県東版

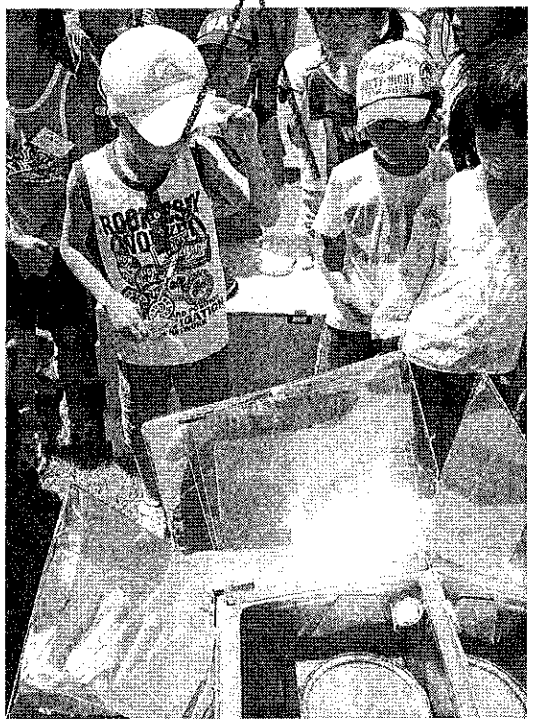
千葉日報WEB
http://www.chibanippo.co.jp
メールアドレス
c-nippo@chibanippo.co.jp

佐倉東　銚子・海匝　香金取　成田
TEL FAX TEL FAX TEL FAX TEL FAX TEL FAX
0444-37-5986　0477-80-4661

レー作り

ャンプでエコ調理

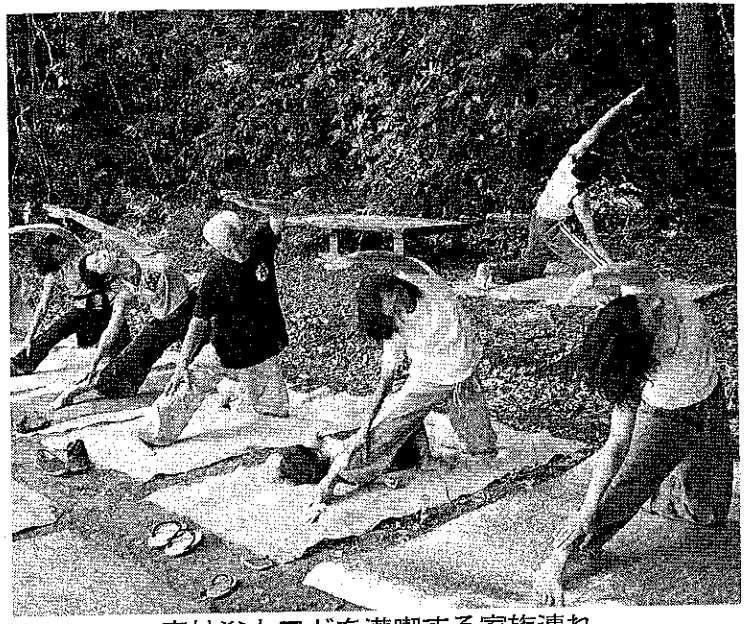
成田市内の小学生と保護者約100人が18日、同市大竹の坂田ケ池総合公園で合同キャンプを行い、太陽光だけを使ったユニークな調理器具で昼食のカレー作りにチャレンジした。時間はかかったものの、見事にあつあつ。腹ペコで待った子どもたちは自然エネルギーの威力に驚きながら、エコな野外食の味を楽しんだ。



里山でヨガ体験

森の中、すがすがしく

山武



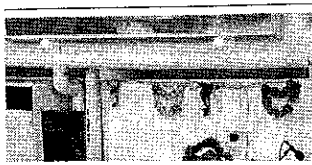
森林浴とヨガを満喫する家族連れ

里山の再生活動に取り組む市民団体さんむ・アクションミュージアム（木下敬三代表）は19日、山武市早船の里山で、森林ヨガ教室を初めて開き、7組の家族連れが森林浴とヨガを満喫した。

同団体は3年前から山武市早船の里山など1万1千平方㍍の土地を果樹園とプレーパークにするため、手作業で開墾を行っている。

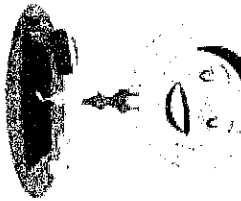
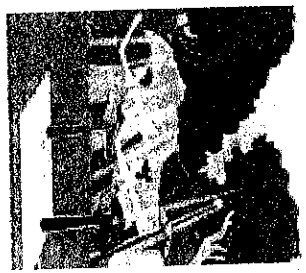
この日のヨガは里山内の藪（やぶ）を切り開いた広葉樹の特設ステージで実施。木漏れ日の差す森林の中で、ヨガの呼吸法などの指導を受けた。参加者らは「場所が素晴らしい」「森林の中であおむけになると、浮遊しているような気がして気持ちがいい」と絶賛した。

木下代表は「里山をきれいにするだけでなく、皆さんに使ってもらいたい。ヨガもスタジオでやるより自然の中でやる方がすがすがしいのでは」と話した。24日には気功体験も行うという。



本県や茨城県を中心に

広葉樹の森で
森林ヨガ
プラス　無農薬玄米のおにぎり
プラス　無農薬野菜

日時　平成22年7月19日（月曜・海の日の休日です）　10:00～15:00
9時30分受付
10時～12時　ヨガ
12時～13時　昼休憩
13時～15時　里山ボランティア・散策
小雨でも中止して、7月24日に順延します
場所　山武市早船地域の里山・果樹園プレーパーク『しろ』の広葉樹林のヨガステージ
参加費　3,500円
（内訳：ヨガインストラクター指導料・傷害保険・現場経費・事務経費・昼食費・お茶）
ヨガマット・クエアー持参・現場までの交通費・飲食の食器等は各自お持ち下さい
参加人数　限定20人まで（最小催行人数10人で9人以下の時は中止します）
申込期限　実施日の1週間前（7月11日）まで（問い合わせください）
ヨガインストラクター　プロジェクトM　佐野インストラクター　様
地図



駐車スペースより徒歩
4WD以外是行不能です。また、
国道からPまでは狭い山道です。駐車で
車を置くことがあります。
先にされる方は徒歩又は自転車
駐車してください。
里山
駐車場
国道126
JR
成田線
至成田
至佐倉
ご注意：会場は林間につき、ヘビ・ハチ等の危険性があります。
事故の無いように、お分ご注意の上、ご参加ください。
問合せ・申込み
主催　果樹園プレーパーク『しろ』
さんむ・アクションミュージアム　木下敬三
tel　090-2723-1511　fax　0475-80-2661