

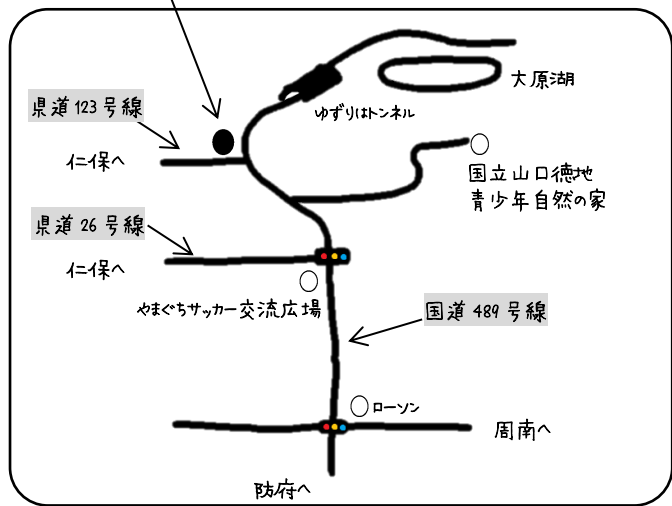
森林セラピー体験イベント ちいさな森カフェ

開催日時 3月10日(日) 9:30-15:00

会場 **森林セラピー山口** (山口市徳地野谷 1842)

TEL0835-56-5234 FAX0835-56-5235

Email ytherapy@c-able.ne.jp



2019.3.10 (SUN)

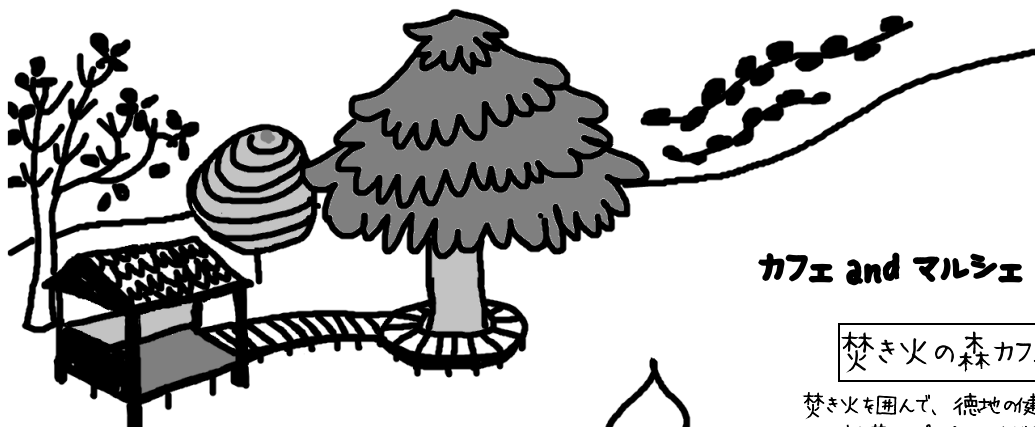
9:30-15:00

主催 一般社団法人もりとわ (山口市共催)

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という試みです。
 森の癒し効果は森から帰ったそのあとも持続します。
 ゆっくり自分自身と向き合いながら、健やかな毎日につなげることができると良いでしょう。

WEB <http://www.shinrin-therapy-yamaguchi.jp/>



カフェ and マルシェ

焚き火の森カフェ

焚き火を囲んで、徳地の健康茶
 焼き芋、ポップコーンなど

ちいさな森のマルシェ

徳地の美味しいもの
 オリジナル野草茶づくり体験

珈琲焙煎体験

体験料: 500円 (150g)
 コツをつかんで自家焙煎(トライ)

月夜汁であつたまろ

お風呂から月夜汁をふるまいます
 徳地の新鮮野菜たっぷりです

リラクゼーション体験

ほかほかお灸体験

ストレスや美容に効果的なお灸体験
 セルフケアとして毎日の生活に取り入れて

森の香りのハンドケア

手は多くの感覚が集まる第二の脳
 すりすりして心と身体リフレッシュ

森歩き

木々セラピーガイドツアー

体験料: 大人 500円、子ども無料
 森の案内人と早春森歩きに出かけましょう

- 癒しの森歩き
- 子どもの森歩き
- 健康ハルディックウォーキング

づくり and あそびば

重田木型のからくりおもちゃ

木のパーツを組み合わせて種かくおもちゃに变身
 オリジナルイベントで世界にひとつのウッドイをづくります

子どもの木育ひろば

ちいさなお子様も遊べる木のおもちゃコーナー
 木の小物づくりやシイタケの駒割打ち体験があります

木の仲間たち

森の案内人の会
 徳地特産品販売所南大門
 林業女子会@山口
 すみだ鍼灸院
 山口県アロマセラピスト会
 木のおもちゃ重田木型

