のみ

NPO 新潟県 山野草をたずねる会 機関紙 令和6年12月8日 第38号

外来種と固有種 代表 角山正博

今年の夏も厳しい暑さが続きました。皆様には、強い陽射しの下での作業、 本当にお疲れ様でした。おかげさまで、予定通り事業を実施することができ ました。

さて、私たちの身の回りには、多くの外来種(植物)が生育しています。 その中でも、オオキンケイギクは梅雨明けの時期を中心に、一面を鮮やかな 黄色に染め、存在感を放っています。皆さんは、このオオキンケイギクの群 生を見て、どのような印象を抱くでしょうか。「特定外来生物だから駆除した 方がよい」と考える方がいれば、「黄色い花がかわいらしいので、そのまま にしておきたいしと思う方もいるかもしれません。



梅雨明け時期に行われた自然環境保護研修会で、印象的な出来事があり

ました。講師と参加者が懇談している際、ある参加者が質問をしました。「私は NPO でスキー場の管理を しています。この時期、上司からオオキンケイギクを『特定外来種だから刈り取るように』と指示されていま すが、本当に刈り取らなければならないのでしょうか」。この質問に対し、講師は「刈り取る必要はありません。 オオキンケイギクは人間の都合で日本に持ち込まれたものです。私にはとてもかわいらしく思えます。『邪魔 だから』と駆除するのは一種の差別であり、こうした考えが、ウクライナとロシアやガザとイスラエルの争い にもつながっているのです」と答えました。質問者は、講師の言葉に安堵した表情を浮かべていました。

とはいえ、外来種に対して抵抗力のない固有種が駆逐され、長年維持されてきた生態系が壊される例も 報告されています。外来種であっても命を尊ぶことは大切ですが、一度壊れた生態系は二度と元には戻りま せん。外来種の強い繁殖力に対し、私たちはどう向き合うべきか、今一度考えさせられます。

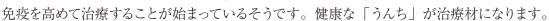
腸内細菌を味方に免疫アップ!

活動責任者 安原直規

コロナ禍を経て「免疫力アップ」が話題です。日本人の体は、世界最古 の文明、数万年を遡る縄文時代から鍛えられた免疫を受け継ぎます。

さらに、主食のお米、玄米は、栄養満点のパワーフード。味噌汁、梅干し、 納豆、漬物、海藻や根菜類を主食にした「腸活」がトレンドです。

最先端の医師は、「腸内環境を良好に」=「腸内細菌を味方に」と指摘し ます。腸内細菌を味方にすれば、自然治癒力が高まります。外国では、病 気の患者の大腸へ、健康体の糞便(善玉な腸内細菌が豊富)を移して自然



この腸内の善玉菌を活発にするのが、「和食」中心の食生活です。お米(私は分づき米や発芽玄米を食 べます)、具沢山味噌汁、発酵食品、適度な運動(散歩大事)、毎日のお風呂等の生活習慣。

しかし、腸内細菌も生き物です。母体の環境や気持ちに左右されます。新鮮な空気を吸い、清らかな水 を飲む。人とのコミニケーションを楽しみ、何事にもポジティブで。腸内細菌たちにも感謝を忘れず過ごす。

くれぐれも腸内細菌が喜ばないもの、mRNA ワクチン等に免疫を頼るのはもうやめましょう。



令和6年度主な活動紹介

4月7日土) 通常総会、ぬか山散策

長岡ロングライフセンターにて、通常総会を開催しました。参加者12名。委任含め29名で成立。総会では、令和5年度の活動報告、決算報告、次いで令和6年度の活動予定と予算が審議されました。今年度は、今までの研修





旅行の代わりに、畑(借地)を活用した

サツマイモの植え付けと収穫を行うことにしました。終了後、自家用車に分乗して関原のぬか山に行き、自然観察会を行いました。ショウジョウバカマが見頃で、散り始めた山桜を見ながら散策をしました。その後、ロングライフセンターに帰って昼食をとり、お湯に入り疲れを癒しました。

5月26日(日) 春を楽しむ会(サツマイモ植え)

会員8名の参加。新しい取組として、ロングライフセンター奥、日越平の畑(借地)でサツマイモの植え付けを行いました。紅はるか(40本)、紅あづま(30本)鳴門金時(30本)計100本を、1畝2条ずつ5畝に植えました。この





畑一帯は黒ボク土と言い、有機物や

火山灰を多く含み、水もちがよく生育が良いそうです。ヒバリの声が響く五月 晴れに恵まれ、気持ち良い畑仕事でした。

※畑の有効活用のため、キクイモ、ジャガイモ、カボチャ、アサヅキ等手間が かからない作物を植えました。

9月14日出 ぬか山の森育樹・植樹



これに先立ち、6月6日(木)(会員8名参加)と7月28日(日)(会員8名参加) と2回、植樹地の草刈りを行いました。梅雨時に大きく伸びる草刈りが事前に

欠かせない作業です。

当日は朝から青 空が広がるも残暑

が残る中、作業が行われました。会員10名、長岡信用 金庫37名、関原ぬか山会8名の応援と、大勢の参加 をいただきました。昨年と同じ、6つのグループに分かれ



区画を分担し、草 刈りの後、栗苗を1 5本植えました。



「桃栗三年柿八年」とあるように、栗は短期間に実を結びます。数年後が楽しみです。その後、籾殻(15個)、腐葉土(30個)を撒きました。この春に植樹地の西側を、ぬか山会の皆さんに、土留めをしていただいたので、撒いた籾殻が流れず、苗がしっかり根付いています。大変ありがたいことです。



ぬか山植樹に参加して 反町源生

私は、今回このぬか川植樹活動に参加することが でき、非常に有意義だったと感じています。とても暑 い中でしたが、仲間と協力しながら進めたり、先生に 教えてもらって学びを得たりと楽しい時間でした。 順調に大きく育ってくれるのが楽しみです。

植樹活動を終えて 北澤慶也

植樹活動に参加された皆様、大変お疲れ様でした。 当日は、予想以上の暑さの中で行われ、私も汗や虫と 戦いながら植樹をしました。来年も参加したいと思い ます。この1年間でどれほど大きく育っているのか今 から楽しみです。

10月6日(日) 八方台の森育樹

9月28日(日)、会員3名で準備。軽トラで糠山からの籾殻運び、刈り払い機で 植樹地周辺の草刈りを行いました。

当日は、秋晴れに恵まれました。日本精機8名、長岡法人会4名、会員8名、計 20名の参加。八方台の森は、平成14年から10年間植樹を続け、面積は1.8

町歩、植樹本数は1万8千本になります。





今年は、平成16年(中越地震時)に植樹した場所と、最後、平成24年に植樹した場 所の下草刈りと籾殻撒き(10個)をしました。2時間ほどの作業でしたが、参加者同士交 流しながら良い汗をかきました。木々は成長し、昨年より下草刈りに手間がかかりませんで したが、道路沿いや森への通路の草刈りや倒木整備などは今後も必要かと思います。

日本精機参加者の皆さんから











八方台育樹に参加して 後藤優太

日本精機社員として昨年につづいて参加させても らいました。昨年と比べて、僅かながら確実に育って いる木々を見て、自然の力強さを感じます。この豊か な自然が私たちの暮らしの土台となっており、未来に つなげる必要があると再認識させていただきました。

いのちの森づくり 上杉和正

今年も八方台の育樹活動に参加させて頂きありがと うございました。微力ながらも手をかけた苗木が徐々 に育ち、独り立ちしていく姿はどこか子育てにも似て、 毎年感謝深いものがあります。豊かな自然を未来につ なげる活動、益々のご発展をお祈り申し上げます。

秋を楽しむ会(サツマイモ掘り) 11月4日(月)

この日も秋晴れに恵まれ、絶好の芋掘り日和となりました。会員11名の参加。途中で茶 話会をしながら秋の温かい日差しを浴び、9時から2時間ほどの作業でした。5月下旬に植 えた芋は、昨年にも増して大豊作で、参加者大喜び、皆で袋一杯にして持ち帰りました。



イオン黄色レシート活動(年間)

当会として継続してきた活動ですが、この場を借りて報告致します。昨年からは、田村千里さんと浅野洋子 さんに、ボランティアで参加頂いています。お忙しい中、ありがとうございます。

毎月11日イオン・デーは、イオン黄色いレシートの日です。自分の応援したい団体の専用箱 に黄色いレシートを投函すると、レシート金額の1%を同額の品物で寄贈してくれるものです。 この4月には、培養土が73袋山野草の会に寄贈されました。昨年の6月から相棒の浅野さんとイ オン店内でボランティア中です。能登地震の募金活動と勘違いされ、お金を投函されたことが数回ありまし たが、難事なく今後も続けたいと思います。 会員:田村 千里

みんなの広場

大地の芸術祭、越後妻有トリエンナーレ 南マサイ

2000年にはじまり、3年に1回の世界最大級の国際 芸術祭です。豪雪地の越後妻有十日町市、津南町を舞 台に過疎高齢が進む中、地元の元気を取り戻す取組。 北川フラム氏がアートデレクターとして「人間は自然 に内包される」を理念に、広大な土地を美術館にみた

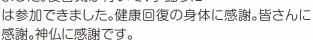
てて、地元民と芸術家そし て見学者が交流、笑顔が生 まれる。百聞は一見に如か ず、常設展示あります。ご ゆっくり。



しまった!忘れていた 櫻井 繁

加齢のため?山野草の会の行事にはここ数年、忘年 会以外は欠席していましたが、7月にゴルフで体力を 試してみて、大丈夫、今年は八方台には参加できるぞ と、自分に言い聞かせていました。

そのことを忘れて、10月6日に は、千歳公園の草刈り作業に行き ました。後日気が付いて、芋掘りに



蕨と掘り起こした穴? 谷内文雄

今年の春、蕨採りに行きました。蕨の中に深さ40cm 位の掘り起こした穴があちこちに8か所位あるのを初 めて見ました。

見ると根っこのちぎれた破片が落ちており、獣が食 べたようなので調べたら、イノシシが根っこを食べた 事が分かりました。根にはデンプンがあり、蕨粉を取 り、わらび餅の材料になるそうです。

イノシシもそれを知り、臭いでか ぎ分け食べたのか?

振り返つて 外山由夫

今は亡き佐藤守氏の紹介で入会したのが始まりで、 長きに亘りご厄介になっています。日頃の活動にはさ ほど参加していませんが、八方台育樹・植樹には出来 る限り参加をしてきました。

小日向先生の云われる潜 在自然植生の推進を通して、 自然から多くのことを謙虚 に学び、人間が自然と調和し ていくことの大事さを、今後 も肝に銘じたいと思ってい ます。



ひとり山たび 温泉たび 渡辺ゆき子

嫁・妻・母としてフル回転だった私が、今は24時間 すべて自分のものに。あの頃はこんな時がやって来る とは想像もしなかった。

大人の休日パスで日光・伊豆・東北と十日間飛び 回って来た。一歩踏み出したとたん 夢の世界が広がる。大好きなひとり 旅。淋しくはないか?と訊かれるが 全然!日が照る時は日傘に雨が降れ ば雨傘に。傘一本道連れに。



自由に動けるありがたさ 角山正博

3時間動いてはいけない検査を受けました。その厳 しさは想像を超えるものでした。2時間半までは耐え られましたが、やがてトイレに行きたくなり、ひたすら 時間が過ぎるのを待つばかり。

ついに「終わりました」の声が聞こえ、トイレに駆け 込んだ瞬間は、天にも昇る思 いでした。

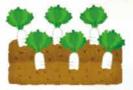
自由に動けるありがたさを 心から実感した一日でした。

EMと菌ちやん 安原直規

わが家では、生ゴミをEM(有用微生物群)を使いボ カシ堆肥にして裏庭の畑に入れています。農薬や化学

肥料を使わずに、多くの野菜 が採れます。

しかし裏庭は、秋になると 日当りが悪くなるので、EMパ ワーが薄れます。そこで、車



で5分の所に畑を借り菜園を広げました。また、今年か ら巷で流行の「菌ちゃん農法(糸状菌を使う)」にも挑 戦中です。

試行錯誤しながらですが、虫にも負けずなんとか秋 野菜も収穫できそうです。

(編集後記) 令和6年版「かしのみ」をお届けし ます。今年は糠山や八方台の植樹・育樹に参加 した長岡信金、日本精機の皆様からも感想をい ただきました。改めて、寄稿いただいた皆様に御 礼申し上げます。

また、令和6年度、会の詳しい活 動内容については、新潟県山野草 をたずねる会のHPに詳しいの で、ぜひご覧ください。

(http://www.cnfo-niigatakensanyasou.or.jp/) (編集担当 安原直規)