

「干す」ってすごい！！ ～夏野菜、くだ物を干してみた～

芦北町立佐敷小学校 3年 森 彩音

1 けんきゅうのきっかけ

熊本県かんきょうセンターのイベントにさんかしました。その時、ごみのしょ理のために一人一年間 11,951 円も使われていることを知ってびっくりしました。ごみのうち、生ごみの水分をへらせばごみの重さもへることが分かりました。そこで、生ごみを干してどれくらい水分がへるか調べようと思いました。また、干し野菜や干しくだものの記事もあったので、それもやってみることにしました。

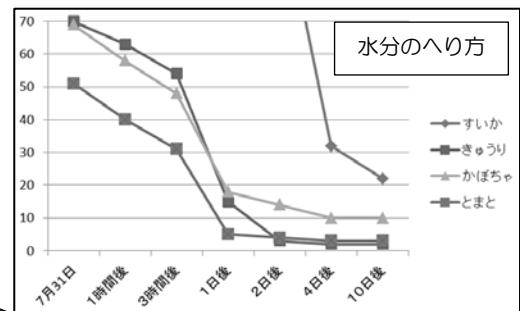
2 けんきゅうの方ほう

- (1) 野菜のかわや種を干して、水分のへり方を調べる。
- (2) 干しくだ物を作り、味を比べる。
- (3) 干し野菜を作り、調理する。

3 けんきゅうのけっか

- (1) 野菜のかわや種を干してみよう！

全部で615gが
37gになった！



	7 / 31	1 時間後	3 時間後	1 日後	2 日後	4 日後	1 0 日後
すいか	425 g さわると水分がつく。あまにおいがする。	388 g 白い部分はかわいている。	334 g 白い部分は水がつかない。やわらかい。	133 g アリがたくさんいて、気持ち悪かった。	109 g くるくる曲がっていろんな形でおもしろい。	32 g おとといより、はだ色の色がふえた。	22 g すぐかたい。わろうとしても全然われない。
きゅうり	70 g 水分が一番多そう。さわると水が手につく。	63 g さわったら少ししか水がつかなかった。	54 g 種がうき出てきた。細くなっている。	15 g 表面はかさかさ。	3 g 昨日より小さくなった。種がいっぱい出ている。	2 g ぐねぐねになったり曲がったりしている。	2 g 種は白いままだけど、その周りは茶色。
かぼちゃ	69 g あんまり水分はないかんじがする。	58 g 丸いかわが内がわに曲がっていた。	48 g 種が出てきて、目立つようになった。	18 g 種がもっと出てきた。さらに曲がっている。	14 g 最初はやわらかかったけど全部固くなっている。	10 g 種がバラバラになっていた。	10 g 固くてさわるといったかった。茶色いになっている。
トマト	51 g つるつるしている。水分は少なそう。	40 g 最初はつるつるしていたけど、かわいていた。	31 g しなしな。内がわに曲がっている。	5 g 5gしかなくて、すごくへってびっくりした。	4 g 手のひら位だったのが小さくなって、カピカピ。	3 g わってみたらぶちっとわれた。意外とかたい。	3 g 超小さい。しわしわ。ヘタがなくなっている。

- (2) 干しくだ物を作って食べてみよう！

干したら味はかわるのか？どちらがおいしく感じるか、食べくらべをした。

ア. 一日外に干したものと生のもの イ. 一日外に干したものとせん風きでかわかしたのもの

おいしいと感じた方 (干：干した方 生：生のもの)

(干：外に干した方 風：せん風きでかわかした方 同：同じ)

くだ物	祖母	父	母	姉	兄	私
バナナ	干	干	干	干	干	干
キウイ	生	干	生	生	生	生
パイナップル	干	干	干	干	干	干
りんご	干	干	干	干	干	干

	祖母	父	母	姉	兄	私
にんじん	風	風	風	風	同	同
なし	同	同	同	風	同	同
りんご	同	同	同	干	同	干
パイナップル	干	干	干	干	干	干
ミニトマト	同	同	風	風		風
バナナ	干	干	干	干	干	干

実験イの重さ の変化	にんじん		なし		りんご		パイナップル		ミニトマト		バナナ	
	干	風	干	風	干	風	干	風	干	風	干	風
もとの重さ (g)	59	59	68	68	68	68	62	62	42	42	67	48
干した後 (g)	28	20	40	34	45	35	40	28	28	18	67	43

(3) 干し野菜を作って調理しよう！

① 野菜を切って干す。その1

	8/10	8/27	干したも	8/10	8/27
ア. かぼちゃ			228g		78g
イ. ごぼう			147g		24g
ウ. にんじん			120g		6g
エ. なす			188g		8g
オ. ぶどう			173g		59g
カ. きゅうり			144g		5g
キ. トマト			184g		2g
ク. オクラ			99g		7g
ケ. にがり			130g		5g
コ. ピーマン			99g		6g
サ. みょうろ			60g		3g
シ. じゃがいも			135g		19g
ス. 玉ねぎ			182g		5g

● 5日間は晴れておかわいけど、6日目(8/16)に雨がふり、ぬらしてしまった。だから、食べられなくなった。さんねん。干し野菜、文リ(はい)。

② 野菜を(くだ物)干す。その2

	8/10	8/27	干したも	8/10	8/27
デ. ラウエア	13	9	9	7	8
ミ. ニート	83	73	50	37	17
ニ. びんり	73	27	9	8	6
キ. ウイ	197	78	36	26	25
パ. ナナ	173	54	30	25	26
バ. ナナ	173	26	9	7	7
バ. ナナ	173	129	61	40	36
バ. ナナ	105	89	61	45	35
バ. ナナ	92	88	83	80	78
マ. スカット	47	33	32	29	26
リ. んご	73	63	28	23	17
バ. ナナ	26	10	8	7	6
バ. ナナ	73	37	15	13	12
バ. ナナ	8	5	3	2	2
バ. ナナ	170	173	171	158	152

● 干し始めた日(8/10)は、天気がよかったです。その後、くもりや雨の日が続き、家で、せん風までかわかした。でも、カビが生えてきたのがあった。X→カビが生えたにがり(はい)は使えそう。O→カビは生えてない。

③ じゃがいもを干す

「ぐるぐる」と切ったじゃがいもを、朝から夕方まで干した。

50g → 19g
40g → 15g
37g → 13g
干す前 → 干した後

これをフライドポテトにしよう。

あげた時間 味 など

30秒 しなしなししてる。おまじ。

1分 ちよとこでくでうまーい。

1分30秒 バリバリは一番おいしい。

2分 ちよとがたいけいけい。

2分30秒 ちよとにがい。

3分 ちよとさい。とてもにがい。

● 丸ごとのもあげたが、10分以上かかった。

● 1/4に切ったものは、1分であげた。生であげたのは、5分すぎた。生であげた。どっちもおいしかった。

(4) 干し野菜発見！

買い物に行ったら、今まで見たことのない干し野菜を見つけた。ラベルを見ると、生のじょうたいの重さとかんそうした内容量が書いてあった。

野菜	玉ねぎ	キャベツ	大根の葉	ごぼう	小松菜	ねぎ	にんじん	ほうれん草
生のじょうたいの重さ (g)	250	310	260	150	260	100	250	220
かんそうした重さ (g)	15	28	23	20	23	5	25	18

4 けんきゅうのまとめ・かんそうなど

(1) 一日干すとずいぶん水分がへって、2日干した後はほとんど水分はなくなることが分かりました。一日でも干せばごみがへって、しよりに使うお金も減るのでいいと思います。

(2) 外で干したくだ物と生のでは、干した方がおいしく感じるのが多かった。とくに干したパイナップルはすごく甘かったです。パイナップルとバナナは、全員外で干した方がおいしいとかんじました。どっちも太陽がよくにあうくだ物だなあ、と思いました。

外で干したくだ物より、家の中でせん風きでかわかした方が軽くなっていて、びっくりしました。外の方がよくかわくと思っていました。晴れたりくもったりしていたからかな。おいしさはあまり変わらない感じでした。

(3) ぶどうとマスカット、きよほう、デラウエアは、重さがあまりへりませんでした。たぶん、かわをつけたままだったので、水分がぬけなかったんじゃないかと思います。かわは水分を守っているんだと思いました。

干したじゃがいもは、生よりだんぜん早くあがりました。使う電気が少なくてすむから、エコだと思いました。売ってあった干し野菜は、だいたいもとの重さの10分の1くらいになっていました。自分で作るとき、それくらいになるといいんだ、とわかりました。

ばあちゃんが「むかしは『ひば』って、干した白菜を使っていた。たぶん『干葉』って書くんじゃないか」と言っていました。むかしは干した野菜をよく使っていたそうです。