



## 木もれびの森の果実

当たり前のことですが今年も秋がやって来ました。今まで秋は紅葉を楽しむくらいしか感じていませんでした。秋の食（果実）について考えると、山の恵み、そして園芸種の果物までいろんな果実があることを、今更ながら思い起こしております。美味しい秋の味覚を楽しむことが出来る果実がこんなにもあるのかと気がつきました。今までは季節の食感を楽しむことなど考えてもみななかったような気がします。ただ美味しいですねと言いながら食べるのみでした。これからは季節の味覚を十分楽しみながら食したいと思っております。

木もれびの森にも果実がたくさんあります。山の恵みで秋の代表的な果実は何と言っても“栗”ではないでしょうか栗には栽培栗と山栗があります。山栗は小粒ですが甘みがあり非常に美味しい。ご飯に入れて炊いてもよし、茹でてよし、焼いても香ばしさが有り美味しいです。そして「ウワミズザクラ・ガマズミ・サンショウ・ニワトコ・ヤマボウシ・ヤマノイモ・ムカゴ・アケビ・ヤマユリ・キノコ」などあり。他にもまだ、まだまだたくさんあるかと思えます。

・一応下記の 4 種類を掲載してみました。(田崎)



ウワミズザクラ 果実



ガマズミ 果実



サンショウ 果実



ニワトコ 果実

ウワミズザクラ (上溝桜)	バラ科	若い花・未熟の実を塩漬けにして食用とする。 熟した実は果実酒になる。別名－アンニンゴ(杏仁子)とも言う。
ガマズミ (莢蒨)	スイカズラ科	果実は焼酎に付け果実酒となる。 果実は夏から秋にかけて赤くなり、葉も紅葉し美しいので観賞用に庭木として植樹される。
サンショウ (山椒)	ミカン科	熟した実の皮を粉末(粉山椒)にして鰻の蒲焼の香味料とする。 七味唐辛子の材料。 木材は「すりこ木」としてつかう。
ニワトコ (接骨木)	スイカズラ科	新芽・若葉・蕾を食用とする。果実は果実酒となる。 セッコク(接骨木)の名は骨折の治療に用いたためだそうです。

## こもれびの森の樹木 (16)

こもれびの森の樹木の種類は、雑木林での一般的なクヌギ、コナラをはじめミズキ、イヌシデ、エゴノキ、ヤマザクラ等の落葉樹やスギ、ヒノキ等の針葉樹が主ですが、森をよく観察するとこもれびの森での希少樹木があります。

今回はこもれびの森の珍しい樹木として、活動地に 2 本生えているケンポナシを取り上げます。幹周り 127 cm と 117 cm、高さ 20m ほどの 2 本です。

ケンポナシはクロウメモドキ科ケンポナシ属の落葉高木で普通高さ 15～20m ほどになると

いわれていますから、この2本の**ケンポナシ**は大きいほうです。

**花**は両性で、6～7月に開花、枝先に淡い緑白色の小さな花を多数つけます。

**果実**は11月頃に肥大した果柄の先に紫褐色に熟します。果柄は甘味があり食べられます。乾した実を利用してケンポナシ酒にして疲労回復や二日酔いに効果があるとされています。



ケンポナシの花

クロウメモドキ科の樹木は薬用成分が多く中国では生薬として用いているようです。

**葉**は互生し、波うつ、葉の先がとがった広いタマゴ形で表面は濃緑で光沢があり、裏面は白緑色で葉脈上に少し毛があります。

**樹皮**は淡い黒灰色で縦に浅く裂け、鱗片になって剥がれます。

名前の由来は一部の地方の方言で手棒梨（テンボウナシ）といったもの転訛したものとか。

また、漢字で玄圃梨とも書きます。「ナシ」とつくのは、肉質にふくらんだ果柄は味と香りが梨に似ているためです。



ケンポナシの実

木の用途は木目が美しく、狂いが少ないので家具や器具に使われます。(林)



ケンポナシの樹皮

## 木もれびの森の野鳥たち

10月

### <秋一番は木の実とモズと・・・>

野鳥たちにとっても、秋は食べ物が豊富な季節。今年は森のどこでもミズキの実がたわわに実り、昨年不作だったマユミもたくさんの実をつけました。

8月の下旬、繁殖を終えた**センダイムシクイ**が、**シジュウカラ**や**メジロ**にまじって葉の裏の虫を探していました。南に向かう途中の栄養補給や休憩に立ち寄ったのでしょう。9月のはじめには**ツバメ**の姿も見えなくなり、南へと渡っていったようです。ここしばらく**キビタキ**などの夏鳥の立ち寄りがあります。そして秋一番は**モズ**。モズの高鳴きを聞きましたか。畑や芝生広場の草地などの開けたところで、動く虫などを狙っています。

この秋、ミズキやムクノキ・エノキなどの木の実のレストランにはどんな鳥がやってきているでしょう。どこでどんな実を好んで食べるかを観察するのも、鳥たちの生活がわかって楽しい季節です。

さて、木もれびの森では、昨年9月からこの8月までの1年間に観察できた野鳥は50種余り。8・9月は種数としては一番少ない18種でした。種数が多くなるのは10月からで、ピークは冬(12月～1月)の31種でした。「冬こそバードウォッチング」といわれる所以です。(瀬尾)



モズ