

# フィールド風

(現場)からの風

宮田守男

梅雨入りはまだまだが、梅雨の語源は「梅の実を熟させる雨」と言われている。防霉効果の高い梅干しは、食べ物にカビが生じやすいため弁当やおにぎりに

にはうつってつけ。緑色の実がしっとり濡れながら、少しずつ紅色を帯びてくる状況は、この時期の楽しみの一つだ。

ドイツのなぞなぞに「春は喜ばせてあげる。夏は涼しくしてあげる。秋は養ってあげる。冬は暖めてあげる」と

これは何？。答えは「木」。みずみずしい若葉、涼しい木陰、豊かな実り、そして新に。日本医科大学医師の李卿さんの著書『森林浴』で森林浴のもたらす効用に、怒りや落ち込みといった感情が和らぎ、睡眠の改善、血

圧低下、免疫力の向上があると記述している。

森林浴という言葉は1982年当時の林野庁長官・秋山智英さんが提唱した「森林浴構想」が基だとされているが、当時は健康への

効果は科学的に証明されていなかった。のちに医学・心理学的な研究が進められ、さまざまな効果が実証され、多くの皆さんが自然の中で風景や香り、音、肌触りなどの五感を味わいながらゆったりと過ごす事を楽しむ人が

増えている。

また福井県出身の絵本作家の加古里子さんは、だるまを模したキャラクターが登場する「だるまちゃんシリーズ」で知る方も多し。著書『未来のだるまちゃん』で、

子どもの健やかな成長に必要なのは「大自 然」ではなく「小自 然」。小さな魚や虫などの生き物がいる身近な自然で、子どもたちはそんなちよっとした体験を重ねることで生き物の世界を知り成長すると記している。

## 森林の楽しみ方が問われている

しかし森林を楽しむために、里山に満足せずに山深くまで散策するケースも増えたためか森林地帯にすむクマやイノシシが里山地帯に出没する情報が多発し、人命を失う事故も発生している。国際獣疫事務局が家畜に対する動物福祉指針の「飢え・渇きからの自由、不快からの自由、痛み・負傷・病気からの自由、本来の行動がとれる自由」の「五つの自由」。家畜ではないがクマなど自然の中に生息する動物の自由を守る視点から、山岳観光が魅力の私達地域で

子どもは自然の中で入ってはいけない区域を考える時期ではないかと思ってしまう。動物も命ある存在だから



多くの燕の巣に軒先の松野安駅道のヒナ。無事巣立ってほしいと願う

も人間も自然界の中で入ってはいけない区域を考える時期ではないかと思ってしまう。動物も命ある存在だから

こそ、人間として尊厳のある理念も必要ではないだろうか。(信州地域社会フォーラム会員・白馬村森上)