

「脳梗塞を越えて森に帰るまで ～私をリハビリに駆り立てたもの～」

NPO 法人 森づくりフォーラム理事 松井一郎

【はじめに】

脳梗塞が発症するまでは、森をフィールドとする仕事で活動をしていた。後遺症で右脚、右手が不自由になり、歩くこともかなわず、右手で道具類も使えなくなり、森に関わることを諦めなくてはならないのかと悩んだ。あるがままを受け入れ、生き方を考え直さなければと思った。「身体が不自由だから、危険なコトをしないで」とか、また「生きるに必要なもの以外はみんな捨てて」とも言われた。これから何をして生きればいだろうか考えると目標がない。

しかし、森の中こそ自分の生甲斐であり、森にはいろんな関わりあいがあることに気がつき、励ましてくれる仲間がいた。

【考えたことと実施したこと】

- ・右片麻痺で、「出来ること」と「出来ないこと」を考えた。
- ・リハビリは、カウンセリングを受けていることで、セラピストと話をしていると、機能回復と同時に、生きることへの希望を持てるのではないかと思った。
- ・どうしても先行きを考え暗くなる気持ちを、自分から「明るく」することが、マヒに打ち克つコツではと考えた。
- ・左手はできることの強化をして、右手は機能回復のリハビリを心がけた。
- ・日常生活での動作すべてにリハビリに結び付けられる材料がいっぱいある。
- ・リハビリは無理してやらない。出来るときに実施する。しかしリハビリメニューは決めている方がよいと考えた。

【森林というフィールド】

森の関わり方として、自分ができることはなにか。鋸、鉋、チェーンソーといった道具類は自分で使えないので「やって見せる」という教え方が出来ない。しかし、今まで培った「森の知識や経験」を、新たに森で活動しようとして入ってくるボランティアの皆さん、特に若い人たちに森のことを教えることは、これからの自分自身の生き方を見出したかと思った時、心が開けた。

そしてなにより森の中は気分がいい。しかし森は安全が担保されている場所でない。道はもちろん未舗装でデコボコがあり、木の根、石、枝など、歩くのを阻害するものだらけ。そこを注意して歩くことが、リハビリになると思い森の中を歩いた。

【やることがあったからこそ！】

森林は、あらゆる生物の生息する場所、いわゆる「森林の多様性」である。森林の多面的機能には、人間を癒す効果があるといわれている。確かに、森に入ると「癒し」、

「安らぎ」、「憩い」が感じられる。このような中で、自分のやることがあるということは、あらためて良かったと思っている。お陰さまで、「市民の森づくり」を教えることで仲間が広がり、昨年、12月には請われて中国山西省太原市の林業技工学校で「日本の森林と林業」の講演を行った。

これからも、声を掛けられるうちが「花」と思い積極的に活動をしていきたい。



平成22年5月 鳩ノ巣フィールドにて



平成24年2月11日野山北・六道山公園の雑木林にて



平成24年2月11日野山北・六道山公園の雑木林にて