

森林セラピー山口グランドオープン10周年記念講演

Feel Nature!

～森へ、山へ、一歩ずつ～



講師 四角友里

アウトドアスタイル・クリエイター
着物着付け師

「山ガール」ブームの火付け役の四角友里さん。

もともと運動音痴でインドア派だった彼女が伝える、自然と触れ合う魅力とは？

なぜ女性たちに山歩きが定着したのか…？

講師自身の山の楽しみ方や自然体験談を、美しい写真とともにお話いたします。

開催日 2017

11 / 12
(Sun)

時間

10:00 - 15:30
(受付開始 9:30～)

会場

国立山口徳地
青少年自然の家
(山口市徳地船路668)

午後から
森林セラピーガイドツアー

参加費無料
託児あり

要申込み
裏面参照

主催 山口市 森林セラピー山口森の案内人の会
協賛 独立行政法人国立山口徳地青少年自然の家 近畿中国森林管理局山口森林管理事務所
(一財)山口観光コンベンション協会 日本果実工業株式会社
後援 山口新聞社 徳地特産品販売所 南大門
Web <http://www.shinrin-therapy-yamaguchi.jp/>

「東大寺再建のふるさと」と称される徳地の森は、平成18年に全国で第一期に認定された森林セラピー基地として、今年グランドオープンから10年を迎えます。

「森林セラピー」とは、森の持つ癒し効果を心と身体の健康づくりに活かす取り組みです。

徳地の森で活動する森の案内人は、訪れる方とともに「森歩きを通じて人と森と地域が元気になること」を目指し、森の魅力を発信していきます。

10:00~11:45 森林セラピー山ロゴランドオープン10周年記念講演 Feel Nature! ~森へ、山へ、一歩ずつ~



講師 四角 友里(よすみ ゆり)

プロフィール アウトドアスタイル・クリエイター | 着物着付け師

「山スカート」を世に広めた、登山ブームの立役者。全国での講演活動、執筆、アウトドアウェアのプロデュースなどを通して表現活動をおこなう。2010年にニュージーランドに移住。現在は拠点を日本に移し、四季折々の自然を味わいながら山歩きの魅力を伝えている。著書に『デイリーアウトドア』(メディアファクトリー)、『一歩ずつの山歩き入門』(権出版社)がある。

公式ウェブサイト: respect-nature.com

公式facebook: www.facebook.com/yuri.yosumi

Instagram: www.instagram.com/yuri_yosumi/

12:00~13:15 昼食休憩

13:15~15:30 森林セラピーガイドツアー

ツアー1

癒しの森の五感ウォーク



のんびりお散歩森歩き。心と身体は自然とイキイキ、元気一新。

(約1.5km)

ツアー2

紅葉の日暮ヶ岳展望登山



日暮ヶ岳は標高693m。ゆっくりと山登りを楽しめます。

(約4km、標高差300m)

ツアー3

長者ヶ原ノルディックウォーキング



2本のポールで効果的に全身運動。身体ほかほか、気分爽快!

(約3~5km)

【会場までのアクセス図】



参加にあたって

●要事前申込み・参加費無料

電話またはメールにて次の項目をお知らせください。

氏名、住所、年齢、性別、連絡先電話番号、託児の有無、昼食の有無、森林セラピーガイドツアーの希望番号

●昼食について

希望により、施設の食堂(ピュッフェ形式)を利用できます。

事前申込みが必要です。

昼食代 大人590円 小学生560円 未就学児(4~6歳)440円

●託児のサービス(午前のみ)有り

利用料は無料です。事前申込みが必要です。

お申込み・お問合せ

山口市徳地農林振興事務所 森林活用・セラピー担当

TEL0835-52-1122 FAX0835-52-1301

Email tk-nourin@city.yamaguchi.lg.jp

