



夏の森林散策会

初夏の森林を満喫！

7月2日（日）、津別町チミケップ湖西湖岸コースで会員、家族、一般、常呂川FC根津さんを含めて28名の参加により、夏の森林散策会を行いました。



エゾ梅雨のような連日の雨模様で実施が危ぶまれましたが、散策途中からは青空&数日ぶりの太陽も顔をだす絶好の散策会となりました。

低温続きの影響で（？）虫も少なく、数日前の下見の時には行く手を遮っていた倒木も取り除かれており、歩みも快適です。

ジンヨウイチヤクソウやウメガサソウの小さく可憐な花、足もとを埋め尽くすようなクリンソウの芽生え、太古の世界に迷い込んだかと思わせる大きなシダ植物（クサソテツ=コゴミ）、ひときわ目をひいたハクサンシャクナゲのピンクの花、森林の移り変わりを感じさせる倒木更新など、初夏の森林を満喫しました。



ジンヨウイチヤクソウ

およそ4kmの遊歩道、全員元気に完歩です。

参加者多数のため氏名省略します。
<近藤>

夏の森林散策会

巨大なコゴミに驚愕!

開会式後すぐに散策スタート、一番最初に迎えてくれたのは『タモキノコ』、その奥にはとても大きな木があり『ハルニレの木です。』と教わると班の一人がその木に抱きつき続いて他の人も抱きつき「4人だな。250年くらいかなあ。」その光景を見てドキドキと胸が高鳴りました。

また、映画『ジュラシックパーク』のシーンの様に葉っぱをかき分け歩き、その葉がコゴミと教わり、私の知っている『こごみ』は春に採って茹でてマヨネーズをつけて食べる物だったのでジャングルの様なコゴミには圧倒されました。

そのコゴミやササを鹿が食べた跡を見ることができ、自然との共存を感じ、その他、50種類の植物を教わり、有意義な時間を過ごすことができました。



今回参加させていただき貴重な体験ができた事、皆様の笑顔と優しさのおかげで楽しく過ごした事、本当にありがとうございました。

<松浦麗子（一般参加）>

非日常森林に魅了され

「参加」のメール後、日々ウォーキングを心がけ、初めての西湖畔コース散策の日を楽しみにしていました。

スクッと伸びた木々の間を、まずは背丈ほどもあるシダの群落を抜け、途中倒木更新の若木群やシャクナゲ群に力をもらい、丸い玉に種を育てつつあるクリンソウ群生地に目を見張り、たっぴりと非日常の時間を過ごしました。

定年退職してから森林の豊かさと厳しさに魅了され、80代半ばの現在も参加させていただいてますが、「若い頃から森林に親しみたかったなあ」といつも思ってます。

<杉山和子>

自然に学び隊

レア体験も・・・

6月19日（月）、7名（+FC1名）により、夏の森林散策会の下見を兼ねた自然に学び隊活動を行いました。



当日は、朝から小雨で肌寒い天候でしたが、散策中に徐々に回復、時折青空も顔をのぞかせてくれました。

西湖畔コースは、比較的長く（約4km）、遊歩道には昨年末の湿雪等によるものと想定される倒木も残されており少し足に堪えるコースでした。

クリンソウやエゾ（ノ）レイジンソウなどの花が目につきましたが、散策会には花は残ってないだろうなあ・・・などと話をしながら歩みを進めます。



散策会のコースには含まれていない鹿鳴の滝へも寄り道、ヤゴから羽化したばかりのオニヤンマ（たぶん）観察というレアな体験もしました。

所要時間、ガイドポイント（説明材料）、昼食場所などを確認、7月2日が天候に恵まれること&ところどころ咲きかけていたハクサンシャクナゲが満開になっていることを祈りながら帰路につきました。

<吉田>

なるほどクイズ

（答えは会報のどこかに…）



いくつ読めますか？

今回は野草に関する問題です。身近な（？）草花ばかりです。

読めなくてもクサらず、読めてもハナにかけず・・・

- ①蒲公英 ②土筆 ③砥草 ④夜衾草 ⑤穂咲下野 ⑥傍食 ⑦垣通
- ⑧反魂草 ⑨延齡草 ⑩雌待宵草

森林の魅(味)力を感じよう！

安定のウド オオイタドリが肉薄

5月28日(日)、森林の魅(味)力を感じよう！(主催：常呂川FC)が20名(含FC3名)の参加により行われました。



冒頭、FC所長より『この取り組みは「山の日」の主旨【森林とふれあい、森林の恵みを感じる】を受けて始められ、コロナや悪天候もあり、4年ぶり5回目の実施になります。森林を知り、森林と親しむきっかけにさせていただきたい。』とのあいさつがありました。

その後、近藤さん(非常勤職員だそうです)から「山菜のはなし」があり、森の家へ会場を移動しました。

採点結果

	酢みそ	ごまだれ	マヨネーズ	だし醤油	平均
オオイタドリ	4.00	4.88	4.16	3.00	4.01
フキ	2.81	3.63	3.25	3.72	3.35
ウド	4.56	4.26	3.66	4.06	4.14
ヨブスマソウ	3.93	3.81	3.40	3.86	3.75
ニリンソウ	3.93	3.58	3.33	3.53	3.59

森の家周辺を散策しながら、ヨモギ、ニリンソウとトリカブトの見分け方やよく似ているのでしっかり確認して採取することなどの現地講習があり、講習時に採取した山菜の試食(シャブシャブ、お

ひたし)を楽しみました。(採点結果は別表のとおり)



午後からは、オホーツクの森で山菜採取、吉田さん、植村さんからウドの差し入れもあり、皆さん袋いっぱい、バスに乗り込みました。

(参加者多数のため氏名省略)
<小島>

森林の魅力を感じよう！

生命の源は植物

バスに乗り込む前に、山菜についてのわかりやすく楽しい講習がありました。

その中では「すべての動物は植物が光合成で生成したものを食べて生きている」との話が印象に残りました。

その後、移動してバスから降りるとエゾハルゼミの圧倒的な大合唱に迎えられました。



さっそく、足もとの植物について近藤さんの説明があり、なんと！野生のゴボウ、ふだん食べている野菜も元は野草だったんですね。

楽しい試食会のあと、山菜採りに山奥へ、そこで見たワラビ野は圧巻でした。

そして、帰り道で見たミヤマハンショウヅルの群落、名前のおりツル植物ということがわかりました。

いろいろと楽しい一日、ありがとうございました。

<小林洋幸>

【なるほどクイズ】 答え

いくつ読めましたか？

漢字にすると、形や特徴がわかるものもありますね。



- ① 蒲公英（タンポポ）
- ② 土筆（ツクシ）
- ③ 砥草（トクサ）
- ④ 夜衾草（ヨブスマソウ）
- ⑤ 穂咲下野（ホザキシモツケ）
- ⑥ 傍食（カタバミ）
- ⑦ 垣通（カキドオシ）
- ⑧ 反魂草（ハンゴンソウ）
- ⑨ 延齡草（エンレイソウ）
- ⑩ 雌待宵草（メマツヨイグサ）

森林の魅力を感じよう！

森林の魅（味）カ フルコースで

バスに乗り込む前の講話やいただいたハンドブックは、安全のために大切なことだと思いました。

そして、森で感じる草木の香り、花々が自然に溶け込む姿は最高の魅力、クリンソウ、オドリコソウ、ミヤマハンショウヅルなど、久々の出会いにただただうれしくなりました。

森の「味」カでは、ニリンソウ、ヨブスマソウなどを色々なソースで次々といただき、まるで山菜のフルコースだと思いながら回りました。

好みがあるとは思いますが、今まで知らなかったヨブスマソウを酢味噌で食すのが清涼感があって好きでした。

昼食後に振る舞われた笹茶は、何とも美しい緑色で優しい味で、きっと試行錯誤の末に得た技に違いないと心に残りました。

お土産の山菜は、ウドの葉も教わったウド味噌にして味わい、帰宅後も森の恵みの時間を存分に楽しみました。

<尾村教子>

尾村さんには申し訳ありませんが、クマザサ茶は「適当な大きさにカット、適当にから煎り、適当に煮出し」したものです。（技術の結晶ではなく、適当に「作ってみた！」だけです）

もう少し煮出したほうが良かったようで、ヤカンに残ったもののほうがウマイ！との感想もありました。

材料は、簡単に手に入りますので、皆さんも作ってみて！

<近藤>

緑の募金 街頭活動

4月20日（木）、北見市花と緑の市民の会主催による「緑の募金街頭キャンペーン」が行われ、会から4名（小島、渋谷、近藤、小山）が参加しました。

例年のことながら人通りが少なく、（株）北都（みやげもの店）も閉店、中心商店街の活性化という課題を実感させられます。

<小山>

オホーツクの森林づくり

草&ササに
埋もれ・・・

苗木はどこ？

6月25日（日）、北見地区林業土木協会8名、常呂川FC3名を含めて20名の参加により「オホーツクの森林づくり」を行いました。（常呂川FCとの共催）



これは100年前の森林をめざし、「外国産樹種（ストロブマツ）の人工林から郷土樹種への樹種変換」として行



っているもので、カミネッコン植樹した苗木の下刈（刈り出し）作業、今後の保育作業を容易にするための標示作業を行いました。

生い茂る草とササで植栽木がどこにあるのかわからず、場所探しに一苦労、標示作業が急がれます。

午後からは、オホーツクの森の森林散策、近藤さんのガイドで展望台から十字園までゴゼンタチバナ、ジンヨウ

イチヤクソウ、フタリシズカの花やミヤマタタビの葉などを観察しました。



天候に恵まれすぎて、とっても暑い日でしたが、セリも少しゲット、とっても有意義な一日でした。

参加者は次のとおりです。
【吉田昭、小島、植村、小林、細坂、土門、佐々木、大戸、渋谷】

<渋谷>

コープさっぽろ植樹祭

万華鏡 作りました

6月24日（土）、コープさっぽろ北見地区の植樹祭が美幌町で行われ会から4名（小島、渋谷、小山、近藤）が参加しました。



これは、コープさっぽろの「レジ袋辞退=0.5円」の基金による「未来（あした）の森づくり」として行われたもので、約70名の参加者により500本の苗木を植えました。（植穴が事前に掘り起こしてあり作業は楽でした）

また、午後からは「緑のむら」に会場を移して、万華鏡づくりを行いました。



セットに入っているビーズなどは使わずに、押し花や木の実、葉っぱ等を材料にそれぞれが思い思いに仕上げました。

会の参加者は、渋谷さんをメイン講師に、他の3人でお手伝い、とっても暑い日で汗をふきふきでした。

<近藤>

会報60号でも報告していますが、2月に行われた「北海道の森づくり交流会&団体助成贈呈式」で、オホーツクの会の活動報告で意見交換しました。

特に、こども探検隊で作った万華鏡に興味津々で、「これまで竹とんぼ等を作ってきましたが、万華鏡作りに皆さんの協力お願いできますか？」というような経過で実現したものです。

比較的若い層が多く参加するコープさっぽろの活動、環境問題全般に関心も高く、いろいろな形で連携・協力する中で、今後の会の活動に活かされるものが多くあると思います。

森いくです。

色々やりました！

第1回

第1回森いく活動は、5月9日（火）に9名（+FC2名）の参加により行われ、森の家内外の清掃、平安遊歩道の倒木、落枝の片付けなどを行いました。

参加者は、次のとおりです。（なお、FCの非常勤職員（近藤、5月16日から10月末まで）の報告がありました。）

【吉田、小島、長谷川、植村、小山、小林、渋谷、小畑、近藤】

第2回

第2回森いく活動は、5月26日（金）に11名（+FC3名）の参加により行われました。

直後（28日）に控える「森林の魅（味）力を感じよう！」の予行練習を兼ねて行われ、最初に山菜採取を行い、採取した山菜をもとにシャブシャブの試食手順確認、備品の在庫確認など、準備を進めました。

参加者は次のとおりです。

【吉田、小島、植村、小山、小林、細坂、渋谷、小畑、佐々木、土門、杉山】

第3回

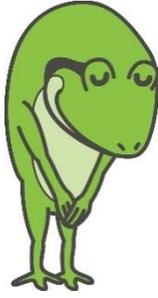
第3回森いく活動は、6月13日（火）に8名（+FC3名）の参加により行われました。

午前中は、古の森と展望台に分かれて、遊歩道整備（草刈&落枝除去）、午後からは、平安遊歩道の散策を兼ねて樹木勉強会を実施しました。

参加者は次のとおりです。

【吉田、小島、植村、小山、小林、長谷川、小原、渋谷】

（参加された皆さん、お疲れさまです。）



中止です

6月4日 森林づくり塾（第1回）
悪天候のため中止となりました。

お知らせ

新型コロナの発生状況等によっては、中止・内容変更になる場合があります。

申込みは、できるだけメール h_tokoro_f@maff.go.jp（常呂川 FC アドレス）でお願いします。

<イベント名、氏名（カナ）、住所、郵便番号、生年月日、連絡先>（様式は任意）



（アドレス表示）

○子ども探検隊

日時 2023年 7月29日（土） 9:00～

場所 森の家、平安遊歩道

内容 子どもたちと自然の中で楽しみましょう。

持ち物 森林散策できる服装、昼食、飲み物、マスク等

申込み 当日、お手伝いいただける方は7月18日（火）まで

★子どもたちの参加募集（先着20名）は別途行いますが、お心当たり
の子どもがいる場合はお声がけ願います。

○山の日記念藻琴山散策会（主催：常呂川 FC 他）

日時 2023年 8月26日（土）

北見駅南口プロムナードからバスが出ます

出発 8:30（受付8:00～）

到着 15:30（予定）

場所 藻琴山

東藻琴側登山口～頂上～ハイランド725

内容 藻琴山登山・散策を通して山の日趣旨「山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する」を感じる。

持ち物 登山できる服装・装備、昼食、飲み物、マスク等

参加費 200円（保険料等）

申込み 8月 9日（火）まで、

予定人員を上回った場合、抽選となります。

○森林のパネル展（共催：常呂川FC）

日時 2023年 8月 31日（木）～9月10日（日）
場所 緑のセンター
8月 31日（木） 13:30～ 展示作業
9月1～8日 パネル等展示
9～10日 クラフト作成 ミニ散策会
9日 10:00～15:30 両日とも1日2回
10日 10:00～15:00 10:30～ 13:30～
申込み 参加・協力できる方は8月28日（月）まで
★クラフト作成等は、コロナ対策等を考慮して行うこととします。

○第5回森いく活動

日時 2023年 9月12日（火） 9:30～
場所 森の家集合
内容 森の家周辺の環境整備、「ふれあいの森」活動他
持ち物 作業・森林散策できる服装、昼食、飲み物、マスク等
申込み 9月5日（火）まで

森いく活動は、5～10月の第2火曜日および必要に応じて実施します。

山歩き隊 からの お知らせ

とき 8月11日（金）「山の日」です
行き先 幌岩山（浪速登山口～頂上～道の駅）
日程 8:30 常呂川森林ふれあい推進センター集合
10:00 登山開始（含む昼食）
14:00 下山（道の駅サロマ湖出発）
15:00 北見着
参加費 1000円程度 参加者の車乗り合わせで対応しますので、参加者数（車台数）により変動します。なお、保険等の手続きは行いませんので自己責任での対応となります。
申込み 近藤まで(080-6090-1714、できるだけメールで)
(8月7日厳守)
★雨天の場合は中止とします。

木々に関するつづやき

【ギンリョウソウ】（銀竜草）

葉緑素を持たない植物であり、かつてはキノコの仲間と考えられていた。（別名：ユウレイタケ）

その後、腐生植物（落葉などを分解して栄養を得る）と思われてきたが、近年の研究で樹木と共生する何らかの菌から栄養を得ている（腐生植物ではない）ことがわかった。

少し湿った林地に生育、夏季の1～2カ月間だけ顔を出す。



会費納入のお願い

当会は皆様からの会費を基に活動を進めており、滞納者が増えると運営に支障を来すことが避けられません。

年会費を滞納し続けた場合は、継続の意思がなく退会と判断せざるを得ません。（退会される方は事務局へ一報願います）



— 納入方法 —

- ・ 会が主催・参加するイベント時に納入（会報等でご確認ください）
- ・ 常呂川森林ふれあい推進センター内の事務局に納入
- ・ 会の口座（ゆうちょ銀行）に振り込む（手数料がかかります）

ゆうちょ銀行（郵便局）から振り込む場合

【記号 19960 番号 08073231】

他の金融機関から振り込む場合

【店名 九九八 店番 998 普通預金 口座番号 0807323】

森林ボランティア「オホーツクの会」

お問い合わせ



北海道森林管理局
常呂川森林ふれあい推進センター内
森林ボランティア「オホーツクの会」事務局

〒090-8588 北海道北見市北斗町3丁目11-3
TEL 0157-23-2960 メール h_tokoro_f@maff.go.jp