

## 山北町森林セラピー基地認定記念“プレイベント”

### 全国一斉・森林セラピーウォーキングディ事業

#### 「山北町森林セラピー体験ツアー」参加者募集

はじめに、この度の大震災に際し謹んでお見舞いを申し上げます。

さて、山北町は平成23年4月1日付けで「森林セラピー基地」として森林セラピー・ステアリングコミッティから認定を受けました。「森林セラピー」とは、医学的なエビデンス(根拠)を基に裏付けられた森林浴効果をいい、心身の健康管理・増進及び疾病の予防・改善を目指すものであります。「森林セラピー基地」とは、森林を医学面から専門家に立証され、自然社会の条件が一定の水準で整備されている地域(エリア)のことです。今回で認定を受けたセラピー基地は、全国で44ヶ所目であり現在も増加しつつあります。

そこで、当町では平成24年度に森林セラピー事業をグランド(正式)オープンさせるため、基地認定記念事業の準備を進めているところであります。基地認定記念事業に先立ち、この度“プレイベント”「体験ツアー」を計画しましたので、多くの方に体感いただきますようご案内いたします。

日時 平成23年10月9日(日)9:00

場所 河村城跡コース

集合 山北町健康福祉センター

参加料 1人 3,500円

準備 ウォーキングができる服装や着替え

9:00	集合・受付 ◎ストレスチェック
10:00	身心リセット運動(作業療法士)
10:30	森林セラピー体験ウォーク (森林セラピスト他) …昼食「セラピー弁当」
13:30	木工体験「my箸づくり」
15:00	◎ストレスチェック(評価) 「さくらの湯」入浴…自由解散



定員 30名(先着順)

申込み 別紙参加申込書により、直接またはファックス、メールにて申込み  
受付は、9/1(木)から定員になり次第締め切ります

問合せ 山北町森林セラピー推進協議会(山北町健康福祉センター内)

〒258-0113 神奈川県足柄上郡山北町山北 1971-2

TEL0465-75-0822・FAX0465-76-4592・E-mailkenkou-c@town.yamakita.kanagawa.jp