

NPO 法人 やまぼうし自然学校 ニュースレター

2013 年度 秋号

震災から二年半。被災地の一日も早い復興を祈りながら、
一緒に、これからの生き方、暮らし方を見つめていきましょう。



朝陽って、ほっかほかだね! (霞のキャンプ)

代表理事よりご挨拶**



加々美貴代 (がみちゃん)

「木の文化」を伝える行事、第 62 回式年遷宮が 10 月に執り行われる。森を楽しむ講座恒例の木曽赤沢自然休養林観察は平成 17 年の御杣始祭 (みそまはじめさい) 跡地を木曽森林管理署の職員と「三つ紐伐保存会」の方に説明をしていただきながら観察をした。過去 9 年毎年赤沢の森は観察してきたが、今回は「なっとく」の解説をたくさんしていただき、聴けば聴くほど、日本人と木のつながりの深さを感じた。三つ紐伐跡の根株の「形」の理由の説明を受けたときは、先人の知恵や未来への配慮に心を打たれた。雨の日の観察会だったからこそ見て納得の事実だった。これからも木とうまく付きあっていきたいと強く感じた。

発行：特定非営利活動法人 やまぼうし自然学校
住所：〒386-2204 長野県上田市菅平高原 1223-5751
TEL：0268-74-2735 FAX：0268-74-2795
Email：info@yamaboushi.org URL：http://yamaboushi.org

スタッフよりひとこと



瑞慶覧 明子 (すけちゃん)

人が変われば、見え方が変わる。人が成長すれば、深くまで見える。人が手をつなげば、見えるものが楽しくなる。そこにあるものは変わらないのに。そんなやまぼうしでの 10 年を糧に、限りある人生楽しまな一、そんな



保母 裕美 (ほぼちゃん)

松茸が市場に大量入荷! のニュース。台風でいつも以上の降水量が良かったとのこと。災害もあったのに、自然現象に悩まされたり楽しんだりしてるだけではまずいと思いました。産地上田の松林はマツクイムシでボロボロです...



吉岡 明美 (けみちゃん)

今私が立っている場所は、これまでここに関わった多くの方々が苦勞して築いた場所。『今が最善』という言葉に胸に、今いる人・今までにいた人・これから来るであろう人、全部の想いをのせて、前へ前へこれからも進んでいきたい。



長谷川 功 (はせじい)

四季のメリハリの強い菅平高原は、刺激が強く生きている証を求める地として最適と思う。しかし寄る年波には、もう少しゆるい地がいいかな...。冬支度に取りかかっています。乞う応援 (薪棚作り、薪割り運搬、雪囲い etc...)。



古川 誠 (じゃが)

夏シーズン、失敗もうまくいかないこともたくさんあったけれど、やりきった! それを糧に前を向き続けていきたい。色んな方に助けられながら、自分を成長させていきたい。チームやまぼうし、より一丸となっていきたい。



佐藤 美央 (みろりん)

オオカメの木の実を食べてみた。「ふつうは食べないよね」と聞いたので手を出さなかったけれど、色々な実がたわわな季節。試してもいいじゃないかと、口の中へ。なかなかのお味。先入観はよくないみたい。一見は一行に如かず!



後藤 かおり (ごっちゃん)

元気な子、おとなしい子、へりくつを言っている子... この夏菅平に来た子ども達は、素直に思ったことを口に、泣いて笑って、好奇心のままに遊んでいた。私もこうあり続けたいと思った。



石川 順子 (じゅんこさん)

各地の友人知人がつくる美味しい作物が続々と届く季節到来! この仕事に関わるようになって「栗の渋皮煮」なんぞも大鍋いっぱい。<つくる人>になった。<たべてくれる人>楽しみに待ってね。



仲川 好乃 (よっちゃん)

夏の原人キャンプ。帰りのバスの添乗しました。お迎えのお家の方の「おかえり」、そして「ただいま」と答える子ども達。たった四文字だけでそこに詰まった思いはそれぞれにいっぱい、素敵な場面に感動しました。

6・7・8月の実施事業

■事務局

上高地ガイド協議会（6月2日、10日）、林政審議会（7月19日）、CONE 指導者委員会（6月10日）、大阪シニア大学 20 周年記念イベント（6月30日）、学習旅行誘致推進協議会真田支部総会（7月10日）、NPO インターンシップ研修（8月8-20日）、長野県職員研修（8月27-29日）

■体験学習

大田区立志茂田小（6月2日）、我孫子市立我孫子中（6月3日、4日）、桐蔭学園中（6月4日、5日）、穎明館中（6月5日）、我孫子市立湖北中（6月5日）、伊奈町立小針中（6月5-6日）、深谷市立川本中（6月6-7日）、柏市立手賀中（6月7-9日）、品川区立品川学園（6月10-12日）、流山市立八木中（6月11-13日）、世田谷区立二子玉川小（6月11日）、流山市立常盤松中（6月12日、14日）、品川区立大崎中（6月13-14日）、品川区立浜川中（6月17日）、流山市立東部中（6月17日、19日）、品川区立日野学園（6月19日）、世田谷区立京西小（6月20日）、葛飾区立葛美中（6月20日）、大田区立矢口小（6月25日）、品川区立連合中（6月27日）、東京共育学園（6月27日）、久喜市立菫蒲南中（6月28-29日）、品川区立荏原第五中（7月1-2日）、鶴ヶ島市立西中（7月2日）、品川区立豊葉の杜学園（7月3日）国立音大附属小（7月3-4日）、清泉小（7月6-7日）、品川区立富士見台中（7月8-9日）、松本市立梓川中（7月10日）、葛飾区立高砂中（7月12日）、駒込中（7月15日、17日）、普連土学園高（7月16-17日）、桐光学園（7月16-18日）、所沢市立南小（7月18日）、学芸大附属世田谷中（7月18-19日）、所沢市立伸栄小（7月19日）、所沢市立美原小（7月19日）、所沢市立安松小（7月19日）、所沢市立荒幡小（7月21-22日）、所沢市立並木小（7月21-22日）、所沢市立若松小（7月21-22日）、ふじみ野市立駒西小（7月21日）、所沢市立若狭小（7月22日）、所沢市立北秋津小（7月22日）、創価高校（7月22-23日）、光塩女子学院（7月22日、24日、27日、31日、8月2日、5日）、所沢市立北中小（7月22日）、所沢市立若狭小（7月23日）、所沢市立上新井小（7月23日）、所沢市立西富小（7月23日）、所沢市立小手指小（7月23-24日）、所沢市立中富小（7月23日）、熊谷市立久下小（7月23日）、駿台学園高（7月25日、8月7日、10日）、羽生市立川俣小（7月25-26日）、所沢市立泉小（7月26日）、日本大学豊山女子中（7月27日）、早稲田大学（7月28日-8月2日）、城西川越中（7月29-30日）、所沢市立椿峰小（7月30日）、富山県立福岡高（7月31日、8月1日）、東京女子学園（8月2日）、日体荏原高（8月24日-27日）、本郷中（8月24日）

■森でモリモリ遊び隊／フォレストキッズ

1 泊キャンプ（6月22-23日、8月31日-9月1日 遊び隊）、夏の森遊び、川遊び（7月7日 遊び隊）、フォレストキッズ（6月15日、7月13日）

■イベント

チーム腹時計（6月10日、7月10日）、いつでもガイド（7月22日、8月3日、14

日、15日）、森あちよびクラブ（7月7日）、原人キャンプ（8月10-13日）

■講座

森を楽しむ講座・チャレンジコース（6月1-2日、7月6-7日、8月3-4日 東京）、森を楽しむ講座・森めぐりコース（6月20日、7月18日）、埼玉シニア自然大学（6月5日、12日、26日）、神奈川シニア自然大学（6月4日、13日、18日、27日 東京）、彩の国シニア自然大学（4月10日、24日、5月22日 東京）、インタープリター養成講座（6月30日、7月3日）

■委託

キッズフェスタ（6月1日）、シェアリングネイチャー協会（6月8日）、上田市教育委員会・地域青少年育成指導養成講座（6月1日、29日、7月28日）、カントリーフェスタ（6月2日）、黒川ネイチャーボランティア（6月2日、7月7日、8月4日）、菅平小5年生（6月4日）、菅平小6年生（6月28日）、菅平コスモス会（6月4日、7月18日）、望月少年自然の家ボランティア養成講座（6月8-9日）、上田市立丸子北中コスモス大学（6月13日、27日、7月11日、8月29日）、菅平トレイルラン・アウトドアフェスタ（6月16日）、長和町保健センター（6月21日）、安藤百福自然体験活動センター・キラキラハイキング（7月27-28日）、モンテッソーリオブトウキョウ（6月25-28日）、ひろでん中国新聞社（6月28-29日）、トラベルマスターズ（6月26日）、森フェス（6月29-30日）、信州アウトドアプロジェクト（7月5-7日）、菅平保育園（7月11日、8月27日）、長野県環境保全協会上小支部（7月12日）、パール幼稚園（7月19日）、小諸ミズオオハコ保全会議（7月20日、8月12日）、別所温泉上松屋クラフト体験（8月11-13日）、サマーキャンプ in 信州・菅平高原（7月26日～8月23日）、福島こども自然ふれあい広場 IN 長野（7月28-29日）、アクティブサッカースクール（7月29日）、女子学院生物部（7月30日）、東御市社会福祉協議会（7月31日）、長野県教育委員会・東信教育事務所（8月1日）、ボーイスカウト（8月4日）、上小林業振興会（8月5日）、菅平小 PTA 峰の原支部（8月7日）、長野県環境保全研究所（8月9日）、信州上田芸術祭実行委員会（8月10-11日）、日大経済学部（8月10日）、スクールツアーシップ・ライオンキャンプ（8月14-24日）、紅塾（8月18日）、やまなみ会（8月25日）

この夏、延べ 15,000 人の方たちに、菅平高原はじめ上田市内での自然体験プログラムをお楽しみいただきました。使用した薪は、延べ薪小屋 5 つ。すべての活動が、日本の森、そして薪作りにお力をいただいた方々の腕っぴしに支えられています。秋は、この先 2 年分の薪作りシーズン。ストレス解消、体力づくりにもってこいの薪割りに、ぜひ菅平高原を再訪ください！



（13 頁、イベント情報「チーム腹時計」参照！）
10月9日（水）は薪割り日和！

新たな人生スタート

楽しい 10 年だった。
泣いても、次の日には笑っていられるやまぼうしだった。

やまぼうしとの出会いは 11 年前。東京で OL をしていたときだ。「森林インストラクター養成講座」の記事を新聞で見つけ受講した。通ううち、スタッフがこれで“食べている”ことを知った。とにかく、スタッフが楽しかった。お酒飲みながら葉っぱの裏をまじまじ眺め、森の話に目を輝かせていた。新しい人種との出会いだった。

大リーガーのイチローが結婚記者会見で、「奥様の料理は美味しいですか？」と聞かれ、「美味しいかどうかはわからないが、僕の口に合っている。」というようなことを言っていた。やまぼうし自然学校は、噛めば噛むほど私の口に合っていた。

「釣りは心の遊びだから、沢に来るだけで目的の半分は達成してるんだ。」釣竿を握りながら満面の笑みの溪楽さんは、イワナと対話していた。「これ、食ってみたい。」ほっかほかのシカ生肉を差し出す木こりの暮らしと仕事は、土を介して直結していた。顔も着ているものも、ほんのり土色だ。こんな人たちが、当たり前のように集うやまぼうしでの仕事が急激に楽しくなったのは、6 年前、「事務局長」という肩書をいただいたときからだった。

その時から、人を探す時間が増えた。森が躍動して見える時、鳥のさえずりから季節の変化を感じるとき、いつもそばに人がいてくれた。一緒に感じ、感動し、その人を通して、私は森を見ていた。ひとりでは見えないものが見える楽しさが、圧倒的だった。それが分かってからは、人探しが楽しかった。その人の先にいるのは、たくさん子どもたちだ。やまぼうし自然学校の楽しさは、ここに尽きるといってもいい。人とつながればつながるほど、子ども達に伝えられる世界が広がっていく。

新潟で、何をしよう？

自然と寄り添う暮らしと仕事にはもう、ためらいがない。やりたいことを挙げれば挙げるほど、人と関わりたい！というひとつの思いに気づかされる。半径 15km の暮らしの圏を楽しいものにしたい。そのための人探し、わくわくする。森歩き、土いじり、わくわくする。元来のんびり屋でだらしない自分が、新たな人生わくわくしてスタートできるのは、他でもない、ここ長野で、自分の周りを楽しくしたいと動く人たちとのたくさんの出会いがあったから。

抱えきれない宝物と一緒に、新潟へ行きます。
私を育ててくれた長野での 10 年、生まれてからの 37 年に感謝して。

やまぼうし自然学校は、勤務時間の 7 割がおしゃべりの職場。できること、やるべきことがまだまだある証拠だ。「自然学校」とは、「ひとりひとりの生き方が共感となってつながる」、生き方実践の場だと考えるようになった。

人生末体験、主婦という生き方、まずは楽しみます。
そして、やまぼうし自然学校の新潟スタイルを模索します。
決して、引退するわけではありません。
今まで、ありがとうございました。
これからも、どうぞよろしくお願いいたします！



瑞慶覧 明子

日の出～星空キャンプ



今年で 11 回目の学習旅行誘致推進協議会「サマーキャンプ in 信州」。白馬、乗鞍、蓼科と共に企画しているこのキャンプで、菅平やまぼうしコースは数少ないテント泊付き。その特徴を生かして、今年のプランの名前を『日の出～星空！テントプラン』とした。

『テントは、布たった 1 枚で森と寄り添う小さな家。自分たちで家を作るワクワク感と、朝から晩まで森と共に過ごすドキドキ感。キラキラの日の出から満天の星空まで、思う存分楽しめるよ』というメッセージを込めて名付けたこのキャンプに、今年も多くの子ども達が参加してくれた。

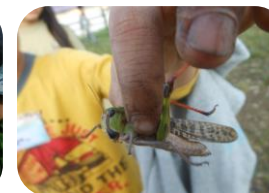
まだ朝の明けない 5 時から起き出し、ソロソロと並んでダボスの丘までハイキング。大人達が必死で眠くないフリをしているのに、子ども達は笑いながら急な坂道を駆け上がっていく。全 7 コース行ったキャンプの中で、快晴の日の出を見ることができたコースもあれば、どんよりと暑い雲に阻まれたコースもあった。それでも丘の上で見た、一面に広がる雲海や、雲の隙間からやっと見えた朝日を、みんなでじっとみつめた。

星空もまた同じように、見える時もあれば見えない時もあった。それでもいつまでもいつまでも空を見上げ、一瞬の流れ星を探す子ども達。

3 泊 4 日の中で、最初は緊張した面持ちだった子が、森の中で日ごとにキラキラとしてくる姿を見ていられることが幸せだった。森には、本来子ども達が持っている感性をより豊かに育む、たくさんの不思議が詰まっている。この 4 日間で見た朝陽を、星空を、そして仲間と共に過ごした時間を、忘れずにいてほしい。

文：吉岡 明美

7 月 26 日～8 月 22 日の 3 泊 4 日コース 7 コースに、およそ 200 人の子ども達が参加してくれました。来年も同時期に実施予定！そして、冬休み（12 月）＆春休み（3 月）には、菅平高原・冬のキャンプも実施します！



いろんなものが捕まえられた・

やまぼうしインプリ発信

～菅平、やまぼうしに魅せられて～

やまぼうし自然学校 インタープリター
石橋彰



◆菅平に観測所を◆

2006年の夏根子岳に登った。上田市内の知人宅から退職後の観測所の候補地として軽井沢、東御などを巡っていた頃である。子供のころからの夢だった空がきれい自然豊かな土地に観測所を持ちたいという想いは天文少年ならだれでも持つ夢である。はじめはハヶ岳周辺を重点的に探した。景色もいいし、天気もいい、自然豊かで友人たちの観測所もある。特に原村には随分通ったものである。でも？信越線沿線を探すきっかけは上田周辺の天候が観測にいいということを耳にしたことと長野オリンピックで新幹線が整備されたことで、アクセスが中央線沿線よりも圧倒的に良くなったことである。以前菅平は他のリゾートと異なり、田舎くさい野菜畑高原で洗練されていないという先入観がありまじめに考えなかった。学生時代に一度だけスキーに来たことがあるが猛烈に寒く天気が悪かったせいで2度と来るものかと思っていたこともある。

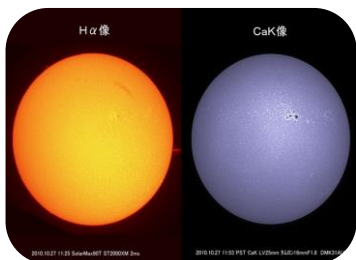
根子岳登山は、風は爽やか上天気！北アルプスを含む360度のパノラマと想像以上に楽しかった。たった一つ、あのおにぎりのような大松山スキー場の景色が気分を台無しにした。牧場登山口から降りていく道すがら“別荘地”の立て看板。う。。なんだこれは、別荘地？ただの手入れの悪い林じゃないか！でもふっとこの林の中から見上げる空は？標高1500m以上あるし。。。想像力は夢を呼ぶ。

でも、時折見せてくれる漆黒の空に金砂銀砂の星々、四季折々の素晴らしい景観の中に身を置くと、これでよかったのだと納得させられる。ここではドームも望遠鏡もない気がしてきた。肉眼で見る星空の美しさに時を忘れることがしばしば天にも昇る思いである。私の専門は星でも夜空に輝く星々ではなく、一般の人にはあまり興味がないうような星“太陽”である。2010年には太陽観測専用のドームと機械を設置した。



紆余曲折はあったもののここを借りることにした。広大な手入れ不要の北アルプスをバックにした芝生の借景も気に入った。2008年に小さな家とドームを作った。家もキット感覚で自分でも手に入れられるポスト&ビーム、外装や塗装は自分でやった。

ところがドームは作ったものの南側に高いカラマツの林、これが邪魔で太陽も惑星も南の星座も見えない。悪戦苦闘の結果100本以上を切り倒して今の環境が整ったのである。誰でもそうだろうが、手に入れるまで、完成するまでが楽しいのであって、出来てしまうとふーん。ある意味結婚と同じ？熱愛期間を経てゴールにたどり着き夢だったものが現実になると、こんなものかと感じることもあるのかな？



観測写真

太陽観測者のネットワークでは、リアルタイムでその瞬間瞬間の画像と情報をインターネットで送ってくる。東京では曇っていて観測ができなくとも菅平では見えているなど、異なる観測地の異なる天候状況のもと天候に左右されずに日本全国の連続観測が可能なのである。

多くの人（大人も子供も）に広範囲のことを易しく、壮大な時間空間と宇宙の歴史をギリシャ神話などの世界だけではないリアルで科学的な観点から知って欲しいと思っている。が“そうすると、話が難しくなりがちなんだよなー！

◆やまぼうしとの出会い◆

菅平と横浜を往復している頃、街はずれ？に“やまぼうし自然学校”と言う看板に気づいてからずっと気になっていた。いつか尋ねてみようと思いつつ、なかなか尋ねる機会がなかった。2010年に退職して菅平滞在が多くなった初夏の頃、やまぼうしが“天文の知識のある人に会いたい”ということで、近所の人とスタッフだという方が尋ねて来られた。その人が瑞慶覧さんであった。明るく快活な人で強く印象に残ったがその後しばらくは観察のお手伝いや講師としての依頼はなかった。私自身も日食観測の遠征や研究会などの仕事に加えて家の改修や周囲の手入れなどで、気にはなりつつ敷居をまたぐことはなかった。



やまぼうしの看板

昨年の初夏の頃ついにその機会はやってきた。星空観察の講師をお願いしたいとの依頼があったのだ。私には望むところであった、長い間教壇から離れクマや動物たち？の世界にどっぷり浸かっていると、なぜか捨てたはずの人間世界にも未練があったのだろう。結果二回は室内でお話を、一回は中止となってしまった。学校側のスケジュール担当者は天候や季節、月齢などは考慮しないものである。



小学生に星空の話

◆菅平の星空◆

美しく澄んだ空を持つ菅平の星空の楽しみ方を紹介しよう。

まずは自分の目を使い季節季節に見える星座をたどることである。星座というと、青い目の美女や女神、雄々しいゼウスを中心としたギリシャ神話の世界である。もちろんそこにロマンを求めるのもいいだろうしドップリと浸って欲しい。さらに双眼鏡があればそれを使い天の川を眺めてみることも素晴らしい体験をするだろう。名前など分からなくてもいいのだ。星座だって勝手に自分で作ったらい。



太陽観測所

そして自分の物語を作ってみてはどうだろう。きっと楽しく夢が大きく膨らむに違いない。



多くの人は望遠用を使えば素晴らしい星空が見られると、過大に想像しているが、望遠鏡を使って星（星団、星雲など）を見せてもがっかりされることが多い。

なぜか？

ハッブル衛星などが撮った写真やデジタルカメラで長時間露光した実際には裸眼で見ることができない技術で作られた作品をイメージしてくるからである。望遠鏡を使って楽しめる天体は、月と惑星、中でも木製の縞模様と土星の輪くらいである。それ以外は火星を含めて観察しにくいものである。正確に言えばこれらの天体は星ではない。では星

って何だろう？あなたはわかりますよね？スター（太陽=星）ですよ。

最近あるところの読み聞かせて宮沢賢治の“星巡りのうた”を聞き、日本にもこんな素敵な星空のたたえ方があるのだとハッとさせられた。

さっそくその歌を聴き、口ずさみながら解説の原稿を作ってみた。その効果を見る機会は意外に早く訪れたのである。7月末、最悪の月齢、晴れても星は見えない、案の定外は雨、屋内の話に切り替えて“星めぐりバージョン”を披露した。予想にたがわず好評であった。これで新しい雨天プログラムが出来上がり、私自身がいつも感じていた、解説書やプラネタリウムに多いギリシャ神話中心のものから脱却できたように思った。菅平を訪れる多くの人に美しい星空を眺めながら、賢治の“赤い目玉のさそり ひろげたわしの翼。。”と口ずさみながら賢治の美しい詩の世界の星座に菅平の星空の美しさと神秘を重ね合わせてロマンを感じて欲しいものである。

長い間理科教員として働いてきたことや、アウトドアフリークを自認していた私もここ菅平では赤子同然である。やまぼうしと菅平の自然からは、毎回毎日教えられることばかりで、足手まといにならようにすることで精一杯であるが、楽しい時間を過ごさせていただいている。“自然に親しむ”と考えると動植物、自然体験学習などのフィールドワークが中心と考えるのだろうが、視線を水平から頭上にあげてもっと広い意味での自然観察活動ができるようになれば、よりバランスのとれたものになると考えている。そんなプログラムが構成できるようお手伝いできたらとも、学校の規模やスタッフの問題もあるだろうが、それこそ有能な団塊世代の有志が協力できる体制をさらに整備し、より魅力あるやまぼうしに発展することを支援したいと思っている。



あなたも是非一度勇気を出し敷居を跨いでもらいたい。（ドアはいつでも開いている）チャリングなスタッフと暖かいコーヒーの歓待にきっと何かワクワクすることを感じ胸が高鳴ること請け合いです。私は菅平の自然とやまぼうしに魅せられている。ピバ菅平！ピバやまぼうし！

この夏、高校生に星の話をする石橋さんに同行させていただきました。美しい立ち姿と生徒への熱いまなざしに、宇宙への“愛”を感じました。屋内にも関わらず、頭上に星空が広がったのは、生徒の表情からも明らかでした。「星巡りのうた」、ぜひ聞いてみてください！（瑞慶覧 明子）

【埼玉校】フォレストキッズ



6月15日 午前中トトロの森に探検 午後はお天気が不安定だったのでクラフトづくり
素敵な木の葉のプレートができました。
7月13日 体感温度4℃度 あまりの暑さにプログラム変更、八国山をぬけて涼をもとめ
川に向い途中は発見の連続です。



このリアクション、何？



花は、どれ？



木の葉のプレートづくり



何がはじまるのかな？



今日の一番、これ、きのこ？



図鑑片手に何調べているのかしら？

【長野校】やまぼうしインタープリター養成講座



『全6回 おとなのための実践講座』の第2回「キャンプシーズン直前！
目指せキャンプの達人」を6月30日と7月30日に開催しました。
「野外料理」「テント張り」を行いました。どちらも「野菜を切る人」「火を熾す人」「テントを広げる人」「テントのポールを支える人」といったように役割を分担し、声をかけながら活動しました。実際に子供たちと行う時の注意点も学びました。「ロープワーク」も行いました。ロープワークはやっていないと忘れてしまうもの。皆さん、繰り返しロープを結び真剣に結び方を覚えていました。10月5日と6日は「森でもりもり遊び隊祭りに企画参加」します。ブースをひとつ作り、企画から運営までを行う予定です。11月13日又は17日は最終回で森林整備体験を通して、ノコギリやナタの取り扱い、間伐材を使ったクラフト制作を行う予定です。



【東京支部】 神奈川シニア自然大学校 ー自然派ビギナー講座「梅池講座」ー

本校は、平成 23 年 4 月に設立されたばかりの自然大学校ですが、これから自然や環境のことを楽しみながら学びたい方向けの「自然派ビギナー講座」を開講しています。植物、生き物、気象、農業、里山、海など自然の様々な分野でフィールド実習を豊富に取り入れて学ぶ機会を提供するとともに、自然体験活動の指導者を養成するための入門講座でもあります。



飯河 正 (いごう ただし)
やまぼうし自然学校 イン
タープリター (神奈川シニ
ア自然大学校 校長)

9月3日～4日講座カリキュラムの一環として信州・梅池での大自然を体感しての合宿を、毎年講座の講師としてお世話になっている「食農学習センター（農文協梅池センター）」（土屋支配人）で実施しました。今回の講座の特徴は、今年度開講した姉妹校の「彩の国（埼玉）シニア自然大学校」との合同講座であり、また、多くの講座修了生（OB）も参加し、総勢 36 名のいわば交流会でもありました。



★初日の主な活動

13 時過ぎ 神奈川組はチャーターしたバスで現地到着しましたが、先に到着の埼玉組が、今日の自然クッキングの食材を農園から収穫し、両手に抱えて、出迎えてくれました。その後のオリエンテーションからは、神奈川・埼玉両組混合のグループ編成を取り、一層の交流を図りました。



今回のメインともいえるグループ活動は、「自然食クッキング」でしたが、決められたレシピは無く、グループごとに食材をもとに献立を決め、其々、創意を凝らした 20 種類以上の料理が食卓に並びました。誰もが、クッキングに全力を出し切った満足感と、その出来栄への見事さに感動！自然の恵みに感謝し、「いただきます！」その後、短時間ではありましたが、農園の「藍」の生葉を使った草木染も体験しました。アフターファイブの交流会は、20 時 30 分からスタート、やっとやっと！ビールで乾杯となり、受講生の皆さんの顔にホッとしたものが見られました。

★二日目の主な活動

前日までは、荒天を覚悟していましたが、まさに奇跡的に好天に恵まれ、参加者一同、意気軒昂し、自然観察会のため標高 1900m の「梅池自然園」に向かいました。ゴンドラリフト、ロープウェイと乗り継ぎ、雲の切れ目からの白馬の山々の眺望も楽しむことが出来ました。

初秋の自然園は静寂さを取り戻し、草花では、ヤチトリカブト、イワショウブ、タテヤマアザミ、ヤマハハコなどまだまだ名残惜しげに咲き誇っていましたが、目を転じると、ナナカマドが真っ赤な実を付け、本格的な秋の到来を感じさせる風情でした。

今回実施した本講座唯一の合宿が、受講生間の絆を一層強くする

きっかけになればと心から願って梅池をあとにしました。



肝っ玉かあちゃんの研修記

初日、極度の人見知りの私は、指先が冷たくなるほど緊張して菅平高原へ向かいました。

しかし、そんな私の緊張を察知してか、最初の挨拶からグイッとやまぼうしに引き込んでくださったすけちゃんさん。へっぴり腰の薪割りにも「いいねえ～」と上手に乗せてくださる長谷川さん。クールにやさしく空気を包み込む加々美さんを始め、スタッフの皆さん全員のカラーが絶妙に溶け合っただのチームワークと包容力。いつの間にか自分もスタッフになったような錯覚さえ感じてのびのび過ごしていました。



前列向かって右から 2 番目！

また、何と言っても事務所を訪ねてくる方々がみんな笑顔だということの新鮮さ。原人キャンプに参加したお子さんのご家族やインブリさんがお友達を連れて気軽にとびきりの笑顔で訪れる。私のこれまでの経験上、「役所」には相談だったり苦情だったり様々な事情から、笑顔で訪れる県民の方は多くなかったの…

何よりこれがやまぼうしのスタッフ皆さんのお人柄故の求心力と感じた。たった三日でこんなに下界に戻りたくないと思わせてくださるやまぼうし自然学校。自然とつないでくれるだけでなく、人との関わりをもう一度頑張ってみようと思わせてくれる場所でした。

木ろうそくのような温もりをありがとうございました。

東信教育事務所 山口 ゆり



残り火も温かな 木ろうそく

「中学生の娘がいるんです！」なんていうから、その若々しさにびっくりのスタッフ一同。

研修は、自分たちの活動内容や、活動を支える“思い”を分かりやすく伝えられるかが試される場。スタッフにとっても有意義な 3 日間でした。

びっくりキャンプ飯のすごいところ

- A・・・全部乗せ！マーガリン、きゅうり、チーズ、トマト、ハム、ジャム、マヨネーズ
- B・・・プロ顔負けの揃いコロッケ 40 人分！「パン粉」の存在がメニューの決め手に。
- C・・・炭水化物祭り！でしょ？
- D・・・この後、大変身します。コーンフレークにマシュマロがほどよく絡み、さらにチョコソースをからめて出来上がり！

びっくりキャンプ飯！

用意された食材から、子どもたちが自分たちでメニューを考えて作るのがやまぼうし流キャンプ。この料理、すごいでしょ？さて、どこがすごい？



A



B



C



D

～・～・～・会員と読者の交流ステージ～・～・～・～・

信州上田、東信州の魅力満喫アウトドアイベント開催！

◆千曲川リバーツーリング&キャンプ

1回目・9月28日(土)29日(日)／2回目・10月12日(土)13日(日)
カヤックでの千曲川下り&リバーサイドでのキャンプ

田中 崇



◆真田の郷ラン&ウォーク 10月26日(土)

真田三代、ゆかりの寺社、史跡をめぐる。歴史考証家、山田順子先生の解説つき。リンゴ狩り、蕎麦打ちも体験します。マウンテンバイクミニレース&試乗会(ご家族、子供さんも大歓迎)ミニコースでマウンテンバイクを楽しめます。試乗用バイク(大人用、子供用)も用意します。(マウンテンバイクを楽しんだ後はBBQで盛り上がります！)詳しくは、0268-71-5392(うえだミックススポーツ)

◆トレイル湯ツーリング第3弾 11月30日(土)12月1日 1泊2日(霊泉寺温泉泊)

トレイルランニングツーリング。青木村、別所温泉、霊泉寺温泉周辺のトレイルを走破します。初めてトレランにチャレンジする方も大歓迎！インストラクター&ガイドは、日本屈指の山岳ランナー、富士登山競走優勝の松本大選手(上田市在住)。詳しくは、www.sports-fitness.co.jp 03-3465-2888(MTS デザイニング 田中) 090-8803-1259(田中)

◆信州上田アウトドアビジターセンター開設準備中！

上田、東信州のアウトドアフィールド、アウトドアスポーツ、アウトドアイベントの情報を発信する情報デスクを来年開設します。ご期待下さい。スカイランナー(山岳ランナー)松本大選手が中心となって JAPAN Skyrunning Team を組織します。そのチームデスクも併設します。来シーズンには信州上田から、Team Japan がスカイランニング世界大会(スイス、シャモニー)に参加する予定です。

本物の笑顔がある場所



今年の夏の『やまぼうし原人キャンプ』に、小学生の時からずっと参加してくれていた子が高校生となり、アシスタントとして来てくれた。他にも大学生や社会人のアシスタントがいる中で、誰よりも大きな声で「みんなー！集合！」と声を掛ける姿が、なんとも頼もしかった。

また『森でモリモリ遊び隊』では、1年生の時から毎年参加している子が最近になって、「将来は自然学校で働きたい！」と言ってくれた。別の遊び隊の子は、夏休みに上田の街からたった一人でテントと寝袋を背負い、菅平まで歩き通す、という大きな挑戦を自ら打ち立て、みごとに達成した。ゴールした時の疲れきった表情の中に、凜とした何かが宿っていた。「これ、やまぼうしみんなに。」と言って差し出し手に握りしめていたのは、草餅が入った袋。あの味は、きっとずっと忘れない。

このような出来事は全体のほんの一部ではあるが、それでもこれまでの活動が形になって子ども達の心に何かの変化をもたらしているという証拠なのだと思う。そしてきっと、形として現れずとも、これまで関わってきた子ども達の胸に何かを残せていると信じていたい。

ただ、私たちの活動の目標は、決して将来自然学校で働く人を育てることではなく、「森に学び、森とともに生きる人を育てる」ことである。自然の中で遊ぶことは、既成のおもちゃやゲームなどの用意されたもので遊ぶ楽しさとは違い、一人ではできないことや、自分から楽しもうとしなければ楽しくできないこと、また自分一人が楽しいだけではなく仲間も楽しくならなければ楽しくならない、ということに必ず直面する。自然の中で何もないところから小さな成功と失敗を繰り返すことが、いつの間にか大きな成長につながっていく。

人の成長を支える仕事にはいつも明確な答えがなく、あるとしても、それがわかるのはきっと何年も経ってからなのだろう。「社会のため」などというカッコイイことより、そこに子ども達のどろんこ真っ黒な本物の笑顔があるかぎり、私たちの活動はきっと意味のあるものであるに違いないと確信している。



“徒歩実験中”



背より高くても！



何人入ってる？

イベント情報（主催）

やまぼうし自然学校の会員の方は・・・

◆長野本校イベント 参加費 10%割引

◆首都圏イベント 参加費 10%割引！さらに、3回参加で次回50%割引

♪チーム腹時計♪（長野校）

力仕事したい！薪割りしたい！あるいは、
やまぼうし自然学校ってどんなことしてるの？という方向けの企画です。
やまぼうし自然学校には、年間いろいろな外仕事と手仕事があります。
地域の方々の力を借りて、パワー全開で作業するのが『チーム腹時計』。
合言葉は、『月一回、お腹がすくまで作業して、お腹がすいたら釜の飯』

毎回、昼食に薪で炊いた白飯をご用意します。汁物つきです。

日時 10月9日（水）9時～13時
場所 菅平高原 やまぼうし事務所周辺
対象 どなたでも！
内容 薪作り！薪割り！
参加費 無料！
申込締切 10月8日



♪蔓取り&かご編み♪（長野校）

アオツツラフジなど自然の蔓を使って、オリジナルのカゴを。
法則がわかれば、初めてでもすいすい手が動くのが魅力のカゴ編み。
野性味あふれる素材なので、ちょっと不格好でも素敵に仕上がります！

日時 10月12日（土）10:00-15:00
集合 上田市 塩田運動公園
対象 小学生～大人
参加費 おとな 2,000 円、小中学生 1000 円（昼食のお汁付！）
申込締切 10月10日（木）



♪きのこ狩り&きのこ料理三昧♪（長野校）

地元は真田の名人が、とっておきの森を案内してくれます。
きのこ探しに自分の五感が研ぎ澄まされる感覚は、なんともいえない贅沢感。
頭から足先まで、森の空気に包まれて、秋の料理も楽しもう

日時 10月13日（日）9時～15時
場所 上田市真田町「古城緑地広場」駐車場集合
対象 幼児～大人
内容 きのこ狩り、きのこ料理ランチ、きのこのお楽しみ会
参加費 おとな 3,000 円、小中学生 2,000 円、幼児無料
申込締切 10月10日（木）



♪秋のいつでもガイド♪（長野校）

木々が色づく 9月～冬の入口 12月、秋の森散策 or クラフトづくりいかがですか。
平日週末午前午後、ご都合よいときいつでもどうぞ。

日時 9月～12月のいつでも、9時半～11時半／13時～15時
集合 やまぼうし自然学校 事務所（菅平高原）
対象 幼児～大人
参加費 ひとり 2,000 円
要予約 2日前までにご予約ください
（当日飛び込みもOKかも！）



♪炭焼き&窯ピザづくり♪（長野校）

窯の温度は 1000 度以上！
真っ赤で美しい炭を掻き出した後は、チーズたっぷりの窯ピザづくり。
もちろん、アツアツをいただきます！

日時 11月2日（土） 10時～15時
集合 やまぼうし自然学校 事務所
対象 幼児～大人
内容 炭の掻き出し、窯ピザ&笹茶づくり、炭の
参加費 おとな 3,000 円、小中学生 2,000 円
申込締切 10月30日（水）



♪真鶴自然観察会♪（神奈川シニア大学・公開講座）

樹齢 300 年のマツをはじめ、クスノキ、スダジイなど、
巨木が林立する真鶴半島の魚つき林。鬱蒼とした木々をぬけたとたん広がる海原は
圧巻です。森林浴プラス秋の磯辺散策。森林インストラクターがゆったりご案内します。

日時 10月29日（火） 9時半～15時
集合 JR 真鶴駅改札
参加費 一般 3,000 円（バス代自己負担）
申込締切 10月25日（金）



♪黒目川上流・さいかち窪自然観察会♪（東京校）

<東久留米再発見>シリーズ。
黒目川源流といわれる痕跡を残す小平霊園内の「さいかち窪」や
黒目川上流の保存林、屋敷林を訪ねます。

日時 11月9日（土） 9時半～14時半
集合 西武新宿線/小平駅
対象 大人
参加費 未定
申込締切 11月2日（土）

