

## 第6章 多摩美の森の植物たち&樹木ウォッチング

### ●木々に親しみ森の豊かさに出あう写真集

多摩美の森の会では、植樹祭&収穫祭の植物観察に向けて植物写真集を制作してきた。各集の内容は、森の木々が成長して里山環境が豊かになっていくのにあわせて、植物を深く知り、森の楽しみを地域の人びとと次の世代に広げていこうという狙いである。



**第1集 多摩美の森をいろいろる 木の葉写真集** 植樹祭&収穫祭の初期に植えた木々も成長した。そこで、第4回植樹祭（平成16年）は「木と友だちになろう」をテーマに代表木29種を選んで名札付けを行ない、葉の形から樹木に親んでもらえる写真集を制作した。

**第2集 木の花 木の実写真集** 多彩な木々は四季折々に花を咲かせ、実をつける。ひっそりと咲く花など、ふだんは見られない営みを写真でまとめた（第5回植樹祭で制作）。

**第3集 多摩美の森周辺の四季の草花写真集** 森の林床・林縁や、多摩美みどりの会が管理するタンポポ園・野草園などに育つ多彩な草花をまとめた（第6回植樹祭で制作）。

**第4集 草木の実を楽しもうに** 植樹祭&収穫祭では、木の葉スタンプでXマスカード、木の実でペンダントなど、植物アートを楽しんできた。その作品づくり、および実や種に込められた植物の生きざまの観察に向けた写真集（第7回植樹祭で制作）。

**第5集 暮らしに役立つ植物たち** 多摩美の森の会は発足以来、小学校の体験学習・総合的学習への協力・指導を行っている。平成23、24年の西生田小学校5年生の環境学習では、日本人の衣食住や伝統文化に生かされているたくさんの森の植物たちをガイドした（第11、12回植樹祭でも植物観察に使用）。

上記29種の代表木の選定と、各写真集の制作には、常々植物観察や小学校総合的学習の指導をお願いしている植物観察指導員の高橋英さんにアドバイスをいただいた。

### ●多摩美の森の樹木ウォッチング

樹木研究家の故・北澤清先生には、スタートの頃から樹木観察や森づくりの指導、「麻生区市民健康の森 植生と樹木ウォッチング」のまとめをしていただいた。当森と多摩美ふれあいの森・野草園などを含めた25のビューポイントからの植生スケッチは貴重な記録である。

北澤先生のアドバイス「クヌギ・ヤマザクラなどの高木だけでなく、アワブキ・サワフタ



北澤先生 樹木レクチャー



高橋さん 草の実観察ガイド

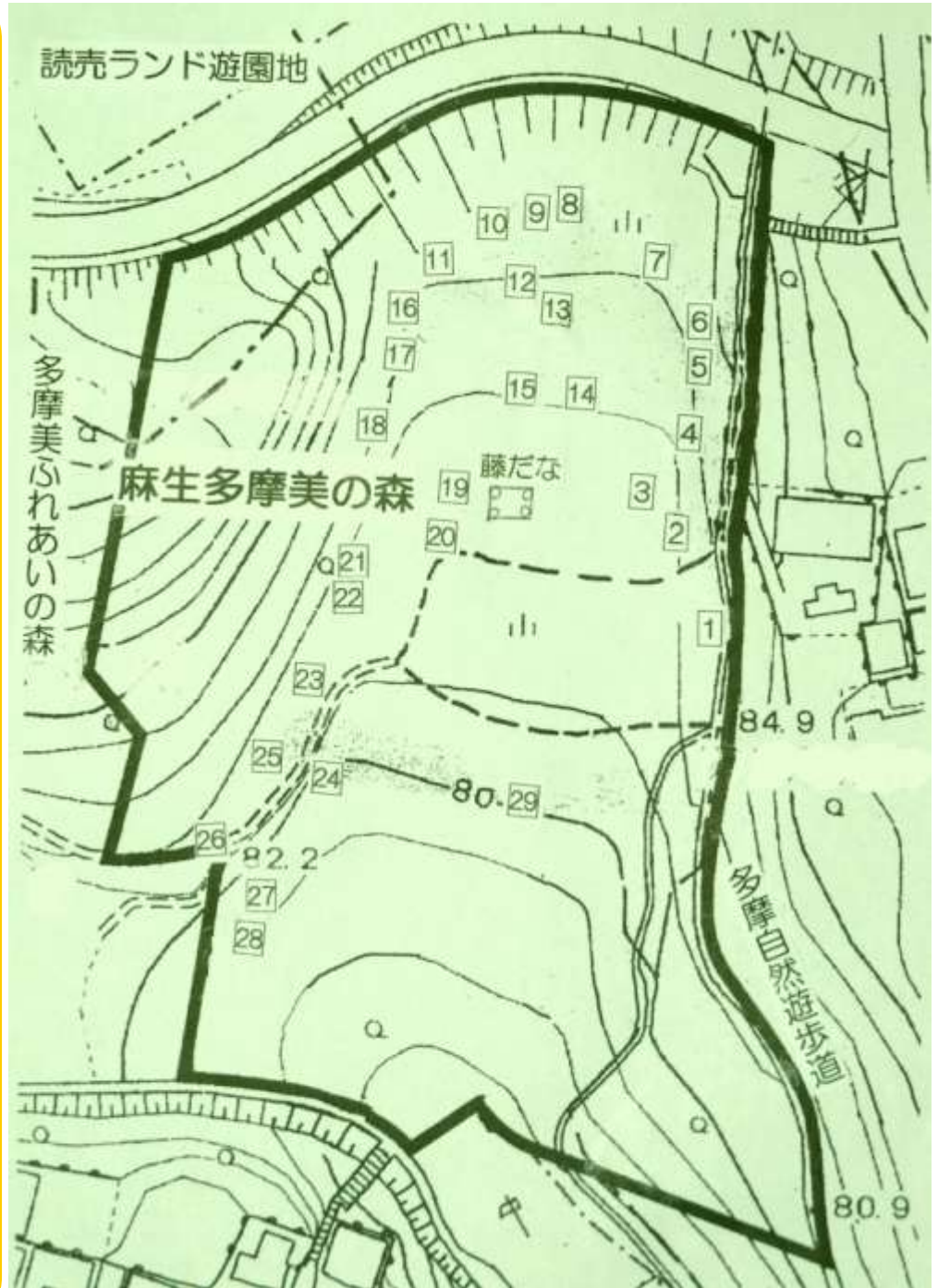
ギなどの中低木、さらには草本、地被植物まで階層的に豊かな森を育てよう」ということは、森づくりの大事な指針となっている。

ここに、北澤先生、高橋さんに篤くお礼申し上げます。

麻生多摩美の森をいろいろ

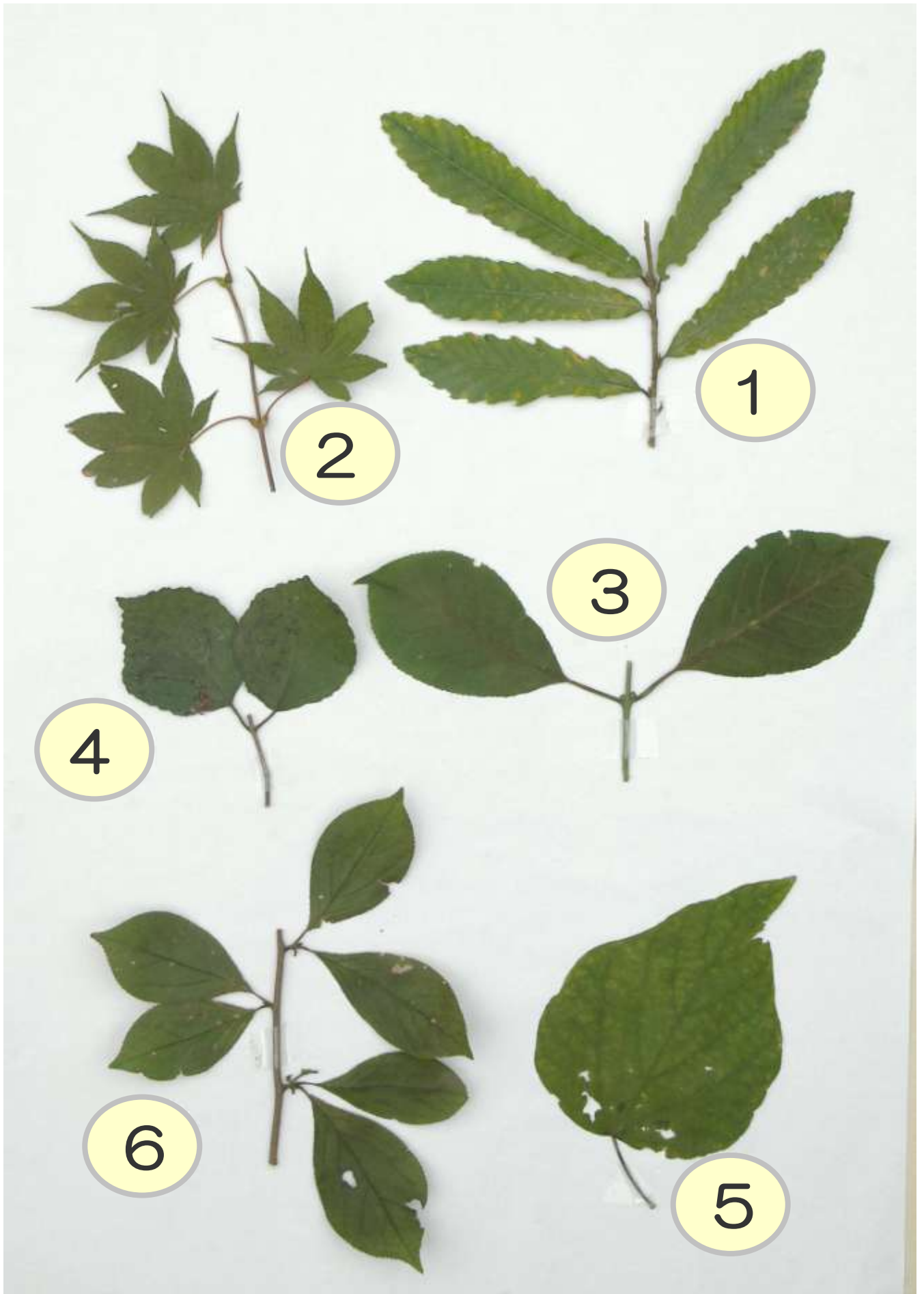
木の葉 写真集—2004年・秋

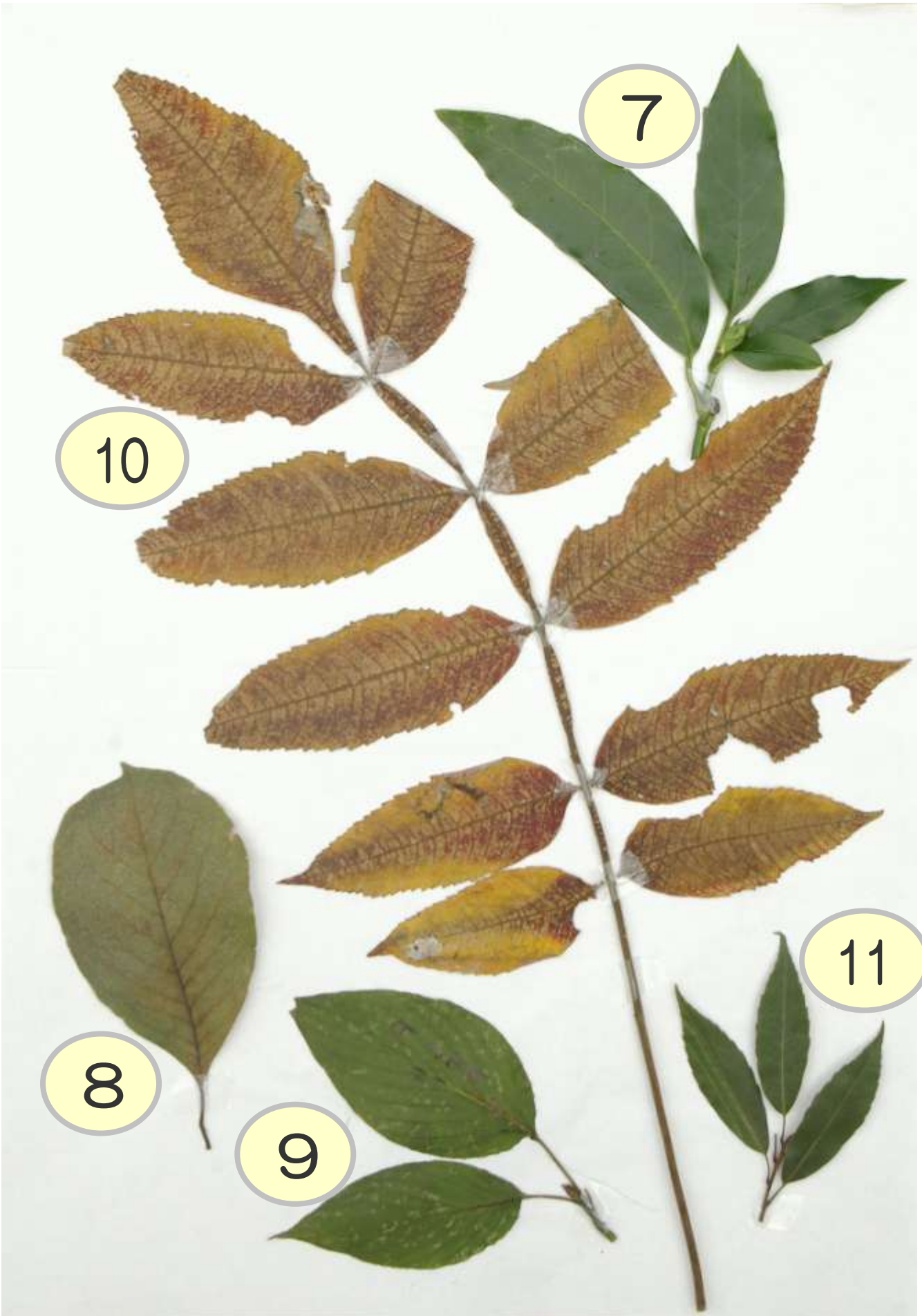
- 1 クヌギ
- 2 オオモミジ
- 3 マユミ
- 4 ガマズミ △
- 5 アカメガシワ△
- 6 カマツカ
- 7 アオキ △
- 8 コブシ
- 9 ミズキ
- 10 ヌルデ
- 11 シラカシ
- 12 キブシ △
- 13 エゴノキ
- 14 エノキ
- 15 コナラ
- 16 クマノミズキ
- 17 ムラサキシキブ
- 18 アラカシ
- 19 ヤマザクラ
- 20 オニグルミ
- 21 エンジュ
- 22 ハナミズキ△
- 23 サワフタギ
- 24 アカシデ
- 25 イヌシデ
- 26 アワブキ
- 27 クサギ
- 28 ニワトコ
- 29 ケヤキ △

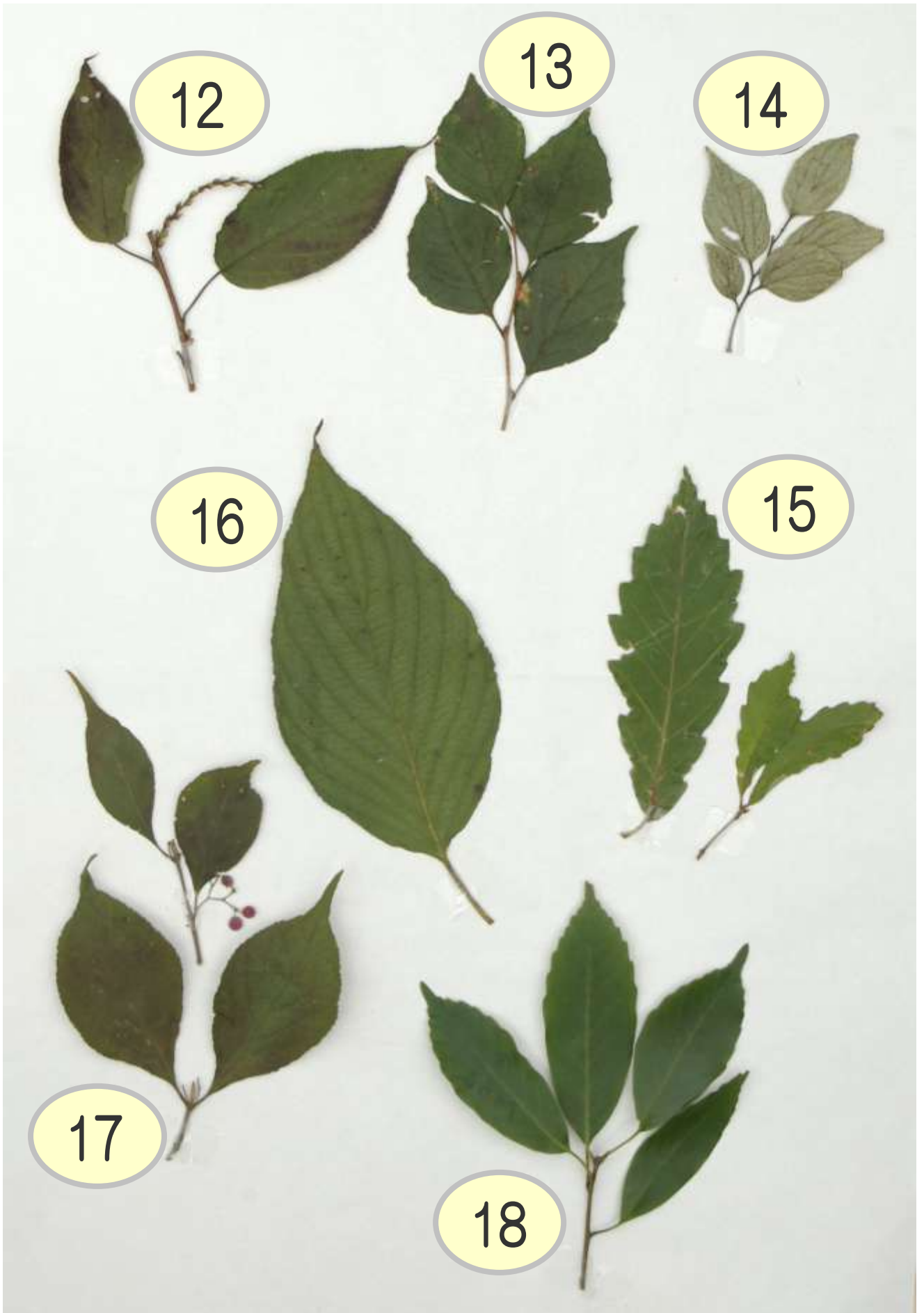


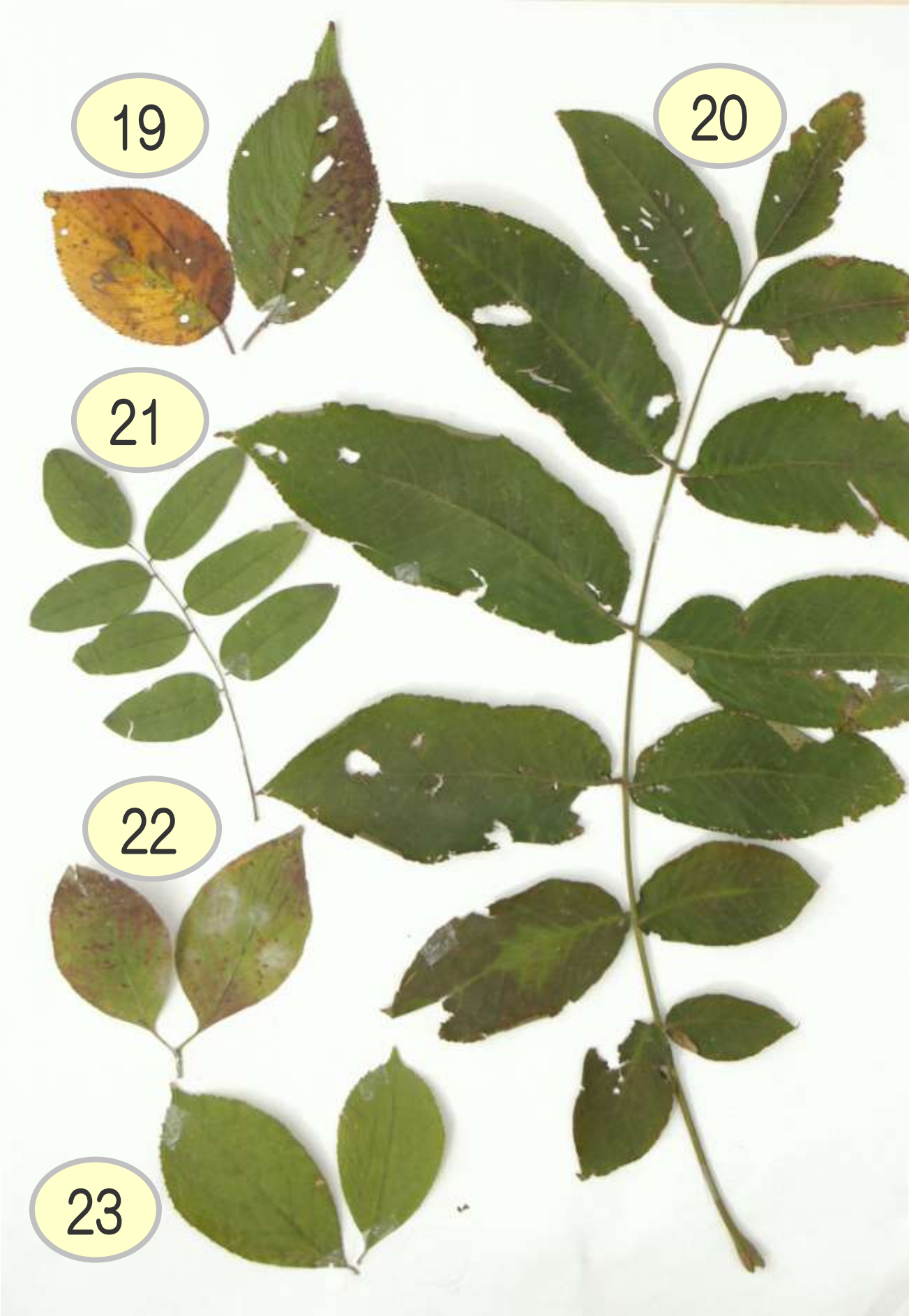
麻生多摩美の森の会・多摩美みどりの会

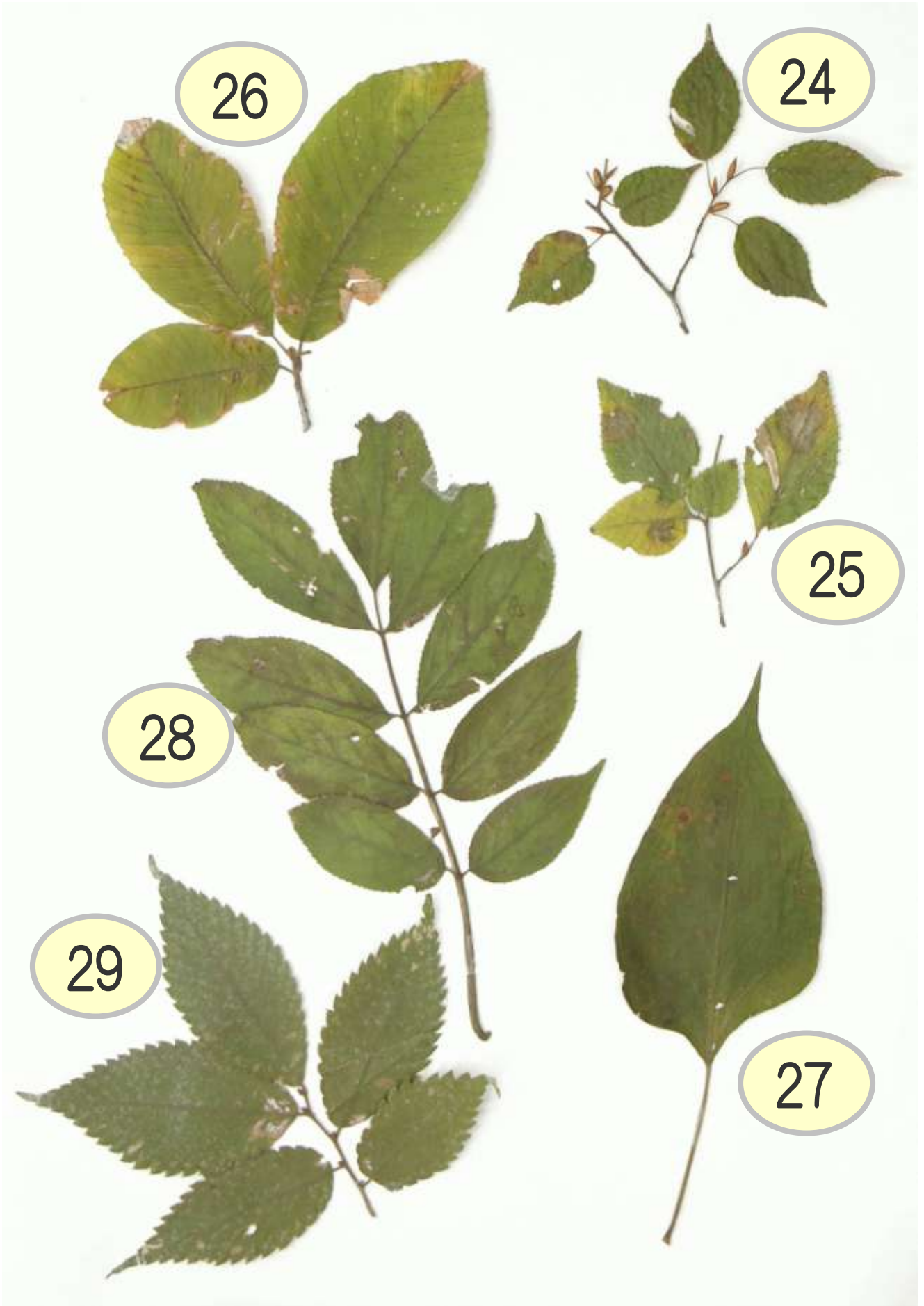
2004年植樹祭&収穫祭 名札つけ・木の葉集めマップ











# 麻生区市民健康の森

麻生鳥のさえずり公園

## 木の花 木の実 写真集 第1集



15 コナラの花 4/24



27 クサギの実 9/28

麻生区市民健康の森 2005年植樹祭&収穫祭  
麻生多摩美の森の会 発行

(写真の番号は74頁の名札つけ樹木番号)





① クヌギの花 4/24  
実 9/3



② オオモミジの花 4/24  
実（翼果） 8/21



③ マユミの実 11/5



④ ガマズミの実 10/23 81

⑨ ミズキの実 8/21



⑪ シラカシの実 9/28



⑫ キブシの花 4/24

⑩ ヌルデの花穂 8/21



⑮ コナラの実 8/21

⑬ エゴノキの花 5/29



16 クマノミズキの花 6/19



17 ムラサキシキブの花 6/19 実 9/28



18 アラカシの実 10/23



20 オニグルミの雌花(めばな) 5/15

21 エンジュの花 8/21



22 ハナミズキの花 4/24 実 9/28



25 イヌシデの実 11/5



24 アカシデの花 4/24



84 26 アワブキの花穂 6/19



28 ニワトコの花 4/24

# 多摩美の森周辺の四季の草花

## 写真集 第1集

＜撮影地＞ 多摩美ふれあいの森、野草園、日本たんぽぽ園、  
麻生区市民健康の森（麻生鳥のさえずり公園）、こもれびの森



カントウタンポポ 3月

春



オオイヌノフグリ 3月

麻生区市民健康の森 2006年植樹祭&収穫祭  
麻生多摩美の森の会・多摩美みどりの会 発行

印刷協力：株式会社 リコー

春



タチツボスミレ 3月



カキドオシ 4月



ヒメオドリコソウ 4月



ムラサキケマン 4月



ギンラン 4月



アマドコロ 5月



ウラシマソウ 5月

初夏



ウマノアシガタ 5月



スイバとタンポポの綿毛 5月



ノアザミ 5月



クサノオウ 6月

ハンゲショウ 6月



オッタチカタバミ 6月



アカバナユウゲショウ 6月

夏



ヤマユリ 7月



ガガイモ 8月



カワラナデシコ 8月



ノカンゾウ 7月



コバギボウシ 7月



オオバジャノヒゲ 7月



初秋



オミナエシ 8月



ミソハギ 8月



カラスウリ 8月



キキョウ 8月



フジバカマ 8月



ワレモコウ 9月



ヤブラン 8月

秋



ヒガンバナ 9月



ツルボ 9月



ハギ 9月



セセンニンソウ 9月



アキノノゲシ 10月



ゲンノショウコ 10月



●里山の畑●

小麦の穂と花 5月



そばの花 9月



さといも畑 9月



さつまいも収穫 10月

●●●めぐる季節●●●



ノコンギク 11月

初冬



風に向かって糸を吐き、大空へ飛び立つクモ。エノコログサの枯れ穂  
11月



雑木林初冬 夕暮れ 12月



雑木で越冬し、早春の草はらに姿を  
見せたルリタテハ（上）と、カントウ  
タンポポの初開花に集まる虫たち（左）  
2月

早春



★麻生区市民健康の森は、「麻生多摩美の森の会」が正式スタートしてから5年目を迎え、いこいの里山づくりがすすみ、地域の小学校などの自然観察や山畑の恵み体験の場にもなっています。市民健康の森の東には、「こもれびの会」が管理にあたる多摩緑地保全地区が広がり、西には「多摩美みどりの会」中心に保護・育成を続けている多摩美ふれあいの森・日本たんぽぽ園・野草園があります。

★そのため、多摩丘陵特有の雑木林・草はら・谷地・山畑という多彩な里山環境があり、それだけ植物も豊富です。これまで2回、樹木の姿をまとめましたが、今回は、木陰・林のへり・草はらなどに咲く草花をご紹介します。各写真を撮影した月を記しましたが、開花は年によって前後し、また何ヶ月も繰り返し咲く種類もあります。森に足繁く通っていただくなかでうれしい発見、ともに森づくりの作業をするなかで草花との楽しい出会いにお役立ただければ幸いです。

★まとめるにあたっては自然観察指導員の高橋英さんにご指導いただき、印刷・製本には昨年に続いて、株式会社 リコー様より多大なご協力をいただきました。厚くお礼申し上げます。（写真&構成 木村信夫）

# 多摩美の森 草木の実を楽しもう

## 写真集 Vol. 4

〈撮影地〉 麻生区市民健康の森（麻生鳥のさえずり公園）  
多摩美ふれあいの森 その周辺



マユミ 11月（撮影地B）



ドングリの飾り

麻生区市民健康の森 2007年植樹祭&収穫祭  
麻生多摩美の森の会・多摩美みどりの会 発行  
印刷協力：株式会社 リコー

（撮影地 AB・・・は 100 頁の地図に記載）

## 赤色に夢をのせて ・・・鳥を呼ぶ色

拳に似たコブシの果袋が口をあけて橙赤色のタネをのぞかせている。「赤」は鳥を呼ぶ色、鳥に運ばれ散布される果実に赤色が多いのは、古くから知られていた。が、生物のうち霊長類と鳥類だけがもつ色覚を、植物がどうして知ったのだろうか！

赤い種皮と、その内側のやわらかい肉質は鳥の栄養分にされ、その下の黒い内層が鳥の消化器、砂嚢（さのう）の砂によって傷つけられ（これにより発芽率が上がるという）、体温であたためられ（こちら発芽率アップ）、お空へポイと放出され、種子は糞とともに新地へ降り立つのだ。（高



コブシの果袋と赤いタネ（種子）9月  
（Aの北斜面）。下はタネの内層



カマツカ 10月 （E）



エノキ 10月 （A）



ガマズミ 10月（CとDの間）



ニシキギ 10月 (F)

ビナンカズラ 10月 (G)



ムラサキシキブ 11月 (G)

ハナイカダ 10月 (E付近)



サワフタギ 10月 (G)





## 二色効果

### ・・・鳥魅惑作戦

クマノミズキ、ミズキの果実は未熟なときは赤、熟すと黒く変化し、両者が混じって鳥にアピール。これを、二色効果だという。そのうえ、ミズキ、クマノミズキは果実を支える果柄まで赤く色づけして目立とうとする。拍手！拍手！

ゴンズイは赤い果実の中に黒い種子、クサギは青藍色の果実を真紅で星形のガクがきわ立たせる。（高橋 英）



クマノミズキ 10月  
(Aの北斜面)

ゴンズイ 10月 (G)



クサギ 10月  
(DとEの間)

### ヤマガラ的大好物

エゴノキ 10月 (A)



タネ(種子)のいろいろ 左からエノキ、ガマズミ、サワフタギ、クマノミズキ、ミズキ、コブシ、エゴノキ



# 草のタネの運ばれ方・・・植物たちの戦略

## ●風でとぶ

ススキ



ベニバナ  
ボロギク

アキノ  
ノゲシ

## ●ねばりつく

チヂミザサ



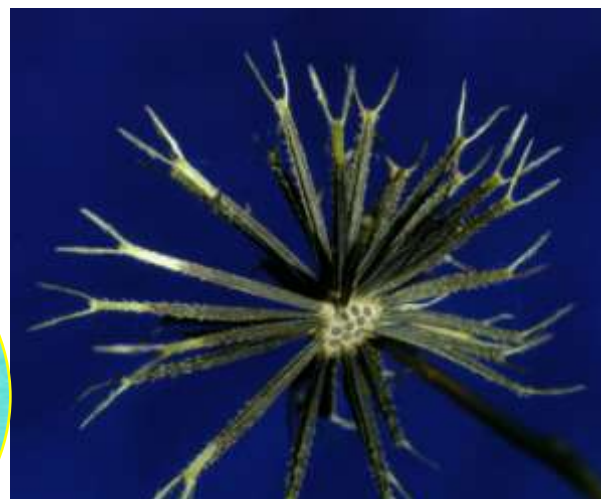
## ●鳥にたべられる



ヨウシュヤマゴボウ



## ●ささる



コセンダングサ

# どんぐり、草木の実でアート・・・飾り・人形・おもちゃ



どんぐりのいろいろ 左からクヌギ、コナラ、シラカシ

## ●ペンダント



## ●やじろべえ





## 2006年植樹祭&収穫祭 「森の恵みでアート」の様子

### ●どんぐりごま



### ●虫や鳥などの飾り



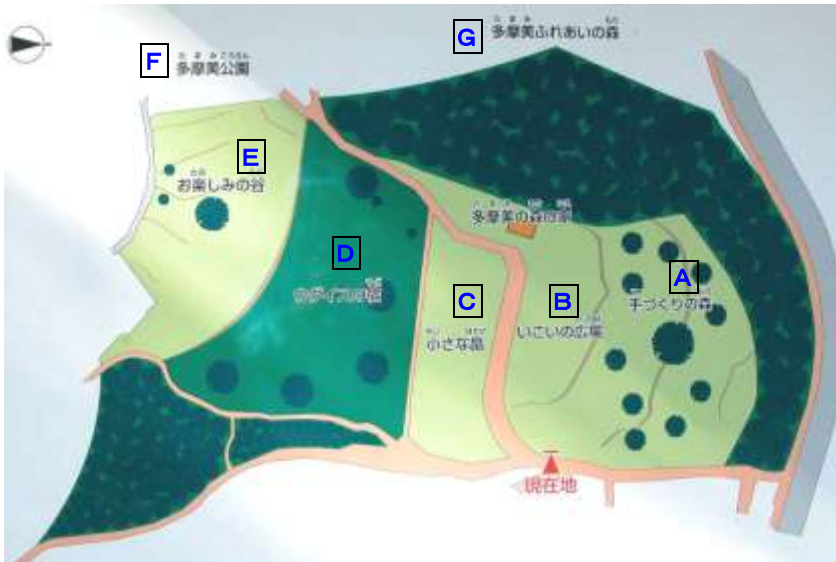
## 麻生区市民健康の森

（麻生鳥のさえずり公園）案内板

用地を左の図のように区分して、森を育てる管理、小さな畠で麦・芋・そばの栽培、森の自然や作物に学び、楽しむ活動をしています。皆様のご参加をお待ちします。

木の實の写真に記した撮影地A～Gは、次の場所です。

- A 手づくりの森
- B いこいの広場
- C 小さな畠
- D ウグイスの宿
- E お楽しみの谷
- F 多摩美公園
- G 多摩美ふれあいの森



西生田小3年生 そばの学習(9月)



さつまいも掘り(10月)



星空の観察会(8月)



秋の森の観察会(11月)



竹炭焼き(3月)



管理棟(多摩美の森の家)

★麻生区市民健康の森は、「麻生多摩美の森の会」が正式スタートしてから6年目を迎え、いこいの里山づくりがすすみ、地域の小学校などの自然観察や山畑の恵み体験の場にもなっています。市民健康の森の東には、「こもればの会」が管理にあたる多摩緑地保全地区が広がり、西には「多摩美みどりの会」中心に保護・育成を続けている多摩美ふれあいの森・日本たんぽぽ園・野草園があります。

★そのため、多摩丘陵特有の雑木林・野原・谷地・山畑という多彩な里山環境があり、それだけ植物も豊富です。これまで3回の写真集で、樹木と草花の姿を紹介しましたが、今回は秋の草木の實と、その楽しみをまとめました。美しく飾る姿に植物たちの命をつなぐ営みの発見、小道に落ちている木の實で素朴な温かみある作品づくり、などなど、森の自然とのおつきあいにお役立ていただければ幸いです。

★今回も自然観察指導員の高橋英さんにご指導いただき、広報紙「麻生多摩美の森だより」18号の記事より転載させていただきました。印刷・製本には一昨年から引き続き、株式会社 リコー 様より多大なご協力をいただきました。厚くお礼申し上げます。(活動の写真:麻生多摩美の森の会 / 撮影&構成:木村信夫)

麻生多摩美の森 麻生区市民健康の森  
暮らしに役立つ植物たち 2011 観察マップ

よみうりランドシアター

多摩美ふれあいの森

たんぼほ園

多摩美2丁目

多摩美公園

麻生多摩美の森

藤棚

1 : コナラ	7 : クロモジ
2 : クヌギ	8 : ミツマタ
3 : エノキ	9 : ウバメガシ
4 : ホオノキ	10 : キリ
5 : マユミ	11 : ヤマグワ
6 : チャノキ	12 : ワラビ

制作：麻生多摩美の森の会 指導：高橋 英／写真：木村信夫

1 2 コナラとクヌギ <写真 コナラ>



●仲間？ ブナ科 ミズナラ・カシワ・アベマキ

●暮らしとのかかわり

◇コナラとクヌギは、里山を代表する最も大事な木。15～20年くらいで切って、薪や炭として利用し、切り株からは新しい芽が出て再び成長するというサイクルがあった。また、落ち葉は畑に入れる堆肥や、野菜の苗を育てる温床などに使われ、木は椎茸のホダ木にも利用にされた。このように、山の自然と畑と人の生活がみんなつながっていたが、今は燃料用に切られることはなく、大木になって、森は暗く、動植物の種類もだんだん減っていく。多摩美の森には植樹してまだ10年の明るい森がある。比べて見ながら、森をどう守っていったら良いか考えてみよう。(右へ)

コナラとクヌギ <写真 クヌギ>



◇コナラもクヌギも、4月下旬に房のような花が咲き、コナラはその秋に細長いドングリになる。クヌギの実はいま冬を越して、次の秋に丸いドングリになる。ヘタも違うので、拾ったら比べてみよう。爪楊枝を挿して軸にしてコマにするのも面白い。

◇昔、東北地方では凶作年にどんぐりを「しだみもち」にして食べた。木灰液で煮てアク抜きし、粉に挽いて団子や粥などに。今、しだみ粉の餡を小麦粉の皮で包んだ「しだみだんご」が独特の風味の郷土料理に。

◇コナラとクヌギの見分けかた 木肌がコナラは縦に長く裂けている。クヌギは、それよりも細かでゴツゴツしている。葉は、クヌギのほうが長く、コナラは先が広がっている。

3 エノキ



●仲間？ ニレ科 ハルニレ・ケヤキ・ムクノキ

●暮らしとのかかわり

◇エノキは高さ20m以上になり、葉をたくさん繁らせるので、江戸時代に街道の一里塚に植えられ、目印となり、旅人が一休みする木陰になった。

◇花は4月に咲き、秋には6、7mmの橙色の実が熟し、食べると甘い。シメ、ヒヨドリなどの野鳥が食べるが、昔、凶作のときには、人びとは食料にした。

◇エノキは国蝶オオムラサキの食樹。卵からかえった幼虫は夏秋にエノキの葉を食べて成長し、冬は樹の下の落ち葉の中などで越冬。春にまた木を登って食べるので、低い幼木が必要だ。蝶はコナラ・クヌギの樹液を吸って生きるの、これらがある里山が大事だ。

4 ホオノキ



●仲間？ モクレン科 モクレン・コブシ

●暮らしとのかかわり

◇葉の長さが30、40cmもあって目立つのがホオノキ。葉は殺菌力もあるため、朴葉飯・朴葉寿司・朴葉もちなど、包んで弁当にして持ち歩くのに良く、枯れても火に強いので、食べ物を乗せて焼く朴葉味噌・朴葉焼きなど、各地の料理の器に使われている。

◇木材は削るなど加工しやすいので彫刻に最適、刃を傷めないのでまな板に。刀がさびないので鞘はもっぱらこれ。高下駄は台がキリで脚がホオ。昔、最高の製図版はホオ。炭は、金銀銅や漆塗りの器を磨くのに使用、樹皮や実は漢方薬・・・と大活躍した木だ。

5 マユミ



●仲間？ ニシキギ科 ニシキギ・マサキ

●暮らしとのかかわり

◇5月の終わり近くに可愛い花が咲き、4角の星の形の実がなる。この実が11月下旬には割れて、中から赤いタネが見えて、ひじょうに美しいので、公園や庭に植えられる。タネは、ヒヨドリやメジロなどの野鳥が食べにくる。

◇マユミの名は、枝が強くなやかなので、昔、弓に使ったため、馬に乗って射る弓「馬弓」からとも言われる。まゆみさんという人には、親が美しく強いマユミのように育って欲しいという願いを込めて付けてくれたという人もいる。

◇枝は、印鑑や櫛に使われる。昔は和紙にも漉かれた。

6 チャノキ(茶)



新茶の摘みごろ

●仲間？ ツバキ科 サザンカ・ヤブツバキ

●暮らしとのかかわり

◇♪夏も近づく八十八夜♪4、5月に新芽が伸びて葉が数枚になったら摘むのが一番茶。6月ころ二番茶、8月ころ三番茶を摘み、秋に摘むのが「番茶」だ。

◇ふだん飲むお茶の煎茶（緑茶）も、茶道の抹茶も、ウーロン茶や紅茶もみんなチャの葉を蒸して揉んでつくる。紅茶などは酸化発酵をさせた発酵茶。

◇お茶は昔は薬だった。渋味はタンニン、甘味・旨味はテアニンという成分。タンニンのカテキンは高血圧や糖尿病など成人病予防、ばい菌を抑えるなどの効果、テアニンは心落ち着くリラックス効果がある。ゆったりとお茶を飲む日本の食事の良さを見直そう。

7 クロモジ



●仲間？ クスノキ科 ヤマコウバシ・シロモジ

●暮らしとのかかわり

◇3、4月に、新しい葉が出るのと同時に、小さな可愛い花が咲く。枝は初め緑だが、やがて黒茶色になる。樹皮の模様が文字に見えることから「黒文字」。

◇枝はいい香りがするため、高級茶葉子をいただくときの楊枝に使われ。その楊枝も黒文字と呼ぶ。日本の優雅な茶文化だ。

◇枝や皮に油が多く、薪は良く燃えるほか、昔は蒸留して黒文字油を採り、化粧品や石鹸に使った。仲間のシロモジ、アブラチャンなど、油を採って灯油や磨ぎ油などに使った樹木はかなり多く、私たちの先祖の植物利用の知恵は本当にすごい。

8 ミツマタ



●仲間？ ジンチョウゲ科 ジンチョウゲ・ガンピ

●暮らしとのかかわり

◇枝が3本分かれて出るから、三また。花は3月中ごろ、薄黄色にきれいに咲く。

◇一万円札などのお札、日本画や習字の紙、障子、卒業証書など、日本伝統の紙「和紙」の材料だ。和紙は、洋紙に比べ丈夫で長持ちするため、世界の図書館で永久に保存する書物の印刷などに使われている。

◇枝の皮の部分の部分を細かく刻んで、煮て溶かし繊維の液にし、これを漉いて紙をつくる。洋紙づくりでは、森林を切り払って原料木を採るが、和紙は伸びた枝だけ切って使い株を残すので森林破壊にならない。

◇紙になるのは コウゾ、カジノキ、ガンピ、イネのわら、竹、笹。学校ではケナフ、牛乳パックなど。

## 9 ウバメガシ



●仲間？ ブナ科 アラカシ・シラカシ・コナラ

●暮らしとのかかわり

◇千葉・神奈川以西の海岸近くの山に育つ常緑樹。4、5月に雄花・雌花が咲き、幼実が冬を越して翌年秋にドングリになる（これはクヌギと同じだ）。

◇ウバメガシは「備長炭」で有名。江戸時代に和歌山の商人、備中屋長左衛門が売り出したとされる。炭は固く、煙が出ず料理につかないため焼き鳥・鰻屋は備長炭だ。はぜないので畳部屋の火鉢も安全。細かな孔が化学物質を吸着するため、水の浄化、消臭などにも。◇病気に強く、刈り込み後よく再生するので、生垣にもされてきた。生活から炭が消え行く中で、樹も減少。神奈川県では絶滅危惧ⅠA類に指定されている。

## 10 キリ



●仲間？ ゴマノハグサ科 オオイヌノフグリ

●暮らしとのかかわり

◇キリは、6月中ごろ水色の花が咲き、今なっている実は冬になると割れて、翼のついたタネが風で飛ぶ。

◇キリは成長が早く、木材は湿気を良く吸い、狂いが無いので箆筒などの高級家具、箆などにピッタリ。昔、女の子が生まれると、嫁入りの箆筒用にキリの木を植えた。キリは火に強いので、火事にあっても箆筒の着物が助かりやすい。だから、出し入れしたらキッチンと引き出しを閉めることが大事。よく覚えておこう。

◇キリの花と葉のデザインは 500 円玉に使われている。キリの家紋は武士たちの憧れで、足利尊氏や豊臣秀吉もこれをいただいてつけていた。

## 11 ヤマクワ(桑)



●仲間？ クワ科 ヒメコウゾ・イチジク

●暮らしとのかかわり

◇軽くやわらかく丈夫な絹は、蚕の繭からとったもの。明治時代から日本の最も重要な輸出品だった。

◇蚕の餌はクワの葉。木は放っておくと大木になるが、農家では毎年株元から枝を切って葉を餌にするので、桑畑は高さ2m以内。小さな蚕を買って2週間ほど毎日クワを与えて、繭づくりに入る。農家は大忙しで、学校も秋に蚕休みがあり、5年生にもなれば蚕の糞や食べ屑の片づけなどに一生懸命働いた。

◇♪山の畑のクワの実を小かごにつんでは〜♪ 6月中ごろ熟し、昔の子どもは口を紫に染めて食べた。今は、ジャムや美しい桑の実酒にして楽しむ人がいる。

## 12 ワラビ



●仲間？ コバノシイカグマ科 シダ植物の一種

●暮らしとのかかわり

◇和菓子の「わらび餅」は、ワラビの根から採った澱粉を、水・砂糖で煮溶かし冷水で固めたもの。いまワラビ澱粉100%のわらび餅は少なく、高価。

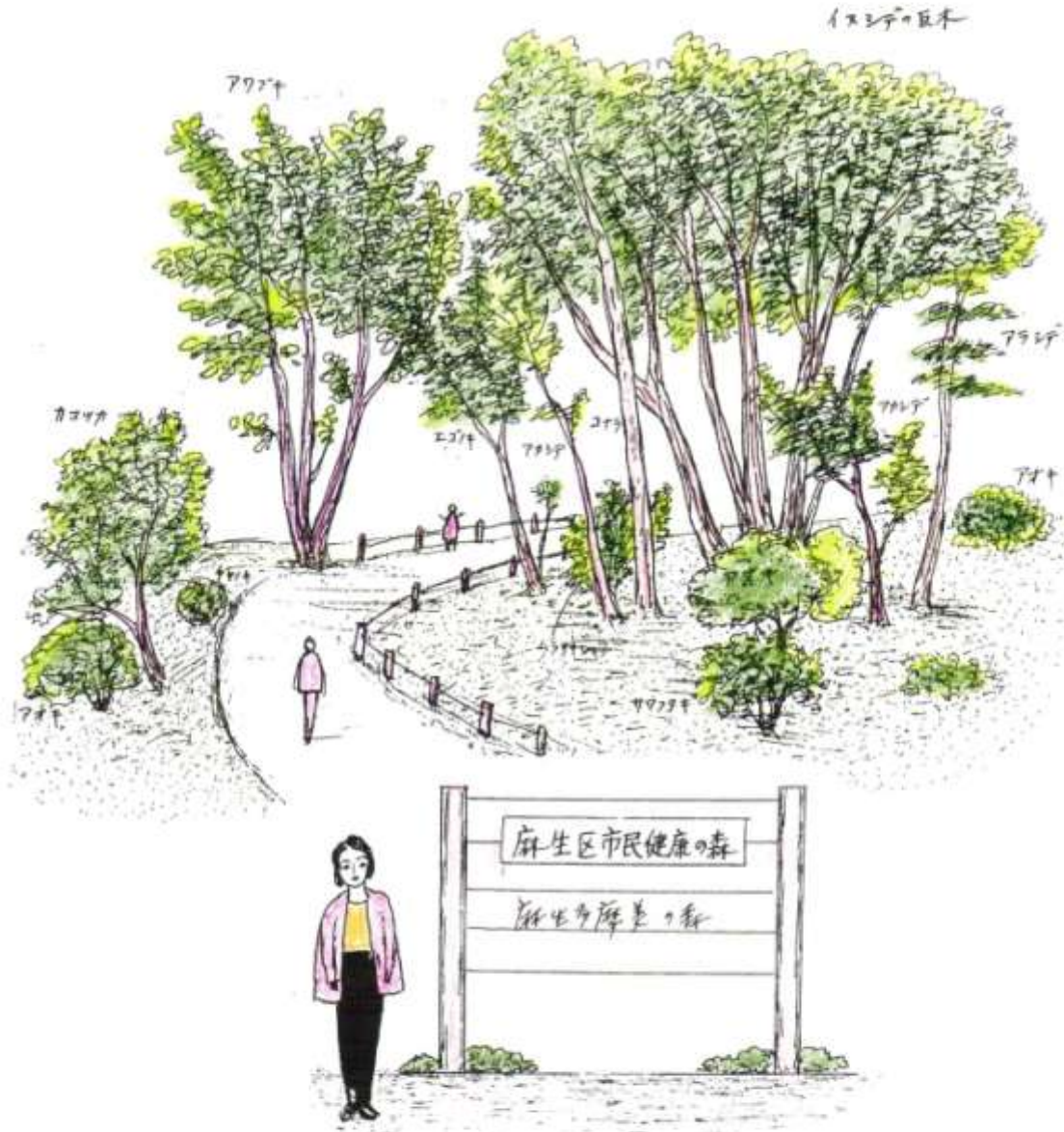
◇昔、岩手奥羽山系では作物が凶作の年、村中で牛馬の放牧地へワラビ根掘りに行った。根を丸木舟型の器に入れ槌でつき水にさらすと、下に澱粉がたまる。白い澱粉は和傘の防水糊などに売り、残りを「根もち」として食べた。根の筋も捨てずに、土壁の強化材などに使った。先祖たちの生物の丸ごと活用は見事だ。

◇澱粉を採る植物 クズ、カタクリ、トコロ、ジャガイモ、サツマイモ、トウモロコシなど。粉の呼び名は？



# 麻生区の市民健康の森

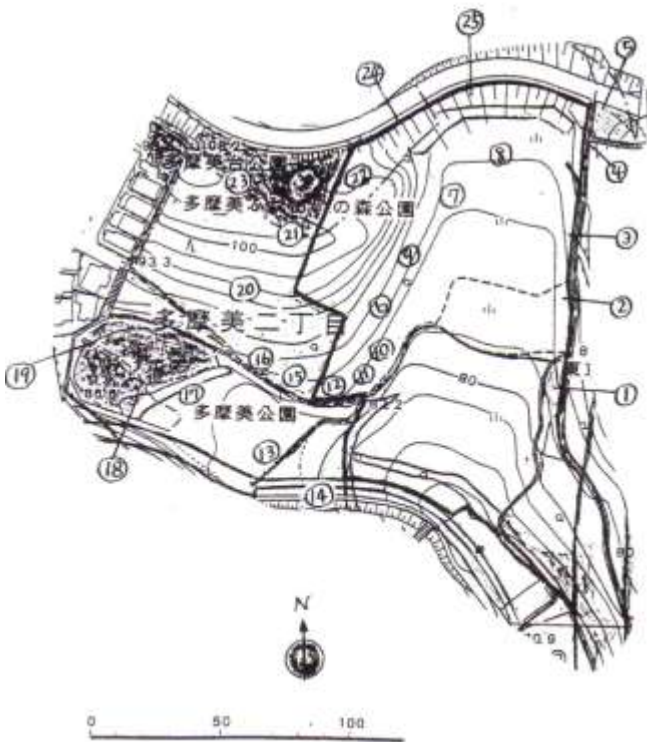
## 植生と樹木ウォッチング



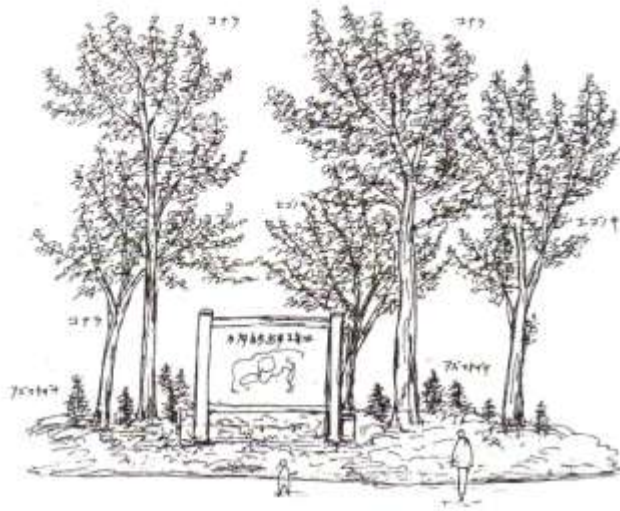
樹木研究家 北沢清

# 麻生区市民健康の森の見学コースと見学ポイント

(多摩川を流す水あいの森公園と  
多摩美公園も入っている。)



- ① コナラヒコヌギ林のある健康の森の入口付近。
- ② 斜幹のヤマザクラがあるところ。
- ③ コナラと武者並ちヒスギがあるところ。
- ④ 多摩自然遊歩道の案内板のあるところ。
- ⑤ オオバヤシヤブシクがあるところ。
- ⑥ 健康の森の中心部で植栽の景観と背景の自然植生があるところ。
- ⑦ 記念植樹の区域と背景の自然植生。
- ⑧ 目立つ2本のエゴキと背景の斜面植栽。
- ⑨ 休息所のあるところの自然植生。
- ⑩ アカシデの果穂が観察できるところ。
- ⑪ イヌビロの株立ちとアヲギ、サマツギがあるところ。
- ⑫ ヤマザクラの多幹の巨木があるところ。
- ⑬ 芽出しが美しいチヤンセンとヒヨクヒバとヒムロヒスギがあるところ。
- ⑭ クマノミスキの巨木とハナイカダがあるところ。
- ⑮ クヌギとカマツカがあるところ  
(根芽が出ている)
- ⑯ エノキの根芽(折面)が観察できる遺構があるところ。
- ⑰ 香りの良いケツアイジエとクワガタ類があるところ。
- ⑱ ハナヒメとマエミ、ハコネツギの花と実を採れるところ。
- ⑲ アンズの実を採れるところ。
- ⑳ モミの巨木があるところ。
- ㉑ 針葉樹の林(スギ、ヒノキ、モミ)があるところ。
- ㉒ ウラボシとヒヤカキがある山の上の植生。
- ㉓ コナラが優占する山の上の植生。
- ㉔ ハンノキとミズキがあるところ。
- ㉕ ヒメアカシアとコブシの花を採れるところ。



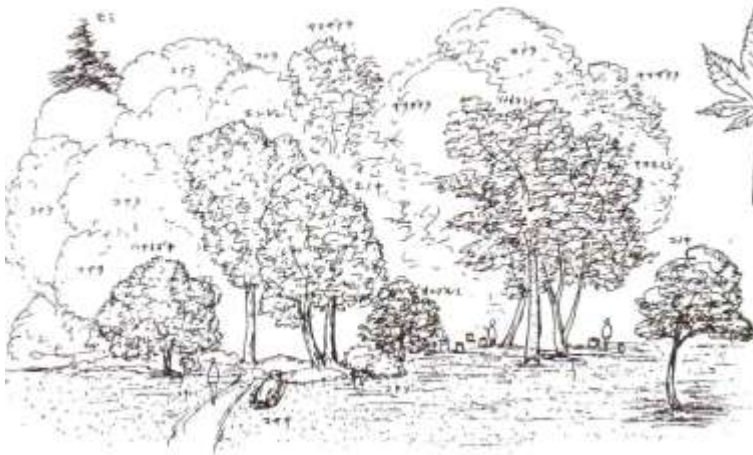
④ 多摩自然遊歩道の案内板のあるところ。

- コナラ
- エゴノキ
- アズマキヤナギ
- コゴメツグキ



⑤ オオバヤシヤナギのあるところ。

- オオバヤシヤナギ
- コクゾ



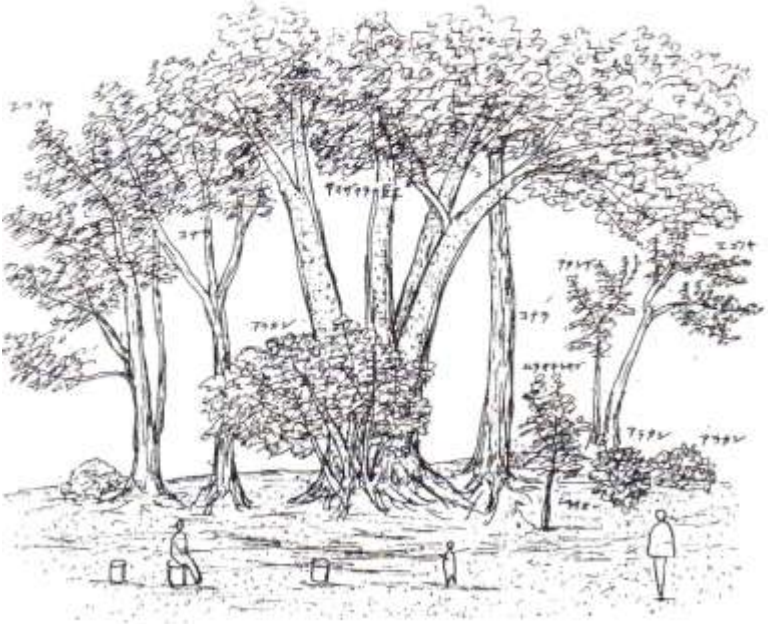
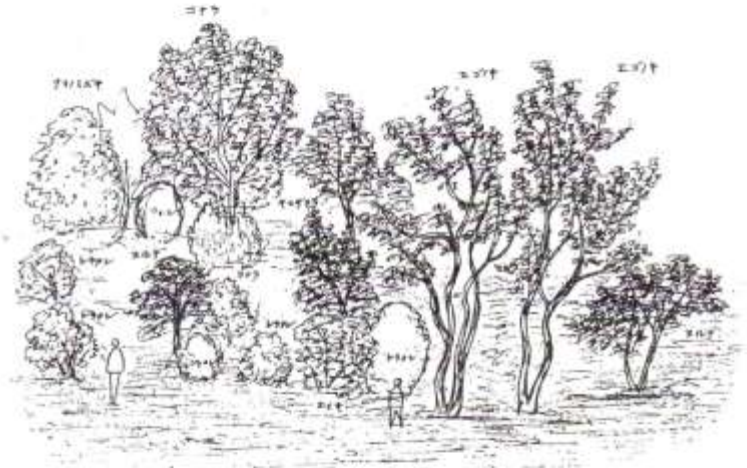
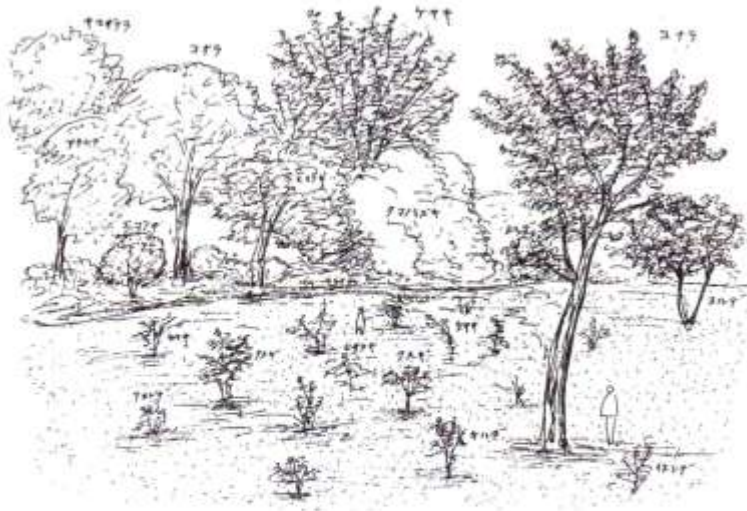
⑥ 健康の森の中心部の植栽の景と背景の自然植生のあるところ。

- ハナミズキ
- エンジュ
- エノキ
- ヨナドコロ
- ヤマモミジ
- オニグルミ
- マサキ



- コナラ
- ヤマザクラ
- エゴノキ

No 3



⑦ 記念植樹の区域と背景の植生

植生のヒラ

- キハダ
- ケヤキ
- アカシデ
- クスギ
- ヒメギヤクセン



- ケヤキ
- コナラ
- スルデ
- クマノミズナ
- エゴノキ
- ヤマザクラ
- アカシデ
- アラカシ

⑧ 目立つ2本のエゴノキと

背景の法面植栽

- エゴノキ
- スルデ
- ヤマザクラ
- シラカシ
- コナラ
- クマノミズナ
- エノキ
- コブシ



⑨ 休息所としての自然植生

- ヤマザクラの巨木
- コナラ
- エゴノキ
- アラカシ
- ヒメギヤクセン
- アカシデ

