

事例Ⅱ－10 森林空間の活用を通じた地域と企業の協働

群馬県上野村^{うえのむら}は、村面積の9割以上を占める豊かな森林を活用して森林浴を楽しむ「森林セラピー基地^注」としての取組を平成18(2006)年に開始しており、一般社団法人上野村産業情報センターが、森林セラピストや地元ガイドと連携して、神流川源流域^{かんながわ}の自然散策路を拠点とした健康増進プログラムを提供している。

令和5(2023)年には、健康ウォーキングに加え、源流域の自然を活かしたヨガ体験や「森の瞑想」など、静的なアクティビティを中心としたプログラムの提供も開始した。これらは、心身のバランスを整えることを目的とし、森林の静けさと調和した呼吸法やストレッチを取り入れた内容となっている。こうした取組は、地域の自然資源を活かした健康づくりとしてだけでなく、企業との連携による人材育成や環境学習の機会としても活用されている。例えば、株式会社明電舎(東京都品川区)では、社員研修の一環として、森林浴や焚き火体験、地域の取組の視察等を組み合わせたプログラムを実施している。

これらの活動は、従業員の心身のリフレッシュや自然環境への理解促進に加え、人的資本経営の観点から、ウェルビーイングの向上や自律的な学びの機会の創出につながる取組として位置付けられている。また、地域と企業が協働することで、持続可能な社会づくりや地域活性化にも寄与しており、双方にとって価値ある関係性が築かれている。

このように地域と企業が森林を介して協働することは、社員のウェルビーイングの向上や地域資源の活用、環境意識の醸成など、多面的な成果につながっており、森林サービス産業推進地域としての上野村の取組は、持続可能な社会づくりに向けた共創の場となっている。

注：森林セラピー基地とは、森林セラピーロードが2本以上あり、健康増進やリラックスを目的とした包括的なプログラムを提供している地域。森林セラピーロードとは、生理・心理実験によって癒しの効果が実証され、森林セラピーに適した道として認定された道。森林セラピー、森林セラピスト及びセラピーロードは、特定非営利活動法人森林セラピーソサエティの登録商標。



森林浴の様子



ヨガ体験の様子

(写真提供：一般社団法人上野村産業情報センター)