

爽やかな秋、里山歩きに最適な季節が訪れました。稲刈りを終えた田んぼはトンボやバッタでにぎわい、谷津にはモズの甲高い声が響き渡ります。木の実や木の葉が少しずつ色づき、その美しさにはっとすることも…。まもなく、冬鳥もやってくるでしょう。いつもと変わらず自然は秋を届けてくれます。



<季節メモ> ドングリの季節

ドングリころころ・足元にドングリが転がっています。「ドングリ」という木はありません。ドングリはコナラやクヌギなどブナ科の木の実の総称です。冬に葉を落とす「落葉樹」と一年中葉をつけている「常緑樹」があり、古くは縄文時代から人々の食料となる恵みの木の実でした。ドングリの主成分はデンプン、でもタンニンという渋みのもとが含まれていて、それを取り除くには水にさらしたり、長時間ゆでる必要があります。

ただ、渋みの少ないスダジイやマテバシイは生食ができます。炒ると香ばしくおいしいので試してみるのもよいでしょう。堂谷津の里には、コナラ、クヌギ、シラカシ、アカガシ、スダジイ、クリの6種類があり、花が咲いた年に実が熟す1年型（コナラ、シラカシ、クリ）と翌年の秋に実が熟す2年型（クヌギ、アカガシ、スダジイ）があります。形、大きさなどそれぞれに違いがありますので拾って比べてみるのもいいですね。

写真・編集：晝間