

森の豆知識（シラカバ）

皆さんが大好きなシラカバのお話です。正式には「シラカンバ」だそうですが、音の響きが良いのか、ふつうはシラカバと呼びますね。

名前の由来はもちろんその樹皮の色なのですが、なぜ白いのか考えてみたことはあるでしょうか。茨城県にある私の別荘では、恵みの森で伐採されて放置されていたシラカバをもらって庭の飾りに使っていました。柔らかい木材ですから5年も経つと中身はすっかり腐ってしまいましたが、樹皮だけはまったく変化しません。

だてに白いわけではなくはずと思って調べてみると、ベチュリンという抗菌物質が白さの秘密のようです。細かい結晶になって白く見えるのです。シラカバの肌を触ると粉が手に付くので、ぜひ試してみてください。

このベチュリン、抗菌作用だけではなく、抗ウィルス作用や紫外線防止作用もあり、医学用の利用なども研究されているようです。シラカバは伐採などで林が明るくなると発芽して一気に高くなりますが、数十年も



するとゆっくり成長する他の木に負けてしまいます。ベチュリンなどの抗菌物質を含む樹皮は、急成長する材を菌類（きのこ類）などから守るためにシラカバが編み出した鎧なのでしょう。

シラカバはキシリトールの原料にもなりますし、樹液は、そのまま、あるいはビールやお酒の副材料として使われます。腐らない樹皮は工芸品の材料になります。遠くから眺めても絵になる木ですが、いろいろ役に立つ木なんですね。（藤岡正博）

ハケ岳 ちょっと寄り道

大阪に行く度に、お好み焼きを食べている私のために、国道 141 号線沿いのお好み焼き屋を妻が見つけてくれました。店内はまるでカフェのような雰囲気、テーブルに鉄板はありません。1,100～1,300 円のランチセットでは、前菜（自家製カンパーニュとサラダ）、スイーツ、ドリンクが付き、メインの焼きものを選べます。妻のお気に入りの豚玉は、かなりの厚焼きで楕円形の鉄皿に乗って出てきます。私のお薦めは、半熟タマゴの乗ったモダン焼きとオムレツのような食感の山芋焼き（アボカドと海老マヨ入り）。しそ納豆醤油焼のような変わり種も含め、全メニューの制覇が目標です。（加藤 玄）



SUN. DAYS. FOOD

山梨県北杜市高根町村山東割 2309-13 Tel 090-9711-1009
月曜定休。営業時間 11:30～21:00 (L.O. 20:00)

お知らせ

次号は8月上旬の発行を予定しています。7月の「ヤマネの観察会」イベントの報告などを掲載します。

会員からの投稿も歓迎します。事務局または藤岡まで原稿や写真などをお送りください。メール添付でも

郵送でもけっこうです（郵送の場合、写真などは原則として返却しませんのでご了承ください）。

■ 表紙の写真と文

巣箱から顔を出したヤマネ：杉山昌典（川上演習林 2016 年 9 月 27 日）



天然記念物のヤマネをご存知の方は多いと思いますが、実際に見たことがある方はそう多くないと思います。なぜなら、ヤマネは夜行性の小型哺乳類で主に樹上に棲み、寒くなり食べるものが少ない冬には冬眠して姿を現さないからです。ある意味、知名度の割に馴染の薄い動物といえます。ときに家屋へ入り込んだり、日中に無防備に地面上で見つかることもあるヤマネですが、一番見るができる方法は巣箱を架けて棲みかに使ってもらうことです。これまで巣材が入らない巣箱には来ていないと思っていましたが、自動撮影カメラで観察すると来ていました。ヤマネも巣箱物件を吟味して利用しているようです。「いい部屋選び」は人と一緒ですね。

MAY 2017

森の恵み会 2017 年次総会

連絡先：事務局（ハケ岳・川上演習林） 〒384-1305 長野県南佐久郡南牧村野辺山 462-4

Tel. 0267-98-2412, Fax. 0267-98-2397

yatsugatake.megumi@gmail.com <http://www.nourin.tsukuba.ac.jp/~forest/yatsugatake/supporter/>



ハケ岳森の恵み通信

筑波大学ハケ岳・川上演習林サポーター組織「ハケ岳森の恵み会」会報



5月13日、八ヶ岳森の恵み会の2017年次総会が行われました。最初に会長の藤岡先生より挨拶と会の趣旨説明が行われ、役員紹介・職員紹介に続いて会員の皆様にも自己紹介していただきました。最後に2016年度の活動報告、会計報告、今年度のイベント予定が質疑され、了承されました。

総会の後はミズナラの植栽や山菜採集が計画されていたのですが、あいにくの雨天で中止となり、急きょ私が「ヤマネについて」のプレゼンテーションをすることになりました。

昼食後、解散となったのですが、引き続き役員会が行われました。他の会員さんたちは天候が少



私の八ヶ岳山麓・断想 —「銀河鉄道の夜」に誘われて—

稲垣弥竝

1955

「天・小さな汽車・勾配」 12才の年。

夜行で辿り着いた小淵沢の駅。朝焼けの中、駅で温かい蕎麦を掻き込んで、さあ出発。

初めての小海線、蒸気機関車の旅。客車2両と貨車 2 両ほどを繋いだ小さな汽車 SL・C56 は、まるで三角定規の角度ほどもあろうかとする急勾配の線路のうえを喘ぎ喘ぎで登る。それは、少年の私にとっても、降りて歩いた方が早いなあ、と思わせる程。各駅では長い停車、貨物の積み下ろし。そしてプラットホームには青々とした高原野菜が山積み。

車窓からは、白樺の眩い白さが混じり合った雑木林が。そのうちに汽車が緩やかになり始めるころ、木々の向こう側、透かして神々しい八ヶ岳連峰の雄姿が目飛び込んでくる。

この時の思い出を綴った作文が学校の先生の目に留まり、全校生の前で顔を赤らめながらの発表。八ヶ岳とともに晴れがましさと恥じらいの交じったお披露目でした。

1965

「十字架・ハレルヤ」 学生時代そして結婚。

あっ、そこは清里。そこは悩みと喜びのステージでも。朝まだ眠い中での早祷。そして連れ添いとの今で言うトレッキングの世界。丁度、その頃が蒸気機関車からディーゼルへの変わり目。時間が短縮され効率は良くなったものの、何か大切な空間と時間が失われていく淋しさを。また、アル

バムをみれば、白黒からカラーに。カラフルになったものの、何か豊かな遊びが消えてしまったように。時代は高度成長に入っていた。

2015

「停車場・牧場・野原」 2度の手術で病を抱えて。

2 年前病明け後、健康回復のためにと、懐かしい八ヶ岳山麓に。野辺山の停車場を降り、牧場・野原の中をゆっくり歩きながら、あの円錐型の飯盛山に。山頂で遠く富士山を眺めつつ、おにぎりを、その後清里の駅までの山歩き。

そして昨年。飛び込んできたのが、「恵みの森の会」のお誘いでした。それも、確か、前年駅を降り、踏切を横切り、小さな流れに沿った舗装道路を飯盛山に向かう途中、国立天文台の近くで見かけた筑波大学の演習林からのそれ。

ベース・キャンプを探していた私たちにとっては、それこそ恵みのプレゼント。即座にお願い。うれしい出会いです。思い出多き八ヶ岳が更に身近になり、夢心地の今です。

私たちには、八ヶ岳山麓の旅は、小淵沢駅から、あの急勾配に行く小海線に乗って始まるもの。それは今も変わらぬ思いです。

そして天空近き山裾、高原の光と風と土に恵まれた、この自然の王国で時を過ごす、これが最高。私は「風」を。この高原の冷やりとする「風」に身を動かせる幸せ。連れ添いにとっては「土」。娘の頃農作業を手伝った思い出、その回帰からする「土」の匂いとともに「土」に触れる幸せ。そんな喜びの中で、私たち流に「恵みの森の会」の皆さんとお付き合いさせていただいております。

カッコーの初鳴きが2・3日前だったという5月13日（土）に第2回目の総会が開催され、今年も昨年同様、年6回のイベントが企画、決定されました。距離の問題もあり、フル活動は無理としても、後2回ほどは出たい。さ〜て、どのイベントにしようかと、目下思案中。でも、こんな我儘な、そして贅沢な楽しみを許していただけるのが、うれしいのです。

細くても長く、共にさせていただきたいと思っています。出席できないイベントは後ほど送られてくる「会報」を見ての参加、感謝です。

追加：カッコーの初鳴きで植え付け開始、畑が動き出す。自然の中の営みを実感。これもうれしい。

2017 年度のイベント予定

今年度のイベントは以下のように予定しています。会員皆さまからの提案や希望も大歓迎です。採用されましたら随時お知らせいたします。

8 月 5 日（土）予定。恵みの森で行う動植物調査です。会員以外の一般参加者も広く募集します、お子さん連れのご家族也大歓迎です。

哺乳類班と植物班の 2 グループに分かれて作業します。基本的には屋外でサンプルを取ってきた後、室内で図鑑を見ながら動物や植物の種類を同定、記録用紙に書き込む、という流れになります。

会場となる恵みの森は少しずつ変化しています。今回の調査は今後毎年続けていって、森の変化をモニタリングするものです。

トラップは前日から仕掛けておく必要がありますので、お手伝いは大歓迎です。参加を希望される方は前日中に事務局までご連絡ください。

8 月 恵みの森の動植物調査



7 月 ヤマネの観察会

7 月 16 日（日）予定。詳細は P.5 の「次回のイベント予定」をご覧ください。

9 月 23 日（土）予定。どんぐりを牛乳パックに埋め込んで苗木を作ります。一般参加者も広く募集します、お子さん連れのご家族也大歓迎です。

実生から育てることは皆さんに行なっていただく薪づくりの最初の一步となります。ドングリの種子は恵みの森から北西 2km あまりのところにあるハケ岳演習林（80ha）で集めてもらいます。恵みの森に戻ってからは牛乳パックで鉢を作ってもらい、採ってきた種を埋めてもらいます。単純な作業ですので誰でも簡単にできます。2 年後、その牛乳パック苗を恵みの森で植樹してもらう、なんとも気長なことです。その間自分で植えたものを見守り管理していただけるとさらに情も湧いてくると思います。

9 月 どんぐりで牛乳パック苗作り



12 月 薪づくりのすべて

12 月 10 日（日）予定。地元で薪ストーブの販売やメンテナンスをされている有限会社マックスの土屋政彦さんを特別講師としてお迎えします。

ミズナラをチェーンソーで伐倒（伐採）するところから始めます。伐倒のあと、枝を払ってから幹を玉切りする（一定の長さに切る）ところまでチェーンソーを使った仕事です。さらに、軽トラで少し運んで、いよいよ斧で薪割りです。

伐倒から玉切り、薪割りでは、一汗かくのは間違いありません。寒さ対策と汗対策の両方をお忘れなく。マイチェーンソー、マイ斧などをお持ちの方は、安全装備とともにぜひご持参ください。薪ストーブの使い方、あるいは選び方などもお話しします。時間があれば チェーンソーの目立ても。

2 月 11 日（日）予定。冬の動物の痕跡を観察します。雪の森を歩いて痕跡の主を探りましょう。場所は、ハケ岳演習林を予定しています。雪の状況などによっては、恵みの森か川上演習林に変更するかもしれません。

雪が深い場合は、スノーシューの体験会もやりましょう。一昔前まで国内でよく使われていた輪かんじき（ワカン）に比べると（急傾斜地を除いて）歩きやすいですし、着脱も簡単です。ワカンを含めてご自分で持っている方は用意してきてください。

厳冬期の野辺山ですので防寒対策は怠りなく準備してください。お昼には登山用のバーナーやパイオライトでお湯を沸かしてカップスープを提供します。お弁当などは冷たすぎて食べられないという方はカップラーメン等をご持参ください。

2 月 冬のアニマルトラッキング



次回のイベント予定

次回イベントは 7 月 16 日（日）、川上演習林でヤマネの観察会の予定です。川上演習林の林道沿いに架けてある巣箱を観察会参加者が交互にチェックしていくのですが、かわいらしいヤマネやヒメネズミが入っていたらじっくり観察したり写真撮影してみましょう。1 日中、巣箱を見て回ってもヤマネが巣箱に入っていないこともあります。しかしヤマネやヒメネズミの巣材などの利用痕跡は見れます。ヤマネ以外にも気になる植物や他の動物のフィールドサインを見つけたら、皆さんで観察しましょう。

開催日時：2017 年 7 月 16 日（日）

プログラム：10 時前より受付開始、10:30 から川上演習林ゲートに移動（お車でお越しの方は、乗り合い移動にご協力いただくと幸いです）。正午過ぎごろに事務所に戻って昼食、13:30 再び川上演習林へ。終了は 15 時頃。

集合場所：筑波大学八ヶ岳演習林管理棟（恵みの森構内）

服装・持ち物：昼食・飲み物・帽子・長袖・長ズボンにトレッキングシューズ（雨天時は長靴）と雨具・手袋・タオル。

事前連絡：参加する方は前々日の 14 日（金）までに事務局（0267-98-2412）までご一報いただくと助かります。

その他：雨天の場合でも観察会は行います（暴風・雷雨の時は観察会は行いません）。

調査・作業のお手伝い募集

イベントだけでは物足りない方、休日には行けないけど平日には時間が取れる方、演習林のスタッフや学生が行っている作業や調査のお手伝いはいかがでしょうか。作業・調査の予定はグーグルカレンダーで公開していますので、会のホームページからご覧ください。作業・調査内容にもよりますが、一部の時間だけでもかまいません。参加できそうな活動がありましたら、遅くとも前日の午後 3 時ころまでに電話かメール、チャットワークでご連絡ください。

チャットグループ「植物閑話」

「閑話」とは 1) むだばなし、2) 静かに談話することのようです。すでに複数のグループありますが、遅れて植物閑話のグループを開設しました。ビジネスチャットとはいえ、根なしぐさのように厳密な着地点はもちこんでいません。演習林の植物はもちろん、皆さんのお住まいの地域の植物、植物に関すること、写真などありましたら、是非、ゆるりと参加して八をひろげてみてください。意外とハマるかもしれませんよ。（井波明宏）



森の恵み会 2017 年次総会

杉山昌典



し良くなったので、小雨の中、構内の散策や山菜取りをしていただきました。今年初参加の会員さんもいらっしまったので、野外活動棟をはじめとする施設を見学してもらい、植栽する予定だった場所を見学したり、昨年の「牛乳パックのミズナラ苗」の発芽状況を見てもらったり、移動の最中もタラ

の芽の発芽状況を見ていたのですが、今年は少し時期が早かったようです。それでも少し葉の開いたタラの芽を見つけては採集されていました。

今回のイベントは 7 月 16 日、川上演習林内での「ヤマネの観察会」ですが、晴天でのイベントになることを今から願うばかりです。

