

## 初めに

昨年の6月で満82歳になった。すっかり歳をとってしまった。70歳代に行ったことをふりかえり、けじめをつけておきたいと考えている。

多分これからの数年間は人生の最後の時期となろう。悔いのないように生きたい。

## 野川とのつきあい

所属する野川流域連絡会では、平成18年10月から、委員が分担して3ヶ月に一度の頻度で、野川の流量を測定している。私もそれに加わり、三鷹地区の3ヶ所（富士見大橋、飛橋、大沢橋）で測定をしている。これとは別に、平成21年1月より毎月一人で、野川の流量と野川に注ぐ湧水量の測定をしている。予備調査の1年間を含め、今年で8年目です。冬季は寒いが、なんとか続けている。野川の流量は、季節的な変動と共に、年ごとにも変動していることを、具体的に知ることが出来ました。でも、残念ながら、このデータを個人的な興味にとどめないで、どういう風に活かして行くのかは、まだこれからの課題です。

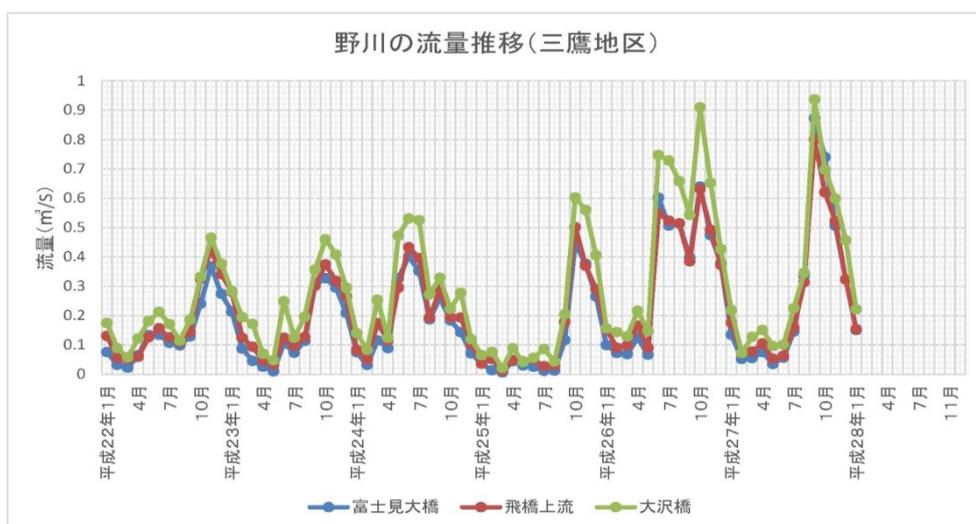


図1 野川の流量推移（三鷹地区）

## 野川の外来植物の駆除活動

平成18年、野川を歩き始めたころ、特に夏になると草丈が4mほどにもなるオオブタクサや、つる性植物のアレチウリが一面に繁茂している姿を見かけ、なんとかしなくてはならないと思った。



図2 繁茂するオオブタクサの前で 平成24年8月17日撮影

平成20年8月に、やっと小さなグループ「みたか野川の会」を立ち上げ、野川からアレチウリやオオブタクサなどの侵略的外来植物の駆除を目指して活動を行ってきた。駆除の範囲は、三鷹市の富士見大橋と御塔坂橋間約2 kmです。毎年7月から9月には、早朝に1時間半ほど除草を行った。除草の頻度は、はじめは多く、だんだんと少なくなったが、平均年8回程度だった。グループでの除草の他に、私一人だけでも、平均して年20回ほどは除草をした。その結果、オオブタクサとアレチウリの密度は大幅に減少し、ほとんど目立たなくなってきた。

野川の外来植物（オオブタクサ）の昔と今

(相曾浦橋下流)



図3 一面オオブタクサ  
平成19年9月7日撮影



図4 オオブタクサはなくなった  
平成26年8月9日撮影

活動の結果の一部を、「野川の植物目録」(<http://ada.c.ooco.jp/syokubutsuH15-4-16.pdf>) にまとめた。



図5 野川の植物目録表紙

みたか野川の会は、会員7名ほどの小さなグループだが、初期の目的を達成して。平成27年3月末で解散した。

#### 緑のボランティア

平成19年から、野川公園緑の愛護ボランティアの会に登録して、野鳥グループの一員としてバードサンクチャリなどの環境保全活動に参加してきた。このボランティアも昨年の平成27年3月末でやめた。

また、平成23年2月から、私が部会長をしているNPO法人・花と緑のまち三鷹創造協会緑のボランティア部会の活動として、国立天文台構内の七中前竹林の管理活動を始めた。多すぎる竹を伐採して、適正な密度にすることで、明るい竹林となるように管理する活動です。活動は月に1回程度の頻度で実施している。4年間の平均の参加者は約20名弱あり、安全で楽しい活動をモットーに実施している。活動とともに竹林も少しずつ明るくなった。平成27年3月末で、4年間勤めた部会長を交代した。今後は、体もあまり動かなくなったことでもあり、気が向いた時だけ参加するつもりです。



図6 ボランティアたち 平成25年2月2日撮影

### 井の頭公園池の再生

都立井の頭恩賜公園は、2年後に開園百周年を迎える。昭和30年頃までは、池の水は透明で、水辺には水草が生えていた。それも都市化の影響で、湧水が減少し、池は透明性を失い、池の生きものは変わった。この池を再生しようと昨年1月に第1回のかいぼりが行われた。第1回のかいぼりが実施されるに至った経緯をみると、井の頭かんさつ会他の餌やり禁止活動（平成19年から）と外来魚駆除活動（平成19年から）が、見えるような効果を上げて、行政を動かすきっかけを作ったと感じている。活動の初期の平成19年から平成20年までの間は、私も井の頭かんさつ会に協力して、活動に参加していた。よくここまできたものだと、その頃のことが懐かしく思い出される。

第1回のかいぼりの結果、池の水の透明度が増し、昔の水草の埋土種子が目覚め、外来種の魚の駆除により、在来種のもツゴの稚魚が増え、一時的にはカイツブリが帰ってきて、繁殖が始まった。生態系の回復の気配がみえた。

でも、自然は複雑で、リバウンドがあり、第1回目のかいぼりで取り切れなかった外来種ブルーギルがまた増え、アメリカザリガニは、土の中に入るのだから、かいぼりでは駆除ができなく、せっかく再生した水草を食べることがはっきりした。その上、かいぼり後に新たに放流された外来種が現れたりして、一度だけのかいぼりでは不十分で、今後も継続的にかいぼりが必要となることがあきらかになった。平成27年の秋から平成28年の春にかけて、第2回目のかいぼりが行われている。

### 日本らしい自然の再生の試み

きっかけは平成23年、野川の外来植物駆除の環境講座で講師をしていただいた根本正之先生（東京大学大学院農学生命科学研究科附属生態調和機構の特任研究員）から、4年前の秋に、多摩川自生のカワラナデシコの苗（まだ芽生えたばかりの双葉の苗）をいただき、自宅の庭で育てたら、秋にきれいな花が沢山咲いた。



図7 カワラナデシコ 平成24年8月16日撮影

その種を採取して、ポットに蒔いて、また苗を作り、地域の公園などに提供することをはじめた。

1年遅れの平成24年、野川に自生するフジバカマの種を採取して、自宅でポットに蒔いて、フジバカマの苗を育てて、同様に、近くの公園などに提供することをはじめた。平成26年春には、元勤めていた国分寺の日立製作所中央研究所の庭園にもフジバカマ45株を植えさせていただいた。秋には花が咲いた。野川には、秋になり、フジバカマの花が咲くとアサギマダラが毎年のように来るようになった。



図8 野川のフジバカマの花にアサギマダラ 平成24年10月2日撮影



図9 日立中央研究所庭園のフジバカマ 平成27年6月2日撮影

根本正之先生は、著書「日本らしい自然と多様性」のなかで、『はじめには鮮やかに咲き乱れる園芸種は人目をひいて美しい。でも、目立たない雑草やそれらがつくる風景にも、古来日本人が愛でてきた美しさがあります。その美しさを再発見してほしい、身近に触れられる場所が増えてほしいと切実に願っています。』と書かれている。この著者の思いは、私も共感するところがあり、根本先生が田無の旧東大農場で進めておられる「武蔵野の半自然草地の復元試験」に協力をすることにした。

復元試験の概要は、根本先生によると『本州（武蔵野を含む）の中性土壌地帯では、隔年か年に1回の草刈りでは、ススキが優占種となり、年2～3回の草刈りでは、チガヤが優占種となり、毎月草刈りをする、ノシバが優占種となることが経験的に知られています。そこで本試験では刈り取り回数を変えることで優占種を変え、例えばススキ優占ならヤマハギ、チガヤ優占ならカワラナデシコ、ワレモコウ、ツリガネニンジン、ノシバ優占ならネジバナ、スズメノカタビラなどの在来の随伴種と上記のイネ科優占種との関係（共存的、競争的 etc.）がどうなっているのか解析する。植物多様性の中身をよく知ったうえで植生復元を試みなければ、素人や造園家好みの野草の寄せ植え花壇（人工植生）になってしま

う。それでは「日本らしい自然」の再生ではありません。』

この試験には、除草の他に、植えて行く苗を育てる作業があります。研究者だけではなく、ボランティアの協力が必要な作業が沢山あります。

根本先生は、五年後の東京オリンピック・パラリンピックの年に向けて、いろいろなところで、「日本らしい自然」を模倣した草地（ガーデン）を作り、外国人のみならず子供を含む多くの日本人に「日本らしい自然」の素晴らしさを知ってもらいたい。その際に、この東大農場での試験が『見本』になるといいと思っておられます。私もできる範囲で、ご協力をするつもりです。

### SNSの世界を覗く

平成17年5月に、自分のHP「シニア物語」(<http://ada.c.ooco.jp>)を立ち上げ、日記の掲載を始めた。きっかけは、三鷹市が行う「ホームページ作成ボランティア養成講座」を受講し、HPの作成の方法を教わったことです。ソフトウェア・ホームページビルダーを使って作成しています。

その後平成18年から、Mixyに、平成20年から三鷹市のポキネットにも日記を掲載、平成24年からは、Facebookにも掲載している。(<https://www.facebook.com/adachi364>)内容は、シニアの日常の平凡な生活ですが、出来るだけ写真を入れて見やすいようにと努めている。以上の内容はほぼ同じものですが、それぞれにいいところがあり、見ていただける方が違うので、やめる訳にはいきません。

Mixyに日記を製本するサービスがあり、一昨年暮れに、7年間の日記の製本をお願いした。

### 医者がよい

平成26年秋の人間ドックで腎臓の機能が長年の間に少しずつ低下して、黄色の信号がでていることを、クレアチニン値から知った。専門医に見てもらい、その指示で、これ以上悪くならないように、栄養管理の指導を受けている。合わせて、以前からの糖尿病、高脂血症、高血圧の治療も行っている。現在は2ヶ月に1回、腎臓内科の定期診察を受けている。疲れやすく、食べるものに制限があるのは困るが、歳だから、あきらめています。

### これからは

平成27年2月中旬から3月中旬の1ヶ月間に、姉と義姉の身近な二人を失いました。寒さは本当に怖い。私も80歳代になり、これからの人生の最後の時期を、なるべく介護等で人の世話にはならないように、必要な体力の維持に努め、自立した生活ができるようにしていきたいと思っている。身の整理や残された家族・親族に迷惑を掛けないようにもしたいと願っている。