

# 「マイ畑」を 楽しんだ 参加者の声

～「『マイ畑』  
体験シート」より～

毎日、朝いちばんに写真を撮りました。  
どんだんのびるので、カメラにおさま  
らなくなってビックリしました。

小学校の理科で芽より根が先に出  
てくると習ったが、実際に見て本  
当だと思った。

## 【体験前】

前に、食べ物を植えたいと言ったときに、  
家の庭やベランダは日が当たらないので  
食べ物は作れないと言われていたけど、  
牛乳パックとペットボトルの畑を窓際に  
置いたら日が当たるのでちゃんと育ちそ  
うだと思った。水をあげすぎないように  
気を付けようと思った。

封筒で届いた種は、とても軽くてし  
わしわで、生命力は全く感じません  
でしたが、種が水を吸って根が出た  
時、驚いたし、感動しました。

## 【体験後】

種まきからたったの2日で芽が出たこと  
に一番おどろきました。そのあとどんど  
ん伸びるのを計るのが楽しかったです。  
雨の日よりも晴れの日のほうがよく伸び  
ることが分かりました

きのうまでは芽が出てなかったけ  
ど、朝見たら芽が出ていてうれし  
かった。一番左のパックからは芽  
がでていない。

簡単に（料理）できるものにした。

野菜は苦手だけど ラーメンやピザなど  
の味のこいものと食べると気にならず食  
べれた。

豆苗は好きじゃなかったけど、自分  
で育てた豆苗はおいしくて、いつも  
食べているお店で売っている豆苗よ  
り食べれた。

色どりがよくなった。



# 「マイ畑」を 楽しんだ 参加者の声

～「『マイ畑』  
体験シート」より～

大学の研究室で卒論生と一緒に動画を見て、栽培を始めました。学生はとても楽しそうに豆苗畑を作り、名前をつけて育てていました。成長が速いので毎日変化があり、観察も楽しく続けられました。

自分たちで育てた豆苗を収穫し、調理し、食べることで、スーパーで買って来たものとは違い、命に対する感謝の気持ちや普段便利に食材を購入できることの有難さを感じることができました。

とうみょうのにおいがきらいだったけどだんだんなれて、たべられた

（豆苗料理を）3品も作ってくれたお母さんはスゴイ！ありがとう！！

先生の講座の中では、食べること、特に自分で育てて食べることの大切さについてご説明いただき、あらためて、食べることが体作りだけではなく人を作る基本になっていると感じました。

音楽にのり、楽しく視聴できました。

こんなに早く、すくすくと育つことにびっくりしました。豆のパワーはすごいんですね。

めが出てから3日  
とってものびて、スーパーで売っているとうみょうみたい

はさみで しゅうかくするのがたのしかった。

くり返し、収穫する。  
部分的には（10本程）畑へ移植した。

室内で育てることで、観葉植物の代わりになり部屋も明るくなりました。



# 「マイ畑」を 楽しんだ 参加者の声

～「『マイ畑』  
体験シート」より～

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。

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。

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、育ててい  
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。

短期間で成長、収穫し、調理、  
試食できる食材を、今後も  
作って、夏休みの取り組みに  
できるといいなと思いました。

(今後の体験として、) 太陽  
の光を浴びる、浴びないで、  
どのような違いが出てくるか。

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。

家にある材料や牛乳パック、ペッ  
トボトルのできるのでお手軽で、  
始めやすかったです。簡単で楽し  
いので、何かの機会があれば伝え  
ていきたいと思います。

