



vol.78

2020年  
8月22日  
発行

日本山岳会

# 「高尾の森」



通信

—小下沢風景林の森づくり活動—

会員数：179名  
(2020.7.31 現在)



ひっそりと静まり返ったベース（2020.07.24）  
日増しに新型コロナウイルス感染が増え続けています。  
しばらくは「我慢」の日が続きそうです。

# 通常総会報告

新型コロナウイルス感染予防のため  
今回は小下沢のベースで行いました。  
また参加者も絞り幹事、監査役、作業班リーダーで  
実施されましたので報告します。



## 我慢と再生

代表 吉川正幸

山を歩いているときに、天候の急変により突然の風雨に見舞われたら、どうしたら良いか。答えは、動き回らず、すぐに森の中に逃げ込み、じっとして風雨が過ぎるのを待つことです。つまり、天災に対しては、人間のできることは少なく、やり過ごすこと、また、その間には体力を温存することが、私達のとりうる唯一の解決法です。

同じように、目に見えぬコロナウイルス感染下の中で、高尾の森づくりの会の進むべき方向を見定めることはできません。コロナ後の世界は、社会も私たちの環境も変わるかもしれません。しかし、高尾の山は動かず、森の木々は成長をつづけるでしょう。こうした中で、我々は、しばし活動を我慢しながら、体力と知力を温存し、過去を振り返り、明るい森の将来像を考えて、コロナ後に備えることにしましょう。

2020年6月下旬の通常総会の直後に開催された臨時幹事会において、私は、昨年から立て続けにおこった台風被害とコロナ禍に対応し、コロナ後の当会の再生を図るために、代表を留任したいと表明し、また、同じ目的のために松川征夫さん、松隈茂さんの両副代表にも留任をお願いしたほか、大森茂さんにも副代表に加わってもらうことを提案して、幹事の皆さんに承認されました。

事務局長には、これまで、ご苦勞されてきた小山圭司さんから、仁藤正夫さんに交替をお願いしました。その際には、従来の慣例にとらわれることなく、事務局長に会務を集中させずに、幹事全員が運営を担う体制にすることを提案し了承されました。

来年まで、コロナウイルスの猛威は続くかもしれません。しかし、必ず終息することは、明らかです。今は、我慢の期間ですが、2021年は、当会の創立20周年にあたり、また、新5ヶ年計画のスタートの時です。私たちの過去を振り返る機会として、創立20周年の記念誌発行に向けての準備を始めることにしたいと考えます。2021年4月から始まる新5ヶ年計画の策定にあたっては、創設の時から北高尾の山に広葉樹を植えて針葉樹と広葉樹の美しい混交林を作ろうという目標に立ち戻って、過去に国有林の中に植えた木の手入れや、植樹祭の復活を計画に織り込むことにしたいと思います。2021年の春には、会の20年目の植樹祭を、コロナウイルスから復帰して森に戻れた喜びを、会員全員で祝うことにしましょう。

### 【役員紹介】

代 表	吉川 正幸
副 代 表	松川 征夫
	松隈 茂
	大森 茂
事務局長	仁藤 正夫
幹 事	大塚 哲生
	小木曾裕子
	小野 正 (新任)
	組澤 勝
	小山 圭司
	早川 憲也
	本山 幸次
	湯川 敏雄
監 査 役	白井 聰一
	日比野克彦



【総会議事録（抜粋）】 詳細な議事録はホームページ会員専用ページに掲載しています

議長は仁藤幹事、大森幹事が選任され議長から総会の定数について以下の報告が有り、総会は成立していると見て開会が宣言された。

(1) 定足数

会員の1/3を超えており(68.75% = ②121/①176)、総会成立。会員数 176名、出席人数総数 121名、(内訳：当日参加人数 17名、議決権行使 84名、委任状 20名)

(2) 第一号議案（活動報告） 賛成多数で承認された。

(3) 第二号議案（会計報告） 賛成多数で承認された。

(4) 第三号議案（幹事及び監査選任） 賛成多数で承認された。

(5) 報告事項

今後の活動計画と予算の説明があり、小下沢林道の復旧の見通しについて質問があった。現時点では見通しが立っていないが今後も関係機関にアプローチをしていく。との返答があった。

幹事役割分担表

\* 執行責任者

* 吉川代表	統括（対外代表・特別協賛企業及び法人企業・日本山岳会窓口）
* 松隈副代表	○管理署窓口 ○5ヶ年計画 ○単年度計画と実績報告
* 大森副代表	○定例作業（作業計画、作業報告、緊急車両） ○植樹祭（地べた）
大塚 幹事	○普及教育（京王親子森林体験スクール、清新小学校父子キャンプ、滋慶学園）
組澤 幹事	○専門班活動（ものづくり、道具班、動物調査ほか）
小山 幹事	○研修会（機械実践研修会、チェーンソー・刈払機研修、森の研修会）
本山 幹事	
* 松川副代表	○特別協賛企業及び法人企業担当（継続的な支援依頼。新規法人企業勧誘、）
小木曾幹事	○紅葉鑑賞会
早川 幹事	○プロジェクト活動（都有林・三宅島）
	○委託事業（一丁平、上柚木公園）
	○広報（会報誌、ホームページ、活動記録（写真）、横川コレクションほか）
* 事務局長	○総務（規約、幹事会、総会、組織（班編成 / 運営体制）、公印台帳 林道通行証及びゲートキー管理・定例作業参加記録等）
大塚 幹事	○会員管理（入会、退会、会員名簿）
小野 幹事	○安全管理（啓蒙活動、緊急対応、衛星電話・無線機、救急セット）
早川 幹事	○会計（予算、決算、出納、会計監査、保険、年会費管理、法人年会費管理）
湯川 幹事	○美林見学会、初参加者オリエンテーション
執行役員	創立 20 周年記念イベント企画（草案づくり） 当年度は、記念誌準備委員会を設置

【新役員 小野幹事から一言】

2020年6月の総会で幹事となりました。よろしくお願ひ申し上げます。高尾の森づくりの会に参加して、早や12年（たぶん）が経過しました。この間の活動で、わずかですが高尾の森が変わってきていると思います。一方で、大雨をはじめとする自然の力によって、一夜で変わってしまうこともあり、人の力の小ささを思い知らされます。でも、森は緑を提供します。森はきれいな空気をもたらします。森は清浄な水を提供します。そして森は心の空

白を埋めてくれます。（暇な時間をつぶすのに最適です。）まだ経験不足ですが、少しでもいい森になるよう、先輩方に教をを請いながらやっています。よろしくご指導のほどお願い申し上げます。

最後に毎年総会資料の会員への郵送は小南さんより自主的に作業をしていただいています。感謝します。（松川）

6月定例作業

久しぶりに6月の定例作業から再開することに舵を斬った。  
 3密を避けるため分散型で計画し、  
 その際体調がすぐれない人や家族で具合が悪い人、  
 また県をまたぐ遠い人などは無理しないよう方針が出され実施した。  
 延べ参加者は48名と多くの方が参加され久しぶりの汗に満足な一日を過ごした。



6月定例 (D班)



6月定例 (A班)



気合の入った準備体操



作業前の打ち合わせ (C班)



三密さけた打ち合わせ (A班)



イザ出陣 (機械班)

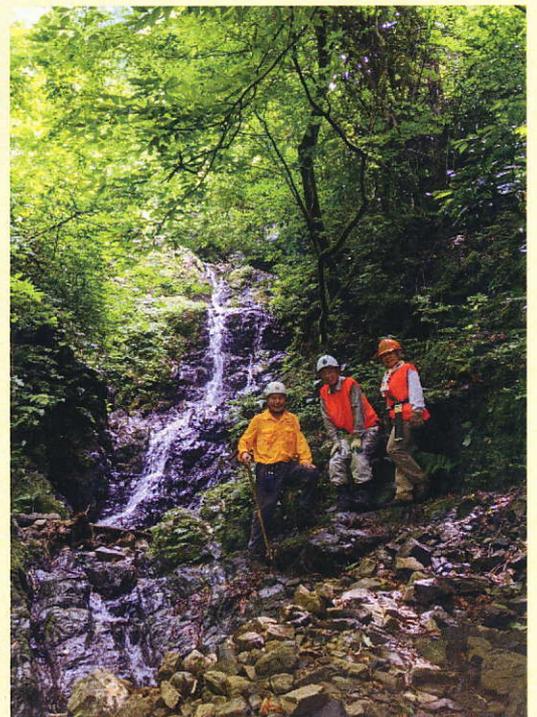


多くの人が集まった定例 (27日)

新事務局長仁藤さん



キバナノショウキラン



ザリクボ沢 流木片付け

もくじ

通常総会報告	02
我慢と再生	02
小下沢 NOTE	04
森林交流会報告	06
高尾の森実習 (滋慶学園)	07
チェーンソー補講報告	07
生態調査活動の記録	08
幹事会報告	10
新会員紹介	10
私の巣ごもり術	11
事務局からのお知らせ	12

# 7月定例作業

7月の定例作業も当然ながら3密を避けながら計画した。雨も早めに上がり多くの方が参加され植栽地のツル伐り、下草刈り、作業道の整備、また小下沢林道沿いの草刈りも行い心地よい汗を流した。



準備体操



19年植栽地調査と下草刈り



7月定例作業 (A班)



都府林水路づくり



大樫で一休み (B班)



作業終了後のひと時 (B班)



お久しぶり!  
功刀さんが元気な姿を  
見せてくれました。



作業後作業リーダー打ち合わせ

## 「国民の森林づくり推進功労者」受賞報告



表彰状

「国民の森林づくり推進功労者」は、毎年、林野庁関東森林管理局が表彰を行っている制度です。高尾の森づくりの会が創立19年間森林づくりに励んで来たという理由で、東京神奈川森林管理署より令和元年度の対象団体として推薦を受け、受賞いたしましたので報告します。

具体的には、「広範囲なフィールドを多様で豊かな森林をめざし、ギャップ地への広葉樹の植樹や下草刈り管理、また三宅島や気仙沼への災害復興への参加、次世代を育成する普及啓発活動にも取り組んできた。」ということで推薦されました。これも管理署の指導の元で、会員の皆様の懸命な取り組みがあったからこそと思います。高尾の森づくりの会の会員全員で喜びを分かち合いたいと思います。木製の感謝状と交付状の写真をご覧ください。

代表 吉川正幸



刈払機研修風景 (7月25日)

# 「令和元年度 関東森林管理局 森林・林業技術等交流発表会」に 参加して

白井聡一・山崎 勇

去る2月13、14日に前橋にある関東森林管理局で行われた  
掲題の発表会に参加してきましたので、  
その内容について報告します。参加者：松隈さん、山崎、白井

## 1. これまでの経緯

この会は、林野庁が主催する森林・林業の技術と業務  
の発表の場であり、情報交流の場であります。

また、今年で64回目という伝統ある発表会で、高尾の森  
づくりの会は小下沢国有林の活動で得られた落葉広葉樹  
の育林技術とそれが生物多様性に及ぼす影響の視点から  
2007年に初めて参加、「高尾小下沢国有林で針広混交の  
森づくり」という主タイトルで、今回4回目の発表を行いま  
した(担当 白井)。

## 2. 参加の目的

高尾の森づくりの会が2001年から始めたギャップ地に  
落葉広葉樹を植樹する活動が、それらの利用者(哺乳類、  
鳥類等)にどのような影響を与えるかについて、2006年  
から森林性鳥類の動向を音声録音方式により調査してきま  
した。2012年頃になって新しい森林に反応する鳥種を確  
認できるようになってきたため、これを論文に取りまとめ日  
本鳥学会に投稿、2018年の学会誌(Vol.67, No.2)に掲  
載されました(森通信73号で報告)。これらは「交流発  
表会」の課題の一つ「生物多様性の保全」に添うもので  
あったため発表を申請し、東京神奈川森林管理署の森林  
整備官・藤井幸さんと協同発表することになりました。さら  
に、今回から従来のスライド発表に加えポスター発表と  
いう新たな方式が加わることになり、今、高尾の森で大き  
な問題となりつつあるシカの増加と被害の現状についても  
ポスター発表することにしました(担当 山崎)。

## 3. 今回の発表会の特徴

関東森林管理局管轄の森林管理署その他から発表され  
たスライド発表は24テーマ、ポスター発表は22テーマと  
盛りだくさんでした。2007年には15テーマでしたから、  
充実ぶりがかがえます。発表会場となった大会議室の周  
りにポスターが張られ、休憩時間に自分の聞きたいポス



ターの説明を発表者から聞き質疑応答するという方式で大  
賑わいでした。発表テーマはやはり時流に沿ったものが多  
く、シカ害からの防護に関するもの5件(ポスター7件)、  
ドローンの活用に関するもの3件、鳥類保護に関するもの  
3件(ポスター1件)でした。件数だけでなく研究内容と  
発表方式にも向上がうかがえました。また、学生発表も2  
件(ポスター1件)あり、交流の門戸が広いことがうかが  
えました。

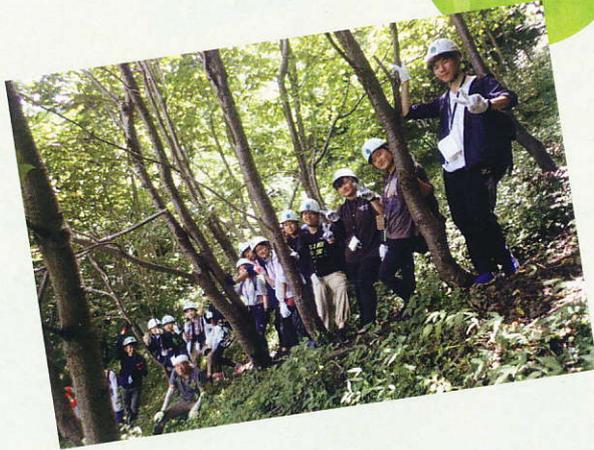
## 4. 参加の成果

高尾小下沢国有林のシカの進出状況とその被害の状況  
について報告しましたが、この交流会の出席者でまだこの  
状況を知らない方がおられ、現状報告としてタイムリーであ  
ったと思います。またシカ害対策として参考にできるものが  
あり、今後発表者と連絡を取りながら導入を検討しようと考  
えています。

鳥類の発表については審査員よりコメントをいただき、  
「植栽した広葉樹が成林して混交林ができていることは素  
晴らしい。混交林の良さの一つが示せたと思う」との評価  
をいただきました。また、「混交林化した植林地はどのよう  
に活用するつもりか?生物多様性保全用? 長期モニタリン  
グ、頑張っ!!」との励ましもいただきました。高尾の森  
づくりの会の19年間の活動とその成果を認めていただき、  
今後の活動に期待を寄せていただきました。

# 高尾の森実習 滋慶学園

講師 川合直樹



2007年から続く森林の普及活動「森と海を繋ぐ普及活動」として例年では4月5月に実施している環境授業。今年はコロナウィルス感染拡大に伴い開催さえ危ぶまれました。学生たちにとっては自然環境を知る貴重な学びの機会。

今年度は38名2クラスの学生が2回に分け実施。みなさまのお力添えもあり無事に活動を行うことができました。今年の学生たちは学校に登校ができていないオンラインでの授業視聴という今までにない学生たちの学びの提供。学校としても海洋系を希望する学生達、ましてや直接指導もできていない学生達。

山での実習に少々の不安を抱きながら当日を迎えましたが、学生たちは集合時間前より集まりその表情はとても活き活きしていたことを覚えています。

学生たちは限られた時間の中で多くのことを学ぼうと慣れない林道を歩きながらメモを取り質問をし、とても積極的にとりくんでくれていました。中には慣れない泥道に足をとられ転んでしまう学生もいました。

そのような中、学生たちが声を掛け合い、手を取り合い山頂を目指す姿はこの体験を実施した意味を再認識すると同時に改めて自然がもたらす恩恵を知ることができたとても貴重な二日間となりました。

学生のレポートの中に下記のような一文が記載されていました。

ガイドの方やスタッフの方が山と森が好きでそのために一生懸命働いている姿を見ると、今の私達に似ているところがあるなと思いました。私も水族館の飼育員になるため動物や海のこともっと大好きになってその魅力をたくさんの方に伝えたいです。

私も将来多くのお客様に海の事や動物の事を大好きになってもらえるような飼育員になりたいです。

好きなことだからこそ全力で魅力を伝えることができる。大切なことに気づかせて頂きとても大きな学びの場になったことは間違いありません。



## チェーンソー 特別教育補講の報告

仁藤 正夫

チェーンソーによる伐木作業等に係る労働安全衛生規則の一部の安全対策の規則が改正され、安全対策が強化されました。当会でも、7月4日に補講を実施し、資格者の充実を行っています。受講者7名が小雨の中作業小屋にて実施しました。主要な改正内容は

- 1 立ち木の伐採時の措置として、胸高直径20cm以上時、受け口を作ることを義務付け。
- 2 掛かり木の速やかな処理の義務と、掛かり木の処理における禁止事項を規定します。
- 3 立ち木の高さ2倍相当の半径円形内側に伐倒作業者以外の作業者の立ち入り禁止。
- 4 チェーンソー伐倒作業を行う労働者は、下肢の切創防止用保護衣の着用義務付け。

8月1日以降は、補講受講者以外はチェーンソー取り扱い禁止です。当会の取り扱い有資格者は60名近くいますが、補講済み受講者は20名です。



会では、追加補講を計画します。多くの方々が早々に補講を受講願います。なお8月以降の研修担当者を大塚幹事と組澤幹事に代わります。

## 防護服の体験

大塚哲生

当会でチェーンソー利用の折には、下肢の切創防止用保護衣としてチャップスタイプの着用が義務化されています。実体験ですが、誤ってチェーンソーの刃がチャップスに触れてしまった際に、チャップス内の特殊防護材(白い繊維)があっという間に噴き出てチェーンソーに絡みつき、肌に触れる前にチェーンソーの刃の回転を止めました。チャップスの持ち運びや着用到手間がかかったり、下肢の動きが若干制約されたりしますが、わが身を守るため、チェーンソー作業時には必ず着用してください。尚、チェーンソーに絡みついた白い繊維の除去作業は結構大変でした。

# 顔振峠から ユガテへ

小木曾裕子

2020年3月4日(水)

埼玉県、吾野駅～顔振峠～ユガテ～東吾野駅のコースを歩きました。

義経・弁慶主従が東北へ逃れる時この道をたどり、癒される景色に感動して、思わず振り返ったという伝説、いや、ヤマトタケルがたどったのだという話もあります。

この日は、残念ながら一日中曇り、参加者は6名でした。

## 調査記録

西武秩父線吾野駅にて9時集合。2名ほど次の電車に到着との連絡があり、曇り空の下ゆっくり歩き始める。駅から高麗川沿いの国道を紅白梅やネコヤナギを見ながら進むと「ホタルの生息地」の看板があった。国道から外れると民家の道端でスイセンを手入れしている女性がいて雑談。ヒガンバナらしい葉があり別名ハミズハナミズの話題をしたら、ハミズハナミズはこっちと丸みを帯びた葉を指した。(帰宅後、調べたらどうも女性がハミズハナミズと呼んでいた葉はヒバングナの仲間です。ナツズイセンのようだった)この周辺には、ミチタネツケバナ、カラスノエンドウ、スズメノエンドウ、オオイヌノフグリ、ホトケノザ、ヒメオドリコソウ、ヨモギ等が陽当たりのよい道沿いにあり、木陰にはジャガ

があちこちに群生していた。花が咲いたらきれいだろうな。

9時45分頃、顔振峠の山道に入る分岐点にて後続組と合流。この辺りは岩壁から水が染み出ているトヤマシノブゴケ、キヨスミイトゴケ(写真1)、リョウメンシダ、オオバノイノモトソウ等きれいなコケとシダ類が多い。登り始めるとフユイチゴ(高尾に多いミヤマフユイチゴと違い、葉は丸みを帯び、毛が多い)。白い小花が見ごろのヒメカンスゲ(写真2)も多い。顔振峠までの登りには、実の付いたシロミノマンリョウ(写真3)、カラスザンショウ、カントウカンアオイ(花もあり)、咲き始めたタチツボスミレ、アズマイチゲ(白い花が一輪ずつ咲いていたが天気が悪く下向き)、シキミ(葉に芳香があり白い小花が満開)、マンサク(在来種で小ぶりの花が上品、写真4)が目についた。途中、マダケやモウソウダケがヒノキの林にて共存しているエリアがあった。30年生以上になるとヒノキが勝りタケは退化するようだ。うぐいすの声が聞こえる。(写真5)

11時頃源義経伝説のある顔振峠に到着。峠は開けていて舗装された林道沿いに茶屋が並び車でも来ることができ。峠で一服後、林道を下り、ユガテ方面の標識を頼りに山道に入る。ここからもシダ類が多い。ベニシダとよく似たイタチシダの違いを細かく観察。最下羽片の最下小羽片

写真1

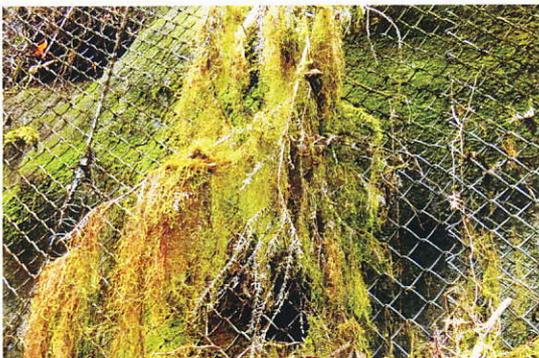


写真2



写真3



写真4





写真 5

生態調査班では、毎月第一水曜日に活動しております。

近隣の山を歩きながら植物・動物・地質等を観ています。

2020年1月は木下沢林道を、2月は一泊二日でチバニアン見学・富山登山、チバニアンでは、77万年前に起こった地磁気の逆転を示す地層を観察しました。地球の歴史を目の当たりにし、研究の成果に感動しました。また、市内には台風の被害でブルーシートに覆われた屋根が多く、山の崩落や倒木が目立ちました。興味のある方のご参加をお待ちしています。 千谷恵子

が長い方がイタチシダ。

11時半頃諏訪神社に到着。お腹も空き、少し霧が出てきたので神社の石段に座り昼食タイム。昼食後は越上山(オガミヤマ)へ向かう。「拝み山」、「お神山」から転じた山名と言われている。山頂(566m)への道は今までの山道とは様相が変わり、隆起したチャートの岩がゴツゴツして歩きにくい。チャートは、放散虫等のシリカの殻を持つ微生物の死骸が遠洋深海底で堆積した硬い岩石で風化や摩滅しにくいので礫となって残ったもの。緑色のチャートと赤色のチャートが見られる。緑色は、二価の鉄を含む緑色の粘土鉱物を含んでおり、赤色は、酸化鉄鉱物を含んでいるという。所々のチャートのヒビに沿って緑のコケがポツポツと付いていて生命力の強さを感じた。

山頂に12時15分頃到着後、山道に戻りユガテに向かう。ユガテへの下り道はゆるやかなアップダウンが続き、旧鉄塔があった尾根道は伐採されていて見晴らしが素晴らしかった。休憩しつつ切株を見ると、リュウブのひこばえが沢山

出ていて、芽吹き間近な冬芽を見ることができた。ネジキ、アカガシの芽も膨らみ、冬しか見ることができない鮮やかな赤いミズキの若枝や、アセビの白い鈴なりの花を見ることができた。ソヨゴの幼樹が道端に多く見られ不思議に思ったが、少し下ると親らしい木があった。波打つ葉がそよぎ、赤い実がなると風に揺れてソヨソヨ揺れる優しい木だ。山の尾根など乾燥した地に多いトチノキ科の常緑樹(写真6)。14時半頃ユガテに近づくと眼下に木々の合間から畑が見え、民家の道筋にはユズの実が沢山落ちていた。ロウバイや福寿草、沈丁花、ボケの花も美しく咲いていた。萩が並べて植えられており、少し人工的な雰囲気になってきたかなと寂しい気持ちが出た。ここのベンチで最後の休憩を取った後、飛脚道を一気に下り、15時半頃ゴールの東吾野駅に到着、15:43発の飯能行きに乗車。飯能では有志で途中下車し反省会をしてから家路についた。今回のコースでは寂しいことに、吾野を下車してから東吾野で乗車するまで何回かお会いした1組のパーティーと我々の2組だけであった。

コロナウイルスが騒がれ始めたこの日、雨の予報にも負けず山歩きを楽しんだ一日でした。



写真 6

## 3月9日 (立川市女性総合センター)

1. 新型コロナウイルス対応
  - (1) 3月定例作業の実施について
  - (2) 4月予定の植樹祭実施について
2. 決算見直し報告
3. 法人企業退会情報 ほか

## 4月20日 臨時幹事会 (電子メールにて開催)

1. 5月幹事会の開催方法について
2. 5月以降の定例作業実施について
3. 6月20日の総会実施方法について

## 5月30日 臨時幹事会 (オンライン会議)

1. 総会の開催日時と場所、実施方法について
2. 総会提出議案についての審議
3. 6月定例作業実施について

## 6月6日 臨時幹事会 (オンライン会議)

1. 6月定例作業再開方法の検討
2. 総会の準備 (議長ほか)
3. 7月以降の作業班体制の検討

## 6月20日 臨時幹事会 (小下沢ベースにて)

総会後、幹事の互選にて運営体制を決める。  
(代表、副代表。事務局長)

## 7月6日 (立川市女性総合センター)

1. 幹事の役割分担について
2. 幹事会運営方法の検討
3. 新型コロナウイルス対応  
7月定例作業実施について
4. 新5ヶ年計画の説明

## ◆年会費支払いについてお願い!

2020年度の年会費支払いがまだの方振込みをお願いします。

### 1. 郵便振替

- 口座記号番号 00160-3-688239
- 加入者名 日本山岳会「高尾の森づくりの会」

### 2. 他の金融機関から振込の場合

- 銀行名 ゆうちょ銀行 019店(ゼロイチキュー)
- 当座預金 口座番号 0688239
- 口座名 日本山岳会「高尾の森づくりの会」

### 3. 納入金額

	年会費	ボランティア保険料	合計
一般会員	3,000円	500円	3,500円
家族会員	2,000円	500円	2,500円
学生	1,000円	500円	1,500円

上尾奈津子です



### 昨年にご縁あり入会しました

このたび、入会をいたしました上尾奈津子(かみおなつこ)と申します。

昨年にご縁があり、2020年1月の新年開始の定例作業を見学後、6月に正式に入会させていただきました。コロナの影響でなかなか参加ができない状況ではありますが、今後月日を重ねて山の仕事、森の作り方、チェーンソー技術を覚えていきたいと胸を膨らませております。全く知識がない若輩者ではございますが、ご指導の程宜しく願いいたします。

新会員紹介

よろしく  
お願いします。

酒井理恵です



山では  
『こんにちは!』と挨拶  
それが心地よく

はじめまして、A班の酒井理恵です。

A班には同じ苗字の方がいらっしゃいます。今まで同じ苗字の方とは出会った事がなく、これもご縁だと思いました。お酒の飲めない方の酒井です。

高尾山を登ってから登山にはまりました。都心での生活の中で、町では人々がせわしくなく、心に余裕のない人が多い中、山では『こんにちは!』と挨拶をし、知らない方々ともお話をする!それが心地よく、森の中を歩くのが好きなので時間があると山に登っている中で、元気な森を取り戻したいと思うようになり、インターネットでこの会を知りました。2月に体験、豆腐鍋に参加させて頂き入会しました。すぐ、コロナの影響で楽しみにしていた植樹も中止になり残念でした。カマ、ナタ、ノコギリも使うのは初めてでまだまだ不慣れですが、安全に楽しく活動したいと思います。よろしく申し上げます。

# 私の**集ごもり**術

長い間の自粛生活は我々に多大な影響があり、中でも運動不足で体力の低下や体重の増加など耳にすることが多かった。そこで会員の皆さんはどのように過ごされて来たのか3人に伺った。

## 和室にブルーシートを敷き 家では竹細工 テレビも観ず一人黙々と竹削り

仲 洋二

私は高尾の森づくりの会の物づくり・小屋管理班の活動に参加しています。会の建屋の維持や活動で使う木工品の製作もしますが、各種イベントで展示販売をする木工品の製作もあります。COVID-19 禍の影響での自宅自粛生活を幸いに製作在庫品を増やし、納期ギリギリの搬入でなく、余裕でイベントを迎えようと思いました。家では木工を行う設備も場所もままならず、竹細工なら出来ます。会の上柚木公園整備活動で頂いた竹を炭火で油抜きをし、あとは大半が手作業です。和室にブルーシートを敷き、そこで竹鋸、鉋、鑿、ナイフ等を使います。物によっては電動リユーター、ドリル、紙ヤスリ、塗装具、ノギス、コンパスなども。削り屑、切り粉は和室内に留まるわけは無く、家中に拡散しますが、掃除機を頻繁に掛けて対応しました。テレビも見ず、一人黙々と竹を削りました。30品ほど出来ました。イベント用だけに多すぎますので、良い処分方法を考えます。



## 地形が分かる 暗渠巡りの面白さ 高台から始まり幹線の川で終わる

宮本正彦



健康のための散歩(雨天中止)4月頃:神田川沿いに5、6Km歩き。5月頃、別の街中で毎日に方向を決めて歩き回り新築や荒れた家屋発見。6月頃、暗渠巡り開始 中野区にある暗渠の代表は花園川ですが、無名の暗渠も至る所に有り大半が通行可能だ。暗渠巡りの面白さは地形が分かり、高台から始まり幹線の川で終わる。狭い暗渠、石段状、公道と一体化し、やや距離の長い暗渠にはだいたい公園が有り、トイレがある。

家では3、4月頃、箸作りのための治具づくり、バンドソーで檜、柾、檜板を裁断。4月後半頃、ベルトサンダーで箸の形にし、塗装ムラを無くするため、回転ドラムに無地の箸を取り付け人工漆を4回塗りした。5月頃小箱、おもちゃ作製など。6月頃、テレビで鯉節を削っている様子を観て、鯉節削り器の作成にかかる。鯉節用カンナに合わせ、板を裁断、3台ほど思考作製 4台目によやく削りやすいものを作製。小屋に持参した。

## 終活、孫の面倒 運動不足で何とかしないと… テレビ体操、散歩

山崎 勇

コロナ問題で生活が一変しました、5年前に仕事をリタイアし、その後は3つのボランティア団体で活動していましたが3月からは全て活動中止となってしまいました。我々の年代はコロナに罹ると重篤化し易いとのこと、いざの事を考え我が家では終活をはじめました、衣類や書籍、書類の整理、毎週数袋の処分をました。

1月下旬には2月初めに予定していた旅行もキャンセルし先の旅行予定も立てられなくなりました。

3月から4月中旬にかけては、孫の学校が休校となりこの間孫の面倒をみていました。保育園の近くの2つの病院でコロナの集団感染が発生し孫からの感染予防のため、その後3カ月孫3人との交流が無くなりました。高尾の森にも行けず運動不足で3キロ程体重が増えしまいました。

何とかしないと、朝・10時・3時のテレビ体操、午前/午後1時間の散歩を日課にしています。

我が家の食生活は、生協2社からの購入のみで、スーパーや外食の利用も3か月以上控えています。

本でも読んで知識を身につければと思いますが、なんとなくTVを見る時間がふえました。

TVはどここのチャンネルもコロナや災害の話題が多くストレスが溜まります。ひるめし旅、ぽつんと一軒家、小さな村イタリアなどを見て気を休めています。

3か月近く高尾の森に行けませんでした。6月の定例作業がはじまり、やっと少し前の生活リズムに戻れそうです。

## 主な作業・行事記録

3月～5月	定例作業、都有林コロナで中止	
6/13・27	定例作業	48名
6/16	高尾山一丁平作業	6名
6/20	総会	
6/28	都有林（雨のため中止）	
7/2	上柚木公園	7名
7/4	チェーンソー補講研修会	7名
7/5	滋慶学園（その1）	40名（生徒・引率先生） スタッフ17名
7/11	定例作業	49名
7/12	滋慶学園（その2）	41名（生徒・引率先生） スタッフ14名
7/25	機械作業実践研修（刈払機）	6名
7/26	都有林（コロナで中止）	

## 今後のスケジュール（予定）

8/8	定例作業（コロナで中止）、 サタディナイトミュージアム （高尾599ミュージアム）
8/23	都有林（コロナで中止）
9/5～6	チェーンソー作業従事者特別教育
9/12	定例作業
9/26	チェーンソー作業実践講習
9/27	都有林
10/10	定例作業
10/16～18	三宅島プロジェクト
10/17	高尾599ミュージアム 「山の日イベント」
10/24	チェーンソー作業実践講習
10/25	都有林/京王親子森林体験スクール
11/8	京王親子森林体験スクール
11/14	定例作業
11/21	紅葉観賞会
11/22	都有林
11/28	チェーンソー作業実践講習

## 山の日イベント開催 山崎 勇

## 山の日記念日（山の学校）TAKAO 599祭催

山の記念日599祭は、例年8月の記念日に合わせて実施していましたが、今年はコロナ問題の影響で、10月開催となりました。会場は高尾599ミュージアムです。

日時●10/17（土）～10/18（日）10時～17時

基調講演、トークショー、クラフト、ライブショー、ヨガ教室、水生生物や昆虫の展示、キャンプ用品展示など、皆さまのご来場をお待ちしております。

高の森づくりの会も10/17（土）10時～16時  
「高尾の森の動物たち」の映像を上映します。

## 会員動向

## 新会員紹介（7月入会）

酒井 理恵さん（A班）  
上尾 奈津子さん（B班）  
青嶋 康文さん（C班）

## 退会しました

鳥居 和雄さん（B班）

## 専門班活動日

ものづくり班・小屋管理班  
（佐々木リーダー）

毎週  
木曜日

第三  
土曜日

哺乳動物生態調査班  
（山崎勇リーダー）

毎週  
木曜日

植物生態調査班  
（千谷リーダー）

第一  
水曜日

都有林プロジェクト  
（日比野リーダー）

第四  
日曜日

## 編集後記



会報誌担当を長い間頑張っていた小山さんお疲れさまでした。小山さん同様今後も工夫して取り組んでいきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。先日猛暑の中、秋川渓谷沿いを歩いて「戸倉城山」（434m）に行ってきました。やはりコンクリートの道路は照り返しが強く参りますが、一步森林に入ると涼しくホッとします。まさに森林浴を実感しました。（松川）

