



愛川ふれあいの村 6月の風景

平成29年6月 自然のたより

木々はすっかり葉を展開し、これから暑くなるぞと人々に木陰を提供しているようです。木々にとっては待ちに待った梅雨入りも空梅雨気味。日中の時間が延びたことで花も蝶もとても生き生きしています。これからは夏本番。移りゆく村の花や虫たちを是非感じてみてください。



ミヤコグサ



シンジュサン



ヤマツツジ



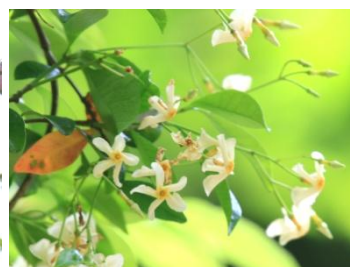
ヤマボウシ



アカバナユウゲショウ



ホタルブクロ



テイカカズラ



キキョウソウ



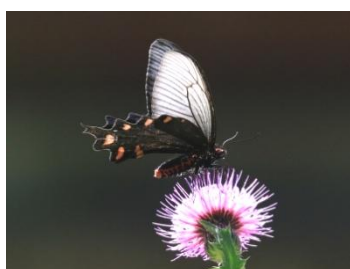
ヒメウツギ



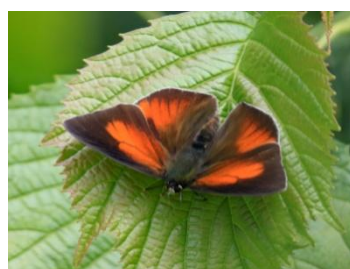
ヤママユ



タイサンボク



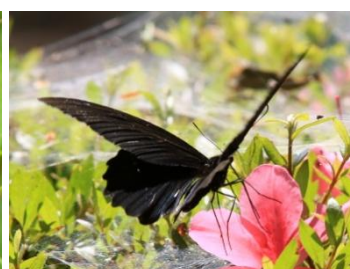
ジャコウアゲハ



ウラギンシジミ♂



アサギマダラ



ナガサキアゲハ

◆梅も百薬の長!?!◆

～暑い時期に梅は1かがですか～

6月に入り、スーパーの店頭では、梅の実が並び始めました。同時に果実酒用の瓶や梅干し用の樽なども店頭並び、今年はどうな風に梅の実を楽しもうかワクワクします。さてそんな梅の実の利用法は、どんなものがあるのでしょうか。思いつくところだと、梅干しに、梅酒、梅ジュース、そして梅ジャムなど。

古くから日本に馴染みのある梅ですが、もともとは、漢方薬として中国から伝わった説があります。それだけ、梅の効能は、多岐に渡っています。主な効能は以下の通りです。

①疲れにくい身体づくり。

⇒有機酸（クエン酸、リンゴ酸などの）が豊富に含まれており、疲労回復・腰痛、肩こりの緩和が期待できます。

②血流が改善。

⇒梅干しにはピルビン酸という成分があり、これは肝機能に有効といわれています。またジャムなど梅を加熱すると、梅に含まれている糖とクエン酸が結合し『ムメフラール』という成分が作られます。ムメフラールは血流を改善し血栓予防、動脈硬化などの生活習慣病の予防に役立つと考えられています。

③殺菌効果。

⇒梅に含まれているクエン酸は、殺菌・除菌効果に有効です。お弁当などに梅干を入れるのは、そのためです。



栄養たっぷりの梅を食べて、これからの暑い時期を乗り越えましょう。(高橋)

▼水滴を集めるクモの巣▼

写真の植え込みには、20ものクモの巣が所狭しと張られています。ある日巣を観察していると雨が降っていないのに関わらず、無数の水滴がついていることに気がつきました。驚くことに、空気中の水分が集まり水滴となっているそうです。クモの巣が“空気中の水分を収集・蓄積する”仕組みとして世界的に注目されています。近い将来、地球温暖化によって生じる水ストレスを解消することができるかもしれません。私たちが普段何気なく見ている自然の中には、未だに知られざる力が秘められているのかもしれないですね。(塚原)



★アシタバ★

アシタバと聞いてどのようなイメージを持ちますか。雑草…いや、美味しい野菜で栽培している農家もあります。

村では事務所の近くに生えています。試しに新芽を茹でて食べて見ると、ほろ苦くシャキシャキして美味しかったです。家の近くやスーパーで見つけたら是非ご賞味あれ。

アシタバ(明日葉)は、摘んでもまた明日、新しい葉が生えてくるという意味で名前が付けられました。名前の通りとても生命力の強い植物です。摘まれてもまた生えてくるアシタバの力強さを見習いたいものです。(石川)



◎七月の注目ポイント◎

毎年七月一日になると、聞き耳を立てたくなる昆虫がいます。桜の木の下などでじっと耳を澄ませていると、「チーシュー」と繰り返して鳴き「チーシュー・・・チツチツチ」で鳴き終わります。心に染み入るようなニイニイゼミの初鳴きです。セミの羽化は、他の生き物が休む夕方から朝にかけて行われます。これは他の生き物から自分を守るための知恵です。写真のニイニイゼミは三〜四齢ほど、少し土をかぶった抜け殻

(二・五齢ほど)は幹の低い部分で見つけられます。セミの抜け殻は、種類によって違いがありますが、触角の特徴、大きさや色など違いが見られるので抜け殻を探すとどこでどんなセミがいるかわかります。幼虫は地面の中で木の汁を吸いながら二〜七年の間をすごし、成虫での活動は一週間〜一カ月ほどですがその間に次の子孫を残す活動をしています。この神秘的な活動をのぞいてみるの村でぜひ観察してみてください。(吉田)



発行者：神奈川県立愛川ふれあいの村

TEL：046-281-1611 HP：<http://fureai-aikawa.com/>

写真：吉田文雄・石川雄馬・高橋博・塚原教弘

文章：石川雄馬・高橋博・塚原教弘・吉田文雄

編集：石川雄馬・渡部秋人・吉田文雄



愛川ふれあいの村で、検索★