

# 森、盛、オホーツク

林野庁 北海道森林管理局  
常呂川森林ふれあい推進センター

## 「オホーツクの森」で春の楽しみ 森林の魅(味)力を感じよう！(山菜教室)

5月27日(日)に北見市端野町の国有林内にある「森の家」及び周辺で「森林の魅(味)力を感じよう！」を行いました。

この催しは、平成28年から国民の祝日となった「山の日」の制定の趣旨である、「山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する。」をテーマとして実施したもので、北見市及び近隣町村から30名の参加者がありました。

最初に、山菜の魅力について食べて味わう事、採れた達成感、無料という満足感などがあるのではないかと話しをしました。

その一方で守らなければならないルールもあること、例をあげると『たくさん採りたい(物欲)』、『他の人に知られたくない(独占欲)』、などを捨て去ることが大切。自分で食べる分だけを丁寧に採取することで調理も楽であり、新鮮な山菜はアクも少なくおいしく食べられる。」との話しをしました。

その後、「森の家」の周辺でタンポポ、ニリンソウ、ヨブスマソウ、セリなどの食べ



センター職員による山野草の解説



森の家での講義の様子

られるもの、クサノオウ、バイケイソウ、エゾノレイジンソウ(トリカブトの仲間)などの食べられないもの(毒草)を学びながら試食用の山菜を採りました。

試食タイムでは、採りたてのウド・ミツバ・ニリンソウ・ヨブスマソウ・クサソテツなどを塩入りのお湯でシャブシャブし、マヨネーズや味噌などのタレで「山菜シャブシャブ」を堪能しました。

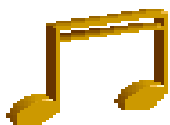


山野草や山菜のしゃぶしゃぶを堪能

午後からの森林散策は、青空も広がり気温も少し上がる中で無事に終了しました。

参加者からは「自分では中々探せないけど教えてもらったならこんなに採れた」と手元にお土産の山菜がしっかりと握られていました。

最後に、今回の催しで山菜の調理等ご協力いただいた、森林ボランティア「オホーツクの会」の皆さんに感謝の拍手をし終了しました。



(^\_^) / ~

「普段は何も気にせず歩いていたところに、こんな美味しい山野草があるなんて驚きであり、新鮮な感じがする」という声がありました。

また、「ヨブスマソウは、初めて食べたけど食感が最高！」や「ニリンソウは癖がなくとても美味しい。」「家に帰っても作ってみたい」などの声も聞こえました。



森林散策で山菜をゲット

#### 6月の予定

- 6月 5日 (火) オホーツク総合振興局東部森林室と業務打合せ
- 6月 21日 (木) 端野小学校森林教室
- 6月 24日 (日) 常呂川森林づくり塾 (第1回)



常呂川森林ふれあい推進センター

[http://www.rinya.maff.go.jp/hokkaido/tokorogawa\\_fc/index.html](http://www.rinya.maff.go.jp/hokkaido/tokorogawa_fc/index.html)

〒090-8588 北海道北見市北斗町3丁目11の3

【TEL】0157-23-2960 【FAX】0157-26-2144

