

環境フォーラム

## 苫東緑地のフットパス利用と森林健康

～勇払原野の新しい環境保全の試み～

自然と共生した複合開発をめざして進められている苫東地域の里山を含む勇払原野は、地域の貴重な財産としてその保全と利活用が求められています。苫東地域の自然を環境 commons の視点でとらえるNPO法人苫東環境 commons と財北海道開発協会に設置された環境 commons 研究会は、この苫東緑地のより具体的な利活用を考えるフォーラムを10月22日(土)に苫小牧市で開催しました。

### 基調報告 1

#### NPOの取り組みの経過

昨年1月に誕生したNPO法人苫東環境 commons は、勇払原野と苫東の自然が、身近でかけがえのない地域の宝だという市民や道民が、純粋に自由意志で立ち上げた環境の手入れを行うファンクラブのようなもの、とお考えいただければと思います。

「commons (commons)」という言葉は、入会地、共有地という意味の英語です。苫東には、そういった空間がふんだんにあって、そこに地域の慣習としてある程度自由に入ることのできる環境の状態、これを私たちは「環境 commons」と特に断りもなく呼ぶことにして、利用する環境の保全作業を行う仕組みを創りました。

NPOの中心の仕事である林の手入れは、石油備蓄基地の北側にある、雑木林のケアセンターと呼んでいるログハウスを拠点に、10年以上前から行われてき

たものです。大体11月から3月までの毎週土曜日、チェーンソーを持って作業を続けていますが、サラリーマンの成人男子1人で、ちょうど1シーズン1haの林が手入れできます。

それまで、あちこちに風倒林があり、かかり木があり、つるに絡まれて樹木たちがうめいていた林は、手入れによって、鮮やかに美しく紅葉するようになります。また、手入れされた林の昆虫はバラエティーがぐんと増えることも、調査で分かりました。

#### 苫東環境 commons のミッション

従来は、そのエリアに入って山菜を採る、あるいはハスカップを採るという、いわば採取するだけだったものを、環境 commons では、そこに私たちの役務を提供し、負荷の少ない形でそこを利活用しようという概念を含ませています。基本的にはコナラを中心とした雑木林の保育をし、それを利用しながらフットパスを作ったり、心身の健康のために歩いたり、コナラの雑木林の持続的保全の方法やハスカップの遷移などについて研究していくということを活動の中心にしています。勇払原野の一角にある苫東地域の中に、保全と利用のギブ・アンド・テークを行う環境 commons というエリアを設定して、そこに苫東環境 commons が主たる担い手として関わっていくわけです。

NPOと企業、行政が手を携えて行われる環境保全活動は「グラウンドワーク」と呼ばれます。残念ながら、苫東環境 commons は現在のところ、行政や企業とのつながりがまださほど強くありません。道央圏の住民と道内外のファンに支えられて、「新たな公」に近いミッションをもって活動しているということが出来ます。



草苺 健 氏  
NPO法人苫東環境 commons 事務局

NPOの特徴を一言で言えば、環境に配慮しながら生物多様性を増大していこうという流れの中で、「里山で日常的に活動している点」と言ってよいかと思います。ギブ・アンド・テークのテークの部分は、山菜ということではなくて、環境を保全していく自己実現という点が一番大きいと思っています。今、会員は37名、団体会員の企業は9社、支援会員が16名です。

苫東環境コモنزのミッションは、勇払原野の風土を共有し、環境コモنزを実現することです。事業を支える資源は、マンパワーのほか、寄附と会費です。これからはそういった事業資源のほかに地域資源を活用したいろいろな循環とスモールビジネスを展開していこうと考えています。

## 基調報告 2

### 苫東環境コモنزの意義

「苫東環境コモنزの意義」ということで、われわれがコモنزという言葉に込めている思いと、苫東という大規模な工業用地の中の緑地に新しいNPO活動が展開されている意味を、皆さんと一緒に考えていきたいと思っています。

苫東で取り組んでいる環境コモنزの活動は、日本という国、地域社会が健全に発展していくための、新しい時代につながる仕組みづくりに向けての創造的な挑戦でもあります。NPO活動という実践活動だけでなく、私がお手伝いをしている研究会活動により理論的な理解を深めながら取り組みの意義を高めていこうという、日本における新しいコモنزの形成に向けて、実践と研究の両面からアプローチしていこうというのが苫東環境コモنزの活動の特徴です。

### 今日的評価軸の視点

コモنزの意義の一点目は、地球資源は有限であるという視点です。われわれ人類の共通の資源である地球は有限なものであるという意識で議論されるように

なったのは、ここ40年ぐらいのことです。最初の大きなきっかけは1970年代前半の「オイルショック」で、次に90年代以降の地球温暖化などの環境問題、今年になって大震災がありました。これらの経験から改めて、われわれは限られた資源、空間の中での、“共生”“連携”“協働”“パートナーシップ”という動きが大切になったことを実感してきています。その中で、ここ十数年浸透してきた持続可能性—サステナブルという時間軸の概念に対して、地球上の土地や空間、森林や河川などの限られた資源をどうやってより有効に使っていくかという空間軸の視点で洞察していくのがコモنزです。そこには、絆やNPOといった関係軸の広がり背景としてあります。

### 土地システムの可能性

二点目は、コモنزという視点での土地の所有と利用の機動的なシステム構築の可能性です。苫東環境コモنزが活動しているフィールドは、苫東の工業用地の緑地です。日本の土地所有制度では、いったんある人、ある企業など、ある主体のものになると非常に排他的に使われ、地域の活性化や地域の開発の中で、土地利用制度の硬直性が大きな問題になってきています。排他性を和らげながら、土地、空間の持っている価値を高めていく仕組み—システムを地域内の機動的な連携によって構築していくことが非常に重要です。

### 「共用」という仕組みづくり

コモنزの意義の三点目は、皆で一緒に使っていく「共用」という仕組みづくりです。コモنزという共有の資源をきっちり管理していくためには、国でもない、市場原理でもない、第三者的な第三の道があって、それはセルフガバナンス、つまりコミュニティーやNPOであり、それらが共有資源を有効に活用していくことが、これからの国の発展、社会の発展にとって有用であるということです。カーシェアリングなど、いろんな資源をオープンに共用して、シェアする仕組みというのが、実は地域の持続的な発展に向けての新しいクリエイティブな仕組みになってきています。



小磯 修二 氏  
釧路公立大学長・地域  
経済研究センター長

## 復興に活かせる社会づくり

コモンズの意義の四点目ですが、3月11日の大震災の教訓を活かしていくためには、社会づくりの思想として、コモンズ概念とそのコンセプトに基づく実践活動が、大切だと思っています。私は今回の大震災の教訓として、“平時の論理”と“非常時の論理”という考え方で検証していくことを提起しています。これまでの日本においては、ややもすると効率性を重視する、ムダを省くという平時の論理が、支配的になってきてしまったのではないかと、一見ムダと思われても非常時に備えた発想も大切ではないかという思いがあります。共有資源、コモンズとしての地域づくりは、実は非常時の論理につながるもので、それはまた強靱で、しなやかな社会づくりにつながるものでもあります。

大震災後に日本学術会議が、有限な国土、国民の共有財産、コモンズという認識で、自然、生態系に配慮した計画や管理の仕組みに転換していく必要があるというメッセージを「持続可能なコモンズとしての国土地域の再生」という提言として出しています。

以上のようなコモンズの意義を改めてそれぞれの立場から考えていただいて、今後のNPO活動の参考にしていただければ幸いです。

### 講演1

#### 今、注目されるフットパスの取り組み ～地域ビジネスと地域連携～

現在、北海道内には40の市町村に100ぐらいのフットパスがあります。今の時期ですと、白老町のウヨロ川フットパスでは、サケが上っていて、その真横を歩くことができます。

意外にも、札幌市内でもフットパスを作ろう、やろうという声が増えており、まさに「アーバン・フットパス（都市の中のフットパス）」として、これから話題になっていくのではないかと考えています。



小川 巖 氏  
エコ・ネットワーク代表

フットパスと言っても、いろいろなタイプがあり、北海道で一番多いのは、農村エリアを通るフットパスです。上富良野から始まって、滝川なども入って、わりと都市部の郊外にそういう場所があります。また、えりも町の猿留山道や石狩市の増毛山道や濃昼山道など江戸時代の山道もあります。都市近郊では、稚内市・恵庭市・小樽市・富良野市・江別市などが、フットパスに取り組んでいます。

ユニークなのは平取町のけもの道です。日高管内はエゾシカが大変多く、踏み固められたクマも通る本物のけもの道があり、木の枝打ちをして通りやすくすると、そっくりフットパスになります。

あとは、国鉄がJRに変わる時点で、廃線になった跡地を利用してフットパスにしていこうという動きもあります。

また、旭川市をスタートし富良野盆地を経て占冠村に至る約200kmロングトレイルも構想されています。来年秋には旭川で全道フットパスの集いの開催が予定されています。

このように、さまざまなタイプのフットパスが道内各地にすでにあります。6月に苫東環境コモンズが管理しているフットパスのいくつかを歩いてきましたが、それぞれが別の特色を持ち、特に柏原地区のフットパスでは、これまでの道内のフットパスとは違った、英国のフットパスを思わせるような風景が楽しめます。フットパス歩きは、健康に良いだけではなくて、地域の健康、地域の元気にもあずかれますので、皆さんぜひこれからフットパスを大いに楽しんでいただければと思います。





## 講演2

### こころの健康と身近な林

植苗病院（苫小牧市）では、週に1回、森林療法の時間に、希望者に森林のフットパス歩きをしていただいています。病院でのいろいろな活動の中でも人気があって、参加者がたいへん多い活動になっています。森を歩く活動に参加するとよく眠れる、気持ちが落ち着くということで、森歩きが好きになって、毎日歩く人の中にはだんだん使う薬の量が減ってきて、とても健康的になる人がいます。退院した後も自分で身近な森を歩くようになる、いつしか通院も遠のきます。でも残念なことに、そういう方はまだ少数派です。



瀧澤 紫織 氏  
医療法人こぶし植苗病院  
精神科医

### ライフラインとしての森林環境

私が関心を持っているのが、森林環境を恒常的に利用するという点で、いつも通える身近な森についてです。保養地医療は身近な森とは対照的に、日常から遠く離れた森林環境に身をおくことです。ドイツで発展したもので、いわゆる転地療養です。生まれ故郷と環境が違ったところほど効果が高いといわれています。でも、健康増進に利用するときには、なるべく日常的に費用がかからずにできる身近な森の方が、持続した健康管理に役立つのではないかと考えています。

欧米、特にイギリスでは「ライフラインとしての森林環境」という言葉を使ったりもします。要するに、きれいな水があって健康が保たれるように、いい森林環境が身近にあることが、人の生活や健康にとっても大切な意味を持つという視点が一般に広がっています。

運動不足と心の健康は一見、離れているように思われますが、うつ病やいくつかの精神科の病気、子供の多動\*の問題といったようなものは、関係があるのではないかという話が今、クローズアップされています。運動というのはメンタルヘルスにはとても大切な要素であるといわれています。また、現代の社会ストレス

はまさしくメンタルヘルスの問題に直結していて、こういうものは自然環境が解決してくれる可能性があります。苫東もそうであるように、入りやすいフットパスがあって、そこに行ってみたくらいという場所があると、自然に運動がしたくなるという状態になります。患者さんに、フィットネスや病院のリハビリの場で何時間か運動をなさйтеと言うより、よほど効果があるといわれています。

イギリスではフットパスのような自然環境を利用する健康づくりには、ただ歩くためのグループや芸術療法をするグループ、子供たちと遊ぶグループなどいろいろなグループがあり、このような多様な活動は、コミュニティの力を結集しないと成り立ちません。

事例報告を見ると、森林はあらゆる年齢層にあらゆる形で効果があるといわれています。例えば子供の健全な発達を促す、高齢者の認知症を予防する、生活習慣病を改善する、現代社会のストレスも軽減する、がんの痛みを緩和し、心臓病の人を健康にするなどの効果です。ポイントは、その場所に行けば、平等にその恩恵を被ることができるということです。つまり、森林は、特別なものではなく、高価な薬を使ったり特殊な治療法を受けるといった限られた人に提供されるものではなく、身近に行くことができ、しかもいろいろな恩恵がある素晴らしい存在だということです。北海道、そして日本でも少しずつ広まりつつある森の幼稚園や保育園の取り組みが、子供の心身の発達やコミュニケーションの能力を作っていくともいわれています。

質の高い、アクセス可能なフットパスや休憩所の整った身近な森林環境は、健康をはじめ、いろいろな意味での幸福な生活実現のために素晴らしい可能性があります。身近な自然環境は寿命を延ばし、健康上の不平等を解消しますし、自然に運動を促し、人を健康に導き、心理的、精神的な安定をもたらします。苫東環境コモンズの活動により、身近な自然環境や地域の土地をみんなで利用するということが広がり、森林環境によって健康になる人が増えていくことを願います。

※なお、環境フォーラムの全文は、整い次第、当協会のHPに掲載する予定です。

※ 多動  
場面や状況に応じて集中することが難しく、絶えず動き回っている状態。