

# しじゅうがら



9月になると朝晩の暑さが少し和らぎ、外での活動がしやすくなり、夏に比べて森の中にはいる機会も増えてくる季節です。そんな時に気をつけなければいけないのがスズメバチ。9~10月は一番気をつけなければいけない時期です。なぜこの時期が

一番注意しなければいけないのか。理由は3つあります。1つ目は巣が最大になるため。女王バチが越冬から目を覚まし、それから作り始め、巣もこの時期になると最も大きくなり、働きバチの数もピークを迎えます。数が増える分、攻撃される可能性が高くなります。2つ目はエサ不足。秋になり、涼しくなってくると、幼虫のエサとなる昆虫が少なくなってくるので、攻撃性が高まります。3つ目は新女王バチの育成。9月下旬から11月にかけてオスバチが羽化し、その後、新女王バチが羽化します。新女王バチ育成と新女王のいる巣を守るためにより攻撃的になるのです。

さて、「スズメバチ」と言っても、色々なスズメバチがいることを知っていますか？小鳥の森には7種類ものスズメバチが生息しています。一般的によく見られるスズメバチの中で最も働きバチの数が多く、大きな巣を作るキイロスズメバチは実は小鳥の森では少なく、あまり見かけません。一方、木の洞などに巣を作り、ピーク時の働きバチの数も400頭程度とキイロスズメバチの半分以下ですが、よく見かけるのはモンスズメバチ。

働きバチの数こそ少ないですが、巣を作る場所が多いためか遭遇率は高めです。もちろんオオスズメバチもよく見かけます。

森へ出かける時には、周囲や足元に十分注意をしながら歩き、ハチが飛んでいないかや巣がないかに注意を払い、黒い服を着ない、甘いものや匂いのするものを持ち歩いたり、身に着けないなどの基本的なスズメバチ対策をした上で秋の散策を楽しんでください。

## <スズメバチの巣>

スズメバチは自分で削った木の皮とだ液を混ぜて作り、色々な樹皮を集めてくることにより、独特の貝殻状の模様ができるります。

写真の巣はコガタスズメバチの巣ですが、大きいものでは約20~30cmほどの大きさになります。



モンスズメバチ



## イベントあるよ

### ●バッタとあそぼう

未就学児さん対象のイベントです  
日時：9月13日(土) 10時半～11時半  
場所：小鳥の森ネイチャーセンター  
対象：幼児と保護者  
持ち物：長袖、長ズボン  
定員：5組

### ●外来種駆除

外来種について学ぼう  
日時：9月27日(土) 10時～12時  
場所：小鳥の森ネイチャーセンター  
対象：小学生以上  
持ち物：軍手、長靴  
定員：5組

※どちらも8/31(日)より電話にて受付いたします

# からもの 森の宝物探し

小鳥の森で宝物（自然の中の生き物）を見つけることができたらオリジナル缶バッジをプレゼントしています。その日に見つける宝物が何かをネイチャーセンターで確認して、写真を撮ってレンジャーに見せるとミッションクリア！

## 今月の生き物はコレ

### オンブバッタ (オンブバッタ科)

オンブバッタがおんぶしているのは、子どもではないと、皆さんは知っていましたか？実はおんぶしているのではなく、メスの体にオスがのって、他のオスからメスをガードしているのです。ではなぜそんなことをするのでしょうか。それは、自分の子孫を残すためです。昆虫は、人間と違ってメスは短期間に何度も結婚をして卵を産むことができます。でもそれだと、オスにとっては不都合が生じます。なぜなら初めに結婚したオスよりも、後に結婚したオスの子孫のほうが、残りやすくなるからです。だから、オンブバッタのオスは自分の子孫を残すために、頑張ってメスを確保しています。このような行動を「メイトガード」といいます。樹液で見られるクワガタムシも同じようにメスの上にオスがおいかぶさっている姿がよく見られますが、それをイメージすると分かりやすいでしょうか。

オンブバッタは卵を地中に産み付け、越冬して、翌年の初夏に孵化します。畑や草地にたくさんいますので、皆さんも、そういう場所に行ったら、探して観察してみてください。

**クイズ！**  
**9月号紙面には何匹のハチがいるかな？**

福島市小鳥の森（ネイチャーセンター）

『入場無料』休館日：毎週月曜日

（祝祭日の時はその翌日）

開館時間：午前8時30分～午後5時

## しじゅうぴーのつぶやき

秋の七草



ヤマハギ

9月といえば、お月見ですね。

皆さんのお家では、十五夜のお供えはしますか？その時に、ススキをイネの穂に見立て、お団子と一緒に飾ったりします。そのススキは「秋の七草」の一つです。他にも、ハギ、クズ、ナデシコ、オミナエシ、フジバカマがあります。残念ながら、小鳥の森にはフジバカマはありませんが。

ところで、秋の七草は春の七草と違って食べることはできません。代わりに花を楽しめます。奈良時代の歌人、山上憶良(やまのうえのおくら)が詠んだ歌がもとになっています。

「秋の野に 咲きたる花を 指折り(およびをり) かき数ふれば 七種(ななくさ)の花

萩の花 尾花葛花(おばなくずばな) 摺子の花(なでしこのはな) 女郎花(おみなえし) また藤袴(ふじばかま) 朝貌(あさがお)の花」

※尾花→ススキ 朝貌→キキョウ

皆さんもお家で飾って秋の七草を楽しんでください。

ススキ

フジバカマ

オミナエシ

キキョウ

カワラナデシコ

クズ

最新情報を配信中！



Instagram



QRコード



旧ツイッター



QRコード



ホームページ



QRコード

主催／起立性調節障害おやこの会

第40回

# 起立性調節障害を

## 3か月で笑顔にする おはなし会

in 福島

国際中医師・樫田美保先生による  
**「起立性調節障害の最新治療と中医学」**

元気だったお子さんが、ある日突然  
起きられない・頭痛・腹痛・倦怠感・気持ち悪い・学校へ行けない…

それは中高生の10人に一人が苦しんでいる「起立性調節障害」かもしれません。  
食事・生活・中医学のアプローチから、全国の700名を超える子ども達を改善克服  
へと導いた経験と実績をもとに、様々なヒントをおはなします。

きっと良くなる方法がある。一人で悩まないで。

全国の親子にその思いを伝えるため、札幌在住の美保先生が47都道府県を  
講演中。福島県は40か所目になります。ぜひお越しください!

開催日

令和7年

# 9月13日 土

時間

14:30~16:00 (開場14:10)

場所

「ラコパふくしま」会議室A・B



※住所:福島県福島市仲間町4-8  
JR「福島駅」より徒歩15分



参加費

ひと家族1,000円



お申し込みフォームはこちら  
または下記からお問い合わせください

Instagram  
od\_oyakonokai

メール

welcome@od-oyakonokai.jp

先着順で定員になり次第、受付終了です。ご了承ください。



Instagram



樫田 美保

@kashidatenkodo

毎朝8:00LIVE配信中  
(日曜日を除く)



起立性調節障害おやこの会

@od\_oyakonokai

全国各地でおはなし会開催中



OD\_OYAKONOKAI

登録販売者／国際中医師／医科学修士／国際中華薬膳師

カシダ天光堂 代表

樫田 美保 (かしだみほ)

～プロフィール～

北海道札幌市にて創業90年目の薬店  
「カシダ天光堂」の三代目。

長男の「起立性調節障害」がきっかけとなり  
治療方法や子どもの接し方の体験をもとに  
それぞれの子ども・親一人ひとりと共に考え  
少しでも早く笑顔を取り戻すことができるよう  
相談と治療を続ける毎日。二男一女の母。

2022年秋「起立性調節障害おやこの会」を設立し  
代表を務める。

後援：福島市教育委員会／福島民報社

# 選べる教育のカタチ FUKUSHIMAフェス

TOKI SHIMIZU TALK&LIVE

清水十輝さんとともに

子どもの個性を育む居場所を共に考える「FUKUSHIMAフェス」。  
ホームスクーリングという学びのカタチを経験されたシンガーソングライターの  
清水十輝さんをお招きし、トーク&ライブを行います。  
十輝さんのこれまでの生き方を通して、子どもたち一人ひとりに合った  
「選べる教育のカタチ」と一緒に考えてみませんか？

10/2025  
[土] 11

開場 12:00

ふくしん夢の音楽堂  
(福島市音楽堂)小ホール

大人 ¥2,000 中・高生 ¥1,000

一度も学校で教育を受けたことがない  
シンガーソングライター



学校に通わない家庭教育「ホームスクーリング」というオルタナティブな環境で育つ。  
15歳からオリジナル楽曲を制作。  
10代の頃の旅が歌作りの土台となっており、インドでの原爆展開催、47都道府県ヒッチハイクの旅・アメリカ横断の旅等での出会いにより多様性を表現する作品を多数リリース。

清水 十輝  
TOKI SHIMIZU



公式HP



## タイムスケジュール

- 12:00-12:40 出展団体ブースタイム ①
- 12:40-13:00 オープニング 各団体紹介
- 13:00-14:00 TOKI SHIMIZU LIVE 「CHOICE」
- 14:00-15:10 十輝さんをフカボリ トーク&シェアタイム
- 15:10-15:30 エンディング
- 15:30-16:20 出展団体ブースタイム ②

## 出展団体

- 子どもの居場所づくり あつまーる
- フリースクール ビーンズふくしま
- 学習塾&フリースクール 地頭塾
- フリースクール らくまるはうす
- モンテッソーリ親子教室 ニコマル
- 子育てサロン みんなのよりどころen. (Coffee ○ -en- )

お気軽に  
ご質問等を  
お寄せください！

福島市で子どもの居場所づくりをしている団体が一堂に集います。それぞれ個性豊かな取り組みを、団体ごとに各ブースにて紹介していますので、ぜひ覗いてみてくださいね！



主催・お問合せ先／任意団体 あつまーる 代表 岩下 聰 atumarufukushima@gmail.com 後援／福島市教育委員会