



愛川ふれあいの村 12月の風景

平成27年12月 自然のたより

例年と比べ、比較的暖かい日が多い今年の12月。村内のモミジは12月中旬まで枝に付いており、見る人を楽しませていました。また、木々の落葉もほぼ終わり、ヒヨドリがエンジュの実を食べている姿が見られたり、トビが休憩していたり、鳥の巣が枝にかかっていたりと野鳥観察がしやすくなりました。



木にとまっている2羽のトビ



鮮やかな赤色のモミジ



エンジュの実を食べるヒヨドリ



休憩中のイカル



食べられたカキ



アオゲラのドラミング



アオゲラの羽根



カシワバハグマの綿毛



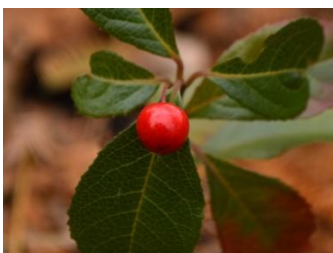
冬には珍しいルリタテハ



食べられたセンダンの実



壊れてしまった鳥の巣



ウメモドキの実



ウバユリ



ウバユリのタネ



熟したカラスウリ

◆植物の種子散布◆

植物はどうやって子孫を残すのか？

植物のタネにはいろいろなものがあります。アサガオのタネのように殻が硬かったり、タンポポのように綿毛になっていたり形はさまざまです。

なぜ、こんな形をしているのかというと、生育場所を広げるためなのです。

例えば、硬い殻の中に入っているタネ。これは、暑かったり寒かったりして都合の悪い環境を耐え凌ぐためだったり、動物に食べられても消化しないまま排泄してもらい、育つ環境を変えるためです。

そして風に飛ばしてもらおうタネは、綿毛が付いたり軽かったり、またプロペラのようなものが付いたりします。

動物に運んでもらうことを『動物散布』と言い、風に運んでもらうことを『風散布』と言います。他にも水流によって種子が運ばれる『水流散布』や果実が落下してそのまま発芽する『重力散布』と、散布の形も様々です。

今の時季、野鳥が木の実を食べた痕跡として、樹木の下に食べカスがあったり、消化されずに排泄された木の実のタネが見られます。

冬だからこそ見ることが出来る生命のつながり。1本の木からタネの形や散布の方法、その土地での生育環境や生育過程など、その植物の生き方を想像してみてください。

そうすると植物のたくましさや美しさに気付くことができると思います。



▼迷子のエナガ▼

野外炊事場で、エナガの子どもが樹上から落ちたのか、石卓の上を歩いていました。

まわりの木々を見渡しましたが、巣を見つけることはできず、他のエナガもいませんでした。人間が長く野鳥のそばにいることもよくないので、後ろ髪引かれる思いのまま事務所へ戻りました。

暖かい巣に戻ることはできたのかどうか定かではありませんが、今も元気に飛び回っていることを願っています。



★旬のお知らせ：1月★

12月～1月にかけて、『ユズ』が旬を迎えます。実はユズの旬は2回あり、8月に収穫される【青ユズ】と呼ばれているものと、秋から冬に出回る【黄ユズ】と言われている、完熟したユズです。

ユズの香りと色合いは独特であるため、ユズ自体がメイン料理になることはあまりありませんが、さまざまな料理の引き立て役として日本料理の食材に使われてきました。また、食用としてだけでなく、お風呂に浮かべて体の血行を促したり、ユズの精油成分を利用して、肌の潤いを保ったりすることができます。

寒い冬を乗り切る1つの手段として、ユズを使ってみましょう。



◎1月の

注目ポイント◎

一月十一日は『塩の日』。普段何気なく料理に使っている塩の記念日です。

塩は人間にとって、生きていくために必要不可欠なものだと知っていますか？

人間の体の約七割は水分でできており、その水分の中の約一割に『塩』が溶け込んでいます。この『塩』の中に含まれているナトリウムやマグネシウム、カリウムなどといった物質が体内の環境を整えてくれています。

最近、『減塩』という言葉をよく耳にしますが、それは本当に体にとって良いことなのでしょうか。

人は汗をかくと体内の水分と一緒に塩分が排出されます。体内の環境を整えてくれる『塩分』が体外に出た量より体内に入ってくる量が少ないと人間の体は正常に動くことができません。もちろん、塩分の過剰摂取も良くないですが、摂取量が少なすぎてもよくありません。自分の運動量に合った塩分を摂取して健康な生活を送っていききたいですね。

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・大瀧裕基子

文章：大瀧裕基子

編集：大瀧裕基子・吉田文雄



愛川ふれあいの村で、検索★