

癒されたいあなた、四万十川源流域で「森林セラピー」はいかが？

四万十川の源流点がある津野町や雲の上の町・梶原町は、林野庁などが進める「森林セラピー基地」の候補地（全国で31カ所）として登録され、津野町では5月末に大学生を被験者として、都会と森林で受けるストレスの違いを医学的に分析する実験が行われました。

これまでも「海水浴」に対抗して「森林浴」という言葉はありましたが、具体的（物理的）に身体を包み込む物質を認識できない「森林浴」は、そうはいわれても、なんだか物足りないと思われる方も結構いらっしゃるのではないのでしょうか。

冒頭の実験は、茨城県つくば市の「森林総合研究所」が2組の大学生を被験者として、天狗高原の森林の中と高知市中心部（の電車通り）で感じるストレスの違い、特に被験者のホルモンの分泌量の違いなどを医学的な見地から比較・分析して、森林浴や木材による刺激がもたらす生理的リラックス効果を立証しようというものです。

林野庁との調整など、企画段階から取り組んでいる津野町役場の豊田さんからは、「四万十川といえば下流の四万十市（旧中村市）さんが注目されていますが、四万十川源流域として清流を育てている天狗高原などの森林に癒し効果のあることが具体的に実証されれば、今以上に地域の活力も高まり観光振興や交流人口の拡大に向けて大きなきっかけ作りになるのでは」との期待の声もお聞きしました。

有望な実験結果が出され、審査を受ければ来春にも認定される見通しとのこと、この通信をお読みの皆さま、一足先にこの夏、秋のシーズン、涼しさと癒しの津野町（天狗高原周辺）、梶原町（太郎川公園周辺）を訪れてはいかがでしょうか。

天狗高原に棲むアナグマ



↑ 長沢の滝（津野町）



↑ 森林セラピー効果調査。

トピックス

平成17年度水質調査実施中!

「四万十川の日」をご存知でしょうか？一つは「4月10日」で、もう一つは、本日「7月25日」です。前者は数字から読み当てたもの。後者は、河川名が「渡川」から「四万十川」に正式に変わった日です。この日にちなんで、四万十川財団では、7月下旬を中心に流域の小学校の児童等の参加を得て簡易な水質調査（パックテスト）を行っています。6回目となる本年度、四万十川流域小中学校の30校（愛媛8校）の参加をいただく予定です。ただいま続々と調査結果が寄せられておりますが結果がまとまり次第、四万十川財団ホームページで紹介させていただきます。



平成17年7月12日、窪川町立米奥小学校5・6年生の皆さん。