

森林と人間が共に健康に — 森林療法のすすめ

林床で安らぐことのできる森林が、この地域にもありますか？

日本は、国土面積の約7割を森林が占め、「森の国」「木の文化の国」と云われます。本当にそうでしょうか？

確かに、日本の森林率は高いのですが、日本各地には戦後の拡大造林の後に、手入れ不足のために荒れてしまった山林が沢山あります。いつの間にか、その地域の方であっても、山林に足を踏み入れることが少なくなりました。この地域にも薄暗い放置林があるのではないのでしょうか？



そして、森林だけではなく、いま私たち人間の心もまた病んでいます。けれども、そうした森林に入って手入れを行い、再び森林に光を入れ、森林を健康にしていくことで、私たち人間も健康を取り戻していける可能性があることが様々な研究や取り組みの中でわかってきています。美しい森林は質の良い木材を生産するとともに、私たちの健康も高めます。また、もともと私たち人間は森林とよい関係を結びながら暮らしていたはずです。

今回は、森林の持つ保健休養効果や、この地域の森林と地域の皆様方が共に健やかになることを一緒に考えたいと思います。どうぞよろしく願い申し上げます。

【講師紹介】東京農業大学 准教授 上原 巖(うえはら いわお)



1964年長野市生まれ。東京農業大学農学部林学科卒業(ミシガン州立大学留学)。長野県立農業高校で7年間の教員生活後、信州大学大学院修士課程を修了。知的障がい者更生施設に勤務しながら、岐阜大学大学院博士課程修了。社会福祉施設職員、長野県高校スクールカウンセラー、東海女子大学専任講師、兵庫県立大学助教授を経て、現職。

農学博士。日本カウンセリング学会認定カウンセラー。「六ヶ所あしたの森」設立準備委員会顧問を始め、さまざまな委員や理事、顧問などを兼任。趣味は、森林で無為に時間を過ごすこと。抽象絵画、遺跡(縄文時代)探訪、ビートルズ。

上原研究室ホームページ：<http://www.geocities.jp/ueharaiwao/>

■日時：2009年7月29日(水) 10:30～12:30

■場所：三戸郡町村会館 3F 第1会議室(青森県八戸市大字尻内町字鴨ヶ池96-3 電話:0178-27-1111)

■受講料：1000円 ■定員：30名(受付先着順で〆切)

最寄駅(JR新幹線)八戸駅 徒歩約10分

※講演終了後は、13:30頃まで同会場にて、上原先生を囲んでの昼食を予定しております。ご飲食物をご持参の上、どうぞご参加下さい。またこちらでは、自然素材使用したお弁当(500円)のご予約を承っております。ご希望の方はお申込みの際にお知らせ下さい。

■お申込方法:

お名前、電話番号、お持ちの方はメールアドレス、参加人数、お弁当注文の有無を、電話、FAXまたはメールにて、7月24日(金)までに、八戸市森林組合(担当:工藤)へお知らせ下さい。

●電話:0178-21-8157 ●FAX:0178-21-2619

●メール:sinrin88@galaxy.ocn.ne.jp



■主催：八戸市森林組合 共催：「六ヶ所あしたの森」設立準備委員会

■後援：青森県森林組合連合会／東京農業大学校友会三八支部／東京農業大学林学科同窓会青森県支部林朋会

■お問合せ:

●八戸市森林組合(担当:工藤)
電話:0178-21-8157 FAX:0178-21-2619

メール:sinrin88@galaxy.ocn.ne.jp

●「六ヶ所あしたの森」設立準備委員会(担当:山本)
電話:080-6776-2610 メール:info@ashitanomori.net
ウェブサイト: <http://ashitanomori.net>

緊急告知!! (歌手)

8/8(土) 加藤登紀子さん
六ヶ所あしたの森植樹祭

開催決定! 詳しくは、「六ヶ所あしたの森」設立準備委員会(主催)までお問合せ下さい。