

# まほろば秦野通信

平成30年9月19日

タイトル	<b>参加者募集</b> 豊かな森林に癒されながら、心身をリフレッシュ 「森林セラピーガイドと歩く てくてくウォーク in 蓑毛&森林ヨガ」
When (いつ)	9月30日(日曜日) 午前9時～午後2時
Where (どこで)	緑水庵(蓑毛269)～大日堂(蓑毛721)～春嶽湧水手前キャンプ場跡地～春嶽湧水～髭増の滝
Who (だれが)	<p>地元ボランティア団体「蓑毛地区活性化対策委員会」と共催する本イベントは、森林セラピーガイドの案内で緑水庵を出発し、蓑毛地区の草花を見たり、鳥のさえずりなどを聞き、豊かな自然を感じながら、大日堂などの史跡を巡って、髭増の滝を目指して散策します。</p> <p>春嶽湧水手前キャンプ場跡地では、ハンモック体験や“森林ヨガ体験”で心身を癒します。ヨガ体験は講師と一緒にいきますので、初心者の方も安心して参加できます。イベント前後で健康測定(血圧・唾液アミラーゼの測定)を行うので、自分の健康に対する意識啓発にもつながります。</p>
What (なにを)	
How (どのように)	
Why (なぜ)	林道、農道、畦道などで結び付けられた里山を核として、人々の交流、市民活動、地域の物産等の様々な要素を結び付け、里地里山を地域資源として活用しつつ保全を図っていくことを目的として実施するものです。
How much (予算)	2,500円/人(昼食代・ガイド費・ヨガ体験・保険代等)
過去の実績	4月7日(土)に「森林セラピーガイドと歩く てくてくウォーク in 蓑毛」、8月11日(土)に「森林セラピーガイドと歩く てくてくウォーク in 蓑毛&森林ヨガ」を実施しました。
今後の取り組み	12月9日(日)に一部プログラムを変更して実施予定。
ホームページURL	<a href="http://www.city.hadano.kanagawa.jp/www/contents/1531443576318/index.html">http://www.city.hadano.kanagawa.jp/www/contents/1531443576318/index.html</a>
問い合わせ	森林づくり課 担当：日下 電話番号 0463(82)9631

