

## 心が癒されるまち ~ マイナスイオンから得られるもの ~

### < マイナスイオンとは >

近年話題になっているマイナスイオン、その効果とは血行が良くなる、心身のリフレッシュになる、苦痛を和らげる、体調改善、疲労回復などがあります。

私の地元、長野県の旧長谷村（現伊那市）では、平成7年7月2日に分杭（ぶんぐい）峠で世界でも珍しい気場が発見され、全国各地からこのマイナスイオンを浴びたいがために多くの人々が訪れてきます。その気場から発生するマイナスイオンが病気を治癒し、活力のエネルギーを提供するからです。

この村は約2000人の村で約標高800mの中央構造線上に位置し、3000m級の峰がつらなる南アルプスが続きます。秋は紅葉で彩り、この雄大な山岳を有する村は97%が森林に覆われて、そして、南アルプス林道、分杭峠、鹿嶺（かれい）高原、美和湖などの大自然があります。

なぜこの小さな村がマイナスイオンであふれているかということ、地形上、マイナスイオン発生の源となっている気場が分杭峠に点在しているからです。

マイナスイオンを発生させる気場は地域性、場所性が強く、どこにでも発生するものではありませんが、この原理を活かして、アスファルトに覆い尽くされた地面、コンクリートジャングル化した都市環境の改善をすることが有効と考えます。

### < マイナスイオンを活かした都市の環境づくり >

私は都市空間の中に自然が発生するマイナスイオンを積極的に取り入れた、環境づくり、まちづくりを提案します。

都市環境の中に自然のマイナスイオンを多く取り入れたらどうなるでしょうか。通勤するサラリーマン、公園、広場で遊ぶ子供、健康増進のために散歩する高齢者などさまざまな人々がマイナスイオンを身近な空間で得ることができます。

自然のマイナスイオンを都市の中に持ち込む具体的方法としては、噴水・滝・壁泉など水を使った施設、そしてマイナスイオンを発生させる鉱石、炭など都市部周辺にマイナスイオンを発生させる鉱石や炭などの地方特有の産物を流通させます。

#### 1. 噴水・滝・壁泉など水から得られるマイナスイオンの効果

- ・新鮮な空気を取り入れ癒しの空間、落ち着く場を提供してくれる
- ・滝をはじめ噴水、壁泉からはマイナスイオンが多く発生し、人々が快適に過ごすことができる。

## 2. 緑から得られるマイナスイオンの効果

- ・ 緑陰は人々を紫外線から守ってくれる。
- ・ 森から新鮮な空気を吸収できる。
- ・ 生理的・心理的效果があり血行を良くし、リラックスすることができる。



マイナスイオンあふれる都市を形成することによって (マイナスイオンが発生する滝、緑) どんまちづくりの未来像が見えるか。

### 1. 噴水 滝 壁泉などの水から得られるマイナスイオンの空間

マイナスイオンが多く発生する噴水・滝・壁泉といった施設では小さな子供たちは水遊び、大人はせせらぎを楽しむなど、幅広い世代の人を集めることができます。この他にも滝から湧き出る水を飲むなど、五感を使って認識できます。滝などはまちの人だけでなく周辺地域の人にも楽しんでもらうことができ、観光客増加にもつながります。

### 2. 緑から得られるマイナスイオンの空間

緑はヒートアイランド現象緩和、紫外線の遮断など様々な機能を果たしていますが、他、マイナスイオンを多く発生するという点で注目を集めています。なかでも代表的なのが森林浴であり、公園内の散歩コース、施設などには朝晩多くの人足を運び健康増進につながっています。

また、緑を単体の樹木等として捉えるのではなく、緑のトンネルといった大きなグリーンスペースと捉え、その空間を周辺の飲食店、喫茶店とつなげます。そうすることで効果的にマイナスイオンを体中に浴びながら心身を安らげることができ、現在社会で欠けてきているコミュニケーションを図ることもできます。さらに街路に欠かすことのできない樹木だけでなく、マイナスイオンを発生するサンセベリアなどの観葉植物からもマイナスイオンを得ることができます。

### 3. 炭、鉱石から得られるマイナスイオンの空間

炭にはご飯を炊くときなど、生活用品の一部として使われています。炭には湿気を調節する、臭いをとるなどの一般的に知られている効果のほかにマイナスイオンを発生させる効果もあります。

自動車やビルなどに占められている都市環境では、炭による空気の浄化が非常に効果的です。炭や鉱石をオフィスやトイレなどの屋内空間、公共の庭の資材として、公園や川などの外部空間に用いると、空気や水の浄化された空間、マイナスイオンのあふれる空間が創出されます。そうすることで、人々はリラックスでき、ストレスがたまることが少なくなり、快適な都市生活をおくることができます。

### <期待したいイメージ>

マイナスイオンには電化製品など人工に発生するものと水、緑から発生する自然なもの2種類があります。現在の都市には自然なマイナスイオン場所があまり多くありません。そこで農村、山村地域にある自然なマイナスイオンを取り入れます。そうすることで都市に欠けている緑、そして心の健康だけでなく、体の健康も取り戻せるのではないかと考えます。マイナスイオンのあふれる空間でのコンサート、マイナスイオンが発生する街路空間での散歩、オープンカフェでの食事など都市部このような空間が広まれば皆生き生きとした快適な都市生活ができるのではないのでしょうか。

また、マイナスイオンのあふれる街で、その効果をたくさん得た人々にとって、そこはいつまでも記憶に残る思い出の場所となるでしょう。

### 参考 HP

長谷村の紹介 <http://www.valley.ne.jp/~syo-kura/hasemura.htm>

南アルプス <http://www.clio.ne.jp/~fcam/bunkuihed.html>

マイナスイオン大研究所 <http://www.bluestone.co.jp/chikutan/minusion-2.htm>