

市民活動をFMラジオで発信！！ 『つなげよう！市民のチカラ！』

○第35回：2018年3月25日（日）

○ゲスト：弘前市民の森の会

事務局長 工藤 和子 さん



工藤さん

○ 放送内容

今回の放送では、弘前市民の森の会で活動されている工藤和子さんをゲストにお招きしました。

□ 自然に触れることで

「弘前市民の森で元気になろう」を始めるきっかけとなったのは、工藤さん自身の心身の変化。その時に森林セラピーを体験し、二十歳前の感動した心が蘇ったそうです。そこで、自分と同じような経験をしている人を集めて、森林セラピーを体験してもらったところ、全員に何かしらの良い心身の変化があったそうです。このことを機に継続していくことが大事だと感じ、市民の森を活用して自然を楽しみながら元気になってもらえるのではと考えたそうです。

□ 弘前という身近な場所で元気になろう

「弘前市民の森で元気になろう」は、森林散策、押し花作り、野菜栽培など、6つのプログラムがあり、その中でも、森林散策は自然の山の花々を楽しめ、見る人を非常に感動させるそうです。また、野菜づくりは、その場にある枯れ葉などを使用して無肥料、無農薬で栽培しているそうで、自分で作った野菜で料理をすることも心身のリフレッシュにつながることでした。

このように自然が人に与える優しさ、美しさは人を良い方向へ変えていく力があるとおっしゃる工藤さん。もっとたくさんの人に市民の森の良さを知ってもらい、人と人がつながってお互いに支え合うまちづくりを目指したいとお話してくださいました。

活動情報

○とき 5月～10月の毎月第2・第4土曜日、午前9時30分～午後3時

○集合 市民の森駐車場 ※弘前文化センター、アートホテル弘前シティからの送迎もあり

○参加費 1回500円

○申し込み締切 開催日の3日前まで

○問い合わせ先 弘前市民の森の会（工藤さん ☎0172-35-6440）