

NPO 法人 やまぼうし自然学校 ニュースレター

2016 年度 春号（4 月 19 日発行）

きのう、今日、あした。自然とともに生きる暮らし方を見つめていきます。



『青空と雨水』
1 月 31 日（長野校）

代表理事のひとりごと**



加々美貴代（がみちゃん）

映画「みんなの学校」を観ました。出張帰りのちょうど空いた時間に、タイミングよく上映会のイベントを知りました。

「みんながつくる、みんなの学校」子どもたちは校長先生の質問に躊躇なく答えます。「この学校は誰が作りますか？」「自分です」「自分とは、誰ですか？」「ここにいる、みんなです」今の世の中、学校だけでなく、地域

社会や会社、様々な場所で共通課題の「自主性」を考えさせられる内容でした。各セクターが担うべきことを責任を持って実行し、お互いの「分」をわきまえて、信用して任せる態度や気持ちが必要だと感じました。みんなが責任を持って、自分がすべきことを精いっぱいする。そんなシンプルなメッセージを受け取りました。みんな（子ども、おとな、先生、地域、お父さん、お母さん、おじいさん、おばさん etc）が輝けるといい

ーわたしたちは春夏秋冬、長野本校と埼玉校・東京校で活動していますー

スタッフよりひとこと



保母 裕美（ほぼちゃん）

長女彩葉が中学生になりました。長ぐつ探検隊に始まり遊び隊を足掛け 4 年、海キャンは皆勤、私の出勤同行は数知れず。12 年間の自然体験がどんな枝葉を伸ばすのか？スタートの春です。



古川 明美（けみちゃん）

母になって半年。ようやく暖かくなりはじめ、これから子どもの目線を通して、どんな自然の風景が見られるかがとても楽しみです。



古川 誠（じゃが）

「ゆっくりいそげ」スタッフ研修での課題図書。目的・目標にたどり着きたいのであればあえて丁寧に一つ一つ向き合うこと。「考えるのではなく、決めること」ラジオパーソナリティの言葉。自分はこうなりたいと考えているだけだと足りない。じぶんはこうなる！と決めてそれに向かって行動することが大事。2つの言葉に出会いました。自分と周りを信じ、自ら決めて進む。



佐藤 美央（みろりん）

「手前味噌DX-デラックス」、今年挑戦した新企画。峰の高原原での 1 泊 2 日の大豆や食と向き合うイベントは、「待つ」時間をいかに楽しく過ごすか考えさせられる 2 日間。やって良かった。多くの方に支えられ、次につながる新しい経験でした。



小菅 彩（こあちゃん）

今年 1 年のためにやまぼうしの倉庫をみんなで片づけました。もので溢れていた場所もすっきりし、作業しやすくなりました。風通しもよくなりいい運氣が流れてくれるといいです。このキレイな状態を保ちたい！



平林 丈嗣（だんしゃく）

3 月からやまぼうし自然学校のスタッフとして働かせて頂いております。平林丈嗣（ひらばやし たけし）です。通勤で出会うサルやキツネ、日々景色が変わる根子岳や四阿山の風景に驚き、感動しています。これから色々な経験をしながら明るく元気に頑張っていきたいと思いますので、よろしくお願いします!!



石川 順子（じゅんこさん）

花粉症が酷い。今年はもうハンノキ花粉が飛散しているのだろうか。いつもなら新緑の頃に発症なのに。（それはそれで辛いものがあるのだけど。）ついに世間並みにスギ花粉にも反応なのか？



仲川 好乃（よっちゃん）

3 月で 6 年間参加した子がフォレストキッズを卒業しました。兄弟での参加のためご両親は 9 年間、交代で送迎いただき感謝です。今年度 12 年目のフォレストキッズ、インプリ木下さんの若い感性をプラスし活動の幅を広げたいと思います。



太田 明子（すけちゃん）

図書館で、貸出禁止の日本の歴史書をノートに書き写した。手を動かすスピードと思考のペースがかみ合って、集中力アップ！日本人の祖先の心に触れる読書は、日本の豊かな自然を楽しむ心との深いつながりに気づかせてくれる、かけがえのないひとときに。

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

冬のキャンプレポート

【スノーキャンプ in 信州 2015年12月26日～29日】

暖冬で雪があるかどうか心配でしたが、直前にしっかり降り、思う存分雪遊び・スキーを楽しむことができました！



そり列車！



最高のスキー日和！

【ウィンターキャンプ 2016年3月27日～30日】

冬をしっかり遊びつくして春にむかおうという、ウィンターキャンプ。

参加してくれたみんなは最後の冬を満喫していききました。

保護者アンケートで「ただいまと言う前に夏のキャンプいくから！と言われ、よっぽど楽しかったんだろうなと思いました」との声をいただきました。



みんなでイグルーづくり！



大の字で休憩！

一度、来てくれたメンバーがまた来てくれるのも本当に嬉しいことです。
みんなとまた会えることを楽しみに、これからもキャンプを実施していきます！

文・古川 誠

新メンバー紹介！！

●平林 丈嗣（ひらばやし たけし 30歳 長野県出身）

はじめましての方もそうでない方もこんにちは！

3月からスタッフとして働き始めました、

平林丈嗣（ひらばやし たけし）です。

キャンプネームは顔が男爵イモに似ていることから

【だんしゃく】になりました。



長野市で生まれ、育ち、大学時代前半は神奈川県で生物学を勉強していました。

研究対象はカブトエビとホウネンエビ！（←たまに田んぼで見かける変な生き物です。）生物学をもっと勉強したいと思い、大学院後半は広島に移り住みました。広島時代はフィールドを田んぼから海に変えて航海しながらプランクトン採集、研究対象はケンミジンコ！（←たまに理科の教科書に載っているミジンコみたいな変な生き物です。）



大学院を出る時に一念発起、『多くの人に直接生き物や自然の楽しさ、面白さを伝えるお手伝いがしたい』と思い、去年は1シーズン尾瀬で働いていました。尾瀬の後は約10年ぶりに長野に戻り、御縁があってやまぼうし自然学校で働かせて頂けることになりました。

気が付いたら三十路を迎えていましたが、やまぼうしでは新人、社会人としても2年目、まだまだ、やりたい事、できない事、知りたい事、知らない事だらけの毎日です。日々精進あるのみです！色々な事を勉強、経験したいので皆さん、たくさんお話してください。よろしくお願いします！！

文・平林丈嗣

賛助会員レポート

やまぼうしには陰で支えてくださっている賛助会員さんがたくさんいます。
そんな賛助会員さんの近況や、やまぼうしへの思いをお聞きました。

「やまぼうし」から始まった新世界

NPO法人ハケ岳森林文化の会 矢崎恵子（2001年入会）

平成13年、やまぼうし自然学校「森林インストラクター」講座へ参加。
それは、森林・林業などにもあまりにも無知な私にとって正にコペルニクスの転回。
日本の森林・林業の置かれている現状や森に関わる沢山の楽しさ教えていただきました。

奇しくも同年「ハケ岳森林文化の会」立ち上げ準備会へ参画。



市民の森沢沿いの小径散策路づくり参加者

現在はゴルフ場が破綻し放置林となった里山の森林整備や動植物の観察を
続けています。
また、ハケ岳福祉農園の皆さんとの
散策路づくりや赤ちゃんからお年寄り
までの「のんびりもり歩き」などと、
日々森林とのつながりを謳歌しています。

私にとっての「やまぼうし自然学校」

高橋 克彦（2001年入会）

私がやまぼうし自然学校を知ったのは、かれこれ15年前の「森林インストラクター養成講座」に参加したのがきっかけでした。

あれからずいぶん月日は流れましたが、やまぼうし自然学校の活動は、新しいスタッフと、自然を愛する市民に支えられて、益々発展してきています。その活動ぶりを見ると、私たちと自然との関わりがより豊かで親密な未来が、子ども達やこれからの人々に約束されているように思えて、思わず笑みが浮かびました。

白髪増え、顔のしわが深くはなりましたが、
まだまだ現役、そしてなにより皆さんと共に、
自然学校の未来に今後も貢献したい気持ちは
いっぱいです。

やまぼうしの未来に幸アレ！

※仕事の関係で遠ざかっていたアウトドアも、
最近やっと復帰できつつあります・・・



本紹介



森の葉っぱの虫食いや
石の模様などを顔に
見立てたかわいい本です♪

藤原幸一
そうえん社

元スタッフ・現インタープリター会員の
じゅんじゅんからご
紹介してもらった本
です！！



山形大学のお二人の
教授が書かれた本です！！



小山浩正・平 智
山形大学出版会

やまぼうしの事務所にもあります。
ぜひ、読みに来てください！！



竹林整備はじめました！

ある家の近くの山の竹林整備の手伝いを行いました。整備を始める前は、竹がはびこり、その奥の景色は全く見え。そんな竹林の整備をしたら、その山にはクルミの木が生えていました。

「むかしは、よく拾って使ったんだよ。実ができればまた拾ってみようかな」と、手伝いをした甲斐があります！

そして、「昔は竹も程よく生えるよう、手入れをしていたから、よく切って色んなものを作っていたんだよ」と地主の方のお話。

「だれも切る人がいなくて困って・・・」
「切っても、置き場所がなく、燃やすのも大変で・・・」
最近そんな声をよく聞きます。

あっという間に山々に生えすぎてしまう竹。人の出入りができない位に伸び、うっそうとした竹藪は嫌われます。ですが、昔の人々はうまく竹とつきあっていて、有効利用されていました。



竹チップパーでどんどん竹を粉碎

「上手に竹と付き合うきっかけを作りたい！」
やまぼうし自然学校には竹を粉々に砕く竹チップパーがあります。竹チップパーがあれば、長い大きな竹も、粉状になります。あっという間に発酵するので、処理に困りません。ある農家さんは、除草マルチの代替えとして使用するとのことでした。

竹林にお困りの方がいましたら、ぜひ一度ご連絡を。
料金等ご相談ください。

文・古川 誠



生い茂っていた竹藪



すっきりと整備しました

これは何でしょう？？



A

カタツムリのような・・・



B

色とりどり♪



C

なんの芽？？



D

ふわふわ、甘い匂い



E

チューブをつけて・・・

教員の嫁・よそ者暮らし～村上編～

“転勤族”となり、この春一回目の引っ越しに。
2年半住んだ村上市から新潟市へ。ほんの60kmの移動でガラリと変わる環境に、不安よりも期待が膨らむ。自分でも驚く心境は、「住めば都」を教えてくれたたかさんの出会いのおかげだ。先日とある講演会で、「孝行」とは、たとえ見られていなくても、見られているつもりで恥じない生き方をすること、と聞き、その心構えに感動した。例えば「親孝行」とは、親の面倒を見ることではなく、親に見られているつもりで恥じない生き方をすること。子育ても仕事も、すべてに通じる、と。

ありがとう！！村上。

文・太田 明子



【長野校】森でもりもり遊び隊

2015年度の遊び隊、無事終わることができました。

1月22・23日 第8回冬の森遊び！



暖冬でも雪が
たくさん降った日！



自分が最初の
足跡つける！



雪遊び楽しい！

2月13・14日 第9回スノーシューで森探検



森でスノーシュー



でっかい雪玉



はらすべりー！

3月5・6日 遊び隊最終日 親子で雪遊び&思い出スライドショー



雪の家づくり



基地づくり！



スライドショーの発表

文・古川 誠

【埼玉校】フォレストキッズ

12月12日トトロの森探検&森のめぐみのお裾分け

どんぐりでストラップやネックレス作り



1月9日どんと焼き、お餅つき！
色々なものを焼きました



1月23日抱きしめていたひよこは
フクロウの餌になるとビックリ
命の循環、「いただきます」の意味を
講演スタッフのお話で納得！



2月20日菅平高原雪遊び
思いっきり雪を満喫



3月12日八国山に春探し
とても寒い日でしたが芽吹き準備OK！

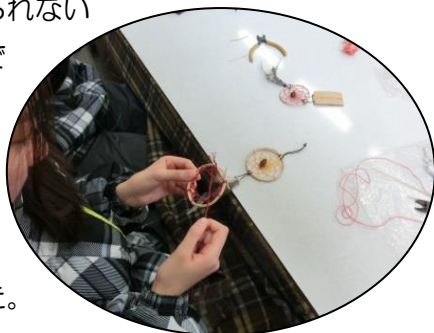


文・仲川 好乃

体験学習レポート

ノンスキー

※ノンスキーとは、学校のスキー林間で菅平高原を訪れたものの、怪我や体調不良でグレンデに出られない生徒に向け、少人数でも事務所でクラフト作り体験ができるアクティビティです。スキーはできなくとも、菅平の素敵な思い出作りにたくさんの生徒がきてくれました。



今年は雪不足でスキー林間自体が危ぶまれる中、それでも、2016年1～2月の間に、22校、約90名の生徒が事務所にやってきてくれました。



熊本、長崎、高知など、西日本の学校も多く、岡山出身の私としては、耳慣れた方言が心地よく響く楽しい時間。少人数での実施ということもあり、指導者と生徒の距離もグッと近く感じます。



文・佐藤 美央

首都圏活動レポート

2016年3月13日 自然体験フェスティバル
恒例のセンター主催事業「自然体験フェスティバル」が川崎市の黒川青少年自然体験活動センターで開催されました。
参加者428名、スタッフ138名(!)
計566名という盛況ぶり。
寒暖の差が激しかった3月ですが、午後からは薄日も差しほかほか陽気に恵まれました。



やまぼうし自然学校の担当は「木のスプーン&フォークづくり」。施設内の小枝を利用し、大人から子どもまで幅広い層に製作を楽しんでいただきました。



昨年、森林インストラクター試験に合格され2016年からインタープリター会員に登録くださった大橋泰雄さんが初出勤。神奈川シニア自然大学の修了生でもあるのですが、やまぼうしベスト、似合ってますね！

文・石川 順子

これは何でしょう?? 答え

A. スノーロール



雪の状態や風の強さ、
転がる斜面の角度など様々な
条件がそろってできる
貴重な現象!

B. 大豆



茶大豆・黒大豆・
赤大豆・普通の大豆・・・
色々な種類の大豆があります

C. ヤドリギ



成長するとモサモサに

D. 米麴



味噌作りで使う米麴を
手作りしました

E. ウリハダカエデの
樹液採集

メープルシロップ作り 2 年目。
今年はイベントも行いました。



主催イベント情報

週末♪里山のうぎょうクラブ

おいしいものを、自分の手で作ってみませんか?

日時 春編 4月29日(金・祝) 夏編 7月9日(土)
秋編 10月29日(土) 編 2月
対象 お一人様、親子
参加費 親子 1 組 ¥3,500/回、1 年一括 ¥13,000、家族 1 名追加 ¥1,000
お一人様 ¥2,500/回、1 年一括 ¥9,000
定員 10 組 20 名
会場 すくだせ農場 長野県上田市富士見山 3232



大人のGW 森林整備・窯料理・炭焼き

大人の「森の暮らし体験」ゆったり GW

森林整備・薪を使った料理・炭焼き体験

日時 5月6日(金) 窯料理 5月7日(土) 森林整備 5月8日(日) 炭焼き体験
※1 日だけの参加 OK! 全日参加の方など宿泊先をご紹介します
対象 ゆったりしたい大人
参加費 各日 ¥1,000
定員 各日 10 名
会場 長野県上田市菅平高原自然体験の森



伊豆が岳登山観察会

奥武蔵の伊豆が岳(標高 851m)で新緑と野鳥を楽しみましょう!
標高差 550m、行程 8km。中級程度の登山です。

日時 5月7日(土)
参加費 1 名 ¥3,500
定員 15 名程度
集合 正丸駅 9:00 解散 正丸駅 15:30

※お申し込みの方に持ち物、
装備等の詳細ご案内をお送りします。



森の春探しと山菜パーティー♪

春の日差しが戻り、やわらかな緑が少しずつ増してくる森へ
山菜採りに出かけませんか?

日時 5月14日(土)
対象 一般・親子
参加費 大人 ¥3,000、小中学生 ¥2,000、幼児 ¥1,000
定員 20 名
集合 長野県上田市真田 入軽井沢館



主催イベント情報

菅平親子キャンプ～父ちゃん子育てキャンプ～

父ちゃんの出番です！

キャンプ初心者でも安心、父ちゃんと子のお楽しみキャンプ

日時 5月28日(土)～29日(日) 1泊2日
対象 親子(子ども年中～小学3年生)
参加費 親子1組2名¥18,000
(1名追加ごとに¥3,000)
会場 長野県上田市菅平高原
定員 親子8組



高尾自然観察会

梅雨時季で比較的静かな高尾山をご案内します。

薬王院の精進料理を堪能し、高尾山の歴史や史跡にも触れてみましょう。

日時 7月8日(金) 10:00～14:30 ※雨天決行
集合 高尾山ケーブルカー露台駅改札前
コース 露台園地⇒神変山⇒仏舎利塔⇒杉並木⇒弁天堂⇒
薬王院大本坊(昼食)⇒薬王院境内
参加費 5,800円 ※薬王院精進料理代、資料代、ガイド料
定員 15名様限定(最少催行人数10名)



12・1・2・3月の実施事業

■体験学習

12月 青山ビューティー学院(12/15・16) 私学スキー研究会(12/28) 1月 桐光学園中学
1年女子(1/7) 桐光学園高校2年男子(1/7) 桐光学園高校2年女子(1/7) 桐光学園中学
1年男子(1/8) 桐蔭学園中学1年女子(1/11) 桐蔭学園中学1年男子(1/11) 久喜市立
菫蒲中(1/13) 和光市立大和中(1/13) 野田市立川間中(1/16) 清瀬市立清瀬第5中(1/17)
中国寧波モンテッソーリ幼稚園(1/23～25) 二松学舎高(1/28) 国立音楽大学付属小(2/4・
5) 野田市立木間ヶ瀬中(2/4) 桐光学園小5年(2/8) 桐光学園小6年(2/9) 淑徳小5年
(2/15) 淑徳小6年(2/16)

■スキーができない生徒向け少人数プログラム

宮城県立宮城商業高9名(12/9) 杉戸町立杉戸中2名(1/13) 法政大付属高7名(1/14)
久喜市立鷲宮東中1名(1/17) 鴻巣市立鴻巣中10名(1/18) 宮崎県立高城高5名(1/19)
高知県立春野校5名(1/19) 熊本県立天草工業高5名(1/19) 北本市立北本中4名(1/21)
国分寺市立第3中4名(1/25) 宮代町立須賀中3名(1/25) 野田市立南部中1名(1/25)
高知県立須崎工業高校3名(1/26) 4名(1/27) 京都府立洛西高2名(1/26) 桶川市立桶
川中4名(1/28) 野田市立第1中2名(2/1) 高知県立高知東高12名(2/3) 越谷市立光
陽中1名(2/3) 杉並区律高南中3名(2/6) 長崎県立波佐見高1名(2/10) 山梨県立甲府
工業高6名(2/10) 長崎県立長崎商業高6名(2/10) 加須市立大利根中2名(2/15)

■いつでもスノーシュー

1名(1/18) 2名1匹(1/27) 2名2匹(2/7) 2名2匹(2/9) 2名1匹(2/12) 4
名(2/13) 2名(2/19) 1名(3/5) 2名(3/7) 3名(3/19)

12・1・2・3月の実施事業

■講座

彩の国シニア自然大学校専科コース(東京12/2・12/9・2/3・2/4・2/10・2/17・2/24・
3/2) 神奈川シニア大学専門コース(東京12/3・12/10・1/14・1/21・2/25) 神奈川シニ
ア公開講座(東京12/4・3/23) 神奈川シニア大学入門コース(東京12/7・12/8・12/22・
1/19・2/2・2/16・3/8・3/9・3/15) 彩の国シニア自然大学校入門コース(東京12/16・
1/20・1/27) 森を楽しむ講座ステップアップコース(東京1/7・3/3) リスクマネジメント
講座(2/2・3/12) 上高地ネイチャーガイド養成講座(2/7・3/13) 2016年森を楽しむ講座
説明会(3/6) 彩の国シニア大学公開講座(東京3/23) 森林インストラクター養成講座(東京
3/26・3/27)

■遊び隊・フォレストキッズ・キャンプ

森でモリモリ遊び隊(12/12・13・1/23・24・2/13・14・3/5・3/6) スノーキャンプ in
信州(12/26～29) やまぼうしスキーキャンプ(1/4～6) フォレストキッズ(埼玉1/9・2/20)
森あちよび(1/23・2/13・3/5) やまぼうしウィンターキャンプ(3/27～3/30)

■イベント:菅平高原でトナカイを作ろう(12/5) 正月飾り作り(12/23) チーム腹時計(1/10・
2/5) 森を知り楽しむ講座(1/30・2/21・3/5・3/21) スキーピクニック(1/17・2/21)
千ヶ滝スノーシュー(1/17) 竹かんじき作り(1/30) スノーシューハイキング(2/7) お月見
スノーシュー(2/20・21) 戸隠スノーシュー(2/27) 根子岳スノーシュー(2/28) 手前味
噌作り(3/13) いのちをいただくジビエランチ(3/19) 味噌作りDX(3/26・27) サクラ観
察会(東京3/31)

■委託・講師:松代町育成会(12/5) 黒川ネイチャーボランティア(東京12/6・1/11・2/7・
3/6) 黒川もちつきとしめ縄飾り(東京12/13) 上高地ガイド協議会おひさまキャラバン
(12/7・12/9・12/12・12/13・12/15・12/17) 長野県森林審議会本会議(12/10)
信州上小森林組合森林祭(12/12・13) 西岡保育園(1/28) 中部森林管理局技術交流会(2/2・
3) 上田市教育委員会生涯学習課(2/13) 黒川自然体験フェスティバル(3/13) 講師養成会
(3/15・3/16) 出張味噌作り(3/21) TOKYO OUTSIDE FESTIVAL(3/26・27) 信州外
あそびネットワーク講座(3/27・3/28)

■森林・竹林整備:染屋の森竹林整備(12/1) グレースの森整備(12/1・12/12) 竹林整備
(2/25・3/9・3/10・3/16)

■事務局(会議・出店・協力・参加)

CONE 指導者委員会(12/1・12/8・1/29) 上田市教育委員会高山蝶・高山植物保護パトロー
ル反省会(12/3) 菅平スポーツセラピー会議(12/3) 上高地ネイチャーガイド協議会(12/4・
3/23) 信州型自然保育研修交流会(12/6) SBC ラジオ電話出演(12/8) 評価会(12/19)
理事会(12/20・2/11) こんにゃく作り(12/22) 首都圏評価会(12/23) 上田市真田丸元
旦イベント(1/1) 御代田自主保育(1/5) 表ダボスグレンデ旗門員(1/24) トレーナー更新
講習会・リスクマネージャー更新講習会(1/25) 上高地エコツアー検討会事務局会議(1/27) 浅
間山地域における二ホンジカ対策情報交換会(2/5) 早稲田大学イグルー作り(2/5) 時空の杜
(2/6) 外遊びネットワーク(2/8・2/16) 総会(2/11) 上小森林会議(3/8) 全国木育サミ
ット(3/11) 上高地エコツアーリズム宣言シンポジウム(3/11) 菅平雪合戦審判(3/13) 上高
地認定ガイド更新研修(3/17・3/20) 桜フェスタ実行委員会(3/18) グリーンワーカー打合
せ(3/29) スタッフ研修(3/31・4/1)

◆◆◆2015年ご入会いただいた皆さま!◆◆◆

赤松剛様、大島富美男様、小川育人様、上條八千子様、木下瑞実様、小坂章様
小島睦様、佐藤良孝様、高山明美様、滝沢恒明様、塚原宏城様、永田哲夫様
中原勝也様、暇智久様、暇智子様、西村敦様、野田裕治様、降旗真理子様、
前沢賢治様、松永幸江様、柳橋邦人様、山田圭子様、横塚雅信様