



# 畑の中で生態調査をしてみたら

畠には作物の他に当然ながら生  
物がいます。どんな生態系になっ  
ているのか興味を持つ参加者の発  
案で調査をしてみました。

虫、鳥、トカゲなど動く生物は  
難しいので、今回は植物を対象に  
します。最初なので作物以外の雑  
草を採取して図鑑で照合すること  
で名称を明らかにすることを目的  
にしました。ちょうど、夏の雑草  
処理があるので一石二鳥ですね。

照合の際、根も大事な情報にな  
るので折ることなく丁寧にスコッ  
ピで掘ります。集めた雑草は画用  
紙に乗せて記録撮影しておきまし  
た。15種類の雑草が集まつたと  
ころで照合を開始します。

花が咲いていたり、そここ成  
長しているものは照合できたので  
すが、未成熟のものは判別できず  
図鑑を頼りに当たりをつけるとこ  
ろまでしかできませんでした。

雑草にも季節があり、成熟段階  
があることを考慮していませんで  
した。花が咲いているものだけと  
か、草丈が50cmを超えるもの  
とか収集の基準を決めておけば良  
かったです。また、数日に分け  
て収集したので以前収集したもの  
と違う草を探すのに手間取りまし  
た。作物が自生して雑草化したも  
のもあり、これを雑草と言つてい  
るものかどうかも迷いました。

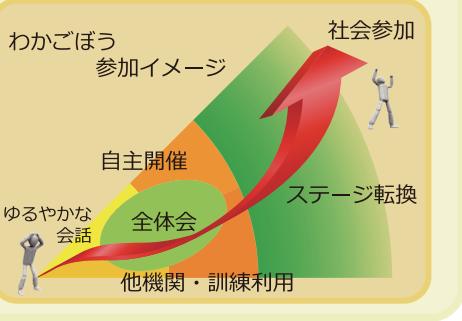
でも少しだけですが草の名前  
を正しく知ることができたので  
やつてみて良かったと思います。



## 八尾市社会的居場所事業

### 「わかごぼう」について

スマールステップを積み重ねて自己を認容し元気を回復した後、自身が望む社会参加を実現する拠点になる事業です。



練習あるのみ



# 火加減、味加減、良い加減

収穫したネギと赤タマネギを使った親子丼作りに挑戦しました。初心者は作り方を覚える事、中級者は親子丼に卵をくつつけない事が目標です。順番待ちの時間に炒め煮も作りました。

○親子丼作り、気付いたことは何ですか？

鶏もも肉を切るのが難しかったです。あとで聞いたら少し凍らせてから切ると切りやすいと

のことでした。薄味だけど、美味しく食べました。

料理も仕事を段取りが大事だと感じました。見た目イマイチでしたが、味が良かつたのでそこ満足です。

・下ごしらえを済ませてくれていたのでスムーズに調理できましたが、肉の火加減が甘かったのかちょっととがつかりな出来でした。

・ガスコンロの火加減の難しさにあらためて気付きました。弱火にしようとしたら火が消えた

り、思つたように使いこなせなかつたです。

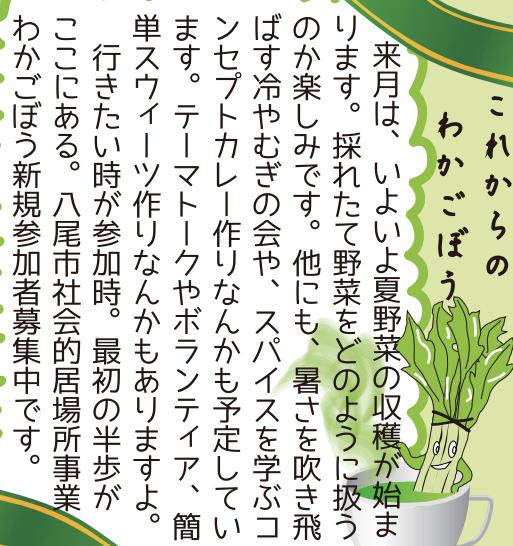
・片刃の包丁は使いづらかつた。人前で調理することに緊張した。でも、ある程度自分でできてよかつた。

・動画で親子丼の作り方をこつそり予習してきました。動画で見たら簡単そうに思つたけどいざやってみると火の勢いが強く鍋にくつついてしまつたりしたので、火の調節が難しかつた。出汁大さじ2、醤油小さじ1、みりん小さじ1と水を合わせてネギ、赤タマネギ、鶏もも肉を作る親子丼。火加減の調節が難しかつた。特に卵でとじる時は、2回に分けて回しかける時に注意が必要で、そこで時間をかけすぎるとごはんに乗せる時に形が崩れる。簡単なようで難しいと思つた。

# クイズ！カメラワーク講座



伝えたいたい写真を撮るためにカメラワークについて今までの記録映像を振り返りながらクイズ形式で学習しました。



来月は、いよいよ夏野菜の収穫が始まります。採れたて野菜をどのように扱うのか楽しみです。他にも、暑さを吹き飛ばす冷やむぎの会や、スペイスを学ぶコンセプトカレー作りなんかも予定しています。テーマトークやボランティア、簡単スライス作りなんかもありますよ。行きたい時が参加時。最初の半歩がここにある。八尾市社会的居場所事業わかごぼう新規参加者募集中です。

・カメラワーク講座を受けて、普段技法を気にせず好きに写真を撮ってたんだなど知りました。撮る側も撮らされる側も意識をしていないといいものは撮れないのだと学びました。お互いがちゃんとどういうものを撮るのかを把握しておく必要があつたり、撮る側の意志やコンセプトも大切なんだと思いました。今回の事を踏まえて撮影にチャレンジしてみようかなと思いました。

・全20問の問題を一問ずつ見てどこが悪いのかを発見してこれからはどうするべきかを教えてもらつたけど、知らないことが多かつたので勉強になつたし、撮影に興味があるので今日教えてもらつたことを使い上手な写真を撮りたいなど思いました。

・普段は撮られていることが多いので撮る側の注意点がこんなにあるのかと勉強になつた。

・今日は懐かしい映像を見れてよかつたです。いろいろ考えて映像を撮っているということも学べたので勉強になりました。映像を見ながらの説明はとてもわかりやすかったです。



各イベントは天候や参加人数により延期や中止の場合があります。