

社団法人 近畿建設協会 支援シンポジウム

“ 水源地の村 ” からの提言
「 環境に生かされた地域づくり 」

報 告 書

平成21年8月26日開催



財団法人 吉野川紀の川源流物語

社団法人 近畿建設協会 支援シンポジウム

“水源地の村”からの提言「環境に活かされた地域づくり」

2009年8月26日(水) 橿原市商工経済会館 7階大ホール

主催 森と水の源流館 (財団法人 吉野川紀の川源流物語)
後援 国土交通省近畿地方整備局 紀の川ダム統合管理事務所
奈良県教育委員会
環境省 きんき環境館(近畿環境パートナーシップオフィス)
吉野川紀の川流域協議会
奈良県川上村
川上村教育委員会

協力 NPO法人 奈良21世紀フォーラム
奈良県「山と森林の月間」協賛イベント



プログラムと目次

13:30	ごあいさつ	3
13:40	基調講演	4
	上原 巖 氏(東京農業大学森林総合科学科准教授)	
	「森林療法とはなんでしょう? ~山村をいかした健康づくり~」	
15:10	休憩	
15:20	体験と提言	
	「森林で得られる 多くのこと。」	
	川上村での森林環境学習の体験から(体験校報告)	
	五條市大塔小学校 藤井 利夫教頭先生	30
	山村地域での体験学習の今後	
	体験事業コーディネーター	
	泉谷 繁樹 氏(泉谷木材商店専務)	36
16:30	おわりに	47

なおこの報告書は、後日音声記録から聴きお越したもののため、講師ならびに発表者に文責はありません。

ごあいさつ

川上村長

財団法人 吉野川紀の川源流物語 理事長 大谷 一二



今日は、これほど多くの方々にお越しをいただき、本当にありがとうございます。まずは高いところからではございますが、みなさま方に厚く御礼を申し上げます。

このあと3人の先生方によって、川上村というところは、どんなところであるのかについて聞いていただければと思いますが、いま川上村には大きなダムが二つあります。しかし何よりも、きれいな水があり、それを育む森があります。村の面積は大阪市並と広いわけですが、人口はわずか2000人弱です。そんな川上村では「水源地の村づくり」ということに頑張っ

て取り組んでいます。きれいな水をつくるためには山が大切だということで、林業を精一杯やらせていただいています。特に「SGEC」という緑の循環にかかわる制度を取って、この規格どおりの森林整備を進めようとしています。「SGEC」に準じていくと、都合のいいときだけ間伐をするというわけにはいきませんので、年次計画に基づいて、きちんと山の整備をし、それによってCO₂の吸収量も大きくなると思われ

ます。川上村では「下流にはいつもきれいな水を流そう」という取り組みをしています。いろいろ難しいことはあります。たとえば合併浄化槽についていいますと、生活用水のすべてを浄化槽できれいにして流せることを理想に、皆さんに呼びかけてはいますが、村の財政も厳しいし、個人負担も大きくなれば、これはつらいことですが、やはり川上村は「水源地の村」ということで、下流の皆様方にきれいな水を飲んでいただくためには努力をしましょうと、よい方法を検討しているところです。みなさま方のお知恵をいただきながら、きっと成功していくであろうと思います。

流域のみなさまからも、源流に対してのご協力をいただいております。代表例では、もう5年目になります「和歌山市民の森づくり」に取り組んでいただいております。

このように流域のみなさまにご協力をいただきながら、川上村を挙げて、何とかきれいな水をみなさま方に飲んでいただこう、これを楽しみに、これからも頑張っていく所存です。どうかよろしくお願ひ申し上げます。

今日は長い時間ではございますけれども、どうか最後までお付合ひ賜りますようお願い申し上げます。ありがとうございました。

基調講演

「森林療法とはなんでしょう？ ～山村をいかした健康づくり～」

講師 上原 巖 氏 プロフィール

(うえはら いわお)

1964年長野市生まれ 岐阜大学大学院博士課程修了

東京農業大学森林総合科学科准教授 農学博士

日本カウンセリング学会認定カウンセラー

趣味は森林で無為に時間を過ごすこと、抽象絵画を描くこと、ビートルズ

主な著書に、『事例に学ぶ森林療法のすすめ方』 『森林療法序説』

『森林療法のてびき 地域でつくる実践マニュアル』(全国林業改良普及協会)等

【司会】

このシンポジウムでは、林業を大切に考えながら、それ以外の観点からも、森林の多様な価値や役割を見つけ出していくため、まず一つは、毎年共通の切り口として、「森林環境教育」をあげています。そしてこのテーマにクロスするかたちで、毎年、異なった切り口を取り上げています。一昨年は吉野の山を長年歌われた、歌人の故前登志夫先生、昨年は森林ジャーナリストの田中敦夫先生、先生方それぞれの分野から話題提供や問題提起をいただいております。

今年は「森林療法」という分野から森の新たな価値や役割を考えてみたいと思います。本日の基調講演の講師は上原巖先生です。先生は、東京農業大学森林総合科学科准教授、農学博士の日本カウンセリング学会認定カウンセラーでもいらっしゃいます。現在、先生は各地で森林療法について講演やアドバイザーとしてもご活躍をされておりまして、本日お忙しい中、こちらへお越しいただきました。それでは先生、よろしくお願ひします。

【上原先生】

皆さん、こんにちは。お忙しい中、お集まりいただきまして、また、お招きをいただきまして、誠にありがとうございます。

今日のタイトルは「森林療法とはなんでしょう?」ということですが、森林療法という言葉聞いたことがある方いますか。ちょっとは聞いたことあるかもしれないです。とても反応がいいですね。まだ眠たくないからですね。もしかしたら森林を管理することかなとか、村おこしに役立つのではないかという思いで来られた方も、きっと大勢見えていると思います。そういう分野もあると思うのですが、もっともっと森林療法というものは身近なものなのです。

私が始めたきっかけは、私は長野県出身なのですが、大学を出てからすぐに農業高校の教員を7年間やっていました。その中で地元の養護学校、知的な障害を持っている子どもたちの学校を2年間担当していたのです。その子たちと一緒に勉強していく中で、その障害を克服していく上で効果があるのは、地域の山に出かけることだったのです。そこから、これは何かそういう効果がありそうだとこのことを気づいてきました。それから不登校、学校に来られない子どもたちもいたのですが、山に行き相談をしたりとか、山歩きを一緒にしたりするうちに、また学校に復帰できるようになったりという、そんな分野からこの森林療法というのを始めたのです。

まだ発展段階ではありますが、今とても幅広く森林療法の分野は、広がってきています。ですから、いろいろなかたちがありますが、今回はせっかく奈良に来ることができましたので、奈良の山村をいかした健康づくりということで皆さんと一緒に考えたいと思っています。どうぞよろしくお願ひします。



「森林療法」を考える前に -

これから森林療法ということを皆さんと一緒に考えますが、森林療法を考える前にも、もっともっと大事なことがあります。こちらは吉野地域ですが、とても有名な林業地です。私も大学のときにももちろん習いましたが、皆さんご自身は山林に入ることはありますか。もちろん毎年入っているという方もいるかもしれませんが、意外と少ないのではないのでしょうか。それから、森も大事ですけども、奈良の方自身、お元気ですか。都会の方はどうでしょうか。地域によっては高齢化がとても進んでいます。また子どもたちはどうなのでしょう。川上村でも子どもの数がどんどん減っているそうですが、子どもたち

は今どんなふうにいるのでしょうか。皆さんのような働き盛りの方々はどのようなのでしょうか。ここまでは人間のことで、奈良の森林自体は、もし言葉がしゃべることができるとしたら、どんなことを期待しているのでしょうか。「森林療法とか森林セラピーとか言って、お前たち、またどうせ人間の金もうけのことなのではないか」と考えているかもしれないです。「もっと森林自身の健康を考えてもらいたい」と言っているかもしれないです。奈良の森林は輝いていますか。森にかかわる人材もそうです。つまり奈良の森自身が健康でしょうかということです。こういったことを考えることが、まずとても大事なことです。いかがでしょうか。

例えば、マツ枯れをこちらに来てからも目にしましたが、カシノナガキクイムシという害虫をご存知ですか。法定害虫になりましたが、奈良のほうはまだ入っていないですか。おとなり京都では、かなりの範囲で広がっています。こういった害虫の問題もありますし、手入れ不足で放置された森が全国にたくさんありますが、奈良にもあるのではないのでしょうか。風通しが悪くて、うっとうしい森林です。こう状態にならないように、安易な企画に飛びつく前に、まずしっかり森づくりをしていくことのほうが先決なのです。

「森林療法とは何でしょう」

森林療法というのは、身近な森林の中で過ごしたり、作業をしたりすることによって、自己治癒力を高めていくことです。森の中で体の健康増進を図っていく。そういった総合的な自然療法の一つです。

日本の特徴として、一番期待されているのは、生活習慣病の予防なのです。これにかなり森林療法が効果的ではないかと、いろいろな方面から研究がされています。たとえば高血圧の方を対象にしてとか、糖尿病の方を対象にしてとか、私の父親も糖尿病だったのですが。あるいは日本全国、今とても自殺が多くなっています。毎年3万人以上の方が自殺で亡くなっています。奈良県のほうも自殺で亡くなっている方がいると思いますが、そういった方の心の健康づくりとして、またさら医療分野とか福祉分野での利用も始まっています。ですから皆さんがきっとイメージされている森林セラピーとは、きっと少し違うところが原点なのです。森林療法は、森林のガイドを行なうことではありません。これは私が勤めていた施設でのことですが、知的な障害を持っている方々が、間伐された丸太を搬出したり、散策したり、作業を行ったりとかをずっとやっていると効果が得られたのです。今からもう15年前ぐらいに、森林セラピー基地なんていう言葉が生まれる前のことで、すけれども、こういった活動から森林療法という言葉は出てきたのです。

森林療法のこれまでの経過を簡単にご説明しますと、1982年に林野庁の長官が「森林浴」という言葉を提唱しました。これはもう日本全国に浸透していますが、その17年後に学会で「森林療法」という言葉が定義されました。そのときの「森林療法」の定義は、「森林環境を利用したりハビリテーションである」。では、どなりハビリかというと、交通事故の後、後遺症を持った方の歩行リハビリであるとか、脳梗塞で倒れた後の方が歩行リハビリ

で森歩きをしたりとか、社会復帰を目指す精神障害の方が森の中でリハビリや相談事をしたりとか、障害を持っている方が療育をしたり、作業療法をやったり、現代医療に対して代替療法として森林を総合的に活用した健康づくりを福祉とか、医療の分野で行なっていく。このような試みを「森林療法」と定義されたのです。ですから、とても幅広い分野として報告、発表されたわけです。

その後、市民研究会で「森林療法研究会」というものが軽井沢町で立ち上がりました。とても小さな研究会でしたが、ホームページもちゃんと持っていて、それでまた、そのホームページをちゃんと見てくれる人がいたのです。それを林野庁の方が見ていたのです。「何かよさそうなことをやっているね」「ぜひ我々もやってみたい」と、林野庁はまず高齢社会における森林空間の利用に関する調査というのを2年がかりで行ないました。私もこの委員だったのですけれども、全国の病院へアンケート調査を取って、「お宅の病院に65歳以上の患者さんが入院している場合、その患者さんのリハビリテーションとかに病院の周りの森林を活用したいですか」というようなアンケートを取ったのです。その結果は驚くなかれ、全国の病院から答えが返ってきたのは、5割から7割の病院が「ぜひ活用したい」という答えが返ってきたのです。せいぜい1割ぐらいの病院とかお医者さんが興味を持ってくれるのではないかと思ったのですけれども、過半数の病院が森林を活用してみたいという答えが返ってきたので、林野庁はびっくりして、これはいけそうだということで2003年に「森林療法」を提唱したのです。これは記録にも、もちろん残っています。

同じ年に林野庁は三つの森づくりを発表しました。医療、福祉に活用できる森、療養や保養ができる森、健康づくりができる森、当時は新聞にも載りましたが、今この計画はどこに行ってしまったか、ちょっと分からないのですけれども、こんな計画が一時立ち上がったのです。

さらに同じ年に『森林療法実践』という本が出まして、その年にもう1回、林野庁から委託研究を受けて、岐阜県で、私が責任者で調査を行ないました。都市部を歩いたときと、山に出かけて森林散策をしたときでは、生理的効果、心理的効果がどのように違うかを調べてたところ、岐阜県庁のあたりと、下呂温泉周辺のスギ、ヒノキの混合林で比較した結果、やはりスギ、ヒノキ林を歩いたほうの免疫機能が高まって、ストレスホルモンが低下して、気持ちがよくなった。それから歩く速度も山林内を歩くときほどスピードが高かったという結果が得られたのです。

それから、ちょっと方向が変わってくるのですけれども、2004年に今度はまた別の方ですが、「森林セラピー研究会」という研究会を発足させました。このときに「森林セラピー」という言葉が生まれたのです。この研究会はそれからどのように展開していったかという、「森林セラピー」それから「森林セラピスト」、そして「セラピー療法」、この三つの言葉を商標登録したのです。これでやたらに使えない言葉になったのです。それと同時に、全国に森林セラピー基地を作るとか、セラピーロードを作るとか、認定事業を始めたのです。原点は山村の中の障害者施設とか養護学校で始まって細々とやっていた森林療法が、

この頃から“地域おこし”とか“村おこし”とかでも注目されはじめるようになった背景があります。このへんが、ちょっとごっちゃにされていると思います。

その「森林セラピー研究会」は、昨年7月に解散しました。今はNPO法人として「森林セラピーソサエティ」というのがその事業を継承しています。

以上をまとめると、森林療法は二つのタイプに分けられます。一つは、こちらが中心ですけれども、福祉とか医療とか心理の分野です。地域の山林も回復させながら人間性も回復していくという、これが本来の基本です。この写真は神戸市北区です。40年以上放ったらかされていたアカマツ林があるのですが、その中に間伐、除伐をして光を入れてあげて、山を回復させながら、そこに地域の障害者の方もかかわって、人間もこの中で健康を取り戻していくという流れです。これが「森林療法」の原点なのです。

こういった活動は作業療法やリハビリにもなります。それからカウンセリングの場として、ここで悩み事を聞いたりとか、自分の居場所を作ったりとか、自分の生活を振り返ったりとか、心身の休養の場として自分にとってかけがえのない森にしていく流れです。

もう一つは地域活性型なのですが、こちらはやはり「森林セラピー」と呼ばれるものです。ここでの中心は森林の外部です。業療法とかリハビリとかカウンセリングとか、そういったことよりも、「この森はこんな森です」とガイドして、お金をもらうという、こういうタイプです。もちろんお金をもらうことが悪いことではないですけれども、地域振興策とか村おこし的な内容です。

しかしながら、セラピーというからには環境とか、プログラムとか、人材とか、保養地としての一定水準の環境とか努力が必要です。このあたりのことが非常におそろかに、あいまいに考えられて企画されるところもままあるのです。立ち上げてやってみて、お客さんが実際に来たら、「何だ、セラピーができたと思ったのに、意地悪そうなおじいさんが案内してくれた」とか、「全然いやされなかった」とか、内容がちぐはぐだったとか、そんな問題が起きています。

うまくいっているところの特徴、伸び悩んでいるところの課題。

これまでに行われた地域活性化策としての「森林セラピー基地」では、うまくいっているところと、うまくいっていないところがあるような気がします。自分も北海道から沖縄まで回っていますが、うまくいっているところの特徴は -

- ・ 目標や目的がとても明確です。うちは都会の疲れたビジネスマンを対象にしようとか、うちは地域の高齢者の肥満率が高いから、それを低下させようとか、子どもたちの不登校を少しでも改善しようなど
- ・ きちんと保養ができる森林と、それにふさわしい気候とか環境で、蒸し暑くない、つまりさわやかな森林があるところ
- ・ 既に集客実績があるところ
- ・ 人材が豊富でいろいろな人がいて、自主的な学習がされ、地域住民とも話し合いがさ

れている。できることから始めています。

- ・ 森林セラピーをやりたいというときに、窓口の方がちゃんという。
- ・ プログラムは「これをやってください」ではなくて、「どれがいいですか」というふうに自己選択できる。
- ・ 役割分担ができています。自分1人で全部できるわけではないです。午前9時から10時までは、この人が森を案内してくれます。10時から11時まではカウンセラーが相談してくれます。11時になったら地元の主婦の方がお弁当を持ってきてくれますとか、そういう分担ができています。



逆に伸び悩んでいるところでは、地域住民に相談なしで、行政だけが先走って企画を決めている。特に「うちも森林セラピーで行くぞ」というふうにも上司の方が決めて、安易な村おこし、地域活性化策の一つとして、実にあいまいなセラピーの内容で、過去に保養とか集客実績の全くない中でこれを企画し、他所のまねをするのでオリジナルがない。また地域住民が知らない。

「うちが森林セラピー基地になったから、あとはあなたたち、お願い」というふうに、後になって丸投げをする。効果、結果を急ぐ。来たばかりの客さんに「どうですか。いやされましたか」と、いやしを強制するなど、保養に来る方々の気持ちが分からなかったり、観察会との区別がなかったり、保養のニーズに対応できていないことが多く、看板だけできてしまって、そのあと維持はどうしようとか、そんなことでは、お客さんが定着しません。実際にこういうところもあるのです。天国と地獄のように差が大きいです。それから人材も非常に大きな課題があります。現在この森林セラピーに関心を持っている方々はどんな方々だと思いますか。今日いらっしゃる皆さんもそうかもしれないですが、1番は自然関係の活動をしている方とか自然教育関係の方です。もちろん悪いという意味ではないです。2番目が保養ビジネスをやっている方で、3番目が地方行政関係の方なのです。この方々がベスト3です。その次に資格を取りたい方とかです。やっと最後に医療とか福祉関係者の方なのです。この実情における課題としては、セラピーとか療法にかかわっている人が圧倒的に少ないのです。今日もそうではないでしょうか。それでは自然観察会と変わらない内容になってしまいます。当然です。そういった療法関係ではない方が担っていくからです。森林療法やセラピーに対するイメージや目的や視線は様々だということです。ですから人材育成の場においても参加者の森林療法の解釈とかイメージの差が大きいです。また具体的な対象者のイメージがしづらい。そうなれば相手の気持ちが分からない。結果的にどういうことになるかということ、とても自然好きの人々の腕自慢大会になってし

まうのです。

森林セラピーの研修会のはずが、樹木に関する知識を競っている。ある人が「このムラサキシキブは」と紹介したところ、「何言っているんだ。それヤブムラサキじゃないか」などです。そんな講習で、何がイヤシなのか分からなくなってしまったとか、あるいは、相手の話に耳を傾けることができない。結局、内輪ウケで終わってしまうという、こんなところがままあります。これからもし、こういったことを考える地域の方がいたら、ぜひ、そのような二の轍を踏まないようにしていただきたいと思います。

来訪者の声にあったのですが、「自然解説は短めにしてほしい」。これはすごく皆さん凝って説明する人がいますが、聞いているほうにボランティア精神が必要なほど長い話をする人がいます。また「1人で静かにじっくりできる時間がほしい」「放っておいてもらいたいのに、どこまでも説明がある」とか、「見世物にしないでほしい」。これは、森林セラピー基地に出かけてイヤされると思ったら、新聞記者の方、マスコミの方、そういうテレビ局がいて、ずっとカメラに撮られていて、「嫌だな」と思って帰ってきた。「どうですか。イヤされましたか」とインタビューされて、「イヤされなかった」なんて、とても正直に言えない雰囲気にもなって、「結局、私は見世物で来たのですか」・・・そんな問題になったところもあります。大人数が苦手な方もいるのに、40人のツアーとか、歩くスピードだって様々です。イヤシの案内人という方が休憩時間のたびにタバコを吸った。生活習慣病の予防とか健康づくりと言っているのに、タバコを吸うのは不思議だった。案内する人に「ちょっとタバコをやめてくれませんか」と言ったら、「この山の中で吸う一服は最高なのに、なんで吸っちゃいけないんだ」と開き直られたとか、タバコを吸うのはかまわないかもしれないですけども、プログラム中はちょっと差し控えたほうがいいでしょう。

それから「無責任な言動をしないでください」というのは、とてもうつで悩んでいて、やっとの思いで休みを取って出かけたのに、「そんなうつなんか、ここにいたら吹っ飛ばすまうわ」「うつになった人の気持ちはわかんねえけど」、何でこんな人の案内を聞かなければいけないのだろうというような思いをさせないように、案内する方自身が森での健康づくりへの意識が高いということが必要とされるということです。このような人間関係での問題が一番多く報告されています。「何でこの人が案内人なんですか」「ひどい目に会った」というクレームのほうが多いということです。

吉野はこんな生活習慣なので元気なのではないか、これを来る方にも勧めていくということです。

ここから奈良県吉野での可能性を考えてみたいと思いますが、これまでの内容で打ちのめされているような気になっていませんか。大丈夫、ちゃんと明るい話題も出てきます。

吉野地域は何といっても伝統的な林業地です。昨日から方々に連れて行っていただきましたが、修験道の道があります。そして水源林です。今回のテーマにもなっていますが、高齢者の方が多いということです。これはキーワードです。

昨日見たところで、見事な高齢大径木の森林が道沿にありました。とても奥多摩なんかでは見られないような森林ですが、皆さんだったら、森林療法とか森林セラピーという場として、どうやって活用しますか。地域ならではの環境です。大きいというだけでも圧倒されますが、私がもし、うつの方と一緒にここを歩くとしたら、このところに入って行って、少しは説明するかもしれないですが、この木の根元のところで、静かに一緒に休んでいます。この森の中の音を聞いている、それだけでも十分いいと思います。都会から来た人なんかは静けさをすごく求めています。この木のそばにいてもいいと思います。

それから水源林もあります。そこは自然の森のバランスというか、自然が作った森林、自然なのです。この水源は都会では飲み水にもなると、村長さんもおっしゃっていました。水がこの地域のポイントです。どこに行っても豊かな水があります。そういったところは山の真ん中です。川上村でも発見しましたが、ウメノキゴケ科という地衣類があります。地衣類というのは菌類と藻類が共生しているような生物なのですが、とても発見しやすく、大気汚染の指標として使われるのです。ディーゼルエンジンの排気ガスとかで二酸化硫黄の濃度が高くなると生育できない。つまり空気がきれいなところでないと、このウメノキゴケ科というのは生育できないのです。

吉野地域では、高齢化率が半分ぐらいというところもあります。私の出身の長野県もそうなのですが、とても長寿で、65歳以上の方がとても多いです。吉野地域の方も、どうやらお聞きするところ元気です。生活習慣とか食生活で、何か特別なことはありそうですか。よく運動するとか、あまりお肉を食べないとか、自分のことは自分でやるとか、いろいろな生活習慣があると思います。もし吉野の高齢者の方がお元気で活躍しているとしたら、この吉野の高齢者はこんな生活をしているから元気なのだという、これこそ森林セラピーとかを考える場合、いいモデルになると思うのです。

昨日から案内していただいた方はとてもお元気で、やはり山歩きをされていて、そういった生活習慣が健康を高めているのだと思います。ですから、こういったことを詳しく調べて、吉野はこんな生活習慣なので元気なのではないかという、これを来る方にも勧めていくということです。



もっともっと吉野材というものをPRしてもいいのでは・・・

吉野地域に似ている事例があります。長野県の木曾地方です。木曾はやはり過疎地域なのです。日本三大美林の優良な樹木、主にヒノキですが、木曾の五木というものもあります。また自然休養林もあります。森林鉄道も走っていますし、御嶽山の信仰があります。木曾の歴史性もありますが、尾張藩の頃から橋も全部、木曾ヒノキを使っていました。現在の森林セラピーには、木曾病院も連携しています。

ここでの特徴はヒノキにとってもこだわっていて、いろいろなところに木曾ヒノキがふんだんに使われています。散策道の路面に敷かれたチップもヒノキの皮なのです。これを修学旅行で来る中学生に敷いてもらっているのです。地元の中学生はもちろん、愛知県の子ども来てくれて敷くのですけれども、不思議なことにこのチップを敷いたという中学生のリピーター率が高いそうです。「あのとき僕がこのチップを敷いたのだ」ということで、やはり愛着を持つのです。吉野地域でもきっとそういう活動はされているとは思いますが、こういったこともいかがでしょうか。

森林散策路も心配りがされていて、車いすの視点で看板が付けられています。それもずっと付けっぱなしではなくて、定期的に更新がされています。昔の林業の説明がしてあって、「ここは床堰（とこぜき）と言います。ここに木を集めたんですよ」という説明があって、「ここに木を集めたのか」というふうに、わかるようになっているのです。

地元の木材をふんだんに使っていて地元の学校の下駄箱に至るまで、全部木曾ヒノキなのです。看板にも間伐材を使って、その説明をされています。だから地域の方は本当に地域の木曾ヒノキを誇りに思っているのです。お土産も、やはり木曾ヒノキばかりなのです。

吉野でも売られていましたけれども、チップです。こんなチップを買って行ってどうするのだろうと皆さん、思わないですか。福祉関係はこれを売ると喜ばれるのです。どんな方が喜ぶと思いますか。想像したことありますか。買って行ってどうするのだろうと思います。炊きつけに使うのかなとか。私がかかわったときは視覚障害者の方にとっても人気がありました。香がいいからです。香がいいし、軽いし、持ち運びできるし、手触りもいいしということで、「これが木曾ヒノキのチップですよ」と渡すと、「これはいい香ですね」と、コースターとかは重いから、あまり喜ばれないことがあります。こちらのほうがわりと喜ばれたりします。吉野地域でこういったことはされていると思いますが、もっともっと吉野材というのをPRしてもいいのではないかというふうに、外から来た人間ですけれども、思いました。

伝統料理を来訪者に対する健康食として使うということ。

再び木曾に戻りますが、郷土料理がやはりあります。皆さんの地域にもきっと自慢の料理があると思います。木曾ではお肉の料理がほとんどないのです。ちょっとお米はあるのですけれども、田んぼも少ないですし、もともとお米とかを食べなかったところなのです。それで山菜料理がとても多いのですが、極めつけは木曾地域には塩がないのです。塩はと

でも貴重品だったので、塩の少ない郷土食が昔から行なわれているのです。今で言えば減塩料理です。

お米などがとても貴重品だったので、どんぐりを料理に使っていました。これが今の飽食の時代に、メタボリックなお腹の出た方が多い中で人気があるのです。どんぐりクッキーとか、どんぐりパンまで売っているのです。味はともかくですが、こういったものが出ています。ハウバ巻きというお菓子もあります。吉野地域には、柿の葉ずしがあります。ほかにもこのような郷土料理があると思いますが、それらの多くは、お肉を使わないで、繊維質の多い山菜とか野菜料理とか、そういう伝統料理を来訪者に対する健康食として使うということです。

来た方の話をとことん聞ける姿勢があるかどうか それが一つの分かれ道になるみたいなのです。

長野県の信濃町というところで、ここは一応、森林セラピー基地に認定されていますが、ここは森林セラピーで有名になったのではないです。もともと、ここではいやしの森事業ということで、セラピーなんていう言葉が生まれる前からやっていました。大正時代からここは保養地です。有名な方もたくさん来ています。信濃町の特徴は平坦な土地ということがいえますが、来る方の視点に立って、ここはとても楽なコースです。1.2キロのコースですが、高低差が20メートルしかないのです。平坦地にカウンセリングのコースがあり、歩きながら相談する。地形的に、木曽ではこういったコースがとれません。吉野でもそうかもしれないです。

湖のほとりでもカウンセリングをしたりします。一番の特徴は町民の方が、行政が何も言わなくても自主的に研修会を自分たちで開いています。地域にリーダーがいるのです。吉野のほうはどうでしょうか。長野県では、他のところもそうですけれども、なかなか地域の中でリーダーは出にくいのです。何か始めようとすると、「あんなやつは昔、鼻たらしっていたのに偉くなったもんだな。セラピストなんて言ってさ」などと、みんなから冷やかされたり、そういうことで足を引っ張っていくのです。ですから信濃町の地域の方よりも、よそから引っ越してきた方が率先して、リーダーの役割をやったりしています。そして信濃町はこういった、おもてなしの研修会などを自分たちでやって、これまでに約140人の案内する方を自分たちで育てたのです。中には住職の方もいます。住職がこのようないやしの何かの資格とかを取ると、また説得力があるのです。お盆のときに檀家を回って、「私も森林療法というような勉強しています」なんて住職さんが言うと、「ああ、そうですか」というふうに、そのうちの子どももまた、こんなものを取りたいと言ったりします。町の認定資格です。「あの人に案内してもらいたい」といわれる人がいるのですけれども、どんな方だと思いますか。その方は、森の知識がある方ではなかったのです。資格もないです。教員の資格は持っていますけれども、家庭の主婦だったのです。3人の子どもを育てて、ちょっと子育ても一段落したので、これをやってみようかというようなかたちで始めた主

婦の方です。その方が一番人気があって、もちろん美人な方だと思いますけれども容姿でお客様が付くわけではないのです。どうしてお客様が、一番その方を好むかというところ、とことん来た方のお話を聞いてあげるそうです。来た方の悩みとか、そんなことがあってとか、会社でそんなことがあってというときに、「そんなのあんたがいけない」とか言うのではなく、「そうですか。大変ですよ」というふうに一つひとつ聞いてくれるそうです。ですから、その人には打ち明けたくなくなってしまって、「ずっと黙っていたんですけど、私いま、うつ病なんです」とか、最後にポロッと打ち明けることがあるそうです。その方はスギとヒノキの区別もつかないぐらい樹木オンチだった方ですけれども、人の話をとことん聞ける姿勢ということで人気があるそうです。来た方の話をとことん聞ける姿勢があるかどうか、それが一つの分かれ道になるみたいなのです。「何だ、そんなことか」と思われるかもしれませんが、人の話をとことん2時間とか3時間聞くというのは非常にくたびれるし、難しいことです。

それから信濃町に一つだけ、信越病院という病院があるのです。信濃町では、お医者さんが安定して勤めていることができなかつたのです。すぐまた次の病院に行ってしまったり、あるいは出世に利用されるだけで、へき地で勤めたら、いい病院に行けるよとか。2003年から森林療法を始めましたが、それまで3人しかいなかった先生が、今は11人になったそうです。その先生たちは若い先生で、「私は森林療法をやりたい」という希望を持った先生が来てくれるようになったり、脳外科の院長先生が率先して森林療法をやっていきたいということを行っているし、何よりもこの信越病院が力を入れているのは、地域の方の生活習慣病予防のために森林療法をサポートしているという点です。安易にお金儲けをしようという意図ではないのです。本当に立派な地域病院として、成り立っているということです。このように森林療法という看板を掲げてから、お医者さんが来るようになった町もあります。いま「いやしの森宣言」ということを掲げています。

ドイツでは、保養税の税収で道路や森を整備しています。

海外の事例も少しだけご説明します。イギリスです。イギリス人はよく散歩をします。今ではウォーキング大国と言われています。第一次世界大戦が終わった後、長期の不況の時期があって、そのときに身近にできる簡単な健康づくりは散歩だということで、散歩が流行したのです。それで今に至っているのです。散歩ができる散策路をフットパスと云うのですが、これをイギリス人はとても熱心に作って、総延長が地球を4周以上するぐらいフットパスが作られているそうです。習慣として散歩が行なわれています。

海を渡ってお隣のドイツです。セラピーコースが設けられているのは、トウヒという針葉樹の人工林です。人が植えた林の中で、昔は馬車などで出した木材を搬出する道路です。この道を舗装整備し、セラピーコースに使っています。また広葉樹林のブナ林の例もあります。ドイツのブナ林は人の植えた人工ブナ林です。このブナ林の中の、やはり作業道をセラピーコースで使ったのです。

こういった造林地を使って行なっていますが、ドイツの特徴は、こういった保養地です。日本だったら温泉に泊ったら入湯税を取られます。あれと同じように保養税という税金を宿代の中に入れて保養客から徴収しています。保養税の税収でこういった道路や森を整備しています。理にかなっています。保養客には、呼吸循環器系とか不眠症の方とか腰痛の方とか、いろいろな方が来ます。

薄暗いような林があります。少し間伐をしたほうがいいのではないかと林です。これは私有林です。プライベートな林なのです。公有林ではないのです。吉野のほうも私有林がとても多いとお聞きしています。人の家の林なのですけれども、保養客であつたらこのような人の家の林でも足を踏み入れていい、散策していいという条例があります。逆に山の持ち主は、相手が保養客であれば入ってくるのを拒んではいけないという条例があるので、保養客はどこの家の林でも入って行っていいのです。歩いていいのです。健康づくりのためにという、こういうお国なのです。森林というのはみんなの財産という考え方なのです。

ドイツの例で、立派で優秀なりハビリ病院があつて、そこでリハビリを行なう環境として病院の裏の森林を使っています。こういったところを歩行してリハビリをするのです。歩行器を使つたり、ステッキをついたり、この看板には「歩きすぎに注意」と書いてあります。そのぐらいいリハビリを一生懸命やるということです。

散策の効用もいろいろな先生から報告されています。一番いいところはお金がかからないということです。

森林散策によって医療費が削減できた。

吉野地域でもぜひ、こういったモデルを作ってもらいたい例をご紹介します。北海道の事例ですが、中頓別町という町です。人口が2000人しかいない過疎の町です。高齢化率は4割を超えています。地域の森林率が8割以上で、この町の一番の産業は森林・林業です。

どういう森林・林業かという、エゾマツ・トドマツの人工林です。こちらでいうとスギ・ヒノキ林だというようなところです。温泉が一つだけあり、宿泊施設も一つだけあります。高齢者がとても多くなってきていて、地域の風土病と言つたらおかしいですが、一番多いのが生活習慣病なので、その中でも一番多いのが高血圧です。北海道は冬は寒くて外に出ないでビールを飲んだり、焼酎を飲んだり、おつまみを食べたりとかして、血圧が高い方がとても多い。そこには病院が一つだけありまして、その内科の住友先生という院長先生が地域の高齢者で高血圧の方を中心に1年間以上、定期的に森に連れていきました。そして森林散策を行ったのです。地域の方は、最初はむしろ冷ややかに見ていて、役場の方などは「そんな当たり前のことじゃないか。こんなところ毎日歩いているし、おれたちなんか住んでいるだけで森林浴、あえて歩く必要なんかない」と、そういった目で見えていたのですが、驚くなかれ、やはり回を重ねるごとに血圧が下がって行って、1年たつたら高血圧の方がかなり健康値に近づいたのです。お薬の投薬量も少なくなり、病院に来

る回数も少なくなって、病院の収入は減ったのだけれども、患者さんにとってはよくなった。

病院に来なくなったので、人口が少ないところですから計算をしてみたら、町民1人あたり1万500円の医療費が削減できたのです。森林散策によって医療費が削減できた初めてのモデルだということで、厚生労働省の人がから問合せがあって、見学に来たそうです。

こういった貴重な事例があります。別にここはセラピー基地でも何でもありません。お医者さんが連れていって、今では効果があるということで、これを続けています。呼吸循環器系がご専門なのですが、学会でも報告されています。

皆さんご高齢ですが、まず集合して、血圧をチェックし、だ液を採ったり、血圧を測ってから、山の上まで歩ける人は歩いて、途中まででもいいので、また下ってくる。そんな事例です。ぜひ、こちらでもいかがでしょうか。

私がやっている例ですが、埼玉県日高市というところで、高齢者の方だけを対象に行っています。65歳以上になったら、どなたでも無料で参加できます。去年からやっているのですが、毎回、血圧と体脂肪率を測って、地域の山林、そこはスギ・ヒノキ林を歩いています。やはり高血圧の方に効果があって、「私はもうじき死にます」というおじいさんがいたのですけれども、2年たってもちゃんと死ななくて、いまだに毎回、参加していただいているし、血圧も下がってきています。

福島県の只見町というところも高齢化率が高く、過疎の地域ですが、町ができて50周年記念で何かやろうと、地域の方を対象にして地域の森歩きをやったのです。散策前後に血圧を測ったり、ストレスチェックをした結果、やはり3分の2以上の方が血圧が下がったそうです。このように皆さんが思っていた森歩きのガイドとか、観光案内的なものとかは、もっともっと身近に、地域の方の健康づくりになるのです。

地域の方々に、こんな効果があったとPRするために ぜひ、1年以上継続して調べてもらいたい。

高齢者、子ども、それから企業、この三つを対象に事例を持ってきました。まず、高齢の方を対象にした場合です。運動とか、余暇に森林散策をしたらということにはよく言われますが、寝たきりとか、引きこもり予防に森林散策とか、また近所でもいいのですけれども、とにかく外に出てもらう。例えば「毎週木曜日は役場に集まってください。」「65歳以上だったら無料で参加できます。」「森歩きの指導者が連れていってくれます。」そのようなことを続けることによって、寝たきりとか引きこもりが予防される。それから転倒予防のリハビリテーションに森林散策を行なうという病院が千葉県にありますし、骨粗しょう症の予防にもなるようです。保健師さんなどとタイアップして、森歩きするようになってから、地域のご高齢の方がどんなふうに変ったかをチェックしています。肥満予防にもなるし、気分転換、うつ予防にもなります。

長野県の小諸高原病院という、やはり山の中の病院で報告されているのは、病院の中で

は自己紹介もできないし、オムツをしていた重度の認知症の方が病院の周りの何の変哲もない、アカマツ・コナラ林を散歩するようになってから、昔の仕事を話すようになったり、病院に帰ってきてからも自分でご飯を食べられるようになるなど、自律能力が高まったという報告もされています。

認知症の方に、昔の記憶の中にあるような風景のところに連れていくことを回想法と言いますが、その効果があるようなのです。

兵庫県神戸市の老人大学校がこんな研究をしています。あるグループで3年前に7ヵ月間10人ぐらいが、兵庫県内の34の森林浴コースを歩いたそうです。192キロ歩いた結果、森林浴をするたびに血圧が下がっていったそうです。森林浴ではぶらぶら歩くよりも、多少坂道などアップダウンがあり、簡単に歩くより、負荷をかけるほうが血圧の低下に効果があったそうです。こんなことを皆さんは調べられてみたらどうでしょうか。地域の方にこんな効果があったと宣伝、PRすると説得力があると思います。

今後の可能性としては、ぜひ1年以上、その効果を継続して調べてもらいたい。そして健康状態とか生活習慣とか病院に行く回数が減るかもわかりません。

高齢者施設の場合では、全員でなくても、1人でも2人でもいい、もし車いすの方ならば、景色のいいところに連れて行ってあげるだけでもいいのです。福祉施設とタイアップするなどで、吉野ではこんな効果が出た。それが医療費削減につながればいいですね。最終的には「吉野の森林で再び健康を取り戻せ」となればいいですねということなのです。そんな方向性はいかがでしょうか。

森は黙って子どもたちを受け入れてくれた。

次は子どもを対象とした事例です。「森の幼稚園」というものがドイツとデンマークにあります。森の幼稚園はデンマークで元々できたので、その後は、ドイツにも移っていったのですけれども、特徴は特定の園舎とか園庭を持たない青空保育の場という点です。月曜日から金曜日まで毎日外で過ごす。雨が降っても、雪が降っても外で過ごすのです。建物がないですからね。森林環境全体を幼稚園としてみなしている。公園なども使っている。いまドイツでは400ヵ所以上こういった幼稚園があるとされています。

アウグスブルクだけでも5ヵ所あるのですけれども、朝8時過ぎにおうちの方が、子どもたちを連れてきます。建物がないですから森の入口が集合場所なのです。「うちの息子をお願いします」とお母さんが連れてきて、保母さんは「分かりました」と受け入れをします。ここから歩いていくのですけれども、バイクとか自動車は入れないので安心して歩けるのです。

それから森の中に入って行くのですが、子どもたちは棒を拾います。「君たち、この棒を拾ってどうするの」と私が聞いたら、「おじさん、頭がどうかしてるんじゃないの」と言われるのです。「武器だよ」と言われました。森の中はオオカミ男とかドラキュラとか吸血鬼とかがいる。この武器で防ぐそうです。それから先生からたびたび言われているのは、言

う事を聞かなかったり、ルールを間違っただ子どもがいると、霧の濃い日に霧男という人が来て連れていかれる。霧男が出て戦えるように、この棒を持って歩くのだそうです。

親が木を植えてくれているのですけれども、木を揺らしたり、木の感触を楽しんだり、カラマツを揺らそうとする子もいます。それからお話の時間とか、音楽の時間もあります。先生が棒切れにロープを結びつけているので、「これはどういうことですか」と聞いたら、見かけよりも音が小さいとか、見かけよりも音が大きいとか、いい音がするとか、木にも個性があることを学べればそれで十分なのだそうです。シラカバの木とかを子どもたちが拾ってきて、日本でいうおみこしみたいなものを作って、これをみんなで持って、おはやしまいたいにドイツ民謡を歌うのです。英語とか日本語は禁止なのです。楽しいドイツ語を話しましょうという、そういう幼稚園です。

コミュニケーションの時間があって、最近あったうれしかったこととか、悲しかったことを一人ずつ順番に話をする時間があります。これによって小さいころから、みんなの前で物おじせず自分の意見を言ったり、みんなの意見を辛抱強く最後まで聞くというトレーニングをするそうです。

泥んこ遊びも本格的で、大きな泥んこのところでスライディングしたり、寝そべったりとか、親が見たら真っ青になるような泥んこ遊びを展開するのです。

それからノコギリや工具も貸し出しOKで、3歳の子でも、金づちを使っています。日本だったら、ノコギリを振り回している子がいたら、「危ないじゃないか」とすぐ怒られて、取り上げられるところですが、ここでは使わせるのです。もちろん先生が見ています。「子どもたちが指を切ったらどうしますか」と聞いたら、ドイツ人らしいとても合理的な答えて、「このノコギリは元々そんなに切れるものではない。」と言われました。または「ノコギリの使い方がとても下手で、自分の指を切り落とすことはできない。」とも言いました。「自分の指を切り落とし続けるはずがない」と真顔で言っていました。よく言われるような、「けがをして学ぶことも大事だと。」「全員、保険に入っています。」もちろん救急箱も持っていますけれども、転んでも「あなたがいけないのだ」という教育です。日本だったら「誰が見てたんですか」なんて怒られます。

対人コミュニケーションがちょっと苦手な子どももいます。そんな子どもには、先生が隠れ家を作ってくれるのです。この中で遊んでいてもいいよという子もいるのです。

お話の時間が最後にあるのですけれども、日本だったら紙芝居なのですが、児童文学なを先生が2ページ朗読します。それをみんなが静かに辛抱強く聞くのですが、雨にもかかわらず、傘かさをさしているのは先生だけです。あとはみんな傘をさしていないのです。自分で自分のことはしのぎなさい。建物がないですからね。こういった教育をしています。お弁当ももちろん外で食べます。これを毎日やっているのです。

これらの効果によって、子どもの発達が普通の幼稚園へ行くよりも早いそうです。コミュニケーション能力が高まるからです。それから長期欠席が少ない。安眠できる。感情が安定する。ドイツのほうもキレル子どもがいるみたいですが、感情が安定するとか、

五感が発達するとか、友達づくりがうまいとか、一人遊びもOKとか、学習面も良好と、教育ママが見たらキラッとするようなことばかりです。

それがちゃんと統計になっていて、2002年にハイデルベルク大学の研究者の人が発表しました。小学校に上がったときの成績の比較です。普通の幼稚園を出た子どもの成績と、森の幼稚園を出た子どもの小学校1年生のときの成績の比較です。点数をみると、普通の幼稚園に行った子どものほうが高い点数です。「なんだ、森の幼稚園はだめじゃないか」と思います。ところが、これがドイツの成績表の特徴で、4点というのが一番悪い点なのです。1点というのが一番いい点なのです。ですから点数が少なくなればなるほど、いい評価なのです。そうみると、やる気、耐久力、集中力、社交性、協調性、芸術分野、認知分野、算数とか理科、体育に至るまで全部、森の幼稚園を出たこどものほうが成績がよかったといえます。

奈良の子どもたちにもいかがでしょうか。村外からでもいいです。森を育てながら子どもを育てるといのは、とてもいいことです。私は育児休暇を半年もらって、息子を育てていましたが、やはりそれなりの効果があったような気がします。里山とか放置林があったら、ちょっとした面積でもいいのです。子どもなので大面積でなくてもいいので、毎日毎日、活動できるような場を提供してもらって、幼稚園とか保育園でなくても、自然活動グループでもいいので、こういったことができればなと思っています。

ちなみに日本にはいくつぐらい、この森の幼稚園があるかということ、4ヵ所ぐらいしかないと言われていています。愛知県と千葉県と神奈川県と長野県にあります。

同じく子どもを対象にした例ですが、国立病院です。親から虐待を受けたり、小さいときにものすごい事故や災害に遭って、心に傷を負った子どもたちがさらに薬剤抵抗性という安定剤とか睡眠薬が効かない十代の子どもたちが、病院の周りの森林散策を始めて、森林療法を行なったのです。

最後の手段ということで行ないましたが、いい結果が得られました。具体的な効果としては、行動がかなり改善して、生理的な効果が得られました。重度の心の傷を負った子どもたちに何がよかったのかということ、森が子どもたちを受け入れてくれる環境としてよかったのでしょうか。何の変哲もない森林公園なのですけれども、どうしてこどもたちを受け入れる環境として森はよかったのでしょうか。やっぱり黙っているというのが、子どもにとって一番よかったのです。「そんなこと昔のことじゃないか」とか「これからの人生は長いぞ」とか、そんな説教をするわけではないです。森林自体はずっと黙って子どもたちを受け入れてくれたことが一番よかったのだらう、そういうお話です。



企業からの重要なニーズは、「自分たちのこと理解し、受け入れてくれ、同行してくれる人材がそろっていること」

奈良県で、今から3年前に、一般企業で働く人を対象とした事例です。これは大阪の企業で、JR大阪駅のすぐ近くにある印刷会社です。その保険厚生課から電話がかかってきて、「うちの社員に森林療法をやってください」と言われました。どういう内容かというところ、「まだ病気というほどじゃないんだけど、まじめな社員なんだが欠勤とか早退しがちの社員がいるのでお願いできませんか」と言われました。「定期的にやりたいので、会社の近くにある公園を使ってください」と言われたのです。

大阪駅の近くだと三つ公園があるのです。空中庭園は除いてです。でも、やはりうるさくて空気が汚い。それから人懐っこい方が多く、何かやっていると、大勢人が集まってくるので、プライバシーが保てないということで、わざわざ奈良まで来たのです。

奈良県に立矢田山森林公園というところがあります。そこでやったのです。

社長さんが気を利かせてくれて、社員に有給休暇を出してくれたのです。一律この日は休みにするので、行きたいという社員がいたら、その経費は会社が負担するよと言ってくれたのです。もし「お前ちょっと具合悪そうだったから行ってこい」と言われると、言われた本人はショックです。「自分は“肩たたき”にあったのだろう」とか、それから周りの社員もおもしろがって、「社長に行けと言われて、あいつ、危ないんじゃないか。」そうなるとうけないので、そんなかたちで来られました。12人が参加しましたが、その中に会社の人で「この人は行ってもらいたい」という人がちゃんと入っていて、それでよかったわけです。

社長のリクエストは「体験前後でうちの社員の気分がどんなふうになるのか調べてもらいたい。もし気分が変わるのだったら、うちの会社の心の健康づくりにおいて森を活用していく」と言われたのです。

最初に「今日過ごすところはこういうところですよ」という紹介から始めました。参加者からの一番目の質問が「ここはクマがいませんか」でした。私は「クマはいないですね」とちょっと笑ってしまったら、「そんなふうに笑いますけど、我々はこういうところにあまり来ないし、毎日OA機器を見て、新聞の折り込み広告を作って入れるだけで、なじみがないですから、心配になるのは当然じゃないですか」と言われました。

くたびれている方が中心なので、ノルディックウォーキングとかをするのではないです。いきなりストックを持たせたりは、絶対してはいけません。どこでもいいので自分の好きな場所を選んで、木に寄りかかってもいいし、仰向けで寝てもいいし、横向きでもいいし、座っていてもいいし、川の音とか風でゆれる葉の音を聞きながらリラックスする時間を取ります。携帯電話も切ってもらって、これから20分間黙って過ごしますという、「何だ、そんなことなの。ここで」と思いますが、「この時間はとてもよかったです。こんなに何もなくていいフリーな時間というのは、ぜいたくであるということが分かりました。」とか、「これからもたびたび、こういったことをやりたい。」という感想がありました。

また、いろいろな木があるので木に触れてもらったり、自分の相性がいいなという木がいたら、寄りかかって静かにしてもらったり、中には感受性の高い方がいて、女性とか涙が出てくる方がいて、いろいろ話を聞くと、「私は本当はアーティストになりたかった。グラフィックデザイナーになりたかったのだけれども、今のこの新聞広告とかを作っていて、何かそのギャップに悩んでいます」とか、別の林にも移動して、林の中で1人の時間を過ごしてもらったりとか、今度はグループで、いやしの場所をみんなで見つけてもらったり、案内するのではなくて、みんなで探してもらうのです。

ワークショップ前後で気分がどんなふうになるかということを見てみたら、興奮と緊張が和らいだりとか、抑うつ感が減ったりとか、それから朝来たときには「嫌だな」というマイナスの気持ちだったのに、プラスのほうにそう快感が増したりとか、不安感がうんと下がった。それから自己評価でも、皆さん悩みを持っている方だったのですが、悩みや問題が緩和したとか、体調がよくなったとか、それからチームワークが高まったとか、話し合いがよくなったとか、そんなことが伺えたのです。

この結果から、社長さんは「ぜひ、うちの企業としては、これから森林を活用していきたい」というふうにおっしゃられました。「ついては、こういったことができるところを紹介してもらいたい」と言われました。自分たちは本当に全くの素人なので「さあ、ここはいやしの森です。歩きなさい」と言われても歩けない。ですから我々のことを分かってくれて受け入れてくれて、同行してくれるような人材のそろっているところでないといけません。ここがポイントなのです。きちんと安い宿があって、静かなところで、企業も社会的貢献もあるので、何だったら木を植えたりとか、間伐の丸太を運んだりもします。新入社員研修をやっていきたいという企業が実際に多くあるのです。だから吉野のほうでも、こういったことをやりたいという企業がたぶんあると思います。

長野県で去年から、長野県教育委員会の仕事ですが、保健の先生方を一堂に集めて森林療法の研修会を行いました。この保健の先生方が各学校に戻って、不登校の生徒さんとかを森に連れていくという事業が始まっています。先生方にもこういったアンケートを取っていますが、子どもにも、教員の心の健康づくりにも効果があるだろうと言われていています。

放置林を活用した活動がいま行なわれています。全国津々浦々放ったらかされている人工林があります。企業人を対象に行きます。間伐丸太をみんなでリレーして運んだりします。最初はへっぴり腰だったりするのですが、慣れてきて、1時間ぐらいたって帰るときには、胸を張ってみんな歩いたり、自信を持てるようになるといいます。こんな何の変哲もない山の作業を、あえてやりに来る都会の方がいるのかと不思議に思われるかもしれませんが、こういう事例もあるのです。リピータもあります。もちろん無理せずやることです。気分もよくなるし、ストレスも緩和されるということなのです。林自体も明るくなりますし、森自身の見かけもよくなるということです。森を整備しながら、障害者の方も森林療育ということでやっています。神戸でやったときは、ゴミ拾いから始めて除伐、間伐をやって、全部市民が手づくりで会社をつくって、障害者の方と一緒に定期的に散策を

しています。

吉野にも、昨日見せていただきましたが、こういった作業療法ができそうなフィールドがたくさんあります。急しゅんな地形で木を切るのはとても危ないです。ですから木を切るところまではプロにやっていただいて、あと玉切り作業をちょっと手を貸してやらせようとか、玉切りにした丸太をみんなで運んでもらうとか、無理せず、何でもいいので自分がこれだけできたという自信になるような作業をやらせようということが肝心です。

それから視覚障害者の方も森林体験をしています。視覚障害者の方はある意味、とても他のより感覚が優れていて、指で年輪を数えている方もいます。日頃点字を読むので、指先の感覚がとても発達していて、コナラの木で「年輪を数えたら 37 個あります」「じゃあ、37 年生なんですね」とかおっしゃいます。

ちょっと気を利かせてコナラのコースターのように切って、これを持って帰ってくださいと差し上げたのですが、「重たいからいりません」と言われたり、でも、「この木のくずはいい臭いなので持って帰ります」と言われました。やはりいろいろな感覚に優れていらっしゃると思います。

吉野の美林は必ずや人間の健康を増進するはず。

森林療法の効用については、高血圧の改善なども呼吸循環器系の内科の学会で報告されています。それから高コレステロール血症とか糖尿病の予防に効果的であるとか、また、糖尿病の患者さんのリハビリにも、やはり効果的なのではないかとか、心肺機能を高めるとか、動脈硬化とか狭心症の予防にもいいのではないかと、肝機能では、ガンマGTPが減るとか、ナチュラルキラー細胞が活性化するとか、いろいろなことがこれまでに報告されています。しかしながら、まだまだ万人の方に効用があるというわけではないのです。症例とか事例の調査研究を行なっている段階です。ですから、吉野のほうでも、ぜひ一つでも二つでもこういった事例を作っていければと思っています。むしろ事例を作るほうが先決ではないかなという気がします。いかがでしょうか。

これからの展望なのですが、まずは奈良の方々と森林が健康であることです。それから奈良の歴史とか自然条件とか魅力を生かした様々な受け皿を設けて、休養とか活動ができるようにする。必ず医療や福祉と連携をして、地域医療とか地域福祉をまず行なってから、都会の方にも、都市部も山村も健やかになるような方向性が見出せばいいなというふうに思っています。基本的な姿勢は、森林と一緒に人間も健康を目指していくということです。森林の健康が高まると、人の健康度もやはり高まっていくということです。

最後に、メーラーという林学者が「美しい森林が最もよい木材を最も多く産出する。」と言っています。きれいな森林というのは健康を高めるといっても、だんだん分かってきているので、吉野の美林は必ずや人間の健康を増進するはずなのです。そうして、この地域の、また地域の方の健康づくりにつながればと思っています。

長時間どうも、ご清聴ありがとうございました。

【司会】

上原先生、ありがとうございます。今日は先生にちょっと無理をお願いしまして、質疑応答の時間を少し多めに取っていただきました。最長で3時10分までとし、申し訳ありませんが、途中で打切りをさせていただくというお約束で、皆さんの質問をお受けさせていただきますたいと思いますが、いかがでしょうか。では、質問のある方は挙手をお願いします。

【質問1】

奈良県で音楽療法を行っています。私どもでは「まつぼっくり少年少女合唱団」という子どもたちの合唱団を行って27年目になります。ほとんどの村に行かせていただいて、今350曲ぐらい作曲して、CDにしたり、子どもたちと共に活動している中、私はいま奈良市の「音声館」というところを5年前に離れまして、20代のときに見ました音楽の森という、すごく大きな夢に向かって動いています。森の中のセラピーの中で、回想法での音楽の歌詞とか、童謡紹介とか、季節のいろいろな歌で皆さんの思い出があって、自然の中で音楽の力を生かした何かができないかということが、自分がこれからやっていきたい分野なのです。

奈良県というところは海がなくて、これだけすばらしい森がある。わらべ歌は村々あって、わらべ歌の中にも自然とか山とかをモチーフにした歌がいっぱいあるのです。みんな自然の中で、遊びの中で、自然のありがたさを感じて、またコミュニケーション能力を身につけています。本当に奈良しかできないかたちの森林療法が、きっとあると思いますが、そこに音楽がどのように役に立てるのかなということを、ぜひ教えてもらいたと思います。

【上原】

音楽療法という、とてもすばらしい実践をされていて敬服いたします。先ほどのドイツの民謡も地域の民謡なのです。方言でやはり歌うのです。バイエルンなまりで歌うのです。それがとても尊いのです。他のドイツ人が分からなくても全然かまわない。このバイエルンの方言を大事にしなければいけないということで、次にドイツ語を大事にする。森の中でドイツ語を発音すると非常にきれいなのです。また森の中で歌うと反響があって、上手に聞こえるのです。遠くまで聞こえたり、昔はホルンを持っていて、シカが捕れたときにそのホルンを吹けなければいけない。ラッパも吹けなければいけない、シカが捕れたときにのメロディーがあるみたいなのです。そのように音楽と非常に密着しているみたいなのです。

私は山間部の知的障害者の施設に3年勤めていたのですが、重度の知的障害、今はそういう判定がなくなりましたけれども、最重度判定の方々と一緒に手をつないで歩いていたら、皆さんと歩いていて必ず歌が出てくるのですけれども、どういう歌かということ小

学校とか養護学校で習った歌が出てくるのです。歌集の歌です。ですから、やはり学校での教育効果は、とてもすばらしいのだなということを思いました。歌謡曲ではなくてドナドナとか、そういう悲しいような歌なのですけども、あれを歌ってすごいなというふうに思いました。

それからご存知の方もいるかもしれませんが、自閉症の障害で音に敏感な子どもは、室内で耳をふさいでいる子もいます。また手であちらこちらたたいたりする子どももいますが、不思議なことに森の中に行くと、それがちゃんと取れるのです。ザワザワというふうに風が吹いてくると、自分でこうやって揺らしていたとか、踊ったり、何かそういう楽譜にはできないかもしれないですけども、自然のリズムの音楽みたいなものをやはり感じ取っているみたいです。感性がやはり彼らの中にもあったのではないかと思いますし、また、それを目覚めさせるような効果が森の中にはあったのではないかなというふうに思っています。

【質問2】

高齢者の森の中での活動で、高血圧に効果があったとい例がありましたが、だいたい1週間に何回ぐらい、そういう療法をなさった結果なのでしょう。

【上原】

曜日を決めてやっていたみたいなのです。1週間にいっぺんぐらいだと思います。火曜日とか。



【質問3】

私の地域の80歳以上の高齢者の方を対象に室内でいろいろな活動をやっているのですが、表へ連れ出すのが難しいのです。近くに公園があるのですが、やはり10分前後歩かなければいけない。どのように導けば出てきてくれるのでしょうか。

【上原】

本当に行きたくない方は絶対います。テコでも動かないという方がいて当然だと思います。住友先生も最初すごく工夫をされて、ちょっと言い方が悪いかもしれないですけども、これを歩いたらお弁当をあげるという。糖尿病の方に低カロリーの森林療法弁当というのを自ら作られました。地産地消で、山菜とかを使った弁当で、それを食べられるというので参加する方が最初は結構いたと思います。他のところでも、おしるこを作ったりなどして、参加者を増やしているところもあります。

ただし無理やり連れていっても効果はないです。最初は少しずつでも、一番効果があるのは、行った人が「よかったよ」と言って、「あなたもどう」と勧めるほうが参加しやすいみたいです。

人口が1000人未満の山村で森林療法をやっている先生は、出たくないという1人暮らしのおじいさんのうちに行って、「あなたに歴史を教えてくださいたいんです。私は何も知らないの、あなたが診療所のところの森のことを何も分からないので教えてください」と言って、「よし、じゃあ教えてあげるから」というふうに、逆に頼む感じでおっしゃっていました。大変ですね。

【質問4】

人工林の事例もありましたが、人工林ではある程度、整備する必要があるのでしょうか。

【上原】

とてもよい質問です。使っている放置林は40年以上放ったらかされている森林で、とても暗くて、間伐もしていないので、印象が本当に暗くて、下層植生が全然生えていなくて、このまま放っておくとどんどん土が流れていってしまうという、木を切ることを自然破壊みたいに思われていますが、そうではなくて、木を切らないと生物多様性がどんどんと少なくなっていくのです。植物も、そこに来る昆虫とか鳥も少なくなってしまうのです。そういったことで人が植えた林は、やはり最後まで責任を持つ義務があるわけで、伐る、手入れをする必要があります。それを作業療法の中に取り入れているのです。こちらのほうも伝統的な林業地があり、昔から生計にしているところですね。



【質問4】

森林管理の視点からお伺いしたいのですが、森林療法に適した山づくりというものがあるのかということと、海外の事例では、林業で管理している森で森林療法というのが行なわれているのか、それとも特別に森林療法をするために山づくりをしているのか、教えてください。

【上原】

森林療法のためにわざわざ森づくりとか、山づくりをする必要はありません。本当にその地域にあるものが尊いのです。何の変哲もないスギ林とかアカマツとか放置林だって、やはり森林療法に取りこめるのです。取りこんだことによって、かけがえのない森になっていくというパターンです。

私は信州人なので、こんな何の変哲もないところに人が来るのかなとか思ったりしますが、都会の方からすると、やはり新鮮だったり、我々が都会に行くと新鮮なように。

今とても困っているのは、むしろ作業療法をする場所がないのです。木を伐ったり、枝打ちなどの作業です。うつの方なども森に行き、作業をすることで、自信を取り戻していったりすることもあります。ぜひフィールドを開放していただければと思います。

【質問5】

橋本市から来ました。2点ほどお聞きしたいのですが、森林療法の作業をするときに適正な時間について。先ほどあったような芝生とか、木を植える時間配分とか、林地だと作業地まで行くのに時間がかかってしまう。それ自体を森林療法の一つとしていく方法かと思うのですが、作業時間をどれぐらいに取ったらいいのかということをお聞きしたいです。

次に森林療法では対象者に接する人の魅力のようなことが大切に思いましたが、どのような人が適しているのでしょうか。山の仕事の方は、「マタギ」のようにたくましさはあっても、荒々しい一面もあると思います。そのへんはどのように考えればよいですか。

【上原】

まず時間配分についてですが、本当にケース・バイ・ケースで、高齢者の場合はむしろ長くすると逆効果だということを、先ほどの内科の先生も報告されているのです。一般に言えるわけではないのですけれども、ご高齢の場合は1時間以下ぐらいと言っています。本当に短い方は30分とか40分とかです。時間配分もそうなのですけれども、こちらで決定するのではなくて、全部相手に選んでもらうのです。「こんな時間の流れでいいですか」というふうにインフォームド・コンセントをして、午前午後、両方にまたがるのがいいのか、午前中だけがいいのかとか、不登校の子なんかは朝早くか夕方どちらかを好む傾向があって、昼間は誰かに会って嫌だとか、人がいないときに入りたいとか、そういう子がいると、またちょっと時間が違ったり、本当にケース・バイ・ケースです。

それから、「マタギ」の方とかは本当に魅力的な方がいるのはもちろんですし、また、そ

ういう方でもいいという方はいいと思いますが、苦手だという方に対しては、やはりちょっと他の方に見てもらおうほうがいいかもしれないです。我々もよくそれはテーマになるのですけれども、何らかの医療資格とか教育資格とか心理的な資格とかを持っている人が、とりあえずは始めるというのがいいのではないかというふうにも言われています。その際に森林を何かそういう詳しい方とか、木を切る技量の方に付いていってもらおうとか、そういうチームで行なうのがいいのではないのでしょうか。

【司会】

みなさん、ありがとうございました。ご質問がある方は、アンケート用紙の裏にお書きください。必ず先生から回答をいただくようにします。

では最後に辻谷館長から、昨日から上原先生を川上村で案内された中でのことや、今日のお話の中での感想など一言ございましたらお願いします。

【辻谷館長】

昨日お越しいただいてからの短時間のうちに準備もいただき、今日のご講演のスライドの中にもたくさん川上村の写真を入れていただき、わかりやすくご説明をいただきました。その中で、先生目からご覧になられた川上村が大切にしていけるべき価値についても、ご紹介をいただけたと思っています。ありがとうございました。

【司会】

では上原先生に最後の一言で締めさせていただきます。

【上原】

私は小さいときから善光寺のすぐ近くに住んでいるので、善光寺といわれても全然ありがたくも何ともないのです。今年は御開帳があって全国から何百万人の人が来て、何でもこんな寺にみんなは来るのだらうなと思って不思議に思うのですけれども、吉野は間違いなくいいところです。東京に住む者は特に思います。でも地域の方はずっと住んでいるので、当たり前のことなのです。

吉野の森林も、その木材も、他の意味でも、それを必要としている方が全国に必ずいるのです。ですから、そういった地域の森林を健やかにしながら、都会の方もお互いに健康になるような交流がこれからもできていければいいなというふうに思っています。これからもどうぞ、よろしくお願いします。

【司会】

上原先生、ありがとうございました。川上村では「樹と水と人の共生」というものを目指しております、この森林療法というのは、特に人のつながりということを考えていく上で非常に興味深いお話だなと思って聞かせていただきました。ただ多くの課題も今日、ずばりにご提示いただきましたので、これも参考にしながら、いろいろな項目を地域特性と比較してチェックしてまいりたいと思っております。どうもありがとうございました。



アンケート用紙に記入いただいた質問に対しても、上原先生より回答が届きました。

【質問1】

森の香りが好きです。どんな効果があるか研究されていますか？

【回答】

森には、樹木、植物の放つ揮発成分のほか、様々な花の香りや、落ち葉が朽ちていく匂い、土の香りなどがあり、なかなか一口に「森の香り」を取り出すことはできません。そこで、様々な樹木の葉を一つずつ蒸留し、香りを取り出す研究はしています。樹木の葉から直接採取した香りはとても強いので、沢山の水で薄めます。また、その香りの好き嫌い、「効果」も三者三様で、同じ香りでも、ある時は集中力を高め、ある時はリラックス効果をもたらすようです。

【質問2】

車椅子の方は山道をどう登ればいいですか？ハイキングコースを作りたいです。

【回答】

勾配3%未満くらいのスロープの道を作り、そこを利用していただくことはあります。けれども、全ての山や森にそうした特別の道を作ることは不可能です。そこで、車椅子をお使いの方は、おんぶをしたり、車椅子を複数の人間で担って、森にお連れすることはあります。

【質問3】

奈良県の急峻な地形は、森林というより山林と呼ぶべきものですが、一体その何%が森林療法に利用出来るのでしょうか。そのすみずみまでが活用出来ればよいのですが。

【回答】

その方法によります。たとえ歩くことができなくても、ただ静かに座っているだけでも良いのであれば、奈良の山林のどこの地区でも可能です。しかしながら、手入れ不足で荒涼感や不安感を与えるような場所であれば、むしろ不安感を高める逆効果にもなります。休養でしたら、小面積でも構いませんので、見通し、風通しもよいところ、作業療法でしたら放置林も活用できます。ただし、山歩きでしたら、急傾斜をアップダウンできる健脚の方にやはり限られることでしょう。

体験と提言 「森林で得られる 多くのこと。」

川上村での森林環境学習の体験から（体験校報告）

五條市大塔小学校 藤井 利夫教頭先生

前任の五條市立阿太小学校時から数回にわたって原生林「水源地の森」の散策体験ほか、川上村での森林環境学習を実施。現在赴任の大塔小学校でも 5 月に「出張源流教室」を行い、秋には「水源地の森」を訪れる予定。

【司会】

先ほど上原先生より森林療法についてお話をいただきましたが、森林が与えるさまざまな効果、人間から言うと「森で得られる多くのこと」。それらに私たちは、もっともっと着目をしていかなければならないと思っております。

森の効果を得ることもねらいに含めて、現在、奈良県では森林環境教育が推進されています。森林環境税の導入に伴い、平成 18 年度から実施され、今年はその 4 年目に入っております。森と水の源流館にもたくさんの学校から体験学習にお越しをいただき、また「出張源流教室」（出前授業）にも出かけさせていただいております。

このシンポジウムでは毎年、実際に体験をいただいた学校の先生にお越しをいただき、成果や課題について発表いただいております。本日、発表いただきますのは五條市立大塔小学校の藤井教頭先生です。藤井先生には現在の大塔小学校の前の学校のと時から、何度か川上村での森林体験を実施していただいております。それらを振り返っていただき、年間での学習展開やご苦労話、課題、また成果など、子どもたちの感想も含めてお話をいただきたいと思っております。では藤井先生、よろしく願いいたします。

【藤井先生】

大塔小学校の藤井と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

私は大塔小学校に赴任して2年目になります。それまで阿太小学校におりました。大塔小学校は今年4月から森林環境教育の取組みを始めたのですが、何しろ始めたばかりですので、ここで報告するようなことはまだほとんどないという実態です。それで私が阿太小学校にいたときの取組みを、ここで報告させていただきたいというふうに思います。



「ふるさとの自然や人々から学ぶ」が、阿太小学校の総合的な学習の時間の学校全体のテーマです。阿太に住む人々や自然からいろいろなことを学んでいこうということで取り組んでいます。総合的な学習の時間を阿太小学校では「キラキラタイム」というふうに名前を付けて取り組んでいました。3年生は理科の関係ともあって、昆虫とか植物、4年生が吉野川を中心とした水の勉強、5年生がその水とも若干関係ある水力発電等のエネルギーとか、米作り、6年生は福祉や平和学級ということに、ほぼ毎年取り組んでいます。

空から見た写真のとおり、阿太小学校のすぐそばに吉野川がある関係上、水の、あるいは川の勉強を取り入れるというのは必然的なことだったかなというふうに思います。それで4年生で吉野川の水の学習を取り入れましたので、その取組みをこれから発表していきます。

森林環境教育の指定を受けましたが、阿太小学校ではそれまでも水の学習をしていた関係上、当然、水と山、水と木とはつながりが深いので、森林環境教育の指定を受けたからということで、森林だけにこだわったということはありません。吉野川の水を調べていく中で森林環境教育もつけ足したと言ったらちょっと語弊がありますが、そういう取組みになります。

吉野川は学校のすぐそばに流れており、そこに出向く、行き来は大変短時間で済みます。水生生物を捕まえて、水のきれいさとかを調べる取組みです。

釣りの名人の人と出会って、その方は釣りの雑誌社から今年の吉野川のアユの状態はどうとか、聞かれるらしいのですが、その名人から阿太地区内の吉野川の現在の状態について聞き取り調査をしました。「昔に比べると、やはりかなり汚くなった。」「魚の数が減った。」「みんな、川の水をきれいにするには、どないしたらいいか知っているか」というような感じで、「それが山と関係あるんやで。木と関係あるんやで」というような話もここで聞かせていただきました。

それから阿太地区にはキャンプ場があるのです。キャンプ場には大阪あたりからも、たくさんの方が来る。排水が川に流れ込んで汚くなるのではないかとということにも子どもたちは関心を向けて、実際にキャンプ場へ行って話を聞かせてもらいました。浄化槽を見学し、ここで水をきれいにしてから排水に流しているの、汚いまま流しているのではないという勉強もさせてもらいました。

パックテストを使って水質検査をしました。キャンプ場の下で、実際に排水のところへ行って、見た目が非常にきたないで、本当にきれいな水のまま流れているのだろうか、ペットボトルで流れる水を受け取って、見た目や、パックテストによって水質を子どもたち自身で調べておりました。結果としては、きれいな状態で流れているということが分かりました。

それから水はどこから来て、どこへ行くということで、まず紀の川大堰へ行きました。なぜ堰というものがあるのかを知りたいとか、アユの遡上を見てみたいという目的で行きました。アユの遡上は実際には見られませんが、魚が上っていく魚道がつけられているということも知って、勉強しました。

吉野川浄化センターという、排水をきれいにしてから川へ流すはたらきや、自分たちの飲み水はどうやって作られているのかについての見学です。

そして森と水の源流館にも毎年お世話になっております。源流の森へツアーに行きました。その年によって下流から上流へさかのぼったり、源流から下流へ下の学年がありますが、私個人的には下流からいったほうがよかったかなと思います。上流から行きますと、きれいなところを目の当たりにしますと、答えがポンと分かってしまう。自然は大事にしなければいけないとか、そういうことで先に答えがありきで調査をすることになります。下流から行きますと、なぜ川の水が汚いかということになって、だんだんなぞを解いていくようなスリル感がありまして、最後にきれいな水を見て感動するというような取組みのほうがよかったのではないかとこのように思います。

それから「キラキラタイム」の最後に「わくわくキラキラ集会」というのを作って、地域の方、保護者の方に来ていただいて、調べたことをまとめて発表します。山のこと、飲み水のこと、浄水場で見学した沈殿池・ろ過について、簡単な実験で調べたことも発表しました。

森林環境教育については、まず簡単な意識調査をしました。「あなたは木の名前が分かりますか」、「そう思う」が(4)、「全然思わない」、「木の名前が分からない」は(1)というポイントの設定で、活動する前に取った結果、子どもは16名で平均が2ポイント。どちらかということ木の名前が分からないという子が多いということです。

「木の名前が分からないのだったら、木の名前を調べたいと思いますか。」という質問では、調べていきたいという意欲がちょっと欠けるような結果で、「木や森は生活に役立っていますか。」に対して、もちろんそれまでも自然の勉強とかやっていますので、意識的にはたぶん高いかなと思っていたところ、だいたい予想どおりぐらいの数値でした。「それで

は役に立っているなら、木や森を大切にしようと思いますか。」これも意識は高いでしょう。「では実際に環境にいいことをしていますか。」に対しては、「していない」が多いという結果でした。これを森林環境教育に取り組んだ後に、数値が全部上がれば、学校としては万々歳かなと思ったわけです。

「この学校に木は何本あるか数えたことがありますか。」数えた子はいません。「何本ぐらいあると思う？」私も初めて阿太小学校に行ったときには20~30本かなと思ったのですが、実際には130本以上、子どもたちと一緒に数えたらありました。それだけ日頃から木を見ているはずなのに、木に対しての意識が本当に低かったというふうに思います。

奈良県南部農林振興事務所さんに来ていただいて、木の特徴も調べていきました。実際に葉っぱを取っていただいて、番号を付けていただいて、それを自分たちでいただいた資料で調べていくというような活動をしました。私も10種類ぐらい木があるかなと思っていたのですが、実際に調べてみると20種類以上の、狭い敷地の中に木があったわけです。

ほかに、実際に自分たちで植物や木を調べたり、間伐材を使った芳香剤づくりなども行いました。

五條は西吉野町を合併した関係から、市町村単位で柿の生産量が日本一という町になりました。それで柿を継続して観察しようということになり、学校のすぐ近くにウエダさんという方がおられ、その方が毎年、柿の収穫をさせてくれます。「この木は自分の柿の木だ」と決めて、それを4月から11月まで、毎月、計測観察していきました。子どもたちの中には実際に家で果樹園をやっている、柿を作っているという子どももいます。

4月に柿の花が咲き、つぼみを実際に取りっていく体験もしています。6月から柿の実がなっていくます。小さい実は取って、1本の枝に一つの大きな実をつける作業もさせていただきました。収穫の秋には、柿狩りを毎年させていただいています。柿のいいところは、最後にこういう楽しみがある、収穫する楽しみがあるということで、そこが子どもたちも非常に喜びだったように思います。子どもはあまり柿が好きではないのです。自分の家に柿がいっぱいあったら、柿はあまり好きではないのです。でも柿狩りは大好き。いっぱい持って帰ります。いっぱい持って帰って、家の人に「うちにあるのに」と怒られたという子どももいます。せっかく取った柿ですから、給食でもいただいております。

派生した取組みで、西吉野の柿博物館「柿ドーム」に行き、たくさんの種類が違う柿を見せてもらいました。柿の選果場にも行って、Lサイズとか2Lサイズとか、仕分けをしているところも見せていただきました。

そして源流の森を探検しようということで行っています。やはり最後にここに行くことによって一番子どもがびっくりすることは、川の水が飲めるということです。五條だと考えられないことです。森では、木の説明、植物の説明をしていただいたり、においをかいだりとか、木の根を実際に見てみたり、水質検査もさせていただきました。

帰ってから子どもが「空気とか木とか水とか普通にあるものだと思っていたけれども、水というのは自然の中で作られているものなんだ。」と言ったのです。私もその言葉にちょ

っとドキッとしました。水は自然に作られているものなのだというふうに、また意識を改めました。

最後に先ほどの意識調査です。学習の後、数値が上がったかですが、倍近くになっています。これだけ知識がつけば、環境にいいことも実行できるだろうと思ったのですが、なかなか実際のところは上がりません。頭では分かっている、実際にはなかなかできないというところ大きな課題だというふうに思います。

ただ一つ、給食の時間に牛乳を飲んだら、牛乳瓶を洗います。そのときに水を流しっぱなしにして今まで洗っていたのですけれども、ちょっとだけ水を入れて、ふたを閉めて振って、中の水を出して戻す。本当に少ない水で牛乳瓶をきれいにして返すというようなことが全校的に見られるようになってきました。もちろん担任の生活指導もあったと思うのですが、そういうことで知識は植えつけると言ったら言葉はおかしいですが、勉強できるけれども、実際に実践力をつけていこうというのが、これからの課題かなというふうに思います。

非常に簡単に、口早に説明しましたが、これで私の発表を終わらせていただきたいというふうに思います。どうもありがとうございました。



山村地域での体験学習の今後

体験事業コーディネーター 泉谷 繁樹 氏（泉谷木材商店専務）

1967年生まれ。泉谷木材商店（奈良県桜井市）専務。泉谷木材商店は昭和38年に創業した吉野ヒノキ・スギの製材メーカー。各種住宅用木材の製造販売ほか、日曜大工用材や木の玩具、吉野ヒノキを使った「きのころ」や「やさしい積み木」なども製造・販売。泉谷氏は地元桜井市内の小学校をはじめ、国内各地の小・中・高校、大学での森林体験学習のコーディネートを手がける。 <http://www.begin.or.jp/~izutani/>

【司会】

このシンポジウムで昨年までは、小学校2校から発表をいただいていたのですが、今年は少し趣向を変えてみました。いま森林での体験学習というのは小学校だけでなく、高校や大学、企業においても大事なこととされています。そこで得られることの日常生活や仕事に活かされる効果には、高い評価が集まっていると思っております。

続いては、このような高校、大学、企業などでの森林体験の授業のコーディネートをされている、泉谷繁樹さんにお話をいただきます。泉谷さんは桜井市で製材業を行なう泉谷木材商店の専務さんでいらっしゃると思いますが、木を届けると言いますが、木のある暮らしを届けるうえで、日頃からその背景のようなものを多く伝えていただいているのかなと思っております。少し大人に近づく年頃に対してや、あるいは社会に出た人々に対して、森での体験がどのように影響し、活かされているかというようなお話を聞いてみたいと思います。では泉谷さん、よろしくお願いします。

【泉谷氏】

みなさんこんにちは。私はただいま紹介がありましたように、隣の桜井市というところで製材業をしております。いわゆる材木屋です。ですから当然、山から切った木を丸太から、例えば柱や板など、主にいろいろな住宅木材に加工しまして、都会の皆様、住宅を建てる方にお届けするというような仕事です。



ただ、それ以外にも私はいろいろやっております。結局やっていることは人と人をつなげること、山と都会をいろいろな情報であったり、物であったり、そういうものを結びつける役割を担っているのかなと自分では思っております。

今日は本当に難しい課題を仰せつかりました。「山村地域での体験学習の今後」ということで、これまで私がやってきました体験学習、環境学習を振り返りながら、こういうこともあるかなという提言をさせていただけたらと思っております。それでは、よろしくお願いいたします。

私は地元に戻ってきてまだ10年ぐらいの若造ですが、2004年ぐらいから環境学習というものを、地元桜井市の小学校から始めまして、ここまで毎年いろいろな小学校、あるいは高校や大学、社会人の方々とも様々なかたちで取り組ませていただいています。川上村での取り組みは、主に源流館さんと本当にいろいろな意味で親しいお付き合いをさせていただきながら、切磋琢磨させていただいております。特に何回も出てきております神戸松蔭高校での取り組みを今日はご説明しながら、今後に向けた提言ができたらと思っております。

神戸松蔭高校ではチャレンジプログラムというものがあります。今、高校3年生は、受験がほとんど10月か11月に決まってしまうのです。入試を受ける子もたぶんおられるのですが、ほとんど推薦入学で決まっている状況です。ということは3学期が丸々遊び状態、ふ抜け状態で授業を受けている子がほとんどらしいです。

これではいけないということで松蔭高校さんは、そういう子たちを対象にいち早く社会活動をしよう。せつかくの大事な3学期、高校生活最後の活動の時期に自分のためにもなるし、あと社会のためにもなる活動をしていったらどうかということで、チャレンジプログラムというものを75個ほど用意されています。

その目玉プログラムとして、環境活動の取り組みがあります。2006年度、2007年度はグリーンエコプロジェクトという名前で、2008年度と本年度はブルーアースプロジェクトという名前で展開されております。女子高生が世の中を変えようという、ものすごく大きな取り組みです。スローガンは全部その対象の子どもたちが自分たちで作ったものです。2007年度

は「エゴをエコに変えて地球を救おう」。もう一つあります。「まずは地球環境に関心を持ち、すてきな生活者になろう」ということです。あと 2008 年度、昨年度ですけれども、「青い地球は好きですか」。

彼女たちのすごいのは、自分たちだけの目標だけにしないで、社会にいろいろなかたちでアクションを起こしています。まずは、どのようにこのプロジェクトが流れていったかというのを説明したいと思います。

小学校の先生方、あるいは中学校の先生方ならだいたい同じようなことをやられていると思いますが、どんなことでも、まずは事前学習が大事です。リサーチが必要です。事前学習は私も担当させてもらっていますけれども、いろいろな方々が社会人講師で行きまして学習を行ないます。その後フィールドワーク、ここで吉野、川上村が大きく登場してくることになります。これは、また後ほど説明いたします。

いろいろな事前学習をする中で課題が当然出てきます。「こんなことになっているんだ。これは何とかしなきゃいけない」という思いが沸々とわいてくるわけです。次に実際に行動に入ってもらいます。企画会議から準備、校外の方々との折衝、いろいろなことも含めて全部、高校生にさせます。そして最終的には学校を飛び出して、社会の中で市民に対する啓発活動、今回で言うと環境に関する啓発活動を高校生たちが担っていくわけです。これを 3 ヶ月かけて、みっちりやるわけですが、授業が全くありませんので、彼女たちはこのためだけに毎日学校に来るといって、それこそ土日も学校に来る状況です。

ずっと私のむさくるしい話ばかりもあれなので、高校生の出てくる画像も見たいかろうということで、今日は DVD を用意してもらいました。それで活動の様子を見たいと思います。これはすべて、この高校生たちが作ったものです。

[DVD ナレーション]

私たち高校 3 年生は 3 学期の授業を行なう時間を利用して、チャレンジプログラムという活動をしています。この中で私たちは 2007 年 12 月 10 日から 2 月 24 日までの 3 ヶ月間、地球環境について考え、行動する「グリーンエコキャラバン隊」を結成しました。まず私たちは泉谷繁樹さんに、いま地球環境はどういう状況にあるのか教えてもらいました。

地球環境を勉強した後、私たちは地球環境問題に対して「森林エコ」、「ゴミゼロエコ」、「エネルギーエコ」、「マイエコ」の四つの視点でエコアクションを起こしました。それでは、それぞれのアクションを紹介していきましょう。まずは「森林エコ」です。私たちは自然を身近に感じるために、奈良県の吉野で 2 回の合宿を行いました。

やっぱり現状を自分の体を使って知ることです。1 回目の合宿では人工林と原生林の違いを学びました。まずは原生林という自然の力だけで育ってきた森を見に行きました。

次に人工林へ行き、木に太陽の光を当て、木を成長させるために自分たちで木を選び、間伐をしました。(体験者の感想)「なかなか人生の中で一度しないか、するかを経験をしたと思うし、やっぱりちょっとだけ木を切っただけで、これだけ森の中が変わるというような体験もよかったし、すごく経験できて吸収できました。ありがとうございました。」

合宿の夜には蜜蝋という、本来捨てられる部分でろうそくを作り、キャンドルナイトをしました。(体験者の感想)「1人ではできないけれども、1人からどんどん違う人に言っていったら、ほんまにいろんな人に伝わると思うから、それをすれば絶対、温暖化を減らすんじゃなくて、なくすぐらい、止める勢いで、日本の松蔭の女子高生が頑張らなあかなぐらいの勢いで、日本一の女子高生になりたいと思います。」

2回目の合宿では、前回の合宿で自分たちが間伐した木でベンチを作りました。そして慣れないノコギリを使い、最初はうまくいきませんでした。地域の方に協力してもらいながら完成することができました。

他にも合宿ではエコクッキングにも挑戦しました。毎日する買物で、普段何も考えずにする買物も、袋詰めになっていないものなど、エコについて考えながら買物をしました。

(テレビニュースのコメント)今週は、兵庫県神戸市の松蔭高校です。こちらの学校では長年、エコに取り組んでいるのですが、今回は環境省とタイアップをし、「ウォームビズ20プロジェクト in 関西」を行いました。暖房の温度を下げて、そのためのエネルギーを抑える運動で、みんなで商店街を1軒ずつ回り、暖房の設定温度を20に抑えるようお願いしたそうです。話を聞いてもらうのも一苦労だったそうですが、最終的におよそ7割の方が応じてくれたということです。来月にはこの結果とみんなの意見をまとめ、環境省に提出するそうです。神戸の女子高生たちが地球温暖化を食い止めるために立ち上がりました。神戸市の松蔭高校が取り組んでいるグリーンアースプロジェクト。地球温暖化の原因となるCO2削減のため、暖房機の室温を20度に下げ、ウォームビズへの協力をお願いしているのです。

松蔭高校では毎年、すでに進路の決まった3年生の有志を募り、社会貢献活動を行なっています。業種によっては少し難しいところもあるようですが、神戸と大阪の511店舗を回った結果、341の店がウォームビズに協力してくれることになりました。

先月31日、メンバーは神戸市内のホテルでエコイベントを企画しました。活動を始めるまでは、近いようで遠く感じていた環境問題。これも1歩を踏み出すだけで、途端に身近になることを彼女たちは学びました。自分たちの活動によって温暖化をどれだけ食い止めることができるのか。動き続ける高校生のひたむきな姿に皆さんは何を感じますか。

【泉谷】

どうですか。やっているとはどんどん楽しくなっていて、発想が豊かになってくる。

本当はもっといっぱい、すごくいろいろなことをやっているのですけれども、本当にすごいなとしか言いようがない。いろいろなところで、大学とかでもこういう例を紹介するのですけれども、皆さん、びっくりされておられて、本当にすごい活動をされています。

先ほど言いましたこの流れですけれども、活動の原動力になっているのが最初の段階での深い感動、そして熱い志があったら本当に3ヵ月間、デートもしないで、クリスマスの夜も私たちと一緒に活動しているわけです。そんなこともしながら熱い志でずっと3ヵ月

間、頑張り続けた彼女たちに、本当に拍手を送りたいわけです。

これは2年前に神戸阪急百貨店で行なわれましたイベントなのですからけれども、これは吉野ヒノキの一番末のほう、一番上のほうで作ったツリーです。きれいなツリーになっていきます。ここに環境メッセージというのをどんどんつってってもらいました。短冊をつっているわけですからけれども、今日はちょっとお持ちできなかったのですけれども、これも吉野ヒノキで作った短冊です。こんなところで吉野ヒノキの積み木でいろいろな工作をしたり、ずっと1日中、百貨店をジャックして、彼女たちが発表します。

F M放送で10日間、特別番組を企画して流してもらっています。それとか環境啓発のピラを自分たちで作って配布したり、県知事にあいさつに行ったり、新聞にも本当に何十回とか載っているわけです。

その中で一つ特徴的な取組みとして、これは毎年行なっているのですけれども、割りばし問題について一つ警鐘を鳴らしています。これは事前学習で私が「割りばしというのは環境にいいと思う？ 悪いと思う？」という質問を必ず毎年しているわけですからけれども、大半の子が「絶対悪い」と言うわけです。当然、悪い割りばしもあるわけなのです。

本日ここにいる方は、ほとんどプロの方なので言うのも恥ずかしいですが、日本人は年間250億膳の割りばしを使っています。だから1人頭200膳ぐらい年間使っているのですが、そのうち98%が中国産で、日本の割りばしは1.7とか2%ぐらいしかないそうです。日本の割りばしは、木の一番端の部分で作られているのです。

「割りばしはどこで作られているか」というクイズを全国至るところでやっています。3択に分けるのですけれども、正答率はどこでも3割か4割しか当たらないのです。それでもまだ、正答率はだんだん上がってきているほうです。昔は惨たんたるもので、真ん中で取っているという人もいたのですけれども、とにかくそれぐらい日本の割りばしがエコだということは、実は案外まだ知られていない状況です。

このようなことを、やはりちゃんと広めていこうということで、ここにありますのは広告付きの割りばしですが、広告を取ることによって、安い単価でいろいろな飲食物店、あるいはローソンさんとかに入れていくというやり方です。これは今、源流館さんも確かやられているというふうにお聞きしているのですけれども、この割りばしを当時10万膳、日本史上最大規模で一時はやったのですけれども、この広告集めとか、このデザインとかも彼女たちがやりました。これを神戸のハーバーランドという、すごく目立つところの店舗で配布して、イベントをしたりしています。

吉野ヒノキの環境メッセージです。市民、県民、あるいは東京とかで増えましたけれども、3000枚、3000人の人から地球環境に対してこうしたいとか、日本の森を守ろうとかいう貴重なメッセージをたくさんいただきました。使用したのは吉野ヒノキの短冊です。本当にこれがあるだけで会場中、ヒノキのにおいがしたそうです。環境大臣にも活動報告とか、あと、こういうふうにしてほしいというお願いにも行っています。

いろいろな分野で賞もいただいたりしています。特に読売教育賞という非常に大きな賞

もいただいたりして、本当に子どもたちにも励みになっています。

とても不思議に思うのは、本当に最初は普通の女の子なのです。単に受験が早く受かっただけのことなのです。もちろん若干、成績は優秀だったとは思いますが、そんな彼女がなぜこんなにすごい行動力を持つようになってしまうのかというのが本当に不思議なところなのです。

私はとりあえず三つ挙げさせてもらったのですが、まず 1 番目は圧倒的に川上村の自然はすごい。私もいろいろな山に行っていますが、川上村は本当にすごいです。行くだけで圧倒されます。人工林も原生林もどちらもそうですけれども、本当にその存在感だけで彼女たちは自分なんてちっぽけな存在だということが分かってきます。

2 番目、実際に間伐作業とか、いろいろな作業を通じて、自分たちでも実際に貢献できることが実感できます。これは本当に自信につながります。その後の活動に対する大きな励みになります。

3 番目。実は私はこれを一番強調したいのですが、当然、一番自然はものすごいのですが、川上村の最大の資源は、この 3 番目だと思っているのです。本当に森や川、この自然条件を本当にこよなく愛しておられる村の方たち、この方たちの熱い思いは本当に最大の財産ではないかと私は思います。この三つが本当に彼女たちの熱い思いを生む原動力になったのではないのでしょうか。

毎年このプロジェクトでは、一番最初のほうに吉野、川上合宿を持ってきています。年によっては 1 泊 2 日でやったり、2 泊 3 日でやったり、2 回合宿をしたりしますけれども、どの回も終わった後、本当に生徒の表情、意識が大きく変わっていきます。また圧倒的な自然は、先ほどから何度も写真に出ています 280 年生の森とか、こんな上に立ってしまえば、自分なんて本当にちっぽけな存在だ。人間というのは自然を守っているのではない。自然に守られているのだということを実によく分かります。いつもここで辻谷館長にそのお話を伺うのですが、生徒たちは本当に深くうなずいています。自然の中で言うからこそ、そのことが本当に身にしみて分かることではないかなと思います。

森では源流の水をそのまま飲めます。これも本当に高校生にとってはすごく貴重な体験です。この体験はたぶん一生忘れないのではないかなと思います。

反面のすごい面もあります。台風による倒木であったり、間伐の切り捨てたままの状態など、これらは高校生にとっては、これが本当に一番ショックな姿だったようです。放置材は本当に薄気味悪くて、とても嫌だという反応をされていました。これをどうしたらいいかも、また彼女たちが考えることになるわけです。また上流部の砂利の多い川原を見て、すごくショックを受けたりしています。

実際に事前学習で学んだことを体験するというのは、すごく重要だと思っています。事前に人工林というのは手入れしないといけない、切らないといけない木もあるということの頭の上では分かってくるわけですが、実際にどの木を切ったらいいか全部、彼女たちにやらせません。当然、理由をつけないといけないので、必死に考えます。大きさとか、

曲がり具合とか、もちろんプロの方のアドバイスも多少はありますけれども、それで倒した後、実際にこのように太陽の光が差し込んでいく瞬間があるわけです。これを見て本当に毎年、感動します。これで周りの木がまた無事に育つようなれば、こんな大きな森の一部かもしれないけれども、自分たちの行動で仮に変わると思うと、これは本当に自信につながります。

3番目に挙げました、本当に村の方たちの熱い思い。これはある方のお話ですけれども、「確かに今、木材業、林材業は本当に大変な状況だけれども、私は、おれは先祖から残された美しい森を、もっと美しい森にして残したい。」本当にそれを願って、ずっと言われる方がおられまして、子どもたちはびっくりするわけです。今の女子高生というのは、やはりアルバイトをしたり、金銭、商売というのが一番大事ではないかなという時代ですが、自然のためにそんなにずっと熱くなくてももらえる方がいるということを、すごくびっくりして、本当に励みになっています。私は本当にこういう方々がたくさんおられる川上村は、まだまだ捨てたものではないなと思っています。



これらはあくまで高校の、しかも総合学習といえば、どちらかという社会体験的な学習ではありますが、他にも小学校、中学校でも、あるいは企業で取組むにあたって、いろいろなヒントが詰まっているのではないかなと思っています。実は私の妻も小学校の教員をしていますので、非常に忙しい状況はよく存じ上げております。先生方も森林環境教育

などの推進校の指定を受けたけれども、実際どうしてよいのかわからないというのが本音の方も、たぶんたくさんおられるのではないかなと思います。そんな方々に、私としての提言をこれから申し上げたいなと思います。

バスも行けるから、川上村へ行って自然体験をする。これも私は素晴らしいことだと思います。これだけでも先ほどの森林療法ではないですけれども、本当に貴重な場です。これを否定するのではなくて、これは当然大事にしたい。やはり現場が一番ですので、ぜひとも行っていただきたいわけですが、せっかく行くのなら、もうちょっと何とかならないかというのがよく思うことです。

まず、やはり事前学習というのは本当に大事だなと思います。よく先生方から急に相談されるのです。「来月ちょっと山へ行きたいんだけど、何とかならない？」とか言われるわけです。「いいけど、その前にちょっと私の授業の時間をくださいよ」と必ず言います。やはり事前学習をして行かないと、行く効果はより少なくなるのではないかと私は思っています。もちろん、すぐ近くに山があるところなら、もう毎週のようにどんどん行ってください。それはどんどん経験されたいと思うのですけれども、都会の子がせっかく山へ、川上村までわざわざ行くのに何もしないで行くというのは、やはりもったいないと思います。

その事前学習で何をしたかというのを山側に必ず伝えてほしいです。それによって話す内容も変わるので。事前学習したことを補完する意味で自然を体験できると思います。あと、できれば地域の熱い思いを持った方たちが本当にたくさんおられるので、こういう方々とぜひ交流を持ってほしい。少なくともお話だけでも聞ける機会を設けていただけないかなと思っています。

こういうことがあって、初めて本当に深い感動や気付きがあるのではないかなと私は感じています。しかし、その感動をそのまま終わってしまっていたのではもったいないので、高校生ではないですが、次の行動に生かす課題をうまく設定してあげることが重要ではないかなと思います。

学校先生が担任を持ったとき、この一連の流れを急にやれと言われても、なかなかできないと私は妻を見ていて思いますし、いろいろな先生方から苦労話をお聞きした中で、そう感じています。森と水の源流館さんにも大いに期待するところではあるわけですが、この最初から最後までの流れをアドバイスできる人が必要であると本当にいつも思っています。名前は何でもいいですが、森林環境教育のコーディネーターが、その地域、地域に絶対必要ではないかなと思っています。森と水の源流館さんはまさに、それにピッタリの組織ではないかと思っています。

学校の先生方は本当にいつもギリギリまで企画を煮詰めて持っていかないと失礼ではないかと考えていると思うのですけれども、そうではなくて、最初から相談してもらったほうが、たぶんうまくいくと思いますし、そのためにいろいろな方がおられるわけです。

総合的な森林環境教育コーディネーターということで、企画段階から打合せを密にでき

る。事前学習に対する人材や教材を提供できる。これも非常に重要なのですが、事前にぜひとも先生方には先に現場に行っておいてもらいたい。同じ目線で感動していただきたいのです。これをする、しないですべてに大きな差が出るなと感じています。

あとさまざまなネットワークを駆使して、事前学習をしたことに応じてその場の体験、何をやるか、例えば間伐をやったりとか、源流の水を飲むとか、いろいろなことがあると思います。それに合わせて適した人材も投入できる。そして事後のフォロー、適切な課題が何かないか、こういうアドバイスも、ここまでできるコーディネーターが本当に地域にいたら、現在の森林環境教育がもっと充実して、ひいてはやはり子どもたち、それから当然中、高、大人に至るまで森林に対する本当に正しい理解ができると思います。われわれの業界にとっても、これは本当に大きなことだと思っています。

私はこういうことをしていて、いろいろな方に「何でそんなに金にならんことをずっとやっているの」とよく言われますが、絶対に（お金に）なりません。変な話ですけども、これは長期的には回ってきます。この子たちが将来、家を建てるわけですから。今日はどちらかというと先生方よりプロの方のほうが多いので、わざとそういう口調で言っていますけれども、物を売るのも、こういう情報、感動を売るのも同じです。こちらが思いを込めて、しっかりと準備して、そして本物の体験をさせる。そうすることによって商売も、またこういった森林環境教育もうまくいくのではないかなと思っています。

まだまだ若造が勝手にしゃべりましたけれども、ご清聴本当にありがとうございました。

司会

泉谷さん、ありがとうございました。

高校生の皆さんの非常に志の高い活動の紹介をいただきました。また川上村のこともお褒めいただきましたが、川上村も提供する側だけではなくて、今のお話の中にありました割りばしの活動などは、この松蔭高校の皆さんから源流館が教わることで、その取組を当館でもやってみようということになりました。するとすごい反響をいただきました。「えっ、どうして？ 割りばしは森林破壊になるのではないですか？」など、問題意識の入口というか、会話の広がりにもつながり、大変役立っています。

そういう意味で、来ていただいた方へ提供もしながら、来ていただく方々から学ばせていただくということで、日々つながりながら、それが年々広がっているという手ごたえを感じています。皆さんの協力なしでは、とても実施できることではないので、今後ともよろしくお願ひしたいと思っています。

それでは最後に財団法人吉野川・紀の川源流物語副理事長、川上村副村長の栗山忠昭より、皆様に一言お礼を申し上げます。

おわりに

川上村副村長

財団法人 吉野川紀の川源流物語 副理事長

栗山 忠昭



長時間どうもお疲れ様でございました。今年も小さな田舎の村の取組みに、このように多くの方が関心を持っていただいて、そして最後まで熱心にお付き合いをいただきましたことに心より感謝申し上げます。上原先生のお話、吉野林業地帯の別な価値を改めてお示しをいただいたように思いますし、森林が健康でないと人間は健康にならないというお話でした。吉野林

業の美林のことと、森の健康、人間の健康とのかかわりについてもこれからも考えていきたいと思いました。本当に貴重なご意見ありがとうございました。また藤井先生、もう何度も川上村にお越しをいただいているようで、ありがとうございます。吉野川上流からも歩いてみる、そして下流のほうからも歩いてみるということでしたが、非常にいいお話だというふうに思います。川だけの問題でなく、いろいろな視点から見てみるというお話も本当にありがとうございます。ぜひ、これからも子どもさんにこういった学習、そして体験をどんどん広めていただきたいと思います。また泉谷さん。川上村にプレッシャーをかけていただいたように思います。女性は非常にパワーがあって、世の中を変えていく大きな原動力になると私も思っております。これからも引き続いて川上村のPRをよろしくお願いをしたいと思います。それぞれ先生方からいろいろなご意見をいただきました。あらためて村が取り組んできたことが間違えていなかったというふうに思っておりますし、そして非常に責任というか、役割の大きさもあらためて今考えております。

村は来月、環境基本条例を議会のほうに上程する予定をしております。平成6年に「水源地の村」と決めました。そして平成8年に『川上宣言』を発信して十数年たちますが、あらためてこの時期に条例を提出したいという意気込みです。吉野林業が非常に厳しい中で、しかも大迫ダム、大滝ダムという二つの大きなダムがある中で、私はこの条例を提出することに意義があるのではないかというふうに思っております。ただ、小さな村です。知恵もありませんから、ぜひそのへんは皆さま関わりをいただくようお願いをしたいと思います。

最後に、熱心に参加していただきました皆さま方にあらためてお礼を申し上げますとともに、奈良21世紀フォーラムの方々には、いつもお世話いただきますことを感謝申し上げます。シンポジウムを閉じたいと思います。ありがとうございました。

企画書から

今回のシンポジウムのねらい

毎夏、川上村の森と水の源流館から檀原市に出かけるこのシンポジウムは、今年で3年目です。少しでも多くの人々に参加していただけるよう、交通アクセスの便利な檀原市内を会場とし、森と水の源流館の休館日である水曜日に、スタッフ総動員で実施しています。

森の大切さや新たな役割を考えることで、地域づくりのヒントを見出していこうとするもので、毎年共通の切り口として「森林環境教育」を置き、それに毎回変わった切り口からの話題提供をクロスさせています。一昨年は、故前登志夫氏を講師に文学の観点から、昨年は森林ジャーナリスト田中敦夫氏、そして今回は『森林療法』をとり上げます。

林業を大切にしながらも、「環境」「高齢化」「健康づくり」「予病」「ストレス」「癒し」などの現代社会をとりまくキーワードに対して、森はどのような役割を果たしていくのか、またその課題や、地域に求められることは何か？そんなことを考え始めるきっかけになればと思います。

平成18年度から奈良県では森林環境税が導入され、その税収の一部が森林環境教育の促進に利用されています。この動きを受けて森と水の源流館でも、それまで以上に学校教育機関からの利用件数が増加しています。「川上村らしい森林環境教育とは何か」当館でも試行錯誤を繰り返しながらプログラムを提供しています。しかしもっと苦勞をされているのが現場の先生方であることがわかってきました。「まちなかの学校で“森林”といわれても…」と頭を抱えることも多いとのこと。そこで小学校の先生をはじめとした森林環境教育にかかわる教育関係者はもちろん、林政関係者や林業従事者、地域観光事業者などがとともに問題を共有できる機会を設けたいと考えたのもこのシンポジウム企画の発端です。

川上村は吉野川(紀の川)の水源地の村。源流部に保全する手つかずの原生林と、吉野林業発祥の地として脈々と施業をしてきた人工林。これら他地域にまさる森林資源の価値と魅力を知るとともに、それらを多様な観点で、どのようにいかすことができるでしょうか。

みなさんもお考えください。

森と水の源流館

樹と水と人の共生を目指し、「水源地の村づくり」を行なう川上村の取り組みの象徴のひとつとして2002年開館。村が購入・保全する吉野川(紀の川)源流部に残る約740haの原生林「水源地の森」の自然や、源流部の山村での暮らしをテーマとした展示や映像に併せ、フィールドプログラムによって、情報発信、体感、体験を提供しています。近年特に「森林環境学習」支援へのニーズの高まりを受け、小学校から大学、企業に向けて、原生林や人工林に足を運び、その比較を通じて、森の役割や大切さを感じてもらっています。学校の教室に出かけての「出張源流教室」も多く利用いただいています。これらの展開の礎となるものは、村が提唱する『川上宣言』であり、源流部に残る「自然」「歴史・文化」「ひと」から、生きる力を学ぼうとする『源流学』にあります。

企画・運営、司会 / 森と水の源流館 財団法人 吉野川紀の川源流物語 事務局次長 尾上 忠大



〒639-3553 奈良県吉野郡川上村宮の平
TEL 0746-52-0888 FAX 0746-52-0388
<http://www.genryuu.or.jp>