

たもんじ 2026年2月号

交流農園 便り Vol.95



すみさとPJ
シリーズ!!

すみ里レポート ~都会の中の里地里山をたずねて~

視察記録④ 練馬区立こどもの森を訪ねて

中小企業診断士 伊藤 千恵



2026年1月31日、東京メトロ有楽町線・副都心線「氷川台駅(2番出口)」より徒歩約10分の立地にある練馬区立こどもの森(東京都練馬区羽沢2-32-7)を視察しました。

こどもの森は、「自然×冒険×交流」をコンセプトに身近な自然に触れて遊ぶこと、子どもたちが冒険的に遊びながら、子ども同士・子どもと大人・大人同士がつながることを目指している冒険遊び場で、来園者も「参加者」として場を作っている空間となっています。もともと果樹農園だった土地を活用しており、梅、かりん、栗など多様な木をできる限りそのまま残しています。大きなキウイ棚の下には来園者が座って休憩できるスペースもあり、各所に自然と触れ合いながら、子どもが自分で考えて挑戦できる空間がありました。



練馬区から運営管理業務を委託されている特定非営利活動法人PLAYTANKのプレーリーダーが平日・休日ともに複数人常駐しており、子ども達が命に関わる危険な行動以外は自由に挑戦できるように見守っています。あえて「やり方」は教えず、失敗も一つの経験として、当人が試行錯誤できるよう意識して関わっているそうです。

公園の一角には「こどもり農園」があり、3分の2の区画は誰でも無料でお世話ができるようになっています。毎週土曜日の10時に集まった人達で「今日は何をする?」と話し合ってから作業をしています。見学当日は、偶然大きなビニールがあったので、ビニールハウスを作ろうとしていました。幼児は水やりをし、大人や小学生は協力しながら緑色の棒を畑に立てていました。夏は雑草が生える速度も早いので、集まった人のなかで平日もお世話できる人はいないか募って、できる人で畑作業をしているそうです。また、残り3分の1の区画は、「畑作業に興味がある小学生たち」が小学生同士で話し合っ畑エリアを決めて野菜を育てていました。



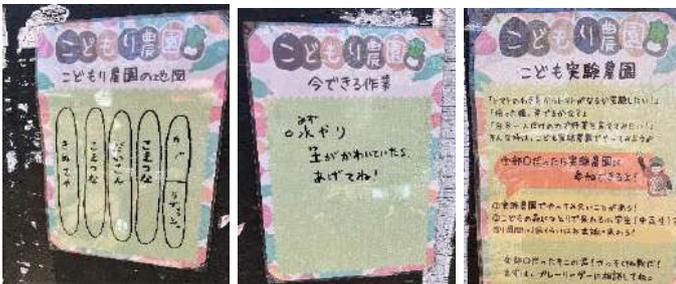
当日、丁寧に案内してくださったモーリーさんの話や過ごしている方たちの様子を見て、こどもの森は小学校や年代を越えた交流が根付いている素晴らしい空間だと実感しました。今後のすみ里プロジェクトの活動においても、今回の視察で素敵だと感じた取り組みを参考にできればと考えております。



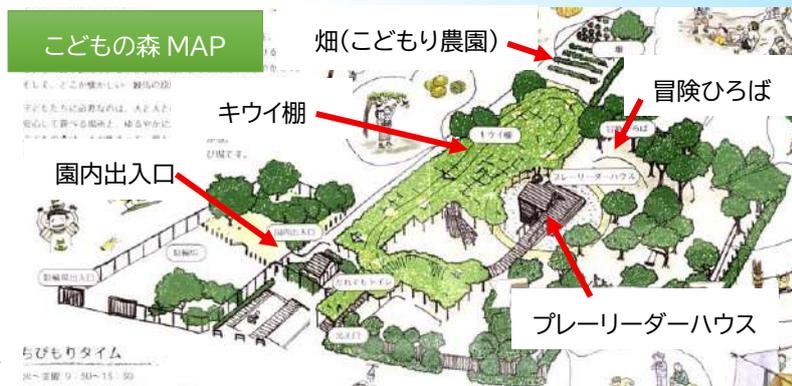
こどもり農園の畑には 大きな掲示板が(以下はうち3枚)



掲示板に「草刈りしてくれる人」等募集 プレーリーダーのモーリーさん



こどもり農園地図 今できる仕事 こども実験農園について



ちびもりタイム 土・日曜 9:30-11:30



練馬区立こどもの森を訪れて、印象に残ったのは「やりたい人がやる」という、とても自然体な場の在り方でした。無理に誰かを合わせるのではなく、それぞれが自分の意思で関わる。だからこそ、この場所には独特の心地よさがあります。こどもの森では、過度なルールや先回りした禁止は最小限に抑えられ、子どもたちは自分で考え、選び、遊んでいます。小さな衝突があっても、大人がすぐに介入せず、当事者同士のやりとりを大切にしている様子から、子どもの自発性や社会性が丁寧に育まれていると感じました。

その一環で野菜を育てるのも、誰かが指導したりしません。子どもたちが自ら求めたら、周りの大人が支えるというスタンスです。こうした姿勢は、プレイパークが大切にしている「子どもが主体となる遊び」の考え方そのものです。そして同時に、地域活動やボランティアにも通じるものがあると感じました。自分で選んで関わるからこそ、無理がなく、楽しさも生まれる。こどもの森は、子どもだけでなく、大人にとっても多くの気づきを与えてくれる場所でした。



1月31日、すみ里プロジェクトのメンバーで、練馬区立プレイパーク「こどもの森」を訪問しました。緑や自然の少ないすみだを、里山のような体験ができるまちにしていこうという学習目的での視察です。

入口から続くキウイ棚の下を歩くと、ウメやスモモ、クリなどたくさんの樹木が現れます。開園10年目とは思えない立派な木々。もともと農家の土地だったので、それらをそのまま残しているとのことでした。

樹の下では子どもたちがスコップで穴を掘り、大きな穴には名前入りの札がぶら下がっています。「きれいなスケートリンク さくせいちゅう」の張り紙、急坂チ

ャレンジ、クギサシチャンピオン、木端とクギのワークショップ。デッキやイス、木箱、釜戸まであり、火付け体験もできるそうです。風の強い日は帆付きの車を作って走らせるなど、自然条件そのものが遊びになります。木登りをしている子もいて、「怪我は大丈夫ですか？」と運営団体プレイタングのモーリーさんに伺うと、「危ない枝は事前に管理しますが、登れる子は登らせてます。子ども同士で話し合って決めさせるんです」とのこと。プレーリーダーは適度に見守り、何より本気で一緒に遊ぶことを大切にしているそうです。やはり、ハードを整えること以上に、運営の思想が場をつくるのだと実感しました。ここでは“教え込む”のではなく、“任せて支える”ことで育てているのだと感じました。

園の一番奥に「こどもい農園」という畑エリアがありました。練馬はまだ農地が多く残り、隣接地も農地という恵まれた環境です。そんな中で「なぜここに農園が？」と思いながら効果を伺うと、子どもや幼児の親子、さらに高齢者も交じり、多世代が自然につながることが一番の効能だとのことでした。

収穫した野菜は、その場で切って食べられるよう味噌も用意されています。自ら育て、自ら味わう。その体験こそが魅力だといいます。区画はビニール紐でゆるやかに囲うだけ。大きさも含め、話し合いで決めるそうです。毎週土曜日午前には「みんなで作業の日」（申込不要・無料）があり、小学生や保護者、近隣の方が参加します（※この時間のみ4歳以上対象）。さらに「こども実験農園」という仕組みもあり、①やってみよう、②ひとりで来られる、③週1回くらい世話に来られる、一全部〇なら挑戦できるという実にシンプルで力強い仕組みです。

小学生が立派な練馬ダイコンを洗っている姿が印象的でした。自由に、自主性を育むプレイパーク。そして「やりたい人がやる」という自然体の場。墨田区のプレイパーク「わんぱく天国」のリニューアルや、身近な公園づくりの参考にもなるのではと感じました。ご案内いただいたプレイタングのモーリーさんの丁寧な説明とお人柄にも触れ、とても有意義なフィールドワークとなりました。「我がすみだにも！」という熱い思いを胸に、私たちは帰路につきました。



きれいなスケートリンク作成中



それぞれの穴は秘密基地らしい



急坂チャレンジ



クギサシチャンピオンの札



今、ハマってます!

第38回

岩脇さん(12-22)の場合



冬になって農園の出現率が減った岩脇です。そろそろ春植えに向けて動き出さないでですね! さとうきびが元気に育っているので、食べたい方はお声がけください(笑)

いまハマっているものはスパイスです。昨年から京成曳舟駅近くのカレー屋さんでバイトをしてスパイスについて学んでいます。入れるタイミング、具材との相性、具材の炒め方などとても勉強になっています。日本のカレーは玉ねぎ、じゃがいも、にんじんが定番材料のように刷り込まれていますが、本格的なスパイスカレーだと、玉ねぎ、ホールトマト、にんにく、しょうががあればベースができます。コストパフォーマンスは最高です。骨付き肉で出汁をとり、その出汁と骨付き肉と一緒にスパイスとともに煮込みます。

スパイスは蔵前の「アンピカ」で買っています。写真手前の袋に入っているのはシナモンです! まさに原木(笑) スーパーで買うよりもスパイスはどれも安いのでオススメです。

毎回違うスパイスを使っていろいろな味にしてみたいと思っているのですが、子どもたちはバターチキンカレーなど「THE☆こどもが好き」みたいなカレーしか食べてくれないので、結局使っていないスパイスもたくさん。。。大人味のカレーを作るのは何年後かの楽しみにしておきます。



“てらたま農園部から”

第50回 ～落葉床ゆで卵事件～



1月18日小春日和の日曜日。落葉床の地中温度が60℃になり湯気が出ている。「卵を落葉床に入れたらどうなるか? もしかして温泉玉子が出来るか面白実験に挑戦しよう!」とみんなで閃いた。早速卵を買ってきたHさん。少し掘って湯気が出るところにパックごと入れて2時間程。出来たかな〜とワクワクしながら割ってみた。ん? 温かい生卵。ここで諦めたら実験大好き農園部の名が廃ると今度は卵をビニール袋に入れて落葉床の中に入れること1時間。みんな再びワクワクして卵を割ると・・・又ルッと出てきた生卵。しかも人肌の、若干湯気などまとったりして。結局それが活動後のおやつとなりました。

後日 ChatGPT に質問すると、「ゆで卵にするには温度が60℃なら2~3時間は欲しい。「低温×短時間」より「やや高温×安定」が大事! でも今回のチャレンジ、温度まで測ってる時点でかなり本格派だから、次やったら成功する可能性高いよ。また実験結果、ぜひ聞かせて〜!」とのことでした。優しいチャッピー先生、ありがとう。温度が一定に保てない温床ではハードルは高かったらしい。《成功率UPのコツ!》①卵は ビニール袋+タオルで包む→ 急激な温度変化を防ぐ、落葉床の中心部に埋める(表面はNG) ②温度計と一緒にに入れて65℃以上が保たれてるか確認。目安: 65℃で1.5~2時間。これでチャッピー先生に成功の報告するぞ! 待てよ、一次発酵が落ち着いた今、落葉床は30℃くらいだ〜。もう一度チャレンジなるか!? 乞うご期待。



これから、ハマっていくかも! 第39回 小柴さん(07-10)の場合



この夏、家族で広島県の宮島を訪れました。目的はあの有名な厳島神社です。海に浮かぶ大鳥居を目の前にしたのですが、夏の暑さの中、子どもたちは「アイス食べたい」「出店の食べ物に気になる」と、そちらに夢中でした(笑)

それでも家族で「本当に海の中に鳥居があるね」「すごいね」と話しながら眺めていると、潮の満ち引きで姿が変わる神社なんて、昔の人はいったいどうやって作ったのだろうと不思議に思いました。

厳島神社を見てからは、「他にも日本の世界遺産に行きたいね」という話になり、「屋久島」「白川郷」など、行きたい名所が

次々に挙がりました。「いつ行く?」と盛り上がっていくうちに、家族のテンションはすっかり“世界遺産めぐり”に。我が家は、これから世界遺産めぐりに本気でハマっていくのかもしれない。夏休みの思い出から、新しい家族の趣味がスタートしそうです。



—たもんじ交流農園参加の、新しいかたち—

江戸東京野菜チャレンジャー会員(新設)募集

「畑を借りるのは少しハードルが高い」「でも土に触れてみたい」そんな方のために、このたび新しい参加のかたちが生まれました。できるときに、できる範囲で。「当番」ではなく「仲間」として。寺島なすや江戸東京野菜を育ててみたいとお考えの皆さま、たもんじ交流農園の一員として、一緒に江戸東京野菜づくりにチャレンジしませんか。

- 共用の畑(約 11 m²)を、みんなで育てます(上限 10 名を想定していますが、申込状況により見直します)
- 夏は寺島なすを中心に、秋冬は江戸東京野菜を中心に、参加いただく皆さんで話し合って決定します。
- 農園ナビゲーター(てらたまメンバー・主に土曜日参加)が話し合いをサポートします。
- 年会費 2,000 円
- 1 年間の参加制(2027 年 2 月末まで)。自動更新はありません。
- 申込対象は、「江戸野菜と寺島なすの栽培を通して様々な人々が交流し、コミュニケーションを図ると共に、緑化・食育・環境・福祉・防災・商店街活性化・地域連携等に寄与する場として農園を活用する」という、たもんじ交流農園の設立主旨に賛同いただける方
- 見学や一日体験も弾力的に受け入れます。(なお、お申込みは個人のみとし、団体でのお申込みはご遠慮願います。)
- 応募方法 以下をご記入のうえ、suebayashi@yahoo.co.jp までメールをお願いします。



- ①【お名前】、②【ご住所】、③【電話番号】、④【メールアドレス】、⑤【申込】() 江戸東京野菜チャレンジャー会員 () すみ里キャラバン仲間「里のたみ」、⑥【何か一言】

すみ里キャラバン仲間「里のたみ」募集～まちに、里地里山の芽を届けに

また、同時にすみ里キャラバン仲間「里のたみ」の募集も行います。てらたま協議会では、たもんじ交流農園の外でも「区内に農のある暮らし」を広げる活動を行っています。すみだに里地里山の風景を増やしていこう—そんな願いを込めた「すみ里プロジェクト」。その一環として、たもんじ交流農園や、すみ里プロジェクトの仲間たち『里のたみ』は、農園の外へと一歩ふみ出し、区内のさまざまな地域で“小さな里山の芽”を育てるお手伝いをしています。“まちに種をまくと、心にも芽が出る”…そんな実感をみなさんと共有できれば幸いです。参加費はありません。人数制限もありません。メールアドレスをご登録いただければ、活動の際にお声かけいたします。みなさんも『里のたみ』の一員になって、すみ里キャラバンに参加しませんか。「畑を持つ」のではなく、「農のある暮らしを広げる」活動にご興味のある皆さま、この機会にぜひお申し込みください。(応募方法は、上記と同じです)《キャラバン実績里山の芽》キラキラ橋商店街・ピンポンプラッツ、東白鬚公園、中之郷児童遊園、ノウドひきふね 他

シリーズ『江戸の食生活と野菜たち』第12回～伝統野菜と島しょ～ 農園アドバイザー水口均



明日葉(八丈産)

伊豆七島は現在、東京都です。しかし江戸時代には天領とされて管理されていましたが、明治政府になってから静岡県管轄としていたものを東京府にその管理が移管されています。これは純粋に行政上の問題でした。

日本における野菜のうち、もともと日本が原産地であるものはほとんどなく、それらは「野菜」というより現在の感覚では山菜と言う方がいいのかも知れません。例えば「うど」「わらび」「ごごみ」などで、島の産物である「明日葉(あしたば)」もそれにあたります。

島国である日本がいかにか古くから外国との交易によって外の食を取り入れてきたのかがわかる話です。例えばセロリなどは西洋野菜として認識されていますが、加藤清正が朝鮮半島から持ち帰った(清正人參)とされています。醍醐味という言葉は醍醐(乳製品で現在のチーズにあたる)の味を表したものが現在でも使われています。江戸時代までは人參といえは朝鮮人參のことでした。このことはまた別の項で書きたいと思えます。

皆川さん「ハッピースマイル」の「カンカラ三線体験(1:00~要申込)と生ライブ(2:30~申込不要)」: 3/7(土)(ユートリアドーム)、墨田児童館梅若分室親子イベント: 3/14(土)、水口アドバイザーご指導日: 3/22(日)4/12(日)、農園部作業日: 毎週日曜 8:30~



たもんじ交流農園便り
No.95 般 2026.2.28 発行
題字 田村風來門
編集 末林和之



てらたま協議会
(NPO 法人 寺島・玉ノ井まちづくり協議会)
問い合わせ先 小川 剛(080-3421-3115)
▲セブン-イレブン 記念財団 (2018 年 2020 年に助成金を頂きました)

