

箱根四季だより



自然情報・イベント情報を
Facebookで更新中。

2023年 春号

なんだこれ…



自然を満喫するために 第21回

記：こうづま

今回は春に咲く花の写真と名前を紹介いたします。
以下に紹介している花の多くが、皆さんの身の回りにも咲いているはず
です。箱根散策だけではなく、日々の街歩きにもご活用ください。



ハコベ



ナズナ



ハハコグサ



キランソウ



ツクシ (スギナ)



カキドオシ



タチツボスミレ



タネツケバナ



ヒメオドリコソウ



オオイヌノフグリ



カラスノエンドウ



コキクザキイチゲ



ニガナ



ウマノアシガタ



キジムシロ



コケリンドウ



シロボウエンゴサク



オキナグサ



コチャルメルソウ



ニリンソウ



さあ、春の花を探しに出かけましょう。

箱根仙石原台ヶ岳の野焼きと題しましたが、私の頭の中に浮かぶのは『蕨(わらび)』となってしまいます。なぜかと言うと幼いころの思い出が強いから。1960年代、定期的に行われていた野焼きは現在の台ヶ岳ではなく県道736号線(御殿場箱根線)長尾隧道から仙石原に繋がる県道の崖下の傾斜地、地元では通称「だるま石」で野焼きが行われていました。1970年代に一度失われていた慣習が1989年よりススキ草原、台ヶ岳の維持を目指して再開された野焼き後、当時は学校行事の一環としてお昼のおにぎりを持ち「蕨取り」が行われていました。蕨の一部は農協に卸し残りの蕨は醤油味で調理し給食として児童に出されていました。その時の蕨の味がすごく美味しくて忘れられません。

ススキの野焼きと言ってもそう簡単にはいきません。地形の違いや天気・天候によって方法が異なります。伊豆大室山の火入れは、山の形状が富士山型であるため基本的には最終段階の着火は麓付近から火を入れますが、仙石原台ヶ岳の野焼きについては簡単にはいきません。それは箱根の気まぐれ天気(大室山も含む)で春先でも雪が降りススキが湿ったり、山間部特有の山風が強く吹いたりと色々大変なのです。野焼きはすんなりと予定日に行えることは難しいことなのです。仙石原台ヶ岳の野焼きは過去には、4月に入って野焼きが行われた時もありました。

台ヶ岳は傾斜地で、なおかつススキの切れ目にはヒノキが隣接し、



飛び火に警戒をしなければならず、着火する場所を風と地形を考慮しながら行うのです。そのため焼き終わるまでの時間が多く掛かってしまいます。

箱根の温泉



其の十七

リンパマッサージ入浴



〇万病予防

入浴による血行の促進は万病予防へとつながりますが、もう一つ万病予防となるのが「リンパの流れを促進」させる事です。このリンパの流れを促進させるのに効果的なのがマッサージ、リンパが多く集まっている間接付近をマッサージするのが良いでしょう。

〇マッサージのやり方

リンパ流れ促進マッサージは「関節付近」を行うと効果的です。ただし、マッサージといっても筋肉をほぐしたりツボの刺激といったマッサージとは方法が異なります。

筋肉のマッサージは「揉みほぐし」、ツボのマッサージは「点を押す」、リンパのマッサージは「押し流し」です。リンパ液をギュッと押し流すように行うのがリンパ流れ促進マッサージです。

水の入ったビニール袋をイメージしてみてください。この袋を揉んだり押したりしても、水はその瞬間によけるだけです。リンパというものは、そこに残さず押し流すようにしなければなりません。

手順1、温泉に入って体を温める



手順2、手で石鹸やボディソープをよく泡立てる



手順3、関節付近を体の末端側から中心側に向かって手で



「リンパを押し流すイメージ」でこする

〇マッサージの部位

鎖骨

リンパ液運搬の要の場所。くぼんでる部分に指をあて、押したり円運動したりする。

わきの下

わきの下のくぼみから心臓に向かって擦ったり円運動で刺激を与える。

首

のどに手のひらをあて、首の後ろに向かってマッサージしていく。

ふくらはぎ

両手で足首をつかむようにし、ゆっくりとひざ方向へ引き上げる。

ひざの裏

くぼみに指を入れ、下から軽く押し上げたり小さく円運動を繰り返させる。



かに座のプレセペ星団を見つけよう!

お誕生日の星座の一つ「かに座」は、4等星が4個と、あとは暗い星ばかりの星座ですが、太陽のとおり道にある星座として古くから重要視されてきました。ギリシア神話ではヘルクレスを倒そうとした、おばけガニの姿。かにの甲らのところに、ぼんやりと見える部分が「プレセペ星団」とよばれる、たくさんの星たちが集まる散開星団です。近くにある明るい「しし座」を手がかりに、かに座のプレセペ星団をさがしてみましよう。



北 かに座としし座 小涌谷にて

季節の星をながめよう



満月

3月7日

4月6日

5月6日

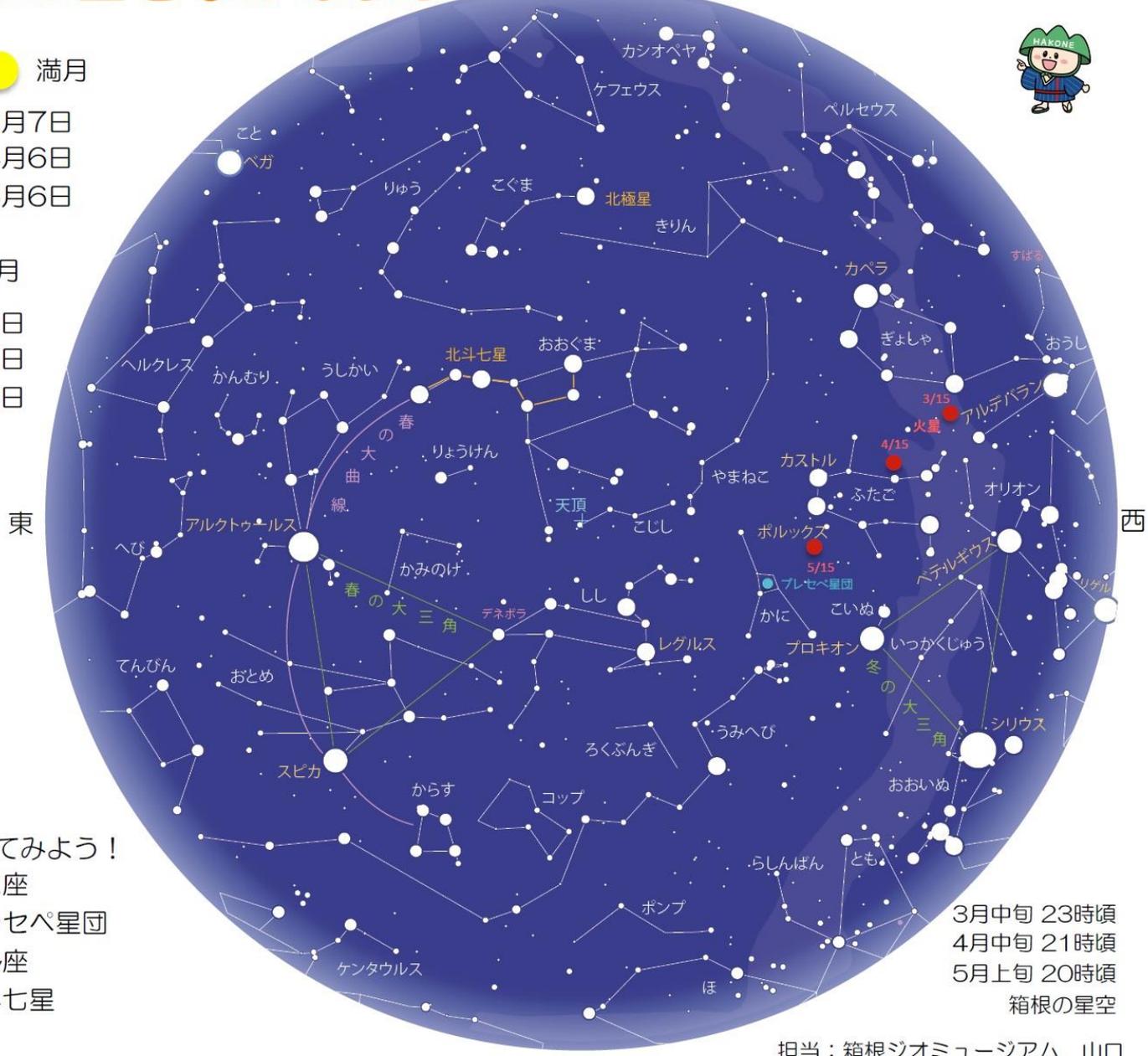


新月

3月22日

4月20日

5月20日



さがしてみよう!

- かに座
- プレセペ星団
- しし座
- 北斗七星

3月中旬 23時頃
4月中旬 21時頃
5月上旬 20時頃
箱根の星空

去年の5月に重箱式養蜂箱を蜂付で譲り受け、自宅に設置しました。おかげさまで10月に採蜜することができました。数量的には1500gと通常の半分程度でしたが良質の蜂蜜が採れました（写真①）。しかし少ない蜂蜜をとってしまったことで、蜂たちが越冬できるか心配になっております。蜂の数も激減しており（写真②③）、寒い箱根の冬を乗り越えるための対策として巣箱の保温効果を上げるため断熱材を貼り付けました（写真④⑤）。ニホンミツバチは自ら発熱できるようなので熱を逃がさないアイデアです。その取付作業をしてると、冬のミツバチたちは夏より戦闘的で寒空の中、巣の外で作業してる私に攻撃してきます。夏には見られなかった行動で、巣と女王を春まで守り切る覚悟なのでしょうか。お詫びに蜂蜜の搾りかすや昆虫ゼリーなどを与えて冬を乗り越えてもらい、春の分蜂時期を無事に迎えてくれることを願っています。

① 蜂蜜完成



② 去年10月



③ 今年1月



④ 断熱と風防設置



⑤ 梱包材のスタイロフォーム使用



箱根VC周辺自然情報トピックス

寒くて静かな 冬



VC周辺のイロハモミジ

「今年の紅葉は本当に綺麗ね」
あちこちから
こんな声が聞こえました♪



静かな湖

オオバン・キンクロハジロ
に、ヒドリガモ・・・
来てはいるけど淋しいです。



カヤネズミの空巢

VC周辺のススキ草原で
草刈りあとに見つけました。
休息用の巣のようです。



大寒波

1/27. この冬はじめての
積雪、厳しい冷え込みで
雪だるまは元気です。

コロナ・豚熱・(鳥) インフルエンザ・・・

感染対策を万全に地球の仲間を守りましょう !!

箱根ビジターセンター 周辺自然歳時記

- 見どころ** 芦ノ湖釣り解禁
仙石原すすき草原野焼き
桜前線の山登り始まる
- 開花植物** キブシ・コケリンドウ・コブシ・タチツボスミレ・フサザクラ・マメザクラ・ミツマタ
- その他** ウグイス初音、テングチョウ・ヒメツチハンミョウ、ピロウドツリアブ活動開始



野焼き

3月

- 見どころ** 恩賜箱根公園（マメザクラ）・宮城野早川堤（ソメイヨシノ）・畑宿夫婦桜（ヤマザクラ）・箱根園（オオシマザクラ）
箱根ビジターセンター（マメザクラ、ヤマザクラ、オオシマザクラ）
- 開花植物** アブラチャン・オオシマザクラ・カントウタンポポ・クサボケ・クロモジ・シロボウエンゴサク・スミレ・ヒナスミレ・ミツバツツジ・ヤマザクラなど
- 夏鳥渡来** イワツバメ・オオルリ・キビタキ・クロツグミ・センダイムシクイ・ツツドリ・ツバメ・ヤブサメ
- その他** アズマヒキガエル産卵

4月

- 見どころ** 金時山シロヤシオ
神山アカバナヒメイワカガミ
（2015年5月以降 立入り規制中）
- 開花植物** ウマノアシガタ・オオバウマノスズクサ・ゴマギ・サラサドウダン・シロヤシオ・ズミ・ハナイカタ・フジ・ホオノキ・ミズキ・ミヤマザクラ・ヤブデマリ・ヤマツツジなど
- 夏鳥渡来** コルリ・ジュウイチ・ホトトギス
- その他** シュレーゲルアオガエルの合唱♪
- 観光行事** 公時祭（仙石原、5月5日）
端午の節句に行われる公時神社の例祭



タチツボスミレ



キブシ



シロヤシオ



キビタキ

四季折々、見どころいっぱい箱根ビジターセンター周辺散策に、是非お出かけください♪

お問い合わせ

箱根ビジターセンター

〒250-0522

神奈川県足柄下郡箱根町元箱根164

TEL：0460-84-9981

<http://hakonevc.sunnyday.jp/>

Email：hakone-vc@kanagawa.email.ne.jp

管理・運営

一般財団法人自然公園財団箱根支部

開館時間

9：00～17：00（最終入館は16：30）

休館日

毎月第2・4月曜日（祝日の場合は翌火曜日）

12月28日から1月3日



編集・発行：箱根自然解説活動連絡協議会
箱根ビジターセンター内

TEL：0460-84-9981

2023年2月発行