



森林セルフケア体験会

in 浜離宮恩賜庭園

浜離宮恩賜庭園は、江戸時代に徳川将軍家の内庭として利用され「浜御殿」と呼ばれた南庭と、明治時代以降に造られた北庭とに分けられる。南庭は、潮入の池と二つの鴨場をもつ、江戸時代の代表的な大名庭園。潮入の池とは、海水を導き潮の満ち干によって池の趣を変えるもので海辺の庭園で通常用いられていた様式である。旧芝離宮恩賜庭園、清澄庭園、旧安田庭園なども昔は潮入の池でした。しかし現在、実際に海水が出入りしているのは、国内でここだけとなっている。

【内容】

開催日時：2014年12月14日（日）10:00～12:00（小雨決行）

場 所：浜離宮恩賜庭園（はまりきゅうおんしていえん）

集 合：浜離宮恩賜庭園大手門口

アクセス：地下鉄大江戸線「築地市場」(E18)「汐留」(E19)・ゆりかもめ「汐留」下車

徒歩7分 R・地下鉄銀座線・地下鉄浅草線「新橋」(G08・A10)下車 徒歩15分

内 容：・自然観察・五感を開く・呼吸法・ゆっくり一人で過ごすなど

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: ku-by0504@goo.jp （佐藤）

主催：NPO法人日本森林療法協会

【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・森林関係など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行く。