



山本 光晴

森林セラピーについて

問 ストレス状態の解消のため、森林に代表される自然の刺激によって、本来の人間としてのあるべき姿、すなわち自然対応の状態に近づくため、リラックスできるとされ、森林浴という言葉が約30年前に当時の秋山林野庁長官によって紹介された。最近になって、医学的、科学的なデータが確立され、森林セラピーという言葉がつけられた。

森林セラピーはたとえば抗生物質が肺炎を治すような治療を意味するものではなく、高すぎる緊張状態、強すぎる交感神経活動を鎮静化させ、生理的リラックス状態をもたらすことをめざし、免疫機能を向上させ、病気になるにくい体を手に入れることができるという予防医学的見地に立った概念である。

NPO法人「森林セラピーソサエティ」によって認定されたセラピー基

森林セラピーが生み出す健康効果



1. 森林浴でストレスホルモンが減少する
2. 森林浴で副交感神経活動が高まる
3. 森林浴で交感神経活動が抑制される
4. 森林浴で収縮期・拡張期血圧、脈拍数が低下する。
5. 森林浴で心理的に緊張が緩和し活気が増す
6. 森林浴によりNK活性が高まり免疫能が上がる
7. 森林浴により抗がんタンパク質が増加する
8. 「緊張」「抑うつ」「怒り」「疲労」「混乱」などのストレス状態の改善
9. 「活気」「活力」の意欲、エネルギーの回復
10. 「身体の痛み」等の自覚症状の改善
11. 「全体的健康」「心の健康」等の気分の改善
12. 最高血圧・最低血圧の低下、脈拍の減少等の自律神経系の改善
13. 運動による体質改善とリハビリテーション効果

大阪府下では能勢町が先鞭を切ってこのことに取り組むことが、健康維持と観光の両面から有効な政策と思うがいかがか。

地やセラピーロードが全国に48か所設立されている。

認定を受けるには、医学的な臨床など高いハードルがあるが、わが町内には、地黄の湿地周辺や、府より無償譲渡された野外活動センターなどの森林がおおいに活用できると思う。

答 本町においては、環状自然歩道をはじめ、すぐれた景観を生かした施策が展開されている。野外活動センターの跡地についても自然を生かした幅広い活用について検討していく。

一般質問



中植 昭彦

通学路の安全対策は

問 過日亀岡市などで痛ましい事故が発生したが、本町においての対応状況について伺う。

答 定例校長会、各校の学校だよりにおいて通学時の安全等について注意喚起を行った。また、以前よりPTA、学校等による通学路の危険箇所の改善の要望を受けており、関係機関への対応を要請している。

問 前述の事故を踏まえ、文部科学省から通学路の交通安全確保の徹底について通達がきているが、当局の対応は。

答 本町では7月31日を目途に危険箇所の報告を求めており、それを受け8月中に関係機関と必要な箇所へのパトロールを実施して、8月末には大阪府教育委員会に報告する。

一、子どもたちの安全確保は万全か！ 二、災害時、正確で迅速な情報伝達を！

問 この通達は国土交通省、警察庁にも発出されているが、この機をとらえ、関係機関に対策を要望するべきと考えるが見解は。

答 関係機関の対応がより強化されると考えている。総合的に考え対応してまいりたい。

学校の不審者侵入対策は

問 付属池田小学校の事件以降対策を進め、一定の成果は上がっていると考えているが年月の経過とともに意識の低下があらわれないかと思ひ質問した。また、先日より大阪市内において通り魔事件が発生している。本町の対応状況は。

答 主に元警察官を警備協力員として町内小学校に配置し安全対策に努めている。また、対応についてコミュニケーションを行い、実際に訓練を行っているところである。

問 より安全で効果的な防犯グッズも開発、販売されているが、これらを導入してはどうか。

答 検討してまいりたい。

災害時の情報伝達は

問 東日本大震災等、自然災害が多発し、原発事故など大きな事故が発生した。住民の安全確保には正確で迅速な情報伝達が必要だと考える。本町においての対応状況は。

答 現在、緊急時には広報車やサイレンによる伝達、さらに消防団、区長の協力を得て情報伝達を行い、将来は住民に対し瞬時に情報提供できるようなシステムを検討してまいりたい。

