

森林ボランティア「オホーツクの会」だより

2026年4月

No.72

冬の森林散策会は、3月1日(日)に阿寒湖畔滝口自然探勝路で30名の参加により実施されました。



冬の自然観察会 ①

遅しく美しい！冬の森林

雄阿寒岳から吹き降ろす風は予報より強かったが天候に恵まれ快晴で森林散策日和。

例年より雪どけが進み、少しかための雪を感じながらスノーシューで一歩一歩進む。

凍った阿寒湖を走る鹿の群れ、鹿の進む先にある雄大な雄阿寒岳、樹齢200年以上のエゾマツ、クマゲラの形跡、エゾリスやモモンガの食事の形跡など沢山の事を感じ学べた森林散策になりました。

どれも遅しく、美しいと感じた森林散策になり最高の1日になりました。

皆さんありがとうございました。

<山本康彦>

冬の自然観察会 ②

自然とのふれあい！楽しい時間

昨年は津別ノンの森のスノーシュー森林散策会に初めて参加させていただき、今年は2度目の阿寒湖畔散策会に参加しました。

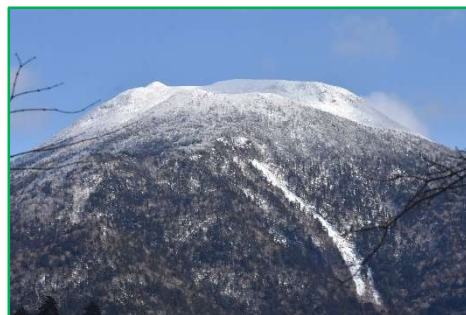
寒い冬の青空の下で、楽しく貴重な時間を過ごすことができました。

今年は積極的にオホーツクの会が主催するイベントに参加し、自然とふれあい楽しい時間を過ごしたいと思っておりますので、よろしくお願

いいたします。



また、4班ガイドの小島さん、女性ガイドの親切な指導と心遣いに感謝しています。
＜細田 優子＞



なるほどクイズ

(答えは会報のどこかに…)

湿地は水鳥の渡りの中継地として貴重な役割を果たしており、日本の湿地面積の80%が北海道にある。

湿地の保護に関する国際条約「ラムサール条約」に登録されているのは？

- ① 釧路湿原 ② とうふつ湖 ③ サロマ湖 ④ 阿寒湖



雪の上に背中ダイブ 体験

阿寒湖畔滝口探勝路の下見は2月16日（月）、15名の参加者で行われました。

予報では日中の気温プラスということだったんですが、冷たい風が終日吹いていて予想とは違いました。

散策開始地点では初めての人はスノーシュー装着に苦戦しましたが近くの人に手伝ってもらいました。



森の中のまっさらな雪面に乗り出すとスノーシューの醍醐味を思いのまま楽しみました。

空は抜けるように青く空気も澄んでいて雄阿寒岳はその威容をくっきりと見せていました。

真っ白な湖面では遠くにキツネが走っているのが見えました。

途中、ふかふかの雪の上に背中からのダイブを初体験しました。それは今まで感じたことのない爽快感でした。

アイスバブルは期待しましたが残念ながら見られなく、またのお楽しみとなりました。

反省点としては防寒対策は怠りなくです。

<小林洋幸>



研修会 & 第19回総会

3月14日（土）、北網圏北見文化センターで会員20名の参加により、研修会および第19回総会を行いました。

研修会

救急蘇生法について

令和7年の救急車出動は？

研修会は、講師として北見地区消防組合救急ワークステーションの藤原救急救命士から、救急蘇生法に関する心肺蘇生法の流れについてのお話がありました。

引き続き、出席者全員が心肺蘇生体験を行いました。

胸骨圧迫の体験では胸部が5CM沈むまでの強さが必要なことが実際に体験してみると大変なことがわかったと、参加者の感想でした。



AEDの取り扱いについての説明を受けましたが、使用方法では機器音声の指示が流れることでの安心感もありました。パッド装着時の注意点も含め、心肺蘇生法とAEDの繰り返しが必要との話しを受けました。



第19回総会

2025年度行事等無事に終了

第19回総会は、会員20名の出席のもと、近藤会長、来賓：常呂川FC菊池所長のあいさつを受けた後、議案提案、質疑が行われ、満場一致で承認されました。

主なポイントは次のとおりです。

●近年においては各地の山火事発生が多発していることから、オホーツクの会行事「炭づくり&いろいろ食べ隊」での火気の取り扱いについても検討をしていくことになりました。

●オホーツクの森活動拠点へのトイレの設置について、設置期間の縮小への話し合いがありました。



人事異動（常呂川森林ふれあい推進センター）



菊地センター所長

4月の異動で常呂川森林ふれあい推進センターに参りました菊地と申します。
今後ともどうぞよろしくお願い致します。

知床森林生態系保全センターに転勤されました新堀所長に置かれましては、常呂川森林ふれあい推進センターでは2年の間、大変お世話になりました。
これからも健康に留意され、ますますのご活躍をご祈念申し上げます。
ありがとうございました。



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)、郵便番号、住所、生年月日、
連絡先> (様式は任意)

○第1回森いく活動

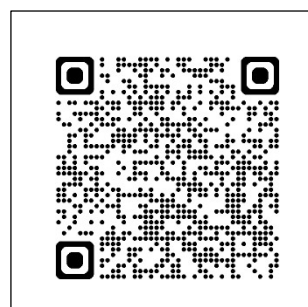
日時 2026年 5月26日(火) 9:30~12:00
場所 森の家集合
内容 森の家周辺の環境整備他
持ち物 作業・森林散策できる服装、飲み物等(昼食なし)
申込み 5月18日(月)まで

○第2回森いく活動

日時 2026年 6月9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、飲み物等
申込み 6月1日(月)まで

○夏の森林散策会

日時 2026年 6月13日(土)
集合場所 常呂川森林ふれあい推進センターからバスが出ます。
出発 8:00(受付 7:30~)
場所 弟子屈町川湯 つつじヶ原自然探勝路&アカエゾマツの森
内容 森林散策・自然観察を通じて、森林の果たす役割を学び、森林の
魅力を感じましょう。
持ち物 森林散策できる服装、昼食、飲み物等
参加費 1000円(保険料等)
一般参加者2000円
申込み 5月28日(木)まで
⇒右のQRコードで申し込みして下さい。
もしくは上記のメール先に願います。



○散策会の下見を兼ねた「自然に学び隊」活動を行います。

日時 6月1日(月) 7:45(雨天時は6月3日(水)に延期予定)
集合場所 常呂川森林ふれあい推進センター
参加費 1000円
申込み 5月25日(月)まで

○オホーツクの森林づくり（共催：常呂川FC）

日時 2026年 6月14日（日） 9：30～
常呂川森林ふれあい推進センターからバスが出る予定です。
出発 9：00（受付8：30～）

場所 オホーツクの森

内容 森林づくり（カミネッコン植樹箇所の保育活動）を通じて自然を感じる

持ち物 作業できる服装、昼食、飲み物、マスク等

参加費 200円（保険料等）

申込み 常呂川森林ふれあい推進センター
h_tokoro_f@maff.go.jp
受付開始5月18日（月）～5月28日（木）
定員（20名予定）を上回った場合は抽選

○山歩き隊活動

日時 2026年 7月4日（土）

場所 浮島湿原（上川町・滝上町）

集合 常呂川FC 7：00

持ち物 森林散策できる服装、昼食、飲み物等

参加費等 1,500円

申込み 6月24日（水）まで

○森林づくり塾（主催：常呂川FC）

日時 2026年7月12日（日）

受付 8：30～9：00

場所 常呂川森林ふれあい推進センター（バスがでます）

持ち物 作業・森林散策できる服装、昼食、飲み物等

参加費 200円

申込み 常呂川森林ふれあい推進センター
h_tokoro_f@maff.go.jp
受付開始6月15日（月）～6月25日（木）
定員（20名予定）を上回った場合は抽選

○第3回森いく活動

日時 2026年 7月21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 7月13日（月）まで

【なるほどクイズ】 答え

① ② ③



日本には54ヶ所の登録湿地があり、そのうち13ヶ所が北海道にある。釧路湿原・とうふつ湖は水鳥の渡りの中継地、タンチョウの生息地として、阿寒湖はマリモの生息地として貴重な動植物の保護の観点からラムサール条約に登録されている。

花々に関するつぶやき

【フッキソウ】（富貴草・吉祥荘）

茎は地際から斜上し高さ20~30cm程度になる常緑樹で日本全国のやや湿った林内に自生する。

花は5月に開花し、花軸の上部に雄花、下部に雌花がつく。

果実は10月頃に熟し真珠のような実をつけ、ほんのり甘いータネは有毒

常緑で繁殖力が旺盛なことから縁起が良いとされ富貴草・吉祥草などの名



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

メール mori20250405@outlook.jp