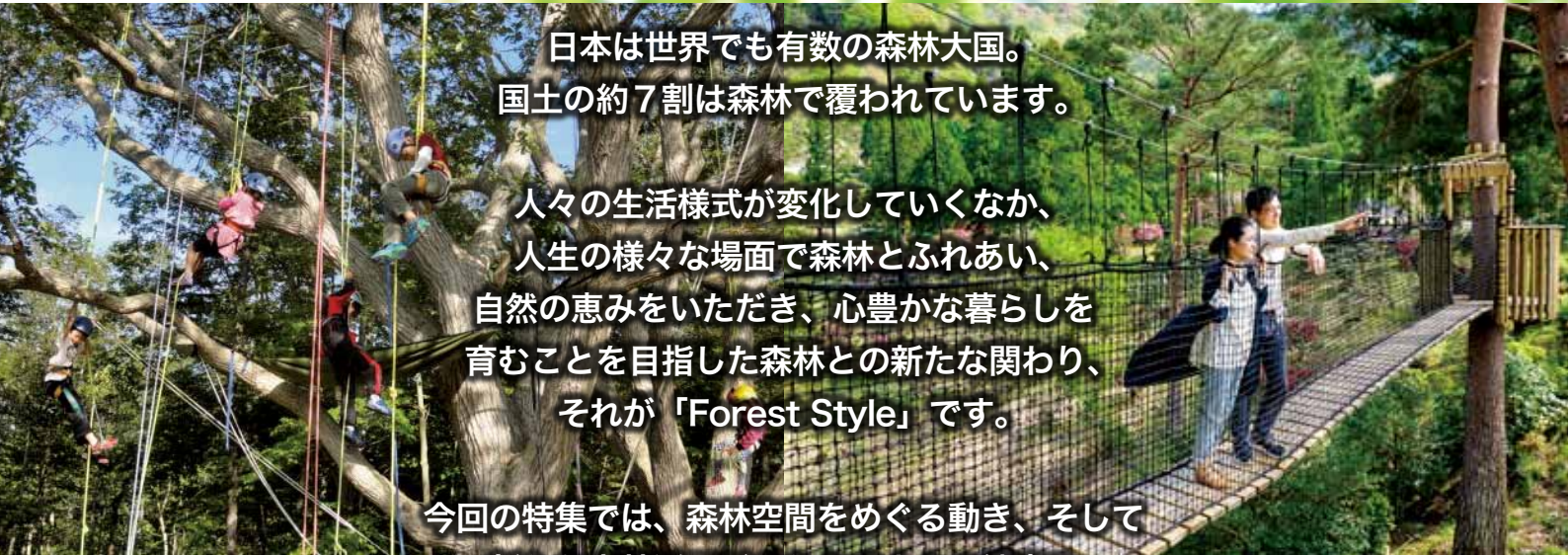




新たな森と人のかかわり 「Forest Style」の創造

～人生 100 年時代を森林空間と過ごす～



日本は世界でも有数の森林大国。
国土の約7割は森林で覆われています。

人々の生活様式が変化していくなか、
人生の様々な場面で森林とふれあい、
自然の恵みをいただき、心豊かな暮らしを
育むことを目指した森林との新たな関わり、
それが「Forest Style」です。

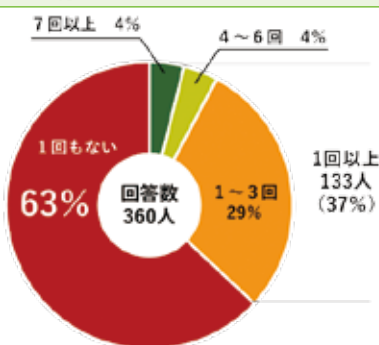
今回の特集では、森林空間をめぐる動き、そして
新たな森林活用がもたらす人々の健康や
山村振興への可能性について紹介します。



これまでの森林空間利用

1980年代から全国各地で促進されてきた森林空間利用は、山岳・峡谷などの景勝地や高原リゾート・温泉地・別荘地などの周辺に、散策路・遊歩道や展望台・休憩施設などを整備したり、

(問) 1年に何回くらい山に遊びに行きますか。



(問) どんな目的で山にいきましたか。
[複数回答可] (N = 133)

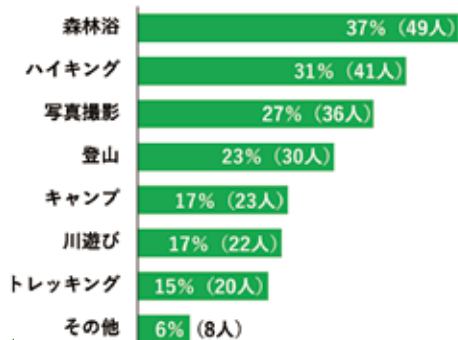


図1 (出典) 株式会社「山の日」にちなんだ登山に関する調査アンケート (平成28年7月調査)

アスレチックのある森林公園やキャンプ場を整備したりする取組が多くを占めてきました。これらの取組は、山村地域における新たな観光資源開発や雇用創出などの観点から公共施設としてのハード整備が中心で、ソフト整備は限られていました。そのため、一部の愛好者を除いて、多くの観光客・来訪者は、森林を風景として楽しむような通過型の訪問・滞在が中心で、森林空間が生み出す恵みを五感で十分に享受する機会は少ない状況でした。

民間のアンケート調査結果によると、1年間で1度も山に遊びに行かないと答えた人は6割を超えており、1年間に1回以上山に遊びに行く人については、森林浴やハイキングなど非日常を求めているという結果が出ています (図1)。

このように、これまでの森林空間利用は一部の関心層が個人又はグループで非日常を楽しむものが中心で山村地域での滞在は、短期間、単発的なものにとどまることから、山村地域への経済的な効果が限定的と考えられます。

日常生活での森林空間利用

近年、森林内での散策やウォーキング、ランニングや自転車走行、音楽鑑賞や芸術鑑賞など、日常生活の中で森

林空間を活用しようとする新たなニーズが高まっています (図2)。また、こうしたニーズは年齢層によって傾向が異なり、例えば散策やウォーキングは50歳代、60歳代のニーズが、ランニングや自転車走行は40歳代までのニーズが、保育・幼児教育は30歳代のニーズが目立っています (図3)。

テージにおいて、森林とのふれあいや森の恵みをいただきながら、健康的で文化的な、楽しく心豊かに暮らすことを目指すライフスタイルを「フォレスト・スタイル」として国民の皆様に提案しており、仕事・学業などの「ワーク」や、生活・余暇などの「ライフ」といった様々な場面で森林空間の活用を呼びかけています (図4)。

(問) 日常生活の中で、森林でどのようなことを行いたいですか (いくつでも)。

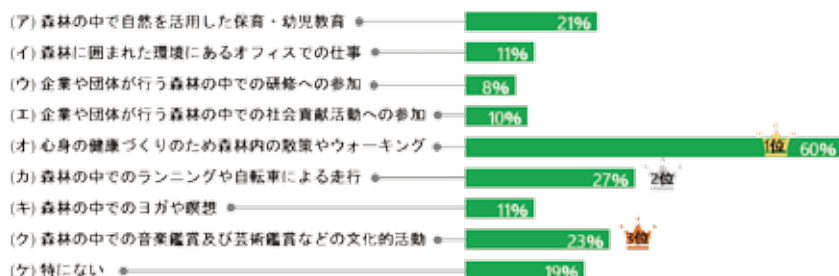


図2 (出典) 内閣府「森林と生活に関する世論調査」 (令和元年10月調査)

年代別ニーズの割合

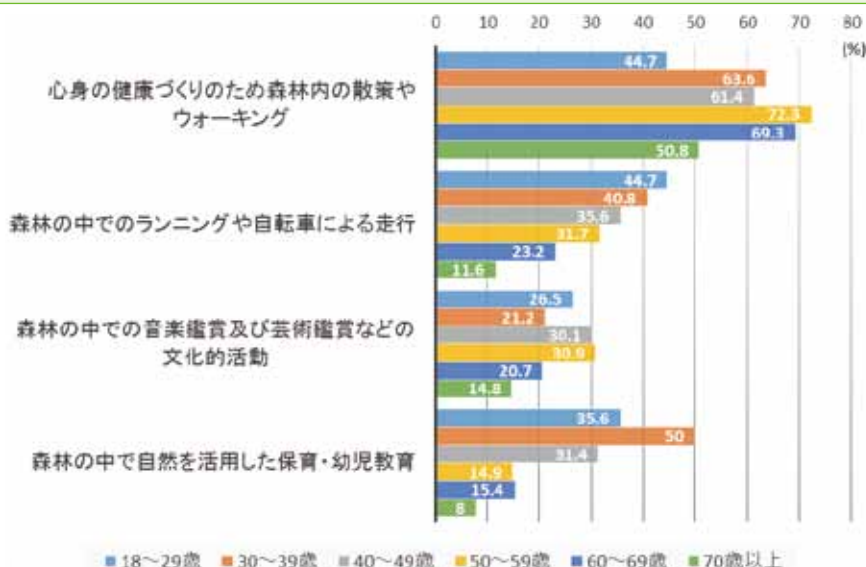


図3 (出典) 内閣府「森林と生活に関する世論調査」 (令和元年10月調査)

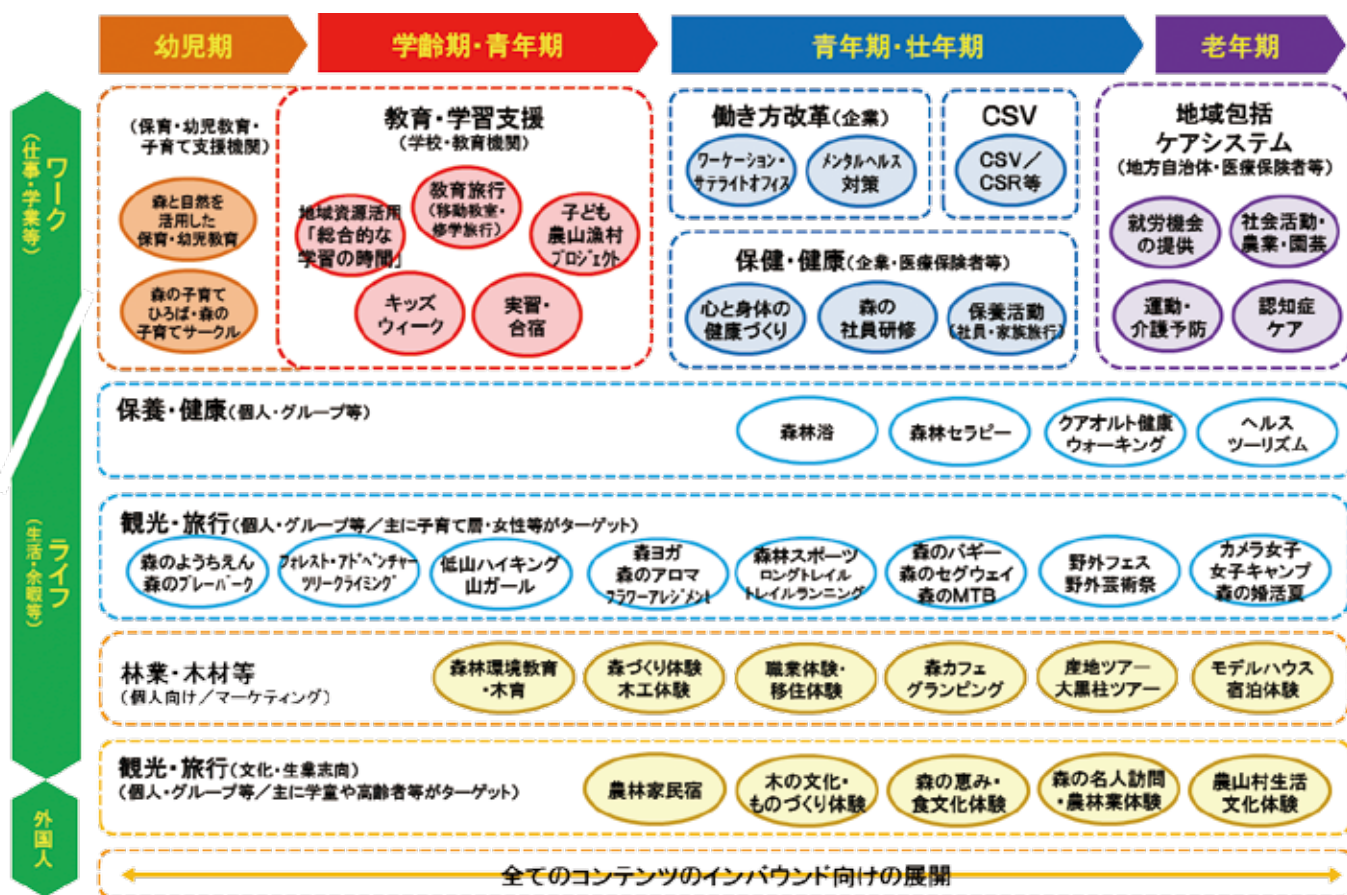


図4 様々なライフステージにおける森林との関わり

「ワーク」については、幼児期から青年期にかけて自然保育や森林環境教育の場として、青年期・壮年期にかけては働き方改革や社員研修の場としての利用が見られ始めています。老年期においては、地方自治体や医療保険者などによる介護予防や認知症ケアへの活用が期待されます。

「ライフ」については、青年期から老年期にかけて森林浴やウォーキングなどの保養・健康活動に利用されています。また、子育て層を中心にツリークライミングやハイキング、女性を中心に森ヨガやカメラ女子の活動の場として活用されています。近年は、農山村での民泊体験や文化体験が盛んになってきています。さらには、様々なコンテンツにおいて外国人向けの展開も期待されます。

このような利用は、①利用者層が全世代に渡ることで、②森林に無関心な層も利用者に含まれることで、③ガイドやトレーナーなどによる上質な体験プログラムを提供を通じて五感への恵みをより効果的に感じられることで、④滞在期間が長期間又はリピート利用に及ぶこと、といった点で従来の森林空間利用とは異なります。

一方、森林空間の利用がヒトの心身に良い影響を与えること（例えば、リラックス効果など）は経験的に知られており、科学的にも研究が行われてきました。森林に無関心な層に日常生活で利用してもらうためには、五感への恵みを訴えるだけではなく、森林空間利用により、その個人・組織にとつてどのようなメリットがあるのかを定量的に説明できるようにすることが課題となっています（表1）。

健康経営評価指標	
個人への効果	✓ 個人の健康増進（健診受診率、健診結果、生活習慣、ストレス状況、罹患率等） ✓ 機会損失の削減（長期欠勤、就業制限等） ✓ 生産性の向上
組織への効果	✓ 組織の活性度（ワークエンゲージメント、従業員満足度、モチベーション、コミュニケーションの活性度等） ✓ 優秀な人材の維持・確保（新卒・中途採用結果、離職率等） ✓ ブランド効果（各種ランキング、口コミ等）

表1 企業の「健康経営評価指標」

また、山村地域がこのような多様なサービスを提供し続けるためには、医療・福祉分野、観光・旅行分野、教育・学習支援分野など様々な業界と連携・協働して取り組んでいく必要があります。

林野庁では、日常生活での森林空間利用を「フォレスト・スタイル」として提案しつつ、関係機関と連携しながら、この輪を広げているところです。

なぜ今なのか？



現在、我が国では、人口減少社会、人生 100 年時代、超スマート社会が同時に到来しています（図 5）。

人口減少社会は労働力の減少をもたらすことから、経済成長のためにはあらゆる場面で働き方改革の実現が不可欠となっています。人生 100 年時代は社会保障費の増大をもたらすことから、社会保障費の抑制のためには健康寿命の延伸が不可欠となっています。超スマート社会は変化の激しい社会でもあることから、児童・生徒には、自ら課題を見付け、自ら学び、自ら考え判断して行動する力をつけることが求められています。今後は、新型コロナウイルスを想定した新しい生活様式の実践も求められます。

また、従業員の健康増進の取組が、将来的に収益性等を高める投資であるとの考えの下、「健康経営」に関心の高い企業が増加しており、こうした変化・ニーズへの対応方法の一つとして森林空間を利用する新たな動きが国民や企業の間で広がっています（図 6）。

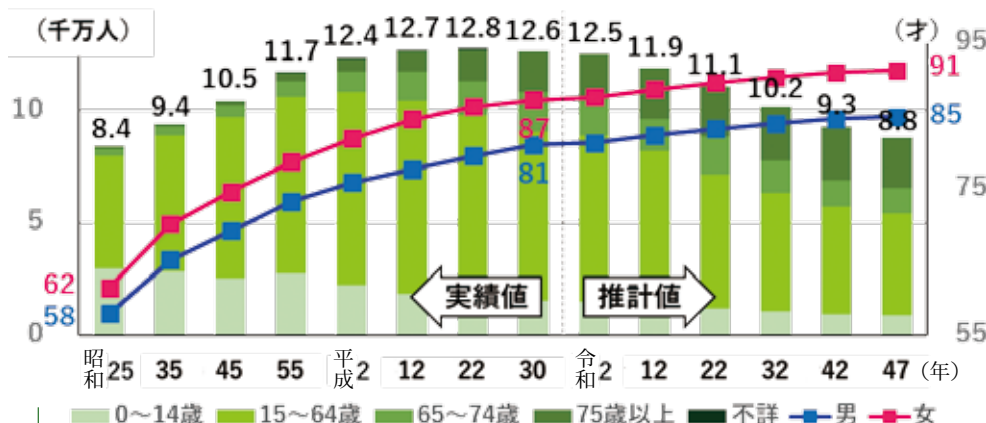
さらに、国民の価値観やライフスタイルが多様化している中で都会から山村へ移住する若者が見られますが、移

住者へのアンケート調査結果によれば、山村を含む過疎市町村には「自分らしく暮らし、働く場」としての価値があることが明らかにされています。都会から山村へ移住する若者を中心とした「外からの視点」と、山村の高齢者を中心とした「内からの視点」が会うことで、日常生活を資源とした新たな山

村の価値創造に繋がり、双方の生きがいの醸成にも寄与しているとの報告もあります。「外からの視点」は都会から山村への移住者に限定されるものではなく、山村や山村住民との多様な関わりを持つ者も含まれ、「関係人口」として注目されています。このように、個人の多様性を認め合っていくとする

現代社会において、自分らしく健康で生きていける新しいライフスタイルを実現できる場が山村にはあります。このような社会課題の解決が急務となっている中で、その解決方策の一つとして森林空間利用が今、注目されているのです。

人口・平均寿命の推移と将来推計

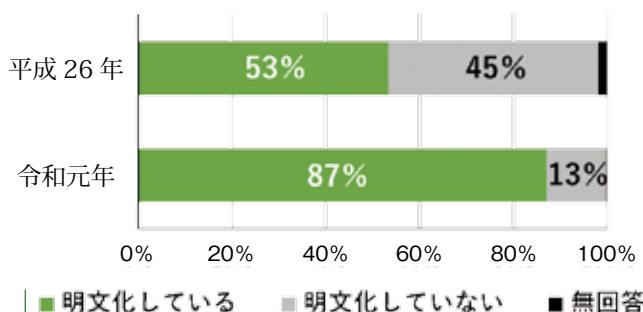


注) 平成 30 年の平均寿命のグラフ上の数値は平成 29 年の実績値である。

資料) 内閣府「高齢社会白書」(令和元年版) より作成

図 5

会社方針への「健康経営」の明文化



資料) 経済産業省「健康経営度調査」より作成

図 6

Forest Style ネットワークのご案内

新たな森林空間の活用について関心が高まる中、林野庁は令和元年 11 月に「Forest Style ネットワーク」を立ち上げました。このネットワークは、林野庁森林利用課に事務局をおき、森林活動に関心のある民間企業や団体などで構成され、異業種間での交流や情報共有を図ることを目的としています。参加者数は、令和 2 年 8 月末現在 210 団体となっており、募集は通年で行っています。

参加方法など、詳しくは林野庁ホームページに掲載しています。右の QR コードまたは以下の URL をご参照ください。

<https://www.rinya.maff.go.jp/j/sanson/kassei/sangyou.html>

