

○ぶらりウォーキング

移り行く季節を楽しみながら、免疫力アップ・ストレス発散・体づくり・仲間づくりをしませんか？

1. 日時：2026. 2. 5 (木) 10:00~12:00 天気 晴れ
2. リーダー：M、N ききみみメンバー：5名
3. 参加者数：大人 4名 対象者：2~3km歩ける方
4. ねらい：自然を楽しみながら自分の心と体の健康づくり・仲間づくりをしよう。
5. 活動場所：センター~芝生広場~蝶の庭周辺~貯水池沿い~ホテル池~センター
6. 活動内容：季節の見どころを紹介しながら森林浴や森歩きで心身ともにリフレッシュしよう。

時間・場所	内 容
10:00 センター	<ul style="list-style-type: none"> ・あいさつ 自己紹介 (ききみみずきんメンバー・参加者) ・内容を伝える。(今日のコース・体調確認・危険生物紹介・準備体操) ・森の恩恵・森林の多面的機能。(木材から木の糸や布を作り防災グッズ品として作成) <p>【紹介したもの】</p> <p>「マンリョウ」葉縁に含まれる窒素固定菌について共生関係を知る。一両~億両の紹介 「クスノキ」兵庫県の県木。葉を揉み匂いを嗅ぐ(樟腦の匂い) 県花と姫路市木を紹介 「ネジキ」冬芽は三大美芽の一つ、樹皮はねじれ壺状の花は下向き、果実は上向きにつく。 「アカマツ」「クロマツ」の特徴を見る(門かぶりの松、見越しの松 天橋立のクロマツ) 「ケヤキ」ホウキ型の樹形、落葉から葉縁の特徴を見る。神社仏閣の建築材として利用。 「コナラ」昆虫好きな高校生が「コナラの葉の基部形状がオトシブミの揺籃作成行動に与える影響」で第69回日本学生科学省中央審査で入選3等に選ばれた事を紹介 (2026/1/14読売新聞)</p> <p>「キリ」500円硬貨の表にはキリの花が、裏には竹の葉と橘の小枝がデザイン化されている。「モッコク」庭木の王 「エノキ」昔、街道の一里ごとに土を盛りこの木を植えた。大木で枝が横に広がり、旅人に緑影を提供。東海道の海岸沿いの潮風にも強くて枯れない。</p>
10:45 観察小屋	<ul style="list-style-type: none"> ・部首が(きへん)の樹木「椿 榎 楸 柊」の中で、「楸」の読み方を考える(ひさぎ)、 ・森にある数種類のドングリを一覧にした標本で、大きさ等の違いを観察した。 ・「バイオマス発電」「脱酸素・資源循環型社会」の取り組みについて。 <p>SAF(持続可能な航空燃料)のメリットは従来の温室効果ガスを大幅に削減できると期待でき、デメリットは廃食油の収集運搬など燃料の調達にコストがかかる事。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・落下したドングリが 地中に根を張り、子葉の間から芽を出すことを観察した。 ・シャシャンボ ツツジ科の中では一番美味といわれる。まだ黒い実が残っていた。 ・オオバヤシャブシ 冬芽 花粉症 名前の由来について <p>【野鳥】ヒヨドリ、カラス 【水鳥】カンムリカイツブリ マガモ 【木本】クサギ ナワシログミ</p>
12:00	アンケート依頼 解散