



# さとのかぜ

2017年夏(No.199)号

発行:2017年6月25日

編集・発行 千葉県いすみ環境と文化のさとセンター

指定管理者:(一財)千葉県環境財団

〒298-0111 千葉県いすみ市万木 2050 番地

TEL 0470-86-5251 FAX 0470-86-5252

URL <http://www.isumi-sato.com/>

e-mail [senta-sato@isumi-sato.com](mailto:senta-sato@isumi-sato.com)



2017/6/17

2016/7/31

2015年に初めてカシノキラン(ラン科)を観察した森を再訪しました。いろいろな樹種の幹に根を張り着生するカシノキランの姿が見られました。写真はオオモミジに着生するカシノキラン(花の写真はスタジイの幹)です。本種は今年の3月に改定された千葉県レッドリスト\*で「最重要保護生物」に指定されている希少な植物です。分布は千葉県以南とされ、本県は北限(東限)にあたります。

この森にはモミヤスタジイの大木が複数見られます。また、樹の幹に根を張る力強いカシノキランなどの姿もあり、県南部の原生的な自然の姿とその豊かさを感じさせてくれます。この森もかつて薪炭林であったことが、複数の幹が萌芽し株立ちしたスタジイの大木や炭焼き窯跡があることからわかります。落葉樹を中心とした里山の明るい森に比べて、本種が暮らすような少し陰鬱に感じる暗い森を好まない人もいると思いますが、このような森にも人と自然との関係に学ぶことがたくさんあるのではないかと考えています。

\* 千葉県環境生活部自然保護課編. 2017. 千葉県の保護上重要な野生生物 —千葉県レッドリスト— 植物・菌類編<2017年改訂版>. 千葉県環境生活部自然保護課

## センターの米づくり～田作りから田植えへ～

センターでは、いすみの自然と地域の文化を広く伝えるため 17.2a の田んぼで米づくりを行っています。平成 29 年の米づくりは、例年と同じコシヒカリ、月見モチ、



クロ切り

京都神力の 3 種類です。コシヒカリは食用に、月見モチは暮

れ餅つき行事に、京都神力のわらは正月の飾り作り、縄緬いや細工行事等に使用します。

1 月末トラクターによる田起こしから始まりま



クロ練り

した。田起こしは稲刈りの終わった秋に行うのが雑草を防ぐため良いのですが、センターでは 2 番穂を利用するため遅れて行いました。3 月に入り畔作りです。田んぼの水を保水す



クロ寄せ

るための作業で、畔の端を鋤で切り落とす畔切り（クロ切り）、次に切り落とした土を耕運機で練り（クロ練り）、練った土を畔寄せ（クロ寄せ）を行いました。

練った土を落ち着かせ、適度な硬さになったらこれを

切り落とした畔の部分に鍬で張り付けていきます（クロ塗り）。田んぼづくりの一番の重労働ですが大切な作業です。近年ではこの作業は機械で全て行われるため見られなくなりました。



クロ塗り

畔作りが終わりま

す。土の落ち着きと床土の程よい硬さを得るため、田植えの 14 日前頃に行い、田植えまでは一定の水位を保つように水の管理を行いました。以降は田



植え代かけ後のようす

植え日の天気にもみながらの日々となりました。苗作りはコシヒカリを J A いすみ農協に、月見モチ、京都神力は協力者に依頼しました。

4 月 30 日（日）、9 時、快晴、気温 16℃。南の風、風速 1m、暑くもなく、寒くもなく絶好の田植え日和となりました。募集定員は 30 名でしたが希望者が多いため定員を拡大し、市内外、県外から大人 29 名、子供 25 名、ボランティア 9 名、職員 7 名、総勢 70 名での田植えとなりました。



54 人が一列に

受付後、田植え支度に身を整えて広場に集合、植え付け品種はコシヒカリ、面積は 8.64a で、職員から植え付け本数（3～5 本）、植え付け深さ（約 3 cm 程度）、足の運び方などの説明と怪我防止等の注意事項を受けた後に田んぼの畔に一列に並び裸



コシヒカリ苗

足で田んぼに入ります。第一声は「ひやー」や「ヌルヌルする」でした。張られた縄を目印にし、縄張り方の声に従い前進しながら植え付けて行

きます。ボランティア、職員は縄張り方や苗配り方を担当しました。リピーターの方はなれた手つきで、初めての方は慎重に、子供たちは田んぼの生き物に夢中になったり、尻もちを着いて泥んこになったりと、賑やかな田植えとなりました。



田植えのようす

予定より早く約1時間で終了しました。今年の田植えは植え付けもしっかりと行われ良い出来栄となりました。お昼にはボランティアの方に作っていただいたタケノコの味噌汁がありましたが、あっという間に鍋の底が見えることとなりました。

参加者のアンケートでは、裸足で入れたこと、自然の中で気持ちの良い田植えができたこと、自然と触れ合えること、子供と楽しめたこと、生き物が捕まえられたこと、食の大切さを知った、稲刈りが楽しみ、これからも続けてほしい、また参加したい、等々の感想が寄せられました。

5月2日(火)、月見モチ、京都神力の田植えを田植機により職員で行い、田植えがすべて終了しました。使用した苗はコシヒカリ20箱、月見モチ4箱、京都神力5箱となりました。



機械による田植え

田植え以降は6月中旬の中干しまで水の管理が大切で、毎日巡視し水を切らさないようしなければなりません。アメリカザリガニ、モグラにより畔に穴をあけられると逃げ水となってしまいます。これからの時期は大切な分けつ時期であり、水がないと分けつが遅れて収穫量に大きな影響を及ぼすこととなります。また雑草も勢いを増して来て稲の生育に大きな影

響が出てきます。センターの田んぼでは、オモダカ、コナギ、イボクサ、セリ等が主な雑草となっています。



オモダカ



イボクサ

害虫は5月中旬以降にイネドロオイムシ、イネミズゾウムシが発生し成長に影響が出ます。大量発生時には田んぼ全体が白くなってしまいます。

7月に入りますと害虫のカメムシ類、いもち病などの発生が心配されます。カメムシ、いもち病では米の品質や食味、収穫量に大きな影響を受けてしまいます。



カメムシ

皆さんに一生懸命植えていただきましたので、実りの秋を笑顔で迎えたいと願っています。

文:M.O.

## 南房総の「食」について～タケノコ～

タケノコは南房総を代表する食材の一つだ。ここ最近では「タケノコ掘り」は人寄せイベントの一つとして、地域の活性化に一役買っている。いすみ地域に住んでいるとタケノコの時期(4月の終わりごろ)には近所からタケノコが届く。タケノコと言っ



孟宗竹(モウソウチク)のタケノコ

ても、いすみ市周辺で食されるタケノコは孟宗竹(モウソウチク)が主である。モウソウチクは中国原産の植物でイネ科の植物だ。タケノコが成長し、竹になるとは竹かご、竹炭など日本人の身近

な文化にも貢献している。

まずはタケノコの皮をむいてゆでる。インターネットでゆで方を調べると皮



皮をむくとこんなに小さくなる

つきのままがポピュラーのようだが、いすみ市で育った私が子供のころ、我が家ではタケノコが近所から届くと、皮に切れ目を入れ、皮をすべて向いてしまってからゆでたものである。

皮をむいたタケノコ一本につき、一握りのヌカを入れ、水からゆでる。ヌカが手に入らない場合は米のとぎ汁でゆでてもよい。ゆでる時間は大

きさなどで様々だが、竹串がすっと通ることが条件だ。ゆで汁につけたまま自然に冷ましアクをぬく。粗熱が取れたら料理にとりかかる。量が多く保存する場合は、ゆで汁に浸したまま一晩置き、翌朝水で洗い冷蔵庫で水に浸して保存する。水は毎日取り換える。



米のとぎ汁で煮る

### ○タケノコの炊き込みご飯

タケノコ（一本分約 150g）、米（2 合）、油揚げ（1 枚）、ニンジン（1/3 本）、しょうゆ（大さじ 1 と 1/2）、酒・みりん（大さじ 1）、顆粒だし（少々）、水（2 合分）

各材料を切る（ニンジン・油揚げは短冊切り、タケノコも大きさをほぼそろえる）。米 2 合分とぎ、30 分置く。30 分経ったら切っておいた材料と調味料をおかまに入れ、熱が均等にいきわたるようにさっくりとかき回す。あとは炊飯器で米を炊く。炊きあがり間近になると部屋中がタケノコの良いにおいで満たされる。



炊く前にざっくりとかき回す

### ○タケノコの煮物

タケノコ（1 本約 150g）、豚肉（100g）、水（1 カップ）、しょうゆ・砂糖（各大さじ 2）酒・みりん（大さじ 1）、山椒の芽（あれば）

タケノコ・肉を切り、フライパンを熱し油をひく。油がフライパン全体にいきわたったらタケノコと肉を入れ炒める。火が通ったら調味料を入れ弱火でふつふつと煮る。タケノコに少し色がついたら出来上がり。



食卓に庭に咲いていたヤマブキを添えて

食す直前に山椒の芽を手のひらで「パン」とたたき、料理を盛り付けた上にのせる。この山椒の芽とタケノコが不思議と合うのだ。この組み合わせは誰が最初に始めたのか？

食卓には、たけのご飯・タケノコの煮物が並び、キャラブキを小鉢に盛り、春の食卓の完成だ。

文：E. N.

## いなか暮らしなら野草採集で薬草湯に入ろう

房総半島の温泉は真っ黒なヨード風呂が有名です。太古の時代の海藻に含まれるヨウ素が地下水に溶け込み、塩分濃度の高いかん水＝黒い湯のヨード泉となったものです。

家庭で黒いヨード風呂を作ってみませんか。その材料探しは漁師さんが網の手入れをしている時間に港に行き、カジメをもらい受けるのが一番簡単です。



あるいはシケの翌日、海岸に打ち上げられてい

るカジメを拾ってきます。

大きいものは適当に切り分け、砂や汚れを水で洗い流し、洗濯ハンガーに吊るして天日干します。乾燥すると驚くほど小さくなり、保存が可能です。

使い方は乾燥カジメを空の湯船に入れて湯をすれば良いのですから簡単です。

湯船にカジメがベロベロになって泳いでいますが、カジメと一緒にのお風呂もなかなかオツなもの

そんなワイルドな風呂はイヤだという人はカジメを 1 リットルの水から煮出した真っ黒い湯をバスタブに入れば、黒湯温泉のできあがりです。

春から秋はセリやヨモギの季節で、どちらもいすみ市ではほぼ野生化しており、空き地や溝沿い

で簡単に手に入ります。

変色した部分は切り落とし、汚れを水洗いし、新鮮なうちに湯船に入れます。

我が家では不織布タイプの台所用水切りごみ袋に入れて使用します。こうすると葉が散らからず、湯船の掃除が楽です。ゴミ袋じゃねえ、という人は大型の麦茶用パックを使いましょう。

五月になればショウブ湯です。ショウブは尚武——武を尊ぶに通じ、江戸時代の武士階級から広まった習慣で、スーパーでは菖蒲湯用に葉が売られています。しかし、目を凝らして湿地帯を見つめればショウブを発見できます。

市販品は根を切り落としていますが、本当は根の部分が一番香り高く薬効成分も多い。だから根ごと採集し、水洗いし、根元を輪ゴムでとめて湯船に落とせば、香り高い昔からのショウブ湯を堪能できます。

薬草として有名なドクダミは入浴剤にしても薬効成分は残り、美肌・美白効果やダイエット効果がありますが、何といても臭いが欠点。勇敢な人は生葉を使うけれど、普通は茎ごと採集して天日乾燥させて使います。

臭いはほとんど消えています。生葉・乾燥葉とも風呂から上がる時はシャワーした方が良いでしょう。

庭に柿、ビワ、桃、桜、イチジクを植えている家も多くあります。いずれの葉も薬草風呂の材料です。

特に桃は神話の時代から魔よけ効果があることが知られ、あせもや肌荒れに効果があります。



葉が柔らかい桃や桜の葉は、花が終わった後で採集し、片手の手の平いっぱい程度を不織布袋に入れて使用します。ほのかな香りがあるがなかなか良いものです。

柿やビワの葉は固いので、1cm 幅程度に刻み、天日干ししてから使います。若葉でも良いのですが、実がなった後の葉を使うのが良いでしょう。

特にビワは季節を問わずいつでも使えて便利です。肌にトラブルがある人はぜひお試しください。

イチジクの葉は夏の葉を採集し、必ず乾燥させて使います。採集の際、白い樹液に触れるとかぶれるので、手袋をして採集。乾燥葉は1cm 幅程度に切り分けて使います。これも肌荒れ関係に良い薬草湯となります。

家庭菜園をしている人ならば、ダイコンやカブを作りすぎた経験があることでしょうか。作りすぎたシソもいざとなれば捨てるほかありません。

しかしダイコンやカブの葉は洗って刻んで天日干しすれば立派な薬草風呂になります。不織布袋に入れて使用すれば肌はすべすべになり、湯冷めすることもあります。

シソは根や汚れた葉を切り落とし、水洗いしてから丸ごと湯船にポイ。水洗いで不安定な葉は落ち、湯船に散乱することはありません。少々ならば掃除も楽です。

姪の結婚式の引き出物がおしゃれなラベンダーソルトの入浴剤でした。

ラベンダーやカモミール、ローズマリーなどのハーブ類も薬草湯になります。ラベンダーとカモミールは、花の時期に花だけを使います。



ラベンダーソルトは、花をビンに塩漬けにし、その精油分と香りを塩に移し、その塩を入浴剤にします。家庭では花と塩をそのまま麦茶用の不織布パックに入れて使うのが簡単です。家のお風呂がラベンダーの香りがする少し塩味の温泉に大変身します。

カモミールはもっぱらティー用ですが、1年たっても使い切れなかった分は入浴剤に早変わり。

ローズマリーは剪定した葉だけを使います。香りが強いので風呂に入れるには大量に入れないのがコツです。水洗いをしっかりしておけば葉が湯船に散らかることはありません。枝の端を輪ゴムでとめて湯船に落とし、湯をはればローズマリー風呂になります。そんなすてきな温泉はたぶんどこにもないことでしょう。

冬になれば冬至の柚子風呂です。いすみ市では

使われないうまま朽ちて落下する柚子を多く見かけます。家の人にちょっと声をかければ譲ってもらえると思います。

柚子風呂は説明する必要はありませんね。丸ごと使うのが普通ですが、ユズを半分に切って不織布袋に入れて使うと少量でも香り高いユズ風呂になります。ちょっと揉んでやるともう最高です。



ミカンも柚子同様に実も皮も使えます。ただし夏ミカンや文旦の実を風呂にすると肌がちくちく痛むので要注意。個人差がありますが肌の弱い人はやめた方が良いでしょう。

いかがでしたか。入浴剤の材料は身近にたくさんありました。野外に出て入浴剤の材料を探してみましよう。

ところで注意事項があります。スイセンやヒガンバナ、アセビ、シャクナゲ、キョウチクトウ、カロライナジャスミンなどは毒草なので、絶対、入浴剤にははいけません。また、採取にあたっては地主さんへの一声を忘れずに。

文：和泉在住 川口 和也

## 昔の生活道具～その二～

時代の移り変わりに伴って、昔の生活道具と今日の生活道具とを、比較すると当然のごとく想像もできないほどの進歩がみられます。昔使われた生活道具の一部で、実際に地元の方々が使われた物がセンターに展示されています。見学に訪れた方々は昔が懐かしいと感じられた様子でした。その中の一つを紹介します。

### ●ハエ叩き（棕櫚（しゅろ）の葉のハエ叩き）

ハエ叩きは、おもに屋内でハエやゴキブリなどの害虫を叩いて駆除する道具です。ムシを叩きつぶす部分は、広く平らな形状となっておりハエ叩きを振り下ろした際の風圧で小さな虫を吹き飛ばしてしまわないように、網目状になっています。また、柄の部分は持ちやすいようになっています。

棕櫚で作られたものは、プラスチック製よりも使いやすく長持ちがします。作り方は棕櫚の葉を尻糸で編んで、仕上げに余分な葉を切り落として形を整え完成です。棕櫚の葉で作ったハエ叩きは素朴な民芸品で、昔の人たちの知恵が詰まった素晴らしい日用品として殺虫剤などが使えない食卓や台所などでも、使いかたのよい道具として使われています。実際に農家の方に製作に取り組んでいただきました。

### ○棕櫚の葉でハエ叩き作り

#### ①棕櫚の木

材料となる棕櫚の木です。この木は高さ約7m、葉を切り落とすのは大変です。



#### ②棕櫚の葉、葉の整姿

ハエ叩きの材料となる棕櫚の葉です。



全体の葉を手前に寄せながら完成品より少し大きめに葉を切りそろえていく工程です。

#### ③葉の分割

葉を約5mm幅に切り裂いていく工程です。これにより次の④の工程での葉と葉の間が狭隘になりハエを逃がすことなく捕まえることが容易になります。



#### ④尻糸で編む

約5mm幅にした葉4枚を1束とし、横方向に隙間が大きくなるようにきつく締めながら編んでいきます。葉を直線に編むほかアクセントをつけるために扇状に編むこともあります。



#### ⑤葉の先端を整える

2列編んで最後に先端を揃えていきます。出来上がったハエ叩きの編部は縦



15cm、横 10cm、柄 70cm 位に切断します。

### ⑥柄の突起物の除去

柄の部分全体に刺し状の突起物がでています。

これを竹蛇で削り落としなめらかにします。これで持ち手に違和感なく柄を持つて振り落とすことができます。



### ⑦完成したハエ叩き

柄の長さや葉を編んだ部分の縦横の幅等は自由に設定でき、弾力性に富んだ使い勝手の良いもの

です。叩いてみるとバシッとそれはいい音がします。身近にある材料で短時間で完成、しかも軽量で長期間使用できる棕櫚の葉のハエ叩きはまさしくエコですね。ハエ叩き作りにトライしてみませんか。棕櫚の葉は低木から採るのが安全です。自宅に棕櫚の木がない場合は、地主さんに一声かけて葉を採取してくださいね。



文：T. S.

## これからの行事案内

### 7月

(受付中)

#### ●ハス観賞週間

11日(火)～23日(日) 随時 見学自由  
日の出と共に開花するハスの花を観賞しましょう。どなたでも大歓迎！  
この前後の週も見ごろのはずです。



#### ●海辺の植物観察

17日(月) 9:30～12:00 定員 20名 小雨決行  
場所:いすみ市の海岸、海浜植物のある場所  
海辺の植物を観察しましょう。  
持ち物:飲物、帽子、歩きやすい服装・靴、雨具

#### ●夏の夜の生き物たち

22日(土) 19:00～20:30 定員 20名 雨天中止  
生き物たちは夜どこで何をしているのかな？  
持ち物:懐中電灯、飲物、虫よけスプレー、歩きやすい靴(サンダル不可)



#### ●夏の星座観察

29日(土) 19:00～20:30  
定員 20名 雨天プログラムあり  
夏の大三角形など夏の夜空の星座観察をしましょう。  
持ち物:飲物、虫よけスプレー、観察道具(あれば)



### 8月

(受付中)

#### ●センター内ホテルの水路で生きものを探そう

5日(土) 9:30～11:30 定員 20名 雨天中止  
ゲンジボタルが生息する水路で、水辺の生きものを観察しよう！  
持ち物:長靴、または濡れてもよい靴(サンダル不可)、汚れてもよい服装



#### ●ミニプログラム・スペシャルウィーク さとの夏遊び

9日(水)～11日(金) 当日受付

ガサガサ(水辺の生き物採り)、水てっぽう、昆虫観察など、さとの夏遊びをしましょう！

場所:センター地区

持ち物:飲物、帽子など。

詳細は7月下旬発表予定。お問い合わせください。

※参加費の必要なものもあります



### 9月

(7月1日から受付開始)

#### ●米作り2・稲刈り体験をしよう

2日(土) 9:00～12:30 定員 30名  
小雨決行

春に植えた稲には穂がいっぱい！皆で刈り取りましょう。新米の味は？

※申込は田植え参加者が優先されます

持ち物:長袖の服、帽子、タオル、軍手、長靴、弁当、飲物 ▲参加費(こども 300円 大人 600円)



#### ●秋の始まり自然観察

18日(月) 10:00～12:00 定員 20名 小雨決行  
センターで秋の身近な自然を観察しましょう  
持ち物:帽子、タオル、飲物、歩きやすい服装・靴

### 10月

(8月1日から受付開始)

#### ●いも掘り・焼きいもにチャレンジ！

14日(土) 9:30～13:30 定員 20名 雨天中止  
センターの畑でいもを掘って、もみ殻で焼きいもをしましょう。▲参加費(400円)  
持ち物:新聞紙、アルミホイル、飲物、弁当、長靴、軍手



#### ●竹かご教室(入門) ①②③④ 全4回開催

21(土)、22(日)、28(土)、29(日) 9:30～16:00  
定員 20名

竹取り、ひご作りから始めて4回終了までに完成させましょう。

参加対象:高校生以上、全4回参加できる方 ▲通し参加費(1,200円)



持ち物:竹用ナタ、竹ひきノコ、植木バサミ、膝あて、軍手、弁当、飲物

## 11月 (9月1日から受付開始)

### ●草木染め体験

5日(日) 10:00~15:00 定員 20名  
小雨決行

自分でデザインをして、シルクの布を自然の色で染めてみましょう。

持ち物:剪定バサミ、作業できる服装、弁当、飲物 ▲参加費(1,600円)



## == 第21回さとの文化祭 ==

11月18日~26日(土曜日~日曜日)-20日(月)休館-  
芸術の秋、夷隅郡市小学生の絵画や工作、一般の方の創作作品を展示します。

☆12月以降の行事予定は当センターのWebサイトをご覧ください。

<http://www.isumi-sato.com/gyouzi.html>

## 行事への参加申し込み方法

\*お申込みは、電話(0470-86-5251)、eメール(senta-sato@isumi-sato.com)、FAX(0470-86-5252)、または直接センター事務室でお申し込みください。なお、イベント開始月の2ヶ月前の1日9:00から受付です(1日が休館日の場合は翌日、1月は5日から受付です)。

\*お申込み時は、参加者全員の氏名、住所、年齢、電話番号(携帯電話がある方は併記)を記載ください。なお、メールやFAXでの申込みでセンターから返信が無い場合、送受信エラーを疑い、確認のお電話を下さい。

※定員のあるものについては、定員になり次第締め切らせていただきます。ご了承ください。

※小学生以下のお子様は保護者同伴で参加ください。 ※費用の記入がないものは、無料です

※行事は原則ネイチャーセンターに一度集合してから移動します。

## いすみ楊枝 —千葉県伝統工芸品—

センターでは、「いすみ楊枝」を県内外に広く紹介するため、毎月高木守人氏に実演をお願いしています。

日時 毎月第3日曜日(9:30~16:00)  
場所 ネイチャーセンター  
講師 高木守人氏  
参加料 材料費など実費いただきます  
内容 楊枝・花入れ・茶杓作り など

## 編集後記

当センターの指定管理者として8年がすぎましたが、今年度から平成33年度まで5年間も引き続き指定管理者を務めさせていただくことになりました。これからの5年間は、概ね学校の夏休み期間にあわせて閉園時刻を30分間延長して17時にしました。酷暑の折には、少し日差しが和らいだ15時すぎに来園いただいても良いかと思えます。一方、「さとのかぜ」の発行は夏号、冬号の年2回としました。レンタサイクルの中止や年末年始の休館日が一日増える変更もあります。一部、ご不便もおかけしますが、ご理解ご協力のほどお願いいたします。

「さとのかぜ、読んだよ」の一言も執筆、編集している職員のはげみです。本誌に関するご意見もございましたら、ぜひ、お聞かせください。 所長

## ◆ ◆ ◆ 利用案内 ◆ ◆ ◆

休館日: 毎週月曜日(月曜日が祝日の場合はその翌日)、12月28日~翌年1月4日

開館時間: 9:00~16:30 (7/20~8/31は17:00まで)

入館料: 無料

※当施設のご案内や解説などを希望される団体は、2週間前までにお申し込み下さい。

※行事やガイドを申し込み後、都合によりキャンセルする場合は必ず早めにセンターまでご連絡ください。

☆過去の行事内容やセンターの日常を、センター日誌 (<http://isumisato.exblog.jp/>) にてご覧いただけます。