

森のトリセツ

～森との触れ合い方、教えます～



私たちの生活にさまざまな恵みをもたらしてくれる森林。
今月の特集「森のトリセツ」を読めば、森はあなたの友達です。

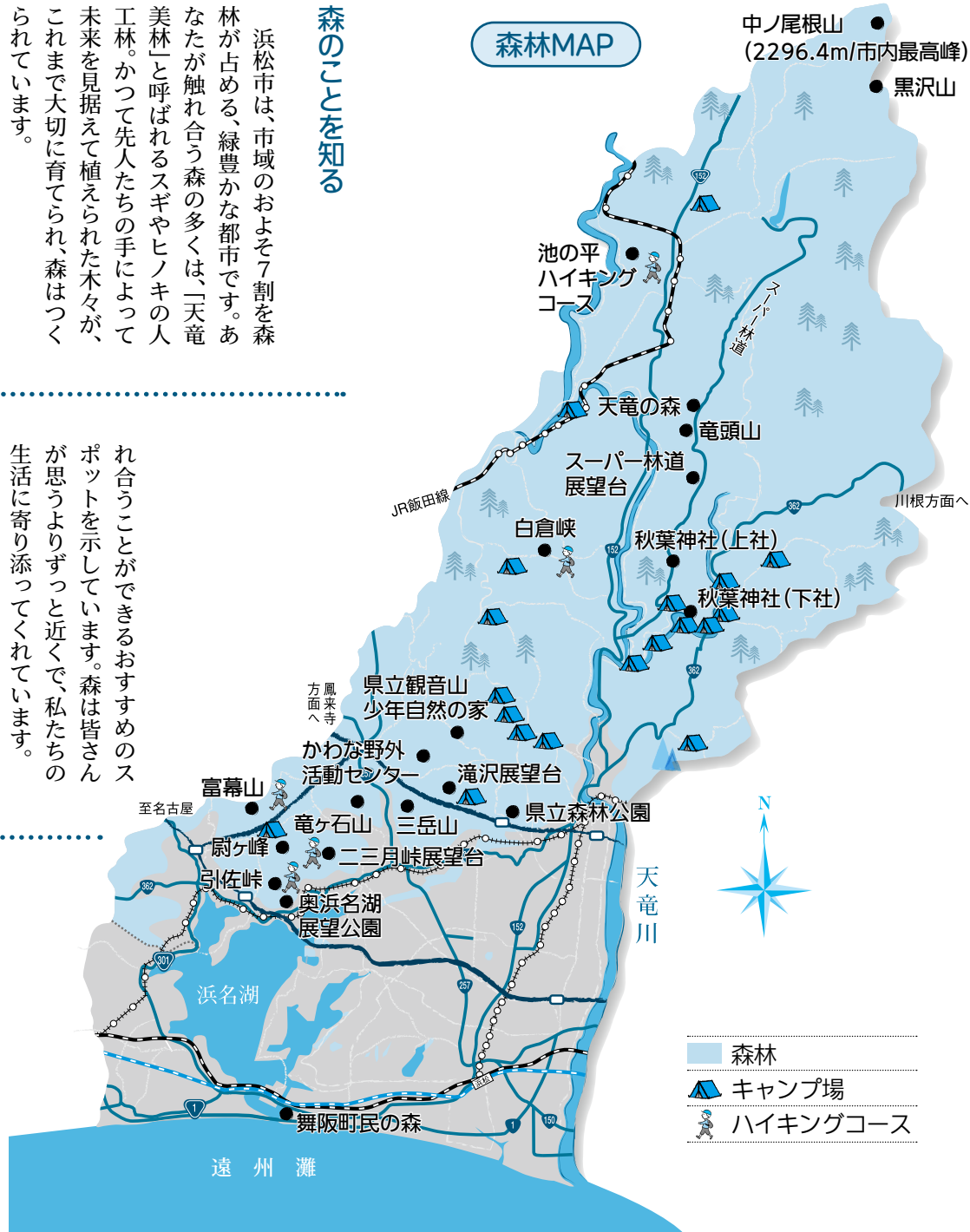
1. 森と触れ合う前に

森のことを知る

浜松市は、市域のおよそ7割を森林が占める、緑豊かな都市です。あなたが触れ合う森の多くは、「天竜美林」と呼ばれるスギやヒノキの人工林。かつて先人たちの手によって未来を見据えて植えられた木々が、これまで大切に育てられ、森はつくられています。

多様な地形や自然環境がそろう、国土縮図型都市とも言われる浜松市。中心市街地から、さまざまなスポットへアクセスしやすいことも特徴です。右の森林MAPでは、市内の森林の位置や、気軽に森と触

森林MAP



森のマナーを守ろう

森へ入る時は、安全を第一に考え、2人以上で行動するようにしましょう。服装は長袖、長ズボン、

れ合うことができるおすすめのスポットを示しています。森は皆さんが思うよりずっと近くで、私たちの生活に寄り添ってくれています。

帽子やヘルメットが基本です。森の奥深くへ入る場合は、虫よけスプレーや、クマよけの鈴やラジオを用意するなど、事前の準備をしっかりと行いましょう。

2. 森の働き

森は働きの者

森はじつと動きませんが、まるで掃除ロボットのように、私たちが知らない今も働いてくれています。その働きぶりは、私たちの豊かな暮らしを支えてくれるだけでなく、地球環境の保全にも貢献するとてもすごいものなのです。

① 森は巨大なスポンジ

森の土は、雨水をたつぷりと吸い込み、ゆっくりと時間をかけてろ過することで、きれいな地下水を生み出します。また、川に流れる水量を調整し、洪水を緩和します。

② 森は天然の空気清浄機

森の中で深呼吸をすると心が落ち着くのは、空気がきれいだからです。樹木の葉が大気中の有害物質を吸収し、ほこりを取り除いてくれることで、私たちはきれいな空気を吸うことができます。

③ 森は二酸化炭素の貯蔵庫

市内の人工林は「伐つて使うための森林」として育てられています。木が吸収した二酸化炭素は、炭素として、伐採後も燃やされない限り木の中に残り続けるため、木材を使うことは、二酸化炭素の削減につながります。木を使った家が街にできることは、街に第2の森ができることと同じなのです。

森の働きを知ろう

レクリエーションの場に

森林散策やキャンプなど、森ではいろいろなアクティビティを楽しむことができます。

空気をきれいに

樹木の葉が大気中の有害物質を吸収し、ほこりを取り除きます。

二酸化炭素を吸収する

光合成の過程で、大気中の二酸化炭素を吸収し、酸素をつくります。

木材を生み出す

家具や紙、建材など、木材は私たちの生活に欠かせません。

森の文化を育む

森の資源や景観は、芸術や伝統文化などを育んでいます。

快適な空間をつくる

夏の気温上昇を抑えたり、防風林として強風を防いだりします。

生き物たちのすみか

森では、多種多様な植物が育ち、動物や昆虫などが暮らしています。

みんなの憩いの場に

森との触れ合いは、私たちの心に潤いと安らぎを与えてくれます。

水を蓄えきれいに

スポンジのように雨水を蓄え、ゆっくりとろ過して川に注いでいます。

土砂災害を防ぐ

樹木の根が地面をしっかりとかみ、土砂の流出を防ぎます。

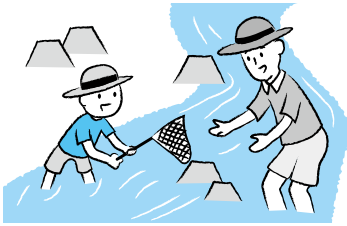
3. 森の楽しみ方

森の楽しみ方はあなた次第

森ではいろいろなことができます。ここでは、ビギナー編、ステツブアップ編に分けて、今の時期おすすめの森の楽しみ方を紹介します。緑あふれる景色を見たり、鳥や昆虫、風に揺れる草木が奏でる音を聞いたり、スギやヒノキの爽やかな香りを嗅いだり、五感を存分に使って森を楽しみましょう。

ビギナー編

● 川遊び



森が浄化した川の水で涼をとることはもちろん、普段見慣れない川の生き物を探してみるのもおすすめ。

● 森林散策



森林は空気がきれい。歩くだけで心身のリラックスができます。気軽に森に入ってみましょう。

● 他にも・・・

- 生き物観察
- 植物観察
- 沢登り
- バードウォッチング
- プロギング*
- 紅葉狩り
- テントサウナ

などなど、楽しみ方は盛りだくさん。あなた自身の楽しみ方を見つけましょう！

● 林業体験



体験を通して、森の働きなどを学べます。市内で行われている体験プログラムをページ下部で紹介しています。

voice: キャンプのススメ

浜松は、雪が少なく一年中キャンプが楽しめます。川のせせらぎを聞きながらのんびりと読書をしたり、みんなでわいわいとバーベキューをしたり、楽しみ方は人それぞれ。週末、仕事終わりにそのままキャンプ場に訪れるサラリーマンもいます。都会の喧騒（けんそう）を忘れて、豊かな自然と触れ合う時間は格別ですよ。



小川の里オートキャンプ場(天竜区小川)
管理人 藤田 眞朗 さん

コラム

森を守り、育てる「林業家」

「林業家」と聞くと、木を伐採し、木材を生産しているイメージが強いかもしれませんが、それは林業家の仕事の一部に過ぎません。伐採後の土地を整地し、苗木を植え付けることから始まり、何十年もの長い期間をかけて木々を大切に育てます。その間、雑草を刈ったり、余分な枝を切り落としたり、間伐をしたりといった手入れを丹精を込めて行います。未来を見据えた長期的な視点での維持管理が、森林の多面的な働きを支えているのです。

きこりと天竜美林を歩く



天竜こころの森ネットワーク

天竜美林を体験できるおよそ3時間の「入門編」ツアーです。林業家が自らつくる天竜区内の林業地を案内します。天竜美林の成り立ちや特徴が学べます。

申し込み方法や料金などの詳細は、ホームページへ。



HP▶ きこりと天竜美林を歩く (検索)

「森のトリセツ」を読み進め、森の奥深さに触れた皆さん。知識が深まってきたところで、次は実際に森に行つて、その恵みを肌で感じてみませんか？
天竜美林をフィールドに活躍する森のプロたちが設立した「天竜こころの森ネットワーク」の体験プログラムや、今月の表紙写真の撮影地でもある、緑豊かな「県立森林公園」が開催するイベントをご紹介します。

森と触れ合おう！ 体験プログラムののご案内

4. 森の育て方

森は私たちが育てる

森は、私たちの生活にとってかけがえないパートナーです。その豊かな恵みを享受するだけでなく、私たちが自身が「森を育てる」意識を持つことが重要です。森を育てることができるとは林業家だけではありません。私たちも森を育てることができるのです。

では、森を育てるために私たちにできることは何でしょうか。それは「木材を使うこと」です。木材が利用されなければ成熟した木々が伐採されなくなり、林業が衰退してしまいます。私たちが生活に地元の木材である天竜材（FSC® 認証材）を

生活に木材を！ まずは小物から



写真：(株)キシル

取り入れることで、地元の森を育てることにつながります。

「生活に木材を」と言われても、なかなかイメージしづらいかもしれません。まずは、ペン立てやコースターなどの小物から取り入れることがおすすめです。地元の森からやってきた製品を使うことで、製品そのものに愛着が湧くこと間違いなしです。また、住宅や店舗を建てたり、リフォームしたりする予定がある人は、天竜材の使用を検討してみてもいいでしょうか。

ステップアップ編

● キャンプ



森の恵みを肌で感じ、心豊かな時間を過ごせます。満天の星の下でたき火を眺め、非日常を味わってみてはいかがでしょうか。

● 登山



登る山によって異なる景色が楽しめます。自分のレベルに合わせて登る場所やコースを正しく選びましょう。

voice: 登山は楽しい！



山本 早織 さん
(中央区鹿谷町)

10年ほど前、竜ヶ石山から見た初日の出がきれいで、山に魅了されました。登山の魅力は、何といても山頂からの絶景。市内では、尉ヶ峰から見下ろす浜名湖も、一見の価値あります。登山仲間からの誘いで、最近はプロギングも楽しんでいきます。運動をしながら、環境保全にも貢献できて一石二鳥。おすすめです。

※プロギング…ジョギングをしながらゴミを拾うスウェーデン発祥のフィットネス

● 住宅以外

(事務所・店舗・家具の購入など)

天竜材ぬくもり空間創出事業費補助金
(最大500万円補助)

市HP

ぬくもり空間

検索



● 住宅

天竜材の家 百年住居の事業費補助金
(最大50万円補助)

市HP

天竜材の家

検索



市では、市内で生産・加工された天竜材（FSC 認証材）を用いて木造住宅などを建てる人に対して、天竜材の購入費用の一部を助成しています。

ハママツ縁結び『森コン』

清流阿多古川沿いの特別な空間で、出会いと交流を楽しみませんか。

開催日 12月7日(日)

時間 10:00～15:00(予定)

場所 ATAGOYA (天竜区西藤平 288-1)

定員 男女各10人程度、計20人(応募多数の場合、抽選)

申し込み方法などの詳細は、市ホームページへ。

市HP▶ ハママツ縁結び 森コン

検索



森のクイズラリーにちょうせん！



県立森林公園

クイズに答えながら森を散策しませんか。ゴールするとすてきな参加賞がもらえます。

日時: 10月11日(土)・12日(日)

10:00～12:00、13:00～15:00

参加無料、事前申し込み不要。

詳細は、ホームページへ。

市HP▶ パードピア浜北

検索

