こじゅけい通信

2016.7.01　No.132
発行 ： 瀬上さとやまもりの会
樹林地部会

Ｃ：ローマ数字で１００を表す

◆巻　頭　言　　忘れられた被災地

6月18日快晴、山上会長以下14名長野県栄村を目指し出発した。到着後、栄村森林組合　久保田さんの先導により、栄村震災復興祈念館へ行った。

2011年3月11日東日本大震災の翌日の3月12日に起きた長野県北部地震は、震度6強の本震とその後1時間の内に6弱の地震が2度起きた。夜が明け、村の人口2,300人の内1,700人以上が避難した。200を超える住宅が全半壊の被害を及ぼす大震災だった。

だが、世間の目は東日本大震災とその後の原発事故に向けられ、栄村はほとんど報道されなかった。停電・断水・国道閉鎖・土石流の危険等の被害があったが国の支援はなかった。

15日になり、ようやく長野県から被災者への救援活動が本格化したことを展示されているパネルや写真の説明で初めて知った。そして関谷さん久保田さんも自宅全壊とういう被害にあっていて、あと数分家にいたら潰されていたと話してくれた。東北の被災者だけでなく、栄村の人たちも大震災を乗り越え懸命に暮らしていることに頭が下がる思いだ。

村の人たちの想いから【記念館】ではなく、【祈念館】になったのだろう。私たちは忘れてはいけない。　　（渡部記）

次回の予定　　●　２８年７月、８月活動予定

①日時:　7月10日（日）　9:30～14:00　定例活動＋ボラ塾体験教室
- 集合場所:　池の下広場　　集合時間:　9:30　　作業場所　尾根道作業エリア
- 作業目的:　多様性保全型針広林、主木（スギ）の立木密度を 6 本/1a
  落葉広葉樹（ケヤキ・エノキ・ムク・カエデ等）を育成する
- 作業内容:　林床の下草刈り、アオキ、ネザサの除伐作業
- 持ち物:　常備具（カマ・手ノコ・ナタ）、お弁当、飲料水、防虫剤、その他必需品
  【持参器具】作業旗、シート、救急箱、ロープ、草刈り機2台

②日時:　7月24日（日）　9:30～14:00　定例活動
- 集合場所:　池の下広場　　集合時間:　9:30　　作業場所　いっしんどう作業エリア
- 作業目的:　景観保全型落葉広葉樹林を目指した作業。
  落葉広葉樹（ケヤキ・エノキ・ムク・カエデ等）を育成する
- 作業内容:　林床の下草刈り、アオキ、ネザサの除伐作業
- 持ち物:　常備具（カマ・手ノコ・ナタ）、お弁当、飲料水、防虫剤、その他必需品
  【持参器具】作業旗、シート、救急箱、ロープ、草刈り機2台

③日時:　8月7日(日)　9:00～14:00　臨時活動(変更の場合緊急連絡網で連絡)

•集合場所　池の下広場　　•作業場所　尾根道作業エリア

•作業目的　多様性保全型針広林、主木(スギ)の立木密度を 6 本/1a
落葉広葉樹(ケヤキ•エノキ•ムク•カエデ等)を育成する

•作業内容　林床の下草刈り、アオキ、ネザサの除伐作業

•持ち物　常備具(手ノコ•ナタ•カマ)、お弁当、飲料水、防虫剤、その他
【持参器具】作業旗、シート、救急箱、ロープ、草刈り機2台

④日時:　8月21日(日)　救命救急講習会と納涼会

•救命救急講習会　栄消防署　9:00～12:00
※7月25日までに丸山氏に参加人数の連絡を厳守すること。

•納涼会　※詳細は佐谷氏•浅見氏よりメール連絡があります。

(28年8月号の原稿に関し、上記活動報告は渡邉忠幸氏、巻頭言は渡邊富男氏、リレートークは丸山氏です。原稿の締め切りは28年8月23日(火)、押木氏迄宜しくお願いします。)
欠席される方は、メール(TOKAMI6666@aol.com)又は電話(894-2800)で山上部会長迄。

【瀬上さとやまもりの会　活動日誌】

(1)平成 28年6月12日(日)　晴れ　9:30－14:00　中尾根下(E6)　北側斜面地の除伐と散策路の整備

•参加者:　浅見、伊藤、枝村、小宅、佐谷、上手、高嶋、長谷川、前村、三島、渡邉富、渡部
計12名

•作業内容　北側斜面地では不要木の伐採による林床整理と散策路は杭打ちやウォーターバーの設置

分担し作業開始

伐採しウォーターバーに利用

伐採し杭材に

作業中

ウォーターバー

散策路沿いの杭

•活動内容　●林床整理のためシロダモ、アオキ等の不要木を北側斜面地の下まで伐採。不要

木を利用し、散策路沿いに杭打ちし、また散策路の水はけのため、ウォーターバーを設置。作業終了は14:00。

●6/18～19 栄村研修の件　7:45 本郷台駅前集合、会より@￥3000×参加人数の補助金決定。

●7 月と 8 月の予定確認（安全講習、光が丘会館剪定作業等）日程決定を急ぐ。

(2)平成 28年6月18日（土）－19日（日）　栄村森林組合の視察研修会

・作業地　『にほんのさと 100 選』:長野県下水内郡栄村

・目　的　①保全作業の向上を目指したプロ作業現場の視察。
②会の親睦と栄村との交流。

・参加者　浅見、小宅、高妻、上手、高嶋、野沢、長谷川、星野、前村、丸山、三島、山上、吉川、渡邉富、渡部　計 15 名

・当地でのガイド・講師　ガイド:　関谷美彦氏（横浜市栄区と交流する会会長）
講　師:　久保田道一氏（栄村森林組合　参事）

・活動内容　●　6月 18 日午後
・3.12 栄村震災復興祈念館（絆）の視察。
・間伐施業地の視察と久保田氏の講義。
林業の振興は地域活性化（特に若者の定住）とエコとエコノミーを両立させる新たな基幹作業の可能性を秘めている。
・『のよさの里』で親睦会の開催。

栄村震災復興祈念館（絆）

施業地での研修

栄村研修時の親睦会

集合写真

灌漑用野々海池

常慶院の巨樹

●　6 月 19 日　栄村の観光（もっと知ろう栄村）
・天池　モリアオガエルの産卵地　写真スポット
・大瀬の滝　マイナスイオンと森林浴のメッカ
・布岩　仮称:小定山渓
・野々海　水芭蕉咲く湿原と田を潤すためのため池（雪解け水で）。

海抜 1000m高所に村人たちの手で造られたため池。

・常慶院　樹齢 500 年の杉の巨樹

(3)平成 28 年 6 月 26 日(日) 晴(気温、湿度ともに高い日) 9:00～13:45

・参加者:　浅見、小宅、佐谷、上手、高嶋、竹内、長谷川、星野、丸山、三島、渡邉富、渡部
計12名

・作業内容　中尾根作業エリア西側尾根筋の保全作業。
雑木林(コナラ・クヌギ)を目指した作業。

・活動内容　・林床の下草刈りとアオキ、シロダモ、ネザサの除伐作業
・コナラ・クヌギ・ムク・エノキ・ケヤキ・ムラサキシキブ等の整姿剪定作業

・記　事　・8月の救命救急講習会と納涼会は21日に開催をする。8月はお盆や光が丘自治会館の植栽剪定の絡みもあるので、定例作業日を8月7日で予定をする。
・栄村研修会でお世話いただいた関谷氏・久保田氏へのお礼の件は山上部会長に一任をする。
・横浜市からの道具貸出の件で、部会は替刃、救急セット、ポイズンリムーバーを要請する。

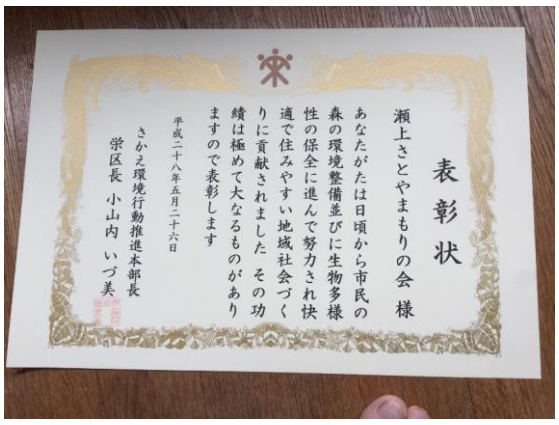
作業前の様子

作業中

3年後には背丈を越えた雑木林に

(4)平成 28 年 5 月 26 日(木)　当会の環境活動に対し受賞

地域の自然環境の保全活動に貢献している団体に対し、栄区環境行動推進本部会議で環境功労者への授与式があり、山上会長が代表として表彰状を受け取った。



表彰状

瀬上さとやまもりの会　様

あなたがたは日頃から市民の森の環境整備並びに生物多様性の保全に進んで努力され快適で住みやすい地域社会づくりに貢献されました　その功績は極めて大なるものがありますので表彰します

平成二十八年五月二十六日

さかえ環境行動推進本部長
栄区長　小山内　いづ美

表彰式

◆ リレートーク　　サプリメント(栄養補給食品)

前村　一成

私ごとですが80才ともなりますと、眼は白内障と緑内障、歯の半数は借り物そして記憶力、生体反応の低下等々、百才を目標に生きている私にとっては、こんな筈ではなかったと悔やまれます。

此のところシルバーウィークで特に冬場は屋外の仕事もなく否応なしにコマーシャルが目につきます。中でも健康についてのサプリメントに至っては青汁から始まって200種以上あるとのことです。自分では誘惑に負けまいと意識した積りでしたが自炊生活のため酢の物不足もあり、つまるところ誘惑に負け“熟成黒酢にんにく”を平成25年7月から本年2月まで服用しました。

約1年間は余り気に止めず効能があったものと思っておりましたところ、その後下痢気味に成りこれまで2,3日に1回トイレに行っておりましたが、1日1回または2日に3回のときもあり、歳のせいであろうかと勝手に判断しておりました。念のため購入先の相談室に問い合わせたところにんにくには植物繊維が多いので、下痢気味に成るとのことで促中止するよう指示がありました。指示に従って中止しましたところ体調が戻り安どすると同時に反省しております。

サプリメント“黒酢にんにく”を服用しはじめて間もなく平成25年10月“消費生活教室”に依る講習に参加しました。タイトルは…ちょっと待って！　健康食品を過信しないで！…でした。そして項目は

1>　健康食品の実態と基本的な認識
2>　医薬品との明確な区別
3>　食品であることの基本事項
4>　不確かな情報の氾濫
5>　健康食品による被害
6>　信頼できる情報の参照　　…です。

結論として、全ての人に安全な製品はない。従って健康な毎日を過すために最も大切なことは○通常の食材に依る健全な食生活、○適度な運動と適度な休養　…とあります。

当然と言えば当然ですが、解っているようで誘惑に負けた自分の意志の弱いことに情けなく思っております。

尚先記のサプリメント資料について興味のある方は資料を差しあげますので前村まで御申つけください。

◆　編集後記

最近の話題は何と言っても英国の EU 離脱でしょう。離脱を国民投票で決めたはいいけれど早まった判断をしたようで、ある意味で世界中から総スカンの目にあっています。二者択一をするときは決める前に両者のいい面、悪い面を検討しますが、実際には検討不十分なところが必ずあり、決定後に顕在化します。そのときは後の祭りです。実生活の面でも大小さまざまな決断をせざるを得ない状況にあります。悔いを残さないように常に努力することが必要であることをこの EU 離脱問題は教えてくれていると思います。（枝村）