



愛川ふれあいの村1月の風景

平成28年1月 自然のたより

暖冬の影響で「冬」より先に「春」を感じた1月前半。蟬梅が咲き、次に紅梅・白梅が咲き始めていました。後半には、寒気と低気圧の関係で雪が降り、村内は一面銀世界となりました。積雪のおかげで野生動物たちのフィールドサインや雪上からエサを探す姿など普段は見られない景色を見ることができました。



氷の華をつけるシモバシラ



側溝から姿を現したタヌキ



雪上に残ったハクセキレイの足跡



ジョウビタキ



開花したハクバイ



ハリギリに止まるモズ



暖冬で咲いたサクラ



エサを探すカシラダカ



氷の中に埋もれた枯葉



マツの球果



ホトギスの種子と花の跡



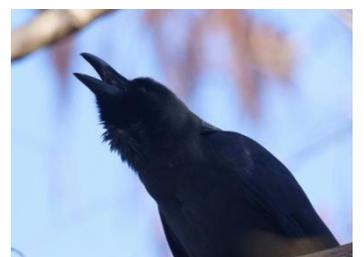
トガラウの種子散布の瞬間



水滴の中の世界



トラツグミ



仲間を呼ぶハグマ

◆菌なしでは和食は語れない!◆

～菌からの恵み～

私たち日本人の食文化である「和食」が2015年に【ユネスコ無形文化遺産】に登録されたのは記憶に新しい出来事です。

「和食」の代表と言えば、発酵食品。漬けものや納豆といった食べ物はもちろん、みりんや醤油、味噌、かつおぶしなどの調味料や焼酎、日本酒といった飲み物も発酵が関わっています。

さて、この「発酵食品」にとって必要不可欠なものが「菌」です。「菌」と聞くと悪いイメージを連想することも多いと思いますが、実は菌の中でも人間にとって「悪い菌」と「良い菌」がいるのです。

悪い菌とは、体内に入ると体の機能に異常をきたす菌のこと、良い菌とは腸内環境を整えたり、人間の食べ物を作り出したりする菌のことです。

菌の中でも「和食」を作るのに必要な「コウジ菌」はアジア圏の限られた場所にしかいなく、味噌や醤油、日本酒など様々なものを作りだしています。世界を見つめると「乳酸菌」を使って乳製品、「イースト菌」でパン類を作っています。

私たちの身の周りには目に見えない「菌」がたくさんいます。空気中や土の中、そして体の中。微生物たちがいるからこそ、動物の体は正常に機能していますし、植物も成長できるのです。

「菌」というだけで全て排除してしまうとユネスコに登録された『和食』が消えてしまうかもしれません。

生活の中で上手に菌と付き合っていくことがこれから必要になるのではないのでしょうか。



米に付いたコウジ菌

▼カメムシのニオイ…▼

「カメムシ」の匂いにどんなイメージがありますか？秋から冬にかけてカメムシは暖かいところを求め、建物の中に入ってくる場合があります。

さて、カメムシは身の危険を察知すると「クサイ」ニオイを発して身を守ります。

しかし、実はこの「ニオイ」の成分が、食べ物の「パクチー」とほぼ同じ成分なのです。パクチー料理が多い東南アジアでは、ニオイが似ているカメムシを食用にしていることもあるそうです。

興味がある方は食してみたいかどうかでしょうか。



★旬のお知らせ：2月★

夏が旬だと思われている「キウイフルーツ」。実は2月が旬なのです。というのも、日本産のものに限ります。

日本では秋に実がなるので、それから収穫し、冬まで追熟させます。収穫後すぐに食べようとしても硬く酸っぱいため、食べられません。そのため、夏に売られているキウイフルーツはほぼ外国産のものでした。

今や交通の便も農作物の栽培技術も進化してきているため、【旬】や【地の物】に関係なく、いつでもどこでも食べられるようになりました。手に入れることが簡単になった分、季節感が薄れていることも現実です。毎日の食卓にあるものをもう一度見直して四季を感じていきたいですね。



◎二月の

注目ポイント◎

一月と言えば、「節分」があります。「節分」とは、季節の変わり目を意味する「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日のことを言います。中でも、「立春」は「新年を迎えるにも等しいほど大切な節目だったことから、室町時代くらいから「節分」立春の前日だけを指すようになったそうです。

さて、節分に「豆まき」を行いますが、使う豆は「大豆」です。なぜ、数ある種類の中でも「大豆」なのかと言うと、五穀の内の一つであることや米よりも大きいこと、そして、穀物に宿る精霊(穀霊)で悪霊を祓うことに適していることなどから大豆を使うようになったと言われています。

ちなみに撒く大豆はしっかりと火を通してから撒くようにしましょう。昔は、火を通してないと、拾い損ねた大豆が芽を出して、災いを招くと言われていたこともあり、実際、家の下から芽が出て困りますよね。

伝統行事を知り、自然と上手に付き合っ生活していけたら素敵ですね。



発行者：神奈川県立愛川ふれあいの村

TEL：046-281-1611 HP：<http://fureai-aikawa.com/>

写真：吉田文雄・多田藍子・菅原妙子・大瀧裕基子

文章：大瀧裕基子

編集：大瀧裕基子・吉田文雄



愛川ふれあいの村で、検索★