

櫻守の会

2025年11月号

2025年11月1日(通巻318号)

発行: 櫻守の会代表 清水厚真

〒665-0805 宝塚市雲雀丘1-10-38

会員数 95名(10月25日現在)

HP: <https://www.sakuramori.net/>

老い先の準備

浅倉 一彦

「櫻守の会」に入会しましたのは、活動地が近いということで選びました。現在、西谷を中心に活動しており、里山整備に月3回、農業ボランティアに月4回、車で通っております。が、いずれ車も運転できなくなるであろう、との思いから車がなくても行ける中で、もっとも近い武庫山を選びました。

私は、生きものが好きで広く浅く観察などしています。28年前くらいに家の近くにある身近な植物の絵をかいていました。それは「絵が好き」だとか、「上手になりたい」とかではなく、生きものを観察するにはスケッチするのが一番いいのではないかと思ったからです。そのお絵描きは3年ボウズでやめたのですが、定年後「自分が老いて体力が無くなてもできることは何か?」と考えた時に以前やっていた、お絵描きを思い出し4年前くらいから、再度、描き出しました。そして2年前くらいから、訳あって、月に一枚を描かざるを得ない状況となりました。訳とは、個人的な自然観察の「通信」を発行するようになったからです。勝手に自分で自分を追い込んで描いています。でも、最近悟りました。体力が落ちるということは、おメメも衰えてくるということを。現在、老眼鏡と虫メガネのダブルで画用紙と格闘しております。最近描いた身近な植物2点紹介します。画材は鉛筆と色鉛筆です。左がアレチノギクに寄生する「アメリカナシカズラ」。右が「ボントクタデ」です。絵は、もうしばらくはブルーベリーを食べて頑張ります。森林ボランティアは、少々目が悪いですが、安全には十分注意しに行っていきたいので、お付き合いのほど、よろしくお願ひいたします。



アレチノギクに寄生する「アメリカナシカズラ」



「ボントクタデ」

***** 目次 *****

- P1 序文：老い先の準備
P2 2025年10月度活動実績表
P2～5 活動報告：桜の園、青葉台、ゆずり葉の森、山手台、武庫山の森、自然観察会
P6～7 お知らせ・案内：運営委員会報告、芋煮会のご案内、環境体験学習支援、会員動向
P7～8 櫻守ひろば：活動地の山の幸（秋の味覚ご飯）
P8 活動予定表

< 2025年10月度 活動実績表 >

月日	活動地・参加者 ()内は会員外	天候	作業内容	人数
9月 25日 (木)	青葉台 8名	曇り	(青葉台口～陽光広場) 枯れ松伐採、常緑樹の間伐	5
			(陽光広場・小林南大堰堤上、下) 草刈	3
9月 27日 (土)	ぶらざこむ 1 5名	曇り	会報印刷/運営委員会	5
9月 28日 (日)	桜の園・亦楽山荘 18名	曇り	(東屋～桜の尾根間) 作業道両脇の常緑樹等間伐 (親水広場)	7
			階段補修	
			(廃線敷) 枯クリノキを伐採、アラカシ伐採	7
			(城ヶ丘) 草刈り	4
10月 2日 (木)	ゆずり葉の森 18名	晴れ	(トングリの丘) 枯れ松伐採、桜周辺の常緑樹の除伐、枝打ち	8
			(西山堰堤路) 枯れ松伐採	4
			(ゆずり葉ピーク路+字路付近、モチツツジの谷) 園路階段、土砂止めの追設	4
			(白瀬川左岸尾根ルート、コバノミツバツツジの丘) 草刈	2
10月 5日 (日)	武庫山の森	雨	雨天中止	0
10月 10日 (金)	桜の園・亦楽山荘 19名	晴れ	(赤松植樹地) 草刈	7
			(もみじの道、城ヶ丘下) 路肩補修、常緑樹間伐	7
			(親水広場下の武庫川河川敷) 葦等の草刈り	5
10月 12日 (日)	武庫山の森 12名	曇り一時 小雨	自然観察会	12
10月 15日 (水)	桜の園・亦楽山荘 16名	晴れ	(赤松展望所・赤松植樹地～つつじが丘) 枯松処理、常緑樹伐採、草刈り	8
			(もみじの道、城ヶ丘下) 常緑樹間伐	6
			(内周路・林間広場) 園路点検及び整備	2
10月 18日 (土)	武庫山の森 15名 (1)	曇り一時 雨	(育苗地広場) 草刈りと周辺の間伐	15
10月 21日 (火)	山手台 18名	曇り	(CoKo センター) 草刈り	8
			(北斜面; 桜植樹地) クズ根の薬剤処理	7
			(南斜面及び周辺) 枯れ木伐採及び密生木の間伐・剪定	3
延べ参加人数				129

< 活動報告 >

桜の園(亦楽山荘)

9/28(日) 3班に分かれ、1班は見張り員を配置し、安全第一で廃線敷リンボク広場の枯クリノキを伐採処理しました。残った時間で武庫川に張り出し繁茂したアラカシを伐採しました。2班は東屋から桜の尾根に向かう作業道(横手道)両脇の低灌木の伐採を行いました。腐食が進んでいる親水広場階段の踏板も前回に続き応急補修しました。3班は城ヶ丘一帯の豊かな植生を目指して、普段は入らない山際まで草刈りを進め、ダンコウバイやクロモジには名札を付けました。9月中は熱中症対策として13時終礼解散としました。



リンボク広場の枯クリノキ伐採



廃線敷脇のアラカシの伐採



城ヶ丘の草刈り

10/10(金) 3班に分かれ、1班は久々に赤松植樹地まで登り、サクラ周りの草刈りを実施しました。2班はもみじの道山側の枯木を安定化、園路路肩の崩れ3ヶ所を杉板と鉄筋で補修しました。前回までの継続作業で森を暗くしている常緑樹（アラカシやヤブツバキなど）の伐採やコナラなどの枯木伐採を行いました。3班は親水広場下の武庫川河原の葦などの草刈りを行いました。10月に入り、15時終礼解散としました。



赤松植樹地の草刈り



もみじの道の路肩補修



親水広場下武庫川河原の草刈り

10/15 (水) 3班に分かれ、1班は赤松展望所南西斜面の大径の枯れ赤松をチェーンソーを使用して伐採しました。架かり木になることもなく、比較的順調に伐採出来ました。その後、赤松展望所、遠見の道大峰山分岐点、つつじが丘展望所で腰高さ程度に繁茂したススキ、笹等を刈取り、眺望や道標、分岐が初めての登山者にも判るようにしました。2班は城ヶ丘下の常緑樹間伐の継続作業でしたが、最初に伐採した中程度の傾斜したヤブツバキが二股の枝に架かり、脱出にとても苦労しました。3班は秋のハイキングシーズンに向け内周路を中心に、園路点検と一部整備を行いました。

(瀧本 記)



赤松展望所 大径の枯れ赤松伐採



城ヶ丘下 架かり木脱出に苦労



桜坂 トリカルネットの破れを補修

青葉台

9/25(木) 長らく続いた猛暑も漸く和らぎ、最高温度も2~3度下がり疲労度は大幅に軽減されましたが、運営委員会の取り決めに従い作業は午前中としました。参加者が少なく作業は2つに絞り、①小林南大堰堤上下陽光広場の草刈、②青葉台入口と、陽光広場中央部で眺望を損なっている常緑樹と枯れ松の伐採を行いました。

(加賀野 記)



青葉台口園路脇のムクノキ伐採



陽光広場中央部園路脇の
枯れ松と常緑樹を伐採



小林南大堰堤下平で草刈

ゆずり葉の森

10/2(木) 漸く猛暑も終わり、午後の作業も再開になりました。① ゆずり葉の森ではドングリの丘と西山堰堤ルートで松枯れが増えたため、枯れ松伐採を中心に行いました。② 多すぎて作業が追い付かない草刈をコバノミツバツツジの丘と白瀬川左岸尾根ルートで行うと共に、③ ゆずり葉ピーク路十字路付近とモチツツジの谷からイチヤクソウの丘へ登る坂道で階段と土止め板を追設しました。(加賀野 記)



ドングリの丘で枯れ松伐採



西山堰堤路脇でやや大径の
枯れ松をチェーンソーで伐採



ゆずり葉ピーク路十字路上側で
階段を追設

山手台

10/21(火) 暑かった夏もようやく去り、一転して今朝は寒いほどでした。

今月はまず年間予定に組み込んでいるCoKoセンターの草刈りを行いました。6月実施以来4ヶ月になりますが、その間の草の伸長は著しく特に繁茂したクズにはてこずりましたが何とか刈り終え見違えるようにきれいになりました。北斜面では、クズ根の薬剤処理をしました。一定の効果は確認できていますがあまりにも根が縦横無尽に張りめぐらされているため期待したほどの効果が見えず、今回は大幅に人員を投入してとりかかりました。今後どの程度の効果があらわれるか検証するつもりです。また南斜面及びその周囲では、斜傾木や枯れ木の伐採及び繁茂し過ぎた樹木の剪定を行いました。

なお南斜面等で会員が手入れしているコスモスが咲いていますが、幼稚園前面のコスモスが特に美しく道路から眺められます。

(岡 記)



CoKo センター；斜面で手刈り



CoKo センター；繁茂したクズと格闘



北斜面；クズ根の薬剤処理

武庫山の森

10/18（土） 予報外の通り雨が集合直前に降るなか止むのを待って作業をしました。少し前に育苗地広場で焚火が行われ自治会の方が消防に通報することができました。過去にも何度か同じ場所で焚火をされたので全員で対策をしました。焚火場所にあるベンチを入口広場へ移動させました。焚き木になりそうな間伐材を移動させました。入口広場からの見通しを良くするための間伐をしました。焚火跡を見えないように埋めて刈り草を載せました。周辺の草刈りをしました。作業中も通り雨があるなか午前中でひと段落ついたので作業は午前中で終わりにしました。

(横山 記)



焚火跡の作業前



焚火跡の作業後



周辺の見通し改善の間伐

秋の自然観察会報告

10/12（日） 武庫山の森での秋の自然観察会は、10月にしては蒸し暑く、途中霧雨も降りましたが、12名の参加で無事終えることが出来ました。観察できた花は、マルバハギ、ツクシハギ、ナワシログミ、ヒメジソ、ヤブマメ、イヌタデ、ヒヨドリバナと少なかったですが、イイギリ、コバノガマズミ、ミヤマガマズミ、ウラジロノキなどの実を見ることが出来ました。寄り道をして、ムベも見に行ったら、未熟な実が幾つも出来ていました。食べごろになるのが楽しみです。また、ぜひ参加の皆さんに見せておきたかった希少種のタマミズキも紹介することが出来ました。

長かった酷暑も終わり、短いかも知れませんが、これから本格的な秋がやって来ます。山の幸の実り、冬鳥たちの到来、それから紅葉へ、楽しくて美しい季節が待っていてくれる、そんな予感のする半日となりました。ご参加いただいた皆様、どうも有り難うございました。

(山下 康 記)



今日の観察会のポイントの説明



イイギリの実

< お知らせ・案内 >

運営委員会報告（2025年9月度）

代表 清水 厚真

2025年9月27日（土） 9:30～10:35 ぶらざこむ1 出席5名

1. 夏季期間（7月、8月、9月）の熱中症対策を継続実施し、重篤な事象は皆無だった。来期も同様に実施する。
2. 活動地のトピックス
 - ・桜の園：親水広場の登り階段の腐食は9月中に仮補修を実施した。市による本修繕は年明けに実施の予定。手摺は、今回の修繕計画の対象外であることが、判明した。
 - ・武庫山の森：クズの薬剤処理を、フェンス沿いで試行し、その後北側の上の斜面を行う予定。
3. 公開講座
 - ・日時：2026年2月7日（土）13:30～ 講演：樹木医 阪上広樹氏
 - ・テーマ：「サクラの移植とその後の管理技術について」で決定した。
 - ・会報12月号で、参加募集等の詳細をお知らせします。
4. その他
 - ・9月30日（火）（仮称）笠部新太郎氏の遭構めぐりについて、市公園河川課による、通行禁止区間の現地視察を実施し、実態は理解されたようだが、今後については未定である。
また、「亦樂山荘記録」の新たな資料が発見されたので、精読による新たな発見などが期待される。
 - ・来年の活動カレンダー作成
10/25の意見交換会、11月末までに素案作成、12月中旬までに活動地の調整、12月末運営委員会で決定し、会員へ配布・周知の手順で進めます。

芋煮会のお知らせ（再掲）

運営委員 神野 徳子

下記の要領で芋煮会を開催します。大勢の皆様のご参加をお願い申し上げます。

*日 時： 11月5日（水） 雨の時 6日（木）

*開 始： 11時 親水広場近く 河川敷

*参加料： 1000円 申込時徴収（不参加時返金無し）

*会員外： 5名まで家族・友人の参加可能（会員と同額）

*申 込： 各活動地で10月より運営委員が受け付けします。

それ以外は神野（E-mail noriko@hcc1.bai.ne.jp

携帯 09086518520）までお願いします。

*持ち物： お椀・箸・コップ・水2L

飲み物（ビール・お酒・その他）の差し入れ大歓迎です。

*その他： 設営準備、鍋奉行等にご協力いただける方は、9時00分に廃線入り口広場（畠熊商店前）にお越しください。

会場には座るのに適当な石が少ないので、簡易椅子を持ってきていただくと、便利かと思います。

秋の環境体験学習支援のお願い

事務局

逆瀬台小学校3年生の環境体験学習を実施します。支援のご協力をお願いします。

・実施日：11月28日（金）

・児童数：2クラス41名

・集合：ゆずりの葉森倉庫前の白瀬川広場 8時45分（12時30分 逆瀬台小学校で解散）

- ・場所：ゆずり葉の森（小学校～白瀬川広場～ゆずり葉ピーク～キツネの森～小学校）
 - ・学習内容：森の話、環境に関するクイズ、ノコギリ体験（ワッペン作り）、秋の自然観察など
- ※雨天の場合は図工室で実施します
※ご協力いただけの方は 瀧本 浩一 (kocchan.takimoto@gmail.com) に連絡下さい。

会員動向

事務局

入会：10月14日 一色 忍さん

10月22日 濵谷 翔さん

よろしくお願いします

< 櫻守ひろば >

活動地の山の幸 秋の味覚ご飯

田中 敬子、瀧本浩一

① むかご（零余子）ご飯

むかごはヤマノイモ科に属する芋の葉の付け根にできる、球状の芽（肉芽）です。漢字で「零余子」と書きますが、なぜこの表記になったのか？一説に「零余」が「こぼれ落ちる」や「わずかに残ったもの」を意味するとされ、完熟したむかごが蔓から雨粒のように落ちる様を表したとも。

手のすき間からポロポロ落ちるむかごは、わずかしか採れずこの量では、零余子飯がやっとでした。秋の味覚の一つですが、引っ付き虫と格闘しながらの後の楽しみは、新米に素朴な風味、小さいのに、ホコホコ感のご飯でした。むかごは、煮る・炒める・焼く・ゆでるなど、さまざまな調理法でも楽しめます。

以前、キャンプ仲間と採りたてを素揚げに軽く塩をふり爪楊枝で食べたことも…懐かしく思い出されます。



むかご（零余子）



むかご飯

② 栗ご飯

重陽の節句（「菊の節句」9月9日）に栗ご飯を食べる風習が生まれ、別名「栗の節句」とも呼ばれるようになったそうです。10月に入っても、夏日や真夏日が続く現在とは少し季節感が違います。小さな頃に食べた栗ご飯の思い出は、多くの人に共通する記憶かもしれません。蒸籠（せいろう）で蒸された栗ご飯は、贅沢そのもの、家族の温かい団らんを象徴するものでした。

栗の皮を剥くのはちょっと面倒くさいですが、生栗をぬるま湯に30分ほど浸けておくと、剥きやすくなります。我が家では「栗くり坊主」という皮むきの道具を使っています。

うるち米にもち米を（2割5分～10割）加えると一層美味しく出来上がります。炊飯器でも美味しく炊けます。今年はささげも入れてみたいですね。家族や地域に伝わるレシピを思い出してください。



栗ご飯

③ 銀杏（ギンナン）ご飯

銀杏は塩炒りや素揚げにしただけでも、十分酒の肴になりますが、銀杏ご飯はほろ苦い味と独特的の香りや食感がたまらない秋の味覚です。米2合、銀杏30～40個、塩小さじ1杯（または白だしのお醤油）、酒大さじ1/2杯です。銀杏を封筒に入れて電子レンジで1分間ほど熱すると簡単に皮が剥けヒスイ色の美しい銀杏の実が取り出せます。銀杏だけでなく、きのこや鶏肉、ごぼう、むかごなど他の具材と一緒に炊き込む「きのこご飯」や「具沢山な炊き込みご飯」も試して下さい。

銀杏の実の匂いは強烈ですが、薄めると犬が好きらしく、寄って来るそうです。動物の腐ったような匂いが、狩猟本能に火をつけるのでしょうか。ギンナンの食べ過ぎには気を付けろと言いますが、特に5歳以下の子供や犬には禁忌で、少量でも嘔吐や下痢、震えやけいれんなどの中毒症状を引き起こすようです。



銀杏ご飯

＜活動予定表＞

月別行事予定表

11月		場所等	12月		場所等
11月 2日	日	武庫山の森	12月 5日	金	ゆずり葉の森
11月 5日	水	芋煮会	12月 7日	日	武庫山の森
11月 6日	木	芋煮会予備日	12月 10日	水	桜の園（亦楽山荘）
11月 7日	金	桜の園（亦楽山荘）	12月 16日	火	山手台
11月 10日	月	ゆずり葉の森	12月 18日	木	桜の園（亦楽山荘）
11月 13日	木	桜の園（亦楽山荘）	12月 20日	土	武庫山の森
11月 15日	土	武庫山の森	12月 22日	月	青葉台
11月 18日	火	山手台	12月 25日	木	会報印刷／運営委員会
11月 27日	木	青葉台	12月 26日	金	桜の園（亦楽山荘）
11月 28日	金	環境学習支援：逆瀬台小			
11月 29日	土	会報印刷／運営委員会			
11月 30日	日	桜の園（亦楽山荘）			

集合時間：桜の園（亦楽山荘）親水広場9時50分、他の4活動地は9時30分。

天候：当日朝6時55分NHK TV 天気予報で、兵庫県南部の午前・午後いずれかでも降水確率60%以上の時は中止します。

【編集後記】会報11月号をお届けします。もう11月ですが、夏が長くなり秋が短くなったと実感しています。猛暑が続いた影響か、彼岸花の開花は遅くなり、廃線敷のキツネノカミソリは数が少なく元気はないし、近所のキンモクセイの香りは未だに漂ってこない。動物では、アサギマダラの姿を今年は見てないです。やっと、活動し易い季節になりました。先日の桜の園廃線敷では、平日に関わらずハイカーの皆さんのが早めの秋を楽しんでいらっしゃいました。当会でも、レクリエーション活動である芋煮会や、里山整理をしつつ紅葉狩りを楽しみましょう。（清水 記）