

樹木医和田博幸さん講演会 (2/25 開催) から—その4 桜と日本文化
室町・安土桃山時代～昭和初期まで

●**室町・安土桃山時代**

- ・他と区別するための固有名詞 (園芸品種) がつけられる。⇒ 観賞性が高いサクラが増加した？
 ー名前の例: 「普賢象」 (『塵塚物語』、1552年)、^{フゲンゾウ}「不断櫻」* (『紹巴富士見日記』、1567年)
 ・権力者の庭に植えられ、詩歌に詠まれ、花見が行われる。 *白子観音寺 (三重県) にあり、天然記念物。
 ー足利義満の室町第 (別称「花の御所」、秀吉の吉野の花見 (1594年) (下左図) と醍醐の花見 (1598年)。

●**江戸時代** 特権階級から民衆の桜へ庶民の花見文化が醸成され、春の一大行事となる。

- ・桜の名所が江戸の町に整備され、浮世絵の題材となり、園芸品種の名所地のガイドブックが発行される。
 ー初期: 上野 3代将軍家光が寛永寺を建設。天海僧正が吉野山のヤマザクラを植える。
 向島 (墨田堤) 4代将軍家綱が 100本のヤマザクラを植える。
 ー中期～後期: 御殿山、向島、飛鳥山、玉川堤 8代将軍吉宗が積極的に造営。
 ー『江戸名所花暦』 (1827年): ガイドブックで樹種ごとに名所を紹介。
- ・桜の品種が爆発的に増加 (末期には 392種類を超えて栽培されていた)。
- ・桜の図譜の発行: 『花壇綱目』 40種、1664年成立、1681年刊行 / 『怡顔斎櫻品』 69種、1758年 / 『群桜花譜』 130種 / 『櫻譜』 252種、これを模写した『姦譜』 (下右図)、1861年 / その他
- ・浮世絵の題材となる。 (下中図)



豊公吉野花見図屏風



飛鳥山花見の図 (広重)



『姦譜』から

●**江戸時代末期～明治時代～昭和初期**

- ・染井吉野の登場—花の賑やかさが受け入れられ、日本の風景を一変させた。
 ー染井吉野は、明治以降、昭和初期まで意図的に各地に植えられた。徳川色を一掃させたい明治政府による廃藩置県や廃城令により荒廃した城の主な城址には新たに組織した軍隊の師団を置き、軍人の精神の象徴として、当時人気の出始めていた染井吉野を植えた。成長が早く、植えて 10年も経てば一人前となり、一斉に咲き一斉に散る潔さは、前へ前へと向かう時代の象徴にもなりえた。
- ・城址の桜—その一方で、荒廃した城址を憂えた旧藩士により城址に植えられ、大切に育てられ桜もあった。
 (例: 高遠城址公園のタカトオコヒガンザクラ)

●**まちのニュース**

- ・2018年10月1日から世田谷区内全域は、路上禁煙になりました。
- ・並木の桜が 8本植え替えられます。すでに伐採され、若木が 2月～3月に植えられます。

●**さくらフォーラムから**

- ・**桜並木の花芽観察会開催 (石井樹木医案内): 2019年3月9日 (土) 10時～12時 (予定)**
 ー参加費 100円 (保険料ほか)。桜新町区民集会所集合 (予定)。参加申込みは、下記までお電話ください。
- ・**「深沢・桜新町 100年史」 (定価 500円) を配布しています。**
- ・**会員募集中:** この地域の景観・環境・みどりなどに関心のおありの方は、ぜひご参加ください。

発行元: 深沢・桜新町さくらフォーラム <http://sakura-forumjimdo.com/>
 〒158-0081 世田谷区深沢 8-19-6 フェリックス気付 電話: 03(3702)3274 FAX: 03(3702)3219
 ©深沢・桜新町さくらフォーラム、2018
 世田谷区地域の絆連携活性化事業の補助金を受けて作成しました。



深沢・桜新町さくらフォーラムは、地域の風景づくりの活動に取り組む団体です。 <http://sakura-forum.jimdo.com/>
 2面: 緑と健康、グリーンインフラ 3面: 寄稿・フォーラムの提案 4面: 和田樹木医講演会 (2/25) のお話紹介その4

変わりつつある緑のとらえ方の特集です。(2面にも先端の情報を掲載)

毎日新聞朝刊「こころの天気図」(月1回連載中)掲載の文章を執筆者と出版元の了解を得て以下に紹介します。

緑と自然の効用—エコセラピーは身近でできる

東京大教授、精神科医 佐々木司

「エコセラピー」という言葉をご存じだろうか。

自然に親しみ、その効果を健康の増進に生かす方法だ。具体的には、草花を育てたり、庭木の手入れをしたり、森の木々を眺めながら過ごしたりすることを指す。

かく言う筆者は今、ある街のカフェでこの原稿を書いている。ここは窓一面に街路樹の緑が広がっていて、ほっとする。執筆もはかどる。

このような緑の豊かさは、街の魅力も高める。神奈川県鎌倉市は名高い観光地だが、その歴史に加え、緑豊かな山が三方に望める点も大きな魅力になっている。実際、電車が鎌倉に近付いて緑が濃くなると、気持ちもゆったりしてくる。これもエコセラピーの効果かもしれない。

エコセラピーの効果は、医学研究のレベルでもさまざまな報告がある。例えば、手術後に窓からコンクリートのビルしか見えない病室より、木々の緑の見える病室で過ごす方が患者の回復が早いという。あるいは、病室に花や木などの緑があると、手術後の回復が順調で、痛みが軽くなるなどの研究結果も出ている。

メンタル面でも効用がある。病室に木や花が置いてある方がストレスが緩和され、不安やイライラも軽減される。庭いじりや植物を育てることで、うつ症状が軽くなったり、睡眠が改善されたりしたという報告もある。どうしてこのような効果が得られるのかなど、分かっていないこともあるが、試す価値はありそうだ。

今の季節は暑過ぎず寒過ぎず、春と違って花粉症の心配もない。外に出て木々や草花に親しんだりするエコセラピーの体験には、最適と言えるかもしれない。ただ、留意してほしいのは、そのためにわざわざ遠くの山や森に出掛ける必要はないということだ。旅行は楽しいが、いつまでも旅先にいられるわけではない。エコセラピーの観点からすれば、旅行の効果は限られている。

毎日生活する場所にこそ、自然に親しめる環境を整えたい。病室の話のように、まずは家の内外に緑を設けてはどうだろう。公園の緑や豊かな街路樹が周囲になれば、皆で作り育てる手もある。街の魅力が高まり、出歩くのが楽しくなる人が増えれば、住民の健康増進にも役立つはずだ。

注: 下線は、当フォーラム加筆



毎日新聞 2018年10月31日朝刊から

●前ページを受けて「エコセラピーの効果」をさらに調べてみました。

長い間、感覚的、定性的に唱えられてきた緑の効用について、近年、実証的な調査研究の成果が報告されるようになったそうです。アメリカのウェブサイトから紹介します。

以下の①～④はアメリカでの調査、⑤はカナダでの調査です。(→以下は、当フォーラム加筆)

ストレスの減少・注意力の向上

①窓から緑が見える病室の患者の方が手術後早く退院し、鎮痛剤投与回数が少ない。
→病室の窓の外に緑の見える病院の建設が進められたそうです。

②窓から緑が見える教室、見えない教室・窓の無い教室で高校生にテストして比較したところ、前者の高校生の方が休憩時間後の注意力が向上し、ストレスから回復しやすかった。

→学校の敷地選定や緑化の推進に役立つ成果だとしています。

③都市内の歩行について、空地や道路際がコンクリート壁の敷地の前と緑化した敷地の前を歩く歩行者の心拍数を測定したところ、空地について緑化前と比べて緑化後の空地の前では、そこを歩く歩行者の心拍数が減少した。



死亡率の低下

④女性対象の10年間の追跡調査(社会経済的要素を調整後)によると、250m以内に豊かな緑のある場所に住む女性は、最も緑の少ない場所に住む女性より12%死亡率が下がる。

⑤30のカナダ大都市における約130万人の11年以上の追跡調査によると、緑の近く(250m以内)に住むことが病気による死亡率の低下につながる。比較的所得や教育程度の高い中年男性により顕著。緑量が多いほど効果的だが、小さな緑でも十分有効。

→この報告について、アメリカのCBCニュース電子版は、「住宅の近くの並木や歩道の緑は、単に景観として美しいのではなく、長生きに貢献するという事です。」と伝えました。(2017年10月14日付、2018年11月25日確認)



●以上は、Vibrant Cities Labo <http://www.vibrantcitieslab.com/>による。(2018年11月確認)
①Ulrich, 1984 ②Li (Illinois 大学) ほか、2016 ③South (Pennsylvania 大) ほか、2015
④James (Harvard 大) ほか、2016 ⑤Crouse (New Brunswick 大) ほか、2017
●Vibrant Cities Labo は、U.S. Forest Service (米国農務省森林庁)、American Forests (民間団体)、National Association of Regional Councils (自治体連合) の共同で、コミュニティ活動の参考になる最新の成果を提供するサイトです。上記は、「Human Health」(人間の健康) に分類された報告です。ほかに、水質、大気質、教育、経済発展、公共の安全、都市計画、その他全部で11に分類して調査や事例が示されています。

●健康への効用に加えて、緑や自然は、様々に役立っています。

→ キーワードは、グリーンインフラ(みどりは、重要なインフラです。)

・グリーンインフラとは、みどりが持つ様々な機能を目的に応じて活用し、安全で快適な都市の環境を守り、街の魅力を高める社会基盤のこと。公園緑地、住宅、道路、河川、農地などの様々なみどりが、ヒートアイランド現象の緩和、生物多様性の保全、風景づくり、防災・減災、雨水の貯留・浸透、水質浄化、地下水涵養などの機能を発揮する。(『世田谷区みどりの基本計画』、2018年4月、用語解説から)

・都市のグリーン・インフラストラクチャー—樹木・植生及び水—は、道路、上下水道や電力供給網と同じく重要です。数十年にわたる調査結果によれば、都市内のまとまった緑は、具体的に算定できる経済効果を生み、ハード・インフラストラクチャーに対する負荷を軽減し、人々の健康と生活の質を向上させることが分かりました。(上記 Vibrant City Lab から、2018年11月確認)

→ i-Tree は、米国農務省森林庁ほか連携して提供するツールで、これを使えば、環境面における緑の効用とその貨幣価値の定量的評価が可能です。子どもが使えるツールもあります。情報の一部は、日本語でも読めますが、日本について使えるようにはなっていません。(<https://www.itreetools.org/>、2018年11月確認)

草木に癒されて

新町2丁目在住 桑折啓子

夫が生まれ育ったこの新町の地に、現在の家が建って6年になります。庭の草木も毎年生長し、心を豊かにしてくれます。

大正末期、夫の祖父が建てた家が築90年近くになり、私共が家を建て直すことになりました。設計者に新しい家の案を依頼したところ、提出されたのは、なんと全く庭がないコンクリート剥き出しの家でした。それを見たたん、私は思わず泣き出してしまいました。これでは私は窒息してしまいます。

出来る限り、草木を植えるスペースをとりたくと、自分でアウトラインを描きました。緑を多くと、駐車場というより庭の片隅みに駐車スペースがあるような、そんな家になりたい。

雑木を専門とする造園家と出会い、大いに助けられました。気に入ったアオハダの株立ちをシンボルツリーとして、出来るだけ自然の木を植えてもらいました。

おかげで、緑に囲まれた家が出来上がりました。

「お宅の庭、いつも楽しみにしています」とか、「これは何の木ですか」とか、よく声を掛けられます。緑を楽しむ心を共有でき、嬉しくなります。

今は、落葉の季節ですが、葉の落ちた後に、しっかり芽がついています。生命が宿っているのだと、冬の間共に祈るような気持ちで春を待ちます。土の中から忘れずに毎年顔を出す宿根草にも感動の挨拶です。

便利さの名のもとに、機械に振りまわされがちな現代にあって、いつときでも草木と共にこの大地に生きていることを味わえたら幸せです。

ほんの小さなスペースに、草木が大切に育てられている方の家の前を通ると、心が通い合うような気がします。

この地域で少しでも緑を多くできたらいいなと願っています。



アオハダの株立ちがシンボルツリーです。

株立ち：一株から数本の茎が地面から立ち上がった樹木の形

さくらフォーラムのニュースレター第27号で提案しました。

訪れる人・住む人の思いが繋がるような

歩いて楽しく、心地よい「みち」にしませんか。

これまでのニュースレターから



10cmに満たないスペースの心こもる緑



「どうぞお休みください」



歩道と宅地の境の桜の木