

広報 **きたもと**

3月
2020 No.985

特集面

きっと、もっと、きたも트가好きになる 旬な話題をお届け!

【特集1】

『森林セラピー基地』が いよいよグランドオープン!

【特集2】

デーノタメ遺跡の保存に向けて

日本考古学協会から要望書が提出されました。

【特集3】

きたもと創生プレゼンテーションコンクール

住み続けたい「きたもと」の未来を語る

ただいま、初夏のデビューに向けて準備中！

わたしたち『森林セラピーガイド』がご案内します！

現在、森林セラピーロードを訪れる人たちを案内する「森林セラピーガイド」の資格を取得した市民が、ガイドツアーに向けて準備中です。今後は、個性豊かなガイド付きの散策も楽しめるようになります。



北本の森林に癒されに行こう。

「森林セラピー基地」ってなに？

森林セラピー基地とは、特定非営利活動法人森林セラピーソサエティにより、森林の持つリラックス効果やリフレッシュ効果が、科学的に裏付けられるか審査し認定されるものです。

写真提供: 埼玉県自然学習センター

【特集1】

『森林セラピー基地』がいよいよグランドオープン！

3/21^土

北本市の森林(里山・雑木林)が持つ癒し効果が科学的に認められ、市内全域が「森林セラピー基地」として認定されてから約1年。いよいよ「森林セラピー基地」が3月21日にオープンします。

都心からわずか1時間程度で気軽に訪れて雑木林や里山を楽しめる「都市型の森林セラピー基地」。その中心となるのが北本自然観察公園です。大宮台地に荒川の開折谷が入りこんだ谷地形を有する地で、雑木林や池、草はらなど、多様な環境に様々な動植物がくらすように管理されています。この自然豊かな公園内に「セラピーロード」を2コース(④ページ参照)設定し、来訪者の皆さんを癒しの森の中へ誘います。

北本の自然の中で森林浴をしながら、日ごろのストレスを解消しませんか。



森林セラピー基地グランドオープンイベントを開催します！ 無料



■はるかぜウォーク 3月20日(金・祝)～22日(日)

15分のガイダンスを受け、ウォーキングマップを片手に自然観察公園内のおすすめルートを歩きましょう。

●事前申込制の回

9:30～、11:30～、13:30～、14:30～、15:30～

●当日申込制の回

10:00～、11:00～、13:00～、15:00～

対象 どなたでも可(小学生以下は保護者同伴)

定員 各回30人(先着順)

申込み・問合せ

3月3日(火)9:00から自然学習センター(☎593-2891)へ。

■記念式典等 3月21日(土)10:00～15:00

①記念式典【文化センター】

基調講演、トークセッション

②セラピー弁当試食会

【サンアムニティ北本キャンプフィールド(野外活動センター)】

③森林セラピーガイドによるモニターツアー

【北本自然観察公園】

定員 10人(事前予約・先着順)

申込み・問合せ

3月3日(火)9:00から地域経済推進課商工労政・観光担当(☎594-5530)へ。

おづ 小津 克己さん

動植物の知識を習得し、自然の営みをレクチャーできるガイドになりたいです。水の優しさ、木の感触、木に耳を当てれば聞こえる音などに着目し、五感を働かせて感じられるスポットを見つけてガイドをしたいです。また、街中の雑木林を絡めたガイドも展開できたらいいなと思います。



細田 辰雄さん

北本から見える富士山や夕日を楽しむツアーなど、地域特性をいかしたコースづくりをして北本全体をPRできるようなガイドをしたいです。北本の恵まれた自然や四季折々の風景を伝え、北本で感じられる野鳥の鳴き声、草木、花、虫などを案内できたらと思います。



たけふみ 新井 健史さん

北本に引っ越してきたのは、自然観察公園を散歩して生き物に興味を持ったことがきっかけです。自然観察公園には想像以上に多くの種類の鳥がいますので、野鳥などにも興味を持ってもらい、自然観察公園を好きになってもらえるようなガイドを目指したいと思います。



ひろみ 関口 洋美さん

北本の自然を改めて見直したとき、とても素晴らしいと思い、ぜひ子どもから高齢者まで来てほしいと思いました。自然観察公園には珍しい動植物がたくさんいます。リラックスにつながるので、自分自身も楽しみながら皆さんの癒しのお手伝いをしたいと思います。



やすの さとみ 安野 里美さん

自然観察公園を歩いていると、街中の空間とは異なり、森の中の空気が変わる瞬間が突然やってきます。この瞬間を感じてもらい、自然が持っているリラックス効果を全身で感じてもらえるようなガイドをしたいです。また、ナチュラルフードコーディネーターの資格をいかしたガイドツアーもしてみたいです。



松野 加代子さん

子どもが小さいころに自然観察公園に来たことがあり、そのときは野鳥などがたくさんいたり、どんぐりがたくさん落ちていて拾ったりして、子どもがとても楽しんでいました。このような経験から、ファミリー向けのガイドをして親子で楽しめるツアーをしたいです。





見ごろ：4月上旬

4 子供公園

石戸宿3-225 あり[約85台]

北本駅から北里大学メディカルセンター行きバスで、「北里大学メディカルセンター」下車、徒歩約10分または「石戸蒲ザクラ入口」下車、徒歩約5分

桜の豊かな自然のなかに遊具施設や野外スペースがあります。



見ごろ：3月下旬

3 城ヶ谷堤

石戸宿7丁目 あり[約90台]

桜土手や桜堤の愛称で親しまれている城ヶ谷堤。約50本のソメイヨシノが植えられています。

森林セラピーの拠点施設

見ごろ：4月上旬

2 サンアメニティ北本キャンプフィールド (野外活動センター)

多くの桜で囲まれる芝生広場のほか、キャンプ場やバンガローもあり、バーベキューも楽しめます。

高尾9-143 あり[約56台]

北本駅から衛生研究所行きバスで、「野外活動センター入口」下車、徒歩約8分

1 阿弥陀堂のエドヒガンザクラ

高尾さくら公園のすぐ北側にある阿弥陀堂の境内にあります。樹齢は約200年で、市の天然記念物に指定されています。

高尾6-366

北本駅から衛生研究所行きバスで、「野外活動センター入口」下車、徒歩約10分または北本駅から徒歩約30分

数多くの桜と地元グルメや様々なイベントを楽しんでください

第25回北本さくらまつり

4月4日(土)・5日(日) 10:00~15:00 高尾さくら公園

内容 ・ステージイベント
・地元グルメや地場産品の販売

交通 北本駅から衛生研究所行きバスで、「野外活動センター入口」下車、徒歩約10分または北本駅から徒歩約30分。期間中は北本駅と会場を結ぶシャトルバスも運行されます。

問合せ 総合公園(☎592-4050)

※4月1日(水)~7日(火)、高尾さくら公園の駐車場は一般車両の利用ができませんので、北本水辺プラザ公園の駐車場をご利用ください。



11ページに
関連情報があります。



北本自然観察公園 森林セラピーロードマップ

桜の季節のセラピーロードは、なんだかひとつ得した気分になります。

エドヒガンザクラは、昨年10月22日に突然根元から折れ、倒れてしまいました。

コース1 (約1,440m)

北口からスタートし、城ヶ谷堤、一夜堤を通り、南口へ到着です。全長約1,440mで、城ヶ谷堤と南口周辺は春は桜が咲き誇ります。足元に咲くスマレをはじめとして、四季折々の様々な草花が楽しめるコースです。

コース2 (約1,520m)

公民館口からスタートし、正門前を抜け、ハツ橋の池、高尾の池の二つの池を回るように歩き、自然学習センターへ到着です。森・池・湿地といった公園の豊かな自然が楽しめるコースです。



見ごろ：4月上旬

6 放光寺のシダレザクラ

石戸宿6-262 なし

北本駅から北里大学メディカルセンター行きバスで、「自然観察公園前」下車、徒歩約20分または「石戸蒲ザクラ入口」下車、徒歩約10分

日本五大桜の一つに指定されている滝桜から枝分けされた二本桜。広く張り出した枝にまっへんなピンクの花が咲いています。

5 石戸蒲ザクラ

見ごろ：4月上旬

樹齢約800年といわれる名木です。大正11年に国の天然記念物に指定され、日本五大桜として全国にその名が知られています。

石戸宿3-119 あり[約120台]

北本駅から北里大学メディカルセンター行きバスで、「北里大学メディカルセンター」下車、徒歩約8分または「石戸蒲ザクラ入口」下車、徒歩約3分



昨年9月8日に台風の影響で、北側の大枝が折れてしまいました。



北本 桜の名所

桜の季節にするウォーキングは、なんだかいつもより心がウキウキする気がします。夏の新緑も、秋の紅葉も、冬の凜とした空気も、どれも魅力的なのですが…。それはきっと、春の暖かさや桜のやさしい色合いが、そうさせるのかもしれません。『森林セラピー基地』に認定された北本市にも、桜の名所はたくさんあります。ぜひ、この季節に、桜を愛でる「お得感」を味わいながら、ウォーキングしてみるのはいかがでしょうか。

北本の桜 咲きました。

桜の咲くなか、楽しくウォーキングしませんか

第1回北本さくらウォーク

4月4日(土) 8:00~8:30受付 8:30開会式 9:00出発

内容 市域西側をめぐるファミリーコース(3km)、ミドルコース(6km)、チャレンジコース(9km)の3コースあり、子どもからシニアまで体力に合わせて参加できます。また、全行程自由歩行で、記念バッジや花苗等のプレゼントもあります！

費用 1人100円(当日集金)

申込み・問合せ

3月19日(木)までにスポーツ健康課(☎594-5568)または各地区公民館等へ。

