「天竜びと」に学ぶ 秋の天竜川の楽しみ方

天竜川流域は自然がいっぱい、そしておいしいものもたくさんあります。そんな秋の天竜川の楽しみ方を4人の「天竜びと」に伺いました。「天竜びと」が教えてくれるスポットに、さぁ、あなたも出かけてみませんか!?

天竜びとが語る「森遊び」

自然と一体になれる場所がここにあります

●いなネイチャーゲームの会　丸山宏一（まるやまこういち）さん（高遠町在住）

三峰川みらい会議のクリーン作戦チームの代表として、アレチウリ駆除などに取り組んでいます。9月にはメンバーが中心となり第1回三峰川まつりを開催。三峰川橋左岸付近が川遊びにおすすめだとか。

「聞いてみますか?」と、手渡された聴診器から聞こえてきたのは「ゴォーッ」という音。「水や養分が上がっていく音や、枝が風に揺れる音なんです。これが『木の鼓動』というネイチャーゲームです」と話すのは、ベレー帽がよく似合う丸山宏一さんです。

「名前は丸山だけど、川が好きなんですよ」（笑）と、川での遊び方を教えてくれました。「三峰川にはいろんな種類の石があるので、似た色の石を探し当てる『川の神経衰弱』が楽しめますよ」。ほかにも、雪の降ったあとに足跡をたどってその主を調べる「マントラッキング」、落ち葉に全身を埋めて目だけ出して森を見上げる「大地の窓」など、ネイチャーゲームはたくさんあるそうです。

「いつでも、どこでも、だれでも、五感を使って、自然を体験できるのがネイチャーゲーム。川には、楽しさ、怖さ、雄大さといったいろんな姿があります。それをぜひ体感してもらいたいですね」。

森のなかで見つけたものをバンダナの上に。これだけ集めるのにかかった時間は1分足らず。目の付けどころが違うのでしょうね。

「いま残されている自然を受け継いでいってもらいたい。そのためには自然に親しんで、知って、体感することが大切」。それが丸山さんから子供たちへのメッセージです。

木に聴診器を当てて、木の鼓動を聞いている丸山さん。木の大きさ、種類によっても音が違うそうです。「ドラえもんのポケット」と子供たちから呼ばれるポケットからはナイフ、ルーペ、絆創膏、笛などいろんなものが出てきます。

天竜びとが語る「紅葉スポット」

カヌーに揺られながら水面に映る紅葉はまた格別!

●NPO法人美和湖倶楽部　羽場好美（はばよしみ）さん（長谷村在住）

「NPO法人美和湖倶楽部」理事長、看護師、調理師の資格を持つ羽場好美さん。長谷村の自然を愛し、「ワイルド」を信条として、よりよい地域づくりを常に考えています。

美和湖（美和ダム）に映る紅葉が最高と語る羽場さん。水の流れはゆったりとして紅葉を楽しむには初心者にもうってつけです。

三峰川小瀬戸渓谷の紅葉。

南アルプスの山懐から湧き流れる三峰（みぶがわ）川は、私たちが暮らす長谷村の中心を下り、やがて天竜川と合流します。その三峰川沿いで私が大好きな景色は、美和湖の水面に映る山々の紅葉。朝、太陽の光が湖面をきらきら輝かせる景色はとてもきれいです。たとえて言えば逆さ富士のような感じでしょうか。ゆっくり湖畔で過ごすなら、カヌーに乗るのもおすすめです。美和湖は流れがないので、初心者でも大丈夫。水の上をゆったりと漂うような感覚で、自然を満喫できますよ。

ほかには、カラマツが黄金色に染まる秋の鹿蒼高原（かれいこうげん）や、源流近くの巫女淵（みこぶち）、林道バスで行く標高2030mの北沢峠も大好きな場所です。林道バスに揺られながら紅葉をめでるのもいいですよ。11月中旬まで楽しめます。美和湖でのカヌーのレンタルまたはレッスンは「NPO法人 美和湖倶楽部」（TEL0265-98-2899）へ問い合わせを。

戸台河原の紅葉。

カヌーに揺られながら、のんびり紅葉を楽しんでみて。

天竜びとが語る「秋の味覚」

子どもの頃から山が遊び場。今もおいしいものを探して山を歩いています

●旅舎「右馬允（うまのじょう）」主人　前島正介（まえじまさすけ）さん（大鹿村在住）

旅舎「右馬允」主人、前島正介さんは、結婚と同時にこの宿を始められたといいます。子供の頃から山遊び名人で、いつしか山の味覚の達人に。おいしい食べ物を教えてくれますよ。

子供の頃、学校帰りに探してよく食べたのが、ヌルデの実です。塩をふったように表面が白くなった実を食べてみると、見た目通りの塩味と梅干しのような酸っぱさ。いま考えても、なんとも不思議な実ですね。これがおやつがわりになっていました。また、おいしい山の幸を代表するのがアケビです。白い実がもちもちしていることから「モチアケビ」と呼ばれるミツバアケビが、子供たちに人気がありました。普通のアケビと比べると葉が三つ葉になっているので、その違いがわかります。甘い実を食べたら、皮は油炒めにして味噌や砂糖で味付けを。ほろ苦さが山の秋らしい味わいです。もちろん秋の味覚といえば、キノコ。なかでも地元でおなじみなのが、ダルマさんのような形が可愛らしい、ぬめりのあるトチシメジです。ご飯といっしょに炊いても、味噌汁に入れてもおいしいですよ。

ちょっと見た目はブドウの小粒の塊りのようですが、これがヌルデの実。前島さんの子供の頃のおやつにもなってたそうですが、実はしょっぱくてすっぱいんです!

（写真上）アケビも食べ頃を過ぎそうですが、探せばまだこういった紫色の皮で白い実の中に隠れるようにして種がプチプチ入っているものが見つけられます。白い実はそのまま食べて、皮は味噌と油と砂糖で炒めておかずになります。
（写真左）このかわいらしいのがトチシメジ。地元でおすすめのおいしいキノコです。

天竜びとが語る「野鳥観察」

水辺の鳥も山の鳥もたくさん見られるよ

●飯田市立龍峡中3年　中島拓人（なかじまたくと）くん（飯田市在住）

かわらんべこども研究員、信州野鳥の会会員として活動中。将来はかわらんべの講師になりたいのだとか。

「かわらんべ周辺がいいよ。山の鳥と水辺の鳥の両方が見られるんだ」とちょっと照れながらも自信満々に答えてくれた中島拓人くんは、かわらんべが開館した平成14年（当時小6）、野鳥観察講座に参加して「鳥」にはまったそうです。天竜川にいる鳥について尋ねると、指を折りながら教えてくれました。「オオジュリン、コジュリン、カワセミ、ツバメ、ホオジロ、オオヨシキリ……」。かわらんべ周辺だけでもこの3年間に、約150種類の野鳥が見られたそうです。

「オギ原にはキジがいたり、ビオトープにはカワセミ、池に行けばカモがいるよ。見つけやすいのはアオサギかな」と秋～冬のバードウオッチングについてアドバイスしてくれました。週末はほとんどかわらんべに来ているという拓人くん。鳥についての知りたいことがあったら「聞いてください!」――元気よく教えてくれますよ。

「こども研究員でセキレイについて調べるんです」。セキレイが最近、川ではあまり見られなくなった、その理由を調べたいとのことです。

拓人くんが撮影した写真。ダイサギ、コウノトリ、オオタカの飛び立つ瞬間……。躍動感のある写真ですね。

「派手な服装はやめたほうがいいですよ。それから、静かに観察しましょう」。野鳥への気配り、自然に対するマナーも忘れません。写真下は拓人くんのバードウオッチング七つ道具。野鳥ガイドブック、メモ帳・筆記用具・フィールドスコープ、カメラ、望遠レンズ、三脚、リュック。大人顔負けの立派な機材にびっくり。

天竜川の語りべ

川を見ないと寂しくなるね

●水位観測45年　下平長治（しもだいらちょうじ）さん（伊那市在住）

父がはじめた水位観測を引き継いだのが、昭和34年だったかな。今のように自動で観測できるようになるまでは、毎日、正六時（6時と18時）に、川に立てた目盛りも見ながら測っていたんだよ。

最初のころは、森林組合にあった電話を借りて報告していたから、家から川、川から森林組合へと行ったり来たりする毎日だった。警戒水位を超えて毎時観測になると、戻ったらまた行って、眠ることもできなかった。一番大変だったのは昭和36年の三六災（さぶろくさい）のとき。毎時観測が5日間続いて、近所の人にも手伝ってもらいながらやっとだった。

45年間続けられたのは家内のおかげ。「60%から70%は奥様の功績だ」と人に言われるぐらい家内が見に行ってたんだ。「飲んだら帰ってこない」って、夫婦げんかのタネだった（笑）。

退任してからは、釣りをしに川に行っているよ。川に行くのが癖みたいなもんだったから、ちょっと川を見ないと寂しくなるね。

伊那市の殿島橋下流が、下平さんの観測していた場所。現在はセンサーによる自動観測になっています。

数日間降水の少なかったこの日の水位は非常に低かった。「こういう日は観測不能と書くんだよ」。

内助の功の利子さんと。

天竜川の語りべが天竜川への思いを綴った「語りつぐ天竜川」。この冊子を読んでみたいという方は、天竜川上流河川事務所のホームページをご覧いただくか、編集部までお問い合わせください。

知ってナットク なるほど!天竜川

「水位標」は川の様子を知るバロメーター

堤防や橋の橋脚で右の写真のような“ものさし”みたいなものを見かけたことがありませんか?　これは「水位標」または、「量水標」と呼ばれる川の水位を測る標識です。「水位標」のほかに、センサーで水圧を測ったり、超音波を利用したりして水位を自動的に測る方法もあります。

防災においては、水位は雨が降った時に川の状況を知るための大切な情報です。このほかに水位は、川の工事の計画を作るための資料となったり、また川の魚や植物の生息を維持する水量を把握する目安となっている大切な情報なのです。

観測所で計測された水位は、インターネットや電話でお知らせしています。常日頃の水位をチェックしてみるのは、災害に対する備えにもなりますね。

橋脚に設置されている水位標。1目盛は2センチとなっています。

堤防護岸に沿って設置されている水位標。皆さん、見かけたことありますか?

水位情報

インターネット			
パソコン用	天竜川上流河川事務所ホームページ		http://www.cbr.mlit.go.jp/tenjyo/
	国土交通省	川の防災情報	http://www.river.go.jp/
携帯電話用	国土交通省	川の防災情報	http://i.river.go.jp/
電話	自動音声案内	0265-83-0812	

注）水位の数値は、河川管理上設定した0点高からの高さを示すものであり、川の深さ（水深）や標高を示すものではありません。