

きたもと森林セラピー3周年記念

きたもと森林セラピー 体験ガイドツアー&シンポジウム

日程 11月30日(木)

会場 北本自然観察公園/
埼玉県自然学習センター
(埼玉県北本市荒井5-200)

埼玉県で唯一の森林セラピー基地『埼玉県北本市』。都心から電車で約50分。約33ヘクタールの自然公園を拠点として、市内には貴重な動植物の住処である豊かな自然が残されています。セラピー基地認定3周年を記念して、森林セラピーの魅力を存分に味わって頂くガイドツアーと、森林の効果や活用方法を学ぶ特別シンポジウムを開催します。

Program

1 きたもと森林セラピー
体験ガイドツアー

🕒 10:00~12:00
定員：20名
費用：無料

きたもと森林セラピーツアーを気軽に体験できるガイドツアーを開催します。

Program

2 きたもと森林セラピー
3周年記念シンポジウム

🕒 13:00~17:00
定員：50名
費用：無料

森林セラピーとは

-メンタルヘルス対策・福利厚生として-

森林セラピーは、森林のもつリラックス効果が科学的に検証された地域において、ウォーキングやフィットネスなどの「運動」、リラクゼーションやストレスマネジメント目的の「癒し」、地元の旬の食材をいかした「食・栄養」などの提供を通して、心と身体を元気にしていくものです。企業や健康保険組合による保健事業のみならず、教育研修や福利厚生・社会貢献等の各種事業において、社員やその家族の生活習慣の改善・快適な職場環境の形成支援に森林セラピーを活用することができます。
(森林セラピーソサエティWEBより引用)

『企業と地域の連携から始まる森林セラピーの効果と可能性』

第1部 基調講演

『森林セラピーの効果と社会実装の状況』



北本森林セラピー協議会副会長
国立研究開発法人
森林研究・整備機構
森林総合研究所 チーム長

高山 範理

森林環境の研究者。(国研)森林機構森林総合研究所チーム長(森林空間利用推進担当)。ダブルドクター(博士(農学)博士(心身健康科学))。東京大学・筑波大学非常勤講師。心理学的なアプローチから快適・健康・幸福をキーワードに“もり”と“ひと”を繋ぐため研究・調査活動を行う。著書に、エビデンスからみた森林浴のストレス低減効果と今後の展開(新興医学出版社、2012)、森林アメニティ学(朝倉書店、2017)など。

第2部 事例発表&パネルディスカッション



『TOPPANグループ 健保の取組みについて』

TOPPANグループ健康保険組合
ヘルスケアチームリーダー

梅木 稔



『長野県信濃町“癒しの森®” の取組みについて』

信濃町森林メディカルトレーナー
しなの町Woods-Life
Community事務局

河西 恒

※本プログラムは主に企業や団体の方を対象としています。

申込み
フォーム



締め切り 11月15日(水)

ウェブ
サイト



イベント詳細はこちら

主催：北本市観光協会

電話：048-591-1473

mail: info@machikan.com

埼玉県NPO基金
埼玉県特定非営利活動促進基金

この事業は、埼玉県NPO基金の
助成により実施しています