



特集 春のふおれすと鉞山を  
遊びつくそう！

4月～のおすすめイベント

ガイドウォーク・春のワンデイハイク・里山イベント  
コーザン・スペシャルウィーク×アースデイEZO

リレーコラム カマンベツに呼ばれて  
中村壯一郎（小田原足柄異業種勉強会）

MJdays花ある紀/ふおれぼらこら

スタッフコラム⑧/カウンターの裏側からこんにちは

KOUZAN EVENTs / KOUZAN INFORMATION

photo: 松原 條一

33 apr. 2011

鉞山録  
こうざんろく

登別市ネイチャーセンター「ふおれすと鉞山」ニュースレター

発行：特定非営利活動法人 登別自然活動支援組織 モモンガくらぶ

〒059-0021 登別市鉞山町8-3 登別市ネイチャーセンターふおれすと鉞山

TEL/ 0143-85-2569 FAX/ 0143-81-5808

E-mail: kouzan@npo-momonga.org URL: <http://npo-momonga.org/>

# 春のふおれすと鉱山を遊びつくそう！

そろそろ真っ白な雪がとけて、フキノトウやフクジュソウが顔を出しはじめる頃。季節は冬から移り変わり、ふおれすと鉱山に春がやってきました！暖かくて心地よい空気に誘われて、人も植物も動物も活発に動き出します。今回の特集では、春のふおれすと鉱山を楽しむための方法をご紹介します。あなたのお気に入りの春の遊び方を、ぜひ探してみてください！

テキスト：はっち 編集：ちーかま

## 水辺の生きものをさがしてみよう！



▲エゾサンショウウオ

雪がとけ、池や沢などの水辺にはいろいろな生きものたちがうごめきだします。そーっとのぞいてみると、エゾアカガエルやエゾサンショウウオの卵を発見することができるかもしれません。ときには雪解けの水たまりに卵があることも。

池のそばで気配を消して静かにしていれば、エゾアカガエルの鳴き声も聞こえてきます。だんだん暖くなるとオタマジャクシやアメンボと1年ぶりのご対面です。子どもと一緒に春の生きものをさがしに出かけてみましょう！



▲エゾアカガエル

生きものや卵にさわったあとは手を洗おうね！



▲水辺に卵を発見！

## 草花観察へでかけよう！



冬にはモノトーンだった山の景色も、木々の芽吹きがはじまって徐々に色づいてきます。初春の山の色は『春もみじ』と呼ばれるほどの美しい色に。そして、森や林、林道沿いでは春に咲く可憐な花々と出会うことができます。

日の光に向かって花びらを開くフクジュソウをはじめ、妖精のような形をしたエゾエンゴサク、あたりに独特の香りがただようナニワズ、3枚の大きな葉が特徴のエンレイソウなど、儚く短い命の花たち～スプリングエフェメラル～に目を向けてみてください。小さな花の世界には驚くような発見がたくさんあります。ルーペを使って眺めるだけでも、いつもとは違った見方を楽しむことができるかもしれません。



▲プリミヤマスマシレ



▲ナニワズ



▲ミヤマエンレイソウ



▲エゾエンゴサク

## 鳥のさえずりに耳をすませる



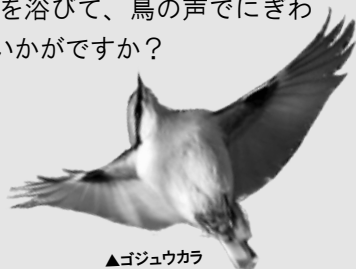
▲アカツ

春は鳥たちの恋の季節のはじまりです。シジュウカラやゴジュウカラなどのカラ類や、ずっと山で過ごしているアカゲラやコゲラなどのキツキの仲間に加え、オオルリやアカハラ、ウグイス、イカルなど冬の間、南の暖かい場所で過ごしていた鳥たちが戻ってきてさえずりを聴かせてくれます。

ポカポカの春の陽気を浴びて、鳥の声でにぎわう森を散策してみたいはいかがですか？



▲オオルリ



▲ゴジュウカラ

……鉱山に遊びに来ているみなさんに聞きました……

## 春になったら、

### ふおれすと鉱山でやってみたいことは？

- Kさん 「山菜をとりに行く」
- Sちゃん 「木登り、あったかい日に薪割り、野鳥観察、虫探し」
- Nちゃん 「お昼寝。あと夏に向けての体力強化のため、川で寒風摩擦」
- Mさん 「山菜とり、タケノコとウドを探しにササやぶに入ってもいいなあ」
- Tさん 「ひとりでクライミングボード」

みなさん、ご協力どうもありがとうございました！



図鑑を持って「これは何の植物？」  
みんなでワイワイ歩くのも楽しい。



お散歩ついでに山菜さがし。  
思わぬ収穫があるかもしれません。



子どもたちは水辺の生きものに夢中。  
手で触ったり、網ですくったり。



森のおうちの前は、サクラとキタコブシの  
お花見にもってこいのポイントです。

## 山のごちそうをいただきます！ 山菜を楽しもう

春と言えば山菜！“花よりダンゴ”を楽しめる方も多いのでは？ フキノトウにはじまり、コゴミやタケノコ、ギョウジャニンニク、ヨモギ、タラノメなどの山菜が森のなかに顔を出しはじめます。天ぶらや酢味噌和え、胡麻和えにして食べるとこれがまたおいしい！ メジャーではないけれど、イラクサやアザミの天ぶらも美味。ただし、山菜は野生動物の大切な食糧なので、食べられる分だけにして、それ以外は森に残す。根こそぎ採ってしまうと来年以降出てこなくなることもお忘れなく。人と自然（野生動物や植物など）との共生を頭に置きつつ、自然とのふれあいを味覚を通して楽しみましょう！



▲イラクサ

▲ギョウジャニンニク

▲コゴミ



採取のときは、植物図鑑、  
手袋を持っていくのがおすすめです。  
山菜はアツが強いので、  
食べ過ぎに注意してくださいね！

▲ふおれすと鉾山では、調理台を1時間100円で利用することができます。  
採れたての山菜を調理して春のパーティなんていかがでしょうか？

## 運動不足解消& リフレッシュ・リラックス

冬のあいだ、なかなか外に出られなかった運動不足の方へ。健康のためのウォーキング、ランニングはいかがですか？ 春の気持ちのいい空気を吸って、運動不足解消。森には人をリフレッシュさせてくれる効用もあります。

さらに、もっと体を動かしたい人におすすめは、マウンテンバイクに乗って、林道を駆け抜けること！ 森のなかの春の息吹を体いっぱいを感じながら、気分も爽快に心地よい疲労感を味わうことができます。そして、雪解け水で増水した川を見ることも、この季節ならではの。眠りから覚めたようにどンドン動き出す森の中で、自分の体も目覚めさせてあげましょう！



▲MTB時間100円で貸出しています！

## みんなで集まって わいわいお花見！



▲キタコブシ

ゴールデンウィークも近くなると、華やかな樹木の花が咲きはじめます。エゾヤマザクラの桃色とキタコブシの白色が芽吹き森に映えて、絵のような美しさに。施設の敷地内に絶好のお花見スポットが何箇所もあるので、敷物とお弁当を持ってみんなでのお花見も楽しいです。家族で、または仲のいい友人たちなど多人数で、春の一日をぜひ楽しんでみてください！



# 4月～のおすすめイベント

イベントの詳細はHPからもチェックできます。詳細はお問い合わせください。  
<http://npo-momonga.org/>

## 1 ガイドウォーク

4/14 (木) 4/21 (木) 10:00~12:00



日差しがやわらかく、外を歩くのが気持ちのよい季節がやってきました。草花に樹木に水辺の生き物たちなど、雪のなかから顔を出しはじめた小さな春の訪れをガイドが楽しくご案内します。

## 2 春のワンデイハイク

4/24(日) 10:00~15:00



毎年人気のワンデイハイク。鉾山周辺をゆっくりと時間をかけて歩きながら、早春のすがすがしい空気を存分に楽しむことができます。お昼の休憩には山菜の天ぷらが登場。体と味覚の両方で春を満喫できる一日です。

## 3 里山イベント

4/29 (金) 10:00~15:00



大人から子どもまで、誰もが楽しめる里山イベント。春を全身で感じながら過ごす素敵な時間。コーザンの森、新発見。森と一体になる感覚を一緒に味わいましょう！

## 4 コーザン・スペシャルウィーク ×アースデイEZO

5/3(火) ~5/5(木) 10:00~



GW期間中の3日間開催する、春の一大イベント！ 地球のことを考えて行動する日“アースデイ”イベントと連動して開催します。自然と仲良くなるための遊びが盛りだくさん！友達やご家族でぜひ遊びにいらしてください。



## 「鉾山から、ひとつくり、 街づくり、国づくり」

私<sup>私</sup>が初めてふおれすと鉾山を訪れた時、2つの生まれてはじめてを体験しました。一つは、川遊びの体験プログラムに参加したとき、目の前にあるもので遊びを見つける楽しみです。河原に転がっている石も、石積みの堤防も、スタッフの一声で、山にあるものが、たちまち、クリエイティブで、なかなか攻め落とせない、奥の深い遊び道具へと変身していったことです。やがて自分でも見つけられるようになる。これがもう楽しい。自分の中に秘められた創造力が引き出される快感。もう一つは、ふおれすと鉾山に集まる子ども達の可愛いこと、可愛いこと。はじめての大人に対しても何も臆することなく、こちらの懐にどんどん入ってくる。こうなってくると不思議と人様のお子さんでも本当に可愛い。可愛いからこそ、この子たちに対してなら怒ることも躊躇なくできそうだった。こんなに社会性のある、すなわちコミュニケーション能力の高い子ども達に出会ったのは初めてのことでした。

私は、神奈川県西部、箱根のお膝元、小田原・足柄地域で暮らしています。もともとは兵庫県の出身ですが、小田原・足柄地域にすっかり魅せられてしまい、関西から両親を呼び寄せ、3年前に完全に移住しました。2年少し前から地元の有志と共に「小田原足柄異業種勉強会（おだあし勉強会）」という市民グループを立ち上げました。地域を愛し、地域と自分たちの商売の発展を願う人達が集う会です。この会には実に様々な職業の人達が集まっています。おだあし勉強会という「場」があったから、これまでの暮らしでは出会うことのなかった人達とたくさん出会うことができました。いろいろな人達が集まるとおもしろいですよね。一つ話題をふっても、様々な反応が返ってくる。そしてそのグループは強いんですよね。何か困ったことがあると、誰かが答えを持っている。

ふおれすと鉾山にも実に様々な人達が集っていますよね。しかも様々な表情を持っている多様な自然との向き合いがある。この多様性に溢れたふおれすと鉾山という「場」が、鉾山のスタッフとボランティアさんの力も加わって、ここに集う子どもたちや大人達の持つすばらしい力を引き出しあっているのではないのでしょうか。このような人達が、子どもから大人までたくさんいる登別という街の未来は本当に明るいはずですよ。企業でも街づくりでも最も大事なものは「人」だと思いませんか。いい国をつくるには、いい街の暮らしが国中にないとできません。いい街をつくるにはいい「人」がいないとできないのです。私も日本という国を、いい国のまま次の世代に引き継ぎたいと思っています。だからこそふおれすと鉾山という「場」でこれから起きていくことに、ずっと注目していきたいですし、私の住む町でもふおれすと鉾山をお手本に、このような「場」づくりを是非していきたいと思っています。



中村 壯一郎

(なかむら そういちろう)

兵庫県出身。現在は神奈川県西部に完全移住。2010年7月に北大との共同研究会のメンバーとなり初めてふおれすと鉾山を訪問。現在は航空業界のコンサルの傍ら、神奈川県西部の地域活性化に取り組んでいる。

## 早春の花、フクジュソウの戦略

雪解けがどんどん進み、しかしまだ辺りには残雪がある時期に彼らは咲き出す。

まっ黄色な盃型をした彼らは、上部にかかる樹木の葉が茂る前にいち早く開花する。太陽の独り占めだ。早春花として有名であるが、それは命をつなぎ続けるために彼らを選んだ道なのである。春の弱い陽射しの中で、地面すれすれの長さに花茎をつけ、多くの花弁を開く。この時期、暖かくなったとはいえ、かなりのリスクはある。現実には時々淡雪ではあるが、その洗礼を受けるし、氷点下となることもある。

しかしである。彼らはこの道を選んだ。そ

の名はフクジュソウ。すべからく、花たちは強い。様々な戦力を駆使し、生存競争を繰り返し、悠久の時を経てきた。あの可憐な姿からは想像出来ないほどである。自分も植物たちの戦略を真似ることができたら…と思う。

ちなみに、フクジュソウは「福寿草」と書き、縁起の良い花だとされている。が、毒草としても知られている。

また春がくる。楽しみである。

### MJ

文・イラスト 松原條一



## ふおればらこら つな環 チーム 誕生!

### モモンガくらぶに新しいチームが誕生しました!

森づくりに関わるつな環チームは、どのような活動をするチームなのでしょうか？  
長年「つな環」に関わり、今回チームリーダーとなった谷口さんにお話を伺いました。

#### ●今回つな環チームはどのように発足したのですか？

「森からつながる環境保全“つな環”の活動がはじまって3年になり、森の生態の学習や調査を経て、遊々の森（関係機関から利用許可を得ている）の利用、実際に整備作業を行っています。森のなかの笹やぶに挑んで複数の小路（トレイル）を確保し、橋や階段もつくり、ベンチ、テーブルも配しています。これらを維持し、展開するためにはさらに労力が必要となります。毎回参加するメンバーも固定化されるようになり、了解も得ることができたので、チームの誕生となったわけです」

#### ●チームの主な活動内容と、今後の目標を教えてください。

「笹刈りが主たる活動になります。小路の維持、新たな路づくり、湿地を覆う笹刈りを数年間は継続する必要があります。遊々の森へ導くようなカマンベツの沢と林道のあいだにトレイルと、川沿いのトレイルがあればいいですね。また、小さな湿地から流れている小さな流れがあります。そこにどんな生き物がいるかを調査したり、ガマやミズバショウを移植してみたいですね。この森にはまだ足を踏み入れていないところがあるので、モモンガの協力をあおぎながら動植物の勉強をしたいです。幌別川の最源流部の森づくりに関わる喜びと楽しさを下流域に住む登別市民にぜひ知ってもらい、この森がつな環チームの活動を通じて市民とつながるように啓蒙したいです」

#### ●つな環チームの活動、やりがいはどこなところですか？

「森づくりに関わる作業は、50代60代の面々には少々きついときもあるのですが、楽しく爽快ですよ。ボランティアでやっているとか、梓にはめられた作業をしているという感覚はないです。森の効用でしょうか、森を風で感じ、森の音に耳を傾け、森の匂いに包まれる、幸福なひと時が必ずあります。四季のうつろいを肌で感じながら森からいろいろなことを学びたいと思っています。作業ばかりでなく、ときには森のなかで大人の遊びもしてみたいですね。このことに長けたメンバーがいますので、森のなかに分け入って作業をする、汗かき大好きな男たち（女性もいました）です。ご興味のある方は、ぜひのぞいてみてください。たくさんの方々参加を願っています」





こんにちは、ちーかまです。

**もうすっかり春ですね！**

ときは4月になり、ふおれすと鉱山にもすっかり春が訪れていることかと思えます。みなさんは鉱山の春と言えば、何を思い浮かべますか？ 人一倍喰意地の張っている私が思い浮かべるのは、やっぱり山菜です。春は何をおいてもまず山菜です。あんなにおいしい食べものは他にないと思っているくらい山菜が大好きです。

昨年4月にはじめて鉱山へやって来て、まだ右も左もわからない頃に4月の春のワンデイハイクで山菜の天ぶらをつくり、つまみ食いでいたところを上司のYさんに「食べてばっかりいないで仕事なさい」と怒られたことを、まるで昨日のこ

とのように思い出します。そのあと、5月のスペシャルウィークでは、やっぱり山菜ビュッフェを担当させていただき、事前の山菜集めから当日の天ぷらまで、ボランティアスタッフのみなさんに教わりながら、どうにか無事に来場者のみなさんに提供することができたことを覚えています。山菜の種類も生えている場所もわからず、下ごしらえの仕方すべて一から教わってのふおれすと鉱山で最初の仕事でした。

そんな理由からも、やっぱり春と言えば山菜がまず最初に浮かんでくる大事なキーワードになっています。今年もおいしい山菜を食べるぞ!!

## 受付嬢山びいのカウンターの裏側から こ ん に ち は り

春と言えば、入学、就職など物事のはじまりが感じられます。そこで、今年度の抱負を考えてみました。それは…

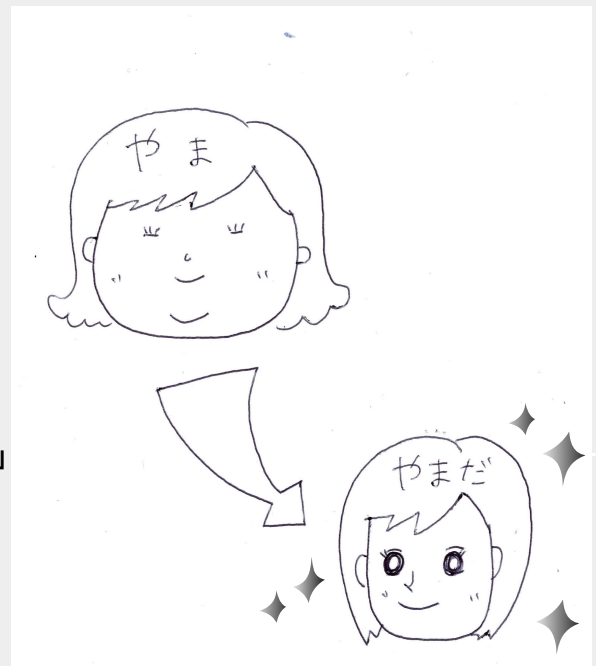
### ☆肉 体 改 造 計 画☆

**Q「やせるためのコツは何ですか？」**

(素敵にスリムな方々からこんなアドバイスをもらいました)

- KリT「**体重計にこまめに乗る**」
- Tご夫妻「**食べた分動く、毎朝走ったり歩いたりする**」

ありがとうございます。できる限り実践しようと思います。ちなみに、やせているMJ、はっC、Tっちーの3名は「むしろ太りたい」「ダイエットなんてしていない」などと言い、私を敵にまわしたようです。絶対にやせてやるぜよ。



文・イラスト 山田悠香



## 4月

〔14日〕ガイドウォーク①  
 〔17日〕山の学校  
 〔21日〕ガイドウォーク②

〔23日〕里山マイスター養成講座①  
 〔24日〕春のワンデイハイク  
 〔29日〕里山イベント

## 5月

〔3日～5日〕GWスペシャルウィーク  
 〔3日〕春の野鳥観察  
 〔5日〕春の野点  
 〔7日〕鉱山バードソン2011  
 〔8日〕山の学校  
 〔12日〕ガイドウォーク③  
 〔13日〕mamaサロ  
 〔14日〕もりもり森ン子くらぶ  
 〔15日〕KoNG養成講座①  
 森のようちえん

〔18日〕森ちょこっひろば  
 〔21日〕ながぐつレンジャー  
 〔22日〕鉱山フラワーソン2011  
 里山マイスター養成講座②  
 〔24日〕森のサロン  
 〔25日〕森ちょこっひろば  
 〔26日〕ガイドウォーク④  
 〔27日〕たまにはアウトドアライフ  
 〔28日〕里山づくり  
 〔29日〕カジカの学校

最新情報はこちら! → <http://npo-momonga.org/>

# ■ KOUZAN INFORMATION

ふおれすと鉱山ご利用のご案内

**開館 9:00～17:30 入館料 無料**

**休館日: 毎週月曜日**(月曜日が祝日の場合はその翌日が休館となります)、**年末年始**

※7月、8月は休館日なし

■ **宿泊料** チェックイン 14:00～  
 チェックアウト ～11:00

大人 1人 1,800円  
 高校生 1人 1,200円  
 小・中学生 1人 500円  
 幼児(4歳以上) 1人 200円

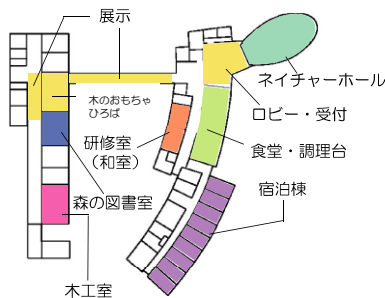
※3歳以下は無料

テント1張 1泊 500円

暖房費 1人1泊 100円 (暖房使用時にいただきます)

■ **備品貸出など**

MTB(1台) 1時間100円	和室9:00～12:00 500円	ホール9:00～12:00 1,000円
調理台(1台) 1時間100円	13:00～17:30 700円	13:00～17:30 1,500円
	9:00～17:30 1,200円	9:00～17:30 2,000円



**鉱山録**

## EDITOR'S LOUNGE

雪が融けていよいよ春がやって来ました! みなさんは今年の春、ふおれすと鉱山で新しくやってみたいこと、挑戦してみたいことはありますか? 今回の特集が「鉱山で何を遊ぼうかな?」と考えている方の参考になれば幸いです。心も体もうららかなる春を、ぜひ鉱山で満喫してください♪ (か)

登別市ネイチャーセンターニュースレター「鉱山録」 Vol.33

発行: 2011年4月

発行者: 松原條一

編集者: 金村千沙

発行所: 〒059-0021 北海道登別市鉱山町8-3

電話番号: 0143-85-2569 FAX: 0143-81-5808

E-Mail: [kouzan@npo-momonga.org](mailto:kouzan@npo-momonga.org)

URL: <http://npo-momonga.org/>