

レクの森「猪八重の滝」における森林教育の取組

九州森林管理局 宮崎南部森林管理署

NPO法人ごんはる 谷口 由利子

宮崎南部森林管理署 森林技術指導官 長瀬 直

宮崎南部森林管理署 一般職員 遠山 祐吏

1 課題を取り上げた背景

レクの森「猪八重の滝」は宮崎県南部の日南市北郷町に位置し、渓谷美豊かな猪八重川が中央を流れ、シイ、タブ類等天然生の常緑広葉樹を主とした美しい森で、自然学習、環境学習、森林レクリエーションの拠点として多くの人々に利用されてきました。平成20年4月に日南市北郷町は森林セラピー基地の認定を受け、レクの森「猪八重の滝」は森林セラピーロードとして森林セラピーの散策ツアーやイベントを数多く開催してきました。最近では森林セラピーは健康維持・増進だけでなく、社会問題となっているメンタルヘルス・こころの病気の予防と改善にも効果があるとして期待が高まっています。

また、地球温暖化や環境破壊が進み環境教育の重要性が増しています。そこで、今回はレクの森「猪八重の滝」で行っている森林セラピーと森林環境教育の取組について紹介します。

2 取組の経過

森林セラピーを推進するため日南市、宮崎南部森林管理署をはじめとする関係団体で森林セラピー推進協議会を設置、平成24年度から事務局をNPO法人ごんはる内に置き、次のことに取り組んできました。

- ・ノルディックウォーキングによる健康教室の開催
- ・小中学生への森林教室（グリーンウォーキング、写真1）
- ・森林教室や環境授業の開催



- ・樹木看板の設置・遊歩道の環境整備
- ・植生・歴史等についての学習会の開催
- ・女子向けセラピーツアーの開催（写真2）
- ・森林セラピー全国サミットの開催

3 実行結果

- ・猪八重の滝でノルディックウォーキング教室を開催し、植物の蒸散作用で森が生んだ涼しさを体験したり、森の水源涵養機能や水の恩恵を学びました。
- ・樹木看板の設置を行ったことで、猪八重の滝の豊富な植生を知ることができ、森林環境の大切さを学びました。
- ・森林セラピーイベント等の開催時にアンケートを実施し、猪八重の滝の自然環境と森林セラピーに対する参加者の意識を知ることによって、今後の取組の参考になりました。
- ・森林教室（グリーンウォーキング）を開催、参加した子供たちは自然の豊かさに触れながら、樹木や動植物の名前、森林の役割等を学ぶことで、あらためて自然環境保護の大切さを知りました。
- ・少人数による女子向けセラピーツアーを開催し、猪八重の滝内で行うリラクゼーションでは、森林の持つ癒やし効果を体で感じその恩恵を受けながら、森林の大切さを学びました。
- ・森林セラピー全国サミットで全国から森林セラピー関係者を迎えて森林セラピー散策を行いました。猪八重の滝の素晴らしさを知って頂けたことで、日南市の観光PRにもなりました。

4 考察

これまでの取組で猪八重の滝の森林セラピー効果やレク森の活動に多くの反響があったので、猪八重の滝で行う森林セラピーや森林環境教育は、森林保護への造詣を深めるきっかけの一つとして大変重要だと思います。これからもニーズに対応した効果的な森林教育やセラピーイベントに取り組んで、より多くの方に森林の重要性や素晴らしさを普及、啓発していきたいと考えます。

