

参加者募集中！ 五感で四季を感じよう

体験内容

季節ごとのテーマにあわせた特別な森林セラピー®を行います。

日程

- 令和6年 4月 6日(土)
「春爛漫 桜と森林セラピー®」
- 5月 11日(土) / 27日(月)
「心身揺れる季節
～森で自律神経を整える」
- 6月 8日(土) / 24日(月)
「新緑の森で深呼吸」
- 7月 6日(土) / 22日(月)
「夏・心も体も軽やかに
～汗をかけていますか？」
- 8月 5日(月) / 24日(土)
「涼を求めて過ごす森時間」
- 9月 9日(月) / 28日(土)
「夏から秋へと身体を整える」
- 10月 7日(月) / 26日(土)
「五感で秋を探そう
～感覚を研ぎ澄ます」
- 11月 2日(土) / 18日(月)
「紅葉の中で変化を感じる」

参加料

2名様 6,000円

3名様以上 4,800円

(1人あたり料金、昼食込)

集合時間・場所

9:30～15:00ごろ終了予定

4月 6日(土)

巨峰の丘ロード(山梨市牧丘町倉科7190)

※旧保健農園ホテルフフ山梨 敷地内

集合場所：小橋山登山口駐車場

その他の日程

西沢渓谷(山梨市森林セラピー®基地)

集合場所：道の駅みとみ観光案内所

森林セラピーとは？

ストレス解消や
リラックスのために
自然の持つ力を五感
で取り入れ、こころと
からだの健康を目指
す活動です。

申込方法

山梨市観光協会ホームページ
からお申し込みください



開催予定日の1週間前までにお申し
込みください。

最少催行人数は2人です。

申込フォームの「ご質問・ご要望」
の欄に参加希望ツアー開催日を明記
してください。

山梨市森林セラピー®推進協議会

問い合わせ：TEL:0553-22-1111

FAX:0553-23-2800

<https://www.yamanashishi-kankou.com/activity-therapy/>

