

ひろしま自然保育推進事業 活動報告書

- 1 東広島シュタイナーこども園さくら
- 2 今年度の活動事例

【事例：シソの実の塩漬け作り】

日にち：令和4年9月21日（水）

場所：こども園さくら（東広島市八本松町篠）

目的：シソの活用を知ると共に、触覚や嗅覚、味覚など五感を使った体験活動を行う

事前準備：シソの花が咲き始めると、花穂として収穫し、お味噌汁やサラダ等に入れて、シソに親しむ

準備物：ざる、はさみ、大きいボール、皿、お玉、塩、甕、消毒用ホワイトリカー
重し

〈当日の様子〉

シソの花が咲いた後、ぷっくりとシソの実が膨らんできた頃合いをみて、シソの実を収穫します。実が大きくなって日がたちすぎると固くなったり茶色くなってきたりするので、日頃からシソの実をよく観察しておき、収穫する時期が遅くなりすぎないように気を付けます。収穫する際には、作業がしやすいように、シソの穂の先だけ取らずに、できるだけ長く穂の付け根のところからハサミで切るようにします。

ハサミで穂を切ると、青じそのいい香りに包まれます。子ども達は競うように、長い穂を見つけて切ったり、手に持ちきれないくらい集めたりと、どんどん収穫していきます。



〈長いシソの実あったよ！〉



〈こんなに取れたよー！〉

シソの実を収穫した後は、指でシソの実を挟むようにして持ち、穂の根元に近い方から先の方に向かってしごいて実を外していきます。この方向をでしごと、実が驚くほどずーっとぼろぼろ落ちていき、「いっぱい取れる！」「気持ちいい！」と子ども達も熱中する作業です。植物の実がきれいに取れる快感を味わうと、何度もやりたくなり、「ずーっと

やっていたい」というお友達も。取れた実がお皿にどんどん増えていくため、自分がどれだけできたかが視覚的によく分かり、達成感を実感しやすいこともあるかもしれません。

実をしごく作業ですが、しごく方向を反対にしまうと、なかなか実が取れません。子ども達も慣れるまで試行錯誤していますが、「逆向きにやると取れない」という経験も自然の摂理を体験として知ることにつながるように思います。



〈きれいに外せたよ！〉



〈どんな味になるのかな〜〉

実を外した後は、きれいに洗って、しばらく水に浸してアクを抜きます。そして、しっかり水気をきってから、甕のなかにシソの実と塩を入れて混ぜ、重しをして、シソの実の塩漬けを作ります。

塩漬けにして5日後位から、シソの実と塩がよくなじみ、食べることができます。さくらでは、給食の時にご飯の上にかけて食べたり、おにぎりに混ぜ込んだりして食べていますが、「いい匂い」「ご飯に合う〜」と子ども達も大好きなご飯のお供です。シソの実は、ぷちっとした食感も楽しく、香りと共に食す際にも様々な感覚を刺激することができる食材であると考えています。

〈所感と課題〉

シソは、葉や花、実など、時期を追って、収穫し、食し、加工することができる植物です。植物の成長や変化を感じながら、自身の様々な五感を使ってその植物と関わるができることは、子ども達にとって豊かな自然体験になることと思います。

以前にしその花で押し花を作ったり、こすり染めをしたことがありますが、今後は食すだけでなく、染めものや制作活動にも展開していき、より幅広い自然体験となるように取り組んでいきたいと思っています。