

# 山梨県森林公園金川の森 森林セラピーに参加しませんか？



## 森林セラピーとは…

森の力はこことからだを癒します。医学に裏付けされた「森林浴効果」で、森林の中での健康維持・増進や病気予防効果を目的としています。

金川の森は2022年4月に森林セラピー基地、森林セラピーロードに認定されました！

セラピーガイドと一緒に金川の森の新しい楽しみ方を体験いただきます。

## 開催概要

【開催日】裏面の年間スケジュールをご確認ください。

【時間】9:30～13:30 ※日程によって時間は変更する可能性があります。

【対象】小学生以上

【参加費】大人：4,000円、子ども：2,000円

(セラピー代、安息マット代、森林セラピー弁当、セラピー保険料、昼食代、午後の体験料金込み)

※午後の体験の内容によって、参加費は変更する可能性があります。

【持ち物】腕・足が隠れる服装(長袖・長ズボン、くるぶしが出ない靴下)、帽子、タオル、履き慣れた運動靴、雨具、飲み物

【講師】金川の森 森林セラピーガイド

【定員】各日7名

【最小催行人数】各日2名

【お申し込み方法】どんぐりの森サービスセンターの窓口または電話にて  
サービスセンター ☎0553(47)2805

◆金川の森 令和5年度森林セラピー実施予定

	日程	テーマ
第1回	8月5日(土)	賑やかな森を楽しもう森林セラピー
第2回	8月19日(土)	やまなしの森とフルーツをたのしむ森林セラピー
第3回	9月9日(土)	フィトンチッドを浴びて 森林セラピー
第4回	10月21日(土)	ゆったりと森に浸る 森林セラピー
第5回	11月4日(土)	深まりゆく秋の中、甘い香りに包まれながら紅葉を楽しむ森林セラピー
第6回	11月22日(水)	五感を感じる至福の森林セラピー
第7回	11月25日(土)	落ち葉とたわむれて 森林セラピー
第8回	12月9日(土)	ふかふかの落ち葉を踏みしめながら冬を感じよう森林セラピー
第9回	1月27日(土)	凜とした澄んだ空気の中の森林セラピー
第10回	2月17日(土)	冬の森ぽかぽかひなたぼっこ森林セラピー
第11回	3月6日(水)	自然と共にあった縄文時代を感じる森林セラピー
第12回	3月23日(土)	春を迎えて深呼吸！ 森林セラピー



◆アクセス

【車】中央高速 一宮・御坂 IC から約3分

【電車】JR中央本線 石和温泉駅からタクシーまたはレンタカーで約10分

【高速バス】竜王・甲府 ⇄ 新宿線

- ・バスタ新宿から甲斐一宮または一宮まで約1時間30分。・中央道甲斐一宮で下車、徒歩約22分(1.6km)
- ・高速バス一宮で下車、徒歩約25分(2km) \*時刻表・運賃など、詳細は山梨交通のHPでご確認ください。



◆金川の森サービスセンター

〒405-0074 山梨県笛吹市一宮町国分1162-1 ☎0553(47)2805