

大人のための通信

発行日：2013/3/15

下半期分（10～2月）

発行：財団法人札幌市青少年女性活動協会 / 札幌市滝野自然学園

みなさんこんにちは！ やっと厳しい寒さも緩み、日差しに温かみを感じるようになってきました。いかがお過ごしですか？「大人のための自然学校」担当の村上です。当事業にご参加いただきまして誠にありがとうございます！！

先日、今年度最後の「大人のための自然学校（以下、自然学校）」が開催され、無事に全ての回を終了することができました。突然の改修工事の騒音があった回もありました（ごめんなさい）し、予定よりも少ない人数のため心の距離が近い回もありました。なんだかあっという間に一年がすぎた気がします。みなさんは自然学校の参加で四季を感じたり、懐かしさを感じたりすることができたでしょうか？

さて、本誌では下半期5回をふりかえり、活動内容をお知らせします。参加されました回も、またそうでない回も楽しんでお読みいただければと思います。

最近の滝野自然学園

今年の滝野の積雪量は
市内1！だそうです！



先日の滝野自然学園に大きな重機が！…取り壊しじゃありません！市内全域がそうだと思いますが、今年の雪の量はすさまじいですね。例に漏れず自然学園もものすごい量の雪！雪で窓ガラスがみえませぬ！大きなかまくらみたい！手作業での雪かきではとても追いつかない量だったので、重機を使っの特別除雪を行いました。園舎を傷つけぬよう、屋根の雪はもちろん人力で降ろしておりました（写真は屋根&窓際除雪前）。おかげで今はずいぶんすっきりしている自然学園なのでした♪

5回目 10.18 『ダッチオーブン料理』



近頃アウトドアグッズでは定番になりつつある「ダッチオーブン」。ご自宅でも使われている方が多いようです。「いつもと同じ、誰でもつくったことがある定番ダッチオーブン料理以外はできないものか？」と職員間で話があたり、講師に相談して決まったメニューはなんと！『瓦そば』、『サーモンの紙包み焼き』、『すりみのみそ汁』、『おぼろ豆腐』、『抹茶のパンケーキあんこ添え』！郷土料理やその土地ならではの素材をダッチオーブンで調理。素敵じゃないですか。「家で作れる料理はダッチオーブンでも作れるんですよ。」と言った講師の言葉通り、全部できました。（おぼろ豆腐はかたまってくれるかひやひやしましたね。）私はあのとろとろのおぼろ豆腐が一番好みでしたが、人気が集中していたのはやっぱり瓦そばでしたね。ちなみに瓦そばは山口県下関市の郷土料理、熱した瓦で焼いたそばをそばつゆでいただく料理です。



6回目 11.22 『森の陶芸会』



陶芸。一度は挑戦してみたいけど、やり方も材料の揃え方もわからないし、焼き窯もない。趣味として始めるにはどうしたらよいものか、迷ってしまう陶芸。

「まずは一度チャレンジする機会を！」つまり、自然学校のテーマにはぴったりのわけです。今回冬の滝野をイメージして、焼きあがり白くなる粘土と薄い青色の釉薬（ゆうやく・焼き物表面のガラス質のもの）を使用しました。「柔らかいねえ」と参加者から声が上がったように、今回使った粘土は粒子が細かく、形成しやすいもの。お題は設けず、自らがつくりたいものを作るという自由な形成。土はひんやりしていてとっても気持ちよかったですね。つくるものは人によって本当に様々で、『自分好みのサイズの皿』、『シーサー』、『クリスマスブーツ』、『抹茶茶碗』など自分らしいものができあがっていました。自分で作ったものって、いっそう愛着が湧きますよね。日常がすこし楽しくなります♪



本焼き前の作品



完成作品



7回目 12.20 『みそづくり』



日本の伝統食品である味噌。以前は各家庭で作られ、「味噌は七色の調味料」「着物、質に入れても味噌を煮ろ」なんてことわざがあるほど重宝をされていました。今回、“自分の手で作れるようになりたい”という参加者のみなさんがたくさんいらっしゃいました。味噌作りは同じレシピでも、作り手の違いはもちろん湿度や気温でも味が変わってくるそうです。それぞれの家庭の味にトライ！です！

講師は味噌作り歴約15年の主婦の方！！やっぱり「お母さん」はいろんなコツを知っています。この日は豆をつぶすのにすり鉢も使いました。「昔の人は大変だ〜。」という声が聞こえてきましたね。手間暇かけて作ったお味噌は格別でしょうね。そろそろ作って3カ月。参加者のみなさん、その後お味噌の様子はいかがですか〜？



何人分かでまとめてつくった
みそを、みそ玉にして
個人の容器につめました。





8回目 1.17 『手作りせっけん』

石鹸をつくるときは一緒に気分も心もつくられるんだなぁと感じる回でした。8回目は手作りせっけん。講師は石鹸愛がビシビシ伝わってくる石鹸スペシャリスト。植物由来のものを選び、使われた材料はオリーブオイル・パームオイル・ココナッツオイル・ひましオイル・精油…。精油のブレンドは松やティートゥリー、ローズマリーを使い、滝野の森をイメージしたすっきりさわやかな香りに。講師はアロマの資格もお持ちで、多くのオイルの中から選びぬいてくださったようです♪石鹸作りの仕上げには滝野に生えている本物の松の葉をばらばらふりかけて完成！

「石鹸作りは体にも心にも優しいんですよ。」と講師がおっしゃる通り、みなさんゆったりした気持ちで、使う時のことを考えながら体も思い、自然の力がみなぎった石鹸を作っていました。お風呂タイムが楽しみですね～♪

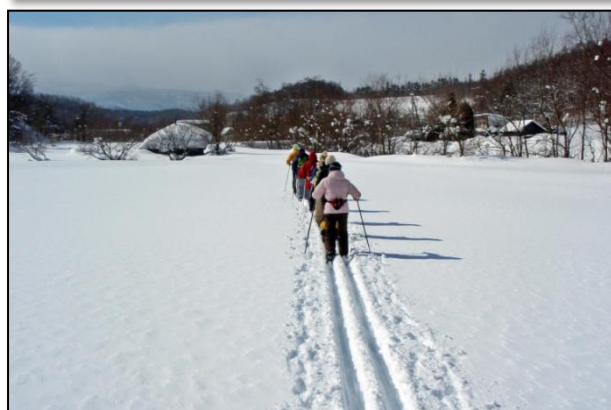




9回目 2.21 『歩くスキー』

北海道にお住まいのみなさんならば、きっとスキーをされたことはあるでしょう。でも、歩くスキーはいかがでしょうか？9回目の参加者は自分で道具を所持するほどの歩くスキー経験者から全くの未経験者まで集まりました。

実は当日朝、札幌は全域でなかなかの吹雪でした。これは滝野も相当だろうと覚悟して向かうと、歩くスキー日和といわんばかりの快晴。集合した参加者も驚いていました！まずは午前、座学とストレッチ。歩くスキーの歴史や豆知識を教わり、温かい部屋の中でストレッチ。その後は外に出てスキーに慣れる練習です。歩くスキーはエッジがないため、アルペンスキー（ゲレンデスキー）とは感覚が違います。なんでもないとこで転びそうになるのをこらえ、みんなで練習をしました。午後は普段立ち入ることのできない山の中へ。圧雪のされていない林道をゆくため、雪ふみで汗だく！参加者より「今まで我流でやってきたけど、基礎を教わる機会がなかったので良かったわ。」とうれしいお言葉を頂戴しました。



<おまけ>上半期のふりかえり

5月は炭焼きコーヒー。

コーヒーを生豆の状態から焙煎！すぐにテイスティングをしました！
ダッチオーブンで焼いたパンを食べながら美味しい森の時間に♪



6月は窯焼きパン作り。

学園にある石窯（実は窯も手作り！）でパンを焼きました。フォカッチャ&ピザ、余った生地でベーグルも作りました！



7月はさわやかトレッキング。

滝野からちょっと遠出。
小樽の海岸自然探勝路（赤岩）に行きました。快晴！！



9月は星空観察&たき火力フェ。

桜の木を使ったげいたく焚き火。学園では直火でできるんです。星空観察では流れ星も見えました～☆焼いもやダッチオーブンでスコーンもありました☆



『 大人のための自然学校 』



またのご参加をお待ちしております！

今年度（平成24年度）の『大人のための自然学校』は
おかげさまで全ての回を終了いたしました。

次年度も1年間で複数回の開催を予定しております。

全ての回の参加もちろん歓迎ですが、自分の気になる回だけの参加でも大歓迎です。

次年度第一回目は5月16日「森のカフェタイム～炭焼き珈琲焙煎」！！



生豆を自ら炭火で焙煎して、コーヒータイムを楽しめます♪
お申し込みはハガキ・ホームページより受け付けております。

詳細はホームページ（「大人のための自然学校」で検索！

<http://www.syaa.jp/jigyoku/camp.html>）

および、広報さっぽろ他にてご確認ください。

また、ご不明点はどうぞお問い合わせください。（滝野自然学園 011-591-8780）

※予定内容は参加者の様子、天候や季節事象により予告なく変更する場合があります。

「大人のための自然学校」では、



様々なテーマを通して日常の中で感じることでできる四季の違いや、自然のなかにいると「ホッと
とする」感覚や、のんびりとリラックスできることを大切にしています。みなさんは、普段、野外で
の活動をしていますか。またそれは、どのようなものですか。先住民や北海道アイヌ民族の方々な
ど、昔の人は暮らしの中で自然に関する智慧を持っていたといわれています。現代に生きる私たち
も、自然の中で過ごす時間を持つことで、より豊かな生活のヒントが隠されているかもしれません。

自然と都会、どちらの生活も楽しめる札幌。日常にちょっぴり自然をとりこむ、自然学校がその
きっかけになっていただけたなら、私たちは嬉しく思います。

「札幌市滝野自然学園」



周囲を豊かな森に囲まれた滝野自然学園は、廃校となった旧滝野小学校の校舎をそのまま利用し
た木造の野外教育施設です。約100年前に建てられましたが、いまでも大切に使われています。また、
「大人のための自然学校」のほかにも、年間を通して「たきの森のようちえん」、「たきの森のがっ
こう」など、幼児から大人まで自由に自然のフィールドであそび、学ぶ事業を行っています。

（財）札幌市青少年女性活動協会 野外活動課

札幌市滝野自然学園 〒005-0862 札幌市南区滝野 106 番地 担当 村上彩奈 山田憲克

TEL 011-591-8780

FAX 011-591-9401

E-mail camp@syaa.jp