

うきはの野山を森林セラピーガイドと一緒に
1日ゆっくり歩いてみませんか？(4キロ程度)

1日森林セラピー

参加料

2,000 円

※昼食はついていません

弁当希望の場合
プラス1,000円で
対応可。

スケジュール

集合時間 午前9時30分

午前 森林散策
昼食
午後 森林散策
解散 午後3時頃



実施日 集合場所

心と体の健康への第1歩！森へ遊びに来ませんか？

姫治の谷を歩こう

5月22日(日) 田籠諏訪神社
※JR+バスで行けます。

集合場所QRコード



集合場所QRコード

おいしい空気いただきます！

日本棚田百選の選ばれた絶景をぜひ！

つづらゆっくりコース

6月26日(日) ひめはるビジターセンター駐車場
(四季の舎(もり)ながいわ)
※JR+バスで行けます。

夏でもひんやり。マイナスイオン！

妹川の滝めぐりコースを歩こう

8月28日(日) 調音の滝駐車場

集合場所QRコード



名水百選の清水寺を通ります。

集合場所QRコード

心と体を健康にする森林セラピーを体験しませんか？

山春の野山を歩こう

9月25日(日) 道の駅うきはは駐車場
トイレ横あずまや

集合場所QRコード



森林セラピー&気功

リラックスして行い、気を感じましょう。



実施日 集合場所

5月8日(日)

つづら棚田駐車場

集合場所QRコード



参加料

3,000 円

※昼食はついていません

弁当希望の場合
プラス1,000円で
対応可。

スケジュール

集合時間 午前10時

午前 気功
昼食
午後 森林散策
解散 午後3時頃



簡単&お手軽!オリジナル苔玉をつくってみませんか？

森林セラピー&苔玉づくり

実施日 集合場所

6月12日(日)

調音の滝駐車場

集合場所QRコード



参加料

3,000 円

※昼食はついていません

弁当希望の場合
プラス1,000円で
対応可。

スケジュール

集合時間 午前10時

午前 森林散策
昼食
午後 苔玉づくり
解散 午後3時頃



夏休み子ども企画

低学年以下は保護者同伴

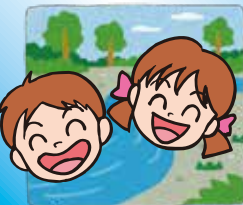
森のたんけんと川遊びをしよう

集合場所QRコード



7月31日(日)

ひめはるビジターセンター駐車場
(旧四季の舎(もり)ながいわ)
集合時間 午前10時
(解散 午後3時頃)



さんかひ

ひとり ¥1,000 弁当が必要な方は
¥500で対応可

ふくそう

長袖・長ズボン・帽子

もってくるもの

おべんとう・すいとう・タオル・きがえのふく
かわあそびようのくつ (スニーカーなど)

スケジュール

午前 森のたんけん
昼食
午後 川遊びをしよう!