

2012年12月21日

第15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
自然と文化科の明日
- P2 今号の TOPICS
冬支度
- P3 新任幹事のコーナー
小笠原ってどんなとこ
- P4 仲間たちの近況報告(1)
1班 ゴルフ雑感
- P5 仲間たちの近況報告(2)
2班 赤く輝くマンリョウ
3班 栃の実のこと
- P6 仲間たちの近況報告(3)
4班 「練習」
- P6 リレー随筆
私の心の保全
- P7 俳句・川柳サロン
絵手紙・絵画・写真コーナー

◇自然と文化だより

15号に投稿頂いた皆様のご協力に感謝いたします。

本格的な寒さがやって来ました。インフルエンザにノロウィルスと街中では感染症が我々を狙っています。頻繁に石鹸で手を洗うことと、うがいをする事が予防に効果的と言われます。何としてもこの寒さ、乗り切るように致しましょう。

野山の植物たちはこの寒さを乗り切る為に、様々な工夫をしているようです。今号の TOPICS ではその辺りにスポットを当てて奥秩父の山歩きの紀行文を寄せて頂きました。

N.Take

副代表挨拶 自然と文化科の明日

藤川 宗昭

今年度も早や3カ月を残すのみとなり自然と文化科としては来年度の活動計画、新役員体制の検討をしなければならない時期になりました。今年4月の総会で副代表に選出していただき、併せて昨年からの継続の調査委員会専任幹事をやらせていただいておりますが、今年の自然と文化科の活動を振り返ってみますと、観察、企画など各専門委員会、公開講演会プロジェクトの皆さんが企画運営していただいたそれぞれの活動日の内容は、総じて満足度の高い充実したものが多かったと思います。自然と文化科を始め、研究部の各科の運営は科員の全員の自主運営(活動予算の限度はある。)です。

10年前に10数人でスタートした自然と文化科ですが、諸先輩方の智恵と努力の結果、今日80名の科員を抱え組織体制も整い、活動内容も他科にそん色のない充実したものになっていると思います。

しかし、いくら立派な内容でも同じ内容の活動を毎年繰り返していると、マンネリに陥り組織は沈滞します。活性化のためには常に変化、進化し続けることが必要ではないかと思います。そのためには科員のだれもが新たなアイディア、企画を積極的に提案し、検討実施していくことが肝要です。特に加入年次の新しい人が新鮮な提案どんどん行ってください。そして委員会幹事・専任幹事、三役として組織運営にも積極的に参画して常に変化し、進化する自然と文化科の明日を拓いていってほしいものです。

私は自然と文化科で3年目、シニアに入ってから5年目になりますが、そろそろシニア通いの生活にもピリオドを打たなくてはと考えていた70歳もあと1カ月足らずになりました。今後も皆さんの叡智と創意で魅力いっぱい自然と文化科を築いていかれるものと信じて、もう少し自然と文化科に在籍していようかなとも考えている昨今です。



今号の TOPICS

冬支度

遊上 眞一

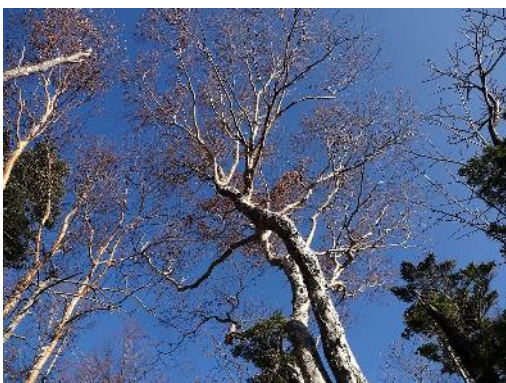
標高 2,000m を過ぎると、シラビソ・コメツガの

10月20日から4日間 山の会のメンバー15名と 奥秩父の山々を歩きました。標高 1,500m にある瑞牆山荘に到着すると、周りは カラマツが黄金色に、ミズナラが黄緑色に、コミネカエデが赤く色づき 晩秋の装いです。



仲間たちに 紅葉のメカニズムについて聞かれて、「秋になると葉が落葉する前に 大切な窒素を回収するため、葉緑素が分解されます。そして葉柄の付け根に離層ができ、根から水分が上がって来なくなる。葉で作った糖類はそこに留まった状態になり、新たにアントシアンという色素がつくられて、気温・湿度・紫外線などの作用が絡み合って 様々な色に紅葉するのです。」と解説をすると一同ホォ〜と頷きます。そして「アントシアンを作らない木は、葉緑素がなくなったため、従来から葉にあったカロチノイドという色素が目立って、黄葉するのです。」と話すと、尊敬のまなざしになってきました。ちょっとあぶないので、話を切り上げて 就寝。

翌日早朝出発し、山を登ってゆくとハリギリ・ダケカンバ・イタヤカエデの黄色、ナナカマドのオレンジ色、ヤマブドウ・ハウチワカエデの赤と色とりどりの紅葉が見事でした。



針葉樹の森となり、点在するダケカンバの巨木は、落葉しています。瑞牆山から金峰山へと行き、標高 2,380m の森林限界を超えると、高さ 20m を超えていたダケカンバが、1m の高さしかなく、枝先を真っ赤に染めています。これは日の当たる枝を赤くして、紫外線や乾燥に耐えるネジキと同じ状態でした。

そして甲武信ヶ岳へと歩くこのコースは、アズマ



シャクナゲの宝庫といわれています。樹林帯の中では艶やかな緑色の葉を広げています。しかし 常緑樹のシャクナゲが厳しい冬の山でどのようにして生きてゆく

のか？尾根を登ってゆくと、葉を裏側に丸めて だらんと垂れ下がっています。これは忍冬と同じ姿。気孔を閉じて蒸散を抑えて冬を過ごすのでしょうか。ヒノキ科で 一番標高の高いところまで生えているのは、ネズコ（クロベ）と言われています。ヒノキ



の気孔線はY字形、アスナロはWとか言いますが ネズコは目立ちません。これが森林限界を超えた所でも生育できる要素かどうか分かりませんが、葉をオレンジ色に染めて、冬支度を終えたようです。

今回、樹木の冬支度を観察しながら、奥秩父の日本百名山三座縦走を楽しんできました。

小笠原ってどんなとこ 3班 木邨 圭子

「小笠原ってどんなとこ？」そんな好奇心だけでシニアの仲間たちとこの春、世界遺産の島々を訪れた。6日に一便の定期船「おがさわら丸」に乗って



東京の竹芝桟橋を午前10時に出発し、父島の港に翌日の午前

11時30分に着いた。酔い止め薬を飲んだが、25.5時間の船旅は揺れがきつく船中は寝てばかりいた。父島の港は島民たちの出迎えて賑わっていた。あわただしく昼食を食べ、私たちは母島行きの船

「ははしま丸」に乗り込んだ。2時間10分後、東京を出発してからやっと小笠原諸島の母島に着いた。母島は小さな島で港付近にだけ人家があり、手付かずの自然が残った島だった。翌日の朝から活動が始まった。早朝から降りだした雨の中、ガイドの案内で小笠原諸島の中で一番高い乳房山

(462.6m) 登山に出発した。入り口のところに木の小箱が置いてあった。何の箱かなと思いながら開けるとタワシだった。くつ底の土に紛れこんでいるウズムシを侵入させないようにするためだそうだ。バケツの水をつけてゴシゴシと靴底をこすった。こういうことをすることで自然や島固有の生物を守っているんだなと思った。ガイドの説明で分かったことは、小笠原諸島は大陸と一度も陸続きにならなかったことがないため海を越えてたどり着いた生き物は、独自の進化を遂げた。その結果小笠原しかない固有の生き物の割合が高く、植物(維管束植物)で36%、昆虫類で28%、陸産貝類(カタツムリ)では94%にもなり、母島は多くの固有種が棲むという。説明を聞きながら山を登った。母島の植生の特徴は湿生高木林でムニンネズミモチ、タコズル、タコノキ、ノヤシ、シマホルトノキ、ムニンヒメツバキ、ムニンヤツデ等々観察しながら歩いた。印象に残ったのはワダンノキでキク科でありながら樹木という大変珍しい植物で、母島のみ生育するという。途中カタツムリだが殻がないカタツムリを見つけた。オガサワラオカモノアラガイ、殻が退化して半透明のナメクジのような姿だ。突然ガイドが鳥の声を聞き「あっ、メグロ」と言った。母島だけに

住む固有種の鳥メグロの飛び立つ姿を見たが、一瞬のことではっきりと姿を目にすることは出来なかった。翌日は小笠原で一番大きい島である父島に行った。母島と違い観光化されて賑わっている島だった。着いてからすぐに、父島で2番目に高い中央山(319m)の展望台に登った。展望台から景色を見ると背の低い林が広がっていた。

2日目、ガイドについて躑躅山(302m)に登った。父島の植生の特徴は乾性低木林で、父島の乾燥した気候に合わせて葉の形を変えるなどの進化をした、固有の植物たちが生育しているという。草が樹木へ変化したり、植物の雌雄が分かれるなど海洋島の特徴的な進化様式を見ることができる。ガイドの説明で、植物の観察をしながら山に登った。途中で第二次世界大戦の旧日本軍の戦跡を目にした。ガイドから、小笠原の生態系に悪影響を及ぼし、景観を損ねている帰化植物のモクマオウやアカギの木、動物では植生に打撃を与える野生のヤギや昆虫を食い荒らすグリーンアノールの話を聞いた。生態系を守っていくのは大変だなと思った。夜は唯一の哺乳類で、固有種のオガサワラオオコウモリの観察にでかけた。植食性で果実、花蜜、花粉、葉などを餌とする花粉媒介者として、大型種子を唯一分散させる散布者として、森林を維持する重要な役割を果たしているという。オオコウモリ類は洞窟などを使わず森林の樹木にぶらさがって休息するというので、樹木が生えているところに出発した。案内の人が懐中電灯を照らし声を潜めて「ここにいますよ。」と。オオコウモリを見ることができてみんなで喜び



合った。滞在中小船で行った南島の白砂の浜の美しさやホエールウォッチングをしたことなども忘れられない思い出になっている。

この旅で多くの自然に巡り合い味わうことができたが、また自然を維持していく大変さをも思った。

体調があまり良くありませんでした。リタイヤしたら、ゴルフ三昧でもしようと思っていました。緑の芝の上で汗をかき、陽の高い時間にのんびり湯船に浸かる最高に至福の一時です。他にスポーツクラブ、ハイク、旅行、スケッチとアウトドア中心の生活スタイルに心掛けました。おかげで、永年心の中にどんより押し掛かっていた重圧、靴に上敷を入れた〇脚症や慢性潰瘍性の胃弱生活から、3か月程で、回復の兆しがみえてきました。スポーツクラブで汗を流しての帰路に、昼飯に何を食べるか思い巡らすことが楽しみになりました。まずは万々歳です。しかし人間というものとは身勝手なものです、永くは続かずしばらくして、ゴルフも寒い・雨はイヤだ、酷暑もと言って至福の時とばかりは感じなくなりました。そんな時も流れて3年前「心の転機」だったのでしょうか、60歳代も後半に入りもう遅いかも知れないが「もう一度座学（勉強）をしてみよう」と「ふっと」そんな気になりました。思い起ったが吉日でしょうか。

以前、絵クラブの先輩から紹介・薦められていた「自然大学（星組）」と自ら選択した「高齢者大学・歴史中世科」を同時に受講しました。覚悟して選んだとは言え、不定期なライフワークも持ち合わせていて忙しい日々になりました。

当然のことながら生活リズムが大きく変わりました。そして何故か今も続いています。好きだった？ゴルフに関して省みるとメッキリ回数が減ってしまいました。練習場へもまったく行けません。

最近、年齢的か変調も見えてきました。もともと我流でクラブを振り回すだけのゴルフ、ところがボールは以前飛んでいた所よりだいぶ手前に落ちています。200ヤード先のボール、以前ほど良く見えなくなりました。距離的にパーオンできるのはショートホールだけになってきた感じがします。

かつて6～7年前には、今日はなぜか調子が良いぞ、ひょっとしたらハーフ 30 台のスコアがでるかも知れないとひそかに淡い期待をいただいたこともありましたが、それはいにしえの幻の思い出となりました。最近では100割れたら「今日も一日好日なり」とするか、です。スコアへの執着心も弱くなり、コンペで上位に入らなくても悔しさも起きなくなりました。その上、時折調子が更に悪くて、BBに入って叱咤激励賞を貰えば、無邪気に喜んでいる始末です。「今日はラッキー・・・」と。そういえばこんな事も増えてきました。ふっと思い立ってパソコン机と書棚の前まで来て「私はここに何の用件で階段を上がって来たのかな？」しばらく思い出せません。

5分程してから「あぁそうだった・・・」。また階段を上がり直します。

外出の機会がとて多くなりました。出かける前に点検したつもりでも地下鉄駅に着いた頃に、財布が入っていない、ハンケチ・ティッシュがない、帽子忘れた、メガネは遠近にすれば良かった、用意したお茶を机の上に置いたまま等々です。同期ゴルフ仲間を見ても同様です。今年同じ年が二人も救急車で運ばれました、脳梗塞で。幸いに手当が早く、後遺症もほとんどなく、コンペに復帰しています。会話に各自の持病・病院の話題が多くなりました。それでも「気持ちはいつまでも元気」、楽しそうです。

仲間での今のゴルフ場選択の主な関心事は、コースの良悪、食事そしてプレー費の格安さですが、自然学に入門して、今まで感じていなかった楽しみが一つ増えました。プレーしながら植栽を見ることです。コース設計に良悪あるように、ゴルフ場には植栽設計も重要な役割を担っていることが判断されるようになりました。造成以前の山林と人工的植栽の違いが分かります。あるゴルフ場では、京都御苑九条邸のようにテーマ植栽はサルスベリ。他では松、ヤマモモ、アラカシ、イロハモミジと。意識してみるとメタセ、ユーカリ、ポプラ等も。

しかし、松枯れは何処も同じです。EXPO70の万博を始め公園・街路樹植栽の歴史が、ゴルフ場開設植栽の歴史に連動しているように感じられます

私のゴルフ健康年齢があと何年あるのか分かりませんが、これからの70才路ゴルフには+α（植栽観察）への新しい発見や楽しみ方を探してみようかなと思っています。

良いこともあります。15年程になりますが、家内もゴルフを始めて、日常生活に共通の話題ができました。家内も他のご夫婦やご主人と一緒にプレーをして、我が夫婦の在り様も是と認めるようになったのではないかと思います。



赤く輝く マンリョウ

2班 中川 義昭

彩りの少ない冬景色の中で、マンリョウの赤色は濃くて明るいので人の目を引く。

センリョウよりも実の数が多く美しいのでマンリョウと名付けたと言われているが、なるほどと思わせる。今ではよく知られているマンリョウだが、名前が付いたのは近年である。

江戸中期、長く太平の世が続き、生活に余裕のできた人々の間に園芸種ブームが起きた。それまでセンリョウカ（千蓼花）と呼ばれていた木を、語呂合わせで縁起を担いで、センリョウ（千両）に改名した。また、中国に百両金と呼ばれる木があることからカラタチバナを百両とよび、これらとの釣り合いから、よく似た無名の木にマンリョウの名を付けた。

また、センリョウとマンリョウとアリドオシを寄せ植えして、「千両・万両有り通し」と呼び正月の縁起物として楽しんだ。さらにモッコクの木の前元にマンリョウとセンリョウを合わせて植栽して、「千両・万両持ち込む」と読ませて縁起を担いだりした。万葉集にも出てきて日本人に古くから知られているヤブコウジは、この時代十両と呼ばれて、目立たなくなった。

マンリョウの葉には波状の鋸歯があり、枝先に白い花を付ける。同族のヤブコウジとカラタチバナは葉腋に花を付けるので実が見えにくいから、マンリョウは枝先なので赤い実が目立つ。このことは同定にも役立つ。なお、マンリョウにはシロミノマンリョウとキミノマンリョウ、葉に斑の入ったものなどがある。



マンリョウの花と葉

栃の実のこと

3班 岡 俊子

公園の3本の栃の木が実を落とす時期になった。栃の実を拾っているとこんな会話が聞こえることがある。「これはなんの実ですか」、「この実を拾ってどうされますか。」、ちょっと年配の方が「この実は懐かしいですよ。私の島根の故郷で幼いころよく拾いました。食べはしなかったですがね。」

今年は9月末から10月の初めごろの1週間ほどに、栃の実が一斉に落ちた。毎日袋を用意して5、6日は午前中公園まで通った。拾っている最中でもポトッと音を立てて地面に落ちてくる。昨年は5キロほど拾ったが、今年は結局15キロほど拾ってしまった。皮をとると10キロほど、この実を2か月程乾燥させるともう少し軽くなるだろう。

昨年はあく抜きも皮むきも1人でやったので、大変だった。あく抜きの灰は菊炭の会の方からと高槻の竹和会の方から譲って頂いた。今年は茨木北辰窯炭焼俱樂部の方から、クヌギの灰を2キロ譲って頂き有難く思っている。昨年は“茨木バラとカシの会”と“この指たかれ”の人たちに試食していただいた。渋さが少し残っていておいしいと言われたりして、好評のうちに無くなった。1度に2キロぐらいしか作れなかったから、1人につき小さいお餅しか当たらないから、すぐ完売するのは当たり前だが・・・。

今年は“身近な薬草の会”の皆さんと栃餅をつくり、試食したいと思っている。もう1つ、今年自分に課している仕事は、苦手なカメラだが、栃の木の1年間の姿をカメラおさめることだ。それで、1ヶ月に1回以上は栃の木の姿をデジカメで撮っている。 2012.7.13 撮影



「練習」

4 班 久保 和恵

スタートラインの上に指を立て、前方を凝視している。足はスターティングブロックにかけ、「ヨーイ」の合図を持つ姿勢である。でもこの間、風の向き、スターティングブロックの調節、第一歩の蹴り出しのことなど、考えているものだ。「あれだけ一生懸命練習したのだから大丈夫」などと、安心して待っていた時など一度もなかった。大いに迷い、「不安」が心を占領していた。

また、緊張の高まりを覚えるのもこの間である。「ヨーイ」の声を聞いた途端すべてが消え、緊張感だけが私を支配している。この素晴らしい瞬間は、練習を積んできた者にしかわからない快感ともいえる。私は中学校、高校の陸上部で、これといった成績を残したわけではないが、陸上競技が好きで、特に 100m 競争は魅力があった。

1 日のスタートダッシュの練習は、何本を数えたのだろうか。最後はスタートダッシュどころではない。自分の足でないように神経に伝令が走らない。踏み出せても、カエルがひしゃげたような有り様で潰れた。足が萎えてしまって、一歩も踏み出せないほどだった。それでも次の日、また同じ練習を重ねる。少しでも速くなりたいという目標のために。そのためには、スタートダッシュの最初の一歩の蹴り出しが、すべてだと思っていたのである。

いま、70 歳に手が届きそうなところにきて、「ハーモニカ」のレッスンを始めた。野山を歩きながらの植物観察と同じように、思いを込めている。昔のひとこまを思い出しながら、頑張ってみよう。



私の心の保全

鶴 敏子

世間の人々は、私が勝手気ままに活動に没頭していると思っているだろう。

何度もの妊娠に失敗し、半ばあきらめていた自分に、神様から『もう今なら大丈夫だろう』とお許しが出たのが金沢の転勤先の事であった。第二の故郷と思えるほど地元の方の親切に助けられ、35歳で無事に男子を授かった。

子供が4カ月の時、今度は大阪に転勤が決まり、お世話になった大学病院や地元の方に感謝の気持ちで別れを告げた。それからは若いお母さんの中に交じりながら、半ば客観的に子育て出来たのは年のせいかもしれない。

その子が人並みに反抗期をクリアし、友達や大学の先輩に恵まれ、本当に人様に育てていただいたと言っても過言ではない程に、嬉しい状態で成長した。そこまでは順調な人生の過ごし方であったが、人は思いもかけない状況に陥るものである。自分の意志とはかけ離れて。

還暦を前にして、如何に残りの人生を過ごせるか単純な選択で有った私が、『人生を辞めますか』『続けますか』の2択に絞らなくてはならない程の闇の中に陥った。唯一心の支えは黙って聞いてくれる妹だけで、自分で抜け出すしかない事に気が付いた。

専業主婦で何も取り柄が無かった自分に出来ることは、次世代に何か残せる事に時間を費やしたいと思い、お金の掛らない地元吹田市のシニア環境大学で学ぶことから始めた。それからは、スキルアップのため、シニア自然大学校で学ぶ事になる。その体験で得た自信から、地元での環境保全活動に積極的に取り組む事が出来、学習支援や社会貢献と今では忙しく走りまわっている。リーダーを務めさせて頂いて3年経つが、あの8年前の心の闇から立ち直れたのは、自分で心の保全法を見つけ、実行していた事だと思っている。人は何も知らずに私を語ってくれるが、今はそれを笑って聞き流す事が出来るようになった。

《俳句》

山上 恵子

柊の花の円らに葉の尖る
 それぞれの時計の音の夜長かな
 我が影に怯えて冬の夜を走る
 更けてより隣の部屋に夫の咳
 知り合いにだんだん見えて来る案山子

吉野 久司

野外工作にて
 貝を貼る 指先白し 須磨の寺
 京都御苑観察会にて
 ゆく夏を 引き戻すよな 百日紅
 梨木神社の萩を見て
 万葉に この彩(いろ)ありや 萩の径(みち)

くつきの森にて
 絵具では 描ききれない 紅葉かな
 箕面観察会
 リュック背に 紅葉の谷を シニア行く

谷坂 修二

老木も 錦に勝る 柿紅葉
 野分け立ち 木守柿三つ 落ちにけり
 ペン立てに 貝張り付けて 海の声
 大原女が 時代祭に 花を添へ
 初雪を 舐めて悔しき 未踏峰
 木漏れ日が にはかに変はる 時雨かな

《川柳》

谷坂 修二

(宇治観察会にて)
 総角(あげまき)は 助六寿司に 為り替わり
 宇治の風 空蝉一つ 飛ばしかね
 宇治川の 蜻蛉(トンボ)しらべる 観察会
 宿木に 匂ひ薫りが まとひつき



岩城さん 水彩画

中川四郎さん 巨大キリギリス
(編集集中の私のパソコンに突如現る…)

自然と文化だより
 皆様のご協力により15号が発行出来ました。
 次号をお楽しみに！(広報)