

「森林セラピー基地」の認定を目指している上市町で6、7の両日、森林浴の効果を調べる実証実験が行われる。同町眼目の立山寺のトガ並木を歩く人と、JR富山駅前を歩く人との生理・心理状態を比較し、森林のストレス軽減効果などを調べる。

森林セラピー基地は、NPO法人森林セラピーソサエティ(東京)によって森林のリラックス効果や安全に歩ける環境などが認められた地域。県内では富山市の立山山麓ス

森林の癒やし 効果を測定

上市できょうから実験

キー場周辺が認定を受けている。上市町はことし、同町眼目地区と大岩地区、馬場島地区を中心とした基地の認定を申請している。

実験は森林総合研究所と千葉大が担当し、富山大生12人が被験者を務める。立山寺の森林班と富山市内の都市班に分かれ、歩いたり景色を見たりして時間を過ごし、心拍数や血圧などを測定する。

認定は、実験結果などを踏まえて来年の4月上旬までに

森林浴効果を実験

セラピー基地認定目指す

上市

上市町眼目の立山寺で、森林によるリラックス効果が実証された地域「森林セラピー基地」の認定に向けて、町や森林総合研究所(茨城県つくば市)などが、森林浴効果を確



杉並木の中で血圧を測る被験者＝上市町眼目で

かめる実験を始めた。町が昨年、日石寺、馬場島、立山寺の1帯を森林セラピー基地として申請したことを受け、千葉大や同研究所

の協力を得て効果を調べる。

実験では被験者の成人男性六人ずつがそれぞれ、森林部の立山寺で杉並木を、都市部の富山市街地で町の様子などをそれぞれ見るなどとして、血圧や心拍数、心理状態の変化などを比較した。七日は、被験者の場所を入れ替える。効果が実証されれば、来年三月にも認定される見込み。

森林セラピー基地は、全国で四十四力所が選ばれている。県内では二〇〇九年、富山市の立山山麓が認定された。(鈴木啓太)