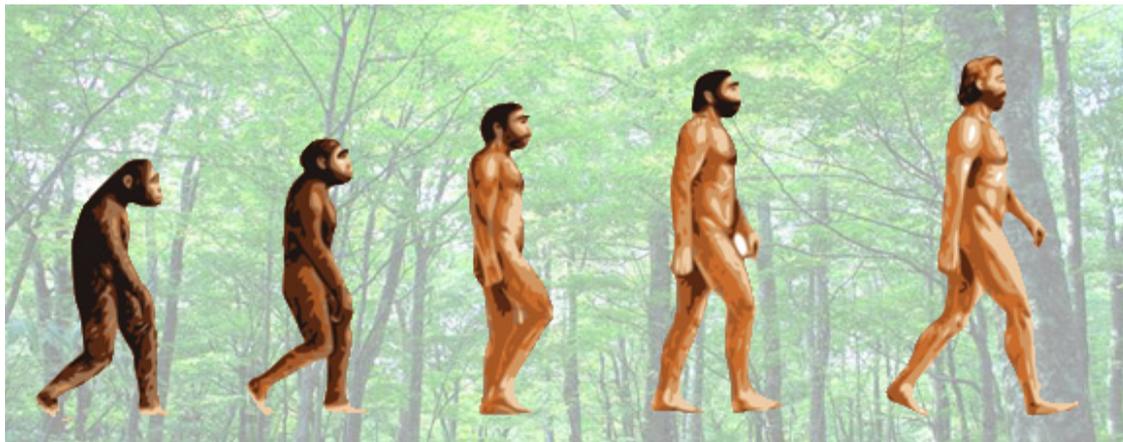


# 自然と人の関係



700万年間自然環境中で進化

産業革命

99.99%以上  
自然環境



人の体  
自然対応用

0.01%以下  
都市環境



現代人  
ストレス状態

Miyazaki et al. (2011) promulgated a “back to nature” theory (M. O’Grady and A. Meinecke, 2015).

Humans have spent more than 99.99% of their evolutionary history in the natural environment; thus, the human body is made to adapt to nature. Because physiological functions have adapted to the natural environment, we are unable to adjust to rapid environmental changes and may feel stressed.

Thus, when we are exposed to the natural environment, our bodies revert to how they should be.

宮崎らは、2011年に“back to nature” theory を提唱した(Y. Miyazaki et al, 2011, M. O’Grady and A. Meinecke, 2015).

人は進化の過程において、99.99%以上を自然環境下で過ごしてきたため、人の体は自然体応用にできている。生理機能が、自然環境に適応しているため、我々は、急速な環境変化に対応することができず、ストレスを感じる。

故に、我々は、自然環境に触れたとき、人としてのあるべき姿に帰るのである。

(C. Song, H. Ikei, Y. Miyazaki et al. Urban Forestry & Urban Greening 21: 247-252, 2017)