

# 特集 水による心の回復力

水の文化51号 2015年10月

人はなぜ、水辺や水のある空間（水空間）に足を運ぶのだろうか？

水空間が人を惹きつける理由はいろいろあるが、水には人を癒す力があるとよくいわれる。もしそれがほんとうならば、日常生活によって生じた緊張感を解きほぐし、「ホッとしたい」という「安らぎ」が得られるからではないか。さらに、そこから一歩進んで「明日への活力」を得る側面もあるのかもしれない。編集部ではそれを「水による心の回復力」と定義した。

その本質に迫るため、現代に生きる人々が「心の回復力」を求めて集まっていると思われる水空間に関する事例やシーンを切り取った。それによって、現代人が水のどんなところに魅力を感じているのか、また水空間を提供する側はどのような活用しているのかを探っていききたい。

久しぶりに集まった友だちと語らう。足湯がリラックスさせるのか、笑いの絶えないひと時を過ごしていた(しこつ湖鶴雅リゾートスパ水の詩「草々(そうそう)の湯」)

## 目次

### 巻頭エッセイ

- ひとしずく  
2 川の話  
梨木香歩

### 特集 水による心の回復力

- 概説  
6 生きづらい社会における水辺の価値  
上田紀行
- Interview  
10 日ごろ使わない神経を「水辺」が刺激する  
古賀良彦
- Scene1  
12 水中を浮遊するクラゲに癒される  
新江ノ島水族館
- Scene2  
16 日本庭園における水への眼差し  
——作庭家・重森千青さんに聞く  
重森千青
- Scene3  
20 感性を刺激する「滝時間」  
——心と体をリセットして、生きる力を取り戻す  
坂崎絢子
- Scene4  
24 「御舟かもめ」クルーズに見る〈都市の川面〉の魅力  
御舟かもめ
- Scene5  
27 「水」を活かしたリゾート戦略  
——しこつ湖鶴雅リゾートスパ水の詩の「競争しない個性」  
しこつ湖鶴雅リゾートスパ水の詩
- Scene6  
30 人と人をつなぐ健康ランド  
——風呂をインフラとする「サードプレイス」  
平針東海健康センター
- 文化をつくる  
33 「水空間」に浸ると身も心も軽くなる  
編集部
- 水の文化書誌 42  
34 河川の復元を図る  
古賀邦雄

### 連載

- 食の風土記 3  
36 米と杉と鉱山が生んだ「きりたんぼ」  
魅力づくりの教え 3
- 38 出る杭がつくる「選ばれるまちづくり」  
——石巻は人口減少社会の先端型か？ 宮城県石巻市  
中庭光彦
- Go! Go! 109水系 8  
44 恐ろしくも美しい魔性の川 黒部川  
坂本貴啓
- センター活動報告  
50 5年目に突入した「里川文化塾」
- 51 編集後記／ご案内  
(敬称略)