

# 堂谷津の里 自然だより 2024年 3月



3月に入って寒い日が続き、動植物はみんな様子見をしていたようでしたが、ようやく暖かくなり、ウグイスのたどたどしい鳴き声が聞こえてきます。寒さの中、産卵したニホンアカガエルは、早くもオタマジャクシになって元気よく泳いでいます。

## 早春の堂谷津の里 少しずつ花のにぎわいが広がります。



カントウタンポポ



ヒメオドリコソウ



ホトケノザ



シュンラン



アオイスミレ



カラスノエンドウ



ノミノフスマ



オオバタネツケバナ



ニリンソウ



タチツボスミレ



キタキチョウ



キタテハ



ルリタテハ

### 早春の虫たち 暖かな日に・・・



ナナホシテントウ



ビロードツリアブ



ハナアブ

### 繁殖の季節到来 がんばらなきゃ！

ウグイスの初鳴き確認は3月19日でした。

たどたどしい鳴き方は、いわゆる「ぐぜり」といってよいでしょう。

「ホーホケキョ」のさえずりが里山に響き渡る

と繁殖への準備に入ります。鳴き声は聞こえるけれど姿を見ることができないウグイスです。



### <季節メモ> ヨモギを摘む

早春の里山、道端のヨモギが日に日に成長、心浮き立つ頃となりました。ヨモギは昔から、身近にあって生活の中で利用されてきました。特に独特の香りはおいしい草餅でおなじみ、平安時代にすでに記されているといいますが、それはハハコグサを練り込んだ草餅だったとか・・・。ヨモギの草餅が定着したのは江戸時代のようなようです。ヨモギは、草餅のほかに止血、鎮痛、抗菌、血行促進などの効果があります。ちなみに、私は、柔らかな新芽を摘んでペーストにして冷凍、草餅やバウンドケーキ、白玉団子として利用しています。乾燥させた葉は、お茶や入浴剤に使うこともあります。これからの季節、野草や木の芽を摘むことは里山活動の楽しみの一つです。ヨモギのほかにも旬の自然物を暮らしに取り入れることは、かつては当たり前のことだったのでしょ。そういう目で里山の植物を見るとなぜかうきうきしてきます。ぜひ、里山を楽しんでください。

写真・編集：晝間