

NPO 法人国頭ツーリズム協会



# やんばるの森通信

平成23年 12月12日発行 第57号



クイナ(917)の日まつり



こどもサバイバルキャンプ③



W-BRIDGE 研究活動で復活した  
棚田水路橋(宇嘉地区)



# 辺土名事務局

「やんばる学びの森」セミナーホールでモルディブ共和国 JICA 青年研修 13 泊 14 日の閉講式（12 月 13 日）を行っているとき終了証授与の背景に広がるやんばる国頭の山々の連なり、美しさに改めて感動しました。

平成 23 年の慌ただしかった一年も寒風の中過ぎ去ろうとしています。会員始め関係各位の皆様にはますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

KUTA も「学びの森」指定管理受託者として夏休みの繁忙期、季節ごとの主催キャンプ、村民、県内外のお客様や様々な団体受け入れ、日々の営業、施設管理と職員一同初めて経験しました。「学びの森」を通して村内各団体とのプログラム連携の企画や実践、地域づくり研修会場としての利用、健康福祉関係者との協働と、地域資源を適正に利活用し次世代に継承していく、それが地域発展の実現に結びつく場所としての可能性の大きさを感じながらも運営の厳しさも実感しています。『国頭村環境教育センターやんばる学びの森』が国頭村安波にあることを多くの皆さんに知ってもらい、訪れてやんばるの自然に触れ楽しんでもらいたい。

伊部カシの木登山道入り口のエロージョンが気になります。しいの実が少ないからかイノシシが芝生広場を耕しているのが気になります。空き缶、ごみ不法投棄が気になります。夜、帰るときケナガネズミを路上で見かけ翌朝轢かれてないかと心配です。

出来ることを仲間と一緒にやりたいものです。

これからも地域の皆様、関係者の皆様のご協力、ご鞭撻を宜しくお願いいたします。

代表理事 山川安雄

## W-BRIDGE 研究活動 2 年目がスタートしました

昨年 7 月より始まった「早稲田大学& 榊ブリヂストン連携プロジェクト (W-BRIDGE)」の研究・活動が 2 年目となりました。1 年目は「やんばる国頭の森の持続可能な森林資源管理に関する研究」をテーマに、国頭村内の奥、楚洲、安田、宇嘉集落の文化遺産（住居跡、猪垣、藍壺、炭焼跡、棚田跡）の調査を実施し、今年 3 月に策定された「国頭村森林地域ゾーニング計画」に反映されました。

2 年目は、「やんばる国頭の森の水路再生・棚田ビオトープ整備による地域活性化プロジェクト」をテーマに、宇嘉集落の棚田水路の再生と棚田ビオトープの整備活動を行っています。宇嘉集落の棚田は、1985 年まで使われていたそうです。11 月の週末を利用して 4 回、宇嘉区の関係者を中心に延べ約 30 名で、全長約 600m の棚田水路にたまった泥や雑木を除去し、水路に水が通りました。

今後は、約 15 年前に辺野喜分校で使っていた棚田を整備し、最終的にはお米を作ることを目標に活動します。宇嘉周辺の集落や小学校、郷友会などに活動を広げていきたいと思っています。来年は、棚田復活について話し合うイベントも開催予定です。活動に興味のある方は、ぜひご参加ください。（谷口）





## 森林浴と森林セラピーその②

リュウキュウハゼ（方言名:はじんぎー）が色付き、セキレイやサシバの群も渡りを終え、季節は秋から冬へと衣替えしている。

今回も前回同様、森林セラピーについて振り返ってみよう。森林セラピーとは、実験によって科学的に裏付けされた森林浴の効果をいう。具体的には森の中に身を置き、日常生活のこと、仕事のこと、悩みごと等から離れ、森から発生する木葉が揺れる様子や、小鳥のさえずり、木立の間を吹き抜け、肌をなでる風を感じ、目を閉じて大きく深呼吸しながら、周りの自然を自分自身に受け入れ、しばらくの間森に身をあずけてみよう。気が付いた時には、心身ともリフレッシュになっているでしょう。

私たちは人工化された社会を生きているため、常にストレス状態にあるとされている。あるべき姿に近づくことによって、免疫機能が向上し、病気になりにくい体になる。実際に実験によって科学的に裏付けされた実例を紹介してみよう。

日本医科大学の李・郷先生の研究グループが行った実験で、東京在住の「お疲れサラリーマン」12名を抽出し、長野県飯山市の森林セラピー基地へ移動。1日目に2時間、2日目に4時間、計6時間の森林散策を行った。その結果、NK活性が1日目に27%、2日目に53%増強し正常値に戻った。森林セラピーの「非特異的効果」が実証された実験例の一つである。ちなみに53%に増強した12名のサラリーマンが仕事に戻って、セラピー体験前の数値に戻るのには約1ヶ月かかるとされ、NK活性化を上げるには、週1回又は2週に1回程度森林セラピーを体験することによって、腫瘍細胞やウイルス感染細胞を殺すリンパ球が活性化する。

我、国頭村は、沖縄県で唯一森林セラピー基地に認定され、注目されている。森林公園、比地大滝、与那覇岳山道、やんばる学びの森がそうである。

身近にある森に出かけてみませんか。病気にならないために。

学びの森センター長 カール大城（大城馨）

## 学びの森と仲間たち 12

### やんばるのお菊虫 ～ジャコウアゲハ蛹～

ツワブキの黄色い花が咲き始める晩秋、森の中の小枝やツルに、奇妙な形の昆虫の蛹らしきものが付着しているのを時々見かけます。頭巾をかぶったようなヒゲ面は、まるでゲゲゲの鬼太郎の友人“ねずみ男”の赤ちゃん??本土では、この虫の姿を、後ろ手に縛られて折檻を受ける“お菊さん”に見立てて“お菊虫”と呼ぶそうです。ご存知「怪談皿屋敷」の主人公お菊さんは、家宝の十枚の皿の一部を割ったため、井戸に投げ込まれて殺されました。

この蛹から来春羽化するのは、ジャコウアゲハと言うアゲハチョウの仲間。お菊さんの亡霊のためか、じゃ香のような妖しい芳香を放ちます。怪談の舞台となった播州姫路城一帯で、江戸時代にジャコウアゲハが大発生し、人々を驚かせたと言う記録が残っています。やんばるではリュウキュウマノスズクサを食草とし、体内の毒成分で捕食者の鳥から身を守るいわゆる毒蝶の一種です。

ムシムシおじさん 杉野廣一



# 活動報告

## やんばる楽しみたい〜クリスマスキャンプ〜(12月10日〜11日)

12月10日から1泊2日でクリスマスキャンプ(親子キャンプ)が行われました。参加者は県内の親子5組14名、やんばる学びの森で過ごしました。キャンプ初日、前日から朝方にかけて雨が降っていましたが、参加者が集まるにつれ、少しずつ晴れ間が見えてきました。

初日の活動は、植物のツルを使ったリースやマツボックリでミニツリーを作りました。自分達で集めた材料を活かし、思い思いに素敵な作品に仕上げました。2日目は廃油を使用してのキャンドル作り。クレヨンで色を付け、2色のキャンドルにしたりと十人十色のオリジナルキャンドルが完成。このクリスマスキャンプ、真夜中にサンタクロースもやって来ました。サンタさんからのプレゼントに子供たちは大興奮!!最後はキャンプ期間中の様子を大きなスクリーンを見ながら、子供たち、お父さん、お母さんの真剣な顔や笑顔などをふり返りながら楽しく過ごしました。(勝吉)



## こどもサバイバルキャンプ(7月末〜8月)

7月末から8月にかけて、小学生を対象に計3回企画されたキャンプです。サバイバルという興味をそそられるネーミングがよかったのか、すぐに定員に達し、キャンセル待ちが10名以上!!ということもありました。県内のみならず、県外からも集まってくれました。毎年参加している子も初めての子も、みんなどんなキャンプになるのかドキドキ、ワクワクしているのが伝わってきました。

このキャンプの醍醐味は、なんとといっても自分たちで魚やテナガエビを獲る罠を作り、自分で釣った魚を自分たちで料理して食べるというところです。しかし、台風の影響もあり川が増水し、流れが速く、罠で獲れたのも、竹竿で釣れたのも、ほとんどがヨシノボリという結果に…その中で、竹竿で大物を釣った子は、みんなからうらやましがられていました。



他にも、カヌーに乗り込みやんばるの森の奥への探検や、夜の森の探検など、日常では体験することはできない子どもたちの冒険心をくすぐる自然体験活動、集団生活を通して子どもたちの成長を感じることもできるキャンプになりました。(あゆみ)

## 安波ダムまつり

7月24日は毎年恒例の安波ダム祭り。今年5月にグランドオープンした「やんばる学びの森 学びのゾーン」をメイン会場に移しての開催です。今年は新しい試みとして、築山を使った「冒険草すべり」を追加しました。そりに乗って、チップを敷き詰めた坂を滑り降ります。子供たちは楽しそうな叫び声をあげながら、楽しんでいました。私も体験しましたが、結構なスピードが出て、スリル満点でした。また、安波ダム湖畔遊覧やジャングルカヌー体験、森林セラピー体験は今年も人気があるイベントの一つでした。クラフト体験やマイ箸作り、積木コーナーでは親子で楽しむ姿が見られました。来年もぜひご参加下さい。(ありさ)



## クイナの日まつり(10月1日)

1981年に新種として認定されたヤンバルクイナが、今年で発見されてから30周年となったことを記念して「クイナの日まつり」が開催されました。台風の接近で延期になり9月17日(クイナ)のゴロには合わせられませんでした、大勢の人が集まってくれました。

シンポジウムやスタンプラリー、写真展、役場や企業の展示、トレイルの無料散策、テント村など、たくさんのイベントで会場を賑わせていました。その中でも一番の人気だったのが、やんばるの身近な生き物と直接触れ合うことのできる、ミニミニ動物園です。ナナフシやキノボリカゲといった日常の生活では見ることのできない生き物と触れ合い、子供たちの得意気な笑顔やちょっとびっくりした顔が印象的でした。また、国頭村の子供たちが歌ってくれた「ヤンバルクイナの赤ちゃん」コンサートは、可愛い歌声が会場に響いていましたよ。ヤンバルクイナにも届いたかなー♪♪

カフェレストランでは「おこさまクイナランチ」を提供しました。ヤンバルクイナの好物※のカタツムリ風オムライスとミミズのつもりナポリタンのセット。大人(おじい)も喜んで食べていました。協会副理事大城毅さん提供のイノシシそばも大人気。美味でした。

やんばるを象徴する村鳥のヤンバルクイナ。私は今年の4月から学びの森で勤めていますが、通勤時や学びの森の施設で何度もヤンバルクイナの姿を見ている。また、ノグチゲラやケナガネズミ、インカワガエルといったここにしかいないと言われる固有な生き物を自然の姿で見ることができるのも学びの森ならではの楽しみです。施設が多くの人に知られ訪れてもらえるよう、いろいろなイベントを企画していきたいと思っています。(ありさ)

ロードキルが急増しているケナガネズミの展示↑

※ ヤンバルクイナは、特にカタツムリ類(ヤンバルマイマイ)、ヤスデ類、ミミズ、昆虫類(幼虫)が好物といわれているが、意外にもヤマモモ、イヌビワ、ゴズイなどの植物の実も食べる。飛べないヤンバルクイナが生き残ったのは、その肉が臭いからだという人もいたが、確かにいい香りではなさそうです。

## 親子でチャレンジ~わくわくワイルドキャンプ~(10月10日~11日)

今年で5回目を迎えた浦添市教育委員会主催の「わくわくワイルドキャンプ」。今年も約200名から選ばれた18組48名の親子がやんばる学びの森で過ごしました。

キャンプ初日、朝から大雨が降り続きます。急遽テント泊から宿泊棟に変更するなど慌ただしいスタートになりましたが、セミナールームに移動してプログラムを行いました。体を動かしたゲームや山原の動植物の写真を使用したスライドショーなどを行い、生き物の生きる知恵の紹介や生き物クイズなどで楽しみました。2日目はジャングルカヌー体験を行い、沖縄県の水事情や自然の仕組みなどを学びながら川のクラゲ(水クラゲ)など水辺の生き物観察も行いました。

参加者からは、「また遊びにくるねえ」などありがたい言葉をいただき、元気をもらいました。たくさんの人にこの施設を利用してもらい、プログラムを通して山原の素晴らしさを伝えていきたいと思っています。(勝吉)



# 新施設紹介コーナー カフェレストラン棟

くんじんの山並みを眺めながら、  
美味しい日替わりランチを始めました。

みなさんこんにちは、やんばる学びの森のカフェもオープンして早8ヶ月が過ぎようとしています。多くのみなさんにご利用いただきありがとうございます。ございます。

今回は、これまで営業して気づいたやんばる学びの森のカフェのオンリーワンを並べてみたいと思います。

- ① 初夏～様々な美しい蛾たちがおとずれます。食事の場所では「？」マークが付きそうですが、カフェにしながら図鑑をもって何種類もの蛾が観察出来るのはオンリーワン(もちろんカフェの中に入らないようにしています)
- ② ヤンバルクイナの鳴き声が聞こえるだけでなく、出てくることもあるのがオンリーワン
- ③ ノグチゲラとヤンバルクイナのツーショットが新聞にも掲載されましたが、天然記念物のそろい踏みが見られるのもオンリーワン
- ④ 沖縄では、海の見えるカフェはよくありますが、森の大パノラマを望むカフェはここだけ！日本一のくんじんの山並みを前に食事がとれる。特にゆっくりと山に沈む夕日の中で少しの肴と泡盛を嗜むのがオンリーワン
- ⑤ 新料理長のおいしい食事が食べられます。地元の食材を豊富なアイデアで調理してくれるのがオンリーワン。



他にもまだありますが、今回はここまで。

ノグチゲラとヤンバルクイナ。撮影はなんと代表理事！

反面、貴重なご意見も頂きました。「中南部では知られていない。もっと積極的に宣伝した方が良い」、「せっかくこんな遠くまで来たのだから、ここでしか食べられないものを食べたい」、「場所がわかりにくい」、「山の名前や自然の情報がわかるようにしてほしい」等、まだまだ「国頭らしさ」、「学びの森らしさ」というものには距離がある状況です。お客様のご期待は、私たちにとっても伝わってきます。それに応えることが出来る様に努力を継続することが必要だと感じています。ここでしか体験できない特別な時間を過ごして頂くことが出来るよう「一期一会」の心で取り組んでいきたいと思えます。今後ともご支援宜しく願いいたします。11月からは宮城通安さんを料理長に迎え、日替わりランチが始まりました。お客様に大変好評を頂いています。みなさんぜひ一度食べに、できれば泊まりがけでいらして下さい。(雄二)



日替わりランチ(700円)



宿食スタッフがお待ちしています！

# 国頭百歳時記

北から吹いてくる風が冷たくなり、一気に夏から冬になったという感じで、暦を見ればもう12月。早いですね。旧暦の12月8日頃をムーチーピーサーと言って、最も寒い時期ですが、最近では新暦頃も寒くなっている気がします。この旧暦の12月8日は鬼餅（ムーチー）を作って、健康、長寿、厄払い等を祈願しますが、由来は沖縄本島の民話によるもので、昔、首里（現在の那覇市首里）から大里に移り住んだ男が夜な夜な鬼になって人畜を襲うことから、その男の妹が憂いて、鉄釘入りのムーチーを兄に食べさせ、弱ったところを海に蹴り落として殺した。このように、鬼退治にムーチーが使われたことから「鬼餅」と呼ばれることとなり、食べる慣わしになったそうです。

国頭の一部の地域ではさとうきびの収穫時期で忙しい事から、新暦でムーチーを作る地域もあり、本島のほとんどの地域で月桃の葉をムーチー作りに使いますが、やんばるの山には月桃もどきと言われる「アオノクマタケラン」が沢山あったので、月桃の代用として使う地域もあります。月桃もアオノクマタケランもショウガ科で独特の香りが特徴です。でも最近では、月桃の葉に抗菌、防虫、消臭等にも効き目がある事がわかり、“タンスにゴン”みたいな防虫剤や虫除けスプレー、それにちょっと頭の寂しくなったお父さんに吹きかけることで、なんと増毛、育毛剤としても注目を浴びています。これも自然からの恵み…私たちの身近にあるやんばるの森には、昔から生きて行く為の知恵（じんぶん）や力を与えてくれた植物等が沢山あります。今年は東北大地震など、自然の脅威も目の当たりにしましたが、自然と共存してきた私たち、自然からの恩恵に感謝しつつ、来年はやんばるの森に癒しを求め、笑って過ごせるよい年になるよう祈ります。《宮里二三代》



アオノクマタケランの実（12月撮影）

## スタッフ紹介 大城 雄聖（おおしろ ゆうせい）

今年の4月から、宿食グループのスタッフになりました。国頭村の桃原出身です。辺土名小学校、国頭中学校、辺土名高校と高校までを地元で過ごし、本土の大学を卒業して、国頭村に帰ってきました。

小さい頃から慣れ親しんでいる、国頭の自然に関わる仕事につけて嬉しく思います。これからも国頭村のこと、自然のことを少しずつ勉強しながら子ども達に楽しく自然について解説できるガイドを目指して頑張っていきたいと思えます。

最近の楽しみは通勤と帰宅途中に希少動物を観察することです。

今年のモルディブ研修⇒

※ まだスタッフになって一年にも満たない彼ですが、すっかり学びの森の「顔」になっています。本人はガイドを目指していますが、ナンバーワンのフロントマンのため、なかなかガイドの勉強をする時間がありません。近い将来、学びの森運営の中心メンバーとなることは間違いのないでしょう。（採用担当Y）



# イベント情報

<b>火おこしキャンプ 2</b>	<b>焚き火でクッキング</b>
日 時：12/27(火)～29 (木) (2泊3日) 場 所：やんばる学びの森 参加料金：9,900円 定員：25名 対 象：小学1年生～6年生 内 容：こどもだけのキャンプ。虫めがねを使って火おこし、太陽熱を利用したソーラークッキングに挑戦します。	日 時：1/7(土)～9 (月) (2泊3日) 場 所：やんばる学びの森 参加料金：9,900円 定員：25名 対 象：小学1年生～6年生 内 容：こどもだけのキャンプ。焚き火をしながらダッチオーブンを使った料理を作ります。おやつには巨大プリン等を作ります。
<b>お茶芽キャンプ</b>	<b>忍者キャンプ</b>
日 時：3/17(土)～18 (日) (1泊2日) 場 所：やんばる学びの森 参加料金：大人 7,500円 小人 5,000円 幼児 1,500円 定員：30名 対 象：幼児～大人まで 内 容：日本一早い新茶の茶摘み体験。収穫した茶葉は製茶やお茶っばクッキングに挑戦。	日 時：3/26(月)～28 (水) (2泊3日) 場 所：やんばる学びの森 参加料金：9,900円 定員：25名 対 象：小学1年生～6年生 内 容：初日は忍者修行。修行のあとはいよいよ忍者昇任試験に挑戦！森の奥に祭られている、忍者の巻「免許皆伝書」を探し出せ！！

※最新情報やキャンプの詳細につきましては、HPでご確認ください。<http://www.atabii.jp>

※お申し込みは、「やんばる学びの森」(☎:0980-41-7979)までお願いします。

## 会 員 募 集 の ご 案 内

一緒に活動してみたい！自分も活動に関わりたい！国頭村から遠い所に住んでいるけれど力になりたい！最初の一步はサポーター会員から、よろしくをお願いします。

会員種別	内 容	年会費	
サポーター会員	情報を受け取りながら、協会の活動を支えます。	2千円/年	
正会員※	協会の運営や事業活動と一緒に関わります。 (議決権を有します)	個人：3千円/年 (入会費要)	団体：1万円/年 (入会費要)
賛助会員	パートナーとして主に事業活動に参画し、その活動を支えます。(議決権を有しません)	個人：5千円/年	団体：2万円/年

※会員のみ入会費(5千円)を頂きます。 ※会員入会については審査があります。

読んでください

使わなくなったものをゆずってください。取りにうかがいます。

乳母車、車いす、生きもの図鑑や沖縄関係の図書、自転車、天体望遠鏡、リヤカー  
農作業道具、古い民具など



入会ありがとうございます！

熊本ふゆこさん(名護市：正会員)

発行元および問い合わせ先

特定非営利活動法人 国頭ツーリズム協会(略称：KUTA)

〒905-1411 沖縄県国頭郡国頭村字辺土名245番地

TEL 0980-50-1130 E-mail [admin@kuta-okinawa.org](mailto:admin@kuta-okinawa.org)

URL <http://kuta-okinawa.org/>