

ボランティア・  
NPOの情報誌

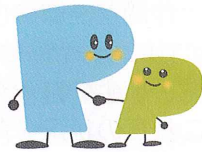


65号

Oct. 2023

### とくしま県民活動プラザ

〒770-0873 徳島市東沖洲2丁目14番地  
沖洲マリンターミナルビル1F  
tel:088-664-8211 fax:088-664-5345  
e-mail:info@plaza-tokushima.com  
https://www.plaza-tokushima.com  
休館日/月曜日(祝日の場合はその翌日、年末年始)



マスコットキャラクター プラザ

## CONTENTS

特集 NPO法人 三嶺の自然を守る会  
三嶺の現状を知ってほしい

ひと NPO法人 川塾  
おやこOUTDOORくらぶ♪はんもっく  
桑原 純子さん  
自然の中で親も子も育ちあう

シリーズ この人から  
リレー・フォー・ライフとくしま 実行委員長  
徳島県がん患者団体協議会 代表  
香留 美菜さん  
とくしまがん療養サポートブック

事業紹介 「ゆめバンクとくしま」助成金授与式

ハートリレー  
No.65 坂本さんから郡さんへ

## NPO法人 三嶺の自然を守る会



標高 1894m、徳島では剣山について3番目に高い四国  
東部を代表する山、三嶺(みうね)。高知県と三好市に  
またがり、国の天然記念物に指定されているミヤマクマ  
ザサとコメツツジなどの希少な生態系を有しています。

コメツツジ

↑ミヤマクマザサ



# NPO法人 三嶺の自然を守る会 とは

三嶺の現状をみんなで考え、楽しく、三嶺の自然を身体全体で感じながら、多くのボランティアの人たちとともに三嶺の自然を後世に残すために活動する山岳自然保護の団体です。近年の登山ブームで手つかずの三嶺の自然を堪能しようと多くの登山者が訪れ、自然生態に悪影響を及ぼす「オーバーユース」に陥っています。

オーバーユースによる影響としては、登山道や山頂部の木々や下草の枯死、希少な植生の盗掘、また山頂のトイレが原因と思われる水場の水質汚染などが挙げられます。しかしそれ以上に、シカによる食害が深刻な影響を及ぼし始めてきました。このままでは三嶺の豊かな自然が消えてしまう、それを防ぐために登山者への啓発活動を行おうと、2000年に三嶺の自然を守る会が作られました。

## 三嶺の現状を知ってほしい



くれいし ひろし  
理事長 暮石 洋さん

若い頃から山岳会に属し県内外の山を登っていました。山の保全活動に関しては、剣山山頂部のササ原が多くの登山者に踏まれ次第にササ原が後退した頃に山岳連盟が行っていた保全活動に関わりました。その後、手つかずの自然が残った三嶺の自然を保全しようと仲間と三嶺の自然を守る会を発足させました。会を発足させた2000年頃は、すでにオーバーユースの状況に陥っていましたが、具体的には、希少植物の盗掘、植生の踏み荒らし、トイレが原因と考えられる水場の大腸菌汚染などです。これらの状況を背景に「三嶺を大切にしよう！」と登山者への啓発活動に取り組みました。

2007年頃からオーバーユース問題より深刻な「シカ食害」が顕著になりました。悠久の時間が創り上げた三嶺を含む剣山山系の貴重な自然は、増え過ぎたニホンジカの食害により生態系が壊されています。剥皮被害により樹木が枯死し、中腹の林床では植生が消滅。また、植生がなくなり保水力が衰えた林床の急傾斜地では土壌浸食が進み、豪雨時に土砂崩落が起きるなど同山域の荒廃は止まりません。

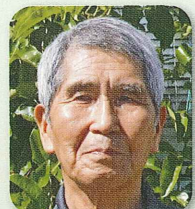
当会は対策活動として、関係機関と連携して樹木の一本一本にガードを取り付け

る「樹木ガード」活動を行い、樹木や植物の群落を囲む「防シカ柵」の設置と補修活動を実施しています。また、食害の現状を広く市民に知ってもらおうと、食害観察バスツアー、食害を視覚に訴える写真展、写真報告書の作成などを行ってきました。

会発足からこれまで三嶺の保全目的で180回同山域に登りました。あと少しで200回になりますが、これからも活動を継続したいと考えています。

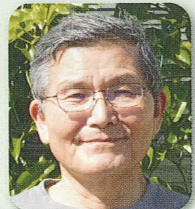


## 中心となって活動されている皆さんの想い！



よこた ひろし  
理事 横田 弘一さん

基本、山が好き。25歳から山登りしているんですが、山登りしていたら崩壊する山を目の当たりにした。山を利用させてもらいよるので、自分がやらなあかんと思った。暮石さんと出会って仲間ができたおかげで、自然にこの活動に入っていった。ただ山が好き、それだけです。



みなもと みきお  
南本 幹生さん

これまで3500本の木に樹木ガードを設置しました。近自然工法による登山道補修の方法や生態系のことまで、いろいろ勉強させてもらっています。その勉強したことが生かせるし、この活動を続けています。



いちはら ひろし  
市原 浩さん

ネット情報化社会で子どもたちはゲームに夢中。自分がやりたいことに興味を持つのはいいが、自然を知るといふ大事なことを常に頭に置いてほしいと思います。特に若い世代は、今後自分の身に自然界の変化が降りかかってくるという危機感を持ってほしいです。

# 活動内容

## シカ食害対策活動

(樹木ガード・防シカ柵設置、点検・補修、食害調査)

### ●食害防止の「樹木ガード」設置

木の幹に直接プラスチック製ガードを巻く。

### ●「防シカ柵」設置

既設の柵は、積雪、強風等三嶺の自然環境が厳しいため、毎年の補修が必要。植生保護のため必要な箇所柵を新設。



柵にかかったシカを外す



樹木ガードの設置

## 登山道の調査・補修活動

### ●「公園パトロール」「登山道の標識設置・点検補修」

徳島県から委託を受け、三嶺山頂、県立自然公園の年間パトロール、登山道の標識設置や点検補修を実施。



登山道の調査・補修活動

## 調査・研究活動

### ●希少生物の調査

京都大学研究室と協力し、氷河期から生息していたと言われるハイイロマメシジミの生息地として三嶺を調査。詳しく調査するとナメクジ等他にも希少種がいる可能性もあり、調査を継続。



### ●ドローンによる空撮調査

三嶺と剣山2カ所の人が入りにくい山域で、中腹部樹林の表土がむき出しとなっている状態を空撮で調査。今年度も実施予定。

### ●混交林化

三嶺のスギの木に「赤枯病」が進行しており、成長の遅れから根が弱り倒れやすくなっている。混交林化は、あらゆる種類の木を植えることで、1種類の木が病気になっても他の木が支え、山の崩壊を防ぐことができる等の提案。



活動報告



頂上の植生回復ネット

## 啓発活動

看板▶

みんなで山のトイレを大切にしましょう  
ここで用を足して登山を始めましょう  
山頂トイレ使用の際はトイレペーパーは流さず備え付けの袋でお持ち帰りください。  
—— 協力金にご協力ください ——

### ●山のトイレマナーアップ活動

日本トイレ協会が2005～2010年度に山の水質調査を行ったところ、剣山と三嶺の水から大腸菌が検出された。山登りの際は、常に携帯トイレをザックに入れておくことと、極力頂上のトイレを使わず、登山口のトイレで済ませることの普及活動を実施。

### ●希少植物の保護活動

希少な植物の摘み取り、引き抜き、踏みつけ等の行為はやめようという啓発の実施。

### ●シカ食害のパネル展開催と写真報告書の作成

深刻なシカ食害の状況を広く県民に訴えるパネル展を開催。食害の酷さを視覚に訴える写真報告書の作成。



盗掘防止の希少種調査



三嶺トイレクリーン大作戦



写真・パネル展

(取材：桑村・大津)

# NPO法人 三嶺の自然を守る会

HP <https://kn8.jpn.org/mk/>

〒770-0866 徳島市末広4丁目4-41 TEL 090-3989-3600



ホームページ



# ひと 自然の中で親も子も育ちあう

NPO 法人川塾 おやこ OUTDOOR くらぶ♪ はんもっく 桑原 純子 さん

今回はNPO法人川塾で未就学児の親子向けOUTDOORくらぶ『はんもっく』で活躍中の桑原純子さんにお話を伺った。

お邪魔した吉野川南岸の第十堰近くに建つ『お堰の家』は、中に入ると、エアコンはないが8月の晴天でも自然の風が心地よい。まずは桑原さんのとびきりの笑顔につられて自然とこちらも笑顔になる。この人には何か人を惹きつけてやまない魅力がある。とにかくその魅力に迫りたい、その一心で取材をした。

桑原さんは、徳島出身。結婚後は転勤族で関西や徳島を行き来する中、子育てをしていた。元々子どもたちと関わる事が好きで保育士として働いていた為、徳島で『自然スクール TOEC自由な学校』の存在を知って衝撃を受けたそう。時間割も教科書もなく、自然体験の中で遊びも学びも混然一体となって人間として成長していく、そんなTOECの理念に共鳴。子どもたちの学校に保護者としてだけではなく、自身もキッチンスタッフとして関わるようになり、親子で共に学ぶ日々を送るようになる。親は親、子は子として、目の前に広がるそれぞれの課題と向き合う日々。ぶつかったり、立ち止まったりすることもたくさんあったが、その時々で一つひとつ丁寧に、気持ちを聴いてくれる人たちの存在や周りの環境のおかげで、親子共に支えられてきた。TOECで目には見えない大切なものをたくさん学ぶ。

2011年3月11日東日本大震災。被災地に行けなくても、徳島にいながら何か出来る事はないか？という想いで仲間たちに声をかけ、東日本大震災チャリティーイベント『つながりフェスタ』を企画する。売上金は全額支援金となるイベントだったが、たくさんの方の協力により、新町川水際公園でイベントを開催することが出来た。その中にNPO法人川塾代表

の塩崎さんがいた。

その後、川塾のスタッフとして自身の子育ての経験や、幼稚園教諭や保育士資格を活かし、風通しのよい親子関係をサポートするために、親子向けのOUTDOORくらぶを作ったり、『びーんず』を主催して屋外で自然をテーマにした絵本やわらべ歌遊びを楽しむ『びくにつく』やみんなの居場所『ばすけっと』を開催したり。コロナ禍に産まれてきた子どもたちが気軽にお出かけできるみんなの居場所を作ってほしいという声に答え、川塾水辺のおやこ園『こんぱす』の活動をスタートさせた。

「いつも言い出しっぺが私っていうだけで活動が継続していけるんは、仲間たちやつながっていく人たちのおかげ。点が線になって円になり輪(和)になって・・・そんな感じ」

今年は川塾の小中学生対象のプログラムにも参加するようになり、子どもたちと川の中を覗きながら『多様な人や生き物たちと共に生きるって?』と想いがめぐる。

身近にある自然の中で、ほっとしたり、立ち止まったり。丁寧に物事に向き合い、目の前の人との関わりを紡いでいく。大きな事は出来んけど、ご縁ある人や自然とつながってこれからも元気に活動していきたいって思う。ただいま50歳、青春真っ只中!!

(取材：丸山・福良)



活動の様子

### ● お問合せ先 ●

はんもっく  
hammock.oyako@gmail.com  
こんぱす  
compass@kawajyuku.com  
びーんず  
ippoippoayumu@gmail.com



◀NPO法人川塾  
ホームページ

シリーズ この人から

## とくしまがん療養サポートブック

リレー・フォー・ライフとくしま実行委員長 かつめ みな  
徳島県がん患者団体協議会 代表 香留 美菜



2012年からリレーフォーライフとくしま実行委員長その後、「がん患者と家族の会 キャンサーライフとくしま」設立2017年、県内のがん患者団体と協働で「徳島県がん患者団体協議会」発足代表を務める。

今年2月に「とくしまがん療養サポートブック」が作成され、現在がん診療拠点病院などで配布が始まっています。これは、徳島県がん診療連携協議会の情報提供・相談支援部会が、がん患者さんや家族が療養生活で困ったときに治療方法をはじめ適切な支援にたどり着くための手引きとして作成されました。私はこの部会に患者や家族の立場の委員としてこの作成に関わりました。その過程には、患者さん、支援する人たちが寄せてくださった日々の思いを出来る限り反映してもらうため、説明の分量を調整し、誤解のない表現を選びながら進めてきました。

私たちが患者や家族は、診察室でさまざまな不安や疑問をすべて納得し伝えることはとても難しい場合があります。医療者ではない私たちにとっては当然のことでしょう。そのため、その不安や疑問をわかりやすい言葉やイラストなどを使い、患者さんやご家族からよく伺う点について意見し、ほかの部会員の方々と何度も話し合いを重ねました。これですべてが解決されるものではないのですが、この冊子はその手助けとなることを目指しました。先日、がんのイベントでこの冊子について、医療者の方々と話し合う機会がありました。この冊子があることで、医療者、患者双方の理解が深まりその先の円滑なコミュニケーションに繋がられるのではないかと、その発言を心強く感じました。ぜひ手に取って頂き、少しでも皆さまのお役に立てますようにと願っています。



リレー・フォー・ライフ2023とくしまイベント内で

### 「ゆめバンクとくしま」寄付による助成事業の活動報告

#### 「ゆめバンクとくしま」助成金授与式

令和5年度「ゆめバンクとくしま」助成金授与式が7月15日に執り行われました。助成金授与に続いて、10団体から団体の紹介や活動内容について発表があり、その後、団体間での交流が行われました。



助成団体のみなさん



# ハートリレー

No.65 坂本さんから郡さんへ



スティールバンド パンドル 代表  
こおり みと  
郡 美都さん

## 魅力を伝え感動を与えるために

美都ちゃんと知り合ったのは僕が所属している阿呆連に入連してきたときでした。気さくな性格の彼女とはすぐに仲良くなりました。そんな彼女は阿波踊りの他にもスティールパン奏者として活動もしています。パンはカリブ海の島国トリニダード・トバゴで生まれた楽器。偶然この楽器に出会った彼女は、楽器の音色を聞いた瞬間、一気に心を鷲掴みにされ魅了されたそうです。パン奏者として活動を始めた彼女は、そのうちトリニダードへ何度も訪れては本場の空気を肌で感じ経験し、ついには3ヶ月滞在し本場の熱気を体験するまでになりました。やがて徳島へ帰郷した彼女は、パンの魅力を伝えようと演奏活動を開始、そして「スティールバンド パンドル」を結成し、パンの魅力、裾野を広げるために、今では10名の仲間とともに年間30回を超える演奏活動を行っています。彼女のように、僕も和太鼓奏者として聞く人の心に感動を与え、幸せな気持ちを広められるように徳島を盛り上げ、活動していきたいと思っています。

さかもと けんさく  
文・坂本 健作



## とくしま県民活動プラザ

● プラザ開館時間 開館時間：10:00～18:00  
【研修室利用時間】 火曜日～土曜日：10:00～21:00  
日・祝日：10:00～18:00  
休館日/月曜日(祝日の場合はその翌日)、  
年末年始(12/29～翌1/3)



### ● 公共交通機関をご利用の場合 ●

JR徳島駅前、徳島市営バスターミナルより、  
・「中央市場」行きに乗車 終点「沖洲マリンターミナル」下車すぐ  
・「沖洲・南海フェリー前(マリンピア経由)」行きに乗車  
「マリンターミナル前」下車すぐ

## 第18回 とくしまNPO・ボランティアフェア開催!

入場無料

2023.11.5 sun  
10:00-15:00

徳島県内のボランティア団体が、展示や物品販売、ステージ発表などを通して活動をPRするために水際公園に集まります！ぜひご来場ください。

in 新町川・阿波製紙水際公園

### 編集後記

現在の私の専らの興味は手話。手話って一つの表現でも何通りもあるんです。例えば、「演奏する」でも、ハーブを奏でる動作だったり、楽器を吹いている動作だったり。相手が理解してくれたら大丈夫。創作も可能！更に歴史もあって「その手話古い。今は誰も使わないよ」って言われたり…。テキスト通りではないから逆に面白い。ある人に「手話を習いたい」って相談したら、「当事者の人と会話するのが一番の上達」って言ってくれたのが、ホント納得。柔軟性もあってどんどん進化し続ける手話、楽しすぎる！（福良佐知代）

## CLEANUP アドプト・プログラム吉野川



参加団体  
募集中!!  
HPはこちらから↓

吉野川交流推進会議 徳島県庁 未来創生政策課内  
TEL:088-621-2743 FAX:088-621-2758

## 2024年度生(2024年4月1日学習開始)願書受付中!

### 社会福祉学科 通信課程

一般養成課程(1年6ヶ月コース) 短期養成課程(9ヶ月コース)

教育訓練給付制度対象講座

詳しくは  
QRコードから  
HPをごらん  
ください。



好きを極めてプロになる

### 精神保健福祉学科 通信課程

一般養成課程(1年7ヶ月コース) 短期養成課程(9ヶ月コース)

徳島県立大学  
徳島吹パティシエ福祉カレッジ

〒760-0021 香川県高松市西の丸町14-10

TEL.087-873-2455

## 一生、いい歯と付き合うために。

「成人歯科健診を推進しています」

一般社団法人

徳島県歯科医師会

会長 松本 侯

徳島市北田宮 1-8-65 電話 088-631-3977

ホームページ

