令和3（2021）年度森林セラピー実施予定

20210401

回数	年	月	日	曜日	時間	募集人数	参加費	テーマ
第　1回		4	16	金	10:00 ～15:00	10	3,000	新緑の緑色を探す癒しの一日
第　2回		5	8	土	10:00 ～15:00	10	3,000	美しすぎる新緑を楽しみリフレッシュしよう
第　3回		5	19	水	10:00 ～15:00	10	3,000	初夏・ぼんやり富士を眺めてリフレッシュ
第　4回		5	29	土	10:00 ～16：00	10組 20名	大2000 小1000	親子で森林セラピー　AM森林セラピー PM動物等の型抜き
第　5回		6	13	日	10:00 ～15:00	10	3,000	参加者同士の話し合いを取り入れた森林セラピー
第　6回		6	24	木	10:00 ～15:00	10	3,000	フィトンチッドを取り込み免疫を上げよう
第　7回		7	3	土	10:00 ～15:00	10	3,000	和とお茶で感じる森林セラピー
第　8回		7	21	水	10:00 ～15:00	10	3,000	夏の森の中で過ごす森林セラピー
第　9回		8	8	日祝	10:00 ～15:00	10	3,000	山の日記念の森林セラピー
第10回		8	27	金	10:00 ～15:00	10	3,000	真夏こそ森林セラピー！
第11回		9	18	土	10:00 ～15:00	10	3,000	小さな秋を感じよう　森林セラピー
第12回		10	2	土	10:00 ～15:00	10	3,000	風と空と深呼吸の森林セラピー
第13回		10	20	水	10:00 ～15:00	10	3,000	森林セラピーで免疫力を高めよう！
第14回		11	3	水祝	10:00 ～15:00	10	3,000	見上げてごらん、森の樹木の冬支度
第15回		11	21	日	10:00 ～15:00	10	3,000	晩秋・ぼんやり富士を眺めてリフレッシュ
第16回		12	4	土	10:00 ～15:00	10	3,000	軽いランニングを取り入れた森林セラピー
第17回		12	19	日	10:00 ～15:00	10	3,000	落ち葉を踏んで自然とつながる森林セラピー
第18回	4	1	19	水	10:00 ～15:00	10	3,000	冬の日向ぼっこ森林セラピー
第19回		2	11	金祝	10:00 ～15:00	10	3,000	冬小立の甲府名山で森林セラピー
第20回		3	21	月祝	10:00 ～15:00	10	3,000	春を迎えて気分さわやか森林セラピー

全20回のうち平日開催は7回
参加者は原則「高校生以上誰でも」としています。
5月29日は小学生以上の親子セラピーです
アミラーゼチェック（前後2回）はオプションです。料金500円

お申し込み・お問い合わせは　武田の杜サービスセンター　へ
TEL&FAX　055-251-8551
メール　：　takedanomori@y-zouen.jp
〒400-0075　山梨県甲府市山宮町片山3371

指定管理者　山梨県造園建設業協同組合