

かしのみ

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」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）を移して自然免疫を高めて治療することが始まっているそうです。健康な「うんち」が治療材になります。

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ひ、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(土) 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15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。



長岡信用金庫参加者の皆さんから



ぬか山植樹に参加して 反町源生

私は、今回このぬか山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粕殻運び、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、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粕殻撒き(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えます。



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。

11月4日(月) 秋を楽しむ会(サツマイモ掘り)

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ィレクターとして「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だてて、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、大丈夫、今年は八方台には参加できると、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、芋掘りには参加できました。健康回復の身体に感謝。皆さんに感謝。神仏に感謝です。



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?



振り返って 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。一步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と菌ちゃん 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きます。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、秋になると日当たりが悪くなるので、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)

