



森林ボランティア 「オホーツクの会」だより No.11

オホーツクの森ボランティア植樹

に参加しました!!



平成22年5月27日(木)、オホーツクの森ボランティア植樹実行委員会(委員長:鈴木順策)主催のボランティア植樹に、構成員である当会からも会員20名が参加しました。

ボランティア植樹では、北見市端野町にある国有林「オホーツクの森」において、端野小学校及び常呂小学校の5年生、実行委員会の構成員である常呂漁協やボランティア団体など総勢219名が、トドマツの苗800本を植えました。



当日は、時折雨が降る天候でしたが、会員の皆さんは、6年前の台風被害を受けた森林の復旧のため、心を込めて苗木を植えていきました。

午後からは、山の幸を授かるなどのひとときを楽しみました。



「オホーツクの森ボランティア植樹」と 「常呂川森林づくり塾」に参加して

若い頃は八ヶ岳や南アルプス周辺で山登りを楽しんでおりましたが、50代後半に北海道に転勤してきて、高い山に登らなくても手軽に自然を楽しめることを知りました。

特に、雪に覆われた森や林の中をスキーやスノーシューで歩く楽しさは格別です。

この森や林が守られ、地球温暖化防止等に役立つことが出来ればと思い、この春から森林ボランティア「オホーツクの会」の一員に加えてもらいました。

まだ、「オホーツクの森ボランティア植樹(5月27日)」と「常呂川森林づくり塾(第1回)(6月19日)」に参加しただけですが、山を守る・水を蓄える・空気を綺麗にする・気象を和らげる等、森林の大切さを学びました。

また、「オホーツクの森」の散策を通して木々に支えられている多様な植物・動物たちを守ることを知り、凍裂・樹洞・風倒木を見て自然界の厳しさを学びました。樹木の名前はなかなか覚えられませんが山菜採りや森林浴を楽しみながら、これからも自然再生や森林環境について積極的に参加して行きたいと思っています。



飯岡 伸之

○ ストレスを解消する森林の「癒し」効果 !!



私たちの身体は、本来自然に適応する生理機能を持っているといわれていますが、現代の人工化されたストレス社会では、“うつ病”など心の病が深刻化して精神疾患を患う人が増えています。

また日本は、自殺者の数が毎年3万人を超える(先進国で最も多い)など、社会問題となり2006年には自殺対策基本法が制定されています。

このように健康に関する関心が高くなるなかで、森林に触れることによって私たちの身体は生理的にリラックスし、免疫機能も向上することが医学的に証明され、心身への健康維持や増進、疾病の予防に効果のある「森林セラピー」が注目されています。



今回の森林散策会は、津別町が整備を進めている森林セラピー基地を散策しますので、自然に触れ楽しみながら、心身共にフレッシュしては如何でしょうか。

(森林セラピー教本より)

お知らせ

○ 「森林散策会」の参加者募集 !

森林で心と身体をリフレッシュしに行きませんか !!

- 森林散策会(7月25日(日))に参加希望の方は、**7月21日(水)までに別紙「森林散策会の参加者募集のご案内」**を見て申し込んで下さい。

(ふれあいセンター主催行事)

○ 「常呂川森林づくり塾」の塾生募集(追加) !!

- 先にハガキでお知らせしました「常呂川森林づくり塾」について、当会員11名が応募し第1回が実施(6月19日)されました。塾生の追加募集(若干名)の案内がありましたので、「参加してみたいな」という方は、常呂川森林環境保全ふれあいセンターまでお問い合わせ下さい。

- 【今後予定】
- ・ 第2回 9月4日(土)自然再生モデル林における歩道整備
 - ・ 第3回 10月16日(土)自然再生モデル林内での手入れ
 - ・ 第4回 12月4日(土)森林図面・空中写真の見方

※ ふれあいセンターへは、会員の皆様お気軽にお立ち寄り下さい !!

お問い合わせ

会費納入のお願い

会では、22年度会費を集めています。
1家族 1,000円です。
よろしくお願いします。

北海道森林管理局
常呂川森林環境保全ふれあいセンター内

森林ボランティア「オホーツクの会」事務局

〒090-0035 北海道北見市北斗町3丁目11-3
TEL 0157-23-2960
050-3160-6321
FAX 0157-23-2472

平日8:30~12:00 13:00~17:15