

～人にやさしい森林へのお誘い～

# 癒される森へ行こう！

障がいのある方、無い方、どなたでも参加できます。1年間で6回実施します。

## 第 4 回

平成23年 9 月 18 日(日)

テーマ「森の美しさに気づいてみよう」

集合時間 午前 10 時 30 分

集合場所 千葉県立東庄県民の森 第2駐車場(お花見広場方面、福聚寺方面、集いの森方面)

実施場所 千葉県立東庄県民の森 セラピーコース 約1.6km 午前 1周(車椅子可能)  
午後 チャレンジコース 約2km (車椅子不可)

募集参加者 20名ほど(見学も可) **交通手段は各自で手配をしてください**

費用 保険などのために参加者1名当たり300円をいただきます(乳児は除きます)。

時間 歩行時間午後10時30分～午後3時半頃まで 昼食は「芝生広場」で摂ります。

注意事項 森の中を歩くため、動きやすい服装でお願いします。

今後の資料として使用のため、実施風景の撮影や会話の録音についてご了承ください。

薬、健康保険証コピー等各自必要なものは持参してください。

中止条件 暴風や大雨の時には中止します。中止情報は090-3315-3571へ。

指導者 臨床心理士 赤城建夫(ちば発達評価・心理指導ルーム所属)、ボランティア数名

申込み先 増田 淳 FAX043-227-8305

東庄県民の森 詳細マップ



## 年間の予定

第1回	4月17日(日)	船橋市	船橋県民の森	中止
第2回	5月15日(日)	君津市	清和県民の森	実施済み
第3回	6月12日(日)	館山市	館山野鳥の森	実施済み
第4回	9月18日(日)	東庄町	東庄県民の森	
第5回	11月20日(日)	市原市	大多喜県民の森	
第6回	24年2月12日(日)	鴨川市	内浦山県民の森	

## プログラムは...

森が心の中にある安らぎを与えてくれます。感覚を磨き、森を歩きましょう。気づきを通して、森林にある癒しの要素を発見しながら、お互い話し合ってみましょう。どこで、どんな気づきがあるのでしょうか。森の中にある様々な癒しを体験してみましょう。

今年のコースは、県民の森に設定されているセラピーコースです。常緑樹の中のコースです。干潟八海から吹く南風が、涼しさや稲の香を寄せ森の台地に運んでくれます。吹く風の感じや、作物の香、光の違いなどが自分たちの心にどのように響いてくるのでしょうか。景色と一体化する風や香りを取り込みながら自分を感じてみましょう。今回は平らな場所が中心です。歩行の困難な方の参加も望めるところです。午前は車椅子可能なコース、午後は高低差がある車椅子不可のチャレンジコースとなります。

この活動は、森の癒し実行委員会が実施する「県民の森セラピーコースで森の美しさを見出そう会」です。この活動は里山シンポジウム実行委員会・千葉県・ちば里山センター等が主催している活動として千葉県里山シンポジウムに報告をする予定です。