

植物エッセイ

大平 仁一*

山菜採りで見つけたヒカリゴケ (光苔)

万仏山の岩山の穴に観音様が一体あり、その所にヒカリゴケ (光苔) があった。岩上 15 m で誰も知らなかった。岩の上にも苔がついていた。

なぜここへ行ったかという、山菜が目当てである。ミヤマイラクサ (*Laportea macrostachya*) である。これは痛いので手袋をつけて採集した。漬け物として食べるのである。葉は天ぷらやみそ汁にして食べると美味で忘れられない。

歩く道筋の草むらに千手観音 (写真 1) が道案内してくれる。手を合わせるといつしか私の心に力がわいてくる。



写真 1 万仏の千手観音

山裾の青い実 サワフタギ

サワフタギ (*Symplocos chinensis*) の白い花に出会ったのは、春の山菜採りの時だった。

友人と 5 人で坂道を登っていると、車いすの私に白い花がかすった。サワフタギの花だった。少し冷たく痛かったが、花火のようなすばらしい花で、私には癒しになった。少し歩こうとする私に友人が気をくばって手をさしのべてくれた。友人に申し訳ない思いながら、このすばらしい自然に思いをよせていた。

また、キブシ (*Stachyurus praecox*) があちこちに咲いて黄色い花が下がり、時に緑の実もあった。ア

ブラチャン (*Parabenzoin praecox*) も実になりかけていた。こんな絶景を見て私は春がいいなあと思いがちであたりを楽しんだ。

そんなことは忘れて日がたち、また友人と山へ行った。山の清水は美味しかった。枯れ葉が川の中を流れていた。味もないが、なぜか美味しかった。今日はこの水を汲んで帰ろうとポットを出したとき、青い実の付いた木が近くににあった。よく見るとサワフタギだった。すごく美味しかった。少し水くみを忘れて見とれていた。だが水もいい。

ハンゲショウに会う

夏の頃、デイサービスの送り迎えの時に介護士の運転する車からドクダミのような葉を見つけた。葉は半分白く、あまりに変わった葉なので、車を止めてもらって近くへ行ってみて見た。変わったドクダミだと思ったが、だいぶ違う。帰って図鑑を見るとハンゲショウ (*Saururus chinensis*) と出ていた。よく見ると花芽がついていた。5~6 cm の細長いものだった。

あたりの山々は美しく晴れわたり、今日は日本晴れで気分がいい。こんな日は近道して大名街道を通っていくことにした。運転手の介護士はいつも笑顔で答えてくれたのでうれしかった。私は、この人はこころよく聞いてくれるので、花の名前をいろいろ教えてあげることになっていた。

山の中の小さな湖沼に生きるヒルムシロ

開田山脈には多くの湖沼があり、しかも皆ブナ林に囲まれている。

その一つに行ってみた。その湖沼には多くのヒルムシロ (*Potamogeton distinctus*) が生えている。近くにモリアオガエルが何匹もいて、踊るように卵塊を手足でかき回している。まわりはブナの木に囲まれていて、時にウリハダカエデが風にゆれていた。地面は苔むして足が気持ち良かった。時々水滴が足に落ち、冷たかった。

近くに赤い実の付いたツルアリドオシ (*Mitchella undulata*) があった。ジュウモンジシダ (*Polystichum tripterum*) があちこちに茂っている。イワカガ

* 大平仁一 〒389-2322 飯山市瑞穂 1166-9

ミ (*Schizocodon soldanelloides*) もあった。

この場所は私には天国に見えていた。ブナの木が曲がっていて歩きづらかった。木の株から小鳥が飛び出して私はおどろいた。だけど、青空が美しく、杖についている枯れ葉が気にならなかった。

松田行雄先生に教わった栄村のアブノメ

秋山郷へ行ってみようと母ちゃんと出かけた。今年(2011年)は栄村の地震でなかなか行けなかったが、アブノメ (*Dopatrium junceum*) に再度会うためだった。

アブノメは小さくかわいくて、松田行雄先生に教えてもらった植物で、栄村の田んぼの畦にあった。この地は地震であっちこっちの土手は流れ、壊れていて、気分がすっきりしなかった。

地震被害の大きかった青倉地区は昔山が崩れた場所だった。この近くの栄村にはユキツバキ (*Camellia japonica*) が多くあり、時に白いツバキに会うことがある。奥へ行くと私の好きなヤマユリ (山百合 *Lilium auratum*) があっちこっちに咲いていた。

松田先生に教わったことはすごい糧になっていた。ありがとう、すばらしい自然に行き着き、(自然を見る) 目の医者に出会った気分です。

民家の庭にケンボナシの大木

飯山市下水沢の民家の庭にケンボナシ (*Hovenia dulcis*) の木があり、落ちていた実は世にも奇妙なものでした。秋の落ち葉の上に、私は何かの虫かと思った。上を見ると変な形の実がたくさん実っていた。



写真2 環状集落で豆をたたく人

日がすぎ、環状集落(新潟県柏崎市 茅葺き屋根の民家が田んぼを丸く囲んでいる)へ友人と遊びに行った。近くの田んぼはもう稲刈りも終わっていた。部落の中にはケンボナシの木があった。ひとりの老人が私に甘い天然のお菓子を食べないかと持ってきてくれた。ケンボナシの実だった。老人は話をしながら干した豆をたたいていた(写真2)。この地の暖かい空気がこころよく伝わってきた。「おまえさん、どこから来た？」うれしい声だった。近くに落ちているケンボナシの実をもらい、「おばさん、また来るね・・・」と、この地を後にした。

飯山の樹木

飯山市神戸のイチョウ(銀杏 *Ginkgo biloba*) は県下一ではないかと思っています。どうしてか？それは、やはり大木の松本市野辺のイチョウは少しかはじめているのを見たからです。

また、飯山市の鳥出神社のケヤキ (*Zelkova serrata*) も以前は県下有数の大木でした。現在は10mから上は枯れてしまっていますが、残った木を地元の人には大切に保存しています。丸山利雄先生発行の本には元気なケヤキが載っています。私が病院にいるとき先生よりお手紙をいただき、うれしかったです。

飯山の山にある桜はヤマザクラ (*Prunus jamasakura*) ではありません。オクチョウジザクラ (*Prunus apetala* var. *pilosa*) が多いのです。時にオオヤマザクラ (*Prunus sargentii*) が少し見えています。オオヤマザクラは高山村の山のあっちこっちに沢山あることに気づいた。しかも大木が多かった。

また、孫が「長野市の稲田に大きなエノキ (*Celtis sinensis* var. *japonica*) があるの知ってる？」と言い、調べてきてくれた。この孫は、小学生の時から植物のことをよく知っていて、今は医大に進んでいる。

孫のようなチゴユリ

春の花を訪ねて雑木林へ出かけた。涼しい風に吹かれ草の匂いをかぎ、心温まる。そこには小さな花のチゴユリ (*Disporum smilacinum* 写真3) がたくさん咲き、生き生きとした顔を出していた。この雑木の中は陽のあたるすばらしい林であった。この木の葉の小さいことがチゴユリの生育に幸いているのだと思う。

こんな所にいる私は幸せだ。チゴユリと睨めっこ

する私は、今日のこの日が幸せと思う。



写真3 チゴユリ *Disporum smilacinum*

植林の中は私の秘密の園

区有林の植林地の中にはいると、涼しい空気が流れていた。石や切り株には所々苔が生えていて、少し寒さも感じたが私には癒しと思えた。遠くに見える里の方に鳥が飛んでいた。林の中は静けさに包まれていた。すぐ近くの小川の水は色が無く美しかった。

近くにヤマユリ（山百合 *Lilium auratum*）が一輪だけ咲いていた。この山にはたくさん咲いているはずだが、一輪だけでさみしく感じた。

水の出口にはサンショウウオが2～3匹いた。山の穴に入っていくのが見えた。

それにしても、この頃ヤマユリが少なくなり寂しが増す。もっとたくさん咲いていたはずだ。この山にもたくさん咲いていたはずだと思い、心が暗くなり、山を下りてきた。



写真4 ヤマユリ *Lilium auratum*

下へ行くと、オオナルコユリ (*Polygonatum macranthum*) が60cmもの高さに育っていた。帰りにすばらしい出来事に出会い、少しは心のゆとりが出ていた。けれど、ヤマユリの保存のことを考えると頭が痛くなる。

おいしいハリギリ若芽の苦み

春の楽しみに私はワクワクしていた。それは、ハリギリ (*Kalopanax pictus*) の新芽の天ぷらを食べる事であった。足の悪い私の所へ持ってきてくれた友人に感謝し、山の話は楽しかった。目の前にいつも美味しいと思うハリギリの天ぷらがあり、私の目をすぐく引きつけていた。ハリギリの香りと姿に心が動いていた。おいしかった。

よく友人と山へ行ったときの事を思い出していた。ハリギリの木を見つけると、横に出た枝の芽を取り、トゲに刺された。イヤな思いもたくさんあった。ある時、一本のハリギリの木に蛇の抜け殻が下



写真5 オキナグサ *Pulsatilla cernua*



写真6 サイハイラン *Cremastra appendiculata*

がっていた。トゲのある木にのぼった蛇の姿を思い、友人と笑った。

私がよく行った高社山には、だいたい 500 m × 500m の中に 1 本のハリギリがあり、割と少ないのを私は知っている。でも、うれしいのは所々にブナやナラが多くある事です。私はよく高社山の桜が咲くと山菜が採れると、山の姿で自然の様子が分かるようになった。

山に木がある事に、いろいろ論理するより、そのこと自体が私の心に安らぎを与えてくれている。ハリギリの味は忘れられない。

妻と歩いた山の湿原の思い出

山菜や山を楽しもうと、北信の山に妻と 2 人で行き、林の中を進んでいた。一本の大きなブナの木が私達を見下ろし話しかけてくるようだった。狭い道を奥へ行くと、足のそばにワラビ (*Pteridium aquilinum*) があったので、取りながら進んだ。

狭くなる道なき道を行くとミズバショウ (*Lysichiton camtschatcense*) が咲いていて、すごく大きかった。一本のブナが倒れて横たわっている。私と妻は下をくぐり進んだ。ここは沢になっていて、たくさんの草が生えている。少しヨシ (*Phragmites australis*) が生えていた。さらに 200 m ほど行くと開けた場所に出た。あたりが白一面になり、すぐワタスゲ (*Eriophorum vaginatum*) とわかった。写真におさめた。100 m 四方の広さがあった。青空に映えるひとときで、私の心を打った。

帰りは同じ藪を通り 2 人で草を分けて進んだ。少し行くとまた沢に出た。そこにはヨシが少しあった。よく見るとミズチドリ (*Platanthera holo-glottis*) の白い花が咲いていた。少し向こうにモリアオガエルの卵塊が木にぶら下がっていた。

城の山に咲く花

城の山という里山に私のうれしい場所がある。歩くとたくさんの花があり、知らない花は少し学習してみると知る事が出来た。

水の流れる沢に赤い花が見え隠れする。2 年前は名前が分からず自分が恥ずかしかった。それから一年たち、この花はフシグロセンノウ (*Lychnis miqueliana*) と知る。また 1 年後、山の中腹へ行っておもしろい花を見つけた。帰って本で調べるとオキナグサ (*Pulsatilla cernua* 写真 5) だと知る事に

なった。またある時山には白い花が咲き雑木や杉に絡まっていた。後で考えるとマタタビだった。その下の沢の川では沢蟹が少し動いていて、石を動かすともう一匹いた。

自然とは、すばらしい自分の心のオアシスだった。冷たい水の出る場所には山椒魚がいた。子供の頃から好きな林だった。時々熊が出るおっかない所なので、あまり誰も近寄らない。でも私は晴れた日に行く。

近くの神社にワニグチソウ (*Polygonatum involucreatum*) が芽を出しているかな~と思い、山道を歩く私だった。

サイハイランに魅せられて

山の奥社と里宮のあるうす暗い杉林の中で見つけた花がサイハイラン (*Cremastra appendiculata* 写真 6) でした。あまり目立たない下向きに咲く姿に、私は自分の姿を重ねていた。少し涙もろく、この林の空気の重さに心が痛んでいた。でも、野生の花たちは生き生きとして私にすばらしい感動を与えてくれた。

近くにノブキ (*Adenocaulon himalaicum*) が暗い顔をして下を向いている。少し歩くとエビネ (*Calanthe discolor*) の葉もあちこちに見え隠れしていた。この林の中はうす暗く花があまり目立たない。でも、私には美しく見えていた。

この林では、やはりサイハイランが一番きれいだった。

春の斑尾は楽しいフィールドだ

春の斑尾には、ヤマボウシ (*Benthamedia japonica*) が咲き、あたりにはオヤマボクチ (雄山火口 *Synurus pungens*) が青々と育ち、山桜の花が咲いていた。落の葉もこの山にうるおいを与えていて、私を喜ばせてくれた。斑尾とはすばらしい山であった。

日当たりの良い雑木林のひらけた所に出ると、オキナグサ (*Pulsatilla cernua*) に出会った。こんな所にといい、写真に写した。母ちゃんは落を取っていた。炒め物にするのだろう。この場所にはオヤマボクチがたくさん育っていて、私にはうれしい場所だった。楓の木もたくさんあり、その根元に一本だけオニクに似たものがあった。すごく多様な所であった。

ドクダミと渋柿

私が脳梗塞になってから、山や花の事など色々と考えて過ごすことが多くなった。いつしかドクダミ (*Houttuynia cordata*) のことを考えていた。

よくドクダミを取ってきては干し、東京の知人に送っていた。お茶として飲むように進めていた。その人も病気がちであった。血液をサラサラにするこの草は、植物を知る私にとって特典だった。私はいつもこの草があると少し取る。香りは少し変ですが、少したつと香りも香水に変わる。時に天ぷらにするとおいしく食べられる。

この所野沢公民館によばれて行くことがあった。その時、秋に木に残った柿をビンにつめて、その水を酢にして飲むと血液がサラサラになるという。しかも、渋柿がいい。実演してビンにタオルで漉して入れるときれいになるのだ。

秋の雪のある時、柿が木に少し残っている風景も私にはすごく美しく見えた。今年はカラスやスズメが来なかった。どうしてだろう。木には雪が大量についている。どうしてだろう。

この頃毎日納豆や果物を食べていると頭の血液の回りがいいのである。また、血糖値も 5.7 に下がり、やはり食物がいいのでは・・と思うようになってきた。病になって不思議と考えも変わってきた。この頃妻は私の食事に気をつけていて、私は頭の中でありがとうと礼を言っている。

花と梅雨と蛍の関係

暗い縁側にろうそくを立てて外を見る私は哀しくないのである。光を見ているのである。網戸に蛍がついていて明かりを私に向けていた。庭のツリフネソウ (*Impatiens textori*) やセリ (*Oenanthe javanica*) の葉に止まっている蛍がかわいかった。やさしいやわらかい光に我を忘れていた。まだ網戸に一匹の蛍がいる。やはり飛んでいる蛍が美しい。光のせいなのか、そのそばに花が見えかくれする。ニラ (*Allium tuberosum*) やヌスビトハギ (*Desmodium podocarpum*) が少し見える。時々小雨があたり葉の上にいる蛍は寒そうにしていた。近くの小川にライトを当てると川蜷 (カワニナ) がいるではないか。また、今は紫陽花 (アジサイ *Hydrangea macrophylla*) がたくさん咲き、夏が近づいている。

この川には芹がおおくはえていた。私達はいつも

この芹を取り、妻が夕飯にしてくれるのがうまかった。透き通った水、それはそれはきれいで、万仏山の清水でした。

ルイヨウボタンの群生地

山菜を採りに斑尾山に友人と行く。この山の新潟県との県境にウドブキ (山菜名) を取りに山へ入った。最初は蛇がいないか、少しへっぴり腰で登っていく。藪の中は冷たかった。上へ行くとウドブキが多くあり、取って袋に入れた。

その近くに黄色の花のルイヨウボタン (*Caulophyllum robustum*) が咲いていた。それも群生しているではないか。目を細めてみていると、黄色の花が私を手招きしている。この植物は私を呼び、あたりの木々とうれしそうに微笑んでいる。よく見ると、1 m ものびたワラビ (*Pteridium aquilinum*) があった。しかも、たくさんあり、やわらかく全部食べられる。少しはなれた所にヨブスマソウ (*Cacalia hastate*) もあった。あーあ、これはうまい！と思い取ってリュックにつめた。

この山道は砂利道だった。すばらしい緑に囲まれたこの山道は私にとって宝の山だ。林の中に落があり、しかも大きかった。葉の広さが 60cm もあり、落と思われなかった。この辺は標高 1000 m ぐらいで沢の水はすごい清流でおいしかった。また、好きなコシアブラ (*Acanthopanax sciadophylloides*) があちこちに生えていた。

葉は落ちててもやがて緑の芽が顔を出す

枯れ葉の厚く落ちているこの林は、僕のお気に入りものだ。少し進むとウリハダカエデ (*Acer rufinerve*) が多く見える。幹は緑色だ。近くの湖には魚釣りの人がいた。少し歩くとブナ (*Fagus crenata*) やナラの木やたくさんの雑木が私を向かえてくれた。

林をぬけると遠くに妙高山や火打山が目をついた。すこし進むと、そこにはブナの子供がたくさん芽を出して私に手招きしている。この場所は私の宝です。

なぜかこの湖には枯れ葉が一枚も浮いていなかった。静けさの中、湖の向こうに何か見えていた。それは岸辺の林か雲か……。母ちゃんは靴の音をたてず、鳥の声に耳を澄ましていた。