



なかには、木肌が迷彩服のような柄のカゴノキ、あるいは幹にイボイボがいくつかくっついていてカラサザンシヨウといった木にも出会えます。

鹿児島にはかからん団子という郷土菓子がありますが、かからん葉はここにも自生しているサンキライの葉っぱなんです。草木を撮影したり、実際に枝や葉っぱに触れてみたり、幹に耳をあてるなど五感で森を感じるのもおすすめです。散策路を歩いていると、チョウチョやトンボなどの昆虫、それにシカやイノシシに出会うこともあります。シカやイノシシは好物である木の実に目当てにやって来るんです。

五感で感じる自然の魅力

森を歩いて疲れてきたら、木陰などにシートを張って寝転がるのも最高です。仰向けになると真つ青な空と白い雲、まわりの木の枝が揺れたり…。目を閉じると聞こえてきませんか？鳥たちのさえずり、風に吹かれた樹々の葉が奏でる音、たまにははるか上空を飛んでいく飛行機の音なども耳に入ってきます。自然の大きなふところに抱かれる心地よさですね。さて、散策路を折り返してくると、小高くなった「命の洗濯場」に到着です。標高が530mほどあり、ここからはぐるっと360度のパノラマが楽しめます。霧島連山はじめ山と大地と大空のコントラストは圧巻です。命の洗濯ができたところでスタート地点へと戻っていきます。いかがでしたか？こうした神々のプロムナードと呼びたくなる森林ロードコースが、ここを含めて4つあります。ひとつは秋には紅葉が美しい「手洗散策路」、もうひとつは石畳を歩き丸尾滝などが楽しめる「丸尾自然探勝路」、そして清流に沿って歩く「霧島神水峡遊歩道」です。国宝に指定された霧島神宮とともに、セラピーロードへも足を運んでみてください。

柳ヶ平散策路案内図

一周：約 2.5 km
標高：約 490m～530m



立ち寄りスポット



関平鉱泉所

霧島山に降った雨水が、長い年月をかけてろ過されながら、大地のミネラル成分をたっぷりと含んだ高品質なナチュラルミネラルウォーター「関平鉱泉水」を製造・販売しています。肌のバリア機能を高め、美のミネラルとも言われる「シリカ」の含有量が、1ℓあたり155mgと世界トップクラスであることが証明されました。関平鉱泉水を使った化粧品も登場しています。

霧島市
じまんげな誌
②
柳ヶ平散策路



柳ヶ平散策路（命の洗濯場）

光や風を浴び、緑が香り、草木に親しみ霧島の自然にすっぽりくるまれる。

森に癒やされる「森林セラピー」

セラピーとは治療とか療法のことです。でも、一般的に治療というと、手術をしたり薬を飲んだりすることを思い浮かべますが、薬や手術をしない心理療法や物理療法をセラピーといいます。香りで癒すアロマセラピーなどはよく知られていますが、霧島で体験できるのは豊かな森に癒やされる森林セラピーです。ビルとコンクリートに囲まれた都会で暮らしているとストレスがたまり、いつも疲れた、だるいといった状態になってきます。そういう都市部に暮らす人々を森林遊歩道で3日間滞在させて、細胞の活性化などを調べた実験があります。結果、森林ではリラックスした時に高まる副交感神経の活動が活発になり、ストレス時に高まる交感神経の活動は抑制されました。また、森の香りと言われるフィトンチッドや森に満ちているマイナスイオンも心をなごませる効果があります。むしろ話にはこれくらいにして、霧島にある4つの森林セラピーロードのひとつ「柳ヶ平散策路」へご案内しましょう。

散策路を少しご案内します

柳ヶ平散策路は関平鉱泉所の近くにある明るく見晴らしのいい、一周すれば40分ほどの平坦な周回コースとなっています。時間があまりない方は、ほぼ中間点にある「命の洗濯場」まで行って帰ってきてもいいかと思えます。道幅も広いですから、左右の緑を眺めながら、また珍しい草木に寄り道しながらマイペースで楽しんでください。アカガシやタブ、モミノキといった緑が続きます。

語り手

古川重里子さん

霧島の深い緑、大自然に魅了された「森林セラピーガイド」の資格を取得した古川さん。木漏れ日や風、木々の香りや澄んだ空気など森林の持つ癒しの力を五感で感じられるよう案内をされています。

セラピーガイドのお申込みは、「霧島森林セラピーガイドクラブ」
☎090・2084・8129

