



# やまびこ通信

CAMP  
VILLAG  
TATSUMA

No. 288

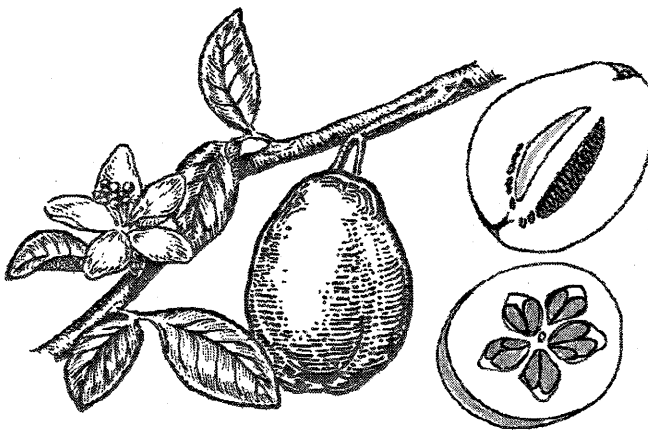
やまびこ通信は・・・『子ども・自然・大人をつなぐ通信』です。飯盛山の中にある野活センターを中心に、大東市の自然や動物・生きものなどを月に一回、楽しく紹介します。

## 食欲の秋がやってきた！！

サツマイモにクリ、かぼちゃ、サンマ、それともマツタケ!? 美味しい美味しい季節がついにやってきました♪ ついつい食べたくなる秋の味が野活にもあります。サツマイモ? カキ?? いえいえ、今回は野活に実る少し珍しい秋の味2つ紹介します☆ ひとつめは・・・

### カリン (花梨)

漢字で書くと花のナシ本当にかわいいい  
白やピンクのきれいな花が咲きます♡



#### ～ 特徴 ～

分類:バラ科カリン属  
学名:*Pseudocydonia sinensis*  
原産地:中国東部  
開花期:3月～5月  
果実の旬:10月～11月  
咳やのどの炎症を抑える成分があり、のどあめに使われることが多いです。はじめは緑だった果実も、熟れると黄色く、とてもいい香りを漂わせます♪ 野活のクラフトハウスの前に実をつけているので見に来てください♡

### カリンを食べよう♪

かりんは果物といっても、非常に硬い上、洗って生では食べられません。たとえば、のどあめ! カリン酒! カリンの砂糖漬けなど♪ 今回は少し手間をかけてカリンジャムを作ってみませんか☆

#### カリンジャムの作り方

##### ▽ 材 料 ▽

- ・カリン：適量
- ・砂糖：カリンの果実の半量

##### Step1 : カリンを切ろう

まずはカリンを綺麗に洗い、皮をむく。  
果実を厚さ2ミリくらいのコマ切れにする。  
●この時皮と種は捨てないで残しておこう!●

##### Step2 : カリンを煮込む

まずカリンの皮と種をひたひたより少し多めの水で煮込む。  
10分ほど煮込んだ後、皮と種を取り出し、刻んだカリンを加える。

##### Step3 : 仕上げ

弱火で混ぜるとカリンがオレンジ色に! 30分ほど煮込み、  
煮崩れしたら、果実の半量の砂糖を加えさらに煮詰め、  
とろみが出たら完成☆ 保存は瓶詰で!



美味しい  
ジャムは  
できたかな?  
クッキーに  
つけてもよし♪  
ヨーグルトに  
入れてもよし♡  
味覚を楽しんで

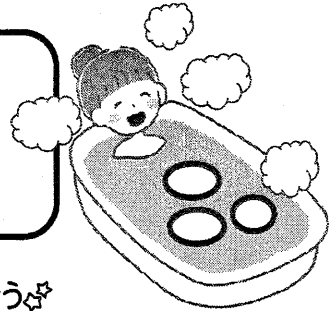
## ☆その他のカリンの利用☆

カリンの実はそのままで、とっても良いにおい♪

その① : 袋に入れて、車、お部屋の芳香剤として。

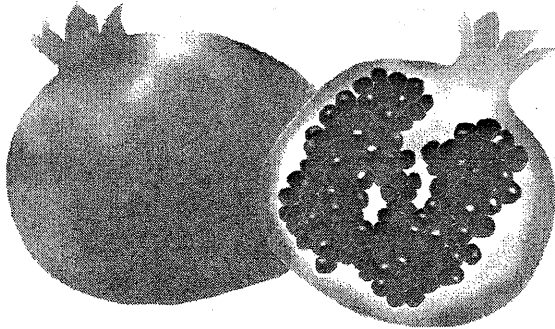
その② : お風呂に入れる。

1cmほどに輪切りにして布袋に入れて入ろう。



カリンは食べて良し♪香りよし♪本当にいろんなところで活躍できそう♪  
季節の変わり目の風邪予防に試してみてください♡

## ザクロ



○秋になるとリンゴのような赤い実つけます♡

○先端がとがっていて熟すと裂けるという特徴があります。

○国内には広い地域でザクロの樹を見かけます。

○サイズは直径が6~10cmくらい。

○重さは100~300g。

○果実の中には赤いツブツブがたくさん詰まっていて、さわやかな甘味と酸味があり独特の食感があります。



食べすぎ

食べ過ぎると、下痢になるためきをつけてください♡

他にも野外活動センターに秋をみつけにきてください♪

今回のやまびこ

担当は  
ポンちゃん  
でした♡



### ～特徴～

分類:ミソハギ科ザクロ属

学名:*Punica granatum*

原産地:西南アジア説

北アフリカ説 の2通りある

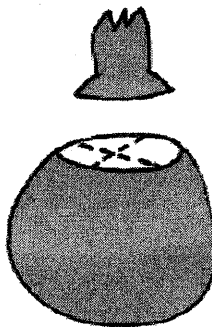
開花期:6月~7月

果実の旬:9月~11月

旧約聖書や古代の医学書などにも登場しているザクロは、5000年以上前から栽培されていました。昔から健康や美容によいとされていて、好んで食べられていたようです。原産地であるイランからシルクロードを通して中国やヨーロッパに伝わり、日本へは平安時代に渡来したといわれています。日本では食用よりも鑑賞用として庭先に植えられてきました。またカクテルなどの赤いシロップの原材料はこのザクロです。

### ザクロの選び方と食べ方

- キズが無い
  - 重みがある
  - 全体に色づいている
- ものを選んでください♡



- ① 先端のとがった部分を切り落とす。
- ② 十字に切り込みを入れる。
- ③ 切り込みを手でさく。
- ④ つぶつぶを手で取り出す。

つぶつぶは、そのまま食べてもサラダやヨーグルトに入れてもOK  
ガーゼに包んでしぼるか、ジュースーにかけてからこすと、ジュースになります。

# 大東アドベンチャークラブ (DAC)10月例会

10月11日(日) 晴れ 47人

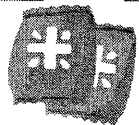
9月の上期生合宿を終え、初めてミドル(中2)が引張っていく10月例会。

今回は11月1日に野外活動センターで行われる野活祭でDAC(大東アドベンチャークラブ)が出店する屋台の役割を決めたり、当日の流れの確認をしました。

DACではたこせん、ミルクせん、水あめ&1円玉落としを出店します。上期生合宿やミーティングで考えたお店のやり方をDACっ子同士、お客さんと店員に分かれてシュミレーション。

お客さんの並びせ方や品物の受け渡しなどが、なかなかうまくいかない場面もありましたが、それも練習あるのみ。装飾品を作ったり、みんな楽しそうに取り組んでいました。

改善点は上期生(中1~2)が中心となって考えます。本番が楽しみです。



## おとな部 米作り 稲刈り

10月12日(月) 晴れ 41人

5月から行ってきた米作り!いよいよ実りの秋を迎え見事に稲が育ちました。米作り会員さんが集い、協力して稲を刈り取っていきました。すべて手作業で鎌を持つ手にも力が入ります。子ども達もよくお手伝いしてくれたおかげで作業がはかどりました。

刈り取った稲は藁(わら)で束ねて2股にして設置した木に干していきます。腰を曲げて伸ばしての作業はなかなかの重労働です。今年初の試みで1本植えに挑戦しました。例年通りの量を収穫できるか心配しましたが、立派に育ちすべての稲を刈り取りました。しばらく干して、来月は脱穀作業に入ります。今年のお米を試食するのが楽しみです♪



## 落ち葉で焼き芋!アウトドアスクール(ODS)

10月18日(日) 晴れ 57人

秋の気持ちのいい空の下、60名の子ども達が参加して行われました。春に野外活動センターの畑で植えたさつまいもが実は安納芋なのです!ちゃんと育っているかな?美味しいお芋になったかな?と期待を膨らませ、みんな元気に上山し、いざ畑へ。

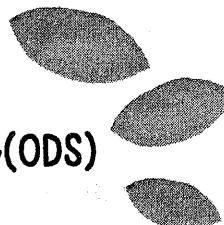
「やさいもだホイ!」をみんなで歌い、各班に分かれてお芋掘り。この瞬間がどきどきワクワク。芋ってこんな風に育っているんだ!いっぱいあるよ!!土の中からたくさんのお芋を掘り出しました。そして美味しく食べるための準備。お芋を洗って新聞紙、アルミホイルで巻き、落ち葉をいっぱい集めます。こんなことなかなかお家では体験できないね。落ち葉に火をつけて、お芋を投入。火がとぎれないように落ち葉をまたまた拾ってかぶせていきます。焼けたかな?あつあつの焼き芋をとりだし、パクリ。

「みんなで協力したからこんなに美味しいんやと思う~」

とみんなホクホクの焼き芋をほおぼっていました。

焼き芋が苦手な子も、みんな大満足で

秋の味覚を堪能しました。



☆ 秋を探しに野活に来てね!



A 受付開始 11月13日(金) 12時?

B・C

受付開始 12月11日(金) 12時?

**A** アウトドアスクール 自然体験  
ナイトハイク!

小・中学生対象

H28年1月16日(土) 14時~20時

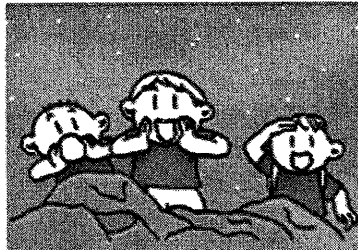
大東市立青少年野外活動センター

参加費 1,800円

※プログラム費・副食費・保険代含む

定員:50人 ※最低遂行人数30名

夜の飯盛山をハイキング!昼と夜とでは何が違うかな?五感を使って違いを感じよう!



**B** アウトドアスクール 自然体験  
年輪ぐるぐるバームクーヘン

小・中学生対象

H28年2月14日(日) 9時~16時

大東市立青少年野外活動センター

参加費 1,800円

※プログラム費・副食費・保険代含む

定員:50人 ※最低遂行人数30名

世界で一つの手作りバームクーヘン。班で一つの大きな年輪を作ろう。高学年は自分だけのマイバームクーヘンにも挑戦!



**C** 科学実験クラブ  
ビリビリ静電気

小学生対象

H28年1月9日(土) 15時~17時

アクロス 4F

参加費 500円

定員 30名 ※最低遂行人数20名

※プログラム費・保険代含む

物にふれた時に、パチっという音とともに『痛!』ってなるのはなんでだろう?不思議にせまろう!



●申し込み・問い合わせ●

NPO法人大東市青少年協会

Tel/Fax: 072(874)5165

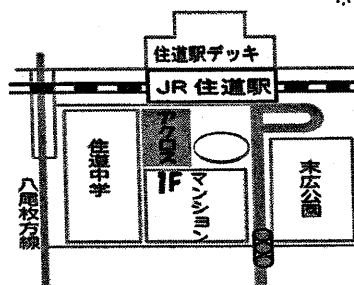
〒574-0036

大東市末広町1-301 アクロス1F

\*木曜を除く12:00~21:00

<http://www.ysdnet.ne.jp>

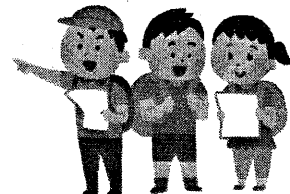
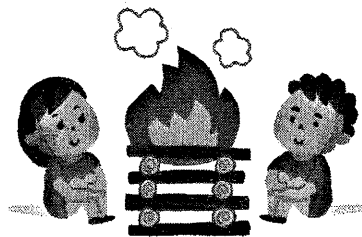
e-mail:ysdaito@ysdnet.ne.jp



2015.11月

■行事カレンダー■

- 1 野活祭
- 2 DAC11月例会
- 3 米作り「脱穀」
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11 あそびフリースペース
- 12
- 13 A 受付開始日
- 14 JLオータムキャンプ(14~15)
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21 JLプチオータムキャンプ
- 22 米作り「試食会」
- 23
- 24
- 25 あそびフリースペース
- 26
- 27
- 28
- 29 お味噌作りを楽しむ会
- 30



● Twitter



● Facebook