



フォレスターうじ 会報

第268号
令和3年6月1日発行
森林ボランティア
フォレスターうじ

ホームページ : <http://foresuta-uji.o.oo7.jp>

五月定例活動

ドングリ苗木の移植、工具棚卸しと意見交流会
活動日 五月十六日(日) 雨時々曇
活動時間 九時三十分～十四時三十分
活動場所 天ヶ瀬森林公園
参加者 会員十四名
京都府立大学森なかま九名

前日の夜から降り続いていた雨も朝方には上がり、曇り空のもと定例活動日となりました。今日はフォレスターうじ会員十四人と森なかまの大学生九人参加の合同作業でした。

朝礼前に松川参与と二人で自由広場トイレの蛇口の詰まりを治しました。

朝礼は深田会長の挨拶にはじまり、森なかまの自己紹介、ラジオ体操をしてから、棚卸しと木工備品の確認、ドングリ苗木の移植と移植場所の地拵え作業を三班に分かれて行いました。

お昼前に降り出した雨により、午後から予定をしていた移植場所の整備と森林公園の実態調査を中止して、大屋根休憩所で雨宿りをしながら学生達を交えてみんなで今後の活動計画について活発な意見を交換することを目的とした交流会を行うこととなりました。



5/16 みんなで意見交流会



5/16 ヤマボウシも
雨に濡れていた

(記 上田 匡慶)

(五月定例活動追記)

ドングリ苗木の移植

午前中は、苗圃の幼木を地植えしその後新たに苗木を移植する作業である。まず小林副会長がリーダーとなって地植えする場所をフォレスターうじ広場の向かいの林の中に決めた。2m四方の空地を確保し、枯木の除去、雑木の除伐、日陰になる枝の切除との地拵えをした。

その間、森なかまの人達でドングリ幼木の掘り出しをした。「京都大作戦の森(モミジの林)」内の苗圃に平成二十九年に植え付けたコナラ・クヌギを掘り起こすのだが、当初高さ五十cmで枝が二～三本、その先に葉が二～三枚付いていた苗木が、四年経って高さ百五十cm以上で枝も四方に延び葉が繁茂している。まずトウグワで幼木の周囲を掘り、スコップで土上げを繰り返したが、根が深くまで伸びていてなかなか掘り返せない。何本かは途中で切断してやっと四本を掘り出したところで作業途中から降り出した雨が強くなってきたので中止した。

昼食後、この四本は大屋根休憩所横の防鹿柵の中に「本植え」したが、大きいだけに活着してくれるか心配だ。雨のため、新たな苗木の移植は来月に行なうことにした。

(記 粟津 國雄)



5/16 ドングリ幼木の本植えのための穴掘り作業

エッセイ

感想(フォレスターうじの定例活動に参加して)

京都府立大学 森林ボランティア森なかま 木戸 彩乃

今回の活動はあいにくの天候でなかなかうまくいかなかった部分もありましたが、とても楽しく行うことが出来て良かったです。ドングリの苗木を植えるという作業の中にも、ドングリが育つように日陰を作る原因となる枯れ木を倒して植える場所に日が当たるようにしていたり、鹿に食べられてしまわないように柵をして守るようにしていたり、ただ植えたらいいというものではないという事を実際に見て知ることが出来ました。

ドングリ幼木の植え替え作業で幼木を掘り起こす際、太い根が奥深くまで生えていても大変でした。雨足の強くなる中での作業で足場も悪くなってきたりしましたが、丁寧に教えてくださったおかげで太く長い根を掘り起こすことができ、幼木を取り出した時は達成感が得られました。

また、今後の活動についての話し合いの場に参加させていただいたことで、どのような活動を行っていいのか知れましたし、さまざまな議論がなされていておもしろかったです。

雨の中では大変でしたが、緑の多いこの季節に活動に参加出来てとても気持ちよかったです。天気の良い日にも参加したいと思います。たくさん体験をさせていただきありがとうございました。

「森の音楽会」のお知らせ

出演 シャイニング☆スター

キーボードとベースの二人組の歌と演奏

日時 六月二十日(日) 午後一時から

場所 天ヶ瀬森林公園大屋根休憩所

令和三年度運営体制

四月十八日の総会で、深田会員を会長に選任し、新会長が本年度の役員を左のように指名し承認された。

役員

会長 深田 和夫

副会長 小林 清三郎

参与 松川 正廣

班長 新宮 邦春 (A班)

水野 民雄 (B班)

副班長 上田 匡慶 (A班)

久保田 敏弘 (B班)

事務局局長 木曾 宗統

事務局担当者 上田 匡慶 (工具)

加地 富士夫 (会計)

木曾 宗統 (会報)

林 幸広 (ホームページ)

藤原 洋子 (庶務)

監査役 栗津 國雄

各種業務担当者

天ヶ瀬活動計画担当 深田 和夫

太陽が丘実行委員長 小林 清三郎

安全指導担当 中佐 昌弘・各班班長

産物管理担当 小林 清三郎

広報渉外担当 木曾 宗統

ecott宇治担当 新宮 邦春

電動工具取扱責任者 上田 匡慶

新人教育担当 栗津 國雄 (一日体験を含む)

技術スタッフ 久保田 敏弘

松川 正廣

山口 香屋子

木曾 宗統 (印刷担当)

田中 一夫 (H・P 補助)

林 幸広 (会報補助)

山口 香屋子 (会計補助)

エッセイ

森林浴について

林 幸広

前月会報の「森林浴の効果」を受けて、調べてみました。「森林浴」とは、一九八二年、当時の林野庁長官・秋山智英さんが温泉浴、海水浴、日光浴などにぞらえて考案し、新聞で「森林浴構想」として提唱したことが始まりです。

一九九〇年からは森林浴について実験が始まり、二〇〇三年には森林浴のストレス軽減効果などから森林セラピーという言葉が提唱されました。二〇〇五年には二泊三日の森林浴でNK細胞が活性化されることが分かり、森林浴が免疫機能アップに効果があることが分かりました。また、別の実験では室内でフィトンチッドを吸入したときのリラククス効果が確認されました。一方で、ガスマスクをして嗅覚を遮断して森林浴してもリラククス効果が確認され、フィトンチッドだけでなく、森林においては五感を通してストレスが低減されることが実証されました。

その後、日本ではさまざまな森林浴プログラムが開発されています。ゆっくり歩いたり、座ったりといった基本的なものから、深呼吸、ノルディックウォーキング、木を抱きかかえる、ヨガ、瞑想、ストレッチ、ピクニックと色々な活動が取り入れられています。夜空を眺める、雲を観測する、水遊び、滝を眺める、森の中でコンサートを楽しむといった活動の可能性も検討されています。

このように森林浴の効果が統計的、科学的に分かってきていますが、私たちはそれ以前から森林の中を歩く、緑の風景を眺める、風や光の揺らぎを感じる、葉っぱのざわめきや小鳥の声、川や滝の音を聴く、といったことで癒され、爽快感を感じることを経験的に知っています。その裏付けが強化され、楽しみ方が増え

ているということです。もっと森林浴を楽しみましょう。次回は、森林浴の楽しみ方について書きたいと思っています。

今後の活動・行事の案内

令和三年六月以降の予定です。当月の定例活動の詳細は、当月の「活動案内」でお知らせします。

七月定例活動

七月十八日(日) 天ヶ瀬森林公園

・天ヶ瀬森林公園の森林整備

フオレストアージュからのお報せ

天ヶ瀬森林公園で、地球温暖化防止の森林保全活動を体験しませんか。新しい仲間を募集中、先ずは一日体験から参加して下さい。

入会金 千円 年会費 二千円

活動日 毎月第三日曜日

活動場所 天ヶ瀬森林公園

森林ボランティア「フオレストアージュ」事務局

宇治市折居台二丁目一―五

木曾 宗統 方

TEL 〇九〇―九二七〇―〇七六三

編集後記

いつもの年より梅雨入りが早いと言う。それもじと雨でなく強風を伴った大雨だ。用事があって定例活動日の週末土曜日に森林公園に行った。榎尾山林道の土管が詰まり谷の水があふれていた。気候変動を身近に感じた。我々のできることは小さなことだけどみんなで積み重ねていくしかない。とまた感じた。

(編集担当 木曾 宗統)

(写真担当 林 幸広)