

花ちゃん・オー君・モンタ博士のわくわくドキドキ冒険立ててく3

国立市立国立第七小学校

平成27年10月30日 NO.61 (261)



ハケの森で学習する4年生

モンタ博士「花ちゃん・オー君！モンタ博士はね、4年生といっしょに総合学習のために
矢川とママ下湧水に行ってきたんだよ。とっても楽しかったよ。」

オー君 「いいなあ。ぼくもいっしょに行きたかったなあ。」

花ちゃん 「そうですよ。今度は必ずいっしょに連れてってくださいね。」

モンタ博士「そうだね、国立七小のみんなで行きたいね。そのうち、きっと行こうね。
国立にはいい所がいっぱいあるね。特にモンタ博士は、ハケの森が好きだね。
いろいろな木がたくさんあって、気持ちよくて大好きなコースなんだ。それ
から、国立の城山という所も山みたいでいいね。」

花ちゃん 「ところで、モンタ博士！人間はどうして山に登ったりするのですか。」

モンタ博士「ほほー。それはむずかしい質問だね。ある人が、そこに山があるからだと、言
ったそうだけど・・・。」

オー君 「山に登ると、おなかもへるけど、頂上についての時の気分は最高だからじゃ
ないかな。」

モンタ博士「そうだね。モンタ博士は、夏休みには毎年日本アルプスに登ったりするけど、見晴らしがよくて、高山にはお花畑というのがある、それはそれは、最高だね。そのうち大きくなったらいっしょに登ろうか。」

オー君 「え！ほんと。うれしいな。楽しみだな。」

花ちゃん 「たとえ山に登らなくても、遠くから森をながめただけでも気分が休まるし、林を歩いただけでも心がなごむのは、どうしてなのでしょう。考えれば考えるほど、とても不思議ですね。」

モンタ博士「それはね、森の空気が人間の体に、とってもいいからなんだよ。」

オー君 「それは、森の中に入ると、空気がおいしいというのと同じことかな。」

モンタ博士「そうだね。森の木が発する木のかおりというか、ふく風のかおりというか、そういうものが心をなごませてくれて、気持ちよくしてくれるということが最近の研究でもはっきりとしてきたんだ。」

花ちゃん 「それで、『森林浴』といって健康のために、山に登るようになったんですね。」

オー君 「『森林浴』……。うん。聞いたことがある言葉だぞ。それで、その森の木が発するかおりの『もと』って、いったい何なんですか。」

モンタ博士「その空気のかおりがとても体にいいんだね。それをむずかしい言葉で、『フィトンチッド』というんだよ。」

花ちゃん 「『フィトンチッド』？」

オー君 「え！『ふとんがちょっと』？」

花ちゃん 「『ふとんがちょっと』じゃなくて、『フィトンチッド』ですね。」

オー君 「初めて聞く言葉です。わかりやすく教えてください。」

つづく……

※4年生の矢川での総合学習の様子は、次々回に詳しくお知らせします。

森林浴のすすめ……森の効用その1(人類の偉大なる母胎)

釈迦はボダイジュの下で悟りを開き、エホバは香柏（レバノンスギ）の木の下に祭壇を設けた。孔子は楷（かい）の木の下で道を説き、ソクラテスはプラタナスの木の下に集った若者たちと哲学をしたなどなど、森林や木々の香りは、神経の活動を盛んにさせ、精神の集中にも役立たせたのである。哲人達の高次神経活動が特定の樹木と関連して言い伝えられていることは、樹木からのフィトンチッドの効用を示す様々な実験と符合していると思う。そんな人類の偉大な母体である森の樹々に感謝・頭を垂れる。