

☆ 春の七草をさがそう！を行いました（1月6日） ☆

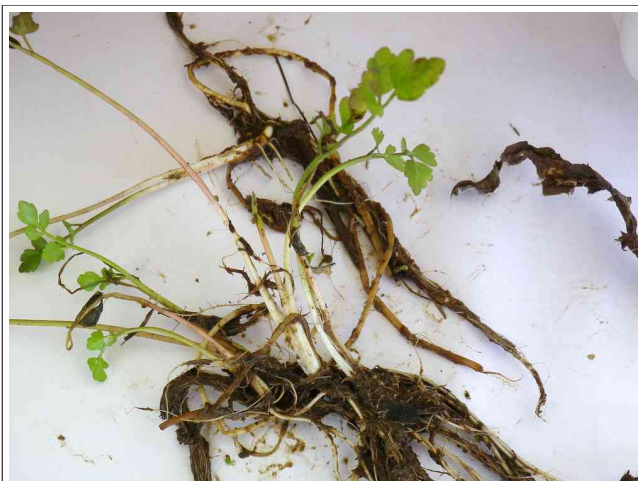
せり なずな おぎょう はこべら ほとけのぎ すずな すずしろ これぞ七くさ（詠み人知らず）

正月7日に食べる七草粥。七草は地域や時代によって諸説ありますが、一般に上の7種、標準和名では順に、セリ、ナズナ、ハハコグサ、コハコベ、コオニタビラコ、カブ、ダイコンのことだといわれています。カブとダイコンは栽培種ですが、いずれも田んぼや畑などで見られる植物。七草粥は、新春の若菜を摘んでその生命力にあやかろうとしたもので、野菜の不足しがちな冬季に栄養素を補う効果もあります。日本では古くからそうした新春の若菜を摘む「若菜摘み」の風習がありますので、自然観察園でも冬の植物観察と併せてチャレンジしてみました。

本来は旧暦（陰暦）の正月7日の行事であり、少々早いのですが、セリとハハコグサを発見。その他、タネツケバナやヒメジョオン、オオバコなどの食べられる植物、チチコグサモドキやオランダミミナグサなどの外来植物など、冬の植物のようすを観察できました。

観察後は用意しておいたカブとダイコン、採ってきたセリ、ハハコグサを入れた“七草粥”を頂いて、一年の無病息災を願いました。

七草の中にはコオニタビラコなど、近年少なくなっている植物もあります。「若菜摘み」で、春の七草をさがしながら、身の周りの自然を見直していきましょう。



田んぼの雑草だけどおいしい セリ(芹)



クレソンみたいでいける タネツケバナ(種漬け花)



寒い日の“七草粥”に体が温まりました。
ロケットストーブも活躍です。



コオニタビラコ(2007年4月5日、愛媛県松山市にて)
見られる田んぼが少なくなっています。