

# エコ&ピース ナビゲーター

3月号  
Vol.50

食材のお届けだけじゃない!  
パルシステム東京の  
社会活動をご紹介します。

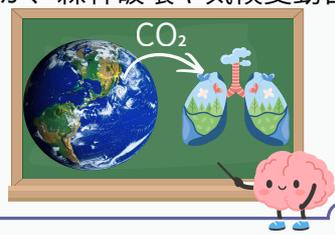
森林の働きは？  
なぜ、減少しているの

パルシステム東京は、地球環境保全に向けたCO<sub>2</sub>削減活動を積極的に推進しています。2030年までに2013年度比で46%のCO<sub>2</sub>排出量削減を目標として掲げています。

## 森林と温暖化

世界的にCO<sub>2</sub>の吸収源である森林が減少しています。原因には、プランテーションの開発等農地への転用や、森林火災、違法伐採等があります。

森林はCO<sub>2</sub>を吸収・蓄積する「地球の肺」であり、温暖化抑制の要ですが、森林破壊や気候変動自体が森林の減少を招き、温暖化を加速させる負の循環を生んでいます。温室効果ガスの増加は森林の構造変化や大規模な森林火災（1980年代以降約4倍以上）、病害虫の蔓延を引き起こし、生態系に壊滅的な打撃を与えています。



参考：私の森.jp 森学ベーシック：1.日本の森・世界の森：世界の森が減少する原因と対策

### それでは 日本の森林面積はどのくらい？

日本の国土面積3780万haのうち森林は2505万haです。（世界の森林面積は41億ha。世界の陸地面積の3分の1を占めています。）。FAO（国連食料農業機関）のデータ(2020年)によると、日本の森林率は68.5%とされています。つまり、私たちの国土の7割は森なのです。先進国の中ではフィンランド・スウェーデンに次いで3番目に森林率が高く、世界でも有数の森林国と言えます。 参考：森林・林業学習館 日本の森林面積と森林率

日本の森林率は  
国土面積の約2/3



### 面積を維持するために 森林保全 (森林を増やす努力)

木が育ち森林になるまでのサイクルは約30年以上。丁寧に育て持続可能な森林を！

日本国内の森林面積は約2,500万haと言われます。このうちの約半分にあたる1,300万haが天然林、約4割の1,000万haが人工林、残り1割が無立木地にあたります。



「苗場」(畑)で1~3年程度苗木を育てます。

雑草など取り除き整地。根が良く伸びるように穴を掘り苗木を埋めます

「スギ」の場合は1haあたり、手作業で約3,000本植えていきます

20年~30年くらいで樹木が込み合ってくるため、間伐をして手入れをします。

間伐によって根がしっかりと張り、土砂災害などに強い森になります。

参考：JBN (Japan Builders Network) 全国工務店協会 森ができるまで | 日本の木材 | 消費者の方 | 一般社団法人

### パルシステム東京の「いなぎめぐみの里山」 身近な森林保全体験

2004年に東京都内に「農と緑の創生」をキーワードに、地域社会との交流も含め組合員が参加できる場として稲城市に開設しました。森林保全学習としての間伐体験からレベルアップさせ、森林保全体験企画を通じた森林保全に携わる人材育成の流れを構築する事で、「いなぎめぐみの里山」だけに留まらない自然共生社会の実現に繋いでいくことも目指しています。毎年多くの組合員が、里山での企画に参加されています。みなさんも遊びに来てください。



◆2026年1月27日に「第2回Tokyo-Nbs アクションアワード」の表彰式が開催され、パルシステム東京は中小規模法人部門で優秀賞を受賞しました。「いなぎめぐみの里山」を拠点に、組合員や職員が協力して「次世代に豊かな自然を渡す」ための里山保全活動が評価されました。

詳しくはコチラから→



# あの日から15年。

『忘れない』を力に、被災地のいまに寄り添う



エコ&ピース  
ナビゲーター  
2026年  
3月号  
Vol.50

〈復興支援編〉

2011年3月の東日本大震災から15年。そして2024年1月の能登半島地震から2年。パルシステム東京は、「3.11を忘れない」を合言葉に、時代や状況の変化に合わせた支援を続けてきました。節目となる今号では、これまでの歩みを振り返り、現在も困難が続く能登の「いま」と、これからの支援の在り方を考えます。

～パルシステム東京が歩んだ15年 — 「寄り添い」の軌跡～

## 私たちが大切にしてきた3つの約束

### ① 「現場」を知る

被災地スタディツアーなどを通じ、現地のリアルな状況を組合員自らが学び、伝えます。



### ② 「交流」を絶やさない

親子保養プログラムなどで「顔の見える関係」を築き、孤独を感じさせない寄り添いを続けます。

### ③ 「想い」を届ける



募金や産直品の利用を通じ、被災地の経済とこれからの暮らしを支え続けます。

～一人ひとりの小さな想いが、途切れることなく～

## 大きな支援の輪となって続いています

被災後も地域と共に歩む、障がい者就労支援NPO「夢かぼちゃ」。その再建を願い、パルシステム東京の「センターまつり」ではクッキー販売やメッセージボードを通じた交流を行いました。現地の想いが詰まった品々は多くの組合員の手に渡り、支援の輪は今も広がり続けています。



～能登のいま、そして明日へ — 「共に歩む」復興のカタチ～

## 能登、2年目の冬に触れて

昨年12月、私たちは石川県輪島市・七尾市を視察しました。そこで目にしたのは、公費解体が進む一方で、いまだ更地が目立つ街の姿でした。しかし、厳しい状況の中でも、コミュニティ拠点でのおしゃべりや、寄贈された支援車両「FOOBOUR (フーバー)」の活用など、前を向く人々の姿がありました。現地で活動をする方々の言葉には、15年目を迎える東北とも共通する「復興の本質」が詰まっています。



これまでも  
これからも

## 暮らしの再建はこれから「能登、そして東日本に寄り添い続けて」

被災地NGO協働センター 増島 智子様

2024年1月1日の能登半島地震の発災から、2年が過ぎました。

この間、被災者の方々は家の片付けや煩雑な申請手続きに追われ、あっという間に時間が過ぎていきました。被災地には更地が広がり、住民の心には「これからこの町はどうなっていくのだろう」という不安が見え隠れしています。終の棲家や生業（なりわい）の再建は、いまだ十分に見通しが立っているとは言えません。私たちは今も、家財の搬出や心のケアを続けています。暮らしの再建は、まさにこれからなのです。

ですが、2年が過ぎた今、ようやく「少し前を向けるようになった」「遠方からボランティアが来てくれることで、忘れられていないと感じて嬉しい」という声も聞こえてくるようになりました。ボランティアによる寄り添いが、住民の方々の折れそうな心をつなぎとめています。

一方で、15年を迎える東日本大震災の被災地に目を向けると、整地された土地には雑草が生い茂り、人々の息遣いがあまり感じられない場所もあります。しかし、当センターの「まけないぞう（タオルで作るゾウの人形）」作りは、今も被災者の暮らしを支える“生きがい”や“絆”であり続けています。

能登、そして東日本。どちらの被災地も、皆さんの温かなご支援を必要としています。



増島 智子さん  
被災地NGO協働センター

東京都出身。1995年の阪神・淡路大震災でのボランティア活動を機に福祉の道へ進む。

1998年より被災地NGO協働センターに所属。

東日本大震災（2011年）、熊本地震（2016年）、西日本豪雨（2018年）など、国内の主要な災害現場で長年にわたり支援活動に従事。能登支援事務所のスタッフとして、能登半島地震の復興支援に尽力中。