「草木染め」について

東京都 虹の下水道館
Tokyo Sewerage Museum "Rainbow"

普段捨ててしまう“野菜や果物の皮”で簡単に染め物を楽しめる「草木染め」にチャレンジしてみましょう！
今回は、お料理での出番も多い玉ねぎの皮で染める方法をご紹介します♪

～作業に入る前に～

●下処理を含めて2日間ほどかかります。
●火(熱湯)を使います。必ずおうちの人といっしょに作業をし、ヤケドには十分に注意してください。

用意するもの

●豆乳（無調整豆乳）
または牛乳

または

●ハンカチなどの布
（綿100%）

●焼きミョウバン
漬け物など食品にも使っている物で、染め物では染料を定着させる「媒染剤」として使われています。
スーパーで100円程度で購入できます。

●輪ゴム

●玉ねぎの皮　5g（玉ねぎ約3個分）

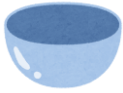
●お鍋

●ざる

●菜箸またはトング

または

●ボウル（複数あると便利です）



●ビー玉（使いたい人のみ）

チャレンジ！

「玉ねぎの皮」の他にもヨモギやナス、赤キャベツや紅茶、コーヒーなどいろいろな素材で染めることができます。
ブドウの皮で染めてみると、右の写真のような赤紫色になりました！
方法や分量はそれぞれ異なりますので、染め方を調べてチャレンジしてみてくださいね♪
自由研究にもオススメ★

「草木染め」の手順

注意

火や熱湯を使うときは必ずおうちの人と一緒におこないましょう。やけどに十分注意してください。

【下処理編】

① 布についた汚れやのりを落とすために、
お鍋にお湯をわかし、布を入れて10分煮ます。
その後、水ですすぐ→脱水→乾燥 します
※時間がなければ、ぬれていても問題はありません。

② ボウルに無調整豆乳または牛乳を入れて、
布（今回はハンカチ）を浸します。
※ひたひたになるくらいの量で
全体に豆乳がしみこむように、ときどき動かしながら
20分付け置きをします。（タンパク質を補う作業）

③ しぼって、広げて乾かすと、下処理は完了です。
豆乳や牛乳は腐りやすいので、晴れた日に手早く
おこなうようにしてください。

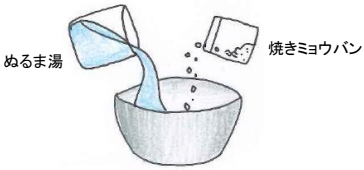
【草木染め編】

① まず、模様をつけます。
輪ゴムで布をしばると、そこだけ色が染み込まない
ので、白く残り、模様がつきます。
なので、きつくしばりましょう！
※「絞り方いろいろ！」のページを参考にどうぞ

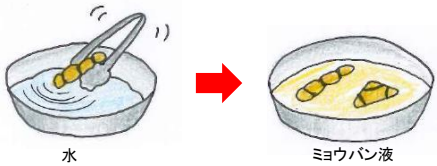
② 次に染液を作ります。
玉ねぎの皮を軽く洗ってお鍋に入れ、ひたひたに
なるくらい水を入れたら、中火で10分煮ます。
ときどき、菜箸またはトングで混ぜてください。
お湯が深いアメ色になったら、ざるに皮だけを取り
出し、お鍋の中を染液（煮汁）だけにします。
※少しくらいカスが入ってても問題はありません。

③ しばった布をお鍋の染液に
入れて、弱火で20分煮込みます。

～煮込んでいる間に～
焼きミョウバン大さじ1杯程を500mlくらいのぬるま湯に
溶かして、ミョウバン液（媒染液）を作っておきます。



④ 煮込んだハンカチを菜箸またはトングで取り出して、
水で軽くすすぎます。
※非常に熱いので気をつけてください
その後、ミョウバン液に20分つけます。
全体に液がいきわたるよう、ときどきゆすります。



⑤ ミョウバン液につけ終わったら、
水洗いをします。

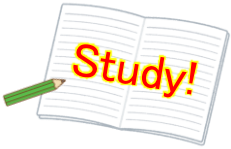
⑧ 輪ゴムを外すと・・
どんな柄ができたかな？！
※取りにくい場合はハサミで
輪ゴムを切ってしまってもOK！
布を切らないよう注意！

⑨ シワをよ～くのばして干し、乾いたらできあがり！

【お洗濯】

ぬるま湯で手洗い、もしくは少量の中性洗剤を水に溶
かして手洗いしてください。

東京都 虹の下水道館
Tokyo Sewerage Museum "Rainbow"



「草木染め」とは？

【草木染め】

“草木染め”とは草木や植物の根・皮・葉・実などから採った天然色素を使って、衣服や雑貨などの布を染めることを言います。草木染めでは、絹、綿、ウールなど、さまざまな素材をきれいに染め上げることができますが、布の種類によって手順が変わってきます。

染料はタンパク質と反応して繊維に色を付けています。

「絹」は蚕が繭となり、その繭から作られるため動物性たんぱく質を持っていますので、下処理が不要です。それに対して、「綿」や「麻」は植物からできているため、タンパク質を人工的にしみこませる必要があります。

また、ポリエステルは染まらないので、ポリエステルと綿が入っているものを使う場合には綿の割合がなるべく多いものにすれば比較的ムラになりにくいです。

【草木染めの歴史】

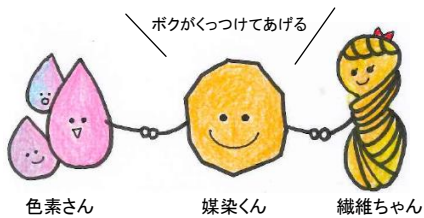
日本では、縄文時代（紀元前1400年頃）から染色が行われてきたとされています。

この時代は、草木から色を出すことや、布を染めることも複雑だったため、染色技術そのものが非常に貴重なものだったそうです。そのため、貴族の象徴とされていました。奈良時代では、赤や青、黒などはっきりした色彩が好まれていたそうです。また、高価な素材である「貝紫」や「紫根」からとれる紫色は、最も貴重だったと言われています。

【草木染めの化学反応！？】

草木染めは、植物を煮て出てきた色を染料として繊維（布）を染めていくのですが、それだけでは繊維に上手く染まりません。そこで繊維と色素を結びつける役割をする媒染という工程が必要となります。媒染に使う媒染剤（焼きミョウバンの事です）は、繊維と色素を結びつける役割をする、金属系の物質です。

水に溶かした金属と化学反応させて、繊維を染めた色素の「色止め効果」や、化学反応による「発色効果」があります。

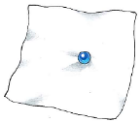


絞り方いろいろ！

東京都 虹の下水道館 Tokyo Sewerage Museum "Rainbow"

丸い円の作り方（ビー玉を使用）

①好きなところに
ビー玉をおく



②ハンカチで
ビー玉を包む

③ ②のビー玉を
つまむ

④イラストのように輪ゴムで
留める。同じように何カ所か
やってみよう

できあがり！

丸い円の作り方（輪ゴムのみ）

布をつまむ部分を大きくすれば、
大きな円ができます。

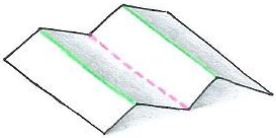
少しだけつまめば、
小さな円ができます。

大きめに布をつまんで、
輪ゴムで2ヶ所縛れば、
2重の円になります。

できあがり！

ストライプ模様

①ハンカチを扇子のように、
山折谷折りを交互にくり返す

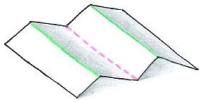


②輪ゴムで等間隔に止める

できあがり！

二重四角模様

①ハンカチを扇子のように、
山折 谷折りを交互に繰り返す



②三角形になるように
また、山折り・谷折りを繰り返す

③イラストのように
輪ゴムで3か所しばる

できあがり！