

緑化推進に関する講演会報告

開催日時：令和8年2月21日(土) 10:00～12:00

開催場所：蘇我コミュニティセンター ハーモニープラザ分館 2階「多目的室」

参加者：24名(役員含む)

参加費：無料

講師：千葉大学大学院園芸学部研究院教授 岩崎 寛氏

([Yutaka Iwasaki](#))

テーマ：「地域の緑資源を住民の健康に活かす」(ヒーリング時代の緑の使い方)

講師の専門は、緑地福祉学、環境健康学で、人と植物とのより良い関係について、緑地や植物からの視点だけでなく、医学、看護学、工学、心理学など様々な視点から、園芸療法やアロマセラピー、ガーデンセラピー、森林療法など「緑の療法的効果」に関する研究と、それらを実践する場である病院などでの実証活動などをしておられます。今回は「地域の緑資源を住民の健康に活かす」というテーマで講演していただきました。

(1) 自己紹介と専門分野について

環境健康学(環境+健康)：医療ではなく予防

(2) コロナ禍での緑の効果の再確認

- ・植物を育てる人、公園に行く人が増えた
- ・身近な緑の効用「公園浴」の紹介など

(3) 緑(植物)による健康への効果

- ・健康(Well-Being)とは、心身の健康と社会的健康のすべてが満たされた状態
- ・人は本能的に自然を求める(バイオフィリア理論) ・緑は無意識に心身を整える(療法的効果)
- ・緑と触れ合うことで健康になるメカニズム(植物が体調を元の良い状態に戻す)

(4) 園芸療法の紹介

- ・植物を「育てる」「収穫する」ことの効用 ・ストレス緩和、リハビリ効果など

(5) 実践例の紹介

- ・レイズドベッド(見て触れて摘んでも良い花壇)プロジェクト
- ・都会の人工緑地「大崎の森」「大手町の森」 ・出前園芸 ・その他多数

配布資料等

[<昨年の講演会>](#)

1) [講演会の案内チラシ\(PDF:697KB\)](#)

2) 配布資料3頁

[「地域の緑資源を住民の健康に活かす」](#)

3) [「ふるさとのみどり第45号」](#)

4) アンケート用紙

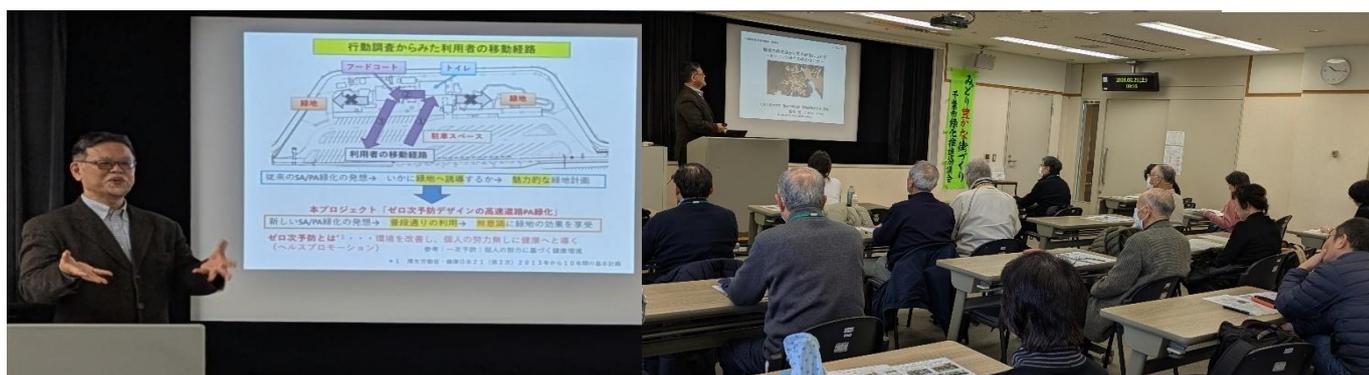


講師の著書

多くの緑の効用を再確認でき、健康を意識せずに健康になる環境をつくる取組は特に参考になりました。

参加者からも多くの感想をいただきました。→ [アンケート結果](#)

[0次予防\(ゼロ次予防\)](#)



講演会の様子

講演に先立ち主催者「千葉市緑化推進協議会」の目的や活動紹介がありました。

問合先：千葉市緑化推進協議会事務局 (みつとみ)

TEL. 090-6517-8555

Email: c.ryokkasuisin@gmail.com