

平成28年11月20日



しほり
森づくり集団「葉」事務局通信 Vol.98号

【今月のお知らせ】 【今月の活動報告】 【次回の活動予定】
【お知らせ/募集】 【編集後記】



2016. 11. 6 下富第1フィールド

リンドウの花は、晴れた時だけ開き、雨や曇りの時や夜は閉じています。

根がとても苦く、健胃効果があるので、熊より格上の「竜胆（りゅうたん）」がなまってこの名となったようです。

【今月のお知らせ】

さわやかな秋晴れの中で、「ヨーガ講習会」が実施されました。

ヤマザクラを見上げながらの短い体験でしたが、心も体もすっきりしました。

【今月の活動報告】

10月22日(土) ふじみ野市環境フェア

上福岡中央公園

参加者 / 豊島、渡部、瀬畑、飯塚、土金(敬称略)

活動担当者 / 緑川

ふじみ野市の第12回環境フェアが上福岡中央公園で行われました。天気予報では雨模様のマーク。前日まで快晴でしたが当日は曇りで肌寒く風も冷たく感じました。

公園内には中央にステージが設けられ、19の環境団体のブース、企業からも環境に関する展示や体験学習、と盛りだくさんの出店がありフリーマーケットも出店しました。



「栞」は前年度の反省を踏まえ、総監督のWさんの指示に従いテダ松のツリー、バードコールのみにしぼり体験、販売をしました。あらかじめテダ松と小枝、台を作っておきモール、スパンコールを袋に入れセットしておきました。受付に飾ったWさん作成のツリーには大人も子供も引き寄せられ、沢山の体験希望者があり、それぞれ個性のあるツリーができていました。



70個作っておいたセットは完売、体験した親子も「とても楽しかった」と満足顔でした。フェア後の反省会では、スタッフは大忙しでしたが、収益も上がり「よかった、よかった」でした。

(担当 緑川)

11月6日(日) ヨーガ講習会&森林整備

下富第2フィールド

参加者 / 神座、豊島、渡部、吉田ひ、吉田あ、北村さ、北村み、瀬畑、飯塚、坂本(敬称略)

一般参加者 / 緑川凧(敬称略)

活動担当者 / 緑川、土金

午前中は、ヨーガ講習、午後は、森林の整備を実施しました。

ヨーガ講習会

葉のイベントとして「雑木林でヨーガ体験」の計画を進めてきましたが、やっと11月に実行することができました。講師は坪井恵子さん、参加者は葉メンバー12名と孫一人。

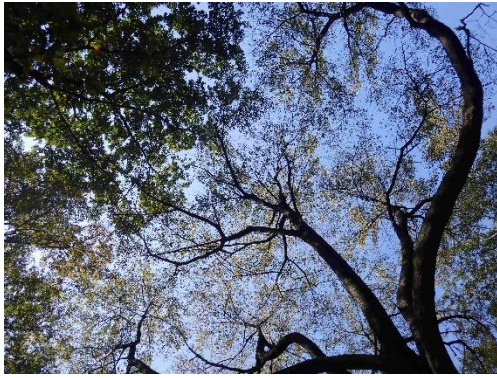
全員初心者。ヨーガとは？ 語源は『繋ぐ』という言葉。



今日のために先月の作業できれいに下刈りが済んでいるフィールドにブルーシートを敷き、講師の丁寧な指導で老若男女一つ一つ体を動かすこと1時間半。あちらこちらで「いたた」「おとっと」という声が・・・



青空のもと仰向けになると、木の葉の間から木漏れ日がふりそそぎ、瞑想をしていると、たくさんの鳥のさえずりが、木々をゆらす風の音、枯葉の落ちる音。そしてうつ伏せになれば小さな虫たちが・・・



たくさん呼吸を繰り返すと、体が楽になり、心が前向きになる、脳に酸素がめぐりリラックスできる。

硬い身体を少しずつ伸ばしていくと巡りがよくなり、森が持っている「気」をいっぱい浴びました。

暖くなる春にこの場所で、再びヨガを楽しみたいと思います。

(担当 緑川)

森林整備

草刈り、枝打ち、蔓取りなどを実施しました。



ヤマツツジを残して、きれいに刈り取りました。残りは、次回にやることにしました。



(担当 土金)

【次回の活動予定】

12月4日(日) 10:00～

下富第2フィールド

集合は第1フィールドです。第2フィールドで草刈等を行います。

参加希望者はメンバーメールにてお知らせください。

参加者募集のお知らせ

森づくり集団「^{しほり}葉」は、毎月第1週日曜日に所沢下富のくぬぎ山で里山の手入れを行っています。

会員のほとんどが森林インストラクターの資格を取得し、初めての方には危険防止のための注意事項、作業方法を丁寧にご指導いたします。

私たちは10年以上にわたり目的に応じた森の手入れをして、経過を観察し、新しい発見、新しい取り組みを楽しんでいます。

また、植物の観察会、子供のための観察会、森の手入れ研修会などを企画しておりますので、興味のある方はぜひご参加下さい。

連絡先は下記事務局まで

【編集後記】



皇帝ダリアです。

秋晴れの空にそびえ立つ姿は圧巻です。

土金

森づくり集団「^{しほり}葉」事務局

アドレス info@mori-shiori.sakura.ne.jp

ホームページ <http://mori-shihori.a.la9.jp/>

事務局 緑川睦子