



一人ひとりの活動が、森をささえる大きなチカラにつながります。

「フォレスト・サポーターズ」に参加しよう!



まずは登録しよう!

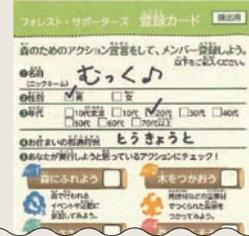
登録はカンタン!

2つの方法から選ぼう。



メンバーズカードから登録する

スタッフが配布しているので、声をかけてね。



スマートフォンから登録する

QRコード

登録画面



できることにチェック!

森のための4つのアクションから、
できることをえらぼう。



森にふれよう

森で行われるイベントや、活動に参加してみよう。



森をつかおう

間伐材などの国産材でつくられた、製品をつかってみよう。



森をささえよう

募金やボランティアをしたり、ふるさとの森を手入れしよう。



森と暮らそう

農山村の暮らしにふれたり、森で働いてみよう。

スタッフに確認!

スタッフに記入済みのカードを渡すか、登録完了画面を見せると、ガチャピン・ムックなどのオリジナルシールがもらえるよ!



さあ、あなたも森のために、できることから始めましょう!



www.mori-zukuri.jp



発行：フォレスト・サポーターズ運営事務局（美しい森林づくり全国推進会議・国土緑化推進機構）

〒102-0093 東京都千代田区平河町 2-7-4 メールアドレス：fore-sapo@green.or.jp



森とツナガル

「木のある暮らし」を
はじめませんか

「森と木の子育てひろば」のご紹介

元気な森をみんなのチカラで取り戻そう!

フォレスト・サポーターズ

©FUITV KIDS



「森と木の子育てひろば」 - 日本 の森から生まれた「木のおもちゃ」が大集合! -



日本の森の木を活かして、職人が手間暇かけて作りあげた「木のおもちゃ」たち。

自然素材なので安心・安全! 子どものチカラを引き出し、大人も癒される「木のある暮らし」を体感してみよう。

木の効果は次のページへ



リラックス

健康

木玉プール

ヒノキのまあるいボールが約 3,000 個入ったプール。中のごろごろすと気持ちいい!

●酒井産業 (長野県)

からからつみき

宮崎生まれのつみき。シンプルだからこそ、子どもの創造力を引き出します。また、国産のスギ材なので軽くて安心。つんで倒すと「からから」と心地よい音が。

●boofowoo (宮崎県)

リラックス

子どものチカラ



マガジンラック

絵本の表紙が見えるので、子どもの読書への意欲を掻き立てます。また、木目のやさしさが、部屋の温かい雰囲気づくりにも。

●酒井産業 (長野県)

健康

子どものチカラ



子どものチカラ

エコ

木のおうち

おままごと用のキッチンと収納棚が付いた木のおうち。子どもたちに大人気。

●酒井産業 (長野県)



エコ

健康

まゆ型ベンチ

釘など使わずに組み立てられた、藁の中に包み込まれるようなベンチ。

●酒井産業 (長野県)



リラックス

エコ

ユカハリ・タイル

50センチ角のひのき・すぎのタイルを敷けば、ウッディな空間が広がります。

●みんなの材木屋 (岡山県・鳥取県)



子どものチカラ

健康

森のおままごと

(おままごとセット)

急須やお椀などがそろった木のおままごとセット。木のおうちの必須アイテム!

●酒井産業 (長野県)



木育の木

ガチャピンとムックの「森の紙芝居」などが流れたり、五感で木のチカラを学べる、楽しい木のオブジェ。

●フジテレビ KIDS



木のぬくもりには、暮らしを豊かに するさまざまなチカラがあるんだ!



木のぬくもりには、人にも地球にもやさしい、さまざまなチカラがあることが解明されつつあります。皆さんも、暮らしの中、子育ての中に、木のぬくもりを取り入れてみませんか?

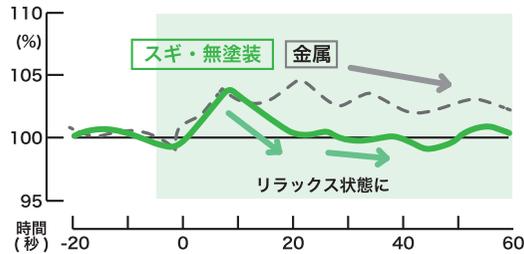
リラックス

ふれるとリラックスする

木は人間の五感になじみ、安らぎをもたらしてくれます。たとえば、金属にふれた場合、緊張が続くのに対して、木にふれると、一度上がった血圧が下がり、リラックス状態に安定します。

木材にふれるとリラックスする

木材に触れた際の血圧の変化



※宮崎良文他、日本生理人類学会第41回大会抄録集 1999年を事務局加工

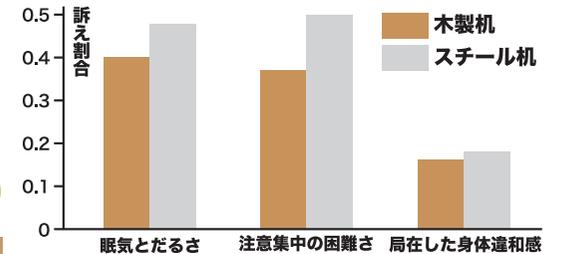
子どものチカラ

木製の机は集中力が高まる

木造校舎の学校はRC造と比較して、インフルエンザによる学級閉鎖が少ない傾向や木製の机を使うと、スチール製より集中力が高まるなどの傾向もあります。

木材が、子どもの学びに好影響

木造校舎における机の材質の違いによる授業中の子どもの様子



※橋田祐洋、木材校舎の教育環境、(財)日本住宅・木材技術センター 2004年を事務局加工

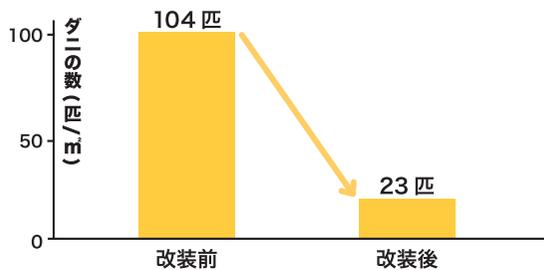
健康

ダニを寄せ付けない

木材の調湿効果で結露やカビやウイルスを抑制するとともに、木の抗菌作用でダニの繁殖も抑えてくれます。

木材が、ダニを寄せ付けない

フローリング改装前と改装後のダニ数の変化



※高岡、高野、宮崎、1985年を実務局加工

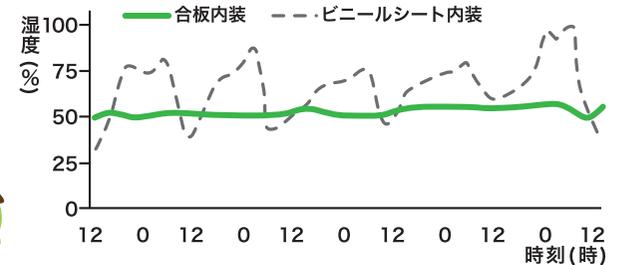
エコ

室内の湿度を調整する

木は湿度が高くなると水分を吸収し、低くなると水分を放出して湿度を一定に保つ働きがあるため、室内に木をたくさん使うと快適に過ごせます。

木材は、室内の湿度を調節する

住宅内の湿度変化



※事務局加工



みんなのアクションで、日本の森を元気にしよう!



上手に「木をつかう」ことで、森の手入れが進み、「森づくりの循環」をよみがえらせることができます。
身近にできるアクションを取り組んで、元気な森のチカラを取りもどそう!

「森づくりの循環」をよみがえらせて

地球温暖化防止に貢献

森には、地球温暖化の原因となるCO₂を吸収・固定するチカラがあります。

元気な森は二酸化炭素を吸収し有機物として樹木の体内にとどめる「炭素の固定効果」が、また木材を利用することは固定された「炭素の貯蔵効果」があります。

さらに、木材をエネルギー利用することで、「化石燃料由来のCO₂排出の抑制効果」につながります。



CO₂

O₂



「森づくりの循環」をよみがえらせて

生物多様性保全に貢献

陸上の動植物の約8割が生息する“森”は、まさに生き物の宝庫。

日本の森にも、約80種類の鳥類、3,400種の動物が生息しています。森はこれらの“生態系”を守っていく「生物多様性保全」に多くの役割を担っています。



森にふれよう

休みの日や自由時間には、森や木にふれてみましょう。森に親しみ、知ることは、森林づくりへの第一歩です。



森をつかおう

暮らしの中で間伐材などの国産材でつくられた製品をつかってみましょう。



森をささえよう

会社や団体、個人やグループでボランティアによる森林づくりや所有している森の手入れを進めましょう。



森と暮らそう

都市部に暮らす人は、農山村を訪れて、森と共生する暮らしや知恵にふれてみましょう。

