

入っていくような軽い登山のコースが6つです。参加される方にコースを選んでいただけます。

美杉の森林セラピーの魅力をお感じになりますか。

今井 気持ちがいといわれる森には滝や沢といった水の流れがあり、樹木も生き生きとしています。流れ落ちぶつかり合う水による空気の清浄化作用は以前からいわれていることですが、日神西浦コースは滝が多いこともあって素晴らしく空気が新鮮で清浄です。アマゴの養殖場を通る平倉コースにも、とても美しい川が流れています。森に水の流れがしっかり備わっていることが美杉の森林セラピーコースの魅力だと思います。

市長 コースのガイドと一緒に歩くイベントも開催しています。毎月1・2回のペースで行っており、これまでに7,000人を超える人がガイドツアーに参加されています。もちろん、森林セラピーコースはいつでも好きな時に歩けますが、他の参加者と一緒に、そして案内をしていただきながら歩くのもまた一つの魅力ですよ。

今井 森林セラピーソサエティで認定している案内人のセラピストとセラピーガイドの皆さんは医学的なことも学んでいらっしゃるし、自然の

特徴もよく理解されています。例えば、クロモジやサンショウの木の枝を折るといい香りがするというようなことです。

森林セラピーの基本は、「よし、あそこまで登ろう」「あの景色を見に行こう」と目標や希望を持つのではなく、森に抱かれて森からの働きかけを五感で察知することです。ですから、セラピストやセラピーガイドと深呼吸をしたり、空を見上げたりしながら五感を刺激して歩くことはとてもお勧めです。

市長 森林セラピー基地について我々もこの10年間にいろいろな試みをサポートしたり、コースを整備したりということを行ってきました。今後も継続していきたいと思っておりますが、20周年に向けてアドバイスをいただけますか。

今井 森を大切にすることが第一ですよ。そして、これからもリーズナブルに森林セラピーを楽しめるようにするには、森にお金を稼いでもらう必要があると思うんです。それには、これを契機に地域住民がある程度お金が稼げて、地域が潤っていくようなサイクルができることが重要ではないでしょうか。例えば、森の中で食べるお弁当です。ちょっと高くても地元で食べられている食材を使ったお弁当であれば、その地域の



食関係に携わる人や農家の方々にも収入があります。他市では、手作りの竹籠のお弁当箱や車麩くるまぶの天ぷらなど、その地域ならではのものがやっています。美杉地域の場合にはアマゴが生かせそうですね。マコモダケも他市の人には珍しくて、おいしいんですよ。

市長 最後に、美杉の森林セラピー基地について、こんな風になっていけばいいと期待されることはあります。

今井 森林セラピーの取り組みは地域によって浮き沈みがあります。人が変わることによって波が起こるのですが、美杉地域の場合はずっとつながることができました。それはやはり地域の皆さんの熱意があったからです。次の世代の方々に、オープン当時の心意気まで伝えることが長続きする秘訣ひけつだと思います。これからも、ぜひつながっていきましょう。

市長 美杉地域の皆さんが大切にしてきた森林セラピー基地なので、次の世代に引き継ぎながら、美杉の大きな魅力にしていきたいと思っております。

豊かな自然を
次世代に引き継ぎ
津市の魅力に



津市長
前葉 泰幸
MAEBA YASUYUKI



市長対談の全編がご覧いただけます！

MAYOR'S TV SHOW

- ◆ 津市ホームページ 津市 市長対談 検索
- ◆ ケーブルテレビ行政情報番組(123ch)

