

# 竹村先生が伝えたいこと

～「『マイ畑』体験シート」より～

「食育」は理論ではなく、体験の中から自然と芽生えてくるものだと思っています。自分で育てた野菜を調理して食べる事で、命に対する感謝、栽培の大変さ・面白さが伝わればと思っています。

豆苗の美味しさ、栄養を堪能されたのではないのでしょうか。豆苗も、この様に食べていただければ、感謝しているのではないのでしょうか。ありがとうございました。家庭菜園で取れた野菜を自分で料理して、家族で味わう。最高の贅沢ですね。

部屋の中に生き物がいて、一緒に成長していることが実感できるのがいいですね。豆苗パワーは素晴らしいです。いつも元気をもらえます。

「食べる事が、人を作る基本になっていると感じた」という言葉がありましたが、この講座の狙いそのものです。それに気づいて頂けたことが何より嬉しかったです。

学校の授業や色々な講座でも、豆苗栽培を始める前に必ずこの2つの料理（豆苗入りラーメンとピザ）を食べてもらい、体験してもらっています。おいしいと思ったら、今度は自分で豆苗を育てて食べてみましょう。という感じになります。食べるために野菜を育てる事を意識させたいですね。

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。



# 竹村先生が伝えたいこと

～「『マイ畑』体験シート」より～

実は私が一番大切にしているのは土なのです。子どもの中には（大人もそうですが）土は汚いから触れない、手袋をしないとできないという子どもがいます。「母なる大地」という言葉があります。生きているすべての物は、土から生まれ土にかえるものです。土1gには1億個の菌や微生物がいますと言われています。これらの目に見えない生き物によって支えられています。だからこそ土の大切さ、温かさを理解できる人になってほしいので土にこだわっています。

地元の特産物と豆苗を合わせて料理するのは、とても良いことで私も出来るだけ地元で取れる物や特産物を料理に使うように心がけています。

部屋の中でも育てることができるので、太陽の光が当たる場所をさがして、そこで植物を育てられるような工夫をすることです。野菜作りは、工夫しだいで、どんどん楽しくなります。これからもがんばれ。植物を枯らす一番の原因は、水のやりすぎです。生きているものは、全部呼吸（息をする、空気をすう）しています。水に浸けておいたら息ができないよね。苦しいよね。育てる野菜さんの気持ちになって育てることが大切です。

豆苗と大豆と一緒に種をまいて育ててみようという考え大賛成です。特に今回、賞味期限の切れた物があるからやってみようという発想や柔軟性に感動です。

