

あんぜんだより

監修 全国学校安全教育研究会/東京都荒川区立南千住第二幼稚園 園長 立石晃子先生



新入学に備えて、防犯ブザーの 使い方を覚えておきましょう

3月になりました。年長クラスの子どもたちは、4月から小学1年生。これまでは常に保護者と共に外出をしてきましたが、これからは通学時や遊びに行く時など、子どもだけで行動する機会が増えます。今のうちに防犯ブザーの使い方を身につけてください。

こわい!とおもったときには ぼうはんブザーをならそう



みちを あるいて いる ときに しらない ひとから こえを かけられたら こわいよね。そんな ときは ぼうはんブザーを ならそう。ならした ブザーを じぶんが にげる ほうこうとは はんたいがわに なげて にげよう。まわりの ひとに きづいて もらえるように おおきな こえを だす ことも だいじだよ。

保護者の方へ 子どもたちだけでいる時に、知らない人から声をかけられて「怖い!」と思った時には、①防犯ブザーを鳴らす ②鳴らしたブザーを逃げる方向とは反対に投げる ③相手がブザーに気をとられている間に、大きな声で周囲に助けを求めながら逃げる……という行動を、迷わずとれるように教えましょう。

ちゃんと なるか かくにん しよう



いざと いう ときに ぼうはんブザーが こわれて いたり でんちが なかったり したら こまるよね。おとが ちゃんと なるかを まいつき いちどは かくにん しよう。

保護者の方へ 防犯ブザーを携帯していても、いざという時に鳴らなければ、何の役にも立ちません。故障していないか、電池が切れていないかを、少なくとも月に1回は確認するようにしましょう。

ブザーは おもちゃでは ありません



なんでも ない ときに ぼうはんブザーを ならしたり して あそんでは いけないよ。まちがえて ならして しまった ときは すぐにおとを とめて まわりの ひとに あやまろう。

保護者の方へ いたずらに鳴らして遊んではいけないこと、間違っ鳴らしてしまった時はすぐに止め、周囲に「何でもない、大丈夫」と伝えるようにさせてください。

この1年間で学んだことを身につけ、安全な毎日を過ごしてください。

今月の掲示用ニュース 指導例

ねらい 防犯ブザーの基本的な使い方を身につける



展開例

小学校に入学すると、行く時や帰る時に、おうちの人と一緒にいないよ。怖いと思ったら、どうしたらいいのかな。

【左・中のイラストを示しながら】知らない人が一緒に行こうと誘ってきたよ。近くには助けてくれる大人の人はいないよ。どうしたらいいのかな。そんな時は、ランドセルにつけた「防犯ブザー」を鳴らすよ。【右下の写真を示しながら】防犯ブザーは、ひもやピンを引っ張ると外れてスイッチが入り、大きな音が鳴るよ。そしたら、大きな声で「たすけて」と叫んで、走って逃げよう。走りにくい時は、ランドセルを放つても構わないよ。相手にブザーを投げてもいいよ。【右上のイラストを示しながら】お出かけする時は、大人の人にも身につけておくと安心だね。使い方をしっかり覚えよう。

誘拐されないように自分で身を守る方法を身につける

～令和5年版『警察白書』を踏まえて～

令和5年版『警察白書』によると、令和4年中の刑法犯の認知件数のうち、13歳未満の子どもが被害者となる割合が最も高くなるのは「略取誘拐」で、約30.8%、390件のうちの120件を占めるそうです。ただ、犯罪として認知されておらず、事件、事故にも至っていない数は、これよりもかなり多いと考えられます。実際、市区町村が提供する不審者情報は、地域によっては日々途切れることなくスマホなどに送られてきます。特に春から夏にかけて外出する人が増えるようになると、不審者情報も増える傾向があります。

小学生になると、登下校などで一人になることが増えます。保護者の送り迎えがなくなった時に自分の身をどのように守ったらいいのか、子どもと一緒に今の

うちからルールを決めておき、不審者と遭遇した時の対応をきちんと身につけておくことが大切です。

子どもを連れ去ろうとする不審者は、泣き叫ばれるのが一番困るので、優しい声かけや笑顔で子どもたちに接してきます。一見、悪い人には見えませんが、不審者対策が進んでいる昨今なので、見知らぬ大人が一人だけで歩く子どもに優しく声かけをしてくることは不自然です。車などに連れ込まれたら最後なので、どう逃げるか、不審者をどうひかせるかが大切で、そのためのツールが「防犯ブザー」です。怖くて声が出せなくても、ピンを外すだけで大きな音が鳴るので、きちんと使えるようにしましょう。

参考『令和5年版警察白書』警察庁 ほか



よいこのあんぜんニュース

2024年(令和6年)3月8日発行 449号付録

少年写真新聞 株式会社 少年写真新聞社

〒102-8232 東京都千代田区九段南3-9-14 HF九段南ビル URL <https://www.schoolpress.co.jp/>

©少年写真新聞社 2024年 ※著作権法により、本紙の無断複製・転載は禁じられています。

★定期刊行物は終わる期間を予定しない刊行物です。年度が替わりましても購読中止のお申し出がない場合、引き続きニュースをご送付申し上げます。

防犯ブザーを身につけておく習慣を

全国学校安全教育研究会/東京都荒川区立南千住第二幼稚園 園長 立石晃子

1年の締めくくりの月となりました。この1年の出来事を振り返り、子どもたちの成長を実感する月です。子どもたちは進級・進学に向けて期待を膨らませていることと思います。特に年長児は、小学校進学があります。登下校や遊びなどで徐々に大人から離れ、子どもだけで行動することが増えてきます。一人ひとりの子どもが「危険を予測し、自分の身を守る」知識や技術を身につけられるようにしていきましょう。

不審者ってどんな人？

園では避難訓練や安全指導で、「いかのおすし」や「知らない人にはついていかない」を指導していることと思います。その際に見せるイラストは、「帽子をかぶっている」「サングラスをかけている」「マスクをしている」といったステレオタイプの不審者像になっていないでしょうか？また、「知らない人＝不審者」では、ほとんどの人が不審者となってしまいます。子どもたちには見た目ではなく、「不審な行動をしている人に気をつけること」を指導しましょう。例えば、

- ・話しかけてくる
 - ・近づいてくる
 - ・触ろうとする
 - ・自分の体や子どもの興味のあるものを見せてくる
 - ・食べ物や子どもの興味のあるものを渡そうとする
 - ・個人情報や子どもには尋ねないようなことを聞いてくる
 - ・見つめてくる
 - ・じっと待っている
 - ・ついてくる
 - ・どこかへ連れていこうとする
- といった行動が想定されます。不審者とはど

んな人かを、子どもと話し合っておくとよいでしょう。

怖いと思ったらとる行動

不審者に気をつけるとともに、遭遇時の対応についても指導・練習をしておくとよいでしょう。遭遇時の素早い行動が大切です。

- ・少しでも怖いと思ったら全力で逃げる。
- ・大きな声で助けを呼ぶ。その際、「キャー」「ワー」ではなく、「助けて」と叫ぶ。
- ・手足をバタバタさせながら叫ぶ。

防犯ブザーを身につけましょう

防犯ブザーも持っているだけで安心せず、怖いと思ったときに適切に使えるようにしておきましょう。

身に着ける方法としては、ランドセルでは、ひもをしっかりとつかめる位置につけましょう。また、ランドセルだけではなく、塾や習い事のかばんにもつけて、常に身につけておくという習慣をつけておきましょう。

また、以下のような防犯ブザーの約束を確認しておくといよいでしょう。

- ① 危ないと思ったら鳴らす
 - ② 間違ったら「ごめんなさい」と謝る
 - ③ 遊びでいつでも鳴らさない
 - ④ 月1回はブザーが鳴るかを点検する
- (YouTubeの千葉県警察公式チャンネル、子供の安全対策動画を参照のこと)

保護者の皆様も防犯ブザーを携帯し、日頃から備えておくといよいでしょう。

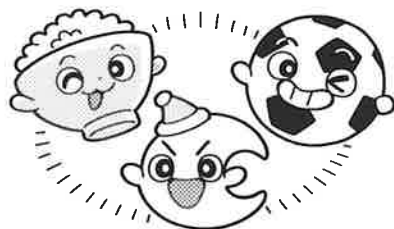
ほけんニュース

毎日成長している子どもたち

この1年間で、子どもたちは身長が伸びたり、体重が増えたり、できなかったことができるようになったりと、大きく成長・発達しています。毎日の生活の中で、子どもたちの変化を見守っていきましょう。

健やかな成長のために 大切な食事・睡眠・運動

子どもの成長・発達にとって、バランスのよい食事をとること、よく眠ること、運動や遊びで体を動かすことはとても重要です。また、幼児期は生活習慣の基礎を身につける大切な時期です。規則正しい生活を心がけてください。



個人差の大きい子どもの成長

子どもの身長は個人差が大きく、同じ年齢でも、生まれた月により差があります。身長が低めの場合でも、毎年順調に伸びていれば、心配はありません。伸び方に不安がある場合は、かかりつけの小児科や成長障害を診療している施設に相談をしてみてください。



幼児期にぐーんと大きくなる子ども



背がもっとも大きく伸びる時期は、生まれてからの1年間と思春期です。身長約50cmの新生児は、1年間で、約1.5倍の75cmほどになります。その後、伸びる速度は落ちますが、4歳頃には新生児の約2倍の100cmほどになります。4歳からは、年間約5~6cm程度伸びるといわれます。

せいちょうの きろく

なまえ

1ねんまえとくらべてみよう



おおきくなったかな



しんちょう

4がつ

センチメートル

つぎのとしの3がつ

センチメートル



たいじゅう

4がつ

キログラム

つぎのとしの3がつ

キログラム

できるように なったよ

※お子さんと一緒に身長・体重や、できるようになったことなどを記入してみてください。

監修 福島県立医科大学 放射線医学県民健康管理センター 特任教授 横谷進先生

今月の

掲示用写真ニュース活用法



1年をふり返り、身長が伸びて体重が増え、成長しているというお話をする時に、ご活用ください。



《おはなし》

みんなはこの1年間で、身長が伸びて、体重が増えて大きくなりました。できなかったことも、たくさんできるようになりました。

このお友だちも、(①と②を指して)1年前とくらべてみると、身長が102cmから107.5cmまで伸びています。体重も14kgから16kgに増えました。手も足も大きくなりました。

みんなも、1年前とくらべて、どのくらい大きくなったのか、どんなことができるようになったのかを、先生やおうちの人に聞いてみましょう。

トピック 樹脂製の折りたたみ式踏み台に注意

使用時に広げて、折りたたんで収納できる、樹脂製の折りたたみ式踏み台(写真1)に、つかまり立ちしていた乳幼児の指が隙間に挟まれ、切断する事故などが発生しています。



写真1

と脚部、③ヒンジ(蝶番)の隙間の大きさが変化するため、指を挟むおそれがあります。

国民生活センターでは、乳幼児がいる家庭に対して、可動部のない商品を選択することを検討してほしいことや、乳幼児が折りたたみ式踏み台に触れることがないように、管理・保管することを呼びかけています。合わせて、事業者側にも、商品の説明表示などで乳幼児の使用の制限、危険性の注意喚起内容の拡充などの周知徹底を要望しています。

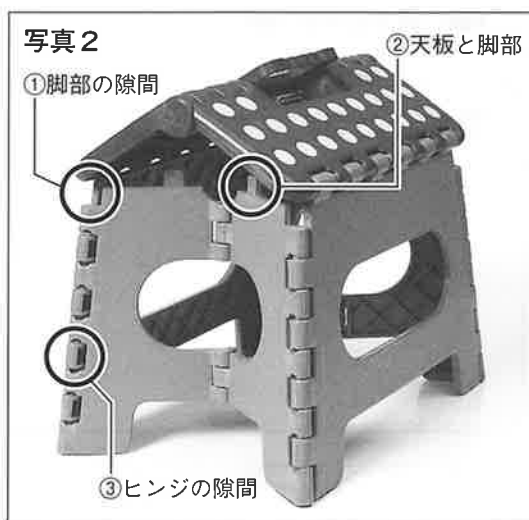


写真2

①脚部の隙間

②天板と脚部

③ヒンジの隙間

【事例1(1歳2か月)】

・保護者が折りたたみ式踏み台の座面の取っ手部分を持ってたたんだ際に、男児が踏み台の脚部分に手指を挟んで傷を負った。左小指から出血が止まらないため受診した。

【事例2(1歳2か月)】

・自宅で男児が折りたたみ式踏み台を触っていたため、年上のきょうだい踏み台を横に引っ張った。保護者が注意すると、きょうだいより強く引っ張ってしまい踏み台が折りたたまれて、踏み台の側面上部に男児の右手示指が挟まれ切断した。

踏み台は、折りたたんだり広げたりすることで、写真2のように①脚部の隙間、②天板



幼児期の子どもの成長

福島県立医科大学 放射線医学県民健康管理センター 特任教授 横谷進

身長には個人差があります

幼児(1歳から就学前の子ども)の平均身長に、男女差はほとんどありませんが、男女共に一人ひとりの身長には大きな個人差があります。生まれた月まで同じ同年齢の子どもでも、高めの子(100人中で高い方から2、3番目)と低めの子(100人中で低い方から2、3番目)の間には、10cm(1歳児の場合)～17cm(5歳児の場合)ほどの大きな差があります。このように、「身長が高い」「低い」は個人差によることが多いので、極端な場合を除いて身長の高さ・低さについて心配するには及びません。

また、幼児期にはどんどん身長が伸びる特徴があります。平均身長は、1～2歳の間で1年間に10cmほど伸び、2歳を超えて伸びる速さは次第にゆっくりになります。5～6歳の間でも1年間に6cmほど伸びます。したがって、同じ年齢でも何月に生まれたかによって数cmの差があることを知ったうえで身長の高さを判断する必要があります。

大切なのは、伸びを見ること

身長が低めの場合でも、毎年順調に伸びていけば、身長を伸ばす仕組みが正しく働いていると考えられるので、安心してください。伸びの判断基準を数字で示すのは難しいのですが、おおよその目安をいえば、1年間で5cm以上(2、3歳では7cm以上)伸びていればそれほど心配はいりません。ただ、身長の測定が正確でないと、伸びの計算が信頼できないものになるので、数字からだけでは判断を誤ることもあります。

成長を正しく評価するためには、成長曲線

を描くことがすすめられます。母子手帳には標準成長曲線が載っているので、そこに実際の測定値をかき込みます。何歳何か月で何cmであったかをなるべく正確に点を取り、隣り合った点同士を直線で結んで「成長曲線」をつくります。その成長曲線が、母子手帳に印刷された幅の中で上と下の曲線に平行して伸びていけば、「順調に成長している」ことになり安心です。

また、日本小児内分泌学会のホームページには、男女別の標準成長曲線が載っています。これをダウンロードしてA4用紙などに印刷すると、大きなグラフ用紙に細かい目盛りまで見られるので、正確に成長曲線を作成できますし、標準成長曲線も5本(低い方の点線まで入れると7本)描かれているので、標準に沿って成長しているかどうかははっきりわかります。さらに、小学校に入学した後も17歳半まで継続して利用できます。

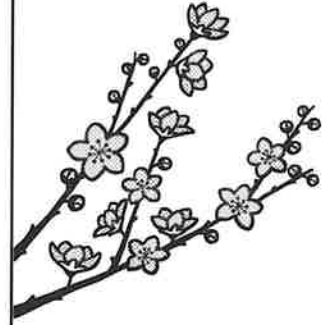
心配な場合には

「見た目」だけで判断せずに、生まれた月まで考慮に入れること、伸びを確認していただくこと、母子手帳などの標準成長曲線を利用して成長を評価することをおすすめしています。その結果、やはり心配であれば、資料を持参してかかりつけの小児科の先生に相談してはどうでしょうか。専門医や成長障害を診療している施設のリストは、日本小児内分泌学会のホームページに載っています。また、成長科学協会のホームページにも、「小児疾患地区委員」として専門家のリストが載っていますので参考になります。

※1 <http://jspe.umin.jp/public/teisinchou.html>※2 https://www.fgs.or.jp/business/growth_hormone/treatment_decision/committee.html

たのしくたべようニュース

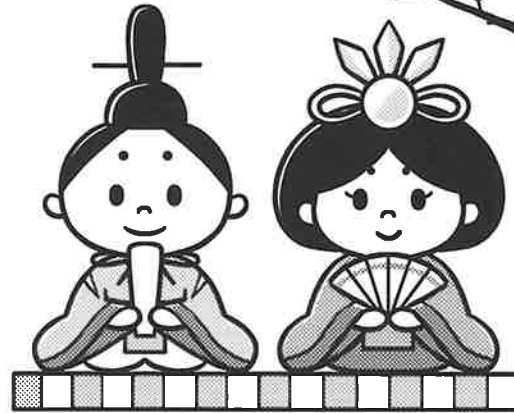
3月3日は ひな祭り



ひな祭りの由来

ひな祭りは、上巳の節句や桃の節句ともいわれています。

平安時代の貴族の間で行われていた、ままごのような「雛遊び」と、中国の上巳のおはらいのために人形を流す行事などが結びつき、行われるようになりました。



ひな祭りの行事食

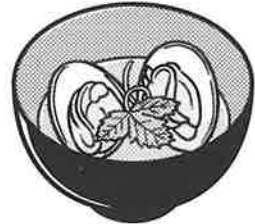
ちらしずし



ひな祭りには、ちらしずしがよく食べられています。黒、白、黄、青(緑)、赤の五色の食材を使って、鮮やかに飾りつけます。

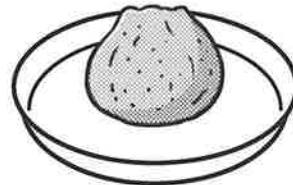
子どもに好きなように盛りつけをさせると、一緒に調理を楽しめます。

はまぐりのお吸い物



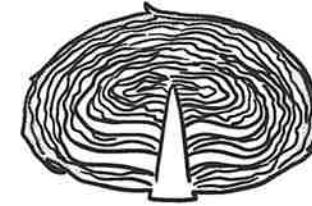
はまぐりは、対になっている貝としか合わないことから、夫婦の仲のよさをあらわしています。また、旧暦の3月3日に機遊びをしていた風習から、貝を食べるようになったともいわれています。

草もち



古くは、ハハコグサが使われていたそうですが、後によもぎが材料として使われるようになりました。これらの草には、邪気をはらう魔よけの効果があると信じられてきました。

生で食べるのがおすすめ 春キャベツ



早春から初夏にかけて、春キャベツが出回ります。周年出回っているキャベツは、かたく締まり、平たい形をしていてずっしりと重さがありますが、春キャベツは、葉の巻きがゆるく、軽くて葉がやわらかいのが特徴です。そのため、生のままでもおいしく食べられます。

子どもと一緒に

1年間の食生活のふり返り

食生活を通して、さまざまなことができるようになりました。お子さんと一緒にどんなことができるようになったのか、ふり返ってみませんか。

いろいろなものを
たべた



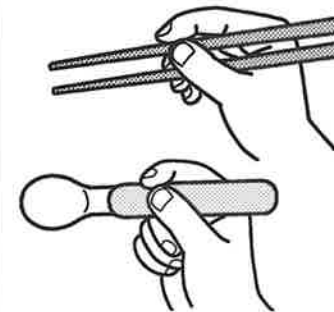
かぞくや ともだちと
たのしく たべた



ぎょうじの たべものを
たべた



スプーンや はしを
じょうずに つかえた



のこさずに たべた



おてつだいを した



参考文献 「坂本廣子のつくろう! 食べよう! 行事食 ①正月から桃の節句」坂本廣子著 奥村彪生監修 少年写真新聞社刊ほか

♡「たのしくたべようニュース」de食育♡

食育の指導に、ニュースをご活用ください。



《今月号のポイント》

ひな祭りの行事食の話をする時にご活用ください。

お・は・な・し

みなさん、ひな祭りに欠かせない食べ物はまぐりを知っていますか？(①を指す)

名前に「くり」とついていて、栗に似た形をしている、浜辺でとれる貝です。

まぐりは同じ貝の殻を合わせると、ぴったりとくっつきませんが(②を指す)、別の貝の殻を合わせても合いません(③を指す)。

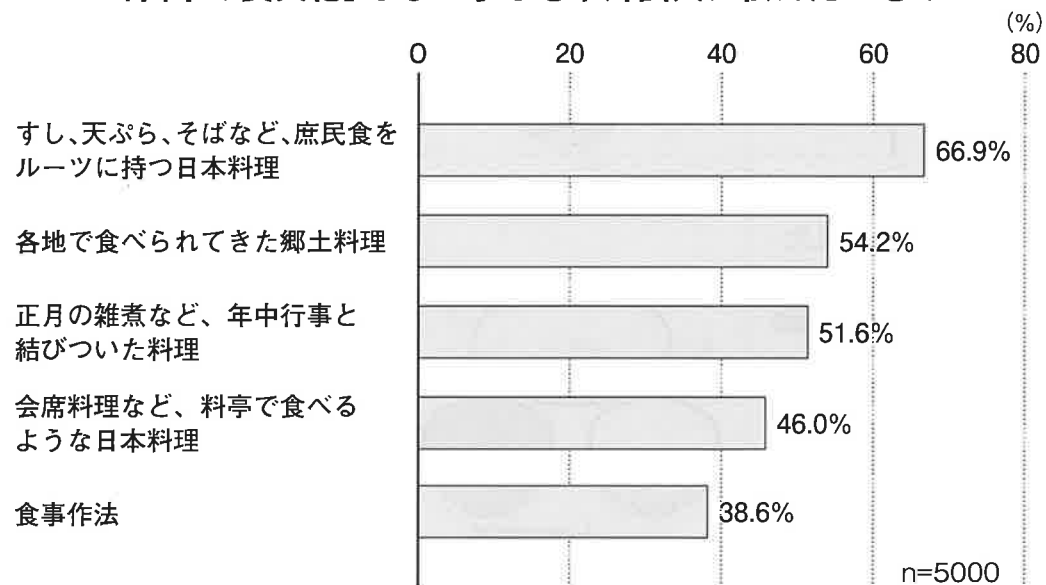
ひな祭りに食べるまぐりのお吸い物は(④を指す)、はまぐりのように、ぴったり合う人とずっと仲よく過ごせるようにと願って食べます。

トピック 日本の食文化として子どもに伝えたいもの

文化庁が、「日本の食文化」として子どもたちや外国の人に伝えたいものを調査した結果の上位を見てみると、1位は「すし、天ぷら、そばなど、庶民食をルーツに持つ日本料理」で66.9%でした。2位は「各地で食べ

られてきた郷土料理」で54.2%、3位は「正月の雑煮など、年中行事と結びついた料理」で51.6%でした。そのほかにも、「会席料理など、料亭で食べるような日本料理」や「食事作法」などがあげられています。

「日本の食文化」として子どもや外国人に伝えたいもの



出典 文化庁「平成30年度生活文化調査研究事業報告書」

少年写真新聞
Juniors' Visual Journal

2024年(令和6年)3月8日発行 第474号付録
©少年写真新聞社2024年

たのしくたべようニュース

株式会社 少年写真新聞社 ★定期刊行物は終わる期間を予定しない刊行物です。年度が替わりましても、購読中止のお申し出がない場合、引き続きニュースをご送付申し上げます。
〒102-8222 東京都千代田区九段南3-3-14 少年九段ビル
https://www.schoolpress.co.jp/ ※著作権法により、本紙の無断複製・転載は禁じられています。

ひな祭りの行事食

サカモトキッチンスタジオ 食育・食文化 料理研究家 坂本佳奈

子どもに行事食の話をする際には、行事とは何か、なぜこれを食べるのかの説明を、子ども目線でお話するとよいでしょう。

重ね、アルミはくなどで光が入らないように蓋をします。数時間置くと、ざるの下に砂が出ています。貝をこすり合わせて汚れを取って、下ごしらえの完成です(1Lの計量カップに30gの塩を入れ、1Lになるように水を入れると3%の塩水ができていきます)。

お吸い物をつくる時は、貝を水から火にかけます。弱火だといつまでも口が開かず、生臭いものになるため、強火で短時間、調理しましょう。貝殻が開けば火が通っています。塩味は貝が持っているものがあるので、しょうゆを少し入れた後、味見をして、塩の量を決めるといいでしょう。

ひな祭りのごはん

ひな祭りは、春が来たのを喜び、外に出て病気や悪運などの悪いものを追いはらう日でもあります。川や海、または山に行き、みんなで遊んだり、食事をしたりしました。

ひな祭りに食べるちらしずしには、五色の食材が使われています。五色は黒、白、黄、青(緑)、赤です。色とりどりの明るい春をイメージしてつくります。

黒はのり、白はすし飯、黄色は卵など、青(緑)はきぬさや、大葉など、赤は酒蒸しえび、焼きざけ、トマトなど、色鮮やかなものを並べます。豆腐の空きパックを利用して押しずしにしたり、弁当箱やプラスチックカップを利用して子どもの好きなように盛らせたりもできます。

ひな祭りの行事食には、すしのほか、ひな落雁、ひなあられ、わけぎ(または、ねぎ)のぬた和え、ひしもち、白酒などがあります。ほかにも、春を喜び、みんなで食べられるものを探してみてもいいですね。

子どもへの言葉かけ

3月3日はひな祭りですね。行事の日に決まって食べるものを行事食といいます。ひな祭りの行事食に欠かせない食材は、「はまぐり」です。はまぐりは、浜辺でとれて、くりのような形をしているので、「はまぐり」という名前になったという説があります。

はまぐりの貝殻は、同じもの同士でないとい合いません。別の貝殻とは合わないのです。だから、いつも仲よしと一緒にいようね、という気持ちを込めて、おめでたい時に使われます。

昔は、春に海や川に遊びに行き、悪いことが起こらないように願いを込めて、人形を海や川に流しました。そして水辺で貝や魚をとり、それを調理して食べていました。それがひな祭りの時に貝、特にまぐりを食べる習わしになりました。

普通、貝には身がひとつ入っています。ひな祭りの時は、ふたり仲よくという意味を込めて、貝殻2枚の一つひとつに身をのせます。

貝をおいしく食べるために

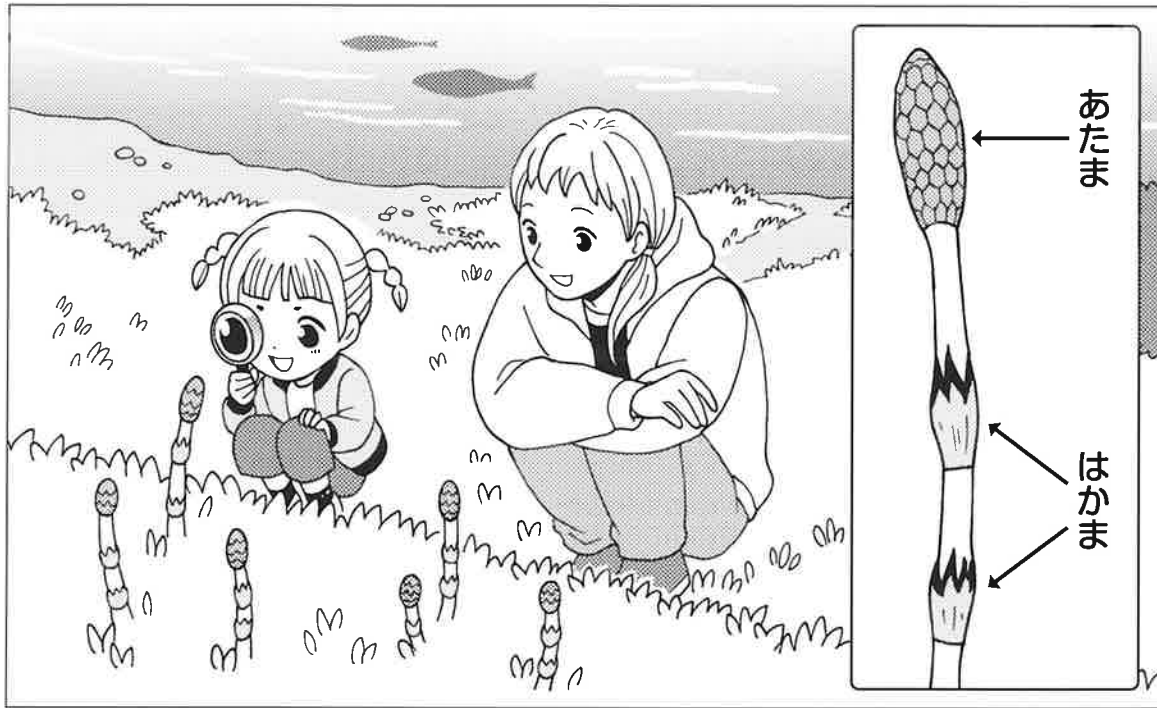
はまぐりやあさりは、調理する前に砂抜きをします。足つきのざるに貝を入れ、塩分の濃度を3%に調節した塩水を入れたボウルに

わくわくはっけんニュース

春の訪れを告げるツクシ

3月になりました。日差しも暖くなり、春の訪れを感じます。川の土手や、畑の隅などに目を向ければ、土の中からツクシたちが元気に顔を出してきます。親子での散歩を楽しみながら探してみましょう。

ツクシを さがしに いこう

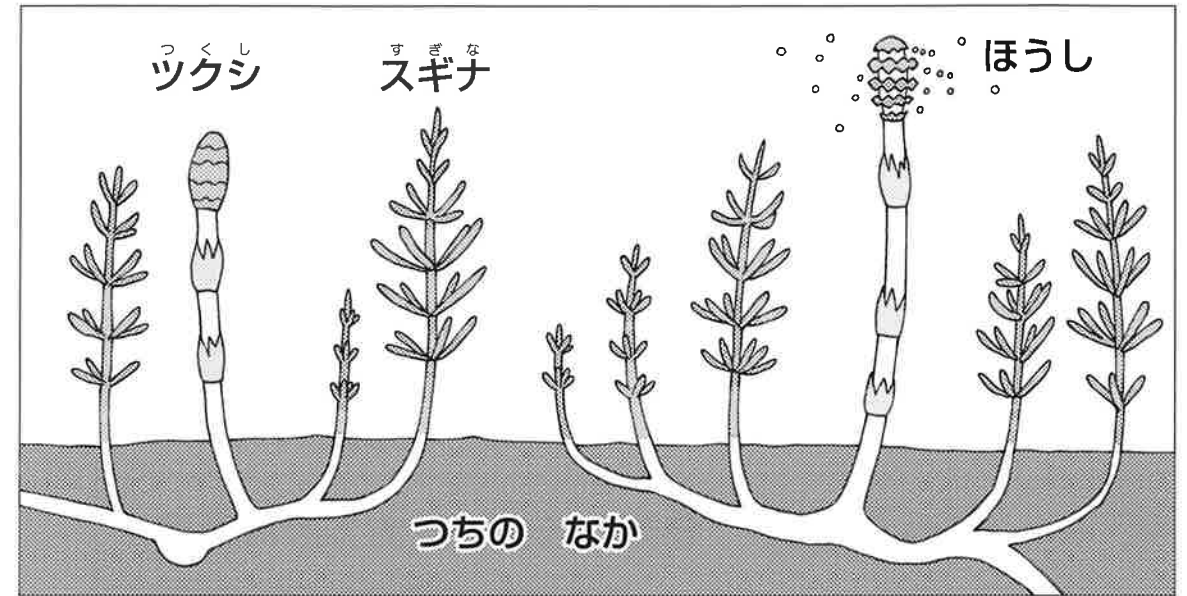


はるになるとかわのどてやはたけのすみなどのしめったつちのなかからツクシはでてくるよ。

まいとしおなじばしょにはえてくるからツクシをみつけたばしょをおぼえておくといいよ。

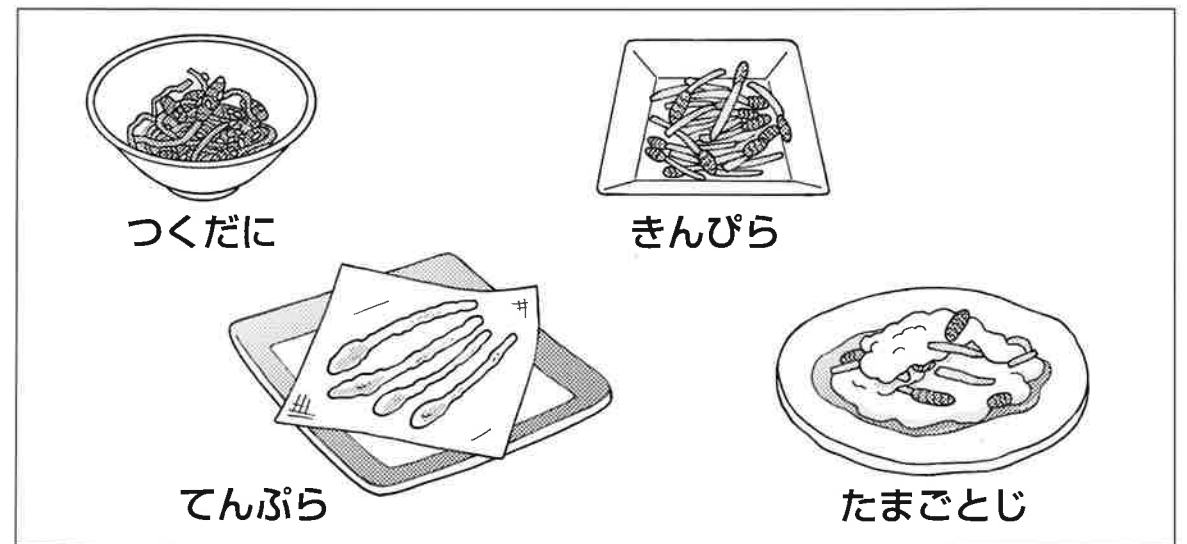
保護者の方へ ツクシは、スギナというシダ植物が胞子を散布するために伸ばす「胞子茎」です。早春に伸びたツクシは胞子をまいた後に枯れ、その同じ場所から緑色のスギナが伸びてきます。ツクシを摘む時の感触を楽しみ、虫めがねで細かいところを観察した後は、春の食材として、調理して味わいましょう。

ツクシと スギナ



スギナというくさがふえるためにほうしというこなをまくふぶんがツクシだよ。ツクシとスギナはじめんのしたでつながっているからなつのあいだにスギナのはえるばしょをさがしておこう。

ツクシは たべられるよ



すこしにがいけれどモヤシみたいなはごたえだよ。

スギナが属するトクサ科の「トクサ」って？

スギナは、トクサ科の植物の中で最も小さい種といわれていますが、トクサ科の「トクサ」とはどんな植物か、知っていますか。

トクサは常緑のシダ植物で、大きなシダ植物が繁茂した今から3億年以上前の古生代石炭紀の頃から存在するといわれています。胞子茎、栄養茎のような区別はなく、長く伸びた茎の先に胞子を飛ばす胞子葉がつきます。

トクサの茎の表面は、ケイ酸を多く含んでいてざらざらとしています。物を磨くのに使われ、「研ぎ草」が転じてこの名があります。

参考「長居植物園 植物図鑑」ウェブサイト ほか



トクサ科で、北米原産のキョダイトクサ。

わくわくはっけん! 冬眠から覚めたカエルの産卵

春になって気温が高くなると、冬眠していたカエルが目覚め、日のよく当たる、流れのない水辺などに集まります。そして、メスをオスが抱きかかえるようにしてつかまり、産卵・受精が行われます。これを「抱接」といい、狭い水辺では、1匹のメスをめぐって多くのオスが集まって戦のようになるため、「蛙合戦」と呼ばれます。特に写真のアズマヒキガエルは、複数のオスがメスの背中の上を奪い合い、オスに抱きつくオスも現れるなど、激しい戦いが繰り広げられます。



参考「いのちのかんざつ2 カエル」中山れいこ 著アトリエモレリ 制作 弊社刊 ほか

小さな池で見られた、アズマヒキガエルの抱接。

今月のわくわく 身の回りの単位のお話 (24)

印刷文字の大きさを表す「ポイント」

パソコンで作る文書の文字の大きさは「ポイント (pt)」で多く示され、欧米で一般的な長さの単位「インチ」が基準です。ちなみに、日本では「メートル」を基準とする「級(Q)」も多く使われます。大体5ポイントが7級となります。

1ポイント=1/72インチ=約0.35mm 1級=0.25mm

参考 BLUE BACKS「単位171の新知識 読んでわかる単位のしくみ」星田直彦 著 講談社刊 ほか



わくわくはっけん ニュース

©少年写真新聞社2024年



春になると伸びてくる「ツクシ」

本体はほぼ土の中……種子で増える植物とは異なる「スギナ」

ツクシは胞子を出す「茎」

春先に川の土手などで、ツクシが地面から顔を出しているのを見つけることがあります。しかし、しばらくたつとほかの草に隠れてしまうのか、見かけなくなります。ツクシは、どこに行ってしまったのでしょうか。

また、ツクシをよく見ると、緑色をしていません。植物なら「葉緑素」を持つはずなので、緑色にならないとおかしいのですが、さてツクシはそもそも植物なのでしょうか。

実は、ツクシはスギナというトクサ科のシダ植物の一部です。ツクシという植物はなく、植物名はスギナなのです。シダ植物なので種をつくらず、胞子で増えていきますが、この胞子を飛ばすために春先に伸びてくる「胞子茎」がツクシです。頭の部分から粉のような胞子を飛ばした後は、お役御免で枯れてしまうため、葉緑素を持たないと考えられています。

ちなみに、ほかの植物に寄生する植物の中には光合成をしないものがあるため、植物は必ず光合成をするわけではなく、緑色をしているとも限りません。

スギナの本体は地下に潜伏？

ツクシ(胞子茎)が枯れると、細い緑色の栄養茎が伸びてきます。この栄養茎がスギの葉に似ているので、スギナの名前があります。栄養茎は緑色で、その名の通り光合成で自分を成長させるための栄養をつくり出します。

やがて、秋から冬にかけて栄養茎は枯れて

しまいますが、地面の中に地下茎という茎を伸ばしており、ここに栄養茎でつくった栄養を小さなイモのようなものにして蓄え、越冬します。よく探すと、その茎の途中に翌年の春に伸びてくるツクシなども見られることがあります。1年を通して残っているのはこの地下茎だけで、これがスギナの本体といっても過言ではありません。ツクシが毎年同じ場所で見られるのも、雑草として草取りをしてもすぐにスギナ(栄養茎)が新しく伸びてくるのも、この地下茎のためです。

胞子の「ダンス」を見てみよう

若いツクシの頭からは、粉のような胞子が飛びますが、大きく拡大(7~10倍程度)すると4本の足(弾糸)が見え、湿度が低いと伸び、湿度が高いとくるくると巻きつきます。ゆっくりと(「ふう〜」ではなく、「はあ〜」という感じで)息を吹きかけるだけで、弾糸がダンスを踊るように伸び縮みする様子が見られるので、もし10倍程度の拡大率のルーペがあったらためしてみてください。最近では、スマホをルーペのようにできる着脱式のレンズもあるので、写真や動画を撮ることもできます。

胞子は風によって遠くへ運ばれますが、晴れているときは弾糸を伸ばすので、風を大きく受けやすくなり、遠くへ飛びます。雨が降っているときよりも晴れているときの方が、胞子は遠くへ飛ぶのです。

参考「散歩で見かける 草花・雑草図鑑」鈴木庸夫 写真 高橋 冬 解説 創英社/三省堂書店刊 ほか