

2012 年 9 月 21 日

第 1 4 号

自然と文化だより

発行：NPOシニア自然大学校

自然と文化科

====目次=====

P1 副代表挨拶

社会貢献活動に積極的に
参加しよう

P2 今号の TOPICS

秋を代表する花「ハギ」

P3 新任幹事のコーナー

何度も楽しめた観察会

P4 仲間たちの近況報告（１）

1 班 私の四国遍路

2 班 蓼科山

P5 仲間たちの近況報告（２）

3 班 萬福寺のチーク材

4 班 楊式太極拳

P6 私の玉手箱・・・わが故郷

P6 リレー随筆

子供の頃の箕面あれこれ

P7 俳句・川柳サロン

絵手紙・絵画・写真コーナー

副代表挨拶 社会貢献活動に積極的に参加しよう

社会貢献 肥塚 眞

定年後は一切の仕事を止めて、自分のしたいことに専念しようと決めていたが、旅行、スポーツ、趣味などを楽しむだけでなく、柱になる「生きがい」を見つけられればと考えていた。生きがいとして何をするのか迷っていた時に、友人（シニア 10 期）が「現役時代とは全く違った分野で、1 年間研修を受け、その後習得した内容を生かして各種ボランティア活動を行う。“自然と仲間”をキーワードに！」と誘ってくれたことが当校への入学のキッカケである。縁があって入った当科の方針にも「学んだ知識を生かし、地域・社会に貢献する」が明記され、社会貢献活動が重視されている。

今年の当科の社会貢献活動は、5 月に実施予定だったシニア自然観察会が、涉成園、鶴見緑地ともに、準備万端整えていたにも拘わらず、雨天で中止になり残念な出足であった。ようやく、7 月に長居植物園で第 1 回目を実施出来て、参加者からの評価も高くホッとしたスタートとなった。

今秋には、シニア自然観察会 4 件（京都御苑 3 件、相楽園 1 件）が予定され、「労金まつり」や他の急なイベントへの参加依頼が出てくることも予想される。また、「万博ごみゼロウオーク」と「箕面の山の大掃除大作戦」も加わり、忙しくなるが嬉しい悲鳴である。お陰様で、既に多くの科員の方々が今秋の各イベントへ応募して下さい、本当に感謝している。

一方、認定 NPO 制度の改定に伴う一層の公共性、公益性の向上がシニア自然大学校にも求められ、外向きの社会貢献活動イベント等に積極的に参加することが重要な課題になってきている。

これらの事業には、リーダー、スタッフ、また行事への参加者など、多くの科員の積極的な協力が必要不可欠であるとともに、急なイベントへの参加依頼に応えるべく、叡智を集めた体制の整備が急務となっている。科員全員が、積極的にご協力下さり、本活動が「参加して楽しいもの」になるよう願っている。

◇自然と文化だより

14 号の発行に投稿頂いた皆様のご協力に感謝いたします。

節電の努力が実り、計画停電などの最悪の事態を回避出来た夏が終わりました。

この後、原子力発電所が次々再稼働されるような事は、良識ある人間なら進めはしないと思っているだけでは実現しないのかも知れません。

この狭い国に 50 基以上が活断層をかすめながら存在したことで自体を反省する時期だと思えます。

里山でお米をもっと作りたいと考えます。自然豊かな日本の復興を祈ります。 N.Take



秋を代表する花 「ハギ」

児玉 勝久

秋を代表する花は「ハギ」であろう。「ハギ」は今と違って昔はどこにでも咲き乱れていたのであろう。だから秋の七種（草）として「萩、尾花・・・」と筆頭に挙げられているし、また「万葉集」にも最も多く（125首）詠われている花でもある。古来、日本人に最も愛されてきた花のひとつといえよう。

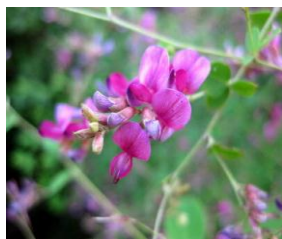
「ハギ」の名は葉を落として冬を越し、春に再び芽を出すことに由来する「生え芽」（はえぎ）の転訛とも、小さい葉が「歯」に似ているので「歯木」（はぎ）などの説がある。なお、「萩」の字は、秋の花を代表する植物ということで作られた国字で、「万葉集」等では、「芽子」「波疑」「波義」などと書かれている。

「ハギ」はマメ科ハギ属の落葉低木、または多年草の総称とされるが、「ヤマハギ」の別名でもある。葉は3出複葉で小葉は卵形で全縁である。花は葉腋から総状花序を出し、蝶形花が2個ずつ対になって付く。花の色は決して派手ではないが枝先にかたまって付くので目につく。果実は豆果で裂開しない。

落葉低木としては、ヤマハギの母種とされるエゾヤマハギの他、マルバハギ、ツクシハギ、ミヤギノハギやキハギが知られる。また草本には多年草のネコハギやメドハギが知られる。

*ヤマハギ（山萩）

高さ1～2mの落葉低木。小葉は長さ2～4cmの広楕円形または広卵形で先はまるい。表面は中央部にだけわずかに毛があり、裏面に伏毛が生える。花期は7～9月。花序は基部に付く葉より長い。花は紅紫色で長さ約1.5cm。北海道、本州、四国、九州、朝鮮半島、中国に分布する。



*ツクシハギ（筑紫萩）

高さ2～4mの落葉低木。小葉は長さ2～5cmの楕円形で表面は無毛、裏面に伏毛がまばらに生える。花期は8～10月。花は長さ約1～1.5cm、淡紅紫色だが旗弁の周辺部や裏側、竜骨弁の基部などが白いのので、花の色は淡く見える。本州、四国、九州に分布する。



*マルバハギ（丸葉萩）

高さ1～2mの落葉低木。小葉は長さ2～4cmの楕円形で先はへこむ。表面は無毛、裏面には伏毛が密生する。花期は8～10月。花序は基部に付く葉より短い。花は紫紅色で長さ1～1.5cm。

本州、四国、九州、朝鮮半島、中国に分布する。

*ミヤギノハギ（宮城萩）

本州の中部地方以北の日本海側に自生するケハギから作られ、庭や公園に植栽され、枝先が垂れ下がる。小葉は長さ2～6cmの長楕円形で先は尖る。表面は無毛、裏面には伏毛がある。花期は8～10月。花は紫紅色で長さ約1.5cm。



*キハギ（木萩）

高さ1～3mの落葉低木。小葉は長さ2～4cmの長卵形または長楕円形で先は尖り、表面は無毛。裏面は絹毛が生える。花期は6～8月。花は淡紫白色で長さ1cmほど。旗弁の中央部と翼弁が紅色を帯びる。本州、四国、九州、朝鮮半島、中国に分布する。



*ハギは古くから、鑑賞用だけでなく実生活にも利用されてきた。

- ・春、夏に茂る枝葉は家畜の飼料として利用された。
- ・茎を刈り取って垣根や屋根ふきに使った。萩の枝折戸は風雅そのものであるし、柴垣にすれば侘びた趣がすばらしい。また皮をはいで縄などに利用した。
- ・萩の種子を粉にして粥や飯にまぜて食べたり、若葉を摘んで乾燥させ、茶の代用とした。
- ・根を乾燥させたものを煎じて、めまいやのぼせなどの薬にしている地方もある。
- ・マメ科植物の特徴で根は根粒菌と共生し、荒地でも成育が可能であるため、最近では堤防や路肩に植えて、土止め用に利用されている。

*近郊の萩の名所としては

- ・京都市 梨木神社：参道に1,000株を植栽
- ・豊中市 萩寺（東光院）：行基の開山 1,000株を植栽。
- ・奈良市 白豪寺（高円山の西麓にあり）薬師寺、唐招提寺など。

以上

何度も楽しめた観察会

武川雄二

4月から観察委員会の幹事を拝命した。このたび新幹事としてなにか寄稿せよとのお話をいただいた。申し訳ないことながら幹事らしいことをしていないので書くことがない。そこで観察会のレポートとさせていただくことにした。

7月13日の当科の自然観察会は「神戸市立森林植物園」だった。ターゲットは六甲山を代表する「アジサイ」の観賞だった。やや時期は遅かったが、それでも青色のアジサイが並ぶ姿は素晴らしかった。アジサイの名は集真藍（あずさあい）が語源ということだが、まさに藍色のイメージだ。

この時期花は少なく、モクゲンジが黄色の花を咲かせていたぐらいだが、リキュウバイの星型の実をはじめ、いろいろな樹木を観賞することができ、十分楽しめた観察会だった。

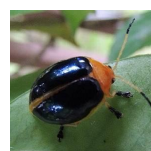
ところで私にとって一番の収穫は「キベリハムシ」を見ることができたことだ。日本には六甲山周辺にしかない昆虫だ。黄色の縁取りで、目がつぶら（といっても点だが）、足には黒いソックスで「歩く宝石」といわれている。中国南部から来たのではといわれているが、日本では雌しかおらず、それで繁殖しているとのこと。食草はビナンカズラで、六甲山を歩く人の中にはこの虫のファンが多く、このツルを見つけると立ち止まって、この虫を探しているのをよく見かける。

観察会終了後、帰りはバス、谷上駅へ歩く人、新神戸駅まで歩く人と別れた。新神戸組は2時間半との説明にも関わらず18人が参加した。このコースは「トゥエンティークロス」と言われ、布引の滝を通る人気のあるハイキングコースだが、20回も川を渡ることからついた名だ。実は2日前まで「九州北部豪雨」があったばかりでやや心配だった。東門を出て最初の川渡りは無事に通過し、順調に進んでいた。ところが30分ぐらい歩いたとき増水で川が渡れない。だが健脚組のリーダーは動じない。すぐにコース変更、分水嶺越えから高雄山を越えるルートをとった。実はこの近くを通るたび、登山口の標示を見て一度登りたいな、と思っていたので内心「ラッキー」。高雄山は476mだが結構登りが長い。途中再度山、大龍

寺が右手に見えたがこの角度で見るのは初めてで感動ものだった。シンドイ思いで登りきるとこんどは急な下りとなる。急斜面を滑らないよう皆で声をかけあいながら下り、無事に市ケ原の河原に出た。本日2回目の楽しみであった。

ところで、この来た道は「ドントリッジ」といわれるコースだ。六甲山は明治の頃から神戸に居住した外国人によって、レクリエーションの場として開発された山だ。別荘をはじめゴルフ場もあり、ハイキング道など、あちこちに英語名がついている。ここも英国人ドントリッジに由来する名だ。

最後は三宮での懇親会だった。汗と途中降られた雨で少々不快だったが、極端に値段の安いビールをたてつけに飲み、これまた安いアジフライに楽しさは倍増した。観察会は良いものだ。



*写真は石川さんのものを借用させていただきました。

私の四国遍路

1 班 土井 定男

学生時代にユースホテルを利用して各地を訪ねていた頃が懐かしく、思いついたのが四国８８ヶ所めぐり。神戸三宮から四国各地に高速バスが出て、高松、徳島は勿論、高知、松山へもその日に行けるようになった。

1 昨年４月、１番霊山寺から初めて今年４月迄９回、３３番雪隠寺迄で夏休み中。

私の遍路は、現地で鉄道やバスにも乗り、１泊か２泊して帰るので、運行ダイヤ等を調べるのに時間がかかるけれど、現地の情報も併せて入手でき、準備も楽しいものとなっている。

利用する鉄道は１両か２両のワンマンカーで無人駅も多く、人影のない待合室には座布団が置かれているが、通学の時間帯には高校生たちの弾んだ声があちこちに響き渡っている。

参拝したお寺は歴史を持ち、由緒ある仏様や五重塔、お堂があり、参拝した後、納経帳に朱印をもらおうと落ち着いた気分になる。散歩中の土地の古老に出会って色々な話を聞かせてもらった事もあった。

宿泊は、宿坊、民宿、ビジネスホテルとまちまちで、民宿やビジネスホテルで食事の無い場合は、宿の人に教えてもらって、その土地の料理を楽しむようにしている。

最近は歩き遍路も多くなったと言われているが、まだまだ少なく、寺に着くとツアーのバスが停車していて、大阪、京都の人に会うこともたびたびある。菅笠に白装束、金剛杖と正装の人も多く、声を合わせての読経も上手で圧倒される。

今年４月１日には３１番竹林寺から３３番雪隠寺に行く道中で、川に魚が飛び跳ね、蝶が飛び、田んぼ一面に水が張られ、桜が満開の風景を満喫し、宿泊した国民宿舎桂浜荘で鰹のたたきを食べたのは１番の楽しみだった。部屋からの眺望も抜群で、桂浜と太平洋を一望できた。

歩くことで人や草花との出会いがあり、「風景を眺め、空気を吸い、人と語り、美味を食す」の遍路をも心がけている。

蓼科山

2 班 藤田 宏子

高校時代に阿蘇山に登った時、苦しくてそれが最後の登山になってしまいました。それ以来山に登るなんてとんでもないと思っていました。

ところがシニア自然大学校に入って登山に誘っていただきました。愛宕山からはじまり、涸沢、西穂独標、そして去年は越前岳、槍ヶ岳、白馬岳など登る時間は人よりずっとかかりましたが、自分でも信じられないほど高い山に登ることが出来ました。

そして今年の５月２１日、憧れのハヶ岳の一つ蓼科山に登ることになりました。麓の白樺湖は八重桜が満開。午前７時３４分に金環日食を見て、いざ出発です。シラカバ、ナナカマドの新緑が青い空に映えて美しいです。クマザサの茂ったなだらかな登山道を進んでいきます。お天気も良くて風も心地よくルンルン気分でした。しかし、それは甘い考えでした。森林限界を超えると辺り一面が岩場で、しかも急な上りでありました。私にはきつくてなかなか前に進む事が出来ず、本当にまいってしまいました。でも「蓼科山頂フュッテ」に着くと、心地よいクラシック音楽と暖かい炬燵が用意されていました。ここで一泊です。すっかり元気を取り戻しました。山頂ヒュッテでは夜中じゅうゴーゴーと大きな風のうなり声がして、翌日の天気が心配でした。しかし、女神が微笑んでくれたのです！ 朝には風も止んで快晴になり、目の前の頂上を目指しました。2530mの頂上に立つと、雪をかぶった山々が連なり、360度のパノラマが一望できました。この景色を見るために登ってきたのですが、足元がおぼつかなくてゆっくり感激に浸っている余裕もなく下山しました。比較的スムーズに下山出来てよかったのですが、今回の登山で山の陰しさ、奥深さを知りました。



萬福寺のチーク材

3 班 大庭 健

高等科の修学旅行で行ったタイで、渡辺先生から萬福寺の建物にタイのチーク材が使われていることをお聞きしました。宇治に住みながら全く知らなかったのも、少し調べてみると、非常に面白い歴史があるのでご紹介しします。



チークの幼木(タイ)

1661年隠元は日本にとどまることを決意し、幕府より与えられた、

宇治の土地に、中国で住職をしていた黄檗山萬福寺(古黄檗)と同じ名を付けた寺院を建て始めました。そして古黄檗は仏教にとって重要な樹木、チーク材が建物に使われていました。

ちょうどその頃、オランダはバタヴィア(現在のインドネシア・ジャカルタ)を拠点に、日本を含む東南アジアの交易をおこない、台湾を占拠し二つの城を立て統治していました。1661年台湾南部を襲った地震で被害を受けた城の修復のため、タイのチーク材を購入し台湾へと向かったのですが、ちょうどそのとき台湾の城は中国本土からの攻撃で上陸できなかったのです。そこで急遽、京都御所の火事などで木材

需要がある日本へと行く先を変更しました。そして隠元の思いを知る人々の力で宇治萬福寺の建設に使われました。



萬福寺・大雄宝殿(宇治)

萬福寺にはこのほか、古黄檗ゆかりのキハダ、隠元が中国から持ってきたと伝えられる、モウソウチク、ボダイジュなどもあります。

これから身近な「自然(植物)と文化(歴史)」の面白いかかわりについていろいろ調べていきたいと思っています。



チーク材の柱(?)

楊式太極拳

4 班 松川 淑子

13年ほど前から太極拳クラブに所属して、近くの体育館で毎週練習しています。クラブ員70名、講師の先生が3名のそれなりの規模のクラブです。

今私が習っているのは楊式太極拳ですが、まず入門編で24式簡化(夕カ)を習います。預備式(イバイ)起勢(イ)で始まり、形と順番を覚えます。しかしこれがなかなか難しく、ゆっくりした動作がいかに大変かが分かりました。その順番の事を套路(トリ)といいます。套路が出来るとなったら、次は姿勢を習います、まず虚靈頂勁(キョリョウチョウケン)といい、頭を上を支えるようにして精神を集中させます。含胸拔背(ガウキョウハツハイ)で胸を張らずに気を丹田(タンドン)に沈めさせます。丹田とはへその下3寸の位置をいいます。立身中正(リツシンチュウセイ)で肩を下げ、両腕の関節をゆるめて、肘は下へ曲げます。虚実を分け、無駄な力を使わない事です。

太極拳は、武術です！が今は健康法のひとつです、私もそのつもりで始めました。面白いですが、しかし非常に難しいです。

毎年6月に市の太極拳協会主催の大会がありま



す。今年も老若男女が日頃の練習の成果を披露しました。楊式、陳式、扇、剣、柔力球などです。私も、太極拳シューズを履き、表演服を着て40数人の仲間と共に楊式太極拳を(初心者には24式簡化を)4分に収めた套路で演じました。楽しくもあり、難しくもある、緊張の4分間でした。

いつも変わらないわが故郷

山邊 明美

赤ちゃんは生まれて「オギャー」と産声を上げた瞬間、肺呼吸のスイッチがオンになり、思いっきりその場の空気を吸い込み、その時の空気が肺の奥深くに残り、それが故郷の香りに成るのだと聞いたことがある。未だ真偽は不明であるが……。

私の故郷は一番知名度の低い茨城県で、関東平野の一角にあり、殆ど坂の無い町である。失礼、町と云うのは今の姿であり、幼少のころは全くの田園地帯であった。当時は信号機も無く、犯罪が起きたという話も聞いた事がない。人口の増減も無く、人は皆親戚のようなもので、誰が何処へ嫁いだとか、何処の家に子供が生まれたとか、皆自分の家の事の様に噂しているのである。今もずっと変わらず。

私がここを出たのは18歳の時であり、私の人生の中では1/3程度になってしまった。しかし故郷に帰る時は近づくにつれ故郷の匂いに触れ、「帰って来た」と感傷に包まれる。いつでも暖かく迎えてくれ、これからもずっと変わらないであろう町が私の宝物である。

知名度の低い茨城県と紹介しましたが、少し故郷自慢をします。

- ① 一番手は水戸黄門です。諸国漫遊はしておりませんが西山荘（私の故郷の近く）で大日本史の編纂にあたりました。
- ② 二番手は日本三名園の一つの偕楽園です。特に、梅の季節は観光客でにぎわいます。
- ③ 次は袋田の滝、特別大きな滝ではありませんが、4段に流れ落ちる姿は豪快です。
- ④ 次は霞ヶ浦です。琵琶湖の大きさにはありませんが、日本で2位の広さです。
- ⑤ 最後は東海村原子力発電所です。昨年の東日本大震災以降、エネルギーをどうするかが大問題となっています。東海村の原発は1965年に稼働した日本最初の商業用原子炉で、1998年にその任務を終え、今は原子炉解体プロジェクトがすすめられています。

子供の頃の箕面あれこれ

橋本 勉

5月の箕面公開観察会で案内をしているとき、聖天橋近くで小学校の級友に出会った。当時彼女の家は土産物屋をしていて、祖母がもみじの天ぷらを揚げていた。私達の小学校はドライブウェイを少し上った山麓にあり、箕面駅周辺一帯が学区だった。滝道沿いには、親が、土産物屋、旅館、酒屋、観光馬車業（滝道を馬車が走っていた）、町長、などをしている級友が住んでいた。

家はほぼそのまま残っているが、今もここに住んでいるのは一人だけである。当時遊びに行った町長の家は、転売されて某会社の保養所を経て、今は「音羽山荘」になっている。西江寺は「聖天さん」と言って親しまれ、待ち遠しい秋祭りの舞台だった。境内から参道一帯に露店が並び、僅かな小遣いを、煙硝のピストルなどのおもちゃとお菓子にどう配分するかが悩ましかった。

この祭りでは、天狗の面をかぶり、先を細かく割った竹の棒を持った“天狗”が、子供たちを追いかけて叩いて回るのだが、叩かれまいと逃げ惑うスリルがあって、最も面白いイベントであった。

夏には滝道で夕暮れから「納涼」があった。一の橋から瀧安寺まで、川を照らす照明が設置されて、夕涼みの人でにぎわっていた。夜の川沿いは涼しく、夏休みには家族でよく涼みに行った。

高学年になると冬にはマラソン大会があって、学校からドライブウェイで滝まで走り、さらにゴールの駅まで滝道を下りてくるのだが、今考えるとよく走れたものだと感心する。初夏には、学校の行き帰りに、小さな木造の箕面駅舎で、燕の巣作り・子育てが見られたが、今年も駅舎や滝道の商店軒先などに燕が巣を作っていた。ツバメの天敵は、カラス、ヘビ、ネコと聞いたが、軒先の高い建物の構造や人の往来が多い点で、駅の構内は最高の棲み家なのかもしれない。

あれから60年、ゴルフ場、スパーガーデン、箕面川ダムなどが出来て、自然と山の景観が損なわれたが、滝道は当時とほとんど変わっておらず、今後も良い環境が維持されることを願っている。

俳句・川柳サロン

《俳句》

山上恵子

甲虫 空を背負ひて 飛び来る
花野には ルーペカメラの 別世界
水遣りの 植木の虹の 小宇宙
樺(フナ)の味 つけて清水の 巡り来し
西向きに 苦瓜伸び来て 黄となりぬ

谷坂修二

スイス旅行

花園の 登山鉄道 氷河みせ
氷河染め 北壁の下 ビール飲む
峠雪 残れる道に クロッカス
高原を 花はな花と 歩きけり
岳映す さざ波軽く 湖を渡る

吉野久司

雨また雨 社会貢献 ままならず
睨むよに こちら見てをり アオバズク
真夏日に 古代人(いにしへびと)の 跡に立つ
夜中でも 鳴くセミありて 水を飲む
秋風の 音まだ聞かぬ 御苑かな

《川柳》

谷坂修二

登山

もうすぐだ 苦しい時の もう一歩
名峰も 登山電車で ひとまたぎ

日蔭のカズラ

ホト隠す 蔓が日なたに 伸びにけり
つるつると 早苗にのびる 夜這ひ草
雷の樹に恋をする激しさや

牧野能子

ピーピーと 吹いたつものの
レット、イット、ビー
絵手紙の 基本線と アイライン
シッカロール 重宝していた 今は昔
何事も ほどほどにして 悔しい老い

絵手紙/絵画/写真 コーナー

岩城正大さん 水彩画



星田京子さん 「松上げ」 2点



自然と文化だより
皆様のご協力により14号が発行出来ま
した。次号をお楽しみに！（広報）