

DAGODA

4



[特集]

森

#01

Interview
& Report

TREE
CLIMBING
JAPAN



文=森博史、伊藤圭亮 デザイン=伊藤有美 写真=宇津木健司



ツリークライミング® ジャパン 創業者

ジョン・ギヤスライト

John Gathright / タレント・コラムニスト・エコロジスト

●1962年、アメリカ・オレゴン州生まれ。カナダ育ち。1985年、憧れの三英傑の尾張名古屋に来日。南山大学日本語科にて日本語を学び、2007年、名古屋大学院生命農学研究科博士課程修了。レクリエーション・ツリークライミングを日本に紹介した第一人者。次世代へ豊かな地球を継いでいくこと普及活動をしている。現在は、農学博士・タレント・コラムニスト・エコロジストとして幅広く活動中。

全身で森を感ずる遊び、ツリークライミングの魅力を迫る。

ツリークライミングは、林業従事者の技術であったものをレクリエーションとして発展させたもの。子どもから大人まで、夢中になって森と触れ合うことができる遊びとして密かに注目を浴びている。日本で独自のプログラムを考案し、国内外で活動をしている、ツリークライミングの第一人者、ジョン・ギヤスライトさんに、愛知県瀬戸市までうかがい、その魅力を聞いた。



ツリークライミングで「人を助け、森を助ける」

人の夢をかなえたい

僕は、ハイスクール時代はカナダでツリークライミングを通して、レンジャー（森林保護官）たちと森の研究をしていました。

日本に来たのは1985年、23歳のときです。テレビ出演などを中心に活動していたのですが、あるとき、「世界一大きい木に登りたい」という夢をもった重度身体障害者の女性と出会いました。ツリークライマーとして、何とか彼女の夢を叶えることはできないか。重度身体障害者の人でも登れるようなプログラムがないか。世界中を探しましたが、残念ながらありませんでした。なんとかその夢を叶えてあげたいと思っていたところ、アメリカでピーター・ジェンキンス氏がやっている子ども向けのツリークライミング活動のことを知りました。彼なら何かヒントを持っているに違いない。すぐにアメリカへ行き、どうしても重度身体障害者の人に登らせたいと相談しました。「僕はそういうことはしたことがないけど、安全に子どもに登らせる方法はある。それを学んで、自分で工夫して登らせてみたらどうだろう」とアドバイスを頂きました。

そこで、まずはツリークライミングを教える立場であるインストラクターになりました。そして日本に戻って本格的なプログラムづくりに着手しました。重度身体障害者の女性が登れるように、日

本にいる仲間と共に3年間、工夫と議論を重ねました。そうしてついに彼女はアメリカの巨木、ジャイアントセコイアの80mの木に登って一泊することができました。重度身体障害者のツリークライミング体験は世界初のことだと思います。「ツリークライミングを通して、人を助けて森を助けて」という思いが、私が日本で本格的にツリークライミングのプログラムを考えだしたきっかけなのです。

研究としてのツリークライミング

日本で現在のような本格的なプログラムになるまでは、様々なハードルがありました。まず“木登り禁止”の公園管理の方たちに体験してもらったり、また、ツリークライミングの資格をつくり、しっかりとした認定者を育てるプログラムづくりから始まりました。でも、ちょうど人数が増えてきてプログラムが人気になってきた時、不安になってきたんです。というのも、木に登る人の数を増やすことだけでいいのだろうか、効果はどれだけあるか、といったことに疑問をもったのです。

そこで、ツリークライミングが人に与えるセラピー効果を科学的に



ツリークライミングジャパンではインストラクターの育成も行っている

HOT I CLIMBED A BIG TREE!

Interview & Report



安全に登るためには、適切な装備の選択が欠かせない



TCJの資格を持つ者だけが身につけられるユニフォーム

——私たちのプログラムでは、
最初に「お邪魔します」と森に挨拶します。

研究するために、名古屋大学大学院に入学しました。でも、ツリークライミングの研究で博士号をとることは世界初の試みで、大きな困難がありました。比較できる研究はなく、ほとんど手探りの状態。担当の教官と相談し、福祉の国であるデンマークの関係機関に研究評価をお願いしました。1年間の調査をもとに書いた僕の論文を送って、1か月くらいで戻ってきたのですが、ほとんど赤字でした(笑)。「森の中に入って元気になるというのは普通のこと。ツリークライミングという行為が、その効果をさらに高めているかどうかの検証が必要」ということでした。さらなる科学的な検証と、研究としての新規性が求められ、森が与える効果とツリークライミングが与える効果をしっかりと分けて研究する必要性がありました。それからは、このアドバイスを生かし、登っている人の脳波を調べたり、唾液を調べたり、木とコンクリートタワーを比較する実験を行いました。

もちろん研究は一筋縄ではいきませんでした。木とコンクリートタワーの両方に登り、木がもたらす効果の優位性を実証する実験をしようとしても、まず、そのような条件を満たしている環境が見つかりませんでした。いろいろと探しまわった結果、なんとか条件に近い場所とコンクリートタワーを見つけることができたので、木を模した枝を組み合わせたらしながら、近くの木と同じような条件をつくりだしました。そうした条件のもと、被験者の唾液の測定、脳波の測定を行い、ツリークライミングのセラピー効果を実証することができました。

子どもたちにとって最適なツリークライミングの高さの研究も行いました。3年間イベントを開催しながら、3,800人の子どものデータを集めてわかったことは、子どもたちは4m以上じゃないと満足しないということ。そして6mが平均的に好む高さだということです。そしてそれ以上になると、だんだん怖くなる。6mという2階建ての建物の屋根くらいです。

また、木とコンクリートタワーを同じ高さで比べてみると、木の方が、枝が色々伸びていて安心感をもって登れることもわかりました。そうした研究の成果をもとに、現在のツリークライミングのプログラムが生まれました。

日本から世界へ発信する

研究で得られたツリークライミングの効果を軸に、リスクマネジメントから道具の選択まで徹底的に改良したプログラムを用いて、世界で初めて万博の中でツリークライミングを発表しました。2005年の愛知万博への参加にあたっては、どうしても安全性の観点などから困難がありましたが、世界の人に夢を与えたいという思いが伝わり、許可をもらうことができました。

愛知万博での出展は、世界から注目されるきっかけとなりました。身体障害者の人でも登れるプログラムは、日本にしかなかったのです。登りたい——そうした思いをもつ人が世界中から集まり、誰でも登



自身のツリーハウスにて、インタビューに答えるギヤスライトさん

ることができました。こうして、日本で始めたツリークライミングは、障害を持つ人たちも参加する“誰でも”がプラスされて世界へ広がっていき、世界のツリークライミングとなったのです。私たちのプログラムは、あくまで自然を大切にします。登る速さを競うことはしません。木の一番上まで登ることがゴールではなく、楽しみながら自然を味わうことが最も大切なのです。

現在では、当初のプログラムが派生し、目が見えない人のためのプログラムや、不登校の子どものためのプログラムといった様々なプログラムが生まれています。そうしたセラピーをベースとしたプログラムもまた、海外で応用されています。こうした流れはすごくうれしいですね。

私は、日本人の森に対する精神、木に対する精神、そうしたものに非常に影響を受けました。私たちのツリークライミングプログラムでは、最初に森に入るときに「お邪魔します」と挨拶して、森に敬意を払います。そして今、そういう部分が、このプログラムを通してアメリカ、カナダ、ニュージーランド、イギリス、シンガポール、オーストラリアと世界中に広まってきています。世界中みんなが森に「お邪魔します」と言うようになったのです。今はさらに変わってきて「ごちそうさま」という人もいたりするくらいです(笑)。ツリークライミングが日本の心を世界に運んでいるんです。

ツリークライミングはふだん森に興味をもたない人でも森に入るきっかけとなります。安全で誰でもできる。そして、木に登って降りてくると、みんながいつもとは違う視点でものが見えるようになります。まず、森を見る目がすごく変わってくる。木を好きになって、木に住んでる虫とか、森に生きる動物とか、木をとりまく環境に興味をもつようになる。ツリークライミングの魅力は、誰もがそうしたきっかけづくりをできることだと思っています。

ツリークライミング® 体験記

今回、インタビュアーの森と伊藤が実際にツリークライミングを体験してきました。体験会ではジョン・ガスライト氏をはじめ、スタッフの「こんちゃん」と「ペロさん」にご指導いただきました。ツリークライミングってどうやるの？ツリークライミングの遊び方を、写真で紹介します。



① これがツリークライミングスタイルだ！

動きやすい服装に、専用のジャケット、ヘルメットを着用します。ジャケットにはロープを縫いで、体を支えます。



② 木に挨拶

これから登る木に、挨拶をします。「よろしくお願いします！」今日は一緒に遊んで友だちになろう！



⑤ Let's climbing!!

ツリークライミング本番！ロープに体をあずけて、手と足を駆使してシャクトリ虫のように登ります。コツをつかめばグイグイ登っていきけるから、夢中になってしまいます！もちろん、ロープがしっかりと体を支えてくれるので、景色を楽しみながらゆっくり自分のペースで登ることもできます。



④ いよいよツリークライミングの世界へ

ツリークライミングには、決して大掛かりな道具は必要ありません。基本的には、ロープ一本で登っていきます。



③ 木になりきる「モクモクストレッチ」

モクモクストレッチとは、木のものまねをするストレッチのこと。ジョン・ガスライト氏自ら考案した、ユニークなストレッチです。「ストレッチといっても、軍隊式ストレッチだと森に合わないから(笑)、ツリークライミング専用のストレッチをつくりました。いろんな木の特徴を活かして、スギだったら背伸びしたり、コナラのようにクネクネ曲がって風に揺られたり、木のものまねストレッチ！」

POINT!



POINT!

⑥ 手を離して、逆さになってコウモリタイム！

スイングバックして、脚で上のロープを捕まえて、逆さまになって、手を離して、yeaaaaar！しっかりした結び目とセーフティノットがあるからこそできるワザです！やった者にしかわからない、圧巻の世界です！



Treeeee!

⑦ 木の上でくつろいじゃいます！

この木と木の間に架かっているのがツリーボートです。ツリーボートに乗って、木の上からの眺めを楽しみながら、お弁当を食べたりもできます。ここから改めて森を眺めると、下から見るのとは違う森の表情を見ることができます。今回の体験はここまでで終了。最後に、ツリーボートに乗って決めポーズ。みんなでTreeeeee!



⑧ 降りるときも簡単です

降りるときは、スタッフの方に「降りまーす」と伝えます。準備ができたなら、ブレイクスという降りための結び目を下げて、自分のペースでゆっくり降ります。本当に素晴らしい眺めだったので、降りてしまうのはちょっと寂しい…



体験を終えて

ツリークライミングは、いわゆる木登りとは違う、全く新しいスポーツです。今まで下から見上げるだけだった森のイメージが、登ることで大きく開けました。ツリークライミングは誰でも簡単に、安全に登ることができるから、森を存分に楽しむことができます。そして何より、森に楽しみをもつことができます。私たちが自信をもってお勧めできる、新しい「森の遊び」です！読者のみなさん、ツリークライミングしてみませんか？



⑨ ツリークライミング体験の証！

なんと、ツリークライミングを体験した証である賞状がもらえました！そこには、「木を大切に作る仲間が増えてうれしく思います」と書かれています。素晴らしい体験を、ありがとうございました！

#01

Interview
& Report

#04

Report

東京の“村”、 檜原村とは？

檜原村は、東京都の本州本土部における唯一の村である。都心から電車とバスを乗り継いで2時間程度でありながらも、森や川、滝など、豊かな自然が広がっている。村の97%が森林であり、人口は約2,500人。主な産業は林業や、コンニャクや豆腐など地元産の食品の加工、旅館やキャンプ場などの観光サービスも盛んである。自然の恩恵を多く受けているこの村は、近代が集約された都内の中でも異質な土地といえるだろう。



文＝井上大平、橋本岳樹、王妍 デザイン＝加藤千歳 写真＝山田祐基、宇津木健司



森を育てる、東京チェーンソーズ

東京の村、檜原村。そこで新たな林業のカタチを模索する東京チェーンソーズ。彼らが目指す森の姿とは？ 間伐作業の現場に同行して、その活動に迫った。

檜原村の作業現場に向かうため、山の中へ。道なき道を突き進むこと1時間、そこは私たちがふだんにする「外から見る」森ではなく、奥深くの「内から見る」森であった。

急斜面に整然と立ち並ぶスギやヒノキの木々たち。そこでチェーンソーを用いて間伐作業が行われる。作業は各々が横一列を保ちながら、上から下へ木を伐採していく。培われた経験から形状の良し悪し、倒す方向を判断し、バランスよく伐採する。周りの木がどのように生えているかなどを考えた上で、チェーンソーで切る受け口と追い口の位置と角度を決める。安全性重視

の姿勢が作業の隅々まで行き渡っていた。

またノコギリと鉋とロープを使った林業体験をさせていただいた。木を倒す方向が決まると、その方向にノコギリと鉋で受け口と呼ばれる切り込みを入れる。反対側にノコギリを入れ、追い口をつくっていき、ロープを引っ張って、木を伐る。

ロープを持つ手にはふだん感じるができない木の重さが伝わってきた。数十年の生命の重みの感触である。これこそ木が身をもって教えてくれる生命の営みだと、東京チェーンソーズに同行した林業体験を通して実感した。

上/伐採作業の様子。斜面での作業のため、細心の注意が払われる。
中左/作業現場からの風景。東京の山々を一望できる。
中右/受け口と呼ばれる切り込みの様子。
下/チェーンソーなどの道具は背負って移動する。写真はチェーンソーズの手伝いをしてる佐田さん。





東京チェーンソーズ代表 青木亮輔さんに聞く。

上 / 東京チェーンソーズのみなさん。
左から、田丸さん、森谷さん、木田さん、青木さん、吉田さん。5人で林業を行っている。

——具体的にみなさんが行っている仕事内容を教えてください。

基本的には育林作業というものが主です。林業はまず伐採から始まり、そのあとに再造林といって、苗木を植えます。その苗木を守るために、周りの雑草を刈る下刈りを行います。そのあと、木の生長にともない、段階的に枝打ちしていきます。そしてようやく、密集しないように木を間引く間伐という作業が入ってきます。そこまでが育林の作業です。

——どうして林業の世界に入ったのですか？

足袋を履く仕事でしたかったです。学生るとき造園のアルバイトをしていて、そのときに足袋を履いていたんですが、土を裸足で歩く感覚に近くてとても気持ちよかったです。大学も林業系の学科を出ていたので、林業は足袋履くよな、と。林業界は高齢化が進んでいて、自分のような若い人間でも存在意義が示せるのではないかなと思って、この世界に入りました。

——檜原村の魅力は？

まず東京にこれだけの自然があるということ。それは

大きな魅力だと思いますね。あとやはり「東京にある山」ということで、東京の街に住んでいる人の関心が高いですね。東京で林業をしているということで、自分たちの活動も注目されるようになり、嬉しく思っています。

——東京チェーンソーズの将来のビジョンをお聞かせください。

戦後、人が何のために木を植えたかという、木が自分の子供や孫の財産になると思って植えました。しかしその山は今、お金にならず、その思いをつなぐはずの若い世代の人たちは木を手放そうとしています。そういう現状に対して、自分たちはつなぎ役を担う会社でなくてはいけないと思うんです。先人の思いを伝え、木を次の世代へ財産として残すこと。そのためには必要が必要です。林業にとって一番助かるのは木を使ってもらうことなんです。山から木を出すことで林業の再生につながり、山が循環していくわけです。うちは小さい会社ですから、そんな大きなことは出来ませんが、逆に小さな会社だからこそ、きめの細やかな人と人のつながりを大切にしていきたいと思っています。

東京チェーンソーズとは？

東京の最西端檜原村を拠点に林業を行う従業員5人の株式会社。青木氏と木田氏が中心となって2006年に創業。また林業のほかに子供向けのフリースライミング体験会なども行っている。

<http://www.tokyo-chainsaws.jp>



中国人留学生が体験した日本の森 文=王妍

中国山西省出身の私が、日本に来たのは2009年。そして今年2011年法政大学大学院に入学した。今回本誌「DAGODA」の制作に参加し、取材のために神奈川県藤野や東京都檜原村など東京近郊の「森」に行くことになった。

まず日本には人工林が多くて驚いた。約4割が人工林、約5割が天然林だという。中でも杉の林が多い。第二次世界大戦後、建築資材として利用するために植林されたという。中国の森は自然林が多く、木の種類もさまざまで、材料として使われる木は800種類以上もある。

「山田さんの森」といった言い方も中国にはないものだ。中国ではすべての森を国が所有している。一方、日本の森の55%が私有林である。

中国人の森のイメージはどんなものか。中国人の友人や留学生など計50人に「中国の森についてのイメージ」というアンケートを行った。私自身、森は遊び場所というイメージを持っていたが、映画などの撮影場所という答えが多かった。実際、中国では、時代劇が全部のTVドラマと映画の30%を占める。カンフーマスターたちが森林で戦うシーンは多い。特に「グリーン・デスティニー」や「LOVERS」など森を舞台にした映画の人気が高かったせいでだろう。

今回、取材のために訪ねた檜原村の三頭山荘では、山菜料理をいただいた。その後、露天風呂に入り、森林の香りをかぎ、鳥の鳴き声を聞いた。「日本人は本当に自然を楽しんでいる、贅沢！」と思って微笑んだ。

上左 / 東京チェーンソーズの名前にもなっている仕事道具、チェーンソー。
上右 / チェンソーの刃の手入れを行う田丸さん。
下左、下右 / 足袋などの林業に欠かせない道具たち。東京チェーンソーズの事務所にて。

