

大地と人を癒す 植物のちから〈後編〉



新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、マスクの着用や手指消毒といった感染予防対策が日常に定着するのと併せて、免疫力の向上にも注目が集まっています。そこでオイスカが国内外で行っている植林活動の現場での、免疫力向上やストレスの緩和に効果がある植物を活用した取り組みをご紹介します。



植物のちからでコロナを乗り切る！

コロナの感染拡大が深刻なインドネシアでは、ジョコ・ウィドド大統領が、自身が日常的に飲んでいる、同国の伝統医薬品「ジャムウ」を活用した予防を呼びかけたことが報道されました。ジャムウは、ショウガなど複数の植物由来の生薬を混ぜて作った健康ドリンクといえは分かりやすいかもしれませんが、飲料以外にもさまざまな使い方があり、インドネシアの人たちにはとてもなじみのあるものです。

学校にハーブ園を

薬用植物の活用が日常生活に根付いている同国では、保健省が推進していることもあり、「子供の森」計画（以下、CFP）に参加するほとんどの学校が独自のハーブ園を持っています。ハーブ栽培は、以前から活動の一環として行われてきましたが、パンデミックの影響もあり、免疫力向上が期待できる薬用植物に注目が集まっています。また、環境保全活動で顕著な成果を上げている学校に対し、環境林業省から授与されるアディウィヤ

タ賞や、保健省から授与されるヘルシースクール賞の受賞条件として、ハーブ園の設置が推奨されていることも後押しとなり、各校が熱心にハーブの栽培や普及に取り組んでいるのです。

コロナ禍で加速する取り組み

インドネシアでは長らく対面授業が停止されていましたが（現在は部分的に再開）、交代で勤務する教員を中心に、保護者や子どもたちも協力してハーブ園の管理を続けてきました。また、在宅学習期間中、自宅に樹木や野菜、薬用作物を植えて管理する活動を課題として与え、環境



エコキャンプなどの大規模な行事ができなかった代わりに作成・配布した環境教育のテキストにも、植物の効能や活用方法などが多く掲載された



ウコンを粉末にする児童と教員。左は袋詰めしたウコンとショウガの粉末（カドゥブグルイスラム小学校）

学習を推進した学校もあります。その一つ、カドゥブグルイスラム小学校（西ジャワ州スカプミ県）では、ハーブ園で収穫したショウガやウコンを、粉末にしてお湯に溶かして飲んでいきます。その一部は販売し、収益を活動資金に活用しています。こうした取り組みが評価され、2020年に州レベルのアディウィヤタ賞を受賞。今年も国レベルの受賞に向けて申請を進めています。

環境学習や健康促進、さらには感染対策にもつながることから教員たちの関心も高く、指導者向けに開催したセミナー（6地域で分散開催）でも主要トピックとして取り上げられました。植物に関する知見や取り組みの成果が広く共有され、今後さらに各地での活動が活性化されることが期待されています。





森の香りでやすらぎを

2020年度、「富士山の森づくり」(以下、プロジェクト)では、ボランティアによる全ての活動が中止となるなど、大きな影響を受けましたが、コロナ禍ならではの動きもありました。

それは、活動地に育つシラベの葉を活用したアロマアルコールスプレー(以下、スプレー)を、医療の最前線で働く医療従事者に届けるという取り組みです。

プロジェクトの活動地は、山梨県の県有林で、かつては針葉樹であるシラベの森が広がっていた場所です。病害虫の被害で多くの木が枯れてしまったことを受け、県がさまざまな対策を講じました。その一つが、残されたシラベの森を帯状に伐採し、そこにヤマザクラやミズナラなどの広葉樹を植栽するというもの。オイスカでは、多くの企業や団体などと協働して、100haの針広混交林を育てています。

森の恵みをいただいで

このスプレーは、プロジェクトの活動地に生まれた「森の蒸留所」と、「香りエンタメミニ」、

「トトラボ」のコラボによって誕生したものです。プロジェクトでは、森林の持つ機能や力に目を向け、その活用を進めながら、人と自然が共存する森づくりを目指しており、かねてから森林整備活動以外の取り組みにも注力してきました。その一つとして、富士山の恵みを感じられる新たな体験プログラムを模索しており、19年9月には、「植物の力を活かす」メディカルハーブとしての活用」をテーマにした勉強会を開催。活動地の植物の力に着目して学びを深めようと、シラベの葉を活用したバーム(軟膏)づくり、アロマスチームなどを体験しました。

この時に講師を務めたのが、今回のスプレーを監修したトトラボ代表の村上志緒さんです。プロジェクトの担当者が口にしたのは、「プロジェクトで植えた木々にばかり関心が向いていて、シラベがこんなに良い香りがすることも知らなかった。ただそこにあった」シラベに対する見方が変わった」ということ。これまで活かされていなかった

シラベの葉が、「森の香り」のスプレーになるとは考えもしなかったといいます。その香りには、鎮静作用や神経バランスの調整作用があるといわれており、さらにラベンダーの香りも加えています。医療用のアルコールスプレーではありませんが、コロナ医療の最前線で気持ちを張り詰めて働いている方々が、現場を離れた時間に少しでもほっとできるように、との思いで寄贈が実現しました。

実際にスプレーを手にした方からは、「香りが甘すぎないのでもマスクにつけてもよいかも」「香りは人の好みもあるのでどうかかな?」と思ったが、森林を思わせる香りには違和感がない」「忙しい中での癒しになる」といった好意的な感想が多く寄せられました。



シラベの葉の香りを体験(19年9月の勉強会にて)

(株)トトラボ代表

村上志緒さんに聞きました

薬学博士として、日本のハーブにとどまらず、フィジーのハーブも研究している村上さん。植物療法を専門にさまざまな活動を展開しています。

<https://www.totolab-shop.com/>



「富士山の香り」のスプレーを手

その森の健やかさが続くようにお返ししていく」視点を持つことが一番大事なことです。自然と人との関係の中にある作法や礼儀のようなものと言ったらいいでしょうか。人は自分たちに役立つ植物を必要以上に採取したり、あるいは増やそうとしたりしがちですが、そうした態度は作法に反します。自然の律を守りながら森の恵みを活かすことを伝える体験プログラムづくりを心がけました。

——シラベのアロマアルコールスプレーもその一つですね

実感すること、知ること、意識することが行動につながります。スプレーを手にした方がシラベの香りを感じながら、そのモノが持つストーリーを理解し、森に思いを巡らすことができます。シラベからの恵みで得られた癒しを、森の健やかさとして巡らせていくことができたらうれしいです。

——(富士山の森づくり)プロジェクトの現場に初めて行かれた際、どのような印象を持たれましたか

まず波打つシラベの森を眺めた時、その雄大さに「さすが富士山!」と思いました(笑)。プロジェクトの目的はうかがっていましたが、実際に森に入り、より理解が深まりました。手入れをしたところは日当たりもよく、風通しもいいのがよく分かり、「百聞は一見にしかず」、体験することが本当の理解につながると思えました。そして、この環境で生きている、富士山ならではの植生や生長の様子がとても興味深かったです。

シラベを活かそうとする時、「シラベから恵みをいただくとともに、



プロジェクト担当者らと村上さん(右)による新たな展開についての意見交換も行われた