

## 2018年度総会の報告

三嶋秀恒（松戸市）

開催日：2018年2月12日（月・祝）

場 所：千葉市生涯学習センター 大研修室、総会出席者：56名

特別講演（司会・講師紹介：佐野由輝）

13：00～14：20

### 「自然観察と森林浴」

講師：（国研）森林研究・整備機構 森林総合研究所 主任研究員 高山範理 氏  
総会（司会・進行：木下順次） 14：30～16：00

議長：勝股政雄（船橋市）、書記：石松成子（君津市）・渡辺幸子（四街道市）

議題：2017年度事業実績・会計報告・監査報告、2018年度事業計画・予算（案）

\*特別企画：「園生の森」 9：45～11：30

担当：太田慶子、 参加者数：24名

\*懇親会：千葉公園内ボートハウスレストラン 16：20～18：20

担当 盛一昭代・三嶋秀恒 参加者数：33名

**総 会**：書記からの挨拶の後、勝股政雄さんが議長、石松成子さんと渡辺幸子さんが書記に選出され、議事進行しました。行事報告は書記からPPTを使用して詳細に分りやすい発表があり、会計報告は浦部さん、会計監査報告は嶋野さんからの報告で、承認されました。続いて 昭和の森観察会・東葛しぜん観察会・研修会・SSN・受託事業等々の行事案および予算の提案で、夫々の担当役員から熱のこもった説明があり、承認されました。

### 特別講演：テーマ「自然観察と森林浴」

森林総研からの講師をお願いして4回目になりますが、今年も大変ためになるテーマで話をいただきました。森林浴は心身ともにくつろぎ、活力を回復する手段・場として提唱され、森林セラピー基地という森林浴のための施設は全国で62ヶ所が認定され、森林セラピーガイドが効果的に森林浴が愉しめるよう案内を行っている。①森林浴とは？ ②回復環境としての森林 ③森林浴の効果について ④自然観察と森林浴 というメニューで、森林浴の効果を科学的に測定し客観的にすることの内容でした。森林浴の効果は i)気分が改善する、ii)不安感が上昇する、iii)ポジティブな感情が増しネガティブな感情が低下する、iv)回復感が上昇する、v)ストレス対処能力が回復する、vi)レジリエンス(心理的柔軟性)が回復する など。来訪者に自然の豊かさを満喫してもらうためには、森林・自然の環境や動植物に詳しい自然観察指導員の力が必要になるとのお話でした。

### 特別企画（自然観察会）：テーマ「冬越しする小さな生き物を探そう」 於：園生の森

平坦な台地は樹林地で北にある谷津には調整池、標高差はおよそ13mあり、市街地の中で貴重なみどりとなっている。広さは約7haで開園から12年経過し、「園生の森公園を育てる会」が協働による公園づくりの活動を行っている。案内人は公園で活動をされている太田慶子さん、穏やかな日和に恵まれ、森に入ると何か発見・感動がある。ヤツデの葉の裏側に見つけて金色に光ってきれいに見えるセモンジンガサハムシを観察、北斜面の水辺の道に出て木製手すりの裏にはジョロウグモの卵のうやヨコヅナサシガメの団子状、テントウムシにシモフリトゲエダシャクやカメムシの仲間などたくさん見つけて大騒ぎ。樹林地ではコゲラやカワラヒラ、湿地の草原ではシジュウカラ・シロハラ・アカハラなどバードウォッチング、少し寒かったけれど楽しい観察会でした。

**懇親会**：千葉公園のカフェに移り、盛一さんの乾杯の音頭で、美味しい料理と飲み物で歓談して親睦を深めました。天気が良く風の弱い一日で、楽しい雰囲気で交流しました。