

5. 「森林浴」から「森林セラピー」へ、一歩進んだ癒しのまちづくりプロジェクト

・目的、概要

森に足を踏み入れると、一面に緑が覆い、木々や土が香り、森のいのちや力を感じ取ることができる。そしてそれは私たちを癒し、リラックスさせてくれる。森林の持つこれらの効果はこれまでも「森林浴」として親しまれてきたが、その効果については感覚的なものであった。そこで、この「森林浴」の効果を科学的に解明し、心と身体の健康に生かそうという試みが「森林浴」から一歩進んだ「森林セラピー」であり、その効果を解明する。

・具体的な成果目標

本市において、上述のような効果が解明され、森林の癒し効果の活用方法など、森林セラピー実行委員会により総合的に認められれば「森林セラピー基地」として付加価値のある町がスタートする。今後、作業部会を通して「森林セラピスト」の養成、地域の特色を生かした森林セラピーメニュー等を構築し、本市独自の観光誘客を図る。また、このことによる旅館業等への相乗効果の発揮も期待できる。

平成18年度 旧北郷町地区における観光動向者数 320,781 人

↓ セラピーに関する入り込み客により約5%UP

平成21年度 旧北郷町地区における観光動向者数 336,820 人

・事業費

14,968千円(平成21年度 3,000千円)

・プロジェクトを構成する具体の事業・施策

森林セラピー基地認定に係る生理実験

森林セラピー実行委員会が主となり、森林セラピー基地の認定を行うため各森林セラピー基地候補地にて生理実験を行う。本町においても、本年3月に候補地としてノミネートされ、同8月に生理実験が実施された。生理実験は、森林部と都市部で同時に行い、被験者(大学生12名)の心拍変動性・唾液中コルチゾール・唾液中アミラーゼ・血圧などの反応を総合的に測定し、人への森林の効能を科学的に実証する。

魅力ある「森林セラピー基地」づくり

飢肥杉や原生林、貴重なコケ類、20箇所を超える滝群など、豊かな森林資源に恵まれた北郷町は、平成20年4月に森林セラピー基地に認定されている。この本町の自然や伝統文化、温泉などの地域資源を活用した活動メニューを充実させるとともに、森林の癒し効果と農林業、医療・保健、観光等を結びつけた新たな産業創出への取組みを推進し、誰もが気軽に健康づくり・癒しを体感できる基地として、整備促進を図る。

(具体的に)

<森林ガイドの養成>

平成20年度、ガイド養成を行い、31名で構成する「森林セラピーガイドの会」を発足した。今年度は、さらにスキルアップを目指し、森林セラピー基地としての付加価値を今まで以上に高めるため、引き続

きガイド養成講座を実施する。講座についてはガイドの会(31名)を含め、新たに公募等により募集を行い、講座は6月から実施する。

<セラピー料理の情報発信等>

平成20年度、セラピー料理の研究を行い、各事業所とも地元の食材を生かした料理・弁当の開発に取り組んできた。今年度は、セラピー料理・弁当をPRしていくため、セラピー基地独自のパンフレットを作成し、県内外に広く情報発信していく。また、地産地消を基本としたセラピー料理をツアー等に組み込み、アンケート調査を実施し、調査結果をもとに各事業所のセラピー料理・弁当を充実させる。

・担当課

北郷町総合支所産業経済課 商工観光係 Tel0987-55-2111(代表)