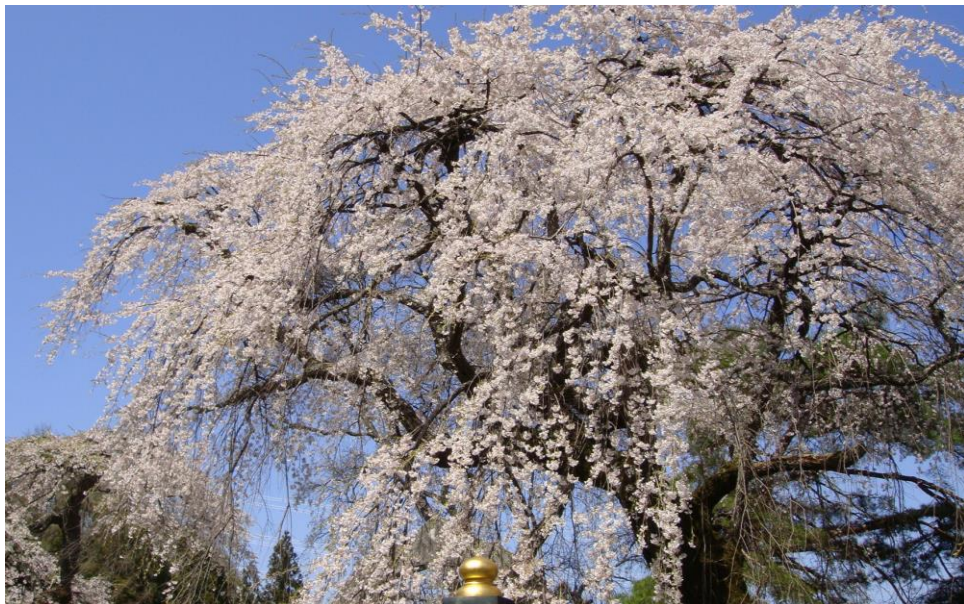


NPO 法人 やまぼうし自然学校 ニュースレター

2018年度 春号（5月17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。



桜花爛漫
4月19日（長野校）

代表理事のひとりごと**



加々美貴代（がみちゃん）

「シェントロシー」という学問をご存知でしょうか？通勤時のラジオで初めて耳にしました。日本語では「老年学」か「加齢学」と訳され、もう少し良い訳が欲しいところです。

ラジオでは年下上司がテーマで取り上げられていました。定年年齢が延長され、再雇用で働くスタイルや立場も変わる、そんな中で問題となっている事を研究する学問だそうです。例えば同じ音量でも、若い人は大きい音と感じ、老年者には少し小さい音を感じる。お互いの違いを理解し、適材適所が必要だと言っていました。その中で「結晶化能力」という言葉に興味を持ちました。様々な経験をもとに、総合的に判断し対処できる能力のことで老年者の方が優れていて、クレーム処理などに適しているそうです。「適材適所」若年、老年に関係なく、多様なひとが無理なくかわり合える社会がいいですね。

一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）

子どもの春休みに合わせて休暇をいただき、沖縄へ家族旅行。20年ぶりの沖縄はすっかり都市化して、コンクリートむき出しの壁にヤモリがはりつくような感じがなく、日本はどこも観光地化したなあという印象でした。首里城の石垣と夕日、デイゴの赤い花、心に染みました。



小菅 彩（こあちゃん）

1月に婚姻届けを出し、3月にハワイへ新婚旅行、4月に結婚式を挙げました。新しい生活が始まって約4か月。パタパタとあったイベントも終わり、通常の生活に。これからずっと続く日常も今は楽しい。



平林 丈嗣（ひらりん）

通勤路にウヰズザクラが咲いています。ふと気になって和名の由来を調べてみて驚きました。思っていたのと全く違ったからです。名前って面白い。



山田 梨加（なっしー）

今期初めての遊び隊。こぶしの木に木登りする子どもたち。木の上から「気持ちいい〜」との声。降りてくると、満面の笑みで「楽しかった〜」と。この経験、きっと子どもたちにとって、かけがえのないものになるんだろ〜な。



松尾 信子（まつっん）

早寝早起、晴耕雨読（気持ちは）、早朝苺採、野菜豊富、毎日温泉、月二映劇、休日山歩、友達来、No music, No life...ここ最近の自分を四文字熟語（?）にしてみるとこんな感じかな？間違いなく元気です。



田辺 秀（アロハ）

4月からやまぼうし自然学校で働き始めました。つい先月まで高知県におり、散りゆく桜に見送られたはずでしたが、長野県に来たら、満開の桜に出迎えられ、大変驚きました。これから、よろしくお願いします。



石川 順子（じゅんこさん）

面白さに3回目は付箋をつけながらページを繰った新書。「雑草の特性は人生観に通じる」。著者がみちくさをしながら雑草学に至ったあとがきにも感銘を受けた。庭先や道端や空き地の雑草に驚異を感じる！



仲川 好乃（よっちゃん）

今年もシジュウカラのさえずりが聞こえてきました。お気に入りの巣の場所は、地面から30cm程の割れたブロック塀の中人や猫の通り道なので雛がかえったら親鳥は警戒の鳴き声に変わり大騒ぎ、私はたまに猫を追い払いながら巣立ちを見まもります。



太田 明子（すけちゃん）

3歳までは親子濃密な時を...という理想は、「こどもに学ぶ」姿勢貫く仲間の姿に一変しました。「預ける」ではなく「ともに育ち合う」。斉藤公子の保育、よければ検索してみてください。

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

代表 Email：contact@yamaboushi.org

URL：http://yamaboushi.org

※Email アドレスが上記のように変更になりました!!※

新人さんいらっしゃ～い!!

今春から長野校のスタッフとして仲間に加わった田辺の自己紹介です。なんと新卒のフレッシュマンです!! 皆様の叱咤激励よろしくお願い致します。

4月からやまぼうし自然学校で働き始めました、田辺秀（たなべしゅう）です。

アロハシャツばかり着ていたことから、キャンプネームは【アロハ】と呼ばれています。昨年までは高知で大学生をしていました。海が好きで、特に太平洋の荒々しい海を求めて高知に行ったはずでしたが、いつのまにか山に魅せられて海なし県の長野に来ることになりました。南国土佐から本州一寒い菅平に来ることになり、寒暖差で体調を崩さないか心配ではありますが、その寒さも楽しんでいきたいと思っています。菅平の自然を自分もいっぱい楽しみながら、多くの方々に自然の楽しさ、魅力を伝えていけるように頑張っていきます。身体も心も引き締めていきますので、よろしくお願いいたします。

文・田辺 秀



これは何でしょう？



A
石ころでしょうか？それともジャガイモでしょうか？



B
粘土や化石を思い起こさせるような色や形ですね。



C
アワアワ、洗濯でもしているのでしょうか？

今号のこれはなんでしょう？には全問を通してのテーマがあります。テーマも一緒に考えてみて下さい。

スノーキャンプ in 信州 菅平高原

12月27～29日、1月5～7日にスノーキャンプ in 信州を実施しました。雪が少なく心配していましたが当日はたっぷりの雪で遊ぶことができました。



2日目・3日目は思いっきりスキー！

初めての子も2日目の午後になればスイスイ滑れるようになりました。

「リフト7回乗ったよ!」「転ばずに最後まで滑れた!」
元気な声がグレンデに響き来ました。



菅平の雪でたくさん遊んだ3日間。
帰りのバスが来る直前まで雪で遊んでいました。
来年もふわふわ雪の菅平に遊びに来てね。

文・小菅 彩

お寺で手前みそづくり

2018年3月3日実施

3月3日に「お寺で手前みそ作り」イベントを開催しました。今年の会場は、大河ドラマ「真田丸」で有名になった真田家の菩提寺「長谷寺（ちょうこくじ）」。

おみそを作りながら、写経・写仏も体験しました。

やまぼうしのおみそは、美味しいと評判です。なんといっても原料にも作り方にもこだわっています。

糀は地元上田のものを。大豆はスタッフが収穫した無農薬の松本産のものを使用。大豆を大釜で煮るところからじっくりゆったりみそ作りをします。



大豆を煮ている間に、写経・写仏に挑戦。写経・写仏はみなさん初めてのこと。お昼ごはんは、地元の方が作ってくれたお弁当をいただきました。とっても美味しいお弁当でした。



午後からは、煮た大豆をミンサーにかけ、塩と糀とまぜました。子どもも大人もみんな一緒に。笑い声が絶えずとても楽しくて、穏やかな時間が流れていました。半年後にどんなおみそになるか楽しみです。

文・山田 梨加

ワイルドジビエ料理体験

2018年3月17日実施

今年もやまぼうしのワイルドジビエイベントを開催しました！

講師はいつもお世話になっている、猟師兼料理人の茂木（ムーミン）さんです。

午前中はジビエの料理体験で、鍋や焼肉の作り方を体験し、ジビエの利用方法について学んで頂きました。

午後は茂木さんの講話です。ジビエに興味を持ち始めたお客様、シカの研究をされている大学生、イベントを企画している方など皆さんの目的や経緯が多岐にわたっており、

『菅平にシカはいるの？』『シカは狩猟するのにクマはなんで捕獲して山の奥へ帰すのですか？』等、沢山の質問が飛び交いました。

昨今、よく耳にするジビエですが、やまぼうしはジビエがメジャーになる前から、イベントを開催しています。

変化する時代の流れに合わせながら、毎年少しずつ形を変えて開催しているジビエ体験ですが、今年は積極的な参加者の方々により、いつもより狩猟鳥獣についての知識や認識を深める会になった気がしました。



文・平林 丈嗣

菅平のブナを見に行こう

2018年2月25日実施

“菅平にブナの森“ 知っている人はあまり多くないかもしれませんが。私も最初「何処にあるのだろう?」と思いました。下見に連れて行ってもらい納得。普段、中々いかないような場所、行くのが困難な場所にありました“ブナの森”!!。場所は秘密です。来年の同イベントに皆で行きましょう!! 菅平の新たな一面がきっと見えてくると思います。

文・平林 丈嗣



これは何でしょう? 解答編



A
こんにゃく芋。手作りこんにゃくを作りました。



B
味噌を何十年も置いておいた、固形化したもの。少量でかなりの塩味と独特の香り。



C
味噌作りの大豆を煮たら、こんにゃくに泡が。生クリームみたい。

今回のテーマは…

昔ながらの手作り食品 でした!!

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。

1997年7月に東京から信州へJターンして19年余り。思い起こせば菅平で遊ばせてもらってきた。最初は東京での上司が大学ラグビー部のコーチであったことから、練習試合の応援にスイカの差し入れを持って通った。

2002年には第1回ダボスの丘でのクロスカントリーで5km走り、サニアパークでも練習した。今ではスカイランニングにランクアップして、小学生にはとてもムリで参加はしていない。

2010年頃には筑波大学菅平実験センター(現筑波大学山岳科学センター)内での生物多様性の公開勉強会でワラビ採りをし、翌年には大明神の滝まで散策を楽しんだ。もちろん、その間にもやまぼうしの「チーム腹時計」で薪割り、竹かんじき準備、竹林整備、冬季の積雪対策、手前みそ作り等々、みなさんと楽しんでおります。昨年、5月20日には3度目となる「別所線を歩こう、走ろう」でやまぼうしのビブスを着用し、元気をもらって18kmを完走。

これからも自分の守備範囲で、菅平で、やまぼうしで、よろしくお願いします。

文・土井 修一



2008年に入会頂きました。チーム腹時計の参加は会員の中で一番多いかもしれませんが。毎月10日前後に実施していますが、近くなるとお電話で「腹時計はある?」と確認下さいます。大変ありがたく、助かっています。

文・加々美 貴代

2018年3月 手前みそ作り

【長野校】森でモリモリ遊び隊

1月 冬の森遊び



雪のトンネルから
こんにちは



気持ちいい！



雪の上でゴロヘン

2月 2017年度最終回 思い出会&親子雪遊び



雪でケーキ作り



親子でそり滑り



スライドショーで
1年を振り返り

4月 2018年度スタート 初めましてパーティー



火おこしに挑戦



パンケーキを焼いて
食べたよ



1年間使うバッチ作り

2018年度から3コースに増設し活動をスタートしました。
今年もたくさん子どもたちと活動していきます。

文・小菅 彩

【埼玉校】フォレストキッズ

1月13日 どんと焼き



どんと焼きの準備も楽しいね



炎に圧倒、釘づけ



残り火でお餅を焼いて
無病息災を願います

2月17日 菅平高原雪遊び



自分の世界に没頭中



スリル満点！！



雪を満喫

3月3日 最終回 まとめ



動物とのふれあいは時間を
忘れます



怪我で車椅子で参加
森の中は移動が大変



自分で考えたキャラクター
と記念撮影

文・仲川 好乃

首都圏レポート

森を楽しむ講座 2018

リクエストにより定例の木曜クラスに、火曜クラスを増設した森めぐりコースと街の樹めぐりコース。受け入れ定員が100名となり、より多くの皆さまに受講いただけるようになりました。



皮切りはく森めぐりコース>目黒の附属自然教育園。リピーター受講生と新規受講生の親睦を図るべく、アイスブレイクを取り入れて和気あいあいのスタートです。



例年よりかなり早い草木の芽吹きとなり、下見のあともグングン気温が上昇。植物の様相も刻々と変化し、対応するINPの皆さんの腕の見せどころです。

秋までの6回、都心を中心にグリーンスポットを巡り身近な自然を見つめなおします。東京人にはなじみの深い場所ばかりですが、四季折々の移ろいの中でいままで見えていなかったもの、見落としていたものに気づくことができる講座です。

文・石川順子 撮影・野本

教員の嫁・よそ者暮らし～新潟編～

自然対話というものを始めました。自然対話は、私がつけた名前。中身は「哲学対話」。よければ、検索してみてくださいね。

一回目の場、失敗でした。失敗とは？どんな風に？

自然対話とは、「問い、聞き合い、考え、語り合う」こと。問うから考えるのであり、問いを考えることは、対話における一番重要なことであると同時に、一番難しいとも言われています。なぜなら私たちは、学校や家庭やその他の場で「問う」という経験をほとんどしてこなかったから。

その「問いを考える」ことを私はおろそかにしてしまったのです。結果まったく、対話になりませんでした。

「失敗とはなにか？」と、これまた私の「問い」に。

経験やそこからの学びを何でもオープンに語り合う中で、人は人との結びつきを強く感じられる生き物のようです。

“共に生きる”社会に向けて。「自然対話」続けていきます。見守っててくださいね！

文・太田 明子



法人会員紹介

法人会員第2号 株式会社ブラセス

安心、安全な農作物の生産を目指している会社。
お米、大豆、小麦、蕎麦などを主に栽培しています。
やまぼうしのお米や、味噌用の大豆もこちらのものです



上高地開山祭～上高地白樺自然学校～

2018年4月27日

やまぼうし自然学校は上高地ホテル白樺荘の委託により、上高地白樺自然学校としてネイチャーガイドをさせて頂いています。
今年も、無事シーズンを過ごせますように、毎年4月27日に行われる上高地開山祭におじゃましました。



白樺荘は穂高連峰が見えるベストスポットにテラスをリニューアルオープン！ニリンソウはいつもより開花が早め、開山祭の時には何輪か開花していました。皆様も上高地におこしの際は是非、白樺自然学校をご利用下さい。

文・平林 文嗣

長野校イベント情報

♪森の時間♪まじょ森♪

森好き女子限定、おとなの探検隊「まじょ森」森が内包する魅力にフォーカスし、森の時間を生活に取り入れ豊に過ごす工夫を見つけよう

- ・日付：5/19（土）、9/16（日）、2019/3/3（日）
- ・対象：森好き女子（老若問わず）
- ・定員：10名
- ・料金：4,000円※お茶とおやつ付き
（3回セット 10,000円）
- ・会場：菅平高原



週末里山のうぎょうクラブ

おいしい野菜はどうやってできるの？週末には畑の作業、土いじり、野外料理をしてたのしみましょう！

- ・日付：7/7（土）、10/20（土）
- ・対象：親子、食に興味のある方、移住を考えている方
- ・定員：10組20名
- ・料金：1名2,500円/1回、親子ペア4,000円/1回、
家族追加1,000円/1名
- ・会場：上田市 ずくだせ農場



だれでもデイキャンプ

だれでも、のんびり、森で過ごしませんか？原っぱで寝転んだり、鳥の声に耳を傾けたり。自然を使ったゲームや工作をして楽しめます。

- ・日付：9/8（土）
- ・対象：だれでも参加OK！成長がゆっくりなお子様
- ・定員：15組30名
- ・料金：1組4,000円
- ・会場：やまぼうし自然学校（予定）



秋の森でキノコ狩り&キノコ料理

秋への移ろいを感じながら森へキノコ狩り。

昼食は秋の恵みを満喫♪

- ・日付：9/15（土）、9/29（土）
- ・対象：一般・親子
- ・定員：30名
- ・料金：一般2,500円、小学生1,000円、幼児500円
- ・会場：上田市内（キノコの様子を見て決定）



首都圏 イベント情報

多摩丘陵自然観察会 vol 3

シリーズ3回目は新緑の小山田緑地。多摩丘陵西部に位置し、細長い谷戸の小山田の谷、中世の牧場の遺構と言われる小山田の牧がある変化に富んだ散策路です。

日 時：5月25日（金）少雨決行 9:30 小田急多摩線・唐木田駅集合

定 員：20名（先着）

参加費：3,500円（バス代自己負担）

コース：唐木田駅～トンボ池～アサザ池～うさぎ谷～大泉寺～みはらし広場～小山田の谷～ならばい谷戸～炭焼き小屋～扇橋バス停～多摩センター駅解散

※お申込みの方に詳しいご案内を送付します

薬王院高尾自然散策会

ミシュラン3つ星に輝く高尾山の魅力はその自然の豊かさ。都心からわずか1時間余に位置しながら、植物1300種、うち樹木は400種。野鳥なども多くまさに動植物の宝庫です。人混みを避けたコースで歴史や史跡に触れながら散策し、薬王院では精進料理を堪能しましょう。解散後は霞台園地参道の茶店など自由散策もお楽しみいただけます。

日 時：7月14日（土）10:00 ケーブルカー高尾駅集合

定 員：15名（先着）

参加費：5,800円（精進料理込み）

コース：ケーブルカー高尾山駅～霞台園地～（2号路）神変山～仏舎利塔～杉並木～弁天堂～薬王院大本坊＜精進料理＞～薬王院境内

※お申込みの方に詳しいご案内を送付します

1・2・3・4月の実施事業

■体験学習

桐光学園中学校（1/10・11）、桐光学園高等学校（1/10）、久喜市立菖蒲中学校（1/10）、桐蔭学園中学校（1/11）、和光市立大和中学校（1/18）、板橋区立志村第二中学校（1/21）、三郷市立栄中学校（1/24）、二松学舎大学附属高等学校（1/25）、川崎市立栗木台小学校（1/31）、上尾市立西中（2/7）、桐光学園小学校（2/7）、国立音楽大学附属小学校（2/8）、淑徳小学校（2/12・13）

■スキーができない生徒向け少人数プログラム

宮崎県立小林秀峰高等学校（1/11）、高知県立春野高等学校（1/15）、北本市立宮内中学校（1/16・17）、京都府立洛西高等学校（1/23・26）、高知県立高知東高等学校（1/29・2/2）、野田市立南部中学校（2/5）、高知県立高知工業高等学校（2/6・8）、鳩山町立鳩山中学校（2/8）、山梨県立甲府工業高等学校（2/14）

1・2・3・4月の実施事業

■講座

神奈川シニア入門コース（1/16・30・2/13・27・3/13・4/17）、彩の国シニア専科コース（1/17）、上高地白樺ネイチャーガイド養成講座（2/18・3/4・4/8・4/27）、ボタニカル・ラボ（2/24）、森を楽しむ講座受講相談会（3/4）、森林インストラクター養成講座（3/24・25・4/21・22）、都内森めぐり（4/10・12）、街の樹めぐり（4/24・26）

■イベント

いつでもスノーシュー（1/6・7・27・28・2/10・13・19・24・25・3/8・10）、スキーピクニック（1/21・2/18・3/18）、根子岳スノーシュー（2/17）、菅平のブナを見に行こう（2/25）、お寺でみそ作り（3/3）、ワイルドジビエ体験（3/17）、小石川植物園さくら観察会（3/29）ウリハダメイプルシロップ試食会（3/30）、里山のうぎょうクラブ（4/29）

■遊び隊・フォレストキッズ・キャンプ

スノーキャンプ in 信州菅平高原（1/5-1/7）、森でモリモリ遊び隊 2017（1/13・14・2/3・4）、森あちよびクラブ（1/13）、フォレストキッズ（2/17）、森でモリモリ遊び隊 2018（4/22・28・29）

■委託・講師

黒川ネイチャーボランティア（1/8・2/4・3/4・4/1）、野外ほいく研修（1/18）、西岡保育園（1/24）、上田市教育委員会生涯学習課（2/10）、信州外あそびネットワーク企画会議（2/19）、外あそびネットワークミーティング（2/20）、「東御の森」から学ぶ自然環境を学ぶ講座（2/22）、上田市立長小学校（4/10）、須坂市観光協会絆の滝ガイド（4/30）

■事務局（会議・出店・協力・参加）

上高地ガイド協議会研修委員会（1/12）、真田自治組織理事会（1/14、3/5）、小諸ミスオオバコ保全協議会（1/20・2/3）、旗門員（1/21）、長野県環境審議会（1/21・3/13）、CONE指導者委員会（1/24）、CONEフォーラム2018運営委員会（1/25・2/8・3/12・4/3）、CONE地域フォーラム トレーナー更新講習（1/26・27・28）、災害時の連携を考える長野県フォーラム（1/29）、長野大学 仕事おこしミーティング（1/29）、中部森林管理局技術交流研究会（1/30・31）、信州 ESD 交流研修会（2/3）、筑北村地域活性化協働取組加速化事業（2/4・3/1）、チーム腹時計（2/7・3/13・4/10・16）、理事会（2/11）、総会（2/11）、森林税地域会議（2/26）、森林ボランティア・NPO連携推進会議（2/27）、さくら国際高等学校卒業式（3/1）、サマーキャンプ in 信州4支部打ち合わせ（3/5）、信州ボランティアフォーラム（3/10）、小諸ツリーハウスプロジェクト打合せ（3/11）、上田市林業振興協議会（3/16）、CONE ラップアップフォーラム（3/17・18）、黒川自然体験フェスティバル（3/18）、岡田の里山を耕そう会（3/21）、上田市立菅平小中学校入学式（4/5）、原峠森林整備里山リフレッシュ事業（4/14）、桜フェスタ桜ウォーキング（4/22）、上高地開山祭（4/27）

NPO 法人やまぼうし自然学校とは*****

長野県の菅平高原に本部をおき、「森とつながり、森とともに生きることのできる人を育てる」をミッションとして体験学習・キャンプ・いつでもガイドなど、人と森、人とひとをつなげる活動を展開しているNPO法人です。1995年に発足し、2000年に長野県では環境系第一号のNPO法人として認証されました。2004年には東京支部、埼玉支部も発足し、“森でつながるいのちのわ”を広げています。