



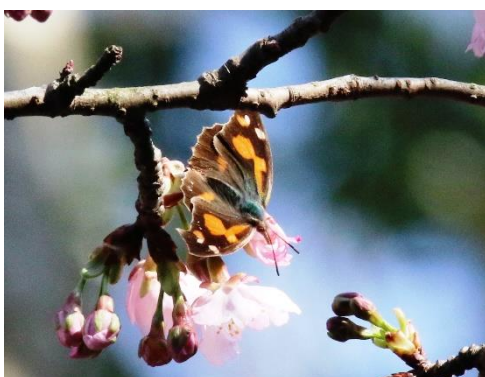
愛川ふれあいの村 今月の風景

2023年3月 自然のたより

3月はじめはまだ寒さも残っていましたが、一雨ごとに暖かくなってきました。ふれあいの村では、ロウバイの甘い香りに始まり、ミツマタが見ごろを迎え、カタクリやスミレの可憐な姿と続き、気が付くと満開のサクラが私たちの目を楽しませてくれるようになりました。それに呼応するかのように、多くの鳥や虫たちが活発に活動を始めました。小さな体全体で、まるで春の訪れを喜んでいるかのようにも見えます。(袖山)



春を彩るミツマタ



桜の蜜を吸うテングチョウ



モズの求愛活動



モミジイチゴ



早春のカタクリ



オオシマザクラ



カントウタンポポ



カニムシ



ヒメウス



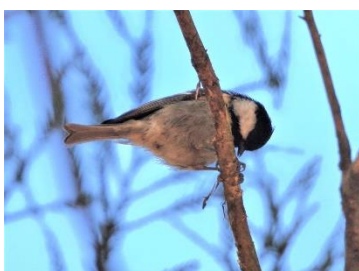
ピロードツリアブ



ルリタテハ



春を告げるウグイス



小さな鳥ヒガラ 11 羽



減少しているクロジ



蜜を吸うメジロ

トピックス★スプリングエフェメラル ～心ざわめく野鳥★

待ちに待った春本番、南風に乗ってやって来るスギやヒノキの花粉は勘弁してほしいが、それでも、心躍る春の訪れです。

早春の短い期間にだけ姿をあらわすスプリングエフェメラルと言われる草花も、落葉した木々の間から射す太陽の光を浴びてまぶしそうです。この草花たちは、春先に花をつけ、あとは一年の大半を地下茎や球根の姿で地下で過ごす草花の総称です。「春の妖精」とか「春のはかない命」などと訳されたりします。村に群生するカタクリはその代表的な花です。そして、野鳥たちも何やらそわそわしました。冬の間は群れを作って仲間と協力して暮らしていたのに、それぞれ別れて、自分の縄張りを持ち、梢で囀っています。北国へ帰る冬鳥は長い旅路を乗り切るだけの体力をつけるため、今少しの間、準備に余念がありません。来月の後半には早くも夏鳥がやって来ます。出会いと別れの3月、変化の多い3月、待ちに待った春本番の到来です。(高梨)



生き物★あたらしい目で見ると世かい★

初めて来た場所のつもりで、いつもの道を歩いてみる。いつも見ている蠟梅の花や、頭上を横切るカラスも、今日だけは知らないふり、初めましてのつもりで接してみる。すると、生き物のかたちや、色やにおいや鳴き声が、なんだかいつもより新鮮に感じられるような気がしてきた。それは子どもの時に感じていた瑞々しい気持ちに似ている。何も知らないからこそ、猫と会話したり、くさい木の実に大笑いしたりできる。世界にはじめて触るような体験が、毎日毎日子どもたちにはあって、大人の私たちだってきっとそうだ。

そのことを忘れないようにしたい。(井上)



旬 ★ミツバ★

ミツバは、セリ科ミツバ属の多年草で日本原産です。名前の通り、三枚の葉が付いています。爽やかな香りが特徴で和製ハーブとも言われています。

ミツバは、江戸時代から栽培され、春を告げる野菜と親しまれてきました。糸三つ葉・切り三つ葉・根三つ葉と3種類分けられます。茶わん蒸し・お吸い物などの彩に添えることが多いかと思いますが、もったいない。旬のミツバは、栄養価が高くビタミンC・βカロチン・カルシウム・カリウムなどの栄養が多く含まれています。また、独特の香りには「クリプトテネン」や「ミツバエン」の成分が含まれ、食欲増進を促す働きがあります。ストレスやイライラを鎮める効果もあり、新年度を迎える時期に、さっと茹でておひたやナムルで食してはいかがでしょうか(菅原)



来月の見どころ

自然からの恩恵

春の柔らかな日差しの中で、カタクリやアマナ、ニリンソウ、ハナネコノメなど早春の花が咲きそろう。このような春植物をスプリングエフェメラル(春の妖精)という。

また、ギフチョウやツマキチョウなど春先の短い期間にだけ見られるチョウも春の妖精と言われています。

ふれあいの村に飛来したことがあるカワセミの生息する中津川は四季折々に変化を見せ、私たちに安らぎや感動を与えてくれています。豊かな自然は美しい風景を作り出し心と和みます。河川工事や雑木林の開発等により鳥たちの生息環境は激減しています。

水、大気、土壌、太陽光は、人間を含むあらゆる生物が生きるための生態系の基礎となっています。その自然の恵みを護り大切にすることが人の心です。植物や昆虫などすべての生き物たちが、儚い命にならないよう一人ひとりが自然とふれあい自然を守り自然からの恩恵を享受したいものです。(吉田)

