

にっしんESD講座通信

2021年2月20日

のんびり風土(FOOD) がゆ 七草粥編

4 質の高い教育を
みんなに



15 陸の豊かさも
守ろう



里山暮らしを体験することで、自然の大切さや日々の暮らしを見直すきっかけに
いただく講座がにっしんのんびり村で開かれました。

この講座は、持続可能な社会の担い手を育む「人づくり」を目指すESD(持続可能な
開発のための教育)活動の一環として行われています。講師は、にっしんのんびり村
の代表の村田尚生さんです。

今回は、みんなで七草を摘んで七草粥を作り
無病息災を祈りました。まずは村田さんの説明
を聞きながら里山を歩き七草を摘みました。
普段は気にしていませんが、足元に生えている
草も食べられること、香りを覚えると間違えず
に摘むことができることを教わりました。



みんなで七草摘み

その後、摘んだ七草を刻むときにみんなで七草
の歌を歌いました。地域によって歌詞は違うよ
うですが、どの歌も無病息災の祈りであるこ
とは変わりありません。みなさん、コロナの一日
でも早い終息を祈っていたように思います。



七草を刻みながら無病息災をお祈り

本来であれば、この自然豊かなのんびり村で食べるのがより美味しいですが、コロナ
禍の現状もあり、今回はお持ち帰りして食べてもらうことにしました。参加者は、自分
で摘んで刻んだ七草を使ったお粥をいただくことで自然の恵みを肌で感じていただ
けたと思います。