

## 「みんなの森」「寺子屋講座」：会員活動報告

東京農業大学森林総合科学科 准教授 上原 巖

私は、2002年4月に、「森林療法研究会」という市民研究会を長野県軽井沢町で立ち上げ、2009年6月からは、「みんなの森」とよぶ活動にその市民研究会を継承しています。

「みんなの森」は、各地の森林・山林・里山での活動や休養を通して、森林と人とのコミュニケーション、人と人のコミュニケーションがより良い形で取れる時間が過ごせるような機会と場です。

「みんなの森」では、広く市民が心のよりどころとなるような場となることを目指しており、会費は無料で、会の規約も特になく、どなたでも気楽にご参加いただける会です。

下記に示すように全国各地で、等身大の小さな集いを行ってきましたが、特に各地で打ち捨てられている「放置林」の保育作業や再生活動などを通して、身近な森林環境を見直し、各地域の身近な森林の持つ保健休養効果についての調査研究も同時に行っています。

社会の弱者の方々をはじめ、本当に森林での保健休養や、森林療法を必要としている人々に寄り添うことができるような素朴なあり方、素直な気持ちで、森林と人間が共に健やかになっていくことを目指しています。

また、2009年2月より、「寺子屋講座」という市民研究会を毎月1回開いています。

寺子屋講座の参加費も無料ですが、ご参加される方には毎回のテーマにあわせて、お1人1つずつ話題提供をしていただいています。

「みんなの森」「寺子屋講座」、双方とも、もし機会とご都合が合いましたら、どうぞお気軽にご参加ください。

### ◎ 「みんなの森」の活動（2009年6月～）

第1回目 鹿児島県霧島市（霧島桜ヶ丘病院）

第2回目 長野県飯田市（下栗地区）

第3回目 山梨県小菅村（東部森林公園）

- 第4回目 青森県青森市、六ヶ所村
- 第5回目 長野県木曾郡王滝村
- 第6回目 長野市（ブランド薬師）
- 第7回目 山梨県小菅村（東部森林公園）
- 第8回目 奈良県吉野郡川上村
- 第9回目 滋賀県長浜町
- 第10回目 香川県高松市 まんのう森林公園
- 第11回目 東京都奥多摩町
- 第12回目 石川県能美市
- 第13回目 香川県高松市 まんのう森林公園
- 第14回目 岩手県盛岡市（私有林）
- 第15回目 山梨県大月市（私有林）
- 第16回目 福岡県柳川市（社会福祉施設 宝箱）
- 第17回目 長野県長野市（大峰山）
- 第18回目 山梨県甲府市（武田の杜）
- 第19回目 神奈川県（青根小学校）
- 第20回目 長野県飯田市（下栗地区）
- 第21回目 奈良県吉野郡川上村
- 第22回目 宮崎県綾町（綾の森）
- 第23回目 香川県高松市（どんぐりランド）
- 第24回目 北海道白老町
- 第25回目 鳥取県智頭町
- 第26回目 鹿児島県霧島市（霧島桜ヶ丘病院）
- 第27回目 埼玉県所沢市（私有林）
- 第28回目 長崎県長崎市（ながさき県民の森）
- 第29回目 福井県高浜町（町立診療所、私有林）
- 第30回目 宮崎県綾町
- 第31回目 東京都町田市（私有林）
- 第32回目 東京都世田谷区
- 第33回目 新潟県魚沼市
- 第34回目 福岡県柳川市（社会福祉施設 宝箱）
- 第35回目 神奈川県平塚市（私有林）
- 第36回目 鳥取県智頭町
- 第37回目 埼玉県秩父市（大瀧地区）
- 第38回目 山梨県小菅村（私有林）、埼玉県所沢市（私有林）
- 第39回目 長野県北相木村

第 40 回目 山梨県小菅村（私有林）

（みんなの森の活動の一場面）



鹿児島・霧島桜ヶ丘病院での「みんなの森」の活動の様子  
病院の職員の方々と一緒に、病院に隣接する約 30 年生のヒノキ放置林の密度を測定している様子。



患者さんとOT（作業療法士さん）と一緒に作業を行っている様子

◎ 寺子屋講座（2009年2月～）

第1回目 偉人たち、先人たちの森林・自然体験の事例

第2回目 海外の保養地の事例（その1）

第3回目 海外の保養地の事例（その2）

第4回目 樹木のヒーリング

第5回目 樹木のコミュニケーション

第6回目 樹木にまつわる民話

第7回目 杉：スギ

第8回目 樹木健康グッズ

第9回目 聖なる木

第10回目 お正月の樹木

第11回目 森林・樹木と雪

第12回目 森林・樹木と映画

第13回目 森林・樹木と芸術

第14回目 森林・樹木と食べもの

第15回目 森林・樹木の香り



寺子屋講座の様子