

## 「木と人の関係 — サイエンスの視点から —」の連載にあたって

千葉大学環境健康フィールド科学センター

宮崎 良文

池井 晴美

来月からの連載に先立ち、執筆者である宮崎良文と池井晴美の自己紹介をさせて頂くとともに、連載の概要を紹介致します。

宮崎は、1979年に研究者となり、今年で、研究者生活43年目となります。1979年に東京農工大学修士課程を修了し、東京医科歯科大学医学部の助手(現・助教)に採用されました。1985年に医学博士を取得し、1988年に森林総合研究所の研究員として、採用され、ここから、33年間に亘る木材セラピー研究が始まりました。1992年に報告した「木の香りによる血圧低下研究」が、世界初の木材セラピー論文になります。2007年には千葉大学環境健康フィールド科学センターに異動し、集中的に木材セラピー関連データを蓄積中です。

池井は、高校2年生の夏に、宮崎の著書と出会ったことをきっかけに研究者を志し、2008年に千葉大学に入学し、2011年から宮崎研究室の一員として研究生活をスタートしました。2015年に千葉大学大学院博士前期課程を修了し、博士後期課程進学と同時に、森林総合研究所のテニユア・トラック型任期付き研究員として採用され、木材セラピーに関する研究を開始しました。博士論文において、木材由来の嗅覚および触覚刺激がもたらす生理的リラックス効果に関する一連の研究を行い、2018年に博士(農学)を取得しました。

本連載においては、「木と人の関係」について、サイエンスの視点に基づき、以下に記す12回の連載を行います。

第1パートにおいては、人と木材の関係、「快適性」の考え方等を紹介します。第2パートでは、木材の触覚、視覚、嗅覚刺激がもたらすリラックス効果に関する最近の研究例を写真と図を用いて解説します。第3パートでは、関連分野である森林、公園、花セラピーにおける知見を紹介し、最後に、木材セラピーの将来に言及したいと思います。

木と人の関係  
－サイエンスの視点から－

1. 人と木材の相性が良い理由
2. 「快適性」の考え方
3. 木材セラピー研究が進まないわけ
4. 木に手で触ると
5. 木に足で触ると
6. 木を見ると
7. 木の香りを嗅ぐと
8. 森林セラピーの効果
9. 公園セラピーの効果
10. 花セラピーの効果
11. 高ストレス者にとっての自然セラピー
12. 木材セラピーの将来

宮崎良文  
(医学博士)



履歴

2019年 千葉大学グランドフェロー  
2007年 千葉大学教授  
1988年 森林総合研究所研究員・チーム長  
1979年 東京医科歯科大学医学部助手  
1979年 東京農工大学修士課程修了  
(1954年生まれ)

表彰

2007年 日本生理人類学会賞  
2000年 農林水産大臣賞

池井晴美  
(博士(農学))



履歴

2019年 千葉大学特任助教  
2018年 森林総合研究所研究員  
2018年 千葉大学大学院園芸学研究科博士後期課程修了  
2015年 森林総合研究所テニユア・トラック型任期付研究員  
(1990年生まれ)

表彰

2019年 日本木材学会奨励賞  
2018年 千葉大学博士課程学業成績優秀者に係る学長表彰