

## 第 205 回森で遊ぶ会 “清里・清泉寮の森”

実施日:2024 年 6 月 3 日(月) 天候:曇り時々晴れ

参加者:34 名

担当:越智寿美子、小嶋博

参加 INSTR:青野ダイチ、小久保忠嘉、小長井賀之、佐野文彦、杉山雅章、高橋健三、矢下博

当日は、心配された雨にも降られず、新緑の美しい森の散策(森林浴)ができた。カラマツ林や白樺林の樹々から発散されるフィトンチッドをたっぷり吸収して参加者の皆さんは、リラックスできたものと思われました。それでは、各班の様子を以下紹介します。

### 第 1 班(担当 小嶋、越智)

当班は清水からの女性 9 名でした。まずふれあいセンターに入ったところで「今みられる植物のパネル」をチェックしてもらいましたが、メモをしたり写真に撮る方はあまりいなくて意外な反応。インストラクターがいれば必要ないと考えられたのかな? 遊歩道入口周辺ではドウダンツツジやサラサドウダンの花に大喜びでした。ミズナラの大木があったので葉を拾ってコナラとの違いを説明し、ミズナラが高級家具材として利用されることなど説明しました。ツツジを見つけると近寄って確認しましたが、森の中はヤマツツジばかりでした。その後カラマツ林の小径を進みましたが、下見の時よりぬかるみやすくなっていました。それでもみんな気持ちがいい森だと喜び森林浴の効果を実感していました。クリソウの花を見つけてみんな大喜びされていましたが、花の色が他で見たのと少し違うことなど気づかれたようです。

ヤエガワカンバにはみんなで皮を触ったり「ヒロシにあげたい」という人。「それはどういう意味?」「キャンプの焚き付けにぴったり」と森の中に笑い声があがりました。ギンリョウソウを見つけ観察しているとき校外学習の子供たちが興味を示して近寄ってきたのでうれしそうに説明している方もいました。自然歩道を走り抜ける子供たちに道を譲ったりするのも楽しい触れ合いになりました。



レンゲツツジは清泉寮周辺で見ることができ、みなさん自力でヤマツツジとの違いが分かるようになりました。レンゲツツジが有毒で花の蜜でも中毒事例があることなどを説明しました。オシダの説明をしようとしてもまったく受けなかったり、「これは私たちみたいな花」というと一人が「ウバ」違う方が「ユリ」と続けて「正解」とみんなで笑ったりとそれなりに楽しい 1 日でした。(越智)

## 第2班(担当:高橋、矢下、小久保)

当班は藤枝からと清水からの参加者が半々、全部で9名の班だった。歩き出すと遊歩道の入り口周辺で既に色々な樹木が目につくので、最初から超スローペースの歩みになってしまった。まずはまだ花が咲き残っていたミヤマザクラだ。総状花序が上につき出すサクラらしからぬ姿に、「え～、これがサクラ?」と声が漏れた

小さな5弁の花が可愛いカマツカや、白い綿毛



のようなフワフワの花が一面に枝葉を覆うサワフタギなどにも、皆が目を取られた。最初から思いもよらず色々な「木の花」に出迎えられたが、白い花ばかりではなくヤマツツジやレンゲツツジのオレンジ色やサラサドウダンの紅色の花も森を飾っていた。中でもサワフタギの多さはとりわけ目についた。まだ花が開花する前のものが多かったが、あと1週間もすると至る所が豪華なサワフタギの花で飾られた森の姿が

見られるのではなからうか。ガイドする我々インストラクターも「案外良い森だなあ」と、つい嬉しくなってしまうほどだ。

花だけでなく、シラカバ、ダケカンバの樹皮を見比べたり、希少種のヤエガワカンバの樹皮が折り重なるように剥がれる様を見てもらったりもした。またカエデ類の葉を見比べたりもした。いつもだと人々の目はどうしても草花に集まるのだが、今回は草花との出会



いはあまり多くなかった。クリンソウが存在感を発揮していたことを除けば、地味なクルマバムグラやギンランなどが僅かに見られたくらいだった。しかし樹々の花々はたつぷりと皆さんの癒しになっただろうし、フィトンチッドに包まれた森の中をゆったりと歩く心地よさも感じてもらえたものと思う。最後は名物のソフトクリームを求めて早足で戻る人も出てきたが、心配した雨にも降られず良い散策を楽しんだ会になった。(小久保)

### 第3班(担当:青野・杉山)

お馴染みのメンバーに久しぶりが1人、初めての参加者が2人の8人グループを担当する。今日のメインは、クリンソウと決めていた。とは言え、のっけから木の花が目に入った。まずはウラジロモミの新枝を観察してもらい、深い溝と無毛であることを確認し、モミとの違いを理解してもらった。また、諏訪神社のお御柱祭りの主役であることも補足した。

木の花は見頃で、サラサドウダン、ドウダンツツジ、レンゲツツジ、ヤマツツジなどのツツジ類の葉や花を比較しながら見てもらった。サラサドウダンの葉裏の毛やレンゲツツジの葉の皺など決め手となる特徴を理解してもらった。



白花系では、カマツカとサワフタギが競って咲いていた。それぞれの名の由来や利用について解説した。この先にサワフタギが次々と展開し、蕾ではあったがこれらが咲き誇る時期にその姿を見たいと誰もが思っただろう。アオハダも目に付いたので、名の由来の内皮や特徴の一つである短枝を観察してもらった。クマシデ、サワシバ、イヌシデなどは、葉によって見分ける方法を話した。ヤエガワカンバでは、幾重にも重なりあう樹皮を触りながら、名の由来を実感してもらった。



カッコウが鳴くはずであったがホトギスが先に鳴いてしまった。カッコウ類のツツドリ、カッコウ、ホトギスにまつわる話を一つ。3種の渡来時期に合わせ農事作業の目安にしている秋田県の伝承を紹介した。

草花については、参加者が見つけるのが早い。ギンランもその一つだ。特殊な菌類と共生する半寄生植物であることを紹介した。その他にもエンレイソウやチゴユリ、中でもクリンソウは言うまでもなく皆さんの目に焼き付いたのではなかろうか。咲いてよかったとつくづく思う。また来てみたい。(杉山)



#### 第4班（担当：佐野、小長井）

女性8人（初参加6人）を案内した。標高1400m程度の場所だったので、低地では見られない、シラカバ、ダケカンバ、ヤエガワカンバの樹皮の違い、ブナ、ミズナラ、ハウチワカエデの葉の特徴などを説明した。また、花が咲いていたサワフタギ、カマツカ、レンゲツツジ、ヤマツツジ、サラサドウダン、ハウチワカエデなどの花を見てもらった。

参加者への指令の件について、「指令2：レンゲツツジとヤマツツジを見分けよ!」は、各々の花や葉の特徴を説明した。「指令3：ヤエガワカンバを見つけよ!」は、参加者自らは見つけられなかったが、漢字「八重皮」を説明したところ、樹皮を見て納得されていた。「指令4：動物などの食痕を見つけよ!」は、ミヤコザサのシカの食痕を見てもらい、シカの食べ方を説明した。



コース内には、サワフタギ、ミズナラ、リョウブなどが多く生えていたので、適当なタイミングで「この樹木は?」と何度か質問してみたところ、より多く生えていたサワフタギは覚えていただけたようだ。草花に詳しい方が一人いて、インストラクターが気付かなかった、ネコノメソウやギンランなどを見つけていた。

時々、ホトギス、キビタキ、ミンサザイ、カッコウなどの野鳥の囀りを聴くことができたが、姿は確認できなかった。皆さん、わかりやすいカッコウの囀りだけはすぐにわかったようだ。ホトギスは2回目ではわかった方がいた。



クリンソウの近くにワサビが生えていたので、茎をかじってあとからくる辛味を体験してもらった。「ワサビの茎の味だ」との声があった。

天気も崩れることなく、平坦なコースで森林浴を体験することができ、皆さん、リラックスできたのではないだろうか。また、メモとり、写真撮影、ルーペで観察される方などもあり、観察内容も満足していただけたと思われる。ただ、最後のほうで時間に余裕がなくなり、急ぎ気味で歩くことになったのは少し残念であった。（小長井）

以上