日本経済新聞

2010年(平成22年)6月18日(金曜日)

森林散策 心身癒やす

癒やしなどの効果があるとされる森林セラピーの散策コース（福岡県うきは市）

うきは市ツアー、予想の3倍参加

鉄道跡地のコースも 地域活性化に期待

森林浴効果が見込まれる地域を散策する「森林セラピー」が九州・沖縄で人気を集めている。特定非営利活動法人(NPO法人)によると、都会のストレス社会で生活する人が心身を癒やすために訪れているとみられ、地元自治体の予想の3倍のツアー客が参加したコースも。鉄道跡地を利用したコースも登場し、地元関係者は「森林資源を地域活性化の起爆剤に」と期待を寄せている。

5月中旬の週末。鳥のさえずりや小川のせせらぎが聞こえる福岡県うきは市の山の散策コースに家族連れやカップルらが相次ぎ訪れた。NPO法人「森林セラピーソサエティ」(東京)が専門家による現地調査の結果、森林浴の効果が見込めるとして認定した森林セラピーのコースだ。

デートコースに選んだという福岡県久留米市の男性公務員(33)は「初めて来たが、リフレッシュされて癒やされる感じがする」と話す。

うきは市は2008年4月、福岡県内で初めて森林セラピー基地に認定され、09年4月に2コースがオープン。09年度に訪れたツアー客は約3000人に上り、市の当初予想の3倍。個人で訪れる散策者も多く、最大で1万2000人が森林セラピーを楽しんだと推計する。

市の担当者は「予想を上回る人出で驚いている。自然の癒やしを求めて福岡都市圏から車で訪れる日帰り客が多い」と説明。市内に温泉もあり「森林浴と観光が結びついてほしい。森林セラピーが地元のPRの場になれば」と期待を込める。

「スギ花粉症の心配がいらないうえ、冬を含めて1年中散策できるのが売り」。こう話すのは沖縄県国頭村の森林セラピーの担当者。同村では08年4月から、亜熱帯気候が育てた「やんばるの森」に4コースが開設された。

同村は「本土から遠いのだから質の高いツアーを組む必要がある」として、地元出身のガイドが自然を散策しながら沖縄の珍しい花や木の説明をするほか、ストレッチや呼吸法、リラックス方法も指導する。

鉄道跡地が森林セラピーコースに変身したケースもある。

06年4月に九州・沖縄で初めて認定された宮崎県日之影町は今年4月、05年の台風被害で廃線となった旧高千穂鉄道の線路跡約2・2キロを6本目の森林セラピーロードに設定。一部のレールや鉄橋を残し、高千穂鉄道の車両2両を宿泊施設に改装して旧日之影温泉駅に設備、営業を始めた。

同町の担当者は「小さな町にとって鉄道人気への期待は大きい。将来は企業の保養地や大学生の合宿地などとしても利用されるように整備したい」としている。

森林に囲まれた散策コースを歩くことで、癒やしや健康増進の効果があるとされる。自治体のほか、森林組合などが制度に応募して認定されたケースもある。

▼森林セラピー基地・セラピーロードの認定制度　林野庁などが中心となって2005年にスタート。09年にNPO法人「森林セラピーソサエティ」が制度を引き継いだ。これまでに認定されたのは全国で42カ所。九州・沖縄には福岡、熊本、宮崎、鹿児島、沖縄の5県で計9カ所ある。

九州・沖縄で森林セラピー基地のある自治体

福岡県	うきは市、八女市、篠栗町
熊本県	水上村
宮崎県	日之影町、綾町、日南市
鹿児島県	霧島市
沖縄県	国頭村