

秋の森林散策会

1

白湯山登山

紅葉とマダラスズを楽しむ！

10月11日、天気にも恵まれほぼ快晴の中、数年ぶりに大勢（33名）の参加で、バスの中もびっしりと賑やかに出発しました。

最初に、散策する上で気をつける事としてダニ、ハチ、クマについて習性と注意のお話があり1人1人が再認識したと思います。

散策スタートは阿寒湖スキー場のゲレンデをひたすら登ります。あちこちの鹿のフンの多さに声を上げながらも、振り返ると雄阿寒岳と阿寒湖を真下に見下ろす絶景で、最初の難関を登る事ができました。



自然探勝路の森に入ると4班に分かれて太古からの自然が織りなす木々や大きな岩場を見ながら歩きました。ちょうど紅葉も見頃で、赤のハウチワカエデ、黄色のイタヤカエデ、深緑のトドマツとアカエゾマツの違いも教わりました。

温泉の流れる小川では、手を入れて何度だろう？と体験したり、地熱のある岩場からは、この地域に冬でも生息するマダラスズというスズムシの仲間の虫の声も聞く事ができました。

登る途中の所々には「ボッケ」（アイヌ語で「煮え立つ場所」）が見られ、地下から出る火山ガスが煙のように吹き出ている光景は、阿寒湖ならではのものです。

最後の急坂を登って白湯山展望台（標高815m）にようやく着きました。阿寒の山々を見渡し、雌阿寒岳の白い噴煙もくっきりと見れて雄大な景色を眺めながら昼食をとりました。

下りは一気に降りて無事一日を終える事ができました。白湯山はスキー場の真上の小さな山ですが、見処がたくさんあって皆さんも満喫していただけたのではないのでしょうか。

（参加者多数のため、氏名省略）

<大戸>

雄阿寒岳・阿寒湖展望！

熊鈴は各班 1 人程度、多くの者がつけると防護効果よりも熊の発する警戒音などに気づかない恐れがあり、又ガイドの説明や注意、鳥・虫の声などを聞き逃すことにつながる！成る程と自分の無知さを感じました。



白湯山はスキー場をスタート、ゲレンデを約 600m 上ると自然探勝路入口があり、そこから約 1300m で展望台です。

赤・紅・黄・橙…色とりどりの紅葉に見入りモミジ、カエデ等々、ガイドの解説を受けながら楽しみました。

あちこちに見える倒木や切り株から生える稚樹、倒木更新に目を奪われます。途中、泥火山のボッケも見られ、自然の凄さを感じながら展望台へ。

阿寒湖と雄阿寒岳の素晴らしさは言葉に言い表せないほど。昼食を取り帰路ではボッケの湯温当てクイズで盛り上り、素敵な 1 日を過ごす事ができました。

<若沢>



火山帯の自然を感じる

晴れ間もあり、気持ち良い気候でのスタートでしたが、雪のないゲレンデの初登り（避けきれない程の鹿の糞）、正直息切れをしましたが、やはり登頂から見る景色はとても綺麗でした。



白湯山展望台までは、いつもの登山とは違い硫黄臭の白濁し湯気が立ったお湯が流れている温泉にも触り火山帯の自然が身近に感じられました。

森林の間から、赤く染まった紅葉が太陽に照らされ、とても綺麗でした。その紅葉🍁の大きさや、形などの名前を教えてもらい、倒木更新の生命力や、バットの材料として使用される木（名前が出てこない💧）など、皆さんのお陰で道中飽きる事なく楽しめる事が出来ました。

展望台での阿寒湖と雄阿寒岳、阿寒を一望出来る大自然の雄大さを体感しながらのおにぎりや皆さんから暖かい差し入れで、お腹も心も満たされて最高の1日でした。

<菅原 幸江>

なるほどクイズ

（答えは会報のどこかに…）

網走市の「美岬のヤチダモ」は林野庁の「森の巨人たち100選」に選ばれた樹木で、幹回り460cm、高さ37m（調査：2000年）ですが、世界一高い木の高さは？



- ① 約75m ② 約95m ③ 約115m ④ 約135m

不思議な森 白湯山

秋の森林散策会

4

「白湯山自然探勝路」
は、東京育ちの私には初めての場所。

大量の鹿フンに驚きながら阿寒スキー場の斜面を登ってゆく。振り返ると阿寒湖と雄阿寒岳の絶景、「うわあ！」と思わず声が出る。



探勝路入口で4班に分かれ、森の中を進んでゆく。大きな岩を抱くような巨木、倒木から芽生える新たな生命、何種類もあるカエデとモミジの色の違い、班のリーダー小島さんの軽妙洒落な解説に心が躍る。

しばらく登ると「ボッケ」があちこちで湯気を上げて湧き出し、沢には白い湯が流れているよう、「これが白湯山の名前の由来か！」と納得。



自然の不思議あふれる森をじっくり観察しながら、童心に帰った一日でした。皆様ありがとうございました。

＜辻井 一郎＞（新規会員）

協力しました

10月26日（日）、常呂川FCの支援要請を受けて網走市主催の木育イベントに協力・参加しました。

美岬のヤチダモとその周辺の散策ガイドとして近藤会長が参加、森林の果たす役割や大切さを理解してもらう一役を担いました。



自然に学び隊

秋の森林散策路(白湯山下見)

素晴らしい秋晴れの清々しい天気の日、9名の参加で秋の森林散策会の下見を兼ねた「自然に学び隊」活動。

阿寒スキー場の緩斜面をジグザグに登り、一番後ろからやっとの思いでついて行くと白湯山自然探勝路の大きな案内板と展望台まで1320mの標識、ここからいきなり原生林の森の中へ、やっぱり森の中はいい。

森の木々が私に話しかけてくれる「この木何の木、わかるかなーと」、紅葉の始まりでしたが、ハリギリの黄色が青空に映え、ホオノキの実には鮮やかな赤紫色、ハウチワカエデは緑の葉の先だけが赤く染まりとても綺麗だった。



木々を観察しながら、ボツケや白いお湯(40度以上)の流れる川をみて地球内部の営みを肌で感じながらの散策、後半の展望台までの登りがきつく普段の運動不足を痛感。

出発からおおよそ
2時間で展望台到着、

結構キツイ大丈夫かな?

ここからは360度の大展望、雄阿寒岳の勇壮な姿が阿寒湖と共にすぐ目の前に、反対側には雌阿寒岳が現れ手前のエゾマツの原生林の森の木々が輝いて見えた。

冷たい北風の当たらない場所を探して昼食、体が冷えないうちに下山開始、散策路の落ち葉を見ながら下っていると、ダケカンバに混じってウダイカンバ(マカバ)の枯れ葉が多く見られた。

周りをみわたすとマカバの大木が目立つ、(仁頃山ではダケカンバより下層に見られる)これも地球内部の営みが影響しているのか。

道の駅あいおいのトイレタイムでは両足が攣りやっとの思いで車から外に、痛みを耐えながらトイレへ、車に戻る時には痛みは消えていたが…。 <植村>

参加者【近藤、小島、植村、渋谷、大戸、秋田、小林、倉本、藤原】

炭づくり&いろいろ食べ隊

10月25日、絶好の晴天に恵まれ「炭づくり隊&いろいろ食べ隊」が行われました。参加者20名（含むFC2名）は、炭焼き班、食事班、森の散策班に分かれ作業を開始。



私は久しぶりの参加だったので、森の散策班に加わりました。班長の近藤さんによる色々な植物の説明を聞きながら展望台まで散策。冬を迎える前から、毎年着実に命をつなぐため、来季の枝、新芽を伸ばす準備をしている植物の細かな仕組みに改めて感動。

晩秋を楽しむ

展望台で
山、網走

雪を抱いた知床連
湖、阿寒の山々の

絶景を見た後、もみじの絨毯を踏みしめ、紅葉のトンネルをくぐりながら、ゆっくり降りてきました。

「森の家」前に戻ると、炭づくり班の方の力作 なんぼん、平豆、ミニトマト、ミカン、かぼちゃ、松ぼっくり、ハス、クッキーなどが華麗な炭に変身。



その後お食事班の方々が作ってくださった温かい豚汁、かぼちゃ団子、焼き鳥屋さん顔負け丁寧に串刺しされた豚串、ネギ串、たまねぎ串。焼きサツマイモ、焼きカボチャなど。

本当に美味しいものをたくさんいただき、心もお腹も満たされた晩秋の一日でした。

この日のために事前から準備してくださった方々、たくさんの食材などを差し入れしていただいた方々どうもありがとうございました。＜松村＞

参加者【近藤、渋谷、小島、小林、植村、大戸、秋田、土門、若沢、小畑羽田、井家、藤原、松村、森田、佐々木い、齋藤ひ、小山】

森のパネル展

8月29日～9月7日、緑のセンターで「森へおいでよ！パネル展」を常呂川森林ふれあい推進センターとの共催で実施しました。

常呂川森林ふれあい推進センター、オホーツクの会の活動等を紹介するパネルと吉田顧問の自然素材を活用したチャーミングとリアルさを持ったクラフト、夏の散策会で歩いた野付牛公園の木の葉で紹介した散策マッ



プなど少し変化させた展示も出されました。

9月6・7日に実施されたマツボックリ工作、フロッターージュには親子の参加も多く楽しそうでした。

緑ヶ丘遊歩道での散策会は、蚊対策のためコースを変更して臨みましたが、一度の実施で終わりました。

今年は、緑のセンターの『ライトアップ夜のOPEN DAY』に参加、パネル展を初めて見るという方も多く来てくれました。

このような他の機関との連携した企画も良かったと思います。緑のセンター前のイスに座り観る夜景がきれいでした。この景色が続いて見られますように！！

なお、期間中の来場者は494名でした。

お手伝いいただいた会員の皆様ありがとうございました。

<小島>

マツボックリ創作 親子で楽しく



【なるほどクイズ】 答え

答えは ③約 115m

アメリカ カリフォルニア州にあるセコイア(針葉樹)で高さ 115.61m、直径 4.84mだそうです。(まだ成長中とのこと)



第 2 回森林づくり塾

森林散策を楽しむ

9月28日、7名の参加で行われました。午前中は「植樹した箇所の手入れ(補植、刈だし等)」と「現地調査」の予定でしたが、活動場所にスズメバチが活発に動いていることから、午後から予定の「森の家周辺(平安遊歩道)散策」が繰上げ実施されました。



いつも見慣れた平安遊歩道ですが、小川にはなんとサクラマスが遡上、力強い動きを見せてくれ、よくもここまで来たものかと感動を覚えるものがありました。

この山にも笹枯れが見られましたが、近藤会長ガイドの説明でなんと完全復活まで30年との話を聞けばビックリです。

時々のアカゲラ、鹿の鳴き声を聞きながら、トドマツとエゾマツの葉の違い(拡大鏡)にも納得です。

また、カツラの香り、コブシの枝の香りも気持ちを穏やかにさせてくれるものです。



この平安遊歩道に立てられた樹木名板だけでも30を数え、多種の樹木を見ることができるところです。

紅葉にはまだ早い散策でしたが秋の一日を満喫できました。

＜小山＞

参加者【近藤、渋谷、秋田、嘉野、小山、一般2名】

「コープさっぽろ 食べフェス」

食. くらし. 環境!

9月27日、北見サンドーム、サンライフ北見で行われた「食べる・たいせつ・フェスティバル」（食べフェス）に参加（出展）しました。

食べフェスは、コープさっぽろが2007年から毎年全道8会場で開催している、「食」「くらし」「環境」などの様々なテーマに基づいた参加型イベントです。



今回、100年先につなぐ森づくりをスローガンに2009年から全道の森で植樹などを行っている「あすもり」活動のつながりで初参加することになり、「マツボックリ工作」の体験コーナーを出展しました。



会からは10時から15時まで9人のお手伝いがフル回転、皆さんの豊かな創作作品が出来上がり、64人もの多くの参加で楽しんでもらえました。

このイベントの入場者数は約4000人とのことで、北見にもこんなに多くの子供たちがいるのかと嬉しくなりました。
＜渋谷＞

参加者【近藤、小島、渋谷、植村、大戸、秋田、土門、若沢、小山】

協力しました



常呂川FCの支援要請を受けて、相内・大正小学校の森林教室（クラフト作成）に協力・参加しました。

11月17日（月） 相内小学校 松ぼっくり木工、落葉のしおり

11月20日（木） 大正小学校 松ぼっくり木工、クリスマスツリー
（協力者 大戸、小山）

第4回森いく活動

9月16日（火）の森いく活動当日は朝からススキリの秋晴れ活動日和でした。

森の家清掃草刈りチームとオホーツクの森の草刈り枝払いチームに分かれ活動開始。9月も中旬となるのに作業を開始すると汗まみれになる程の気温、そんな気温と闘いながら（大袈裟ですね☹）オホーツクの森チームはクリンソウ群生地へと向かいました。



今は葉っぱしか残っていない群生地でしたが、お花の盛りは見事な景観ではと来春を期待しました。桃色小径と云う艶っぽい名の遊歩道がありましたがクリンソウが咲き誇ると桃色小径になるのでしょうか。素敵な命名に感心もしました。

昼食後再び全員で森の家周辺の草刈り作業で綺麗さっぱりの家周りとなりました。川では桜鱒の遡上も見れて、感激！自然一杯の1日でした。

＜羽田＞

参加者【羽田、近藤、植村、渋谷、藤原、大戸、小林、
渡部、桐山、若沢、秋田、小島、小山】

第5回森いく活動

第5回森いく活動は10月21日（火）
12名の参加で行いました。

午前中は、平安遊歩道に設置されている樹名板を撤去しながら枯れ枝や障害物を取り除き、草刈機3台で笹刈り整備を11時頃完了、森の家でストーブを囲んで早めの昼食。



午後からは、展望台の手前クリンソウへの道の分岐点で車を降り、展望台までは素晴らしい紅葉を腹一杯堪能しながら林道を近藤さんのガイドでゆっくり歩き、帰りは今が最盛期の黄葉の中の遊歩道を下りてきました。

＜植村＞

参加者

【羽田、佐藤（美）、秋田、渋谷、土門、大戸
桐山、井家、小林、小島、近藤、植村】



お知らせ



申込みは、できるだけメールでお願いします。

メール sinrinvo2025@gmail.com

<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）

○冬の森林散策会

実施日 2026年3月1日（日）：荒天時中止
常呂川森林ふれあい推進センターから貸切バスが出ます
出発 8：30（受付8：00～）
場 所 阿寒湖畔遊歩道（滝口線）他
内 容 スノーシューをはいての森林散策・自然観察他
持ち物 森林散策できる服装、昼食、飲み物等
（スノーシューは無料で借りることができますが、お持ちの方はご持参ください。）
参加費 1000円（一般：2000円）
申込み 2月17日（火）まで

会員の皆さんへは改めての「参加案内」はしませんのでご了承ください

申し込みフォーム



○2月16日（月）、散策会の下見を兼ねた「自然に学び隊」活動を行います。
参加希望者は2月9日（月）までに連絡願います。
（詳細は、参加希望者へ連絡します）



阿寒湖畔冬のボッケ

○第19回総会&研修会

月 日 2026年3月14日（土）10：30～
場 所 北網圏文化センター 講座室
研修会 10：30～12：00
テーマ「救急救命と応急手当」（仮）
講 師 北見地区消防組合

（研修会のみ、総会のみ参加も可能です。）

昼食休憩後、総会を開催します。



第18回オホーツクの会総会

木々に関するつぶやき

【イチイ】（一位・水松）

太さ 1m以上、高さ 15m程度になる雌雄異株の常緑針葉樹で北海道～九州に自生、公園樹・庭木として植えられている。



高位（正一位）の神官が持つ笏（シャク）の材料としたことから一位（イチイ）、北海道、東北地方の一部ではオンコとも呼ばれる。

成長が遅く、径 30 cm程になるのに 100 年以上要し、年輪幅が狭く木目が美しいことから工芸品等に利用される。

果肉は甘いがタネは有毒（果肉以外は有毒：葉・樹皮など）。

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）
- ・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



森林ボランティア「オホーツクの会」事務局

〒090-0804 北見市桜町2丁目76

小山穂積

TEL 080-5585-4371

メール mori20250405@outlook.jp