

「エコ・ハウスたかねざわ」学習プログラム		分野	植物と暮らし	プログラム No	自然	7
対象	小学2年生以上	場所	野外及び室内	期間	春から夏まで	
プログラム名	ゆうがおを育てる・かんぴょうを作る					
<p><プログラムの目的>(学習のねらい)</p> <p>○ゆうがおを種から育てることにより、植物の成長に関心を高める。(低学年)</p> <p>○ゆうがお実から“かんぴょう”づくりを行うことで、食品の生産の大切さ大変さを知ることになる。 *スローフード(中・高学年)</p> <p>○ゆうがおの実から郷土民具“ふくべ細工”ができることを知り、栃木県の郷土民具を調べる。 (中・高学年)</p> <p>“かんぴょう”は栃木県が日本一の生産量です。その“かんぴょう”がゆうがおの実からできることを知っていますか。お店では干した“かんぴょう”が乾物類として売られていますが、できあがるまでの過程を体験する機会は失われています。どんな食品にもできるまでの過程があり、その過程を知ることによって、物ができあがるまで手間がかかることや、おいしく食べるために、先人のがどれほど知恵を使ったのかを、ぜひ知ってください。</p> <p>できあがった“かんぴょう”はぜひ子供たちと「のりまき」や「太巻き」づくりをして、味わってください。</p>						

すすめ方 その1. ゆうがお育てる

対象: 全学年

1. ゆうがおの苗を植える

- ゆうがおは春先(5月初旬)に苗を購入します。1本の苗で、3~4ヶ(少なくとも2ヶ)は収穫できますので、植えるのは1~2本でよいでしょう。
- 畑に直接植えますが、畑には石灰や堆肥を混ぜて耕しておきます。黒いビニール(マルチ)を敷いて地熱をあげると成長を促進します。
- 非常に大きくツルを伸ばしますので、苗の間隔は空けてください。
- ツルを伸ばし始めたら、地面一面に麦わら(わらなら何でもよい)を敷きます。敷くことにより雑草の防除、畑の保温ができます。何よりかんぴょうの玉を傷つけない役目があります。
- 時々追肥してください。



黒いビニール(マルチ)を敷きました



ツルが伸びてきたのでわらを敷きました

2. ゆうがおを育てる

- 苗の本葉は4～5枚になったら摘芯をします。
- 子ツルを3～4本伸ばして、それぞれ葉が8～10枚になったところで先端を摘み取ります。さらに孫ヅルを出させて、それを結実させます。

実がふくらんできました



3. ゆうがおの花が咲きました

- 苗を植えて1ヶ月ほどで一番玉の花が咲き始めます。ゆうがおの花です。名前の通り夕方、日が暮れ始めるといっせいにきれいな白い花さかせます。



かわいいゆうがおの花が咲きました



4. ふくべ (ゆうがおの実) が育ちました

- 花に受粉されて約週間程でふくべ(ゆうがおの実)ができてきます。
- まるまると大きく育ったゆうがおの実は1ヶ7～8kgにもなります。
- ツルと実を切り離して、さあ収穫です。

こんな大きくなりました！



【工夫・留意点】

- 実が熟しすぎないように注意してください。実とツルの付け根あたりから、しわや裂け目ができてきたらすぐ収穫しましょう。
- 収穫したらすぐにかんぴょうづくりを行いましょう。
- かんぴょうを干す際には、ぜったいに雨にあてないようにします。

すすめ方 その2. かんぴょうづくり

対象:2年生以上

所要時間:40分～ 実施時期:収穫後

キーワード:自然の恵み・調理

■かんぴょうづくり

1. 準備するもの

- かんぴょうカンナ
- 包丁
- まな板
- ザル
- 干す場所 (物干しざお)



かんぴょうカンナ

2. 作り方



① ゆうがおの実を輪切りにします。



② 種の部分を切り取ります。



③ 実の内側からカンピョウカンナで薄く削っていきます。



④ みんなで体験しましょう！



⑤ うまくなるとず～っとつながります。



⑥ かんぴょうを干して乾かします。
(夏の太陽のもとで約半日)

■太巻きをつくる



材料:醤油、砂糖 各大さじ4

お酒 カップ1/2、みりん大さじ2

①かんぴょうは水洗いをしてから、たっぷりのお湯で柔らかくなりまでゆでます。煮汁がなくなるまで煮含めます。



②かんぴょうを煮ている間に、酢めしを用意します。



③まきすにのりを敷き、酢めしを手前から3/2ほどのせます。



④かんぴょうやきゅうり、玉子焼きなどをのせて、一気に巻きます。



⑤おいしそうにできあがり！

みんなでたべよう



