

野菜戦隊
ベジレンジャーと
楽しく学ぼう!

野菜で紙作り!



野菜の繊維から紙を作ろう!

野菜に含まれている繊維は、野菜の種類によって量や形にどのような違いがあるのかな? 野菜から紙を作りながら楽しく繊維について学んでみよう!

2021年 12月19日 (日)
13:30~16:00 (受付13:00~)
山形県立米沢栄養大学 食品学実験室
対象: 小学生~中学生のお子様と
その保護者の方
定員20名・先着順・参加無料
フォームからお申し込みください
<https://bit.ly/3EjzODN>



主催:山形県立米沢栄養大学 もぐもぐラボ
福島学院大学短期大学部 はらくっちん
お申し込みはこちら

2021年12月19日(日)に、
山形県立米沢栄養大学を会場に
山形県立米沢栄養大学の『もぐもぐラボ』と
福島学院大学短期大学部の『はらくっちん』が
企画したワークショップが開催されました。

なんと、野菜から紙を作るという内容です!

フレッシュな野菜からどんな風に紙が作られていくか、当日のワークショップの様子を追ってみましょう(‘ω’)/

- ① まずは野菜選びから。
この日に用意されていた野菜類は、
- キャベツ、にんじん、きゅうり、
ほうれん草、ブロッコリー、パプリカ、
トマト、だいこん、紫たまねぎ、りんご、
ごぼう、たまねぎ…
など、盛りだくさん!!
- 何にしようか迷っちゃうね。





②選んだ野菜を包丁で細かく切っています。
手を切らないように、
ゆっくり、ゆっくり…。



③細かく切った野菜と水を
ミキサーに入れて、
ドロドロにしていくよ。



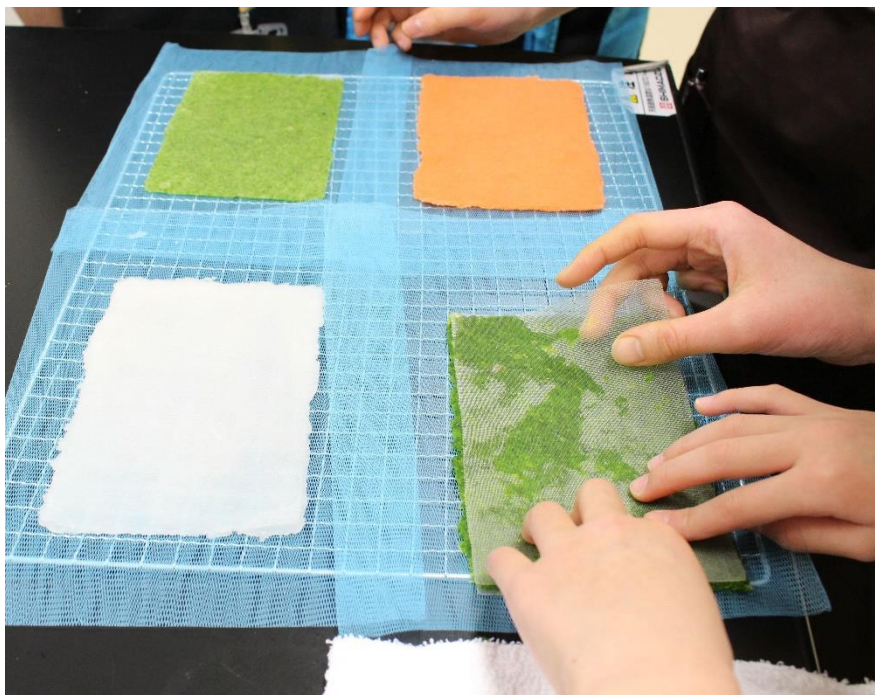


④ドロドロになった液を、
きれいなふきんに流し入れます。
こぼさないように、気を付けて！

⑤ふきんとごしゅーつとしぼって、水気を切ります。



⑥ふきんに残った野菜を、紙すき用の道具に薄く伸ばしていきます。
しぼりすぎちゃった時は、水を加えながら、平らにしていってよ。



⑦薄く伸ばしたものを、
紙すき用の道具から外して、
ドライヤーを使ってひたすら
乾かしていきます！

すると…、

⑧じゃーん！！完成しました！！

黄色パプリカ

ごぼう

にんじん



にんじん

だいこん

ほうれん草

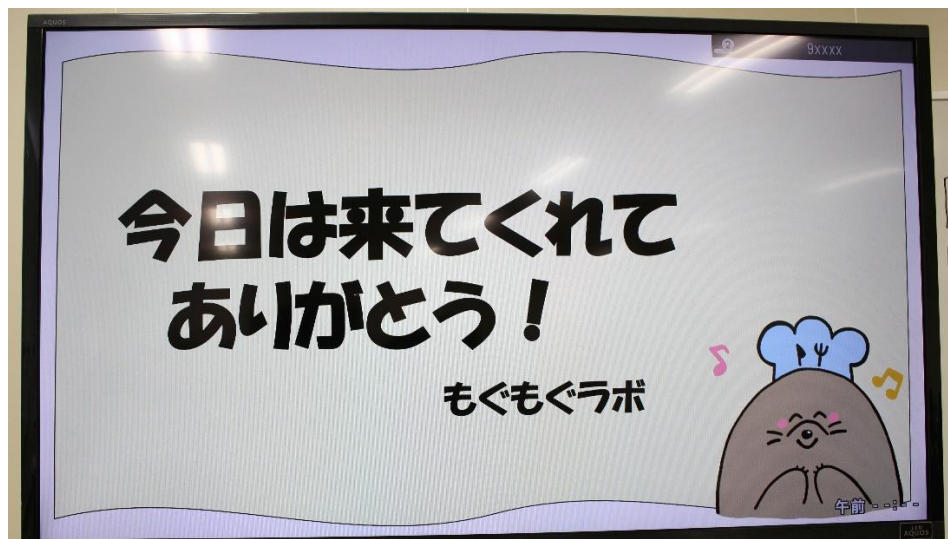
きゅうり



⑨出来上がった野菜の紙を、虫メガネで観察したり、手でさわったりして、違いを感じてみたよ。それぞれ違って面白い！！

紙の厚さは、その野菜に含まれる食物繊維の量が多いほど厚くなるってことを教えてもらいました。

参加してくれたお友達の中には、ハート型の紙を作っていた子もいたよ。素敵だね♡



次回はどんなワークショップが開催されるか、今から楽しみ♪♪