

生涯に
わたり
学び
続ける
人づくり

飛騨市公民館講座

お家で楽しむ講座

こけ玉を作ろう

木々の緑が目染める今日この頃。
家に居ながらも簡単に楽しく作れるこけ玉を紹介します。
小さな世界の中に自然界の一部を垣間見ることができ、土・水・植物にふれ、
出来上がったかわいらしい姿を眺めることで心が癒されるでしょう。



材料

1.苔(こけ)

苔には様々な種類があります。園芸店で販売されているので、気に入ったものをお使いください。
庭など身近な場所に生えているものでも構いません。

2.植え込む植物

観葉植物や山野草など、ご自身の好きな植物。

3.ケト土

園芸用品店で購入することができます。

4.糸

苔玉に巻きつける糸は、目立たないよう黒い木綿糸がおすすめです。

5.飾るためのお皿



材料を希望の方は下記までお電話ください。

こけ玉2個分1セット:1,300円

(苗2種類・ケト土・こけ・皿1枚)

※お皿は岐阜県立飛騨吉城特別支援学校の生徒さんの作品です。

作り方

①こけ玉用土を混ぜてこねる

バケツにケト土を入れ、水を少し加えながら、耳たぶくらいの柔らかさになるまでこねます。全体的になめらかになったら、適量を手に取って丸めます。外側を苔で覆うため、完成のイメージより一回り小さめに丸めるのがコツです。

②植物を植え込む

①に、指で凹みをつけ、その中に植物を入れて土で包みます。

③苔を貼り付ける

植物を植え込んだ②を、土が見えないように苔で覆います。

④苔を糸で巻く

貼り付けた苔が剥がれないように、糸で固定していきます。
ポイントは、最初はX字を描くように苔玉全体を固定して、その後少しずつずらし向きを変えて、まんべんなく糸を巻きつけてください。

⑤こけ玉に水を含ませる

最後に、水を張ったバケツ等にドボンと苔玉を沈めて、たっぷりと水を含ませます。こけ玉からブクブクと気泡がたったら取り出し、お好み皿に飾って完成です。

★こけ玉のお手入れ

霧吹きで水を吹きかけ、全体がしっとりとした状態を保ちます。
または水を張った容器にドボンとこけ玉を沈めて、こけ玉からブクブクと気泡がたったら取り出してください。

こもを編んで「こも豆腐」を作ろう！

家にいる時間が多い今、子どもたちと一緒に飛騨地方独特の郷土料理「こも豆腐」を作って、楽しんで味わってみましょう。
わらを編んだ「こも」で豆腐を包み、熱湯でゆで上げた出来立ての「こも豆腐」は、わらの模様が美しく、香りも良く、塩やしょう油をつけて食べてもおいしくいただけます。

こもの編み方、こも豆腐の作り方、こもの材料2セット(500円)をご希望の方は下記までお電話ください。

こも豆腐のアレンジレシピをご紹介します！

田中智枝先生直伝のレシピで簡単に美味しくできる「こも豆腐グラタン」を作ってみましょう。



- ① 鍋に湯を沸かし沸騰したら、1cm幅に切ったこも豆腐を入れ、1分ほど茹で、ザルにあげ水気を切る。
- ② 鍋にトマトソース、砂糖、5mm幅に切ったベーコンを加え、温める。
- ③ ②が沸騰したら、こも豆腐を加え1～2分煮込む。
- ④ 耐熱容器に③を入れてホワイトソースをかけたらチーズをのせ、全体にオリーブ油を混ぜたパン粉をちらす。
- ⑤ ④をオーブンかトースターで焦げ目がつくまで焼く。
- ⑥ 焼きあがったら取り出し、パセリをちらして完成です。

材料(4人分)

こも豆腐 2本
市販のトマトソース 2缶
砂糖 小さじ1
ベーコン 60g
市販のホワイトソース 1缶

溶けるチーズ 80g
オリーブ油 小さじ2
(サラダ油)
パン粉 小さじ4
パセリ(あれば) 適量



お問い合わせ

各材料等をご希望の方は生涯学習課に6月30日(火)までにお電話ください。
受け渡しは7月7日(火)に古川町公民館または神岡町公民館にてお渡しします。
対象：飛騨市在住、在勤の方

TEL 0577-73-7495 電話受付：月曜～金曜 9:00～17:00

E-Mail: syogaigakusyu@city.hida.lg.jp

主催：飛騨市教育委員会事務局 生涯学習課

飛騨市生涯学習課Facebookでも
講座の紹介をしています。

