雪の森林セラピー®体験講座

森林セラピー®は、心身の健康増進・疾病予防・ストレス解消効果など、近年注目を集めています　静かな冬の雪山、宍粟の豊かな森に抱かれてその効果を体験してみませんか

令和６年２月24日（土）　９：00～12：15
（９：00 道の駅みなみ波賀集合）

場所　赤西渓谷（宍粟市波賀町音水）※積雪状況で東山セラピーロードに変更

講師　宍粟市癒しの森ガイド

対象　中学生以上の方・先着10名（最少開催人数４名）

参加費　一人500円※別途スノーシューをレンタルする方はレンタル代1,000円が必要

研修内容
- ✧ お話「森林セラピー®とは」
- ✧ 雪の森をスノーシューで散策する森林セラピー®体験

（歩行距離約２km、歩行時間約２時間30分　体力初級程度）

主催：兵庫県立森林大学校　・　協力：公益財団法人しそう森林王国観光協会

雪の森林セラピー®体験講座　概要

主　　催	兵庫県立森林大学校（宍粟市一宮町能倉 772-1　TEL 0790-65-9916）		
開催日時	令和６年２月２４日（土）９：００～１２：１５　※９：００集合		
集合・開催 解散場所	集合：道の駅みなみ波賀（宍粟市波賀町安賀 8-1） 開催・解散：赤西渓谷（原集落から赤西林道 2 km先の宍粟市簡易水道取水地点） ※ 集合場所及び開催地までは参加者の自家用車で移動していただくため、冬用タイヤ装着車またはタイヤチェーンを装備してお越しいただくなど、各自で安全対策をお願いいたします。※当日連絡先０８０－１５２３－０９６０（森林大学校携帯）		
定　　員	先着１０名 最少開催人数４名	申込期限	令和６年２月９日（金）正午必着 ※定員になり次第受付を終了いたします
受講料	１人５００円　※ 開催日当日に徴収しますのでお釣りの無いようご協力願います **※スノーシューをレンタルされる方は別途レンタル代 1,000 円/台が必要です。**		
感染症対策	当日体調不良の方は受講をお控えください		
持ち物	水筒に熱い飲み物、ザック、防寒靴、手袋、防寒帽子、ゴーグルなど		
中止連絡	**<u>積雪不足</u>や悪天候で中止する際は、2/22(木)の 12 時までに連絡します**		

参加申込書

※FAX 又は電子メールにてお申し込みください

住　　所			
（ふりがな） 氏　　名			
生年月日		メールアドレス	
携帯番号 ※当日連絡可能な番号		ｽﾉｰｼｭｰﾚﾝﾀﾙ	必要・不要　どちらかに○をつけてください
備　　考			

※１　いただいた個人情報は、森林大学校に関する情報提供以外には使用いたしません

※２　講習会風景の写真等をホームページやパンフレット等に掲載することがあります
顔写真の公表などご都合が悪い方は、備考欄に「非公表」とご記入ください

※３　徴収した受講料については、原則返金いたしません

※４　雪山の寒さに対応できるウェア、装備でお越しください。
例：防水透湿性の上着、ゴーグル、防寒帽子、手袋、
登山靴もしくは防寒靴（ゴム長靴は装具が固定できないので不可）

森林大学校 HP

森林大学校 Facebook

＜申込先＞　兵庫県立森林大学校　研修課
ＦＡＸ　０７９０－７２－２７０１
E-mail　c_shinrin@pref.hyogo.lg.jp