

森林セルフケア体験会@糺（ただす）の森



～世界遺産の彩り豊かな下賀茂神社でリフレッシュしませんか。～

東京ドーム三倍の面積ををもつ糺（ただす）の森は、賀茂川と高野川の合流地点に発達した街中に残る原生林で、1994年（平成6年）には下鴨神社全域が世界遺産に登録されています。ムクノキ、ケヤキの落葉樹を中心に、約40種・4,700本の樹木が生育していて アオバズクの営巣が確認されるほど、自然が豊かです。葵祭りなどとの関連も深い1200年の歴史に思いをはせながら、また三本の小川のせせらぎに癒されながら彩り豊かな森で久々の体験会に参加しませんか。少し人出が多いかもしれませんが、15mをこえる巨木も多いので、森を楽しむことができますでしょう。

【内容】

- ・主催：NPO 法人 日本森林療法協会
- ・開催日時：2014 年 11 月 9 日（日）9:30～12:30（小雨決行）
- ・場 所：京都 糺の森
- ・集 合：糺の森入ってすぐ左側の河合神社鳥居前（名高い方丈庵があります）
- ・内 容：森歩き、呼吸法、樹林気功の紹介、セルフカウンセリング
- ・参加費：会員 1,000 円／非会員 2,000 円
（当日お支払いください。つり銭のないようにご準備をお願いします。）
- ・申込み方法：下記のお申込み内容をメールにてご連絡ください。

E-mail: maki-esn@green-fellow.jp 牧村

【申し込み内容】

- ①氏名（フリガナ）、②会員・非会員

以下は、NPO法人日本森林療法協会会員は省略可

- 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。

NPO法人 日本森林療法協会

～4つの活動方針～

- ①森に行って健康になろうとする人を支援する。
- ②森に行って健康になろうとする人を受け入れる人材を育てる。
- 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。

