

## 馬越峠Map



馬越峠に残された美しい景観。

## 石畳にこめられた人の想い

この石畳が造られたのはおよそ 300 年前。この石畳の古道は今でいうアスファルトの舗装道路のようなもので自然の石を敷きつめてあります。これは尾鷲という雨の多い地域だからこそ昔の人の知恵です。石畳にすることで雨は石を伝って流れていき、水ハケがよくなります。

昔の人が大変な思いをして重厚な道をつくってくれたおかげで、簡単に崩れることもなく、今でもこのように丈夫で立派に残っているのです。

長く敷かれた馬越峠の石畳に使われている石は、近くにある大きい岩をその場で割って現地調達したもの。他の熊野古道へ行ってみると、実は石畳のない道がたくさんあるんです。



### ▲洗い越 (あらいごし)

石畳の途中にわざとくぼみがつくってある。雨の水が川へと流れる通り道。昔の旅人はここでワラジについた土を洗っていたともいわれる。

もし、この石畳が石段だったら昔の旅人も私たちもすぐに歩き疲れていたでしょう。石畳の古道は誰もが自分の歩幅で無理なく歩くことができる、歩きやすさを考えられた道なのです。

自然の恵み。そこへ行く価値がある。

## ヒノキの森林浴で元気になる！



### ▲ヒノキ林

森林には人の体と心を元気にする不思議な力があります。この森林浴効果をもたらす森林の香りの正体を『フィトンチッド』といいます。これは樹木が作りだして発散する物質で、その主な成分である『テルペン』の力が人の心と体を元気にするといわれています。

ヒノキの木はこの『テルペン』が多いといわれているので、ヒノキがたくさんある馬越峠の道を歩くことが、人の心と体を元気にするのにとても効果があるんですよ！

私たちと自然のつながり。

## スギの葉っぱって何に使われるの？

スギの木とヒノキの木の見分け方は葉っぱを見ればわかります。それぞれの葉っぱは形、固さが違います。この写真で見ると①がスギの葉で触るとトゲトゲして固い。②がヒノキの葉で触ると柔らかいのが特徴です。

①  
②  
どっちがスギの葉？  
ヒノキの葉？

### 問題

昔、地元の人々はスギの葉っぱを捨てずに利用していました。一体、何に使っていたんだと思う？

### 答え

スギの葉っぱでお線香の原料をつくってました。昔はスギの葉っぱを乾燥させて水車でトントントントって叩いて粉にし、その粉を練り固めてお線香にしていた。今でもお墓参りなどに使うお線香の原料はスギの葉っぱの粉なんです。私たちの生活の中で、こんな身近なものに使われているんです。