

連合会名

シニアクラブ掛川

食育での交流

地区連合会の活動

事業実施主体：『大須賀支部連合会』

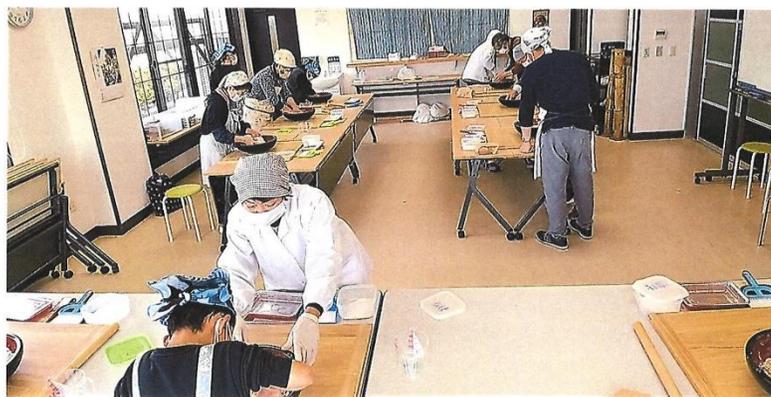
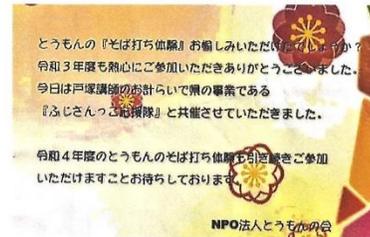
(そば打ち体験とそばの栽培)

事業の概要	
(1) 内容	<ul style="list-style-type: none">・そば打ち体験をとおして、食文化の伝承と世代間交流を深める。・そばを育てて食文化を深く理解してもらう。
(2) 活動日	<ul style="list-style-type: none">・令和4年2月20日(日)・令和4年3月12日(日)
(3) 会場	<ul style="list-style-type: none">・とうもんの里
4) 参加者	<p>①交流対象者名 8家族(大人9人・子供6人) 7家族(大人6人・子供7人)</p> <p>② 交流参加者数 15人 13人</p> <p>③会員参加者数 4人 2人</p>
(5) 講師又は指導者数	4名
事業の成果と課題	<ul style="list-style-type: none">・コロナ禍であり、ソーシャルディスタンスをとり体温測定・換気の徹底、マスクを着用して開催した。・今後はそば打ちだけでなく、そばの育成を話し、実行する、・3月～4月中旬までに、プランターにそばの種まきを行い管理をする。・8月末を目途にそばを育て、話しあう予定。

【活動の様子】

(活動状況等写真貼付) 令和 4年 3月13日 (日) (午前・10時～) (午後・1時～)

・午前：子供・3人 大人・6人) (午後：子供・4人 大人・2人) 参加



(活動状況等写真貼付) 令和 4年 3月13日 (日) (午前・10時～) (午後・1時～)

・午前：子供・3人 大人・6人) (午後：子供・4人 大人・2人) 参加

◇そばを育てよう 参加の子供たち全員参加でチャレンジしてくれる
父兄の皆さんも賛成してくれた。収穫までできるか・・・



🌱 そばを育ててみよう!

■ 種まきの時期

5～9月頃がいいでしょう。

種をまいてから約25日目～35日目に開花、2週間にわたり花が楽しめます。そばの花を観賞したい場合、種をまく目安は次の通りです。

◇夏に開花させたい場合…4～6月頃

◇秋に開花させたい場合…6～8月頃

■ 植える手順

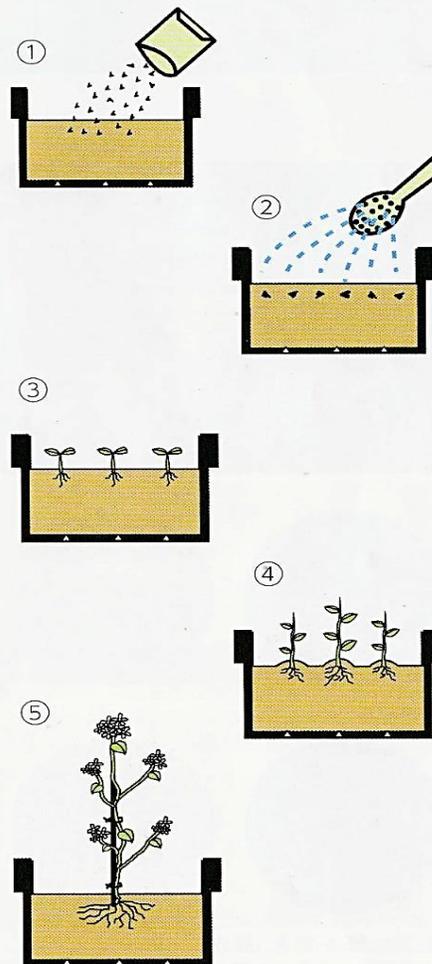
①花壇やプランターの土をよくほぐし、パラパラと種をまく。

②土を2～3cmくらいかけて水を与える。

③花が咲くまでの毎日、土が乾かない程度に少しずつ水を与える。

④背が15cm程伸びたら根本に土寄せをする。密集しているといい花が咲かないので、約5～7mm間隔に間引く。

⑤発芽から30～50日目くらいで30cm程にのび、小さな花が咲く。そばの茎は倒れやすいので、風の強い場所で育てる場合には添え木をする。



そばを育ててみよう

1.そばの種まきをしよう

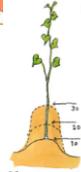
- (1)プランターにまく
- (2)種まきの日を記入しておこう

いつ(日程)



2.成長の観察、記録に残そう

- (2)1週間に1度くらい成長をみてみよう
プランターに確認した日を記入しよう



3.そばの花を楽しもう

- (1)花の写真を撮影してみよう
- (2)友達に見せてやろう



4.そばの実ができてきたかな..

- (1)友達に見せてやろう



5.そばの実が収穫できるかな.. 収穫しよう..

- (1)収穫の方法は話し合いをする
- (2)友達に見せてやろう



6.収穫したそばをみんなで見てみよう

- (1)とうもんの里にもってきてもらい、皆で楽しもう
- (2)どのくらい収穫できたかな..



7.そばの実を粉にするにはどうするか...

- (1)みんなで考えよう
- (2)粉にしてそば打ちができるかな..



8.そば打ちができ、そばになったら...バンザイ

- (1)持ち帰りたべてみる
- (2)感想をみんなで話し合いを



※ここまで行きたい.....

