょうか。

「収穫した豆苗をおいしく食べよう!」料理の名前:豆苗冷やっこ。

豆苗をしっかり味わいたい気持ちが伝わる料理だと思いました。シンプルな方が良いですし、豆腐の味がないことや白なので豆苗の味をしっかり感じ、見た目にもいい感じに仕上がりました。豆苗を生で食べるのも良いですよ。文章の表現も良かったです。「一本一本を味わうような気持ちで」。

【竹村先生の講座の感想】

ありがとうございます。竹村が伝えたいと思っていたことを確実に星里さんの心に届けられたことが、何よりうれしかったです。地球上にある物には、すべてに命があって、余分な物はなにも一つない。祖先から伝えられている命を守り、引き継いでいくことが生きるという事で、生かされている命を愛おしいと感じられる人が増えれば、世の中が変わると思っています。このマイ畑には、竹村の願いと生き方が集約されています。だからこそ、多くの人に体験していただきたいのです。

【体験を通しての感想】

短時間でしたが、豆苗の気持ちをしっかりつかむことが出来ましたね。自分の身近に生きるものがあることは、大切です。やさしさが芽生え、生きるパワーをもらうことが出来ます。また、栽培は工夫です。自分の身近な場所や持っているものを使って植物を育てられないかと考えることが大切です。プランターでの水耕栽培、良く工夫し頑張りました。合格です。

【今後、ご自身がやってみたい体験・・・】

星里さんのような方に「マイ畑」を体験していただけて、本当に良かったです。私は、小学校・中学校・農業高校・発達支援学校などで勤務させていただきましたが、一番教師としてやりたかったのが、大学での講義です。何故かと言うと大学生は、その後すぐに自分の生き方や職業を決定して、社会人としての第一歩を踏み出す大切な時期だと思っているので、自分の生き方を伝えてみたいと思っているからです。今後もチャレンジしていくつもりです。今のところ福岡教育大学・長崎大学・埼玉大学などで、講義ができそうです。ただ、コロナが収まらないと対面講義ができないので、先が見通せない状況ですが・・・。

星里さんの話に戻しますが、農業関係の仕事とは、縁の無い大学や進路選択であると言われておりましたが、自分がやりたいという事を常に考えて実践していれば、道は必ずと開けるものだと思っています。実は私は両親が教師で(妻も先生ですが)農業とは全く縁がない環境で育ち、自分も教師になる事を目指していました。当然大学は、静岡大学教育学部です。当初は、理科の教師を目指していましたが、合格した教科が技術科でした。そこで栽培と出会うことになったのですが、ここからも紆余曲折でして、「栽培竹村」になったのは、本当に偶然です。この話は、最近「生き方講座」で呼んでもらえることがあるので、講演させていただくことがあります。機会があれば、星里さんにもお伝え出来るといいのですが。とにかく努力していれば(一日一歩進んでいけば)必ずゴールに近づけます。がんばれ。

人間は、出会いが大切です。一生を大きく左右します。この出会いも大切にしていきたいと思いますので、今後も連絡をいただければ幸いです。