

も 林 の 話

第5話

根釧西部森林管理署

高橋 直生

採用二年目の若手職員のコーナーです

緑に覆われた森林の中で働く日々。そんな日々を過ごしていると、休日にも無性に森林に入りたくなります。今年の四月に根釧西部森林管理署に赴任してから半年間、森林の中で感じた諸々を紹介します。

森林には、多くの危険が潜んでいます。地面は舗装されていないので、石やぬかるみで転ぶかもしれませんし、熊や蜂などに襲われたら生命にもかかわる生物もいます。

ですが、私にとっては普段体験したことのない感覚があるところが森林の良さなのです。スマートフォンは電波が届かないため、ただのカメラと変わり、車は一台も走らないので騒音も聴こえてこない。森林で過ごす時間を邪魔するものは何もない。森林で起こる可能性のある危険ですら、景色を楽しむスパイスになります。

また、森林は四季を通じて多彩な表情を見せてくれます。雪が解けアスファルトが乾く季節には、花を咲かせ晴れやかに

彩られた森林を見ることで嬉しみますし、おでんが恋しく、外よりコンビニの方が暖かくなる季節には、一面紅葉し色鮮やかなのに、少し寂しく、暖かい森林を見ることもできます。森林の表情はそれだけではありません。天気や気温、はたまたそこに生息する野生動物によっても、見える表情が違います。一度見たり二度はない、そんな表情が森林にはあります。



高台で刻々と変わる景色を見ながら休憩

話は変わりますが、海や川を眺めたり、公園の噴水をぶと見つめたりして、長い時間を過ごした経験はないでしょうか。水には、見る、音を聴くことでリラックス効果があるといわれ

ており、今では、せせらぎの音が入ったCDが販売されているようです。川や沢が流れている森林ではせせらぎの音や、風に扇かれ樹木の葉が揺れた音が、他の音と混ざり癒やしてくれるため、よく座って休憩をしてみたいです。



水面の様子も多様です

この心地よさは、どんなに優れたスピーカーでも敵わないでしょう。

また、森林内で深呼吸をすることにより、フィトンチッドのにおいを感じることができ、リラックス効果も得ることができます。これらも森林の魅力です。山を歩いていると、行者ニンニクやコノミ、舞茸など様々な



森林内で見つけた舞茸

種類の山菜に出会いました。中には見た目に反して、おいしい物もあり、山の恵みに感動しました。

他にも、樹木の葉や皮に直接触れてリラックスするなど、森林には、言葉や文字などでは語りきれない魅力が、無限にあります。半年という短い期間で、これだけの魅力に出会えたことだけでも驚いています。

まだ積雪がある景色を見ていないと考えるだけで、12月以降の森林もとても楽しみます。皆さんも森林に癒やしてもらいに行ってみてはいかがでしょうか。