

〈送信者〉

財団法人 四万十川財団

TEL : 0880-29-0200

FAX : 0880-29-0201

E-mail: office@shimanto.or.jp

URL:<http://www.shimanto.or.jp>

森のハナシをしましょうか・・・=梼原町久保谷セラピーロード=

清流通信読者の皆様こんにちは。

今回は、梼原町松原久保谷セラピーロードと源流域から、地域の情報を発信する西村みずえさんについてお伝えします。



森林セラピーのこと

樹木に接し精神的な癒しを求める行為“森林浴”。国内では1982年に林野庁が「健康・保養に国内の森林を活用しよう」と提唱したとき、“森林浴”という言葉を使ってから一般的に知られるようになったという。

そして、森林浴をはじめとする、森林やそれを取り巻く環境を利用して、リラクゼーション効果や免疫機能の改善など予防医学的效果を期待するものが、“森林セラピー (Forest Therapy)”だ。

ストレス社会の現代では、森林が持つ“癒しの効果”に注目した様々な取組が、科学的に検証され進められつつある。

日本では2004年、民間企業と医療関係者でつくった“森林セラピー研究会”が発足し、産官学が連携し、森林のもつ癒し効果の科学的解明や活用方法の研究などが進められている。そして、この研究会の成果を踏まえ、具体的な森林のフィールドでの実践を普及することを目的として“森林セラピー実行委員会”が創設された。実行委員会では、森林セラピーの取り組みを日本で普及させ、また、豊かな森づくり、継続・発展性のある山村社会づくりを推進するため、“セラピーロード”や“森林セラピー基地”的認定をしている。現在、生理・心理・物理実験で検証された全国48の森が、その認定を受けている。

梼原町松原地区、久保谷セラピーロードのこと

高知市から車で約2時間、四万十川源流域に位置する梼原町は、町面積の9割を森林が占める山あいの小さな町だ。2009年1月に国の“環境モデル都市”に選定されたここは、『森の資源が循環する公民協働の“生き物に優しい低炭素なまちづくり”』を宣言し、森・水・風・光などの自然エネルギーを活かした取り組みによって、生き物にやさしい低炭素なまちづくりを進めている、今最も注目される地域の一つだ。

その梼原町の中心部から南下すること20km、四万十町との町境に松原地区がある。ここは、四万十川の最大支流、梼原川に沿った山あいに集落が点在する、150世帯300人ほどが住む静かな山里だ。

2007年3月に森林セラピーロードとして認定された“久保谷ロード”は、ここ松原地区にある。

国有林である久保谷風景林の山裾に、久保谷川の渓流とそれに沿って引かれた農業用水路脇の全長3kmの小道。

高低差のない平坦な道には苔の絨毯や落ち葉が積もり、先人たちが森の傍らに築いた用水路は、100年もの昔から田畠を潤し続け、水面に四季折々の色を映す。この道を歩くだけで五感がときどきまた、知らず知らずに深呼吸する自分がそこにはいる。ここでは、森が持っている不思議な力を感じずにはいられない。

ブログ“森のハナシ”

ところで最近は、インターネットのブログを通じて、いろいろな人々がその想いや情報を発信している。

そしてここにも、四万十の源流域から発信されるブログがある。

ひときわ目を引く美しい写真、そして四万十の自然を豊かな表現で綴った“森のハナシ”と“うちの庭”。

西村みずえさんが初めてのブログ“森のハナシ”を開設したのは2009年のこと。その頃梼原町役場に勤めていた

西村さんは、“久保谷セラピーロード”の担当になった。

「ここは2007年に森林セラピーロードとして認証され、人に知られるようになってきていたのですが、地元診療所の医師、宜保先生と共に研究事業をしようということになったんです。つまり、セラピーロードとしては認められたが、『さてここはどうなんだろうね』ということを、その“効果”的根拠を、自分たち自身で検証したかった。そこで助成金が得られたので、セラピーロードの“森の効果”的検証のためモニターツアーを実施したのです。またその頃、久保谷セラピーロードについての関西圏までのTV放映が決まり、放送に間に合うよう、その研究事業のご案内を出したかった。どうしたものかと考えていたとき、娘が、『そういうことならブログがいいんじゃないの?』と提案してくれて。目を引くキレイな写真が欲しかったので、写真が趣味の夫を連れて撮影に行って、娘から指導を受けて何とか作成しましたよ。だから“森のハナシ”は、一夜漬けでつくったようなもののなの。」「久保谷セラピーロード」について発信するブログ、“森のハナシ”は、こうして誕生した。

“まろうど会”的こと

「松原地区では、この“小道”を活かし地域を盛り上げたいと、松原の『観光協会』的な立場の組織になれたらいいねということで、有志が集まって“まろうど会”という組織を立ち上げました。“まろうど”とは漢字で書くと『客人／客／賓』。土着の神ではなくその社会の外から來訪して、その土地に祭られた神のことをいうのだそうです。“まろうど会”的由来は、伺った話ですが、実は、久保谷セラピーロードは、地元の人が“発見”した道ではなくて、それまでの位置づけは“ただの古い農業用水路脇の道”だったようです。ところが何年か前のこと、少子高齢化が進んだ松原では、地元に人を呼び込む何らかの“資源”を求めて調査を開始したのですが、色々候補はありながらもどれも決め手に欠ける。ある時、役場の林業担当の方が山の調査にやって来た。その時にセラピーロードになっている小道『久保谷川が流れて小道が続き、それに沿って水路がある』を“発見”し、これは活用できる!と提案してくれたようです。つまり、“よそから来た人の目が地元の人にそれを気付かせた”ということですね。」

「梼原町は、高知県の山奥の、そのまた山の中。その“どんづまり”的地形からくるものか、“外者”を大事に思う、扱う文化があります。『他所の人は新しいものをここに持ち込んでくれる』そういう考え方があるようです。人々は、來訪者がもたらした他所からの文化を柔軟に取り入れながら、新しい時代を讀んできたかもしれません。」

そういうれば、梼原の集落のあちこちに“茶堂”と呼ばれる茅葺きの小屋が多く残されている。ルーツは藩政時代に遡り、開祖津野氏の靈を慰めるため建立されたものらしいが、後にはここで旅人を茶菓でもてなすようになり“文化交流の窓口”“情報交換の場”としての役割を果たしてきたようだ。“遠くより訪ね来る者は厚遇すべし”という客人信仰は、今なおこうして受け継がれているのだ。

梼原町松原への想い

西村さんのもう一つのブログ“うちの庭”は、昨年、長く勤めた役場を退職した後に始めた。ご自宅の手入れされたお庭に咲く四季折々の花々を撮った美しい写真と共に、山里の日常を綴るブログだ。

「一年前まで務めていた梼原町役場を退職したとき、娘がね『お母さん、暇になつたらマズイよ』と言ってブログを提案してくれたのです。でも娘には『お母さんのブログは“事務連絡”だよ』と言われてます。だって、公務員って、自分の考えを語ることに慣れていないでしょう。それに、ネットは検索機能しか使わなかつたですからね。」

そんな西村さんが、ブログを使って地域を発信する理由は、何だろう。

「松原は高齢化率60%です。人々の中には、いずれ集落もなくなるかもしれないという危機感もあります。でもここには、久保谷セラピーロードのような素晴らしい宝物がある。宝物を活かさなければもつたないです。当たり前ですが、情報は発信しなければ伝わっていきません。私は、この松原をもっともっと、PRしていきたいのです。」

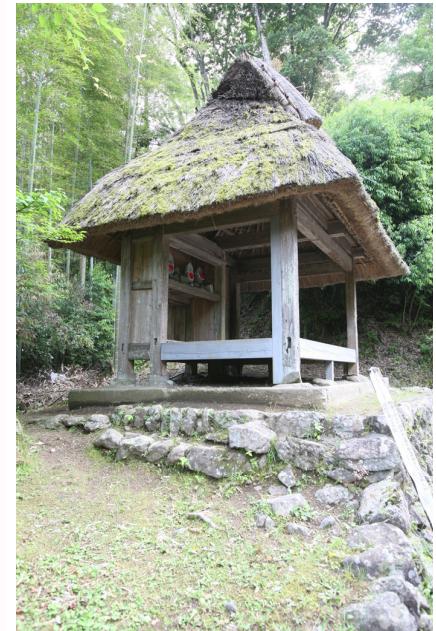
「現代のストレス社会で、“癒しの効果”が認められる森林セラピーはどんどん注目されて来つつあります。リラックスするためこの地に人が訪れるようになれば、その人たちを迎える地域にも活力が出てきて、雇用も生まれてくるはず。そうしてここで、若い人が生活できる、収入につながる場が、いずれは確保出来ればと願っているのです。」

実際、森林セラピーに認定されてから、いろいろな人たちがこの地を訪れるようになってきた。以前は地元の人しか歩いていなかった地域にも、徐々にではあるが活気が蘇りつつある。

そして遠くないいつの日か、この松原地区に美しいこの山里に、こども達の元気な声がこだますることを夢見ながら、西村さんは、今日も地域の情報を発信し続ける。



西村さんのお家の庭には四季折々の花が咲いて。



街道沿いには、旅人をもてなした“茶堂”が残る。