

森林セルフケア体験会のご案内

森林セルフケアとは、森に行って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】2016年6月5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 230 円ご負担おねがいします)

【集合】東北大学植物園本館 9:45

<地下鉄>仙台市地下鉄東西線【T04 国際センター駅】下車、西 1 出入口より徒歩 12 分。

または【T03 川内駅】下車、南 2 出入口より徒歩 12 分。

<観光循環バス「ループル仙台」>

「①仙台駅前」16 番のりばから乗車、「⑤博物館・国際センター前」下車、徒歩 12 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。

