

# Forest 通信

vol. 136

森林インストラクター東京会 会報

2022年12月16日発行

## 合格おめでとうございます！！

森林インストラクター2022年度(令和04年度)資格試験合格の皆さま、合格おめでとうございます。森林インストラクター東京会(FIT)は、現在登録会員345名(2022年11月30日現在)で、東京を中心に、25年以上にわたり幅広いフィールドで活躍しています。活動の詳しい内容については、FITホームページをご参照ください。東京都在住の新合格者は、以下の皆さまです。皆さまのご入会を心よりお待ちしております。

熊坂尚志、田口義典、萩原 卓、濱崎俊幸、立川洋一、福島 明、  
吉田 昇、佐竹浩子、西出幸子、後藤昭子、鈴木 歩、守屋 緑、  
戸部美紗子、塙 彩、佐藤玲子 15名(敬称略・五十音順)



(この名簿はFITが入会説明会に使用することを限定に、(一社)全国森林レクリエーション協会より提供されたものです。)

## ★2023年(令和5年)新年会 (新合格者FIT入会説明会・新年観察会・新年懇親会)のご案内

1年間の研鑽の成果を発表する場です  
会員の皆さま 奮ってご参加をお願いします

### 「元樹会」が担当

新型コロナウイルスの感染状況によっては計画変更する場合がありますので、その際はご容赦下さいますようお願い申し上げます。

開催日 令和5(2023)年1月14日(土)

#### 1. 新合格者FIT入会説明会(該当者のみのご案内です)

会場 日本教育会館 9階 喜山倶楽部

#### 2. 新年観察会

会場・受付場所: 皇居東御苑 大手門内百人番所前広場奥

集合・受付時間: 12時30分～13時00分

新年観察会時間: 13時00分～15時00分

※新年観察会のテーマは「森林インストラクター初心者向け案内」です。

#### 3. 新年懇親会

開催時間: 15時30分～17時30分

会場: 日本教育会館(千代田区一ツ橋2丁目6-2)9階喜山倶楽部 平安の間

No.13です



会費：7,000円

#### 4. 申込み

◎「新年観察会」「新年懇親会」に申し込む方は、12月31日(土)までに下記のURLを又はQRコードから、申し込みフォームにご記入下さい。



<https://ssl.form-mailer.jp/fms/49fd1431694053>

◎「新年懇親会」に申し込む方は、1月6日(金)までに下記の口座に 7,000円のお振込み(振込手数料自費)をお願いいたします。

(1) ゆうちょ銀行から振込まれる場合

口座番号：00170-0-662743

口座名：森林インストラクター東京会

(2) ゆうちょ銀行以外の銀行から振込まれる場合

銀行名：ゆうちょ銀行、コード：9900、

店番：019、店名：0一九店(ゼロイチキュウ店)

口座：当座、口座番号：0662743、名義：シンリンインストラクタートウキョウカイ

※参加される会員の方は、FIT名札・マスクの着用をお願いいたします。

#### ★重要なお知らせ★

##### 1. 新合格者の方に森林インストラクター東京会(FIT)入会のお誘い

今年合格された方は、是非森林インストラクター東京会(FIT)への入会をお勧めします。入会手続きは、合格者の皆様に郵送する入会説明会の資料をご参照ください。なお、入会のご意向の有無に拘らず、2022年1月14日(土)の新合格者入会説明会、新年観察会、新年懇親会への参加を歓迎します。FIT活動の理解や新しい仲間との面識など得るものも多いと思います。入会説明会・新年観察会・新年懇親会への出欠は、資料に同封されているハガキにてご回答ください。

##### 2. 2023年度(令和5年度)年次総会開催について(ご予定ください)

●日時：2023年3月11日(土)13時～18時(受付12:30より)

・総会の前後に講演会、懇親会を予定しています。

●場所：後楽園「林友ビル」6F

##### 3. 会費納入(2023年3月1日～2024年2月29日分)に際し、自動払込手続きのお願い

ご存じの通り会費の納入は、原則としてゆうちょ銀行の自動払込を利用させていただいています。事務量の削減のためにも、まだ手続きをされていない方は、差支えない限り自動払込にご協力いただきますようお願いいたします。申込用紙はホームページの(旧)会員のページ「その他文書」にあります「自動払込利用申込書」をダウンロードの上(もしくは事務局あて用紙請求)、1月25日までにお申し込みください。

なお、従来とおりの振込みをされる方には2月初旬に振込口座をご連絡いたします。年会費は5,000円です。

##### 4. 平成9年度、14年度、19年度、24年度および29年度の初回登録者の方へ、登録更新のお知らせ

平成30年1月1日付けで登録した森林インストラクターの登録期間が令和4年12月31日で終了となります。特に資格を平成29年に取得された方は本年末が5年に一回の最初の資格更新時期に当たります。すでに全国森林レクリエーション協会から連絡があったかと思いますが、この更新をしない場合、FITの会員資格も失う(会則第4条)こととなりますのでご注意ください。

## 有難うございました

今年「友の会」資格取得支援講座の受講者から3名の合格者ができました。「FIT友の会」の講師・スタッフの皆様方に御礼申し上げます。

### 今後の増加に期待

年	受験者数
2003	1246
2011	559
2017	443
2018	383
2019	382
2020	277
2021	284
2022	280

資料提供 (一社)日本森林  
インストラクター協会

今年の受験者数280人は底入れともとれる。これ以上減少すれば資格の存続にも関わる。(社)全国森林レクリエーション協会では2022年より夏の養成講習をオンラインでも受けられるようになった。今までは地方からでてくる受講者は夏の8日間東京で受講するわけだが、その宿泊費、交通費など経済的負担が大きかった。野外実習を含めオンライン化は受験者の利便性を図る意味で一步前進でこれからも実施してほしい。コロナ対策としても有効だ。願わくばCD化などでいつでも何回でも学習できる環境があれば、より受験の動機付けになり合格率の向上も期待できる。

受験者数速報

### その後

#### ウッドショック

2021年3月に端を発した木材価格の世界的高騰、いわゆるウッドショックは現在の世界的インフレのトップバッターの出来事だった。その原因は巷間、コロナ禍の沈静化によるアメリカや中国の需要増大によるものといわれている。あまりの価格急騰にウッドショックと呼ばれ、マスコミでも取り上げられたが、同時期に(株)ルネサスエレクトロニクスの工場火災により自動車の半導体不足が顕在化し、サプライチェーンなる言葉が国民に認知されるようになった。と同時に微妙な需給バランスの上に成り立っていることを知る。

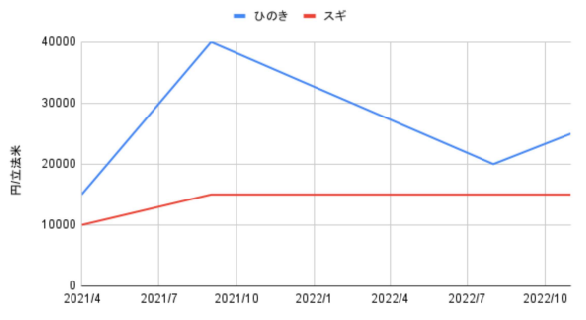
その半導体不足の陰にかくれて木材価格急騰はあまり話題に上らなかった。注目されたのは、実に1年以上経ったロシアの日本に対する木材の禁輸で住宅の資材不足と価格高騰が盛んにマスコミに登場するようになってからだ。

農林水産省では、平成21(2009)年12月に、我が国の森林・林業を再生する指針となる「森林・林業再生プラン」を策定しました。「森林・林業再生プラン」は、「10年後の木材自給率50%以上」を目指すべき姿として掲げ、森林の多面的機能の確保を図りつつ、先人たちが築き上げた人工林資源を積極的に活用して、木材の安定供給体制の確立、雇用の増大を通じた山村の活性化、木材利用を通じた低炭素社会の構築を図ることとしています。「森林・林業再生プラン」は、平成22(2010)年6月に閣議決定された「新成長戦略」で、「21の国家戦略プロジェクト」の一つに位置付けられました。森林・林業に関する施策が国家的な戦略に位置付けられることは、これまでにないことです。

また公共建築物における木材の利用に取り組んできました。公共建築物の床面積ベースの木造率は、法制定時の8.3%から令和元年(2019年)度には13.8%に上昇しています。東京オリンピック・パラリンピックの各施設での木材使用はよい例です。さらに発展させ、対象を建築物一般に拡大しました。

当時、合板についてはまだ製品輸入のラワン材や価格の安いカラマツ材のものが主流で国産材使用の合板は流通業者や需要家の抵抗も強かったのですが、国土交通省がメーカーに強く働きかけをしたと聞いています。

原木価格動向(土場)



直径14~18cm×3m  
柱用2等材2番玉



普及、価値ある木材を理解する文化の復活等に努めなければなりません。

こうした官民あがての国産材利用促進の根底にあるものは、やはり京都議定書以降のCOPの存在で、国際公約としての脱炭素社会実現への流れだ。木材の炭素固定の機能を生かそうとするには、国産材の利用促進、長期固定化としての利用、成長量の大きな若い森に作り変えるなどバランスの取れた林齢構成が必要だ。これからの動きに注目したい。

一方、飯能市ユガテ付近で15haほどの山林を所有している杉田安生さんは「建築様式の変化で役物(無節)の柱が売れなくなったのが大きい。50~70年生のヒノキが立ち木で1本1000~2000円では値が上がっても採算がとれない。今は家族でコツコツと手入れをしているがこの先どう次世代に渡そうかいい考えが浮かばない」と不安を隠さない。

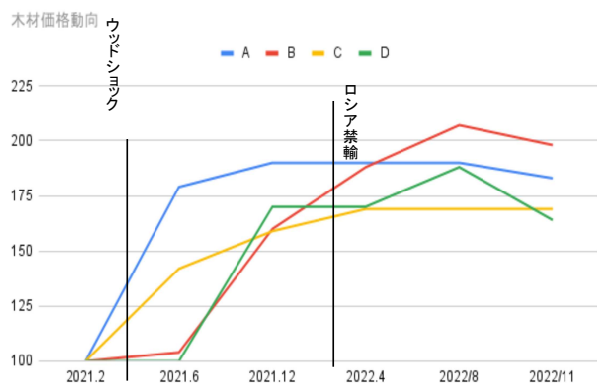
同じく飯能市南にある(株)田中製材所は明治37年(1904年)創業の飯能市で一番古い製材所。工場周辺に60haの山林を所有する。経営者の本端武久さんは、30年前に2000坪(約0.6ha)程度の皆伐をしたがそれ以後やっていない。やっても費用がかさみ植林することができないので皆伐する気分になれない。

現在は主に仕入れた原木丸太を製材して販売している。製品の含水率は15%程度をめざしているので在庫を多くもって自然乾燥を主に、間に合わないものを人工乾燥している。単価の高いものは売れなくなって、他の林家も放置しているところが多い。だから代変わりすると自分の山がどこなのか分からない所もでてくる。オートキャンプ場にしているところもあるが設備投資が必要だ。たまに間伐をするが人手がない。東京都のように間伐や皆伐をして、植林もしてくれて20年後には返還してくれるような手厚い保護策があればよい。そちらに人手をとられている面もある。

また、原木を扱う(株)吾野原木センターの鴨下昌之さんは、スギは上がったままだがヒノキは2021年の9月ころがピークで

政府・業界全体が国産材の利用に地道に且つ積極的に取り組んだ結果、20年前には20%を切っていた自給率はその後上昇し2020年には41.8%。2021年は41.4%となって、目標の50%まであと一息です。逆に木材の輸出も中国、韓国、フィリピンなどへ増加しています。とはいえ人口減の中、先行きの木材需要見込みは決して楽観的なものでなく、新しい利用の開発、林家が成り立つような高付加価値の木材の

木材価格動向



A	ロシア赤松	3m*40mm*30mm	486
B	針葉樹構造用合板	12mm*1820*910	2100
C	米桐KD上小	3m*45*36	826
D	ヒノキKD	3m*105*105	4630
	小口卸売り 消費税別	1本 枚単価	円 2022.11



その後徐々に値を下げている。並材だけが上がったのでそのような材を大量に供給できる所はそれなりの恩恵があったかもしれないが、この辺はそれほどでもない。優良材の中径木は需要がなく全然あがっていない。人手不足で材があまり集まらないのが悩みだとのこと。



新東京木材商業(協)では、木材で禁輸になっているのはカラマツ単板、原木丸太などで量的に少なく影響は限定的だ。それより極東ロシアのアカマツ現地挽きの商品は工場のオペレーターが徴兵にとられ、人員不足による供給減が懸念される。ヨーロッパのアカマツは引き続き取引できる。それよりも価格高騰による国内の需要低迷で年末にかけ弱含みになっていると先行きは悲観的だ。

針葉樹構造用合板用のカラマツ単板は相変わらず禁輸だが、合板流通量の2%程度である。現在合板の国産材利用は50%に迫っている。

禁輸直後はロシアからの迂回とも思える中国製合板が大量に入ってきたが、現在ある中国メーカーのJAS認証取消問題で揺れている。今までのオール輸入カラマツの単板から表裏にヒノキ単板を使用し、心材にスギ、国産カラマツを使用した国産材100%使用したものが主流を占めるようになってきている。

ヒノキ香る合板がすでに主流のメーカーも円安やエネルギー価格の上昇で生産コストが上がっている。需要減による価格維持のための減産をしている状況だ。

林業関係者の苦悩は当分続きそうだ。

放置された森林が問題になって久しいが、せめて日頃イベントなどでは現状を解説し、参加者に理解してもらう努力は今後とも続けなければならない。

(参考資料 林野庁、農林水産省、国土交通省、環境省各ホームページ)

# FIT会長インタビュー

日時:2022年11月7日 11時から12時30分

場所:多摩センター 多摩中央公園

参加者:FIT会長:宮入芳雄

広報部より清水好博 宮崎健

今期からFIT会長になられた宮入芳雄さんはFITの有名な草分けメンバーでおられ、高尾山についての著書やホームページの自然発見に高尾山国有林巡視日誌や多摩ニュータウン散歩を投稿されプロの写真家の素敵な写真を読者は楽しめてい

ます。

どの様なお人柄か何をされていたのか編集部は興味津々でした。お忙しい中快くインタビューを引き受けていただきました。



## 人物プロフィール:

### (転々とした子ども時代)

父親の仕事の関係で転々としたが、生まれは中野区鷺ノ宮。その後三重県鈴鹿、大阪府吹田市、渋谷区代々木、千葉市幕張町と生活の場が移った。

この様に転々としたため、故郷(ふるさと)は特に存在しない。

### (写真家になった)

大学は日大法学部新聞学科に入学したが、夜間の写真学校にも通った(大学は余り出席せず)。大学を卒業し広告代理店に営業職として就職したが1年で退職した。そして写真の仕事をはじめた(最初はエイワスタジオのスタジオマンとして)。写真の師匠は大久保泰伸。アシスタントを3年間務め、その後原宿に事務所を構え写真家として独立した。

### (我が子へのふるさと作り)

原宿時代に結婚して1年後に子供が生まれ、5年後に住んでいた川崎市の生田から多摩ニュータウンに移った。当選したのが、当時公団住宅としては珍しいスケルトン方式(内部構造・内装を購入者が行う)で内装費が掛かり大変であった。しかし、定住して子供にとって「ふるさと」を作りたいという自然環境を大切に

する奥さんの意向もあって平成元年(1989年)に移住を決めた。

### 森林インストラクターになる

仕事はしているが元来はフリーカメラマンなので時間など自由が利くこのので、多摩ニュータウンに移ってからは「多摩市植物観察会」「市民による雑木林管理」などの活動を始めた。その観察会の講師が分類学ではなく「植生学」の先生であったことが幸いして植生に興味をもちのめり込んで行った。その時、奥さんから雑誌「BE-PAL(ビーパル)」に載った森林インストラクター資格の記事を知らされ受験することにした。

気軽に受験したものの得意なはずの主要科目の「森林」と「安全及び教育」で落第して、その後(大学受験以来の)猛勉強の甲斐があり合格(平成5年(1993年)42才)した。

### (FIT草創期のエピソードと熱かったメンバー)

森林インストラクター制度が立ち上がって間もない時期であり合格者の人数も限られていた。他県では森林インストラクター会が有ったが東京には無かった。そこで有志が集まり森林インストラクター東京会(FIT)を立ち上げた。FITの組織化に際しては絶妙の人材が揃っていた。

NO.1(会長:石井誠治さん)一名とNO.2の三名(事務局長:岡田誓さん 副会長・知名度アップ担当:三沢啓人さん 副会長:関統造さん)の体制が機能して一気に進捗した。当時、宮入さんは広報を担当してフォレスト通信の1号2号を発行したが蜂須賀公之さん、竹本太郎さん、田島弘志さんに引き継がれた。事務局長の岡田さんは最大の功労者で現在のFITの元になる仕組みを作られた。例えば、

新人の育成制度(初年度:親子観察会・2年目:木の日研修会・3年目:新年会を担当する)など根幹の制度を立ち上げた。これで合格した直後から課題があり活動を開始することで新しい会員が動けることになった。更に同年合格者の組織化(同期会)を提案され推進された。

#### (FIT関連の活動)

広報部長を務めた。(参考:初代広報部長の田島さん→宮入さん→中西さん→藤原さん→田川さん→宮崎→鍛治さん)全国森林レクリエーション協会主催森林インストラクター養成講座の講師(自然観察)も担当している。(ちなみに本講座では最近では参加者のコスト負担削減のためzoomも実施している)FITの藤田富二さん(当時は林野庁勤務)からの森林保護員の募集を教してもらい採用され2021年まで高尾山域国有林の巡視を15年間行った。

その間に著書「ぼくは高尾山の森林保護員」「高尾山昆虫記」を著している(FITホームページの自然発見に会員の出版情報あり)。写真集としては「ホッと

する風景がここにはある」「屋敷林」(在庫があるので総会かHPでのPRか販売も検討中)などがあります。

FITホームページには長年に亘り高尾山国有林巡視日誌を掲載(全部で169回)頂いた。その後も多摩ニュータウンエリアの写真を投稿されています。

#### FIT会長になって

前会長の斉藤幸雄さんからFIT会長就任要請を受け、拒んだものの、断りきれず引き受けることになった。

会長としてのFIT運営はFIT運営委員会(森の日)の皆さんで協議して運営する方針であるので会長自身として個別的に何をすべきか、ということは想定していない。

ただFIT会員で森林インストラクターの資格を取得しても活動されてない方が多数居られるので何か良い機会は無いかと考えている。

特に、FIT登録グループや同期会その他集団に属していない会員が「個人」でも参加できる場の必要性を感じている。

## 子どもたちにクラフトの 楽しさ伝える

### すみだまつり

コロナの影響で3年振りに10月1日、2日に第47回すみだまつり、第52回こどもまつりが墨田区総合体育館、サブアリーナにて開催されました。FITもクラフトで出典し、一日目23名、二日目24名の会員が訪れたお子さんを中心に親御さんとも楽しい時間を過ごしました。

クラフトはブンブンゴマ、エンピツブローチ、ヒノキ実ブローチとストラップ、ケムンパ、トチの実ストラップ、押し葉しおり(1日目のみ)、デンデン太鼓とお絵描き(2日目のみ)でした。

両日とも晴天に恵まれ、小さなお子さんを中心に会場を訪れた家族で大賑わいでした。FITのブースは入口から遠い片隅でしたが、どのクラフトも大盛況でスタッフは昼食時間も惜しんで対応に追われました。順番を待つ子供たち、出来上がった作品

に笑顔で喜ぶ姿を見ると疲れも忘れてスタッフも笑顔になりました。

ケガやヒヤリハットもなく充実した2日間で、来年も参加したいと思いました。

(広報部 小野)





日本山岳会  
科学委員会  
フォーラム「登山を  
楽しくする科学(XII)」  
FITメンバ  
ーが活躍

2022年10月2日(日)日本山岳会科学委員会主催のフォーラム「登山を楽しくする科学(XII)」が立正大学の品川キャンパス・ロータスホールで開催された。

フォーラムとは皆さんといろいろな論議を交わしたいとの思いで名づけたとの主催者の説明を受ける。FITメンバーとしても日頃関わりの深いテーマで興味深い講演内容であった。

### 不思議が重なる理由

最初は「伊吹山お花畑の不思議」と題した石井誠治さん(元FIT会長)の講演であった。まず不思議だなと感じたらその原因を追求してくださいと話す。

伊吹山は高尾山に次いで植物の種類が多い山です。その誕生ヒストリーには地理的条件、気候条件などが関連しています。山頂部分はフズリナ石灰石(ペルム紀)が赤道付近から北上しプレートに沈み込む際、付加体として取り込まれ、土台の岩石は火山活動による緑色岩類とチャート及び泥岩砂岩でできており頂上付近では好石灰岩植物と草原を形成しています。また地理的条件から、多雪世界記録(11m 28cm)を持つと同時に、北方系、日本海要素植物が多く、また暖温帯や南方系(襲速紀要素)の北上が交じり合い豊富な植物種を構成しています。その上、高尾山と違い、京都に近く昔から人間に利用されていた歴史があります。近江商人による薬草の栽培、やヨーロッパ原産の雑草などが生育しています。その一つ一つを理解することによって伊吹山への関心と魅力が倍加することでしょう。



講演する石井誠治さん

### 安全な登山をしていますか

続いて鹿屋体育大学教授山本正嘉氏による「歩行ペースとコースタイムから考える安全登山の科学」と題する講演があった。

普段登山をしたリイベントを開催する



開会の挨拶をする平野裕也さんと司会進行役の伊藤謙二さん

場合に、歩行ペースを数値化することによってとても分かりやすく安全な登山を目指そうとするものです。

登りのキツさは鉛直方向の移動速度で決まるとする。ガイドブックの標準は約350m/h程度の速度となっている。駅の階段を普通に上ると1000m/hになるという。

安全と考えられる速度は300m/hで、階段5段を10秒かけて上るスピードという。エネルギーの消費度合いをメッツという単位を使って、「寝る、座る、立つ、デスク仕事」に相当する運動の強度を1メッツとする。ちなみに身に付ける荷物等は10kgで1メッツに相当するそうです。

どのような運動・スポーツ・生活活動が何メッツに相当するかを分かりやすく解説、それによると「ジョギングと歩行を交互に、バスケ、ゆっくり泳ぐ」を6メッツとして、これを上回らなければ安全圏内とする。安全圏とは「普段何の運動もしない、心臓に多少問題がある」人が登っても事故がおこらない範囲だという。

中高年の登山者400人の登高速度のデータをとったところ、安全な6メッツ以



下で登っていた登山者はほとんどいなかったとの結果であった。自分では気付かずオーバーペースになっている実態が分かった。

また、ガイドブックのコースタイムはほぼ経験値であった。そこで全国の山と渓谷社分県ガイドブックの2000以上のコースタイムを平均値化して検証した。その結果、傾斜地(平均30%)での登下降速度は、上りで350m/h、下りで500m/hとなり6メッツ台で可能との結論でした。例えば累積標高差1000mを登下降する場合、平均値でほぼ6時間のタイムがつけ

られていて、6メッツ台のペースとほぼ合致するとの説明でした。

現在、YAMAPと連携して登山地図アプリに、コース毎の特徴を加味した全国的に標準化された安全性の高いコースタイムを搭載する取り組みをしています。気候、各人の体力に応じた利用をしてください。

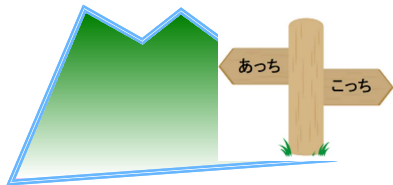
感覚だけをたよりにする登山から、具体的科学を基にしたな解説はとても参考になる講演でした。

メッツの単位で表した様々な運動の強度

運動の強さ	スポーツ・運動・生活活動の種類	
1メッツ台	寝る・座る・立つ・デスク仕事	
2メッツ台	ゆっくり歩く、立ち仕事、ストレッチ、ヨガ	
3メッツ台	普通～やや速く歩く、階段を下りる、掃除、軽い筋トレ	
4メッツ台	早歩き、水中運動、ゴルフ、庭仕事	
5メッツ台	かなり速く歩く、野球、子供と遊ぶ	
ハイキング→ 無雪期の縦走→ バリエーション→	6メッツ台	ジョギングと歩行を交互に、バスケ、ゆっくり泳ぐ
	7メッツ台	ジョギング、サッカー、テニス、スケート、スキー
	8メッツ台	ランニング(130m/分)、サイクリング(20km/h)、中速で泳ぐ
	9メッツ台	荷物を上の階に運ぶ
	10メッツ台	ランニング(160m/分)、柔道、空手、ラグビー
クライミング→	11メッツ以上	速く泳ぐ、階段を駆け上がる

安全  
圏内

安全  
圏外



NHKテレビで奈良県天川村で起きた遭難事故についての報道があった。この事故について私は2回観ていて、2回目は少し詳しく報道されていました。

登山歴40年の女性ベテランハイカー2人が遭難した。幸いにして救助されたが、ハイカーが地図をなくしたという落度もあるが、主だった原因は、道標に誘導されて迷い込んだということです。3方向ある登山道に道標が2方向しか設置されていなかった。道標は2つの自治体の境界にあったが、一方の自治体に関わる2方向しか設置されておらず、他方の自治体への道は記載されていなかったという。管理者からすれば管理責任があるので責任を負える範囲内しかやらないとする気持ちがある。

もう1つ、道標に関する話題、あまりにも有名

になった裁判です。駿河小山町で校長を務めた岩田さんが地元愛から建てた不老山周辺に60本近い有名な道標があります。ユニークな形、鮮やかな色彩でハイカーの間では有名な存在。それが小山町と裁判になった。(詳しくはネット参照)

奥武蔵には顔振峠というイベントでもよく通る場所があります。ここはH市とO市の丁度境界に位置しています。奥武蔵グリーンラインなる道路に面して峠の茶屋があります。その反対側にO市が設置した大きなハイキング地図がありますが、顔振峠は何と左下隅に現在地と赤色で記されています。また北が真上でなく斜め右上になっています。初めてここを訪れた人が見ても、おそらく現在地を頭の中に描ける人は少ないだろう。最寄りの鉄道駅もO市はH市の2倍以上の距離があるのに、O市にあるものは書かれていますが、H市の鉄道駅は看板の範囲外で書けません。道標や地図を一番利用するのはハイカーです。お互い話し合っって使いやすい地図や正しい道標設置を希望するのはハイカーのわがままでしょうか。



会員の投稿

## 私の百名山

22-3318

福重昌行

山の歩き方にはさまざまな意見や、楽しみ方があると思います。

百名山ブームで山が荒れた、ピークハントで何が楽しいのかなど 私の場合、40年以上をかけての達成でした、今考えるとお金、時間がかかりました。

はじめの頃は妻や家族、友人と温泉を組み合わせ、登山口近くまで車で行くスタイルでしたので、百名山は意識していませんでした。いつしか50座を超えるころから意識するようになったように思います。

そのころ、自分の入院手術と入れ替わりに妻の入院手術、そして他界となり完登を強く意識するようになりました。

アプローチが難しい、小屋の予約が取れない、ピストンでは無駄が多いなどの理由からツアーも利用するようになりました。そして残ったのが、北海道、南アルプス、平ヶ岳でした。

そして2012年10月8日、最後の平ヶ岳の登頂で完登達成でした。それまで複数回登った山があります。霧島、屋久島、富士山、槍ヶ岳、穂高岳、尾瀬、飯豊山、武尊山、安達太良山。白根山、八ヶ岳、谷川岳などです。

百名山を歩いての思い出は、若いころ 妻と雲取山の日帰り登山で、暑さでの脱水症状、途中での滑落した女性の救出で時間を取り、深夜の下山となったこと。時間に余裕のない計画。

### 火打山から焼山の縦走

単独山行で解禁になったばかりの焼山、踏み跡もなく、高山植物を踏みつけながらの歩きとなったが途中で道を失い、駐車場と反対側の長野側に下山、林道を歩き、自然の中で物音、光を感じなが

ら一晩かけてたどり着いたこと。地図読みの勉強不足、目標が取れない夜の歩き方、

### 飯豊山での試練

ここではツアーで2回、単独で1回、途中の山小屋で2日の停滞後下山と撥ね帰され4回目は、単独で入山するも途中で悪天となり、無人小屋で一人3日の停滞、やっとの思いで登頂を果たす。食料の確保、気象の読みなど

### 黒部での我慢

春先の黒部での単独行で、雪渓を渡る際にガスにまかれ、視界不明となり道を失う、そこで一息、30分経過、逆方向から人の声が聞こえ、標識を見出し無事通過できた。

ことなど強く、今でも思い出す。

山の楽しみ方にはいろいろあり、考え方も多々あると思います。私は百名山を歩く事で自然とのかかわり、壊れてしまった自然の回復の難しさ、自然の大きさ、人の与える影響など、いろいろのことを学びました。人それぞれがリスクに備え、安全に楽しく山を歩くことができればいいなと思います。また森林インストラクターの資格を得てからの山歩きが少し、余裕を持ち、いろいろなところに目が行くようになったことは確かです。

最後に2007年の山行を参考まで紹介します。

1月31日 黒川山、2月18,19日 熊野、21日 御坂、黒岳、3月17,18日 安達太良山、4月1,2,3日 熊野、4月14,15日 茶臼、朝日、5月3日 早池峰、5月5日 高尾、陣場縦走、5月19,20日 立山三山、5月27,28,29,30日 屋久島、6月1,2,3日 武尊山、6月23,24日 岩木山、八甲田、6月29日 羅臼、7月1,2日 斜里、24日 尾瀬、8月3,4,5,6日 槍ヶ岳、8月17,18,19日 穂高岳縦走、9月9,10日 尾瀬、9月25,26,27,28日 剣岳、10月5,6,7日 武尊山、10月17,18,19日 早池峰、蔵王、10月28,29,30日 岩櫃山、大峰山、吾妻山、11月1日 高尾山縦走、11月3,4日 遭対協講習、12月22日 高尾山縦走

## ひので野鳥の森自然公園

H26年度 市川陽子

この公園は、草花丘陵の一端に位置する日の出町の東部にある面積約97haの広大な里山です。もとは宅地開発が予定されていたが、バブル崩壊とともに計画が凍結。日の出町は一転、開発から保全に舵を切り、野鳥をはじめ動植物が豊富なこの里山を10年かけて整備し、2019年4月に開園した。



マイフィールドと言うわけではないが、整備される前から歩いていて、今では一か月に数回は訪れている。

駐輪場も駐車場も無く、武蔵引田駅から徒歩約30分、車道なのでかなり遠く感じる。

入り口は4カ所。東光院から入ると197段の急な階段が待ち構えている。植物観察モデルコース、2時間里山コース、4時間味わいコースなどいろいろなルートがあり、その時の余裕によってコースを選ぶ。所々に案内の看板があるので、方向音痴の私でも安心して歩き回れる。それでもマップを持っていながら看板を見落として、延々と西多摩霊園の近くまで歩いたことがあった。

上り下りも高低差がかなりあるので、低山に登ったような満足感がある。そしてとにかく人に会わない。休日でも誰にも会わないことが多い。静寂感を満喫するにはいいが、曇りの日に歩いているとふと山の中で迷い込んだような不安を感じる。

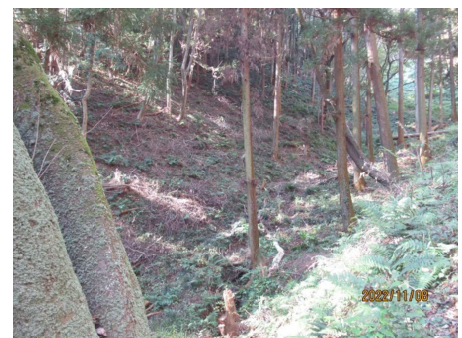


珍しい植物があるわけではないが、アキノウナギツカミやミゾソバ、アキノタムラソウ、サジガンクビソウ、ヒヨドリバナなどの花、ヤマノイモのムカゴ、イヌザンショウの実やテイカカズラの実、クサギの実など

が四季折々に楽しませてくれる。

9月はクモの巣だらけで大変だった。メインの道を歩くようにしていても、数mごとに巣がある。壊すには忍び難かったが、体中に絡みつくので、枝を振り回しながら歩いた。11月は、枯葉の中でヌルデの紅葉が鮮やかだ。

実は、武蔵引田駅から徒歩15分の所にある介護施設に母が入所している。そこから15分歩くとこの公園なのだ。5年前母が入所したばかりの時は、まだ車椅子に乗る元気があり、施設の屋上から山並みを眺めたりしたこともあった。それがコロナ感染予防のため面会が禁止に。昨年から再開されたが、たったの15分間の面会。それでも家族の話や食べ物のお話で楽しいようだった。だんだん食欲が減り、ベッドから起き上がることもできなくなった。今は流動食もほんの少しだけ、私の顔もおぼろげのようだ。「私は娘だよ」と言うだけで面会の時間が過ぎてしまう。



そして面会の帰りに必ずこの公園に行くようになった。とにかく歩き回る。少し汗ばんでくる。見晴らしのいいところでお茶を飲む。また歩き回って帰路に就く。これからあと何回行けるだろうか。

宮本古道



## 八丈島の自然と

## ガイドの仕事

102-4501 大類由里子(おおるい ゆりこ)  
八丈島自然ガイドサービスしいのき



東京都の離島、八丈島で18年自然ガイドをしています。

スクーバダイビングがしたくて25年前に移住したので、まさか陸の自然をガイドすることになるとは当時は思ってもいませんでした。

私が住んでいる八丈島は東京から287km南下した位置にあり、面積は69km<sup>2</sup>で山手線の内側とほぼ同じ大きさです。

三原山(700.9m)は10万年以上前に、八丈富士(854.3m)は約1万年前に誕生した2つの火山で形成されている島で、それぞれ異なる自然を楽しむことが特徴です。伊豆諸島最高峰の八丈富士は水はけのよい玄武岩質の山で保水力が無く川がありません。

標高600m辺りまでがタブノキが極相の森林でそれ以上はガクアジサイやオオバヤシャブシ、ヒサカキの低木、山頂付近は強風にさらされる為背の低いハチジョウイヌツゲとノガリヤスが中心の植物相です。

しかし噴火口内は雲霧林となっていてヒサカキとハチジョウイヌツゲの森にセッコク等のランが咲き、シダ苔類も多く亜熱帯のような森が広がっています。

一方、三原山は山頂付近まで森林となっているため保水力が高く、川や滝・湧き水等、水の豊かな山となっています。

極相はスタジイで深い谷や日当たりの良い尾根等、浸食が進んだ複雑な地形のため植物相も豊かで、特にシダ類が目立ち、南方のヘゴシダの自生地も八丈島の三原山が北限となっています。

ここは本州から離れた海洋島であり「すべての生き物は海を渡って」という自然形成が、八丈島の自然の面白さだと感じています。

本州との大きな違いは四つ足の哺乳類は渡って来れなかったことでしょうか。

蝉もツクツクボウシ1種類だけ、クワガタは数種類いますがカブトムシはいません。

植物も伊豆諸島を南下するほど花の色が白くなります。

棘が無くなる植物が多く、ススキを触っても手を切ることがありません。

また、古くからある産業(おそらく平安時代後期)の黄八丈は黄・



八丈富士～お鉢めぐり～



三原山～硫黄沼～

黒・樺色の三色の織物で、昔は蚕を育て糸から作っていました。

蚕のエサとなるハチジョウグワ（現在は雑種が多いようです）、染めはコブナグサ（黄）・スダジイ（黒）・タブノキ（樺）、媒染はヤブツバキとヒサカキの灰汁・泥と、すべて八丈島の植物と土壌で作られた世界に誇れる産業だと思えます。

私はそのような八丈島をフィールドにアウトドアガイドの仕事をしています。

八丈島は全体が「富士箱根伊豆国立公園」となっていて、ツアーコース

は保護地域になっている場所が多く、環境負荷をかけないために歩き方やマナーもお伝えしつつも参加者にはリラックスして楽しんでいただけるよう、かなり砕けた話し方でいつも解説をしています。

ルーペはいつも持ち歩いていて、コケやシダの孢子観察に利用しています。

雨が多い島なので雨上がりは植物に付いた雫をルーペで覗くのが美しく大好きです。

その日の天気や自然の状況とお客様の興味に合わせていますので、お話しする内容はその日によってかなり変わってしましますが、島の成り立ちと生き物の特徴は必ずお話ししています。

八丈島が黒潮海流の当たる位置にあり、緯度のわりに南国感が味わえ、ひと昔前は「東洋のハワイ」と呼ばれ現代ほど気軽に海外へ行けない時代に大変多くの観光客が訪れるリゾート地となっていました。

もっと古い時代に遠方の流刑地のイメージが強い方も多いと思います。

昔から自然災害の多い島で、流人（罪人）・島民関係なく共に協力し合いながら命を繋いできた島民の力強さとお節介に感じるほどの優しさ、自然のたくましさで最近の旅行者は癒されているようです。

江戸時代は八丈島まで半年かかることもあったそうですが、今は羽田空港から55分。ぜひ本州とは違う東京都の離島の自然に興味を持っていただけたら嬉しいです。



八丈富士と八丈小島



もう一度確認 AEDの使い方

みんなで学ぼう 応急手当

あなたの勇気が、命を救う。

東京消防庁 緊急連絡先 119

東京消防庁ポスターより

どうする！ナラ枯れ

今秋稲荷山コースを歩いたが、ナラ枯れの被害がひどい。コナラはほぼ全滅、一部クヌギ、アラカシもやられている。被害調査は済んでいるようでテープが巻かれている。

コナラは腐朽が早く、強風後は太い枝が掛かり木になったり落下する。怪我人が出たりしたら大変だ。かといって処分するだけでも膨大な費用がかかる。長期間通行止めになれば周辺の経済的損失も大きい。

もはや防ぐという段階ではないように感じるが頭の痛いところだ。

野草茶を作って飲んでみた

都会でも生えているメヒシバ、オオバコで茶を作り飲んでみよう計画した。何せ全く知識はなかつたがむしやりに挑戦した。ついでに生えていた、チヂミザサもやってみることにした。

ちゃんとしたレシピがあるわけではない。3種とも風通しの良い場所に2日間網の上に乗せ、日干しまたは陰干しをした。3種とも鍋に水約1Lに対し、2握り(鷲づかみ)の葉を入れて約20分煮出す。

メヒシバ ザク切りにして鍋またはフライパンで残りの水分をとばす

オオバコ 鍋またはフライパンで弱火手でもみながら水分を飛ばす

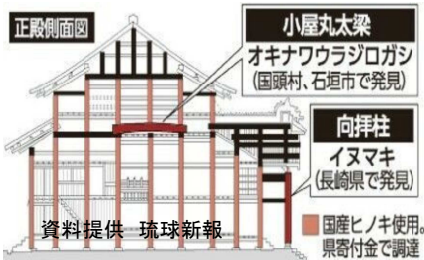
チヂミザサ 葉だけをとって乾燥後そのままの状態煮出す

500mlペットボトルに1日1種類試飲した。体調はすこぶるよく問題は全くない。

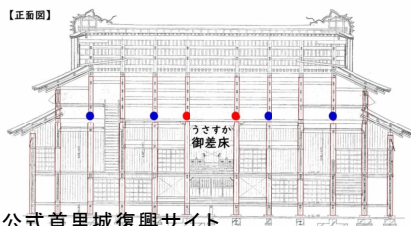
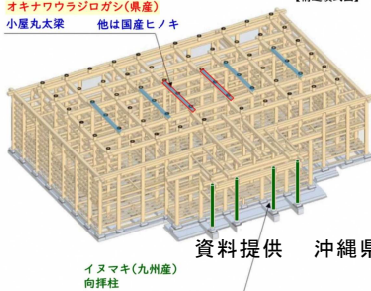
メヒシバはまさに青畳の香りそのもの、他にもスッキリした香りです。

正殿の復元工程  
式木の元起  
式木の元起  
式木の元起

首里城復元



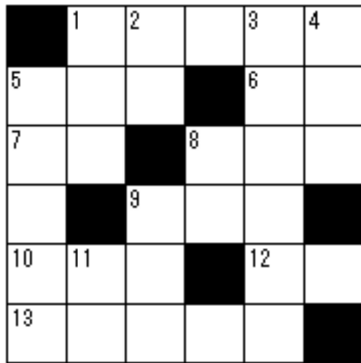
オキナワウラジロガシ(県産)  
小屋丸太梁 他は国産ヒノキ





# かんたん

## FITクロスワードパズル



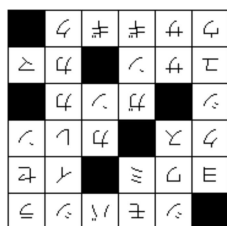
### ヨコのかぎ

- 1.高尾山では冬になるとこれを観にくる人が増える
- 5.相手にこれを見せてはいけない
- 6.江戸時代、江戸の庶民はここに行くのが夢だった
- 7.虫除け作用がある成分を含む樹木
- 8.〇〇〇な花を見ると心がなごむ
- 9.山頂からの〇〇〇に広がる眺めは最高だ
- 10.たまには山で遊ぶのもいい
- 12.草を刈る道具
- 13.高山に登ると咲いている

### タテのかぎ

- 1.学校の先生はこの時期忙しくなる
- 2.クリスマスツリーはこの木で作る
- 3.世界的インフレでこれがあがったなあ
- 4.ネジバナは〇〇〇状に花が咲きます
- 5.チョット早かった。〇〇〇〇〇が見頃に
- 8.自然観察は五〇〇を使って
- 9.豪雪地帯で、軒から出た深いひさしのこと
- 11.タケと〇〇はどこが違う？

### 何の丸太でしょうか？



原木市場に直径16cm、長さ3mのスギの原木があります。値段は1m<sup>3</sup>あたり15000円です。この原木は1本いくらですか？

### 答え

左からスギ、ヒノキ、カラマツ  
丸太値段 1152円/本



水清ければ魚棲まずとの故事があるが実際にそのようなことが証明された。

NHKテレビ[ダーウィンが来た！]はFIT会員の定番番組だ。

その番組で瀬戸内海のイカナゴが極端な不漁になっていた。その原因として海がきれいになりすぎたためとの仮説をたて、流れ込む排水に多少の浄化していない排水を混ぜて、海に流したところ、漁獲量が前年の13倍にあがったということだ。清流のホタルも同様のことがあるらしい。

自然は微妙なバランスでなりたっていることを実感した。

### <事務局便り>

今年も早いもので師走を迎え、残り日数も少なくなってきました。新型コロナウイルスの感染状況は、まだまだ収まっていません。ワクチン接種も進んでいますが、感染の第8波が確実に来るとの専門家の見方もあり、今後も、感染防止に十分な対策を講じて活動を実施していただくようお願い致します。

今年の合格者も発表され、FITに新たな仲間を迎える季節となりました。新合格者への説明会、入会手続き、新年観察会に引き続き総会開催と行事が目白押しです。会員の皆様にもさまざまな場面でご協力をお願いすることになりますが、よろしくお願ひいたします。

### ● 会員情報

会員数（2022年 11月30日現在）345名。

### フォレスト通信Vol.136

発行者 森林インストラクター東京会

編集 広報部会

事務局長 藤岡 眞

住所 〒150-0022  
東京都渋谷区恵比寿南3-9-23-501

090-1665-4589

メールアドレス : sfujioka0206@yahoo.co.jp