



武蔵野市水環境連続講座「水の学校」とは？

「水の学校」は、市民のみならずといっしょに、水を知り、考える7回連続のシリーズ講座です。くらしの中の身近な水循環、上下水道の役割や、水に親しみ水を楽しむ知恵、そして世界規模の水課題、地球規模の水循環まで、水を取りまくさまざまなテーマをとりあげ、楽しみながら考えを深め、行動へつなげます。



連続講座レポート

第2回 武蔵野の水はどこから？～奥多摩町水源の森訪問

8/2（土）は猛暑が続く中、武蔵野市の水源林がある東京都奥多摩町を訪ねました。受講者26名に、環境を学ぶ大学生などのオブザーバー参加や市職員も加わり、総勢40名以上のツアーとなりました。現地では奥多摩町役場の職員、森林セラピーガイドのみなさんと合流し、森と水についてのお話を聞きながら、たっぷりと森を散策。地元食材のお弁当も味わいました。

武蔵野市と奥多摩の森

奥多摩の森林は、武蔵野市を始めとする都市部の貴重な水源林となっています。しかし、間伐などの手入れ不足やシカの増加による食害などで木が枯れてしまったり、植物がない裸山が土砂災害の原因となるなど、森林が危機に直面していました。

その事態を改善し森林を育成・保全するために、武蔵野市、奥多摩町、東京都農林水産振興財団の3者が協定を結び、豊かな緑を取り戻すための整備活動を10年以上にわたって行っています。

樹齢1000年！巨樹「倉沢のヒノキ」

武蔵野市から奥多摩町へはバスで約2時間。「巨樹」が多いことで知られる奥多摩ですが、この日は参加者全員で、樹齢1000年ともいわれる「倉沢のヒノキ」をめざしました。登りは思った以上にきつく、歩き始めるとあっという間に汗が出て来ましたが、そびえ立つヒノキが見えて来るとみなさんから感嘆の声が上がりました。

ヒノキの幹は大人が6～7人でやっと抱えられるほどの

太さ。ここまで大きくなったということは、もともとは曲がっていたりして木材に向かず伐採されなかったが、それが大きくなるにつれて反対に神聖な物として大切にされるようになったのではないか…というガイドさんの考察に一同感心。枝振りによってヒノキとスギを見分ける方法を教わったり、毒があるのでシカが食べない「アセビ」がどんどん増えていることなど、森のお話を聞きながら、全員無事に巨樹と対面することができました。

登計トレイルで「森林セラピー」体験

奥多摩の山菜や野菜、東京エックス豚など地元の食材を使ったお弁当を食べた後は、「森林セラピー」のコースでもある登計トレイルを歩きました。

「森林セラピー」とは、科学的に検証された森の癒し効果のことをいい、ストレスホルモンの数値や心拍数の変化などを計測し、効果が確かめられた場所だけが「セラピーロード」の認定を受けることができるそうです。

今回歩いた「登計トレイル」は1.3kmと比較的短いコース。散策路にはウッドチップが敷きつめられ、ところどころに空を眺められるベンチや展望台が設置されています。森の空気や風景を満喫でき、夜は満天の星空を望むことができるそうです。和菓子の楊枝などに使われるクロモジなど、豊かな植生を教わったり、途中ヘビにも遭遇しました。傾斜もゆるやかだったので、緑を吹抜ける風の中、おしゃべりをしながら心地よく散策することができました。

■ 奥多摩森林セラピー <http://okutama-therapy.com>



受講生の声より

- 「倉沢のヒノキ」に到着するまでの山登り！がすごかった。
- ヒノキは大きかったけど、つかれも大きい。
- 深い緑と美しい川が印象的でした。奥多摩は東京の宝。
- 改めて、こんなに遠くから来ている水なんだ、とありがたく思えた。
- 森の中の道を歩くのが本当にこち良くて、楽しめた。あれだけの広さの場所を整備するのは大変だろうなあ。
- 森林セラピートレイルはとても気持ち良かった。また行きたい！
- 水あつての農業、山あつての水。もっと林業がさかんになる仕組みを学んでみたい。

