

森林セルフケア体験会のご案内

森林セルフケアとは、森に行き自然に無理なく自分自身をケアする健康法です。どんな体験が良いかは自分で選ぶことが大切です。今回は東北大学植物園を歩き、セルフケアの方法を体験することで、一人ひとりの健康について振り返る時間を持ってみましょう。

森林セルフケア体験会 in 仙台:東北大学植物園

【日時】2014 年 6 月 1 日(日)10:00~12:00

【場所】東北大学植物園 (仙台市青葉区川内 12-2 入園料金 220 円ご負担おねがいします)

【集合】東北大学植物園本館 9:45

仙台駅前西口バスプール 9 番から仙台市営バス

広瀬通 理・工学部経由 青葉台行／広瀬通 理・工学部経由 西の平・長町南駅行

青葉通 工学部経由 青葉台行き／青葉通 工学部経由 宮教大行き／理学部 宮教大行き

「東北大学川内キャンパス前」バス停下車 徒歩 10 分

【申込先】メール chika@sreen.jp ファックス 022-218-3871(担当:田宮)

【協力】森の癒し仙台 森葉音(fhaon) <http://fhaon.exblog.jp/>

【参加費】会員 1,000 円／一般 2,000 円

【申込方法】下記のお申込み内容を各担当の申込先にメールにてご連絡ください。メールアドレスをお持ちでない方は、FAXをお送りください。

【主催】NPO 法人日本森林療法協会 <http://j.forest-therapy.org/>

【申込み内容】

- ①氏名 (フリガナ)
- ②会員・非会員
- ③性別：男・女、④住所、⑤電話番号、⑥E-mail
- ⑦専門：医療・福祉・健康・森林関係の資格をお持ちの場合は、お書きください。

【about us】

NPO法人日本森林療法協会

～4 つの活動方針～

- ①森に行き健康になろうとする人を支援する。
- ②森に行き健康になろうとする人を支援する人材を育てる。
- ③健康な森作りと森の紹介
- ④健康のために森林を活用する全ての人を繋いでいく。

