

理科室より 東小の草花③



あき みの きせつ い はる しょか さんさい やそう たの れいねん
秋は実りの季節とよく言いますが、春から初夏にかけては山菜や野草が楽しみなもの。例年

さとやまある かわら さんさく しぜん すそわ
ならば里山歩きや河原の散策で、自然のお裾分けにあずかるのですが…。

ひがししょうがっこう しきちない じつ た やそう み
東小学校の敷地内にも、実は食べられる野草がたくさん見かけられます。



<ハコベ>

はる ななくさ ゆうめい
春の七草として有名ですね。五弁の花だからこれは
ウシハコベかな？ハコベの仲間ほぼ「すべて」食べ
られます(おいしくない仲間も)。

ことり えき つか
小鳥の餌としても使われ「ヒヨコグサ」と呼ばれること
もあります。



<ナズナ>

はる ななくさ にが す きな やそう
こちらも春の七草。ほろ苦く、好きな野草です。た
だ、ここまで育つと堅くて食べるのにはむきません。

わたし す ちいき みみ うし あ ととき おと
私の住んでいた地域では耳の後ろに当てた時の音
から「ペンペングサ」なんて呼びました。上田ではどう
でしょうか？



<タネツケバナ>

なかにわ ひ あ
中庭の日当たりがよくなってからたくさん生えるよう
になった、ピリリと辛い野草。

なま
生でもいけますし、おひたしも乙ですね。



<アザミのなかま>

は てん
葉は天ぷらで。根は味噌に漬け込んだりして。ヤマ
ゴボウとして有名ですね。

アザミの仲間も、ほぼ全てが食べられます。

※注意！野草の中には毒をもっている物もあり、よく調べないで「やってみよう食べてみよう」は危険です。タイトル横のイラストは「ノビル」。おいしい野草ですが少し似ている毒草を間違えて食べる人が毎年出ます。見分けるポイントは「折ってみてネギ・ニラと似た香りがするか」と「鱗茎の形」です。また、食べ過ぎるとよくない・生では危険な野草や山菜も多いので、正しい知識と確認を怠らぬ。