

森の学校だより

ろうきん森の学校全国事務局 419-0305 静岡県富士郡芝川町下柚野165 TEL:0544-66-0790 FAX:0544-67-0567
URL: <http://www.wens.gr.jp/npo/morinogakko/top.htm> E-mail: forest@wens.gr.jp

森の人 Who's Who!?

嫌いだから、危ない
からって遠ざけて
しまってはダメ

Q…自然体験活動を始めたきっかけは？

もともと自然が大好きなんです。子どもができてからはレクリエーション活動などもしていたんですが、2001年に開かれた「うつくしま未来博」の里山案内のボランティアに参加して「名所も何もない里山でも自然体験の活動はできる」ということに気がついたんです。その時出会った仲間たちと「いわきの森に親しむ会」を立ち上げ、創設時から関わっています。私たちにとって「未来博」は地元の皆さんに身近な自然を伝える活動を始める大きなきっかけになったんです。

Q…栄養士の仕事 もなさっていた そうですね

結婚後は家業のかたわら、乳幼児検診や食育のお手伝いなどを続けていました。最近「うちの子は食べない」というお母さんが多いんですよ。それで子どもに合わせて食事を作ってしまう。でも、昔の食事はお父さんが中心だったでしょう。大人の料理に合わせるうちに子どもの食経験も広がった。だから、食卓から嫌いなものを消しちゃダメ。食べられるようになるまで待てばいいんです。食事も自然も同じで、体験することで楽しさがわかる。嫌いだから、危ないからって遠ざけてしまうのが一番よくないと思うんです。



食事も自然も、 体験すれば好きになる

お話をする人 古川眞智子(ふるかわ まちこ)さん

1951年、福島県南会津郡生まれ。父の転勤で県内各地を回り、高校時代にいわき市へ。ネイチャーゲームリーダー、自然観察指導員などの資格と、料理の腕を活かし、ろうきん森の学校の運営にも関わる。「いわきの森に親しむ会」理事。

Q…福島地区では畑の作業も活発ですね

今日は、近くに借りた畑で子どもたちと野菜を収穫して料理しました。かまどを作って、羽釜でご飯を炊いて。やっぱり食べるのは楽しいでしょう。だから、活動には食を取り入れてるんですよ。ここに来た人には、野菜の植え付けや草取り、収穫なんかを手伝っていただいたり、フィールドでキノコの栽培もしています。森の学校に親子で来て、食も自然も一緒に体験していただきたいなあと考えてるんです。

Q…福島地区の魅力を教えてください

福島は、豪雪地帯の会津、郡山・福島あたりの中通り、そしていわきを含む太平洋側の浜通りと3つの気候、文化が楽しめます。私たちが活動しているいわき市は、冬は晴れて暖かく、夏は涼しい。海も近い温泉もある。そして、植物の南限と北限の境目なので、植生もおもしろいんです。福島の秋の味覚は、キノコとサンマ。活きのいいサンマはくちばしが黄色いんですよ。ぜひ秋の味覚を楽しみに来てください。

自分で作って食べる、
この経験が
大切なんです





触って嗅いで…。
楽しく木のお勉強



徐々に手にするノコギリ
に、少し緊張気味!?

ろうきん森の学校は、日本の里山再生をテーマに掲げて①森づくり、②人づくり、③森遊びの3つの柱で活動を展開しています。数十年後の成長を思い描いて木を植え、森の手入れで出た薪でピザを焼いて食べる…。どれも実際に森の中で行うからこそ、楽しい活動です。

ところで、ろうきん森の学校はすべて森の中で行われるのか、というそうではありません。近所の公園、学校の校庭、はたまたオフィスビルの中でも「授業＝プログラム」を行います。皆さんの身近な場所に出かけていき、森や木に興味を持ってもらう「体験入校講座」を企業や団体向けに行っています。

これまでも、ろうきん森の学校の支援団体である労働金庫連合会の職員の方を対象に、3回

ほど講座を行いました。都心の会議室や、社員食堂の一角など、およそ森のイメージからは遠い場所でしたが、楽しんで参加していただきました。「きがつけばそこに…」と題した木偏の漢字探し、「きになる話」と題した日本の森林事情、ノコギリを使った丸太切り体験など、笑いを交えた講座の後には「ヒノキってやっぱりいい匂いだなあ」「20年でもまだこんなに細いのか」などと新鮮な発見がたくさん。ボランティアや環境活動の入門講座としてもぴったりです。体験入校講座をご希望の方は、お気軽に全国事務局までお問い合わせください。

そして、体験入校の次は、ぜひ富士山、福島、広島のろうきん森の学校へ!

ありっちょの 体当たり 体験レポート vol.3

ハーブで森の学校を おしゃれに改造?!

～週末森づくり隊 in 広島～



体験する人
有正あかね

“ありっちょ”こと、有正あかねは「ろうきん森の学校」の全国事務局担当。前職の教員時代に、自然体験で子どもたちの目が輝くと実感。現在は、ホールアース自然学校で奮闘しつつ、環境教育のプロを目指しています! さて、今日のありっちょはどこへ行く?



今日のありっちょは
帽子もおしゃれに?!

「そろそろ、作業しようや～」という、懐かしい方言にうながされ、ほのぼの気分で始まった森のガーデンづくり。場所も人柄も、のんびり・ほんわかな広島地区にやってきました。作業小屋も完成し「森の学校」らしくなってきた対象地。今日は、ありっちょが玄関部分のハーブの植栽を手伝い、おしゃれに改造します! とは言ったものの、実は私、ハーブには興味なし。用意された各種ハーブ(セージ、レモン

土に鶏糞を加えて土づくり…。ハーブの植栽にたどり着くまでがなかなかハード! でも、まるで自分の家の庭のように、ニコニコ顔で作業をする参加者のみなさんがとても素敵でした。早くこのハーブを使った、アウトドアクッキングに参加したいなあ、とささやかな希望を胸に抱きつつ、帰途についたありっちょでした。

ちょっぴり庭らしくなった対象地の玄関付近。広島地区のみなさん、ハーブのお世話をお願いしますよ～。

できたての花壇。花が咲くのが楽しみ～!



ワイルドベリーも植えました

グラス、レモンバーム、ミント、チャイブ、バジル、タイム)も見分けられない…。

そんな状態で作業開始。が、花壇はどこにも見当たらない。なるほど、今日は花壇づくりから始めるわけだ。早速、土台となる大きな石を男性陣と張り合いながら、よいしょと運んで花壇の外枠に。お次は小さい石で外枠の隙間を埋め、近く山から掘り出した

森の掲示板

道具考

3

はがま

羽釜



カマドにかけける羽（つばとも言う）がある釜。奈良時代に伝わった中国の釜はつばがない据え置き型だったが、日本人はつばを付け容易に取り外し洗えるようにした。新品の釜はお茶の葉を入れて煮立て、乾燥させてから使うと金気がとれる。

事務局より

すっかり秋めいてきました。富士山麓では夕日に染まる「赤富士」が一早い紅葉を連想させます。食欲の秋、スポーツの秋、芸術の秋…。さまざまに表現される秋ですが、今年はぜひ「森遊びの秋」はいかがでしょう。秋風のもと、森づくりの作業もスポーツ感覚で気持ち良く楽しめます。そして作業後にはビールを片手に、森の恵みをいっぱいトッピングした焼きたてのピザに舌鼓。色とりどりのもみじを使った葉っぱのグラデーションで、森のアーティストとしてデビューも!? 「森遊びの秋」を満喫していただけるよう、各地区で多彩なプログラムを予定しています。

また、トピックスでお知らせしたとおり、全国事務局では皆さんの地域での「ろうきん森の学校体験入校」を随時承っています。お気軽にお問い合わせください。

ろうきん森の学校 活動予定

活動にはどなたでも参加できます。詳細は各地区の事務局にお問い合わせ下さい。

富士山地区

- 柚野エリア
- 田貫湖エリア
- 御殿場エリア

10月

- 8(日) 森をつくろう
～地ごしらえと苗作り～ ⑤200円
- 10(火) 生き物調査隊
⑤200円
- 21(土)～22(日) ムササビの視点で森を見る
⑤15,000円(宿泊棟 滞在費含)

11月

- 4(土) ろうきん森の学校「田貫湖秋まつり」(詳細は問い合わせを)
- 14(火) 生き物調査隊
⑤200円
- 19(日) 大人のこだわり工房
～酒膳づくり～ ⑤5,000円

12月

- 3(日) 森をつくろう
～木を切る・間伐～ ⑤200円
- 12(火) 生き物調査隊
⑤200円

Information
NPO法人ホールアース研究所 担当：山川、井戸
419-0305 富士郡芝川町下柚野165
TEL: 0544-66-0790 FAX: 0544-67-0567
E-mail: forest@wens.gr.jp

Access
電車：JR身延線「西富士宮駅」よりタクシー15分
車：東名高速道路富士I.C.より西富士有料道路経由40分



福島地区

- 湯ノ岳エリア
- 岩出・好間・藤原エリア

- 15(日) 自然わくわく観察会
～稲刈りをしよう!～ ⑤無料
- 21(土) 自然案内人養成基礎講座4 ⑤無料
定例作業(誰でも参加できます。当日9時、現地集合)
● 第1、第3土曜日・毎週水曜日…森林整備
● 第1、第3日曜日…調査
● 第2、第4土曜日…自然体験プログラム勉強会
● 第1、第3水曜日・第2、第4日曜日…田んぼ作業

- 12(日) 自然案内人養成基礎講座5 ⑤無料
- 19(日) 自然わくわく観察会
～晩秋の自然観察&森の恵みをいただきます～ ⑤無料
定例作業(誰でも参加できます。当日9時、現地集合)
● 第1、第3土曜日・毎週水曜日…森林整備
● 第1、第3日曜日…調査
● 第2、第4土曜日…自然体験プログラム勉強会
● 第1、第3水曜日・第2、第4日曜日…田んぼ作業

- 10(日) 自然案内人養成基礎講座6 ⑤無料
- 17(日) 自然わくわく観察会
～木を植えよう!～ ⑤無料
定例作業(誰でも参加できます。当日9時、現地集合)
● 第1、第3土曜日・毎週水曜日…森林整備
● 第1、第3日曜日…調査
● 第2、第4土曜日…自然体験プログラム勉強会
● 第1、第3水曜日・第2、第4日曜日…田んぼ作業

Information
NPO法人いわきの森に親しむ会
970-8326 いわき市常磐藤原町湯の岳2湯ノ岳山荘内
TEL: 0246-44-3273 FAX: 0246-44-3273
E-mail: yunotakesanso@city.iwaki.fukushima.jp

Access
電車：JR常磐線「いわき湯本站」よりタクシー15分
車：常磐自動車道いわき湯本I.C.より10分



広島地区

- 7(土) 週末森づくり隊
～石がまづくり～ ⑤500円
- 29(日) 森のカフェ
～手作りパンを焼こう～
⑤大人2,000円、子ども1,000円
- 18(土) 「そばまつりとよひら」(豊平)に
出前出店 ⑤未定
- 23(木) 週末森づくり隊 間伐体験 ⑤500円
- 25(土)～26(日) 環境教育リーダー講習会
～キッズキャンプ冬のリーダー養成～
⑤6,000円(宿泊費別)
- 9(土) 週末森づくり隊
～原始の火おこし、薪割り、炭焼き～
⑤500円
- 10(日) キッズキャンプ冬
～樹上の世界を体験(予定)～
⑤子ども3,000円(小3～)

Information
NPO法人ひろしま自然学校
733-0004 広島市西区打越町11-8-207
TEL: 082-237-1163 FAX: 082-237-8863
E-mail: nkk2002@mac.com

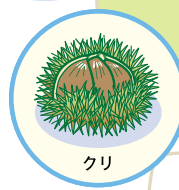
Access
電車：JR山陽新幹線「広島駅」よりバス60分
車：広島自動車道広島北I.C.より20分



富士山も紅葉も見ごろです



田貫湖エリアも紅葉は10月末～11月初旬が見ごろ。湖畔に赤く燃えるカエデ、背景には富士山…。絶景です。



クリ



クヌギ



クルミ

エリア内には木の実もたわわに実ります



浅間大社は御鎮座1200年

富士山本宮浅間大社は、柚野エリアのお隣、富士宮市にあります。今年は御鎮座1200年にあたり、10月下旬の奉祝祭や11月初旬の秋祭りなど、たくさんの行事がありますよ。

●自分だけの箸とスプーンを作ろう

「木を活用する」をテーマにした「大人のこだわり工房」シリーズ第1弾！

6月18日は箸&スプーン作り。地元の職人・佐野彰秀さんを講師に、ナイフで一心不乱にサクラ、ナラ、クリの木を削り、箸とスプーンを作りました。はじめはただの木片。そこに思い思いの形を描いてもらい、ナイフ1つで削りだします。ひたすら削り、形を整



この角材がスプーンに変身！

えた後は、やすりをかけてクルミ油を塗って完成！ナイフ1本で木片に新たないのちが生まれ、参加者も満足感でいっぱいでした。次回は11月に酒膳づくりを行う予定です。

●フィールドの活用法を学ぶ！

柚野エリアを子どもも大人も楽しめる場にしようと、富士常葉大学教授の山田辰美先生を講師に、フィールドの利用に関するワークショップを開催。山田先生は、本のページをめくるように景色を改修する「修景」という手法を教えてくださいました。潜在自然植生(もともとそこにあった自然)を生かしつつ、景色にストーリー性を持たせたり、あっと驚く仕掛けを作ったり…。来訪者が楽しめるようなフィー

ルド作りに夢がふくらみました。また、静岡県ならではの「お茶」など、身近な植物を使ったおもしろいプログラムもご披露いただき、参加者一同「へえ！」の連続でした。これを活かして、さらに魅力あるフィールド作りを目指していきます。



山田先生は、マムシの扱いも手慣れたもの

年間
258億膳!?
割りばし
の消費量



日本人の割りばし消費量は1年で258億膳！1人あたり200膳にもなります。昔は間伐材の有効利用だった割りばしも、今やその98%を中国から輸入。さらに、中国も森林保護のために2008年以降輸出停止の方針を出しました。そこで、日本のコンビニにも割りばし廃止や、国産割りばしを1膳5円で販売するなどの動きが出ています。外出時に“マイ箸”を持つか、国産の割りばしを使うか。私たちの行動も問われています。

イロハモミジも色づきます



フィールドはイロハモミジを中心に赤や黄色に色づきます。バンガローからは森越しに海も望めますよ。



親潮と黒潮が出会う水族館「アクアマリンふくしま」<http://www.marine.fks.ed.jp>

森もいいけど、いわき市は海も自慢。「アクアマリンふくしま」は海にはぐくまれる「いのち」を斬新なデザインと展示で見せてくれる。いわきに來たら寄ってみて!

●湯ノ岳ネイチャートレイルを整備

先に完成させた管理用道路と交差しないコースを新たに作ろうと、5月からネイチャートレイル作りに取り組んでいましたが、それが7月末に一応の完成をみました(上記エリアマップ(A))。コースは原則としてケモノ道を利用して設計しています。

全長670mのコース上にある樹木には1番から70番まで番号をつけ、それぞれの特徴を記入した樹木ウォッチングマップも作りました。番号順に歩けば、誰でも樹木ウォッチングを楽しむことができます。

今後はコース内に4〜5カ所の広場と解説板の設置を行っていきたいと思っています。また、今回整備したネイチャートレイルとは別に湯ノ岳

山荘を中心としたネイチャートレイル(エリアマップ(B))も整備していきます。

●燻製が完成!

サクラなどのチップを利用して魚介の燻製を作る燻製窯が完成しました。



石釜料理で子どもたちも大満足

当面は、温燻を中心に楽しもうと思っていますが、冬場には冷燻にも取り組む予定です。炭窯、石窯、燻製窯と順に完成し、残すところは竈のみとなりました。現在、設置場所を選定中です。みなさんも一緒に作業をしませんか? おいしい燻製も待ってますよ!



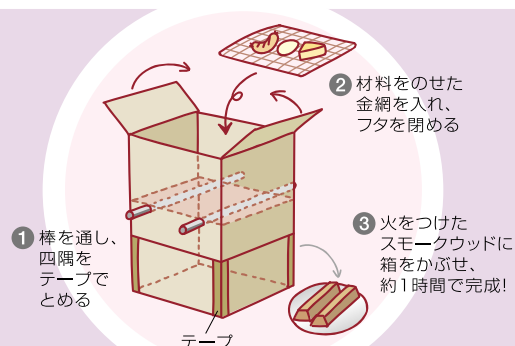
燻製窯で豊かな「食」を

燻製を作ろう

木の煙で食品をいぶして保存性を高め、独特の香りを楽しむ燻製。サクラやナラなどのチップの代わりに、火のつきやすいスティック状のスモークウッドと、段ボール箱のスモーカーでも楽しめますよ。

材料:
段ボール箱、金網、
金網を支える棒、
スモークウッド(アウトドアショップなどで売っている)、
スモークウッドをのせる金属製の皿、
ソーセージやゆで卵、
チーズなど

いろいろ試してみよう!



冬鳥たちが 渡ってきます



オシドリ

万代池には、年中見られる
カイツブリとカルガモに加
え、マガモやコガモ、時に
はオシドリもやってきます。

10月15日(日) 食の浪漫紀行 秋の陣!
道の駅どんぐり村(豊平地区)

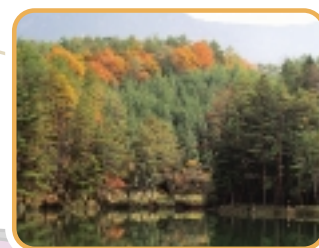
山の食材をふんだんに使った秋の味覚を堪能して下さい。
特産品の販売や神楽の上演、森の学校関係団体の出店もあ
ります。問い合わせ(道の駅どんぐり村 電話0826-84-1414)



作業小屋



ピザは壺型のポー
ブル窯で焼きました



フィールドの広葉樹が赤
や黄色に染まる季節。ツ
ルリンドウやサルトリイ
バラの実も真っ赤。リン
ドウの花も見ごろです。

●頼もしい環境教育リーダー

広島地区では「森のカフェ」や「キ
ズキャンプ」などで一緒に活動をして
くれる「環境教育リーダー」の講習を
行っています。7月22日のテーマはリ
スクマネジメント。竹の箸作りやクラ
フトをやりながら、子どもたちと作業
をする場合の注意点を話したり、参加
者からの質問に答えたり、学びの多い
時間になりました。そして、8月20日



リスクマネジメントの小講義

には地域のイベントに初出前出店!
テキパキとサポートしてくれるリーダ
ーとともに講習会参加者も地域の皆
さんにクラフトを教え、楽しんでい
ただけようです。次回の講習会は11
月。環境教育初心者の方もどうぞ気
軽にいらしてください。

●「森のカフェ」カヌーの巻

8月6日、真夏の1日、ファミリーや
大人同士20人ほどが集まって「森の
カフェ」をオープン。午前中はカヌー
班とクッキング班に分かれ、カヌーを
楽しむ子どもたちの声を聞きつつ、ク
ッキング班はのんびりムードで料理開
始。そしてお昼。カヌーから帰ってき
た子どもたちを中心に、わいわいピザ
のトッピング。ピザ窯でカリッと焼い

たピザは最高でした♪

そして、午後。カヌーの乗り方をマ
スターした子どもたちは、クラフトを
したり水遊びをしたり大はしゃぎ。一
方、本格的にカヌーを教わり、すっか
りハマってしまった人も現れ、大人た
ちも子どもに負けず劣らず楽しい時間
を過ごしたようです。

おいしくて楽しい森のカフェ、次の
開催は10月29日です。



生地もソースも手作り。カリッと焼くぞ♪

全国第2位 を誇る 広島の ため池



ため池はもともと農業用水の確保や治水、防火の
目的で、特に雨の少ない地域を中心に作られてき
ました。近年では、多様な生態系を保全するビオ
トープや水辺と親しむ場としても、その価値が見
直されています。地域に点在するため池は、生態系
のネットワークを広げ多くの生き物を育みます。ち
なみに広島県は21,010カ所ものため池があり、長
崎の47,972カ所に次いで全国で2番目にため池
の多い県です。