

森林セルフケア体験会

In 明治神宮

森林セルフケアとは、森に行って自然に無理なく自分自身をケアする健康法で、どんな体験が良いかは自分で選ぶことが大切です。今回は明治神宮の森を歩き、どんな森、どんな体験が自分に合っているのか、一人ひとりの健康について振り返る時間を持ってみましょう。

開催日時: 2018年5月26日(土) 10:00~12:00

集合: 明治神宮南門前 9:50

JR原宿駅徒歩1分、千代田線明治神宮前駅徒歩1分

参加費: 会員 1,000円 / 非会員 2,000円

申し込み方法: 下記のお申し込み内容をメールにてご連絡ください。

メールアドレスをお持ちでない方は、FAXをお送りください。

E-mail: foresttagawa@yahoo.co.jp

Fax: 03-5572-8219

主催: NPO 法人日本森林療法協会 <http://j.forest-therapy.org/>

【申し込み内容】

①氏名(フリガナ)

②会員・非会員

以下は、NPO法人日本森林療法協会会員は省略可

③性別: 男・女

④年齢

⑤住所

⑥電話番号

⑦E-mail

⑧専門: 医療・福祉・健康・森林関係の資格をお持ちの場合は、お書きください。

【about us】

NPO法人日本森林療法協会

~4つの活動方針~

- ①森に行って健康になろうとする人を支援する。
- ②森に行って健康になろうとする人を支援する人材を育てる。
- ③健康な森作りと森の紹介
- ④健康のために森林を活用する全ての人を繋いでいく。

