

自然を見つめる

2026 年 3 月号

VOL. 135

西東京 自然を見つめる会



アメリカフウロ……フウロソウ科

北アメリカ原産の一年草、昭和初期に渡来したらしい薬用植物のゲンノショウコの仲間ですが、薬効は全く無い・

葉は深く切れ込み、茎には細毛が生える。花は白色が多いが、時には淡いピンク色を帯びる事もある。

文と撮影・山本昭六 撮影地 落合川近く 5月

久しぶりの雪景色

2月8日（日）朝 起床し身支度を整え居間のカーテンを開けると、一面の白い風景が目飛び込んでくる。前日の朝でも散らついていたが、午後には止んでいたのが驚きである。天気予報どおりということか。早速表へ出て寒い中肌で感じる。積雪は5cm程か。まことにきれいである。寒いのですぐに部屋に戻る。まるで幼児である。

近年にない豪雪で苦慮されている雪国の人からみると、何をままごとのようなことを言っているかと叱られそうで、少し身が縮む。

正月の3日に薄っすらと白くなってから乾燥した日々が続き、草木などにはつらい日々であったので、ようやく水分補給ができたのではないかとも思う。野鳥は何処で休んでいるのかな？以前、昭和の時代に3年間程福井市に住んでいた時は30cm程度の積雪と少なかった記憶ですが、除雪等の苦労を肌で感じました。また38豪雪（1963）で2mを超える積雪で大変だったことをよく耳にしました。春は徐々に近づいています。

拙川柳 ドカ雪も春にゃ溶けます応援歌 自然を見つめ大らかに過ごすのもありかなと
思っているこの頃です。 （2月9日晴れ 大矢 隆治記）



目次

区 分	内 容	執筆者	ページ
表 紙	アメリカフウロ	山本 昭六	
巻 頭 言	久しぶりの雪景色	大矢 隆治	1
自然観察会	みどりの散策路「向台・小金井公園コース 4.4km」に参加して	堀 由美子	2
同上	みどりの散策路「こもれ日の道コース」に参加して	大矢 隆治	3
活動報告	うどん作りに参加して	伊藤 加代子	4
同上	2025 年度神代植物公園多様性保全に関する情報連絡会出席報告	田口 はるみ	5～6
会員寄稿	碧山森のボランティア「木の子会」の解散と森についての考察（1） 1月に見つけたモズの「はやにえ」と暗渠のまわりの自然	渡部 國夫	7～8
同上	沖縄の民家の庭を見させてもらう	中村 賢司	9～10
同上	古（いにしえ）・介護保険から始まった日本の福祉	石原 誠	11～12
活動日誌等	第17回ゆめこらば市民協働フェスティバル「ゆめフェス」に参加 活動日誌	大矢 隆治	13
植物雑感	菜の花・ナノハナ	緒方 信子 菅北 正子	14
裏 表 紙	向台植物公園-季節の花シリーズ（今回はお休み）	緒方 信子	

みどりの散策路「向台・小金井公園コース 4.4 km」に参加して

堀 由美子

11月26日（水）9:30「きらっと」前に集合、市民19名、市職員5名、会員10名、総勢34名で出発。お天気も良く気温18℃の散策日和でした。

まずは昔あばれ川と呼ばれた石神井川を渡り、向台町を歩きながらナンテンやセンリョウ、鈴なりのユズヤスダチの木を眺め、この辺は造園業が多く、色付いたモミジの木も残っていました。

向台運動場を眼下に見ながら一休みしました。この運動場は石神井川が豪雨で氾濫した時には遊水池の役割があるとのこと。田無市民公園（通称タコ公園）では金色満開のイチョウの木から葉がひらひらと舞い、とてもきれいでした。銀杏を拾っている人もいました。この公園には昔キツネ山と呼ばれた言い伝えの碑文と2頭のキツネのブロンズ像が設置されています。



鈴木街道を渡って小金井公園に着きました。広さは80ha、小平市、西東京市、小金井市、武蔵野市にまたがる都市公園です。

西東京市の木50選のNo50 オオシマザクラは枝幅30mの見事な桜です。葉が大きくて裏に毛がないのが特徴で、塩漬けにすると香りが強くなるため桜もちを包むのに使われます。



この木の傍で、健康課職員の指導で軽い体操をしたり、免疫力アップ、運動・睡眠・腸活などの話があり、

「まごはやさしい」食品をとることを教わりました。ま・豆、ご・ゴマ、は・わかめ、や・野菜、さ・魚、し・しいたけ、い・イモ類です。数本残ったコスモスと子福桜（冬桜の一種）の花を眺め、「都立狭山・境緑道」に行き、「馬の背」と呼ばれる長さ200mの土手に上がり、50選の木No49 エノキを見学、エノキは幹が強く、狂いが少ないので家具などに向いているとのこと。

最後の見学地「さくらの丘公園」はマックスバリュー入口にある小さな公園です。ここには「モクゲンジ」が植えられていました。この木は落葉高木で暑い時期に1cmほどの黄色い花を円錐形に多数つける芳香のある花とのこと。私はここで私用の為退出しましたが、皆さんは無事に「きらっと」へ戻られて散策を終了いたしました。

みどりの散策路めぐり「こもれ日の道コース」に参加して

大矢 隆治

12月17日（水）午前9:30 保谷市庁舎前に市民15名、市職員5名、会員10名、計30名が集まる。文理台公園や碧山森緑地保全地域等みどりの多いこもれ日の道約3.4kmの散策です。

まず、庁舎前芝生広場でみどり公園課職員と当会から開会のあいさつの後、健康課職員指導で準備体操をして体をほぐし出発する。天気は上々である。

保谷庁舎北口交差点から、文理台公園に到着する。昭和59年開園（面積約1.7ha）元東京文理科大学

（現筑波大学）の運動場跡地等で市内としては大きな公園である、日常の利用のほか春の花見、地元商店会によるイベントでは賑わうとのこと。芝生広場

の北側の小山に上り見渡すと公園全体や周囲の景色を見晴らすことが出来る。すぐ下には 西東京の木50選 No3 ケヤキ、箒形をした樹形をしており元気である。ユリノキ並木を進み、あやめ池を渡り次の目的地に向かう。

筑波大学付属小保谷田園教場は文京区大塚にある付属小の農業を体験させる教場である。門外から収穫の済んだ圃場を眺めるのみである。教場内の50選の木 No7 ケヤキは宅地開発のため10月に伐採されたとのこと、残念である。

次に民族学博物館発祥の地に向かう。跡地の一角に解説板があり由来が書かれている。かつてここに、日本初の屋外展示物を含む民族学博物館があり、その設立に貢献したのが、渋沢敬三、高橋文太郎、今和次郎で、1939年（昭和14年）に開館した。民家などの建物を屋外に配置する一方民具等を屋内に陳列し、一般市民に公開されたとのこと。しかし1962年（昭和37年）に閉館した。民具等は大阪千里の国立民族学博物館に引き継がれ、屋外にあった奄美の高倉は現在小金井公園の江戸東京たてもの園で見られます。西原町4丁目の郷土資料室ではジオラマが展示されています。

次いでみどりが丘保谷幼稚園の脇を通り果実の相田園でしばらく休憩し、碧山森緑地保全地域（約1.3ha）に到着する。クヌギ、コナラ等の雑木林の景観を残す都所管の緑地です。ここで西東京木の子会でも活動している当会員からボランティアで植生

調査や樹林の保全・維持活動を行っているとの説明を受ける。また健康課職員から日頃の心身の健康維持についてのアドバイスを伺う。50選の木 No8 ミズギは数年前枯損伐採され、跡に幼木が植えられ数mの高さに育っている。生命力に手を合わせる。

終盤、白子川源流の水路蓋の歩道を上流に向かってしばらく進み、出発地の保谷庁舎前の芝生広場に戻る。“お疲れ様、もうすぐ新年、良いお年を” の挨拶で解散する。快い疲れでした。

（写真 山本 昭六）



うどん作りに参加して

伊藤 加代子

1月21日9時より田無公民館実習室で手打ちうどんの会が参加者16名で開催された。

うどん作りは田無、保谷地方で生活の節目に行われた家事であった。自然を見つめる会では地域の文化に触れ、併せて会員相互の親睦を深めるという目的で行われている。

身支度を整えうどん作りと汁作りの2班に分かれ作業を開始する。

作り方を記載する

1. 小麦粉（保谷の地場産を使う）500g に対し水230cc 塩大匙山盛り一杯の塩水を作る。小麦粉に塩水を少しずつ入れながらかき混ぜてこね玉を作る。
2. こね玉をビニール袋に入れて足で踏む。50回位踏んで折り畳み6回位繰り返す。
3. お腹に抱え（体温の温かさ）で30分位寝かす。
4. めん棒で伸ばす。打ち粉をしながら力をいれて薄く延ばす。
5. 切る。うどんはゆでると1、5倍くらいになるので細く切る。
6. たっぷりの湯で茹でる。
7. ゆで上がったなら流水で洗いぬめりをとる。こしのある麺になる。



途中ゆで上がったところで釜揚げうどんを楽しもうと鯉節と葱に素醤油でいただく。

作る工程では地域に伝えられているうどんの打ち方を習得している方からの指導を受け皆で交替しながら和気あいあいと作ることができた。

渡部会員の畑で収穫した大根、白菜、葱や豚肉、きのこ、ごぼうの入った具沢山の汁が出来上がりうどんにかけていただく。おいしかったです。おかわりもしました。



お客様は教育部地域学習推進課の亀田様、入澤様を招待しました。下野谷遺跡国史跡指定10周年記念シンポジウムの話、したのや縄文の里 秋まつり20周年の呼びかけがありました。

公民館の使用時間が9時から13時ということで手際よく作ることを目標にしました。11時までに手打ちうどんが出来上がりました。手打ちうどんの出来栄えや差し入れのお漬物の作り方近況報告に花が咲き親睦が図られたと思います。

手際よく片付けて12時50分散散することができました。

2025 年度神代植物公園多様性保全に関する情報連絡会出席報告

田口はるみ

1 月 24 日(土) 13 時 30 分より神代植物公園植物館にて開催され、早乙女さんと出席しました。この会は二部構成で行われ、第一部は開会挨拶、アドバイザー紹介、植物多様性センターの事業報告、東京都環境局の取りくみ紹介があり、第二部は 20 団体の参加によるポスターセッション(交流会)という内容でした。第一部は、何れも専門家による熱気に満ちた興味深い話でした。概要を報告します。

1 アドバイザー湯川氏より『30by30(サーティ・サーティ)』の話がありました。

『2030 年までに陸と海の 30%以上を健全な生態系として効果的に保全しよう』という世界的な目標。この目標に向かって、行政も専門家も努力を積み重ねているが、市民の力がとても重要だ。守り手は市民。日本には市民科学があり市民の力に期待している。

2 植物多様性センターでは、絶滅危惧種の保護、増殖(域内、域外)、情報収集と発信、植物に関する教育や普及等々行っている。

希少野生生物の保全については、貴重野生生物の種の保全は重要な課題であるが生態系に対しての保全も重要である。広い環境を考えることが大事。

3 外来種対策として最も大切なことは、早く見つけて被害を減らすことだ。東京都では外来種対策行動 3 原則(見つける・被害を減らす・取組を上げる)と外来種被害予防の 3 原則(入れない・捨てない・拡げない)の『外来種対策 3 アンド 3』を外来種対策の行動原則とし、地域の特性に適した外来種対策を協働と連携により、効果的に行い広げていく。

デジタル版野生生物目録『東京いきもの台帳』について

東京で過去から現在までに確認された野生生物の情報を整理したデジタル判の目録。知りたいものをスマートフォンで調べることができる。また市民にも生き物調査隊として参加を呼びかけている。スマートフォンアプリのバイオームより参加でき、市民調査に期待している。植物標本の情報は 115,840 件公表。標本は採取された当時の環境情報などの、貴重な情報を得られる大変貴重なものだ。

第二部はポスターセッション(交流会)。20 団体の参加で当会は早乙女さんが活動について熱く発表されました。持参した会報と 50 選の木は殆どなくなりました。

50 年続いている団体もありその熱意と努力に頭が下がるばかりでした。ある団体では高齢化が進み、後継者がいない。目の前の活動がままならない、などの悲痛な声もありました。(次ページに活動紹介ポスターを掲載します)

最後に講評として希少な生物は大切であるが、普通にいたスズメも減っている。普通種を守ることも大切だ。市民が一丸となって生き物を守ろう。見守ること、アクションを起こすこと。これにより守られて行くものがある。まだ間に合う。積み上げていく最後のチャンスを逃さない事だ。ここでも市民の力を強調されました。

交流会は、時間が短く残念でしたが、大勢の情熱を持って活動されている方々と、時間を共にできたことは大きな収穫でした。参加させて頂いたことを感謝します。

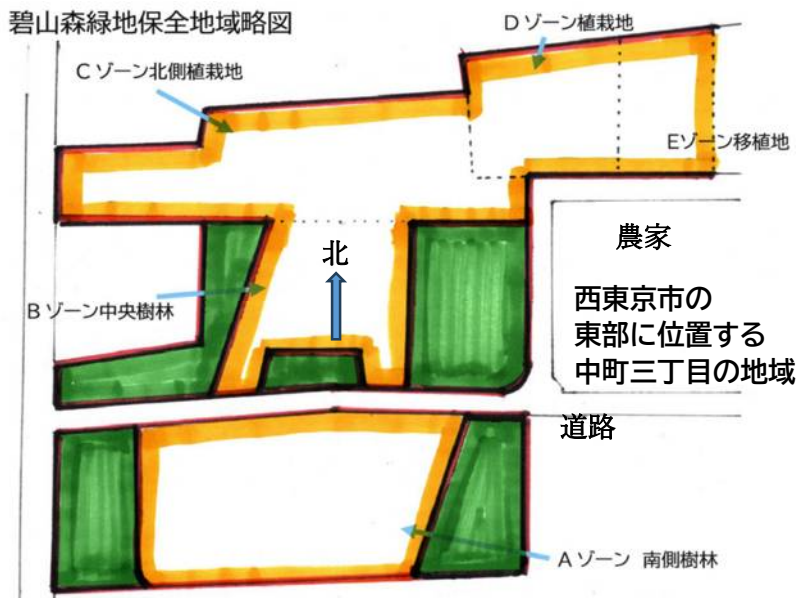
○活動紹介ポスター

団体(個人)	西東京 自然を見つめる会			
団体代表者	大矢 隆治			
活動目的	・身近な自然に接して学び、知って、守っていく。 ・多くの市民に身近な自然に楽しんでもらう。			
設立時期	1991年4月	構成人数	30名	年会費 1,500円
主な活動場所	西東京市全域			
主な活動内容	・自然観察会: 年3~4回(不定期) ・児童対象学習会: 年1回 ・自然散策会: 年4回(市と協働・市民対象) ・公園維持管理: 月1回(向台植物公園) ・環境関係イベント参加: 年3~4回(不定期) ・会報発行(年4回)			
活動頻度	月 3回程度	活動時間	2~5 時間	
他の保全団体や入会したい人に向けてPRしたい点や、SNS やHP アドレス など	・みどりが少なくなっている市内でいかに自然に接し、愛し、楽しみ、残していくかを模索している団体です。 (選定した「西東京市の木 50 選」の広報を行う) ・行政と協働で多くの市民を自然に接してもらうイベントを開催しています(「みどりの散策路コース」の協働作成と市民を案内)			
団体の活動写真やパンフレットなど	 会報 134号 (12月号)  散策路マップ  50選マップ  市民案内 			

碧山森のボランティア「木の子会」の解散と森についての考察（1）

渡部國夫

碧山森緑地保全地域略図



西東京市には「良好な自然環境を保護するために」東京都の緑地保全地域が2か所、元保谷市の北部に、「保谷北町緑地保全地域」（平成6年、1995年指定）と碧山小学校の北側に「碧山森緑地保全地域」（平成5年、1994年指定）の2つの緑地保全地域がある。

現在、保谷北町緑地保全地域は整備のボランティア

は昔あったが今は無くなっている。私たちの碧山森緑地保全地域のボランティアの「木の子会」も今年度、いろいろな事情により、解散のやむなきに至ってしまった。

この碧山森は、私の家の北にある。家からも道の下り坂から、生えているクヌギ・コナラの木々が見えるという近くにあり、5分もたたないうちに行ける豊かな森なので、2日に1回ぐらいの回数で犬の散歩がてら様子が見られる森である。

会の活動は1か月のうちの第1日曜日に森に行き、会員と、落とし物拾いをしながら森の周囲などの変化を見て・除草・危険な枝切り・森の木々などの点検・危険箇所などの整備、秋は落ち葉が多く風で道路や民家に散って行くので、柵の中の場所に集めるなどの作業をした。

この森は、かなり昔から武蔵野の植物が生え、四季の変化があるので、花が好きな会員が多く、作業も春は花に囲まれ、かなりの会員があちこちから参加し、9時半ごろから12時前ごろまでの活動で、終了時にお茶を飲み、反省会をして、解散をすることが多かった。

10年ほど前は碧山森にはキンラン・ギンラン・アマナ・ヤブカンゾウ・スミレ・ウラシマソウなどの花が現在よりも豊かに咲いていて、私たちも楽しみながら活動ができたように思う。以前にはマヤランがアズマネザサの中に発見されたが、その後、2度とみられず、どんどんとアズマネザサの群落が森の南側から森の中にはびこり始め、背が高くなってきた。

私は10年ほど前からの森の様子を写真に取り、この森の変化を観察し続けてきた。ざっと振り返ってみると、①武蔵野の植物が多く育っていた時代、②カシノナガキクイムシがコナラ・クヌギなどに取りついた時代、③5mのセットバックが行われ、アズマネザサが森の中に侵食してきた時代、そして④カシノナガキクイムシの食害が高い落葉樹の成長に影響し、落枝・掛かり木・大木の伐採に至った時代⑤木の切り株が多く増え、虫の幼虫を探すために風化した切り株を割ったりしてクワガタ・カブトムシなどを探す人が増え、モンスズメバチの巣が根元近くに3か所も見つかる時代へと、まさに森は年ごとに変化してきた。

木や草に素人の私なりに、昔の森の様子、その後の変化をまとめてみたい。

（続く）

1. 家の近くにある暗渠一周りにある自然に感謝！

中町6丁目を通っている暗渠は、始まりが谷戸小学校の校庭の東側である。大雨の時は、南の校庭の端・北にある東大農場の東側から勢いよく流れているのを見たことがある。そこから谷戸幼稚園の南を通り、旧ひばり中の南、宝晃院の墓地、如意輪寺の南、旧泉小学校の北を通り、保谷庁舎のスポーツセンターの入口の階段下の前に、コンクリートの暗渠の蓋で、流れが通っているのが分かる。そこから保谷庁舎北東を経てかなり曲がりながら碧山小学校の校庭の下を通り、かえで通りで、一応姿を消す。

長い距離のコンクリートに覆われた暗渠であるが、昔は蓋などなくて、もっと別の流れがあったものと思われる。中の流れは、時折金属の網のようなものがあるので、そこから見るが、昔と比べ水はほとんど雨以外の時は流れていない。流域下水道が普及したためである。コンクリートの蓋の上は、犬や人の（広い時は自転車の）道になる。



暗渠の上を歩くと、人工的につくられたところもあるが、左右にはかなり昔の自然の植物が生えて残っているのはうれしいことである。ヒメオドリコソウ・ショカツサイ・ドクダミ・ジュズダマ等、生き残りの野草や、近くの人が植えた花や植物の四季の生態が見られる。

2. 暗渠で見つけたモズのはやにえ

写真は、散歩の途中でふと暗渠のクサボケを見ると、トカゲがクサボケのとげにしっかりと刺されて乾いていた。これは「はやにえ」と言って「供え物」の意だそうだ。調べてみると、モズはこの辺りには1年中いて、2月頃から繁殖をするようだ。このはやにえを自分で食べて冬を乗り切り、繁殖のときには栄養状態をよくして、歌声を良くしたり、これをメスに与えたりして、子孫を残し種を維持する、生存と繁殖のためのものだそうだ。

ここは、多分このはやにえを刺したモズのなわばりの範囲なのだろう。このはやにえはいつ頃、食べるためにとられるのか、散歩の目的・楽しみが1つ増えた。それにしてもよくこのようなトカゲを見つけるものだと、モズには感心する。

暗渠に敷き詰めて蓋をしたコンクリートの厚い板は、谷戸小学校から延々と続いている。コンクリートのこの板は、暖かい日には太陽の光を浴びて、かなり高温になっている。冬の光でも照らされれば、コンクリートはかなりの暖かさになるに違いない。そこに変温動物のトカゲが穴から出てきて、日向ぼっこをしていて、いい気分になったころ、モズに捕まったのかもしれない。しかも獲物を刺すためのクサボケのとげという「串」もある。そう考えると、この辺りの日当たりのいい暗渠の上は、モズの狩場かもしれない。

更に広げて考えると、あたたかな日の当たる暗渠のコンクリートで、もしかすると、「また」、別の「はやにえ」に出くわすことがあるかもしれない。こうして暗渠の散歩に、また一つ面白そうな課題が増えたことになる。「モズさん、ありがとう。」

沖縄の民家の庭を見させてもらおうと

中村 賢司

のぞき見という訳ではないが、散歩の途中 民家の庭につい目が行ってしまう。ここ読谷村は、戦後の基地返還後急速に住宅が建てられたようだ。

小生の独断で区分させてもらおうと、1)基地返還後の昭和時代の古い民家、2)平成 時代を主とするやや新しいと思われる民家、3)令和現代の新しい民家、4)米軍関係者家族の住宅と思われる民家、これらは時代の移り変わりが感じられる家の造りと 植栽の姿が見られる。

1) **昭和時代の民家**：家屋は木造かブロック造りの平屋が多く、漆喰で固めた赤瓦屋 根が多い。

家の周りは低めのブロック塀で囲まれ、そこからゲットウ、ブッソウゲ、ハイビスカス、ブーゲンビリアが見られることが多い。



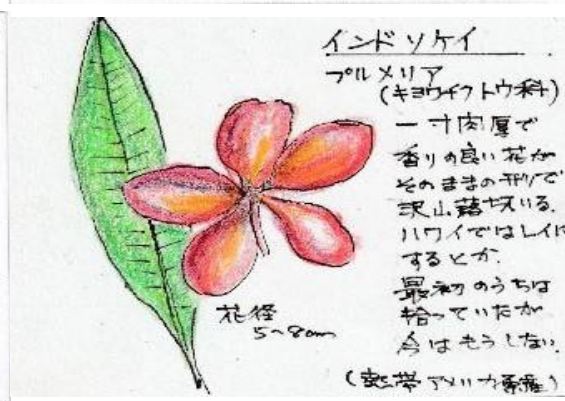
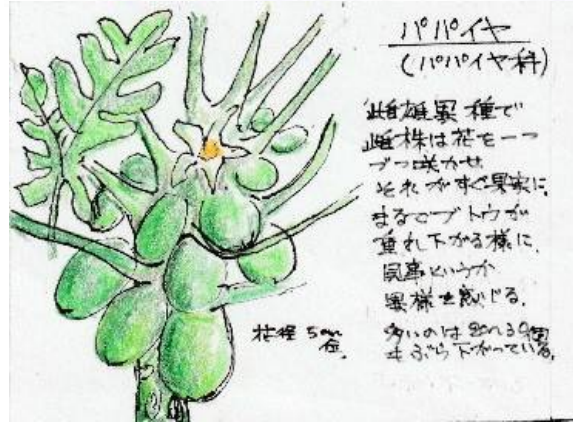
大きな家ではフクギ、クロキ、リュウキュウマツ、シークワーサー、バナナ、パパイヤも 目につく。ゲットウは虫よけ、ムーチ(餅)を包むものとして重宝がられ、フクギは防 火、防風林としての役目があったようだ。シークワーサーは昔芭蕉布の洗濯にその実を使った名残とも言われている。

2) **平成時代の民家**：家自体鉄筋コンクリート造が多いようだ。植栽は比較的早く 到来した外来植物が多いように見受けられる。例えばキバナイペー、ティキンザクラ、サンダンカに加え蔓もののアサヒカズラ、オオバナアリアケカズラ(アラマンダ)、ニンニクカズラなどが見られる。

3) **令和(現代)の民家**：ここ 10 年ぐらい、土地の高騰が著しく、それに伴って小さめ 建売住宅が目立つ様になった。そうした住宅は首都圏のそれと同じよう庭らしきものは見られず、わずかに玄関脇にサンダンカ、ガザニアあるいはクワトーン、センネンボクのような観葉植物が見られる。かなり大きな戸建て住宅でも、庭の部分もモルタル張りとして駐車場を兼ねている様で、植栽はほとんど見られ無い状態である。雑草刈りを省いたり、ハブを寄せ付けないためなのだろうか。

4) **外人家族の住宅**：基地が有るせいか外人家族向けの住宅が結構目に付く。

道路に面した垣根はなく、庭全体が芝生で覆われ、植栽としてヤシ類のアレカヤシ、ビロウ、マニラヤシ等が 1 本か 2 本植えられている。他にインドソケイ(ブルメリア)がある程度。芝生は何時もきれいに刈り込まれている。(注：植物名 太字は次ページに紹介)



古（いにしえ）

石原 誠

いにしえからの神社を二つご紹介します。まず大宮の**氷川神社**です。

正月、明治神宮へ仲間と行きました。表参道から入ると左手に御苑があります。加藤清正が作庭したと伝わる清正の井戸からの湧き水があります。昔、宮司さんが「春の菖蒲だけは見に来てくださいよ」と言われていたのを思い出しました。庭園のなかにある広大な菖蒲園は清正の井戸からの湧き水に育まれ季節には素晴らしい景色なのですがそれにも増してたくさんの人波が訪れます。

明治神宮は明治天皇が江戸に行幸されたことにより皇后さまのために造られた別荘（現建物は再建）から始まった神宮です。明治神宮の森は人の手を入れ作られた東京では多分唯一の大きな森です。昨今では人と共存する雑木林もなかなか見つけにくくなっています。

そんなことを想いながらも明治天皇が行幸されたとき、最初に参られた神社をご紹介します。武蔵野国の一宮の**氷川神社**です。私が大好きで年何回も行く神社です。

余談ですが神社には大きく分けると2系統あり、天皇系と出雲系です。出雲系は皇室の庇護がなく、大國魂神社はその一社なので明治天皇は行かれなかったとのことのようにです。

言い伝えによれば氷川神社一帯は一族が諏訪を経由して東国で定着したところとされています。稲作が東国で最初に始まった場所とされており今では見沼という地名になっています。大宮の氷川神社は全国の氷川神社の中心とされています。氷川は清水ですね。

さて次に先日念願かなって参ってきた古の神社をご紹介します。兵庫県赤穂の坂越にある**大避（おおさけ）神社**です。

秦河勝（はたのかわかつ）という方のお墓由来の神社です。秦氏は日本にきた渡来人で最も影響のあった一族です。土木や養蚕などの技術を伝えました。京都・大阪の河の土木工事を担った一族で、由来で太秦にある広隆寺の弥勒菩薩はわたしの一番好きな仏像となっています。秦氏はシルクロードを経由して応神天皇のとき一万人規模で朝鮮半島より渡来してきたとされています。伏見稲荷の宮司の家系も親戚になります。河勝は聖徳太子の重臣で蘇我氏と対立し、瀬戸内に逃れ避難港である赤穂に逃れたとされお墓があります。

お墓は小さな島にあり人は立ち入れませんが10月のお祭りのときだけ入れるようです。その島の向かいにあるのが由来の大避神社で猪が闊歩しているようです。河勝は能楽と雅楽の創始者とされており参拝もされているようです。普段は人気も少ないですがこういう空間でボケっと古に浸るのが私の最高の楽しみです。関東は行基さんのゆかりの寺社があったり、ヤマトタケルゆかりの神社があったり、そこに天然記念物の古木があったりです。

私のルーツは名古屋徳川家の土木の侍ですが、日本刀のたたら製鉄など思いながらボケっとしています。最近舞えていませんが伊勢神宮の能舞台で奉納舞などしながら大和の古に浸るのも良いですよ。（写真は能楽、雅楽の故郷、聖徳太子の重臣 秦河勝眠る場所、赤穂）



介護保険から始まった日本の福祉

石原 誠

介護保険の説明をします。その前に日本の健康保険は国民皆保険であることを皆さんご存じですね。英国は医療費原則税金だし、米国はトライしたもののできず今も殆ど民間の保険で運用されています。因みに救急車が無料なのも日本ぐらいです。

私は名古屋で病院の事務長を2000年から5年超やりました。老健や地域包括、ヘルパーステーション、訪看施設など持ち、地域ではリハビリの中核を担う病院です。介護認定をする審査会にも医師二人出していました。そういうわけで2000年に介護保険ができたとき勉強したというわけです。

そもそも国民医療費は当時から40兆円あまりで運営が大変なわけです。そのころ削減の対象になったのが療養病棟です。私の祖母もここで亡くなりました。

もともと日本で大量にあったのが結核病棟です。恩寵病院の代表である日赤ですが通常第一と第二があり第二は当初結核専門で始まった病院です。その継続ですから療養病棟がたくさんあったわけです。これを施設にかえることによって負担金が半分以下になります。看護師さんから介護の方に変わることで担当する人数比も変わるわけです。薬なども変わります。

次に公的な長期の入所施設にはいるには要介護3以上が必要なのは皆さんご存じだと思います。これは寝たきりになったということですが、医療で寝たきりというのは家から一人が出ることができない状態を指します。此のあたりが介護の肝です。介護とは福祉の一分野で高齢を対象にしたものです。

次にですがそのシステムが身障と精神分野に拡大してきています。同じような仕組みをですが、身障は介護が一日単位なのを昼と夜に分け、生活と学校または就労を分けて整備しているところが違います。

日本で身障は復員兵対策から始まったので身障から精神にすすんできているようですが全体的には介護のシステムをおっかけているように私には見えます。

精神ですが米国では精神のセラピストが地域にも職場にもいて相談対応が容易です。ベトナム戦争以降整備されたようです。日本も社会の個人化が進めば拡大していくと思われます。

さてまとめです。高齢化社会となって地域福祉がますます重要になってきました。高齢化が進み個人の分断が進行しています。地域の問題を地域で対応し自立を進めなければいけない状況になりつつあります。地域の助け合いや自立を見直して自分の問題として組立てて、次世代に引き継げればと思います。

地域に新しい人や外国人がどんどんはいつてきています。問題を認識しみんなで考えていこうではありませんか。問題にぶつかったときみんなで考え前に進む力が日本人の一番の良さではないでしょうか。東日本大震災や戦後の苦しさを乗り越えてきたことを思い出そうではありませんか。

第17回ゆめこらぼ市民協働フェスティバル「ゆめフェス」に参加して

大矢隆治

2月7日（土）ONE FOR ALL 西東京でゆめフェスが開催され、当会はパネル展示で参加した。1階はキッズコーナー、飲食・食品販売で、4階のホールでは、10時45分に実行委員会委員長による開会宣言の後、市長より“参加団体の横の繋がりに期待します”との挨拶がありオープンする。

外は小雪が降り始めましたが、ホール内は暖かく、12団体各種のデスクワークショップに親子が集まり始めている。またステージでは8団体のパフォーマンスも予定されている。

当会のパネル展示は、月ごとの活動を紹介したファイルとこの会報P6のポスターを掲示し、“どうぞお持ち下さい”とアピールしました。他の展示と比べ少し地味な感じですが、午後4時までの開催ですので、近づいて見つめることを期待しつつ、撤収は当局にお願いし、暫くして退出する。



◇活動日誌 2025年12月3日～2026年2月25日

- 12月 3日（水）12月度定例会（芝久保公民館） 会報134号発行
- 12月10日（水）向台植物公園作業 後ダブル会（田無公民館）
- 12月17日（水）みどりの散策路めぐり（こもれ日の道コース）（市と協働）
- 1月 7日（水）1月度定例会（芝久保公民館）
- 1月14日（水）向台植物公園作業 後ダブル会（田無公民館）
- 1月21日（水）うどんの会（田無公民館実習室）
- 1月24日（土）令和7年度神代植物公園多様性に関する情報連絡会（神代植物公園）
- 2月 4日（水）2月度定例会（芝久保公民館）
- 2月 7日（土）第17回ゆめこらぼ市民協働フェスティバル（ONE FOR ALL 西東京）
- 2月 7日（土）アースデイ西東京第10回実行委員会（フレスポひばりが丘）
- 2月11日（水）向台植物公園作業 後ダブル会（田無公民館）（雨天中止）
- 2月18日（水）上野公園・不忍の池自然観察会
- 2月25日（水）2026年度みどりの散策路めぐり検討会（みどり公園課とエコプラザ）

菜の花・ナノハナ

ナズナ 菜の花 名もない野花～ と草野心平が謳ったように春真っ盛りの十字花の黄色の花がナノハナである。

子どもの頃、理科の先生にナノハナではなくアブラナ(油菜)というのが正しいと言われたことを思い出す。アブラナ科のカラシナも菜花として八百屋で売られているハナナもカブや白菜も黄色の花を咲かせるので菜の花である。

(文 緒方 信子)



17. 2. 27

(菅北 正子 画)

自称 日本一小さな植物公園

向台植物公園の季節の花シリーズ（今回はお休みします）

ロウバイ 小平ふるさと村 1/15 セツブンソウ 野川公園 1/31



ロウバイ ロウバイ科
花びらが蠟細工のように見えるから
という説と臘月(旧暦の 12 月)に咲く
からという説がある。
香りが良く、多くの花卉の中央に近
い程小さく花卉が赤紫を帯びており
萼片と花卉の違いがハッキリしな
い。ソシン(素心)ロウバイは花卉全
てが黄色なので色鮮やかである。

~~~~~



セツブンソウ キンポウゲ科  
節分の頃咲くのでそう言うが、石灰分の  
多い地質を好み群生する事が多い。  
15cm 程の茎の先に細い切れ込みのある  
葉を 2 枚(対生)つけ白い花(花卉のよ  
うに見えるが萼片で 5,6 枚)を 1 つつけ  
る。  
花の中央に多数の青紫の雄しべがあ  
り、その周りを何本もの黄色の芯のよ  
うな蜜腺が囲んでいてそれが花卉だとい  
う。その色の対比がなかなか美しい。

### ○お知らせ

- 1 定例会 毎月の第一水曜日 9:30~ (通常 芝久保公民館)
- 2 向台植物公園作業・その後ダブル会 毎月第二水曜日 9:00~
- 3 自然観察会 毎月 1 回企画

—会員を募集しています—

問い合わせ先：大矢 隆治

電話： 080-6816-1038

年会費 1500 円

〒188-0004 西東京市西原町 4-5-37-6-110

郵便振込み： 口座番号 00190-6-662630

編集幹事 ( 大矢 隆治 緒方 信子 山口 建太郎 渡部 國夫 )