



ネイチャーなら

《わたしたちは大和の自然を愛します》

発行2019年9月1日

9月 第212号

奈良・人と自然の会



<草刈り機、威力発揮!!>



Contents



ホームページでは、**カラー**で見ることが出来ます

URL <http://www.naranature.com>

壮春力歩	1	歴文研修会・報告	8
Monthly Repo. ならやま	2	字遊字感	9
私のふるさと	3	ならやま投句箱	10
里山の今・ならやま虫だより	4・5	ならやまプロジェクト	11
夏季研修会・報告	6	行事案内	12
夏だ休みだ里山で遊ぼう①・報告	7	幹事会報告・編集後記	13



「ならやまは全国区」

会長 鈴木 末一



8月22日、「朝日新聞」の一面コラム「天声人語」に図録「見つけよう自然のなかまーならやまの昆虫と植物たちー」のことを紹介する記事が掲載された。取材を受けてから66日後であり、感慨もひとしおである。

図録は、発刊して4か月が経つ。国会図書館、全国47都道府県立の図書館、奈良市立43小学校、県教育文化記者クラブ加盟15社、お世話になっている徳地直子・京都大学教授、北川忠生・近畿大学准教授らへの寄贈を終え一段落。公開イベント「夏だ！休みだ！里山で遊ぼう！」にも活用した。

全国紙の奈良版と奈良新聞が取りあげてくれた。図録を見た多くの方から「よくできている。とくに分類が素晴らしい」と、破格の好評を得た。

ずまや)で当会の草創期以来の活動の歩みと、図録発刊に至る経緯を説明。質問は実に多岐にわたった。当初の緊張感も少し和らぎ、思いの丈を話せた。最後に山中論説委員から「ならやまプロジェクトの全容が理解できました」と明快なコメント。約4時間に及ぶ取材だった。

活動日前日の8月21日午後8時15分、「明日の朝刊を見てください」のメールが届く。夜明けが待ち遠しい。一文字一文字読み返す。

全国にあまたある市民活動団体では、会員の高齢化が進み、後継者不足に悩んでいる。だが、当会は創立以来増加の一途を辿っている。そのキポイントは、多士済々な人材の集まりであるが故に、「リセット＝前歴不問」であること。一人一人

天声人語

『見つけよう自然のなかまーならやまの昆虫と植物たちー』という図録を寄贈いただいた。奈良市の里山保全団体からで、平城山という丘陵地の豊かな自然が章ごとに息づく。十数年をかけて撮った鮮やかな写真にひかれて、現地を訪ねた▼手入れの行き届いた田や畑、ピオトープや養蜂場。図録を見て想像した通りの風景が広がる。保全に取り組む「奈良・人と自然の会」は平均年齢72歳と聞いて驚く。現役時代の職種は銀行員、公務員、オペラ歌手と多彩である▼「農林業に縁のなかった人がほとんどです。万一の急病に備え、名札の裏に家族や主治医の連絡先を書いています」と会長の鈴木末一さん(77)は笑顔で話す。集まるのは週に1度木曜のみ。ラジオ体操をしてから、林の間伐や野菜作りを楽しむ▼発足は2001年。県有地約16haの再生・保存に取り組んできた。伸び放題の草を刈り、投棄されたタイヤや自転車、車を撤去。枯れ木を切り、水路を引き、観察路を通した▼里山保全の団体は各地にあるが、維持し続けるのは至難の業だ。ろう。「参加を強制せず、現役のころの肩書を詮索しないのが秘訣です」。大工仕事の好きな人、虫に詳しい人、資金集めに力を入れた人など特技はさまざま。会員170人に年齢を掛ければ、知恵と経験は延べ1万2千歳を超す▼この週末には、カレーを食べて自然観察をする会を開く。秋には芋煮、冬はシイタケの菌打ち。四季折々、手入れの行き届いた里山に住民たちの歓声が響きわたる。

「天声人語」の言葉は図録への評価をさらに高めるものとなった。当会にとっては、内閣総理大臣表彰受賞はもちろんのことであるが、それに匹敵するようなビッグニュースになった。

「天声人語」は1904年1月5日付け大阪朝日新聞に掲載されたのが始まりだ。1913年からは東京朝日新聞にも掲載され、名古屋、北海道、九州が加わり、全国通しになった。大学の入試問題にもなるほどの伝統ある人気コラムだ。

現在の筆者、山中季広論説委員は、奈良版の記事を見て、図録に関心を抱き「ぜひ見せていただきたい」と連絡があり、ならやまプロジェクトの資料と図録を送る。数日後、「取材に伺いたい」との連絡があり、6月17日、JR平城山駅で待ち合わせる。里山林を案内し、ベースキャンプの四阿(あ

が主役であり強制されないこと。豊富な知恵と経験を発揮する場としての活動分野が、自由選択制であること。シニア世代の新しい価値観を具現化するために「社会に関わりつつ、現役時代には出来なかった好きなことに取り組む」というライフステージとなっていること、そうしたことに裏打ちされて18年の歩みにつながっていることなどに、強い関心を寄せられたことが603文字に込められている。

結びの言葉に「会員170人に年齢を掛ければ、知恵と経験は延べ1万2千歳を超す」と、会の活動を見事に表現してもらった。

私たちの活動に対する、市民目線としての最高の評価をいただいた気がする。

「20周年記念誌」に輝ける1ページが加わった。

Monthly Repo. ならやま

八木 順一

7月20日(土) イベント 曇り 33名+58名

心配された天候も何とか最後まで持ち、「夏だ！休みだ！里山で遊ぼう！①」が予定通り実施される。スタッフ33名、参加者58名が狭いサイトに集合し熱気に包まれる。開始は例年を1時間繰り上げて9時。午後も前日の雨のために、里山に入らず、里山遊びから自然工作に急きょ変更。2時過ぎにはすべてのスケジュールが終了した。昼食



には全員で取り組んだ飯ごう炊さんのご飯に、スタッフが準備したカレーのカレーライス、そ

う他たくさんの漬物やてんぷらなどが準備され、楽しい会食の時間も瞬く間に終わる。閉会式の前にはこれも恒例になったカブトムシのプレゼントが行われた。

7月25日(木) 活動 晴れ 71名+3名

梅雨も明け、一気に気温も35℃を超える。喫緊の作業に熱がこもる。打ち合わせでは先週のイベントの報告の他、アライグマによる被害、そして暑さへの対策について強調される。それでも今日は2名の会員が体調を崩す。個々人の自覚に加え、会として考慮しなくてはならないことも多いだろう。近大から3名。里山Gは薪材の玉切りと運搬、エコGはサトイモの除草やシート張り、そして景観Gは実りの森の草刈りを行



う。またビオ班は木道整備と水生生物調査、花班は花畑の草取りとミョウガ畑の整備、パトGは1コースのパトロールとメイン階段の整備を行う。その他果樹班はイチジクのネット張りのための枠作りに取り組む。

8月1日(木) 活動 晴れ 66名+2名

猛暑日となり、暑い。作業も滞りがちとなり、困難を極める。この夏の活動が思いやられる。打ち合わせでは水タンク持参の再度のお願いや暑さ対策、その他協働作業が22日に順延された件などが連絡される。シニア元代表の斎藤さん、シニア生1名来訪。里山Gはシイタケの櫛木の剪定や薪の玉切り、エコGはサトイモの防草シー

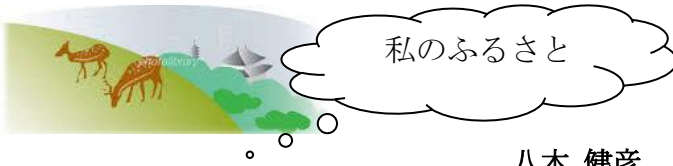


ト張り、そして景観Gは実りの森の草刈りを行う。またビオ班は木道作り、花班は皇帝ダリヤ園の整備、そしてパトGは観察路の笹草刈りを行う。

8月8日(木) 活動 晴れ 72名+5名

立秋だが、これからが夏本番。猛烈に暑い。終礼の時刻を早めるなどいろいろな策を講じるが、やはり自分の健康管理をしっかりすることが一番。これも打ち合わせでくどいほど強調される。また来週の盆休みの件や24日の夏休みイベント2回目への参加要請等が行われる。シニア生5名。里山Gはイベント準備と下草刈り、エコGは水稻等への追肥と冬野菜の種まき、そして景観Gは実りの森の草刈りを行う。またビオ班は木道作り、花班は花畑の草取り、パトGは観察路の草刈りを行う。その他果樹班は防鳥ネット外しに取り組む。





私のふるさと

八木 健彦

私のふるさは奈良市花芝町。この町名は500年程前からあったそう。由来はこの地で興福寺の各塔頭に活ける花々を栽培していたからだという。ちなみに南隣の東向町は興福寺に尻は向けられないと家は全て東向きに建っていたかららしい。町内の家々は現在なら町で展示されている町屋と造りが同じようなものであったが、日常生活に必要なものを売っている小さな店が並ぶ普通の下町であった。ただ一時期日活の映画館があつて、裕次郎がやってきたこともあった。

子供時代は興福寺の境内こそ遊び場であった。幼児時は毎朝長姉に連れられて南円堂まで散歩し、物心ついた頃は中金堂裏の講堂の石の回廊でロウ石でのお絵描きや石けりをし、どんぐりを拾い、中学生あたりが五重塔の階段を自由に上り下りして遊んでいるのを羨まし気にみながら、鯉と亀があふれる程にいた猿沢池で遊んだ。猿沢池といえ、夏に池を何重にも囲んだ盆踊りの賑やかだったこと。境内にあった県立図書館は当時児童閲覧室がなく、ミカン箱を用意してもらってそこで本を読んでいた。

興福寺をいえば東大寺を落とすことはできない。町場の人たちの信仰は興福寺南円堂と東大寺二月堂に向けられていた。(如来よりも観音さんの方が近親な存在だったのだろう) 二月堂は何といつてもお水取りと大松明であったが、私には叔母に連れられて、復員した叔父のマラリア後遺症の快癒を願って二月堂でお百度参りをした印象が残っている。その東大寺は中学時代には校庭になった。

夏は春日奥山。夏休みの宿題の自由研究で植物採集に奥山に出かけ(天然記念物に指定される前のことだよ)、鶯の滝で涼を取り、はてはイモリがいた地獄谷の池畔でのキャンプと、奥山でさえ裏庭のような感覚であった。秋の正倉院展は欠かさず観に行き、12月の春日若宮の御祭りは学校が半ドンになることもあって、胸を躍らせていた。

他方、小学校は市街地の西端、田園地帯が始まるところにあった。当時は育英学園の東側や向かいの佐保川の南側一帯は水田が広がっていて、牛が田起こしをしていた。なんと長閑な。学校の帰りには用水路の小川でザリガニ捕りなどをして遊んだ。学校の校外遠足では佐紀古墳群あたりを散策し、埴輪の破片を拾って帰ったこともあった。また小学生時代には我が家は現在の教育大付属中の敷地あたりと平城宮跡大極殿跡のすぐ脇で畑をしていた。日曜日には姉弟も親について畑に行き作業を手伝ったりした。向かいには黒髪山の茶畑が見え、平城旧跡のただの用水溝と思っていたのは、今から思えば遺憾であった。

朝鮮戦争時には奈良に暗い影を落としていた米軍も50年代半ばに撤収し、我が家のすぐ裏手にいた米軍将校家族もいなくなり、学芸大と奈良女附属中高が相次いで米軍キャンプ跡に移転した。高校入学半年後に移転した当初は、シアターやボーリングレーンの残った体育館等、米軍の匂いが残っていた。そして60年代から70年代へと奈良は大きく模様替えしていくこととなったが、私はその前に奈良を離れ、背を向けて生きてきた。豊かな自然と歴史遺産に包まれた奈良が、若い血潮にはむしろ停滞した時間・古い慣習にとらわれた社会意識といった、突き破るべきもののように感じられたのだ。

半世紀有余を経て奈良に帰ってきて、中学校の恩師東大寺長老の狭川先生(今年白寿を迎えられた)との邂逅は奈良で生きていく確信を与えてくれた。また奈良の様相=中央部の国際観光文化都市域、西部～北辺の住宅緑園都市域、東部の中山間地域という3つのエリアが各々の課題をもちつつ同時に相互の連携交流をどう創っていくかも見えるようになった。でも最大の発見と驚きは「奈良・人と自然の会」の存在と活動であり、かくも多彩なシニア世代の人々が集まっていることであつた。



里山グループ**エコファームグループ****薪材・楢木のなくなる日**

中井 弘

さすがの猛威を振るったナラ枯も収束したかに見えます。枯れ死したコナラが台風や大雨の度に倒れ、幹や太い枝が地面に突き刺さっている様は恐ろしい。「ならやま里山林」や観察路沿いの危険除去の対策が里山Gの最優先課題となり、ある時期、伐倒作業が中心となりました。

経団連の助成を得た「皆伐実験地区」ではコナラの大木などを伐採し、数年前から計画的にドングリから育成してきたクヌギやコナラの苗木を数百本植樹しました。その多くは順調に育っています。一方皆伐したコナラが、高齢の大径木だったため萌芽更新は期待外れのように見えます。今後の作業課題は人手のいる下草刈りが中心となります。ギャップは草本にも好適な育成環境とみえて、植栽木を覆い始めています。特に地下茎で繋がっているササが繁茂して手に負えません。

植樹したコナラ・クヌギが薪材や楢木として伐採できるまでには15~20年はかかります。「ならやま里山林」ではナラ枯れから生き残った健全なコナラはしっかりと葉をつけています。しかし2017年の「ナラ枯れの発生状況と対応」調査によると、2011年の正常木1992本が17年には934本に激減しており、継続して薪材や楢木として伐採するには十分とはいえません。恐らく数年後には伐採できるコナラは無くなるかもしれません。

薪材などの供給に限っていえば「ならやま自然の森」があります。4ヘクタールもあるこの森には膨大な枯損木が林立したままで放置されています。「自然の森」は自然のまま凍結保存する方針と聞いていますが、たしかにこの森を「整備」するには現在の里山Gのマンパワーでは手に負えません。その方針はやむを得ませんが、薪材や楢木の供給源とすることはできると思います。観察路を拡幅して運搬車道を作ればこれらの搬出は可能となるでしょう。整備とはいかなくともその一助になればと思っています。

アブラゼミ再会

木村 慎司郎

先日久し振りに、少年期を過ごした田舎へ帰った。周り全体を包みこんで、変らず蟬が鳴く。だが何かが違う。なんだろう。

以前は、庭でも路傍でも鳴き続けるのはほとんどアブラゼミだった。見慣れた茶褐色の翅はあまりにも日常風景の中に埋没していた。無色透明な翅を持つミンミンゼミなどは、見かけたこと自体で喜びがわく希少種だった。

真夏には、アブラゼミしかいない村から、峠越えした瀬戸内海島嶼部への臨海学校、海水浴行事。そこは島全体がクマゼミ(通称カタビラ)一色で、とにかくやかましかった。当時の自分にとってクマゼミは漆黒の頭部とクリスタル感の翅と、胸躍らせる存在であったものだが。

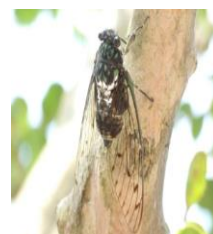
いつしかそのクマゼミが馴染みの田舎を席卷したらしい。アブラゼミの姿がない。歳月を経て生物相の変容は失ったものへの郷愁と一抹の哀れさを誘う。

かつて愛読した、西条八十の詩句の一部が唐突によみがえる。「母さん、僕のあの帽子どうしたのでしょうね? ええ夏、碓氷峠から……………」失くした麦わら帽子への詩人の情感と、アブラゼミへの思いが絡まりあう。

帰郷して直ぐの夜、妻に話しかけた。話しても詮ない繰り言が続いた。「あのアブラゼミ達はいずこへ行ったのだろう。田舎のあのアブラゼミは」

翌朝、玄関の扉を開けると、ポーチの真中に、一匹のアブラゼミが腹部を上にして横たわっていた。一瞬の微妙な戦慄。

人は云う。「再会はもっとも身近な奇跡の一つである」



景観グループ

里山の今

ならやま虫だより

◆ 皇帝ダリア

西谷 範子



ならやまフィールドの東の端の方に、初夏になると顔を出す大きな葉の植物があります。

キク科ダリア属、皇帝ダリアの芽です。原産地は中・南アメリカの植物で、ダリア属の中でも木質化する種類で6m ぐらいになるものもあります。

実はならやまの復旧を始めて、やっと平地になった初期の頃、この差し芽苗を持って来て植えてほしいと言われました。その頃はまだ、この花はあちこちになく、私は京都植物園が試植して育てているのを見て驚きました。物干し竿のような支柱を立て、大きな花が咲いていました。

あんな風になるものをならやまに植えるのは似合わないと思いました。でも珍しいからぜひひとことでほかの人とも相談して東の端の方に植えました。そこは初期の頃の堆肥置き場でしたので、年々大きくなり11月には大きな紫色の花が咲き、遠目にも見事なものでした。支柱立てはSさんが毎年してくださいますが大変な作業です。

そして案の定、毎年賛否両論が起きますのです。里山に似合わない、否きれいだからあってもいいのではと。

でも最近思うのです。里山の風景とはどういうものかを、多くの人たちに考えてもらういい材料として存在しているのだということ。

ちなみに今年、丈を短くするある実験をしています。乞うご期待です。

◆ カメムシ

菊川 年明

カメムシはよく知られた昆虫であるが、悪臭を放つので嫌われ者である。しかし、彼らは常に悪臭を放っているのではなくて、敵を退散させる武器として悪臭を放つと言われている。そのほか、臭気の発散は仲間とのコミュニケーションの手段にも用いられているようである。その悪臭は後ろ脚の付け根付近にある器官から放射する。

カメムシを小さな密封容器に入れておくと、自分の出した悪臭で失神するという。悪臭はただ臭いだけでなく有毒ガスである。

山野の道を歩いているときにカメムシの悪臭が漂っていることがある。近くのクズの蔓に群がっているマルカメムシという丸っこい小さなカメムシであることが多い。

冬、家屋の中へ入り込んで越冬するものもいる。暖かい日には明かりのついた電灯の周りを、悪臭を放ちながら飛び回り、へきえきすることがある。悪臭はカメムシのすべてが出すのではなく、悪臭がわずかのものや出さないものもいる。

カメムシ類は水域にもたくさんいる。巨大なタガメ、カマキリに似た姿のミズカマキリ、逆さになって泳ぐマツモムシ、水の上をすいすい歩くアメンボなどであるが、悪臭を放つものはいない。セミもカメムシ目(半翅目)に属する昆虫である。

カメムシの仲間は、みな先のとがったストロー状の口を持っていて、それを餌に突き刺して汁を吸う。生き物の体液を吸うグループもある。

写真はクサギカメムシである。大型で悪臭も強烈、代表的なカメムシである。成虫で越冬するが、その際、家屋に入り込むものがある。



夏季研修会

【明石海峡大橋登頂、明石散策】

小島 武雄

8月4日(日)朝9時、JR舞子駅に30名の参加者到着。眩しいほどの快晴。眼の前には、これから登る明石海峡大橋が雄大な姿を見せています。

広がる群青の大海原、輝く白い波頭、大小の船が行き交うのを眺め、潮の香りと心地良い浜風に囲まれて、気持ちが昂ります。

実はこの「ブリッジワールド」ツアー(ツアー参加料金3000円)は、1日2回48名の定員で1グループ5名までの先着順での受付。よって今回の30名の確保のために、2か月前の6月1日に6名で手分けして、朝10時に同時メールで申し込みました。少々ハラハラしたが、全員参加することができました。

参加条件に高所および閉所恐怖症でない方とあるのが、ずっと気に掛けていましたが？

さあ、スタート。海色のヘルメットとメッシュのベストを着用。イヤホン、携帯電話や水筒の落下危険防止のためストラップを肩にかけ、諸注意事項を受け、展示ブースで100分の1の橋の模型を見たり、基礎の岩盤の様子や、延210万人の作業員が関わった事等を聞いたりして、いよいよ橋へ。目指すは中央主塔へ、車道の下を通る管理路を歩きます。

960m 約15分の空中散歩、海面までは65m、床はスケスケの溝蓋、海がしっかり見えています。お一怖わ。風を受けて、みんなでゾロゾロ歩いてきます。時々ガッシャー、ガッシャーと大音量をさせて、上を走る車の通過音、思わず首がすくみます。橋の左右には、淡路島への黒く塗られた太い給水パイプ、通信ケーブル、高圧電流の箱のようなものが続いています。自動車だけではないのですね。



中央主塔に到着。ここから282.8m(地上98階)に昇るエレベーターに乗り込みます。鉄の塊のような室内は、暑い風の扇風機がまわっています。天井も低く閉塞感が少しありますが、約2分で頂上へ。出口から急な鉄の階段を上がると、そこは息を飲む開放感。広さは30㎡ほどで、窓ガラスも天井もありますが、高所恐怖症の私も手摺壁があるので大



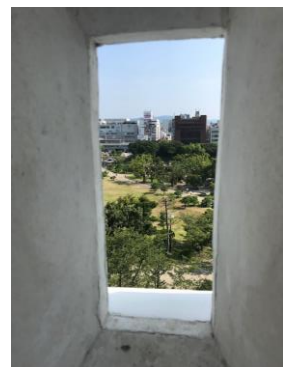
丈夫。ここは、説明はいりません。写真をご覧ください。明石の街並み、淡路島が、真下には豆粒の車が…。15分の滞在時間でしたが、とても暑い。



<橋上の手摺壁の穴からの展望>

駅前のビルでの海鮮などの昼食後は、山陽電鉄舞子公園駅

から、人丸前駅に移動し明石天文科学館の展望台へ。東経135度の子午線標柱を見て、眺めの良い柿本神社から円照寺へ。このあたりで、暑さも頂点に。本松寺では、宮本武蔵の庭園を見学して木陰で休憩し、明石城に到着。緑陰ありがたい。広い公園を散策、三重櫓が公開されていました。その後有志にて、魚の棚商店街へ移動し明石焼きを堪能しました。



途中色々あり皆さま 明石城櫓の狭間から明石駅を望むにご迷惑おかけしましたが、大変な暑さの中を無事に終えることができ、本当にありがとうございました。

夏だ！休みだ！里山で遊ぼう！①

中川 徹

7月20日(土)、前日からの雨は夜中まで断続的に降っていました。それでも、19時での降水確率は30%でした。子供28名、保護者30名、スタッフは当日参加3名を含めて33名、合計91名のイベントでした。



スタッフは7時半の集合でテント設営等の準備に取りかかり、9時からの開始時間に間に合わせました。会長挨拶、諸注意の後、図録を利用して自然観察です。グループを2つに分けて昆虫観察と植物観察です。雨の影響で足場が悪く観察条件はあまりよくなく活動場所は限られましたが、昆虫観察では子供たちは捕虫網を振り回し楽しそうでした。植物観察ではスタッフのアドバイザーの話に保護者も引き込まれていました。



自然観察の後は昼食準備です。今回のカレーライスは安全面、時間短縮を考えカレーはスタッフが準備しました。



図録を見ながらテントの中で昼食です。甘口と辛口の2種類ありました。参加者に好評で20個の飯ごうで炊いた御飯は全てなくなりました。

午後から予定していた里山遊び、観察路の散策は所々に水たまりがあり、実施できなくなり、自然工作に変更しました。



竹笛つくりとシュロのバツタ作りです。子供たちは楽しんでいました。最後にお土産のカブトムシをもらい解散しました。子供たちの満足した顔が快い気持ちにさせてくれました。

公開イベントの担当幹事として実施案の提案から関わりました。スタッフとして参加するのとは全く違う経験でした。

天候の心配、スタッフ募集、役割分担、当日の活動内容、時間配分など考慮すべきことが多くありました。

近年の異常気象をを考えてイベントの開始時間を1時間早くし、前日に高温注意報が発令された場合は午後の活動を中止することも考えていました。

7月は梅雨、おまけに台風5号が発生している状況で、実施日の前日は大雨でした。そのため事前の準備が十分にできなかったが、悪条件の中、事故なくイベントが実施できたことに奈良・人と自然の会の力を知りました。

7月歴史文化クラブ研修会・報告

唐古・鍵遺跡から纏向遺跡

田代 一行

当日は今年、最高気温の 36 度となり、猛暑の中の研修会お疲れさまでした。

今回の参加者は 28 名。参加予定者全員が定刻の AM9:10 に JR 三輪駅に集合しました。

駅広場で古川代表、中井世話人より「纏向遺跡」、「唐古・鍵遺跡」について研修ポイントの説明があり、田代世話人より見学コースの説明のあと出発しました。

今回は電車等交通の便を考慮して、先に桜井市埋蔵文化センターまで行き、発掘に携わった学芸員のわかりやすい解説と出土品等を見学。学芸員の熱のこもった解説にたくさんのかたがたが活発に質問して、大変盛り上がり、予定時間を超える状況となりました。

その後、約 30 分で箸墓古墳(大市墓)へ到着。参拝した後、中井世話人より卑弥呼説を含め、「箸墓古墳と邪馬台国大和説」のテーマで解説がありました。話のあと、周濠から古墳の全形を背景に集合写真を撮り、纏向遺跡へ。途中、勝山古墳、石塚古墳、矢塚古墳

を展望しながら歩き、纏向遺跡宮殿跡地へ 12 時頃に到着。

宮殿跡地で田積世話人より纏向遺跡について説明があり、休憩所へ移動し、昼食。その後、巻向駅 12:30 発の JR で桜井駅まで行き、近鉄に乗り換え、近鉄田原本駅に到着。近鉄田原本駅から炎暑の中、約 25 分歩き、「唐古・鍵考古学ミュージアム」へ到着。

田代世話人より「唐古・鍵遺跡」について簡単な説明のあと、2 班に分かれて



展示場に入り、解説員の説明を聞きながら出土品を見て回りました。ここでも、桜井市埋蔵センターと同様、解説員が、出土品一点一点、丁寧にわかりやすく、解説していただきました。また参加会員のかたがたも熱心に質問を交えながら見学、出土品を通して、弥生時代の暮らしやムラの状況がよく理解できたのではないかと思います。

今回は弥生時代の代表的な「唐古・鍵遺跡」と古墳時代の「纏向遺跡」の両資料館で、解説と出土品を通して「ヤマトのムラ」の起こりから古墳時代移行期の状況を学ぶことができました。

「唐古・鍵遺跡」の終焉と「纏向遺跡」との関係については、纏向遺跡の発掘調査が全体の 8% ほどで、住居跡の遺構もまだ発見されていないため、今後、調査が進むにつれて、明らかになってくるのではと思われます。

なお、当日は暑さのため「唐古・鍵遺跡」の現地見学については、希望者のみとし、「唐古・鍵考古学ミュージアム」にて解散としました。





「苦労人の百勝」

鈴木 末一

神武景気の 1950 年代半ばから
73 年の石油ショックまでの高度

経済成長期に流行った言葉に「巨人・大鵬・卵焼き」がある。プロ野球の巨人軍は、世界のホームラン王の王貞治とミスタープロ野球と呼ばれた長嶋茂雄の ON 砲で黄金時代を迎え、角界は大鵬幸喜(後の大横綱)が入幕 1 年半の速さで大関昇進を果たした。

卵焼きは当時、贅沢品。庶民はめったに食べられない、弁当のおかずの憧れの存在?! 子どもや大衆の 3 つの憧れをひとまとめにして発言したのは、通産官僚だった堺屋太一と言われている。部下の話題を拝借したというのが真相らしい。

私は子どものころから「巨人・柏戸・卵焼き」といって、大鵬より、後に柏戸時代を築いた地味な柏戸の方が好きだった。巨人びいきは今も変わらない。

その巨人の大竹寛投手(36)が先ごろ、プロ生活 18 年目で 100 勝を成し遂げた。けがのため、一時は戦力外通告を受けてもおかしくなかっただけに、苦労が報われたことは何よりも喜ばしい。

プロ野球選手だった知人から聞いたことがある。「華やかな世界ではあるが、戦力外通告を受けたら翌日からは完全に無職。家族を養うために就活に励まなければならない」と言う。厳しい世界だ。

大竹投手は 4 月上旬にも怪我をした。2 軍戦の試合前、ウォーミングアップ中に足を負傷し戦列から離れた。引退をも考えたという。しかし、高校時代のベースボール T シャツに描かれた山本五十六の言葉「男の修行」を思い出したそう。「苦しいこともあるだろう」で始まる格言の最後は「これらをじっとこらえていくのが男の修行である」と締めくくられている。この格言に励まされ「悔いなくやりきる」と一念発起したという。

先の知人は「ドラフト 1 位入団でも、育成枠の入団でも、選手生命は千差万別。そこには、指導者や仲間との出会いや経験など、色々な要因が関係してくる」と語っていた。

36 年前のことだ。第 65 回全国高校野球選手権の奈良大会。私は部長をしていた高校をあと一歩で甲子園に連れて行けなかった。その悔しさから春・夏・秋季大会の閉会式では必ず、準優勝校の選手たちに「次なるステージでは勝者となってください」と激励するスタンスを貫いた。

「笑顔の 1 勝」

全英女子オープンで 42 年ぶりの快挙を成し遂げた
渋野日向子選手は、常に笑顔振りまきながらプレーし続けた。スマイルシンデレラの愛称で一躍注目を浴びている。

笑顔がもたらす効果について思いを巡らせてみた。最大の効果はストレス解消だ。笑顔になることで脳に「幸せホルモン・セロトニン」が分泌され、ストレスを解消していく。さらには、明るい気持ちや楽な気持ちにする効果もある。



免疫力アップの効果も大きい。いつも笑顔でいる人と不機嫌な人とは、約 7 年もの寿命の差があるそう。ウイルスや細菌などから守ってくれる NK 細胞(ナチュラルキラー細胞)という免疫細胞の増減が、免疫力に大きく影響するからだ。減少すると免疫力が低下し、癌などの発症につながる。NK 細胞の活性化には、常に笑みを忘れないことだ。

思いつき笑っている時は、腹式呼吸や深呼吸と同じような呼吸状態になる。酸素を体内に多く取り込むから血行が促進され、新陳代謝がアップする。腹式呼吸は、活性酸素を取り除いてくれる物質を発生させる。横隔膜の活動も活発になり、胃腸の消化機能が良くなる。

渋野選手の周りには、多くのギャラリーが集まり、選手以上に満面に笑みを浮かべつつ、一打一打に激励の眼差しを注いだ。つまり、笑顔を見ている周りの人たちをも明るい気持ちにしている。

自律神経は交感神経と副交感神経の二つの神経で成り立つ。交感神経は心をリフレッシュさせ頭をすっきりさせる働きがある。副交感神経は気分をリラックスさせてストレス軽減の機能がある。この二つの神経のバランスを崩さないことが大切だ。笑顔は、副交感神経を優位にさせるので心がリラックスでき、自律神経が安定する。美容効果もあるといわれる。

苦労人たれ、しかし笑顔を忘れないで。時にはつらいボランティア活動。笑顔で乗り越えましょう。

ならやまトーク・投句 炎夏編

畦草伸びる猛暑猛暑がエネルギー 鈴木末一

(人間様はダウン寸前、クーラー頼みの生活。その間も畦草は猛暑なにするものぞと、伸びに伸びる。・・・ 草刈ご苦労様)

山の田は出穂ラッシュ人まばら 鈴木末一

(山里の水田では、水稲たちは一斉に出穂準備に励む。人は昼寝三昧か・・・ 田圃では中干し・穂水と気が抜けない日が続く)

ラスカルや西瓜盗んで総すかん 岡田安弘

(人気アニメの「あらいぐまラスカル」はちゃんやもの。でも憎めなかったなあ。・・・ あらいぐまを泥棒にしない工夫はないか)

アキアカネ迷走の夏どこへゆく 岡田安弘

(夏には、低地から高原へ移動するというアキアカネ。炎暑の日本列島、今どの辺りをさまよっているのやら。 菊川さん教えて)

草むらを足もて探る南瓜かな 古川祐司

(雑草農法の南瓜。当初は蔓も見えていたが、2カ月後は完全に雑草に埋没。収穫は手探り足探り。苦勞の末、60余個をゲット)

終戦忌カボチャの味も変りたり 古川祐司

(敗戦後の焼跡で作った南瓜は恐ろしく不味かった。ならやまのカボチャの旨さに、改めて平和で豊かになった年月を実感する)

投句歓迎(古川まで)

国道の白線眩し梅雨明け 藤原 勲

(長かった梅雨が明ければ直ちに夏本番。「白線眩し」の季節感)

海峡を跨ぐ吊り橋大夕焼 藤原 勲

(明石海峡大橋を望む雄大なパノラマ。刻々と変化する光りまで感じさせる一句。「大夕焼」がいい。「夕焼」は夏の季語)

勤行に蟬コラボして寺の朝 内河洋文

(早朝の寺、朝の勤行が始まる。読経のリズムに合わせるのかのように蟬が声を張り上げる。不思議なコラボが生まれる空間)

朝まだき蟬の囀すや今日も晴れ 八木順一

(朝の涼しい時刻のセミは元気だ。夏の炎暑ものかは、短い命を精一杯に謳歌する。・・・ 今日暑くなるなあ!)

七夕やしばしの逢瀬孫の去る 八木順一

(二年前、孫との逢瀬に好々爺丸出し、倅のひと時である。やがて孫は去っていく。孫ロス症候群にもご注意)

醒ヶ井の流れに梅花藻の揺れる 八木順一

(醒ヶ井の清流、手を浸せばぞくぞくする冷たさに舞う水中花。想像するだに清涼感の広がる一句)

ならやまプロジェクト

明るく・楽しく・無理をせず
活動予定日

9月	5 (木) 12 (木) 19 (木) 26 (木)
10月	3 (木) 10 (木) 17 (木) 24 (木) 31 (木)

- ◆場所：奈良市佐紀町、奈良阪町、法蓮町、法華寺町にまたがる約 16 haの里山林地（県有林）
- ◆集合：現地ベースキャンプ地・午前9時
- ◆終了予定：午後3時（★9/5まで夏時間）

◆アクセス

- ① J R 平城山駅下車：東口から南へ徒歩 10 分
 - ② 近鉄奈良駅：バス 13 番乗り場 115 系統
8：28 発、高の原行き（平日）
 - ③ 近鉄高の原駅：バス 1 番乗り場 115 系統
8：36 発 J R 奈良駅西口行き（平日）
- ②③とも「佐保台西口」又は「平城大橋」下車
徒歩 7 分

- ◆携行品など：弁当、飲み物、軍手（作業用具は現地で用意）



- ◆環境保護のため、お椀、箸、コップなどは各自ご持参ください。



- ◆連絡先：八木 順一

里山

9/5 草刈り作業重点日

12 19 26

植樹周辺の下草刈り／里山林内の整理
薪割り

*ユートピア：松山平、バカマツタケ
実験区、松林整備地区、草刈り、笹刈り

エコファーム

9/5 草刈り作業重点日

ニンニク畝作り／各種野菜畑の畝作り
果樹：下草刈り

12

大根種まき

YR くらま、丸大根、日野菜、小カブ、紅心大根
果樹：下草刈り、ブルーベリー施肥・剪定

19

大根種まき（YR くらま）

漬物用大根、ニンニク植え付け

そば：草取り

26

タマネギ、水菜、壬生菜、大和マナ、菜花
チンゲン菜、レタス、ほうれん草、春菊、種まき
そば：草取り

景観

蜜蜂：巣箱周辺草刈り

9/5 草刈り作業重点日

整備：彩りの森草刈り

ビオ池：池整備

花：昼咲月見草園草取り、剪定／アジサイ剪定

12

整備：彩りの森草刈り

ビオ池：池整備

花：西側花壇草取り、剪定／アジサイ剪定

19

整備：彩りの森草刈り

ビオ池：西池生物調査

花：アイリス、百日草草取り、整地／アジサイ剪定

26

整備：佐保自然の森草刈り

ビオ池：池整備

花：アジサイ移植、／山野草園草取り、整地

パトロール

9/5 草刈り作業重点日

笹草刈り／ミーティング／丸太階段補修

メイン階段工事

12 19 26 パトロール：3→4→1→2

笹草刈り／丸太階段補修／メイン階段工事

行事案内

自然教室チームだより

9月行事案内

初秋の奈良公園・自然観察会

令和1年9月16日(月)、初秋の奈良公園、特に普段あまり観察機会のない奈良公園南部を下記観察ルートにて探索いたします。案内役は既におなじみの田代先生におねがいします。

今回の観察のポイントは、①ヤドリギ類4種 ②鹿の忌避植物③マツやモミの裸子植物④地形や歴史的奈良の七不思議？(当日のお楽しみ)など盛りだくさんの内容で幅広く解説していただきます。皆さまも、ぜひ、ご参加ください。

1. 日 時：9月16日(月)

午前9時(いつもより1時間時間を早めます)

午後2時(解散予定)

2. 集 合：近鉄奈良駅、行基菩薩像前

3. 持ち物：弁当、お飲み物、(図鑑、ルーペ)

4. 観察ルート：

近鉄奈良駅→北円堂→猿沢池→奈良ホテル→天神社→浮御堂→雪消の沢(春日大社鳥居)→飛火野→鹿苑裏の芋畑あと草原→志賀直哉邸→若宮→近鉄奈良駅

5. 雨天時実施の有無：申し合わせ通り

6. 担 当：自然教室チーム 桜木/山本(美)/辻本



★ 10月一泊研修旅行のご案内

令和元年での例研は錦秋の十津川一泊研修旅行を計画しました。

日本一大きな村十津川を訪れ、最大級の谷瀬の吊橋、大峰奥駈道で、聖地・熊野三山の奥の宮「玉置神社」・霊峰玉置山頂、温泉かけ流しの十津川温泉(泊)・2日目小辺路の果無集落の熊野古道を歩き、熊野本宮大社など散策いたします。「デラックスバス28名」雨天実施

日 時：令和元年10月21(月)～22(火)

集合場所：近鉄奈良駅前奈良商工会議所前8時

持ち物：飲み物・雨具・ハイキング靴・ストック

会費：26000円(宿泊料・昼食・拝観料など)

行程：奈良商工会議所前8時→五条→R168谷瀬の吊橋→玉置神社→玉置山頂→十津川温泉(泊)

→野猿→果無集落→十二滝→熊野本宮大社→R168→五条→奈良商工会議所前18時頃

申込先：富井 忠雄

世話人：鈴木・中井・小島・戸田・青木・富井



パワースポットの玉置神社

10月ならやま活動&行事予告

* ならやま活動

3日(木) 協働活動日

13日(日) 朝日親と子の自然環境教室

17日(木) 佐保台小 稲刈り

24日(木) 佐保台小 稲脱穀

26日(土) 佐保台小 芋掘りイベント

* 一泊月例研修会 21~22日(上記記載)

* 自然教室 28日(月) 平城京自然観察会

【佐保台小学校放課後子供教室スタッフ募集】

自然教室チームでは、自然環境教育の一環として、毎年この時期、佐保台小学校にて放課後子供教室参加児童(今年は54名を予定)に対し校庭の昆虫観察会ならびに自然工作を実施しています。その運営に必要なスタッフを現在募集中です。ご協力いただける方は辻本(携帯：090-4450-8459)までご連絡ください。

1. 日 時：9月11日(水)午後1時半～午後4時

2. 場 所：佐保台小学校

3. お手伝いいただく内容：子どもたちの昆虫採取の見守りと自然工作(ブンブンゼミ)製作指導

実りの森の広いそば畑も何のその (7月25日)