

三重県は、県土の約65%を森林が占めています。古くから伊勢参りや熊野古道の歴史の中で、人々は深い森林を歩き、心と体を清めてきました。この伝統的な「森林との関わり」を、医学的なデータに基づいてプログラム化したのが「森林セラピー」です。

これは単なるハイキングではありません。五感（見る・聞く・触れる・嗅ぐ・味わう）のすべてを使って森林に浸ること、ストレスホルモンの減少や自律神

●大台町
（ユネスコエコパーク）

町全体がユネスコエコパークという、まさに「命の宝庫」です。日本有数の雨が育む大杉谷のダイナミックな渓谷と、どこまでも澄んだ宮川。水と森が織りなす「静と動」のコントラストは、まるで深い瞑想をしているような、圧倒的な浄化力を持っています。

●美杉森林セラピー基地
（津市美杉町）

東海地方で最初に認定された、いわば先駆者です。美杉町の魅力は、手入れの行き届いた美しい杉林と、情緒ある宿場町の景色が溶け合っていること。専門の森林セラピストや森林セラピーガイドの案内で森林セラピーを楽しみ、五感で森林と一体になれば、日常の疲れが解けていきます。

●ウェルビーイング（健康経営）

森林を歩くと不思議と心が落ち着きます。そのリラクゼーション効果を企業のメンタルヘルスや病気の予防に役立てます。つまり、科学的な「癒やし」によって、働く人の心と体を整え、イキイキとした組織づくりを支えます。

●地域活性化と持続可能性

森林を訪れる人が増えることで、名所旧跡など観光、宿泊、食事処など地元の産業にも新しい活気が生まれます。これは地球環境を守るSDGsの流れに乗りながら、地域の経済を元気に回していく鍵になります。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●企業への皆さま、
森林で心身ともに
リフレッシュしませんか

経営者や人事担当の方に、ぜひ提案したいのが森林セラピーです。多くの企業がストレス対策に取り組まれています。その多くは「不調が出てから」の対応になりがちです。森林セラピーが提供するのには、不調を未然に防ぎ、さらには創造性を引き出す「プラスアルファ」の価値です。

●持続可能な未来に
向けて

森林サービス産業を育てることは、単にビジネスとしてではなく、現代社会で忙しく過ごす人達が「自分らしさ」を取り戻すことにも繋がります。林業という伝統に、森林サービスという新しい感性をかけ合わせ、三重県の森林を訪れる人が達が自然に癒され、パワーをもたせて戻っていく。この循環こそが、地域創生の理想の姿です。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

●チームビルディング
（人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

三重の豊かな山々がひらく「森林サービス産業」

文＝株式会社百五総合研究所
代表取締役社長 海住 禎人

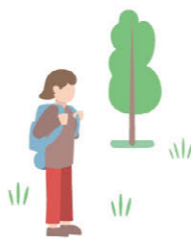
①森林サービス産業とは健康と経済をつなぐ新しいカタチ

「森林サービス産業」という言葉を初めて聞く人は多いかもしれませんが。これは従来の「木を育てて売る」という林業の枠組みを超えた、新しい産業です。森林を単なる木材の生産拠点ではなく、私たちに「体験・感動・健康・学び」を届けてくれる、かけがえのないステーションとして捉え直しています。

具体的には、次の3つの柱で新しい価値を生み出していきます。

●ウェルビーイング（健康経営）

森林を歩くと不思議と心が落ち着きます。そのリラクゼーション効果を企業のメンタルヘルスや病気の予防に役立てます。つまり、科学的な「癒やし」によって、働く人の心と体を整え、イキイキとした組織づくりを支えます。



●地域活性化と持続可能性

森林を訪れる人が増えることで、名所旧跡など観光、宿泊、食事処など地元の産業にも新しい活気が生まれます。これは地球環境を守るSDGsの流れに乗りながら、地域の経済を元気に回していく鍵になります。

●チームビルディング （人材育成）

オフィスを離れて、五感が研ぎ澄まされる森林の中でワークショップを行います。肩書きを忘れて自然体で語り合えば、チームの絆が深まり、新しいアイデアが出る機会が増えるでしょう。

