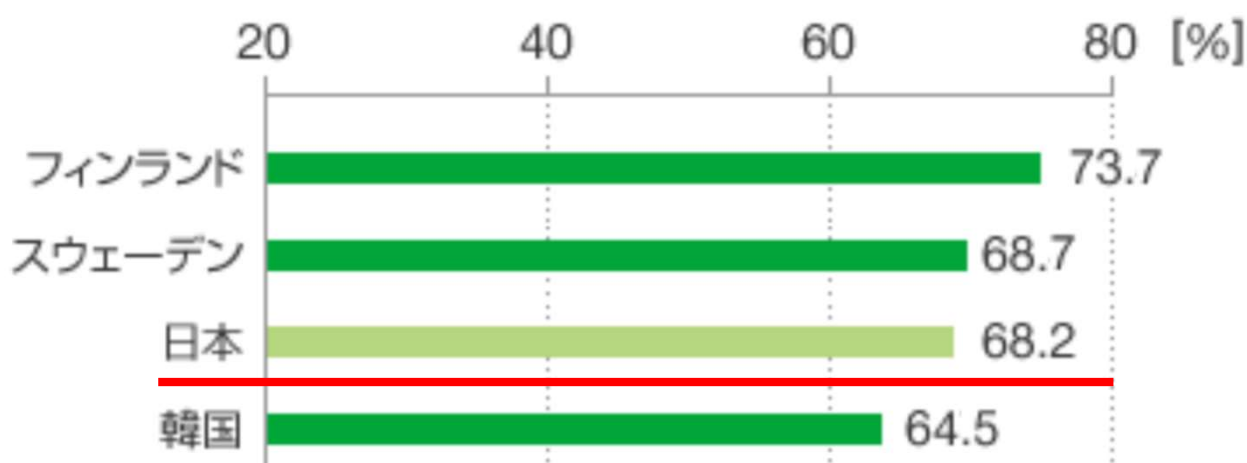


# 山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する 8月11日は山の日です

日本が世界第3位の森林大国だと知っていますか？

## 世界の森林率ランキング（OECD加盟国）

世界森林資源評価（FRA）2020メインレポートより



日本は国土面積に占める森林面積の割合を表す森林率で世界第3位の森林国です。実は、カナダやアメリカ、オーストラリアなどの大自然を持つイメージの国々が決して森林に恵まれていないことは、あまり知られていません。

※カナダ38.7%、アメリカ33.9%、中国23.4%、オーストラリア17.4% FAO-Global Forest Resources Assessment 2005より

日本の山（森林）は世界の中で飛びぬけて高いわけではなく、標高1000m以下の低山が多いのが特徴で、身近に山がある影響で山は人々の暮らしに様々な恵みを与えています。

そんな日本が山（森林）によって、どんな恩恵を受けているかを学んでみましょう。

山の恵みと聞いて、あなたは何を思い浮かべるでしょうか？

山の恵み？ . . . . . 山菜？ キノコ？ ジビエ？  
最も大きな恵みは川（水）です。

山で採れる食材や木材も山からの大切な恵みですが、最も私たちの暮らしに大きな影響を与えてくれているのが川（水）です。海の水が水蒸気（雲）になり、山の上で雨を降らせ、その雨を山は時間をかけてろ過するとともにミネラルを加えて、川として私たちに届けてくれます。

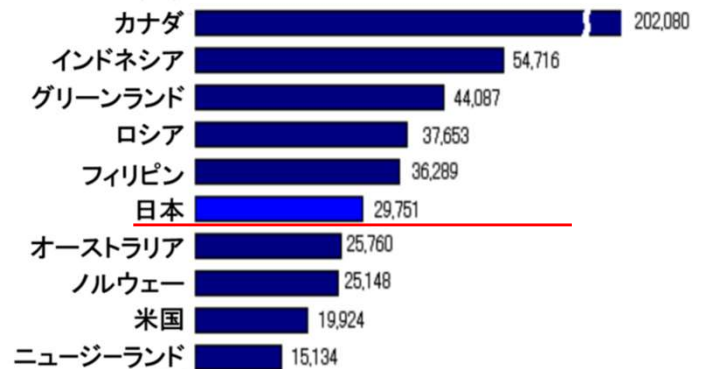


川は私たちの飲み水や農業・工業用水としての大切な水を運んでくれます。そして、そのミネラルを含んだ水は海に豊かさも与えてくれます。意外なことに、世界で6番目に海岸線が長い日本。山と川と海はつながって、日本の農林水産業を豊かにしているんです。

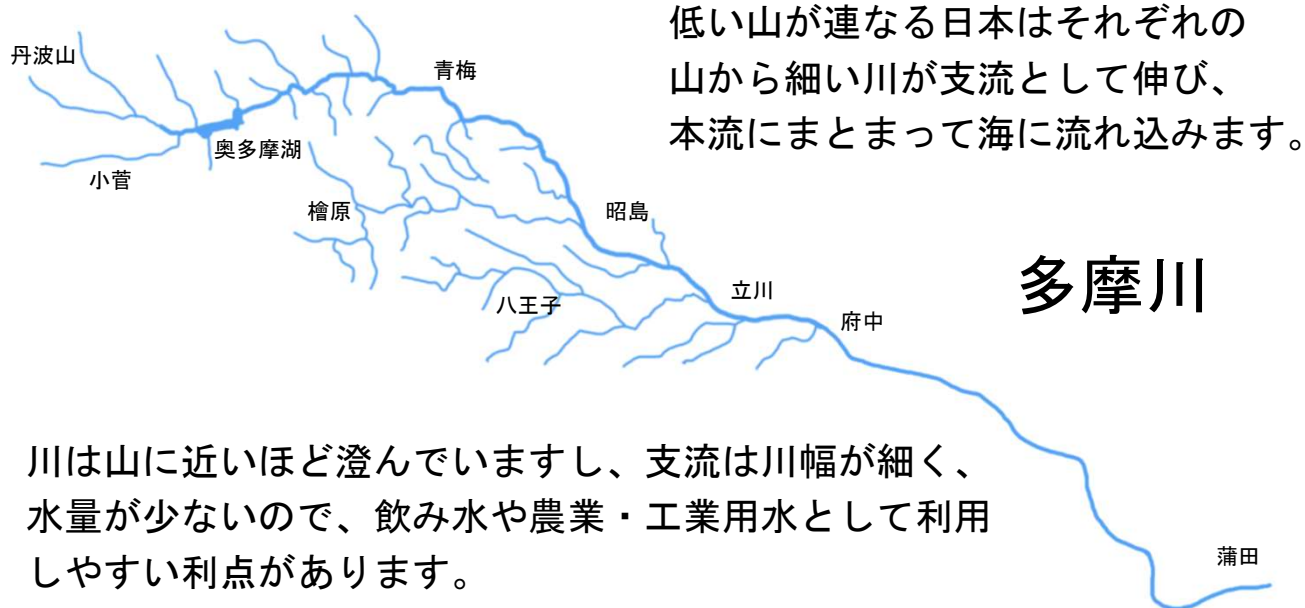


海岸線の長い国・地域ランキング

単位:km



## 水に恵まれた日本。日本の水の特徴は？



## 川が短い日本の水はきれいで飲みやすい

日本は海に囲まれた島国で、縦に細長い国土となっています。そのため、源流から海までの距離が比較的短く、結果的に濁りが少なく、ミネラルも程よい軟水となっています。

### 世界の長い川

1位 ナイル川	6,695km
2位 アマゾン川	6,516km
3位 長江	6,380km



### 日本の長い川

1位 信濃川	367km
2位 利根川	322km
3位 石狩川	268km



## 水道水を本当に安全に飲める国は世界で9ヶ国！

日本、フィンランド、ノルウェー、オーストリア、アイスランド、ドイツ、アイルランド、スロベニア、南アフリカ共和国 国土交通省資料より

普段、当たり前のように飲んでいる水道水も世界的にはとても恵まれたことなんです。更には、軟水は飲みやすいだけでなく、料理の際に素材の味を壊さないと言われ、和食の素晴らしさの秘密に水があり、その水を育ててくれたのが山なのです。



日本がお米を主食にできるのは水が豊かだからです。

世界の多くの国々では小麦、大麦、トウモロコシを主食にしていると言われますが、日本を含めてアジアで主食にされるお米の特長は栽培するために水がたくさん必要になることです。もし、日本に山が少なく、川が少ない地域だったとしたら、お米を作りたくても作れず、小麦などを主食にしていたかもしれません。もちろん、小麦、大麦、トウモロコシも美味しい穀物ですが、お米を中心にして、多様な穀物を楽しむことができるのは日本の食文化の特長です。



和食のおいしさの秘密は水とお米にあり。

世界の人々に愛されるようになった和食ですが、食材の味を大切にすることで野菜や魚介の微妙な味の違いを楽しめることがポイント。

日本の水は軟水なので、素材の違いを壊さずに調理できます。例えば野菜でも時期や産地によって味の変化があり、それを楽しんできたのが日本の食文化です。煮物や刺身の微妙な味の違いを楽しむのは日本人のメリットです。



お米は味が無いのに口の中に入れて噛むと甘みが広がる素晴らしい穀物です。そんな特徴から米飯地域ではシンプルな調味料がメインになりました。日本での塩、しょうゆ、味噌などは素材の味わいを大切にする調味料。そして、お米はどんなおかずの味にも合うのが素晴らしい点。

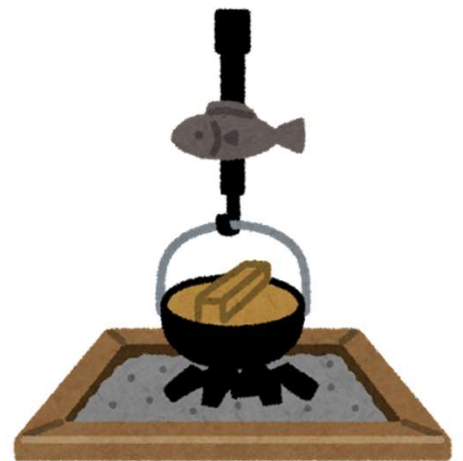
反面、パンはおかずを少し選びます。パンが主食だったとしたら刺身やみそ汁、魚の塩焼き、梅干しといった日本人に馴染の深いおかずは生まれてなかったかもしれません。





## 水の次に重要な山の恵みは木材。

日本の建築と言えば木造でした。それは山が多く木材を手に入れやすいことが主な理由だとは思いますが結果的に湿度の高い日本の気候に向き、地震にも強いというメリットを享受することができました。石や金属よりも加工しやすいことも彫刻の技術が開花し、芸術文化に影響を与えました。木は建築材料だけでなく、普段の生活の中の調理や暖房の燃料としてなくてはならないものでした。木材から生まれる紙も日本文化の一つ。最近は少なくなりましたが障子というのは薄い紙で室内と屋外を仕切り、部屋に日の光を入れたり、外の鳥や昆虫の鳴き声を楽しむという日本独特の文化も生むことになりました。



## 着物も間接的には山の恵みです。

着物の材料と言えば絹糸が最上と言われます。絹糸は蚕（カイコ）の繭から作られますが、蚕の餌は桑の葉です。桑の栽培は水はけの良い山裾が向いていると言われ、盆地が多い日本は養蚕に向いている地域でした。江戸から明治時代にかけて全国で養蚕が盛んになり、その生糸の輸出で得た外貨で日本の近代化が果たされたという歴史もあります。

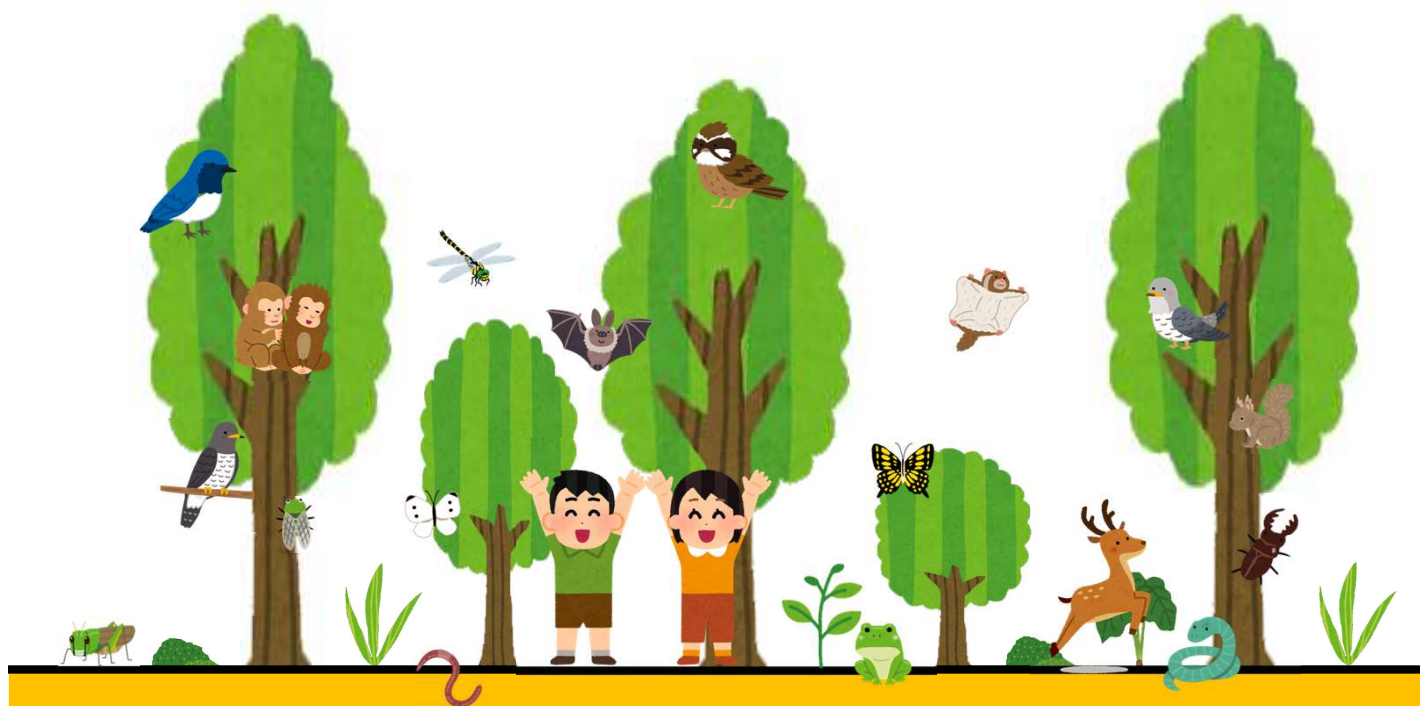


日本の着物は華やかな染めが特徴でもあります。京都の友禅に代表される染めは白地に糊を塗り、染めが広がらないようにして、何度も色染めを重ねることが特徴ですが、糊を洗い流すために川でさらすなど、大量なキレイな水があったから生まれた技術です。



衣食住にさまざまな恩恵を与えてくれる山。  
そして、山はさまざまな命を育む場所でもあります。

現代人は他の生き物から離れて暮らすようになってきました。  
しかし、日本は昔から植物や昆虫、鳥、哺乳類など多様な生き物を暮らしの中に取り込んで豊かに暮らした民族です。  
昆虫や鳥の鳴き声を楽しむのは日本ならではの楽しみ方です。  
青葉や紅葉といった山の彩りも楽しめる私たち。



山から何をいただくか。  
それは、あなたの想像力にかかっているかもしれません。  
山の日がそんなキッカケになればいいですね。

山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する  
**8月11日は山の日です**