



森のなかま

2020年 4月号

NO. 144 (継続289号)

NPO法人かながわ森林インストラクターの会 <http://www.forest-kanagawa.jp> 発行人 久保 重明
〒243-0018 厚木市中町2丁目13番14号・サンシャインビル6階604号 TEL046-297-0301・Fax046-297-0302

第11回森林文化講演会 「防災と自然保護」

～新しい自然保護のながれ～

令和2年2月9日 講師 岸 由二氏(慶應義塾大学名誉教授・理学博士)
桜美林大学PFCにて



11回目を迎えた恒例の森林文化講演会を2月9日(日)講師に岸 由二氏をお迎えし桜美林大学PFC(プラネット淵野辺キャンパス)P202教室で開催しました。一般5名、森林インストラクター60名の合計65名の参加でした。

昨年2019年10月13日の台風19号では、新横浜多目的遊水地(新横浜公園、日産スタジアム)が水を貯め鶴見川は氾濫しませんでした。講演依頼を台風以前にお願いしていたので、いいタイミングとなりました。

降った雨は、くぼ地に支流となり集まり続け本流となり下流と流れます。都市化の進んだ鶴見川では、豪雨でなくても1970年半ばの段階で氾濫しました。今までの治水対策(河川法、下水道法)では限界に達してしまい流域全体での対策が必要であると緑地、水田の保全、雨水調整施設の配置や国、自治体、市民・企業による総合治水(流域連携治水)が1980年から実地、40年になりました。その間、地域連携の『流域水マスタープラン』自然環境の保全・回復分野の鶴見川流域ネットワーク(TRネット)と活動されています。



質問風景

自然保護とは、過去の状態に戻すことではなく人間と共存しながら防災も考え、活動していると聞きし2時間がとても短く感じました。

今年も沢山の参加者、後援、協力をいただき盛大に開催でき感謝しております。ありがとうございました。

<記 森林文化部会 菊地 昭子①> <写真撮影：井出 恒夫①>

後援：神奈川県、相模原市、神奈川県森林協会（支援も）、
（公財）かながわトラストみどり財団、神奈川新聞社
協力：桜美林大学

講師プロフィール：
慶応義塾大学名誉教授・理学博士
NPO法人鶴見川流域ネットワーク 代表理事
NPO法人小網代野外活動調整会議 代表理事

<講演会感想と小網代の森の紹介>

少年期から鶴見川流域にお住まいだった岸先生は、洪水にあった経験もお持ちで、どのように流域を守るかについて熱く語っていただきました。自治体はその境界線までしか考えないので、どうすれば流域全体として考えられるか、国との関係など興味深い話を伺いました。

川の源流部では、森の手入れをして保水能力を高めること、（ただし昨今の局地豪雨のような100年洪水では保水しきれない）また調整池をたくさん作ること、中流域では広大な遊水池を作ること、下流部は護岸をしっかりとすることで川の氾濫は防げると伺いました。

2/9は、テーマが「防災」でしたので鶴見川流域のお話で時間が無くなってしまいましたが、「小網代の森」のスライドもたくさんご用意いただきました。

源流から海までそのままそっくり残された自然、都市周辺では奇跡的な流域「小網代の森」を開発から守った岸先生ですが、その経緯や手法、“自然”保護の考え方が、会場でも販売していた「奇跡の自然の守りかた」岸由二/柳瀬博一著 に若者向けの平易な文章で書かれています。是非お読んでみてください。

小網代の森には かながわトラストみどり財団も多大な貢献をしています。下記のようなイベントもありますので、参加してはいかがでしょうか。

- ・ホタルの観察会
- ・アカテガニの放仔観察会

詳しくは、かながわトラストみどり財団のホームページ (<http://ktm.or.jp/>) をご覧ください。
(記 黒川 敏史⑭)



アカテガニ

かながわトラストみどり財団のホームページより

森のめぐみ シリーズ

枠組は桜の小枝です

第34回 フラボノイドの生理活性

東京大学名誉教授 谷田貝 光克 氏

フラボノイドは植物の幹や茎、枝、葉、花、果実、種子など、いろいろな部位に多かれ少なかれ含まれています。多年草植物の木では辺材、心材、そして光合成で作られた養分を運び込む通路である師部によってフラボノイドの形に違いが出てきます。師部や辺材ではフラボノイドの酸化が進んでなく、また、フラボノイドに糖が付いた配糖体が多く存在します。糖が付いていると水に溶けやすく植物体内を運びやすくなるからです。心材では酸化が進み、配糖体から糖が離れた形、アグリコンとして多く存在します。

フラボノイドは多くの植物に含まれていて多様な生理活性を持つことでも知られています。例えば、抗菌、抗炎症、抗酸化、血流促進、収れん、鎮痙、止血などです。フラボノイドのからだに対する生理活性は数多く知られていますが、次に身近な植物の例を二、三あげてみましょう。

セリ科多年草のアシタバはビタミンやミネラルが豊富なので健康食品として最近注目されています。さらに血糖値の上昇を抑制することや抗腫瘍作用があることもわかってきました。この作用はカルコンというポリフェノール類によるものですが、そのほかにもアシタバの新芽や茎から出てくる黄色の液はルテオリンというフラボノイドの一種で利尿作用、緩下作用があることでこれまでも民間で使われてきました。ルテオリンはピーマン、シソにも含まれ、抗炎症、抗アレルギーにも効果があります。

イチョウの実のギンナンは食用として好まれますが、咳止めにも利用されてきました。ところが葉にも有効な成分が含まれているのです。それがフラボノイドが2個結合した形のビフラボンです。血流を

促進するので脳梗塞やボケ防止にも役立ちます。医薬品としてドイツで開発されましたがドイツにはイチョウがありませんのでわが国から葉が輸出されていました。ビフラボンの薬としての製品はその後米国に渡り米国からわが国にも導入されています。

漢方薬として用いられている植物にはフラボノイドが薬用成分として働いているものが数多くあります。例えば荒地にはびこるクズの根は葛根として漢方に用いられていますが、デンプンのほかに数種類のフラボノイドを含み血小凝集抑制作用や脳血管血流量を増加させ血中の酸素供給量を増加させることなどが分かっています。

薬用植物でフラボノイドを含むものには喘息、気管支炎に効果のあるクワの根皮、鎮咳作用のあるヤマザクラの樹皮、利尿作用のあるノイバラの果実、解毒作用のあるドクダミの葉、健胃作用のあるダイダイの果皮など、身近なものが多いのです。

フラボノイドの新しい作用の発掘も行なわれています。例えば、熱帯産樹木のパンノキに含まれるアルトカルピンというフラボノイドでは紫外線による色素の沈着を抑制する働きが見出されています。皮膚のシミを防ぐのに役立ちそうです。

フラボノイドはヒトのからだにプラスになる働きをするだけでなく、シロアリに抵抗性を持つものや植物病原菌に抵抗性を持つものもあります。これらを植物が害を及ぼすものに対して自分の身を守るために蓄えられるのです。抗酸化物質にしても野外での強い紫外線や高温によって作りだされる活性酸素を防ぐための植物にとっては自己防衛の武器なのです。植物のそのような働きをみて殺虫剤や抗菌・抗酸化剤を作ったりして、ヒトがうまく利用させてもらっているのです。

フラボノイドを含む薬用植物と薬効

植物名	部位	薬効	植物名	部位	薬効
クワ	根皮	消炎性利尿、鎮咳、喘息	カワラヨモギ	花穂	肝障害改善
エンジュ	つぼみ	止血、消炎、鎮痛	コガネバナ	根	利胆作用、緩下
ダイダイ	果皮	健胃、平滑筋弛緩作用	カンゾウ	根	鎮静、鎮咳
ドクダミ	葉	解毒、利尿	クララ	根	血圧降下
ヤマザクラ	樹皮	鎮咳	ベニバナ	花	血圧降下、免疫賦活
サンザシ	果実	健胃、動脈硬化予防、	レンギョウ	果実	抗菌、抗アレルギー
ノイバラ	果実	瀉下作用、利尿	カキノキ	葉	血圧降下、しゃっくり止め

< やどりき水源林に行ってみませんか? >

(記事 広報部 黒川④)

年末から2月まで、冬季休止していた「かながわ森林インストラクターの会」によるやどりき水源林の「森の案内人」(土、日曜日)を3月から再開しています。新型コロナウイルスの影響で、人込みは避けたいという方、ぜひやどりき水源林の森を訪れてみてください。

詳しい内容は、かながわ森林インストラクターの会のホームページをご覧ください

<http://www.forest-kanagawa.jp>

なお、昨年秋の台風の影響がまだ残っています。一部通行止めの箇所もありますが、森の案内人がご案内します。

昨年10月の台風で一部使用できない施設・場所がありましたが、徐々に復旧しています。
やどりき水源林においての際は、神奈川県ホームページ「やどりき水源林」
<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/pb5/yadoriki.html>にて状況を確認ください。
3月1日現在、ゲートから周遊歩道Bの近辺は利用が可能ですが、立入禁止の場所がまだ残っています。
「森の案内人」と一緒に行動いただくことを推奨しています。



清流の石の裏に
粒々状に付着。

カジカガエル成体とその卵塊
(4月から8月頃)



やどりき水源林ゲート



満開まもなくのミツマタ群生



ヤマリソウ

水源林ニュース <http://www.forest-kanagawa.jp/4field.html#field02> より

新型コロナウイルスの影響で、3月のイベントを見合わせました

人を集めるイベント自粛の要請を受け、イベント、研修会を中止、延期しています。

イベント

3/14 やどりきの森へ行こう 中止

3/14 成長の森 植樹会 中止

当会研修会

3/1 普及啓発・森林文化部会 合同クラフト研修会

3/8 森林部会 さつま編み研修会 延期

3/20 森林癒やし部会 基本研修 延期

活動短 信

今回の掲載はR1年11月30日～R2年2月1日分です。
寄稿頂いた中には、紙面都合や寄稿タイミングで次号以降の掲載になるものもあります。

4月(卯月)(旧暦3月弥生)の二十四節気

清明 4/5頃
清浄明潔、空晴れ渡り、草木が一斉に芽吹くころ

穀雨 4/20頃
準備のできた田畑に柔らかな春雨の降るころ

活動短信への投稿概略フォーマットと略語の説明
ページレイアウトは気にせずベタ書きで結構です。
(できればWord、メール直筆でもOK。Excelはできるだけ避けてください。改行等の処理に手間を要しますので写真もあれば1枚添付ください。)

◆ 活動団体・活動名 等

日 日付(できれば時間と天気も)
場 場所(例:相模原市緑区 長竹承継分収林)
参 参加者 人数
県 神奈川県 環境農政局 緑政部
水源環境保全課 水源の森林推進グループ
財(公財) かながわトラストみどり財団、**看** 看護師
スタッフ 例 小田原市森林組合XX様
例 川崎市公園緑地協会・XX様
イ インストラクター (○数字:期) **研**:研修枠
以下の本文を概ね400字前後を目安として執筆ください
リーダーは責任を持って執筆者の選択と執筆後のチェックをお願いします。(執筆者名もお忘れなく!!)
活動終了後の速やかな投稿をお願いいたします。

◆ 日揮 水源林保全活動 やどりき大会

日 令和元年11月30日(土)9:30～13:30 晴れ
場 やどりき水源林
参 64名
イ L若林⑦ サブL 柏倉④ 有坂⑧ 佐藤武⑤
湯浅⑪ 宮下⑩ 飛田⑬ 吉田⑪ 草野⑧ 時田⑩
白畑⑦ 上宮田⑩ 山下⑩

台風被害後、最初のやどりき水源林での活動となり開催も危ぶまれましたが無事開催ができました。



当日は天気も良く、参加者が到着され開会式をスタート。開催時間が短いためテキパキと参加者様を誘導しプログラム開始。内容は 間伐・サンタクラフト・リース作り・癒やし体験・野点と盛りだくさんです。間伐は伐倒まででしたが、ほかのプログラムは時間内で制作と散策を終えることができ、参加者からも『大変良かった』『大満足』との嬉しいご感想をいただきました。リースはとても立派なものができ「売り物みたい」とほかの参加者もその出来栄に驚かれていた様子。

短い時間内で安全に満足度の高い実施ができたのも、日揮様のご協力とインストラクターのチームワークのよさの結果で、相互連携、フォローと共助の大切さを感じインストラクターとしても勉強になったイベントになりました。

(記 写真 若林 良子⑦)

◆ 神奈川県立足柄ふれあいの村 「フォレスターキッズキャンプ③」 森林づくり体験

日 令和元年12月21日(土)9:00～17:00、曇り
場 神奈川県立足柄ふれあいの村
参 小学生21名(男11名、女10名)
スタッフ 足柄ふれあいの村2名、ボランティア5名
財 内田様
イ L宮下⑩ 牧石⑭

少し寒い朝であったが、小学1年～3年の参加者が足柄ふれあいの村に到着。みんな元気な様子で一安心。所長のお話、キャンプでの約束、スタッフ紹介などのオリエンテーションの後、アイスブレイクでゲームを始めると、だんだんと仲間意識が高まってき、フォレスターキッズキャンプ③がスタートした。

午後からは森での活動。今回のテーマは森林づくり体験。杉の子広場近くの林では、落ち葉が分

解され土になっていく様子を観察。落ち葉が細かくなっていく時、土の中の生き物、特に、ミミズが落ち葉を食べて、そのあと糞が土になっていくことを紹介した。次の観察地は近くの林縁の切通し。ここでは、浅いところでは土が黒く落ち葉が土になっている様子や根が土の中に入っていく様子を観察した。



きんたろうガーデンでは植樹体験。今回は木の実が鳥に食べられて鳥がうんちをすることにより、遠くまで種を運んでくれ、そこで木が育つことをみんなで話しあった。樹種はナンテンとマンリョウ。子どもたちから赤い実はヒヨドリなどに食べられるとの発言もあった。植栽に先立ち見本植栽を実施。穴掘り、腐葉土の入れ方、植栽の仕方、埋め戻し、水やりを経験した。林の中のため、穴掘りの時に木の根があり、それを取り除くのに苦労した。植樹が終わり記念看板を設置。記念撮影後、杉の子広場の近くで焚火に使う落ち葉を集めた。子どもたちは大騒ぎで大きな袋が落ち葉でいっぱいになった。工作棟に戻り、ここでは子どもたちが親に送るメッセージを付けたクリスマスツリーを松ぼっくりで作った。出来栄は上々であった。

子どもたちはいずれのプログラムにも熱心に取り組み、事故もなくすべてのプログラムを終了。子どもたちからは、葉っぱが土になることを知らなかったのでおもしろかった、普段見ないミミズが大切な役割をしていることがわかった、木の植え方がよく分かった、植えた木が今度来るとき大きくなっているといいな、などの感想があった。落ち葉が分解し土になり、その土がまた木々の栄養分となり、元気な森が作られていくことに興味を持ってくれればうれしい限りである。

(記 写真 宮下 修一 ⑩)

◆ 「かわさきの森づくり」 第14回

日 令和2年1月19日(日)

場 川崎市麻生区岡上

岡上梨子ノ木特別緑地保全地区

参 35名

スタッフ 川崎市公園緑地協会他 9名

イ L小野⑦

小田急線鶴川駅南口より徒歩20分程の現地は小高い山の頂き付近でコナラやクヌギの典型的な里山で草刈り等実施済のヤードである。

資料配布、ストレッチ、作業内容の説明後にデモにて一本伐倒したのち3班に分かれて作業開始する。

作業は15年生のコナラ類の間伐と伐倒木を利用しての椎茸の原木作りである。伐倒位置は膝高とし地際にて切戻した。径10cm以上の材を90cmに玉切りして車迄運搬して積込み、細い稈部や枝葉は指定場所に集積。枝葉も搬出したので作業後の林内はスッキリと明るくなり地域の方々にも歓迎される憩いの場所になる事でしょう。

休憩時間に小野からナラ枯れ現象について写真を示しながらカシノナガキクイムシによる発生の要因と県内の被災状況等を解説した。

予定時刻の11時半には無事作業終了現場作業は終了したが午後の座学の為希望者(ほとん全員)は岡上分館学習室に移動して昼食後「神奈川県産の苗木生産等/小宮講師」「ボランティアの心得/仲村講師」「麻生区の特別緑地等/外山講師」の講義を受ける。質疑も交え大変実りある座学でした。閉講式後15時に全てのスケジュール終了。(記 小野 幸広⑦)

かながわしずくちゃん Facebook は下記URLで見ることができます。



<https://www.facebook.com/kanagawa.sizuku>

◆ 松田町立寄小学校 森林環境教育

(丹沢大山自然再生委員会 助成事業)

日 令和2年1月21日(火)、晴れ

場 やどりき水源林(林道コースなど)

参 小学生4名、教員2名(担任、校長)

イ L井出①、松本⑩、古館⑬

丹沢大山自然再生委員会との共催事業「森林環境教育」を昨年度に続き実施した。昨年度は松田町の小学校2校合同で実施したが、本年度は学校側の希望で1校となった。

＜活動内容＞

1. やどりき水源林内の観察
2. 水源涵養実験
3. 丸太切り
4. 流れる水のはたらきを知る

森林の役割や仕組み、水と森林のつながり、森林を守る人々の取り組みなどに気付かせことを主眼とし、クイズなどを取り入れて興味を引きながら水源林内の観察を実施した。森の樹木やきれいな沢の水に触れるなど、子供達も十分に自然に触れ合うことができたと思う。さらに水源涵養実験や間伐材を使った丸太切り、沢の観察を行うなど、短い時間ながら多彩な活動を行うことができた。

児童、先生方にも大変喜んでもらい、かながわ森林インストラクターの会の活動拠点であるやどりき水源林を通して、会、地元の学校・松田町とのつながりが深まったのではないかと思います。
(記 井出 恒夫 ①)

快晴のなか、今週の月曜日の寒波により真っ白になった富士山を移動中に見ながら現地到着。まだあまり整備されていない竹林のため、限られた時間の中でどこまで作業が進められるか不透明である。余談ではあるが、今回は、農作物被害の原因である猪の隠れ家を減らす目的もある。

各種説明終了後、道具を準備し作業を開始。まずは足場の整理のため、竹林前面部分の倒木や枯れている竹を搬出する。ある程度足場整理が終わると竹の伐採に取り掛かる。本日の安全目標である「近接作業注意」に留意しながら作業を進めるが、あまり整備されていない竹林のため多くの労力・時間を要す。

その中で太物伐採は竹林整備の醍醐味であり、これまでの疲れを吹き飛ばすものであった。

今年度最後の県民参加の森づくりの作業終了後の感想では、多く作業が出来て達成感が味わえたとする一方で作業場所の狭隘や作業動線の輻輳による作業の難しさの指摘もあった。次回はこの反省点等を踏まえ対策を考えたい。

(記 森 立康⑮)





丹沢の自然再生に取り組む 丹沢大山自然再生委員会のホームページをご覧ください。 <http://www.tanzawasaisei.jp/>

◆ 県民参加の森づくり (竹林整備)

日 令和2年2月1日(土)8:50~13:20 晴れ
場 中郡大磯町西小磯(個人)
参 62名(男50、女12)
財 豊丸課長様、大木様、斉藤様
看 青木様
スタッフ 神奈川県森林組合連合会 樋口様

大磯町産業観光課 弘重様

イ L湯浅⑪ 菊池① 齋藤⑧ 西村⑮ 森本⑤
 鈴木③ 水野⑭ 野牛⑧ 小沢⑨ 村井⑨
 渡辺⑫ 友谷① 飛田⑮ 辻村⑨ 内野⑨
 森⑮

研 中澤⑯ 祐谷⑯ 原田⑯ 小林⑭ 野村⑭

安パト 岩田⑭ 斉藤⑬



緑の募金
シンボルマーク



緑の募金キャラクター
どんぐりくん・どんぐりちゃん

かながわ森林インストラクターの会は『緑の募金』の支援団体としても取組んでいます。
 全国で5番目/NPO法人で初めて委嘱されています。

やどりき水源林ミニガイド

「森の案内人」情報

3月から森の案内人を再開しています。新しいメンバーも増え案内人も張り切ってお待ちしています。

●実施時間:毎週土曜・日曜・

AM10時・PM1時, 1~2時間程度

●集 合:水源林入口ゲート前

●内 容:森林インストラクターが自然観察にご案内します。森林のしくみ手入れなどについて説明致します。

参加自由、参加費無料

*10人以上の団体は事前に下記までご連絡ください。

●問合せ:

(公財)かながわトラストみどり財団

TEL: 045-412-2255

FAX: 045-412-2300

●ホームページ: <http://www.ktm.or.jp>

E-mail: midori@ktm.or.jp

かながわ森林インストラクターの会

k-inst0981@friend.ocn.ne.jp

今年度の各部会の計画

森林部会

下刈り、間伐などの会員向けの研修会を6回計画しています。安全で的確な作業指導を目指します。

森林文化部会・普及啓発部会

それぞれの部会で4月に拡大運営会議を開催し、今年度の活動計画を立てます。

自然観察部会

今年度の森林探訪の予定

詳細は、かながわトラストみどり財団

<http://www.ktm.or.jp> 参照ください

① 5/17(日) 弘法山 募集中

Kanagawa_shizenkansatu@yahoo.co.jp まで応募ください。

② 10/25(日) 二宮 吾妻山

③ 12/5(土) 大山林道

森のなかまは過去号もご覧になれます。

(ホームページ) <http://www.forest-kanagawa.jp/3kiroku.html#kiroku01>
(HP担当:井出恒夫)

◇ 森のなかま原稿募集 ◇

会員読者の皆様から広く募集しています。

<広報全般についてのお問い合わせ>

黒川 敏史

Mail:

kurokawa.family@aa.cyberhome.ne.jp

Tel: 080-5477-2206

<電子配信会員向け担当> 笠原 かずみ

Mail: happy_kumakuma711@icloud.com

<電子配信企業等パトナ様向け担当>

柳澤 千恵美

Mail: cherril@gk9.so-net.ne.jp

<メール・手書き原稿送り先>

【本誌】黒川 敏史

Fax: 0467-46-8650

電話連絡先: 080-5477-2206

Mail:

kurokawa.family@aa.cyberhome.ne.jp

【別冊】阿藤 寿孝

Tel: 045-433-4413

Mail: hisa-ato2@22.netyou.jp

原稿は随時受け付けています。

4月号紙配信遅延のお詫び

4月号は、3月末に紙配信希望者向けに印刷、発送予定でしたが、コロナウィルスの影響で、作業場所のかながわ県民活動サポートセンターが3月いっぱい閉鎖となったため、作業が4月にずれ込みました。

配送遅延をお詫びします。

年間通読のお申し込み

「森のなかま」年間通読をご希望の方は、郵便局備付けの郵便振替を利用してお申し込み下さい。

郵便振替口座 00230-0-2454 **かながわ森林インストラクターの会**

宛まで2000円をお振込み下さい。振替用紙には、必ず、住所、氏名を明記して下さい。振替用紙到着の翌月号から

12回/1年間お届け致します。

編集人: 黒川 敏史

広報部: 吉田郁夫 松本保 笠原かずみ 加藤優美

阿藤壽孝 竹内明彦 柳澤千恵美

支援: 大原正志 江頭淑子 小林照夫 武田昭典 中澤良夫

16期生を迎えて、支援メンバーが入れ替わりました。

編集後記

★桜の花が咲き始めました。

一つ一つは小さな花ですが、咲き始めると、とても大きいエネルギーを感じます。

しばらく会社の帰りに、運動不足解消のため大岡川を歩きながら花見をしようと思います。(笠原)

★新型コロナの話題ばかり。厳しい状況ですね。世界中がガタガタになっていく恐怖があります。でも、なんでもいゆる科学的な対応ってできないんでしょうね。

言葉のあや(遊び)で、言いくるめているみたい。数学の厳密さとの乖離を再認識してます。(吉田)

★チューリップ、そらまめ、えんどうまめと色とりどりの花が咲き、あじさいの緑の葉もふくらみはじめました。

ふきの白い花、野草も元気に生えてて！我が家の小さな庭は春爛漫です。(阿藤)

★COVID-19。コロナ、クラスターそしてオーバーシュート(目標超越)シラジエーション(発散)になり uncontrollable(制御不能)にならない事を願うばかりです。(松本)

★今月は、コンサートなどが次々と中止になる中、インストラクターの仲間と、少人数で枝打ちや間伐を楽しみました。青空の下、心地よい疲労でストレスが解消されました。(竹内)

★今月号は、コロナウィルスの影響で想定外のことばかりでした。

・記事の不足(イベント中止のため)

・紙配信遅れ(作業場所の閉鎖)

いつになったら元に戻るのでしょうか。

記事不足は、来月号の方が深刻です。(黒川)