

参加者
募集

森林セラピーガイドと歩く

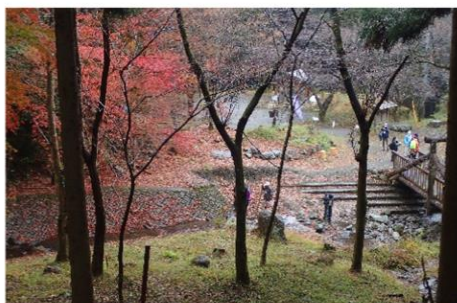
心とカラダを癒す旅

3/13(土) 雨天中止
午前9時～午後2時30分

秦野市では、森林セラピーロードに5コース認定されました。そのうちの一つである、表丹沢野外活動センター・葛葉の泉コースにて森林セラピーを開催いたします。五感を通して森を体験します。森林の持つ自然のエネルギーを存分に受け取り、体験し、癒され、リフレッシュして頂ける効果のあるプログラムになっています。是非、皆さんも春の息吹を感じながら、森林を散策してみませんか？

- ★水源林内をゆっくりと散策⇒葛葉の泉まで
- ★名水の試飲・くず葉川のせせらぎをさく
- ★森林ヨガ・ハンモック体験
- ★ほうじ茶作り体験・檜ポンポン作り・焼き印体験
- ★菩提山の神社参拝など
- ※新型コロナウイルスの影響に伴い検温とマスクの着用をお願い致します。

場所 表丹沢野外活動センター集合・解散
参加費 3,500円(セラピー弁当・お土産付き)
募集人数 20名
申し込み 秦野市環境産業部環境共生課
電話 0463-82-9631
e-mail k-kyousei@city.hadano.kanagawa.jp
受付開始日 2021年2月1日～(先着順)



参加者の声

- ・ガイドさんの役割は凄く重要で、森林セラピーの効果や歴史や由来についても教えて頂き自分で歩くより何倍も楽しかった。
- ・ヨガも初めて先生からレクチャーを受けることが出来て良かった。
- ・お弁当が美味しかった。皆さんリラックスが出来たようでした。



里山会員募集！！

楽しく、一緒に活動して下さる方を募集しています。居場所作りの一環にいかがでしょうか？

<作業内容>

森林・竹林整備、賄い作り
休耕畑を使った野菜作り教室お手伝い
森林セラピー企画・運営・お手伝い
その他、みそづくり教室などの運営など
里山カフェのお茶出しなど
(担当 栗原 進 090-9679-6258)

次回予告

表丹沢野外活動センター・葛葉の泉ロードでの森林セラピーを今年は5月、11月に予定しています。

5月開催では、初夏の気持ち良い風の中でセラピーロードを歩くことができます。

11月は秋の山を感じながら歩くことができます。

四季を感じながらの山歩きやヨガと地元で採れたものを使用し愛情を込めてお作りしたセラピー弁当が魅力のコースです。