



青いクリひとつ。
クモの巣いっぱい。
ヒキガエルいっぱい。
暑い夏のいちにち。
わさび谷で

氷ノ山フィールドノート

響の森周辺・登山道の自然情報記録よりピックアップして紹介します。



産卵中のイモリの母さん、 大の字になって休憩中

今年も順調にアカハライモリの
産卵が行われています。

まだ雪が・・・

4/14 鳥取市内気温27度からの
4/15 響の森「雪」3センチくらい
積もる
5/ 7 現在、駐車場にまだ雪が
残っている

春の訪れ

4/ 6 ツチハンミョウ
フサザクラ咲く
4/12 ウグイス初鳴き
4/19 ツクシ出る
サクラ開花（響の森）

春爛漫

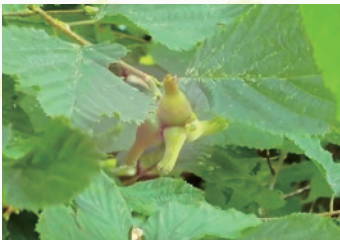
4/28 ショウジョウバカマ
ヤマエンゴサク
5/ 6 エンレイソウ
ミヤマカタバミ
ニリンソウ





特集

かてもの



ツノハシバミ



カヤの実



トチの実



イラクサ

今から64年前、大統領就任式で日本の報道陣の一人に「日本人で最も尊敬する政治家は誰ですか?」との質問に「Yozan Uesugi」と即答したというジョン・F・ケネディ。上杉鷹山は江戸中期、財政が破綻していた米沢藩を立て直し、子供手当や結婚支援など先進的な領民ファーストの政治をしたこと、また「なせば成るなさねば成らぬ何事も成らぬは人のなさぬなりけり」でも知られています。

鷹山は藩主を退いたあとも領民の生活の安定のために一生を捧げた人でした。異常気象などによる不作、続くと飢饉となりますが、そのような非常時にも被害ができるだけ少なくなるように「かてもの」の利用を推進しました。「かてもの」の「かて」は「糧」のことで飢饉の際に命をつなぐことができる食べ物、救荒食物といわれているものです。その調理法や保存法を記した手引書を学者に作らせ領民に配り、飢饉に備えました。この手引書は仮名(いろはにほへと)順で検索がしやすくなっています。植物図鑑「本草綱目啓蒙」の説明と共にいくつか紹介します。

<ハスの葉と実>

「葉は湯引きして未熟な実はそのまま。味は甘い。」と葉と実だけ利用が書かれています。レンコンを掘ってしまうと葉や実が「かてもの」として利用できないためかもしれません。

<クズ>

「若葉をよく茹でて食す。根を掘り取り杵で搗いて碎き、にじみ出た汁を放置、上澄み液を捨てて、水洗いを10回ほど繰り返し沈殿し

た粉を団子にして食べる。」葛切や葛根湯に使われるくず粉です。

<ナッツ類>

ハシバミは「飢えを助けるもの」とあります。日本海側なので多分ツノハシバミだと思いますが、生でも煎ってもおいしいヘーゼルナッツの仲間です。カヤの実「煎って臼で挽き麦粉に混ぜて食べる。」とあります。どちらも響の森周辺でもよく見かけます。

<どんぐり>

クヌギやコナラのどんぐりとトチの実が紹介されています。「水を換えながら14-5回煮て良く蒸して米粉に混ぜ団子にして食べる。流水に2-3日さらすと渋みも毒もなくなる。老人、子供、病人には食べさせない事」、ブナの実はそのまま煎って食べたり挽いて「きなこ」として用いるとあります。

<山菜系>

ワラビ、ノカンゾウ、ウルイ、ノビル、シャク、フキ、アサツキ、イラクサ、ハコベ、セリ、ゼンマイ、ツクシ、ヨモギ、リョウブ、イタドリ、ハハコグサ、マコモなど今でもおなじみの山菜も紹介されています。

<え!そんなものも?>

カラスウリの実、葉、根、ガマとアシの新芽、ウツボグサ、ミゾソバ、ワレモコウ、タニウツギの葉、マタタビの葉、マユミの葉、スベリヒユ、スイカズラ、ギンギシ、コウゾリナ、大豆と小豆の葉

<意外にも>

フジ(藤)はアクが少なく葉、つぼみ、花、実が食べられ特に実は焼いて食べると栗のようにおいしい。ツククサはアクが少なく生食(サラダ)できる。

イノシシ
(響の森 ジオラマ)



<イノシシ>

肉食がタブーだった江戸時代に鷹山は肉食さえも推奨しています。「肉を蒸して油を落とし、灰を塗って囲炉裏の上で煙に当てながら乾燥させると数十年も保存でき、灰を洗い落とし薄切りにして食べれば鯉節のように美味。他の獣の肉も同じように保存できる」と書かれています。ジャーキーですね。さらに非常時だけでなく平時から特に老人や衰弱した人は健康の維持のため魚鳥獣肉による蛋白質摂取の重要性を説いています。

<凶作に備える心がけ>

「木の葉や草の根は普通の生活では食べ慣れないものなので、口や腹に慣れないことは言うまでもありません。とくに作物が不作の年では、このような食あたりのつらさは大変でしょう。これらの救荒食物、医師たちが食べ方を研究し、試食をしたうえで公表したのですが、試しに少しだけ食べる場合と衰弱した体でたくさん食べる場合とでは、体調にも変化があります。そのため調理法については念には念を入れ、また味噌や塩と一緒に食べれば体に優しいので必ずそのように食べるよう心掛けてください。」手引書の巻末でこう述べています。領民に寄り添う気持ちが溢れています。

今でも大災害は無くなったわけではなくむしる危険は増えています。平时にアウトドアの料理などで「かてもの」に親しんでおくのはいかがでしょうか?

参考文献: ことのは出版「かてもの-非常時の食べ物」(編・著: カムパネルラ掃部) (松平)

Special Issue



イチ押し

響の森インタープリターのイチ押し情報



手作りベンチ

正面玄関を出たところに、手作りのベンチとテーブルを用意しております。ここに腰かけると、山やスキー場が見渡せ、風の通りも良いので、リラックスできること間違いなし。お弁当を持ってきてここで食べるのもおすすめです。おしゃべりしてもよし、ゆっくりコーヒーなどを飲むもよし。響の森の手作りベンチで素敵な時間をお過ごしください。

Highly Recommended



クルー

クルー活動紹介

※クルー: 響の森ボランティア

3月~5月の活動内容

- イモリの溝掃除(6)
- 親子自然研究クラブ「ヒキガエルの産卵」補助(1)
- ネイチャーキッズフェスティバル補助(5)

()は延べ人数



クルーを随時募集しています!
お問い合わせ・登録はお気軽に響の森まで!

The 助っ人!

ネイチャーキッズフェスティバル「くるくるスネークパンを焼こう」のーコマ。ベテランクルーの加藤さん(写真右端)。着火、炭火の管理、イベント後の後片づけなど毎度のことながらとても助かります。これからもよろしくお願いします。

Activity Report

あんなこと、こんなこと



ネイチャーキッズフェスティバル
「移動木育広場」
4/26(土)~5/6(火)祝



親子で遊んで学べるおもちゃの広場がイヌワシホールに登場! 木のプレーヤーを磁石で操るサッカーに夢中になったり、型に合うブロックを手探りで見つけるおもちゃを楽しんだりしていました。大人もいつの間にか真剣になってしまうパズルや楽器などもあり、老若男女誰もが「木はいいなあ」と感じていました。



アウトドアで使える メイクのお悩み解決法

5/5(月)祝



紫外線が気になる季節に合わせ、響の森でアウトドアで使えるメイク講座を初開催しました。主に日焼け止めクリームの話を中心に、メイクのお悩みについてエステティシャンの方に伝授していただきました。そのあとは美容師さんによる似合う帽子の選び方や簡単なヘアメイクまで行っていただき、スタッフ含め、美意識高まる講座となりました。



親子自然研究クラブ「ヘビの観察」

5/17(土)



あいにくの雨でヘビの出現は難しそうだったので、講師と響の森で事前にヘビを確保し、室内で観察となりました。ならば、いつもよりじっくり見てやろう! とスケッチをしたり、イヌワシホールでヘビを這わせ、真似を試みたり。ヘビは見つけられず残念でしたが、これはこれで面白かったです。終了後、晴れてからヘビを返しに行ったら、4匹のヘビを見たのは内緒の話。

イベントカレンダー 2025年 7月～9月

7月	5日④ 8/31日④	いつでも作れるコーナー ・森の木バッジ作り 土日祝（夏休み期間中は毎日開催）
	5日④	夏休み工作企画 「巣箱をつくろう」 会場：倉吉博物館（共催）
	12日④	夏休み工作企画 「巣箱をつくろう」 会場：響の森
	13日④	森のようちえん+（プラス）
	19日④ 8/31日④	第12回KAPLA®大会 KAPLAは登録商標です。 著作権者の許諾を得て使用しています。
	19日④ 9/7日④	夏の特別企画展 「DANBOL展」 響の森 イヌワシホール 料金／無料 協力／日段株式会社
	20日④	夏休み特別企画ワークショップ 「ダンボールお面作り」 時間／10:00～15:00 料金／1,000円 講師／DANBOL（井上嘉和氏）
	21日④ 9/7日④	DANBOLづくり 時間／9:00～15:00 料金／500円 定員／各日10名 当日受付
	26日④	親子自然研究クラブ 「磯の生き物観察」 会場／申込時に連絡 料金／300円 定員／15名 対象／親子自然研究クラブメンバー < 登録制 > 対象：小中学生の親子 登録料：500円（初回のみ） 共催／とっとり霞霧がにっこ館 事前予約 3日前まで
	27日④	スペシャル観察会 「昆虫トレジャーハンター 〇〇を探せ!」 料金／600円 定員／20名 対象／小学生以上 講師／鶴智之氏

8月	2日④	スペシャル観察会 「昆虫ライトトラップ」 時間／19:00～21:00 料金／600円 定員／20名（小学生以上）
	3日④	川のようちえん+（プラス）
	11日④	夏休み工作企画 「森のマイバッグづくり」
	13日④ 15日④	夏休み工作企画 「昆虫を作ろう」
	17日④	親子自然研究クラブ 「葉っぱ図鑑をつくろう」
9月	31日④	大人の趣味講座 「シャワークライミングに挑戦!」
	6日④	親子自然研究クラブ 「川の生き物観察」 講師／中前雄一郎氏



Recommended Books 森のオススメ本

街から山、川、海まで知っておきたい
いきものづきあいルールブック

ひとり（1羽?）ぼっちの野鳥の雛を見つけ、かわいそうだと思ったので連れて帰った。って良いことをしたように思われますが、実はそれ「鳥獣保護管理法」の違反になります。また雛にとっても良いことではありません。自然環境を守るために様々な法律が定められています。何をやってはいけないか、マナーも含めてどうすれば良いかがマンガで分かりやすく説明されています。



【著者】
一日一種

【監修者】
水谷知生
長谷成人

【出版社】
誠文堂新光社

Information

イチ押しイベント

エコツアー
シャワークライミング



響の森の夏といえば、エコツアーシャワークライミング! キンキンに冷えている沢に入れば夏の暑さも吹飛びますよ。小学生からできるので、ご家族で、ご友人で、恋人とでも、夏の思い出作りにぜひお越しください。響の森のエコツアーは、お客様のご都合にあわせ少人数で開催をさせていただきますので、まずはお気軽にご相談ください。

お問い合わせ TEL (0858) 82-1620



(一財) 鳥取県観光事業団

〒680-0728 鳥取県八頭郡若桜町つくよね635-175

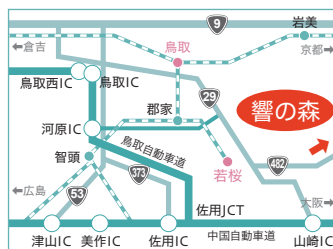
TEL (0858) 82-1620 FAX (0858) 82-1612

[E-mail] info@hibikinomori.gr.jp

[HP] https://www.hibikinomori.gr.jp/

開館時間／午前9時～午後5時

	4月～9月	10月・11月	12月～3月
月曜日	月曜日	月・火曜日	月～水曜日
休館日	夏休み 期間中は無休		12/29～1/3
	祝日の場合は翌日休		



●夕日見て、熱帯夜の自宅を想像し、響の森に泊まろうかと思案する（高橋） ●今年も去年みたいに暑くなるのでしょうか？ 沢遊びでもして息抜きをしましょうね。お待ちしています！（松平） ●なつ、ナツ、夏～！ 一番好きな季節がやってきます！ じりじり焼けて黒くなる肌、楽しみたいと思います！（山根）

編集後記