

「癒しの川」に向けた川づくりに関する一考察

東北地方建設局 秋田工事事務所 正会員 ○ 柏谷 稔
東北地方建設局 秋田工事事務所 正会員 近藤 清久
(株)ウツ地域総研 正会員 藤田 勝
秋田大学 正会員 石井 千万太郎
秋田大学 正会員 清水 浩志郎

1. はじめに

我々の生活する場に身近な河川空間は、各種の活動の場を提供してくれる他、やすらぎやくつろぎを感じさせてくれることは多くの人々が経験することであり、心身の健康維持・向上に向けた都市・地域環境の一つとして注目されるものである。

そこで、本研究は、新たな川づくりの視点として、都市・地域における身近な心身の癒しの場としての河川空間創出に向けた癒しの川づくりのあり方について考察を行うものである。

2. 河川空間に期待される癒し効果

(1) 医療、福祉機関における河川空間への期待度

河川空間が有する癒し効果について、川沿いに立地する医療、福祉施設の医師、理学療法士、寮母等を対象として、心身の病気等に対する予防、治療、ケアの各段階において、河川空間が有する癒し効果の期待とその効果の内容についてアンケート調査を行った。回答者の属性を表 - 1 に示す。

その結果、河川空間やそこでの活動により、心因性疾患及び身体の病気に対する各段階における補助的効果への期待として約7割が「期待できる」としており(図 - 1)、高い期待度がうかがえる。

表 - 1 アンケート調査 配布回収結果

医療・福祉関係者：配布数 150 回収数 135 (回収率90%)

	医療関係	福祉関係	不明	合計
回答数(人)	69	36	30	135
構成 (%)	51.1	26.7	22.2	100

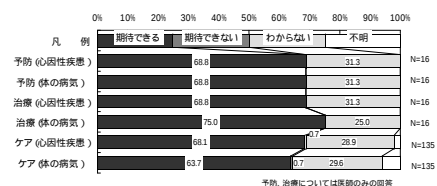


図 - 1 河川空間が有する癒し効果への期待

(2) 河川空間が有する癒し効果

病気に対する水辺の空間が有する癒し効果は、科学的には十分証明されていないが、アンケート調査及びこれまでの各疾患に対する実験的な治療への取り組みや治療手法の河川空間への適用の可能性に基づき、表 - 2 のように整理することができる。

これらは、河川空間の各構成要素個々が生み出す環境効果だけではなく、それらが総合して生み出される環境効果がある。また、河川空間における活動の自由も重要である。とくに、病気に対する治癒活動において、各疾患に対応した特殊な活動の場として期待されるものではなく、水辺や水に直接接し、休息や散歩、運動、遊びをすることなど、これまで河川空間で行われてきたごく普通の活動ができることによって、病気治療の効果が期待できるものである。

表 - 2 河川空間に期待される癒しの効果

段 階	癒し効果	具体的な疾患へ期待される効果
心の癒し	予 防	日常生活でのストレスの解消 ・老人性痴呆症の予防 生活リズムと運動の習慣化による、痴呆の予防
	治 療	病気治療時のストレス解消 ・アルコール依存症の気分転換による治療の促進 ・精神不安定、登校拒否者の精神安定治療補助、ケア)
	ケ ア	リハビリ時のストレス解消
体の癒し	予 防	日常的な運動 ・低肺機能者 河川敷や遊歩道を散歩することによる心肺機能の向上 ・骨粗しょう症 水辺を散歩することによる日照時間の不足を補う ・高血圧、糖尿病 新鮮な空気を吸いながら歩行を行うことによる適度な運動 ・内臓疾患 せせらぎで足まで水につかることによる内臓の活発化
	治 療	運動療法 水との接触による効果
	ケ ア	身体リハビリテーション (軽運動)

3. 癒しの川づくりのイメージ像

癒しの川づくりが目指す川づくりのイメージ像について図 - 2 に示す。癒しの川づくりにおいては、まず基本となる生活の場、都市に身近な川そのものが自然豊かで健康な川であること。そして、子供から高齢

キーワード 癒しの川 河川環境整備

連絡先 (秋田県秋田市山王1丁目10番地29号・018-823-4167・018-864-5204)

者までが心身の健康に向けた活動を行うとともに、心身の病気に対する治療やケアにむけた補助的な利用を可能とするものであること。さらに、健康な川をつくる人々の心が育てられる川であること。そして、この3つの川が相互に関連しあうことにより、創出される川づくりを目指すものである。

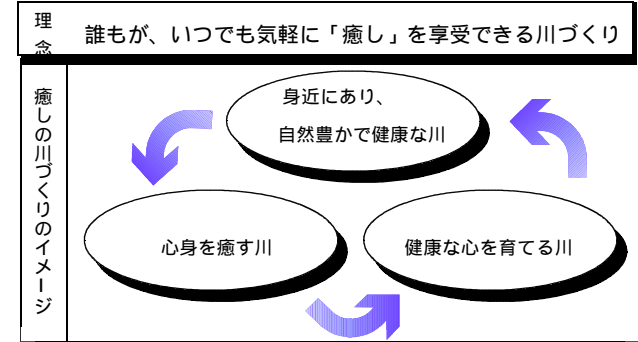


図 - 2 癒しの川づくりのイメージ

4．癒しの川づくりの基本的視点

癒しの川づくりのイメージ像を目指し、今後の川づくりを進めていくための基本的視点としては、癒しに向けた活動を可能とする空間づくりの視点、川づくりや利用に向けた仕組みづくりの視点、利用する人や地域に暮らす住民の心づくりの視点といった3つの視点による川づくりが必要となる。この3つの視点毎に、求められる施策の方向性について以下のように整理する。さらに、各視点での川づくり施策について、表 - 3 に整理する。

(1) だれもが心身を癒す健康空間をつくる(空間づくりの視点)

水や動植物などの自然の存在そのもの、さらに自然から発せられる音には人々をリラックスさせる作用がある。また、水に直接触れたり、水の中に入ることにより身体への刺激をうけるなど、医療面での効果が期待されている。そのため、環境的な空間づくりの視点からは、河川空間そのものが癒し効果を顕在化できる豊かな自然のある空間であること、さらに利用に向けた空間づくりの視点からは、子供から高齢者までの利用、医療・福祉機関での利用に向け、身体的な制約等により利用が限定されない、ユニバーサルデザインでの空間を創出することが必要となる。また、自然、水、人など直接的、間接的にふれあえる豊かなふれあいのある空間づくりが必要となる。

(2) 医療、福祉、地域と一体となった利用の仕組みをつくる(仕組みづくりの視点)

癒しの川づくりは、単なる施設づくりであってはならない。医療、福祉、住民との連携の中で、心身の病気に対する予防、治療、ケアへの適用、住民の健康活動に向けた利用体制の構築が施設づくりに先だって求められる。

(3) 健康空間を作り出す心を育てる(心づくりの視点)

癒しの効果を発揮できる、自然豊かで健康な川の創出に向けて、社会全体への河川愛護意識の浸透及び仕組みづくりに参加する住民の心を育てることが必要である。

表 - 3 癒しの川づくりの基本方針と施策

基本方針		基本方針に基づく施策(案)
だれもが心身を癒す健康空間をつくる 【ハード】	豊かな自然のある空間をつくる	・生態系の保全等による自然空間の創出 ・対岸と一体となった河川景観の創出 ・画一的でない豊かな表情の空間創造
	ユニバーサルデザインでの空間をつくる(誰もが利用しやすい空間づくり)	・車いす、杖等でも移動しやすい通路、散策路の整備 ・木陰、ベンチ等の設置(休息と長時間の活動に向けて) ・トイレの設置(高齢者、車いす利用者も利用できる) ・病院からの通路の設置 ・芝生の広場(広場への出入りの自由と転倒の安全性)
	豊かなふれあいのある空間をつくる	・自然や四季の変化に触れる整備(花壇、動植物等の憩息空間、鳥を呼ぶ樹、実のなる樹) ・水に触れる整備(せせらぎ水路、川沿いの散策路、船着き場) ・人とふれあう整備(広場的な整備とそこでの活動を眺められる整備など) ・距離の分かる散策路整備
医療、福祉、地域と一体となった利用の仕組みをつくる	医療・福祉・住民と連携した利用の仕組みをつくる	・ボランティア・ネットワークの形成(高齢者や障害者の活動時の補助ボランティア) ・医療・福祉機関との連携体制(治療、療養プログラム、待合時間での活用等)
	住民の健康活動プログラム	・地域住民の健康活動プログラム(散策ルート形成等)
【ソフト】	川づくりの仕組みをつくる	・医療・福祉機関との連携・調整、地域住民の参加での川づくり
健康空間を作り出す心を育てる 【ハート】	健康な川づくりに向けた住民の心を育てる	・河川愛護意識の啓蒙(河川空間のクリーンアップ等)
	次世代へつなぐ心を育てる	・子供の遊び場としての利用啓蒙(遊び指導) ・情操教育の場(自然・生態系学習の場)
	ボランティア精神を育てる	・ボランティアとして参加できるイベントの開催

5．おわりに

本研究では、川づくりの新たな視点となる「癒しの川づくり」概念及びその基本となる方針について考察を行った。癒しの川づくりにおいては、単なる施設整備のみならず、川づくりにおけるプロセスや利用に向けた仕組みづくり、川づくり、利用に対する住民などの心づくりが必要であること、さらに、その各施策案について整理した。最後に、本研究実施に向け、協力と適切な助言を頂いた「癒しの川づくり懇談会」の委員の方々に対し、ここに謝意を表す。