



新潟県山野草を
たずねる会機関紙
第7号

会員数63名(12/1現)
事務局
長岡市下条町1406-6
印 刷
(有)佐藤印刷所
TEL 32-0681

もりとひとを守るキノコ

新潟県山野草をたずねる会々長

小日向 孝

☆森の共存者キノコ

菌類のなかで葉緑体をもたない大型の子実体をつくるものを一般にキノコ又は高等菌と呼んでいます。その本体は微細な菌糸からなり、菌糸は葉緑体をもたないため、自分で栄養を生産することができずもっぱら寄生生活が腐生生活を営み、やがて繁殖に必要な胞子(種子)をつくるために子実体と呼ばれるキノコを生成します。したがって菌糸は一般的な植物でいえば葉、茎、花に相当しキノコ(子実体)は花であり、果実に該当します。

キノコは胞子のつくり方で担子菌類と子のう菌類の二つの分類群に、大別されます。キノコ狩の対象となる食タケの大部分は担子菌類に属します。この仲間はマツタケ目、ヒダナシ目、腹菌目、キクラゲ目の四目に分類されますが紙面上詳細は省かせていただきます。

キノコは分類学上、真菌植物として分類されますが、生態学ではその生物の機能に従つて生産者、消費者、分解者に分けています。キノコは生態系の中では図で示すように他の微生物とともに分解・還元の働きをしています。森林の中に一足ふみ込むと様々な生物が命をかけて生の営みをしている様子が観察できます。特に地表を含む深さ30cm位の表層上では土壤生態系をつくっています。キノコは落枝・落葉・枯株あるいは動物の死がい、排泄物に寄生、腐生して分解のはたらきをし生態系における物質循環役として重要なはたらきをしている森の共存者であるのです。

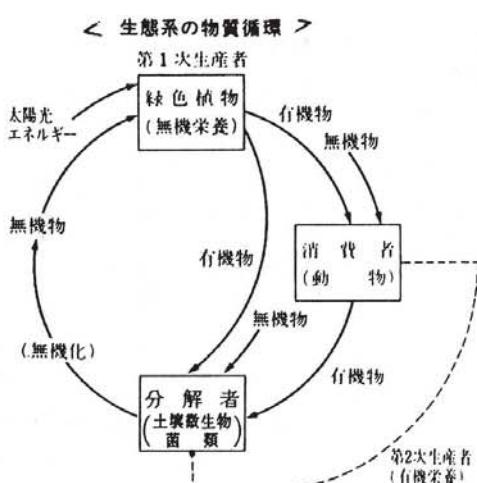
最近、酸性雨・農薬・乱開発等により、生態系システムのバランスがくず

れかけいろいろな生物の生存環境に悪影響をおよぼしているといいます。今後私たち一人一人が人間がいて自然があるのではなく、自然があつて人が生存できるのだという生態系の一員であることを認識した行動と実践に取り組みたいものです。

☆キノコの成分と栄養価

キノコは無栄養と考えられていたが、第三の調味料として脚光をあびたグアテル酸がじつはシイタケの味であります。キノコ特有のうま味の本体は、キノコだけに含まれる各種アミノ酸によるものと言われています。また、ハエトリシメジやテングタケから化学調味料の数十倍も強い「うま味成分」のトリコロミン酸・イボテン酸が次々と発見され、キノコの食品的価値が見直されてきました。キノコの多くが肉にはど近い疎タンパク質のかたまりであつてキノコの世界に見られるバクサレ現象からもおよそ理解できます。

シイタケ特有の香気の本体はレンチオニンですが、シイタケに多く含まれるエルゴステリンは、骨の栄養素ビタミンD₂の母体として、クル病や骨軟化症の予防・妊産婦の保健食として欠かすことのできない必需品であることはよく知られています。また、キノコは高血圧・動脈硬化のもとにコレス



キノコには多糖体(ポリサッカロイド)の薬理効果が高いといいます。また世界的に問題化してきたエイズ菌に対する効果が期待されており、将来キノコの果たす役割は予想以上に大きいこととなることあります。また世界的に問題化してきたエイズ菌に対する効果が期待されており、将来キノコの果たす役割は予想以上に大きくなることを期待します。

このようにキノコには他の食品には含まれていない栄養分が含まれており、私たちを守る大切な食品もあります。

長岡周辺でみられる主なキノコ

〈食タケ〉

1 ウズチチタケ	23 シロアンズタケ	44 センボンシメジ	67 ヤマイグチ
2 キチチタケ	24 シミゾメシメジ	45 サクラタケ	68 ヤマドリタケ
3 ハエトリシメジ	25 ハタケシメジ	46 クリタケ (シモタケ)	69 コウジタケ
4 アブラシメジ	26 ウラベニホテイシメジ	47 スギタケ	70 イロカワリ
5 サクラシメジ	26 ベニタケ	48 クリフウセンタケ	71 ヌメリイグチ
6 コガネフウセンタケ	27 ツブラタケ	49 コガネフウセンタケ	72 オニイグチ
7 ホウキタケ (ネズミタケ)	28 スギヒラタケ	50 アワタケ	73 ニンギヨウタケ
8 コガネホウキタケ	29 キクラゲ	52 スッポンタケ	74 マイタケ
9 キソウメンタケ	30 ハナビラニカワタケ	53 シロハイイロシメジ	75 ブナハリタケ
10 ミネシメジ	31 サマツモドキ	54 ナメコ	76 カレエダタケ
11 コガネタケ	32 ムラサキフウセンタケ	55 シイタケ	77 ナギナタタケ
12 カバイロツルタケ	33 ムキタケ	56 オシロイタケ	78 アミタケ
13 シロハツ	34 ナギタケ	57 ムラサキシメジ	79 マツタケ
14 ナラタケ	35 エセオリミキ	58 アミヒラタケ	80 カワリハツ
15 ナラタケモドキ	36 ベニナギナタタケ	59 アシグロ	81 オオツガタケ
16 カワラタケ (葉)	37 ツエタケ	60 エノキタケ	82 オチバタケ
17 スギエダタケ	38 シロナメツムタケ	61 ヌメリスギタケ	83 アカヤマタケ
18 ベニヤマタテケ	39 チャナメツムタケ	62 ムジナタケ	84 ヌメリササタケ
19 キツネタケケ	40 センボンイチメガサ	63 ササクレヒトヨタケ	85 アキヤマタケ
20 コウタケ (シシタケ)	41 ヤマブシタケ	64 チチタケ	86 アカアザタケ
21 カノシタ	42 カンタケ (ヒラタケ)	65 ニカワハリタケ	87 バカマツタケ
22 フウセンタケ	43 ダイゴクシメジ	66 ツチカブリ	88 イロガワリ

’92・夏の合宿研修 — 出湯・五頭方面



夏合宿研修は7/25~7/26にかけて行なわれた。参加者は17名とやや少なかつたが、天候に恵まれ有意義に研修が行われた。主なコースは、新潟市内野海岸の海岸植生の観察、北蒲豊浦町天王・市島邸植物園、水原瓢湖のオニバス観察、出湯温泉周辺植生(五頭植物園)観察、五頭山の植物観察であった。特徴ある植生として、ソヨゴ・マルバフユイチゴ等で海拔三〇〇M内外まで常緑樹が生育している。また山頂近くにはユキグニツバツツジが多く見られた。

○○M内外まで常緑樹が生育している。また山頂近くにはユキグニツバツツジが多く見られた。

五頭山野草の会に参加して

相田 晴三郎

七月二十五日 快晴 四時起床 八時マイクロバスで長岡出発、内野浜で海岸植生、市島邸、植物園は初めてのところであり大変勉強になりました。夜は五頭山荘に一泊、翌朝は六時に起き、七時半出発、初めは体調も良くおくれずについて行きましたが、だんだん怪しくなり遂に鳥帽子岩の少し手前で残念ながらタイヤ、同行の人達とバスで薬草園を見学して、一旦山荘にもどり、みんなと一緒にになって帰岡しました。天候に恵まれ本当に楽しい二日間を過ごすことができました。ありがとうございました。

十一月三日 晴 小日向先生のお誘いがあり、家内ともども津南、秋山郷へきのこ採りに行つきました。ところどころ雪もあり、さながら古代錦を見るように紅葉も美しく、快適な秋の一日を満喫してまいりました。先生の御指導でのこ採りのコツも少しわかつたような気がします。

わかつたような気がします。収穫はムキタケ、クリタケ、チャナメツムタケなどなど、早速この汁にして腹一杯おいしくいただきました。

!!育て・ふるさとの樹!!

長岡地域はその昔、河川周辺はタチヤナギ、平地はウラジロガシ・ケヤキ、低丘陵地はウラジロガシ・アカガシが生育し地域の人々の命を支えてきました。植生学的には潜在自然植生として考察されています。これらの潜在自然植生種群の森こそがふるさとの森であり、人々の健康と命を支える森なのです。今後、潜在自然植生種の育成についていきたいと思います。

十月十一日(日)秋の野に学ぶ会と併せて市内下条神社境内にウラジロガシ・アカガシの苗木の植栽を行いました。



ウラジロガシ・アカガシの植栽

東の間の キノコ採り

小幡和雄

多忙な毎日を過ごしているとむしょに山の中をただのんびり歩いてみたいと思うようになる。今年もほとんど行事に参加することができなかつた。誠に残念だつた。

でも先日、ほんの二時間かけて宮本方面に一人でキノコ採りに出かけた。

正味一時間くらいしかいないのです

次週も又同じ場所にいったがもう何もなかつた。キノコは本当に時期がまた来年も行くぞ。

でも何となくクリタケでなかつたら家族みんなに迷惑をかけるので小日向先生の自宅を訪ねて鑑定していただき。やつぱりクリタケだった。その日の夕飯のお汁の実になつたのは当然である。

必死にむしりとつて籠の中に入れた。もつとないかなとあたりを見回したがもうなかつた。籠いっぱいになつたので引き上げることとした。

でも何となくクリタケでなかつたら家族みんなに迷惑をかけるので小日向先生の自宅を訪ねて鑑定していただき。やつぱりクリタケだった。その日の夕飯のお汁の実になつたのは当然である。

— 平成4年度活動報告 —

★テーマ 植物の生きざまに学ぶ

1. 「早春の山野草を訪ねる会並びに総会

- 期日 3月29日(日)
- 方面 柏崎・西山
- 参加者 20名

2. 春の野を歩き山菜を食べる会

- ① •期日 4月29日(水)
- 方面 小国・川西
- 参加者 20名
- ② •期日 5月10日(日)
- 方面 松之山
- 参加者 10名

3. 夏の合宿研修会

- 時期 7月25日(土)~7月26日(日)
- 方面 出湯温泉・五頭山
- 参加者 17名

4. 秋の野に学ぶ会

- ① •期日 10月11日(日)
- 方面 須原・入広瀬
- 参加者 19名

- ② •期日 11月1日(日) 雨のため中止

5. みどりを育てる会

- 期日 10月11日(日)
- 場所 長岡市下条町・下条神社
- 植樹種 ウラジロガシ、アカガシ 各一本
- 参加者 19名

6. 山野草を語り活動を反省する会

- 期日 12月5日(土)
- 場所 長岡市内 十字路
- 内容 •スライド映写、•総会(活動反省、会計中間報告) •懇親・忘年会

7. 機関紙の発行 第7号

- 時期 12月5日(土)
- 内容 活動のあしあと・感想など



活動への願い

郡司誠子

世の中は急激に変わりつつある。週休二日という社会の影響で、学校も二学期から第二土曜日が休みになった。ゆとりを持とうという趣旨はすばらしいが、仕事量が減らないのだから、かえつてしまわせがくる。特に三年の担任ともなると希望校合格の望みをかなえさせようとして、生徒を受験勉強へと追いこむことになる。生徒は緊張した生活からか、頭痛腹痛を訴えることが多くなってきており、理想と現実のギャップはどんどん大きくなっていく。そんな毎日だからこそ、わずかな休日には植物に触れるところとする。自然の厳しい雨や風を上手に受けとめ、それを必要に応じて取り入れていく驚異的な生命力。しかも美しい形や色を保ち、見る人の心を和ませる。今年は山野草の会への参加も、なかなかできなくなってしまった。この会の新しい試みとして、わずかではあるが木を植える活動が取り入れられたことは、うれしい限りである。私達は知らず知らずのうちに自然を破壊している。私達がやらなければならることは、限りない恩恵を与えてくれる植物を守り育していくことも知れない。山野草の会もそんな方向に進んでいけたらと願っている。そして子供達にも、じっくりと植物に触れ合う時間と心のゆとりを与えていきたい。

雑感

野崎弘子

山歩き好きなことと、木・花・草と大自然の素晴らしさに憧れて山野草をたずねる会に仲間入りさせていただき今年で三年を迎えました。

会長の小日向先生はじめ、会員の皆様とてもよい方ばかり、何もわからなくてとても親切に教えて下さったり話を聞かせて下さったりでとても嬉しく思います。

植物の名前は一度に沢山覚えられるので一會ごとにひとつでよいから覚えるよう心掛けております。

いつもわかりやすい資料を作成され、ときには標本まで用意され本当に有難く思っております。

毎会毎の昼食には小日向先生御夫妻が美味しいお汁の具を食べられるように刻んでいつも用意されるとはとても大変なことと思います。本当にいつも感謝しながら戴いております。

少しでも先生にご負担をおかけしないようにしたいと考える一員です。

会員の皆様、今後共よろしくお願い申し上げます。

思いつくまゝに

吉田千恵子



早春の野山に可憐に咲き乱れるスマソウ、キクザキイチリン、カタクリの花ばなを眺めるのも毎年の事ながら、ちょっと長い冬将軍の逗留から解放された後の事となれば、余り野山を駆巡事が得手ではない私にとつても、何話も聞かせて下さったりでとても嬉しく思います。

植物の名前は一度に沢山覚えられるので一會ごとにひとつでよいから覚えるよう心掛けております。

いつもわかりやすい資料を作成され、ときには標本まで用意され本当に有難く思っております。

毎会毎の昼食には小日向先生御夫妻が美味しいお汁の具を食べられるように刻んでいつも用意されるとはとても大変なことと思います。本当にいつも感謝しながら戴いております。

少しでも先生にご負担をおかけしないようにしたいと考える一員です。

会員の皆様、今後共よろしくお願い申し上げます。

今秋は山野草の会(11/1)が天候不順の為お流れになつたのは残念でしたが、バス・ツアード立山へ行く機会に恵れグループで参加、室堂までバスで直行、小春日和の中、地獄谷から雷鳥沢ヒュッテ、みくりが池等、ターミナル周辺を巡つて疲れ気味の身にとつて、這い松の緑とミヤママメノキの赤と白い岩石のコントラストの素晴らしさが一服の清涼剤になつたようです。少々遠い道程ではあるが黒部方面へ出掛けのものグッドアイデア?だと思つたけれど経済的に無理の様ですね。

朝もやに

湖中の不^トの
静けさや

(91 黒川砂防ダムにて)

朝もやに

湖中の不^トの
静けさや

(91 黒川砂防ダムにて)

編集後記

「かしのみ7号」が原稿をお寄せ下さった方々のお蔭で、ようやくできあがりました。本当にありがとうございました。

真にみどりとの共生をするためには、私たちはどうすればよいかどうか。植物社会にひいのでしようか。植物社会にひいものです。(吉田・小幡)