

## 協賛企業賞

### 森や木の働きと私たちにできること

三田中学校 飛弾 洋佑

森や木といえば、空気中の二酸化炭素を吸収するはたらきがあることを、思い浮かべる人が多いと思います。ところで、二酸化炭素を吸収する以外の森や木のはたらきを、みなさんは知っていますか。

まず、森林浴をするとうつ病がゆつたりと落ち着く効果があります。これは、森林では唾液中のコルチゾールというストレスホルモンの濃度が低くなり、ストレスによって高まる交感神経が抑制され、脳もリラックスした状態になるためです。

次に、飲み水や農業・工業用水をたくわえるはたらきがあります。森林の土は、落葉などがつもったいくつかの層からできており、スポンジのようにすき間の多い構造になっているため、雨水を地中にすいこみ、たくわえることができます。

さらに、森林は木が立ち並んでいるので、強い風や飛砂をやわらげるはたらきもします。そのため、人々は昔から海岸や畑、家のまわりに木を植えてきました。

このように、森や木はたくさんのはたらきをして私たち

の生活を支えているのです。

しかし、私たちにとって、なくてはならない森や木が年々減ってきているのです。世界の森林面積は、陸地の約三割を占めています。そのうち約七百三十万ヘクタールが農地への転換や伐りすぎ、違法伐採、森林火災などによって毎年失われています。

森林破壊の原因は、すべて私たち人間にあります。森林破壊を進めるのは人間、それにより苦しむのも人間なのです。だから、人間は森林破壊を止めることもできるはず。例えば、コピー紙やちよつとしたメモには裏紙を用いたり、買い物にはエコバックを使うなど、身近なことから始めればよいのです。小さなことでも、みんなでやれば大きなことになります。

森や木の未来は、私たちにかかっているのです。