

森と癒し 森林セラピー®

私たちが
ご案内します！

森林セラピーガイド



五感に働きかける
良好な自然環境 健康の森で
森林セラピーガイドの皆さんと
気分転換・リフレッシュを
してみませんか

聴覚

触覚

視覚

嗅覚

味覚



森林セラピー体験

モデルプラン

温泉浴
セラピー弁当
健康チェック
森林セラピー体験
健康チェック
ガイドダンス

森林セラピー体験の料金・プランについては下記にお問い合わせください！

武田の杜

お問
い合
わせ



武田の杜ウェブサイトはこちら

武田の杜サービスセンター
〒400-0075 甲府市山宮町片山 3371
TEL / FAX : 055-251-8551
E-mail : takedanomori@y-zouen.jp
http://y-zouen.jp/takeda/

武田の杜

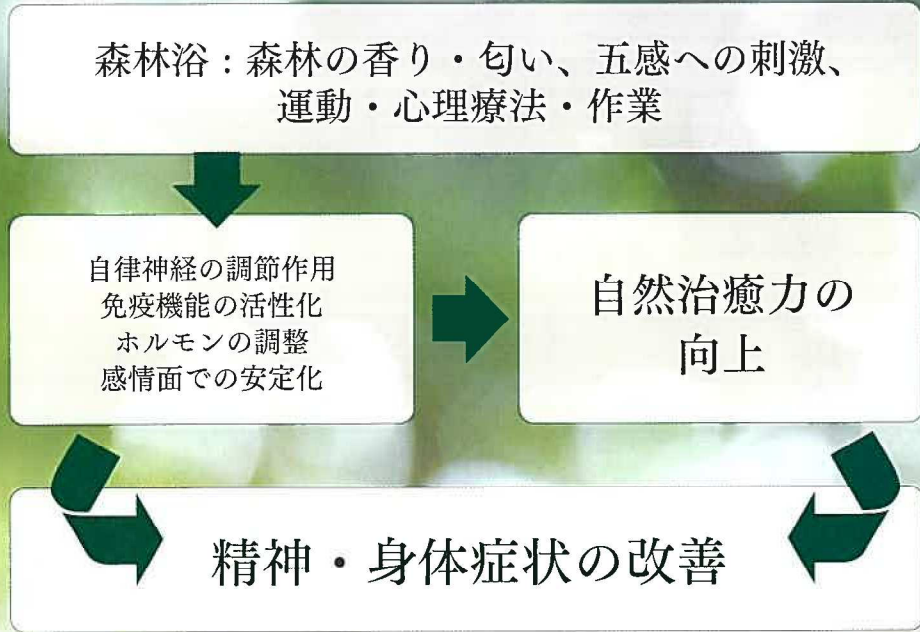
検索

指定管理者 山梨県造園建設業協同組合



森林セラピー®効果

五感をバランスよく働かせるには、
森林環境が持つ快適性効果を引き出す為のアドバイスがとても重要です。
その役割を担っているのが森林セラピーガイドの皆さんです。
健康の森では個性豊かなガイドさんが多数登録されています。
まず体験して森の魅力と効果を実感しましょう。



NPO法人セラピーソサエティ資料より

森林セラピー®とは

森林セラピーは医学に裏付けされた森林浴効果をいい、森林を利用して心身の健康維持・増進、疾病の予防を行うことを目的としています。
具体的には、森の中に身を置き、森を愉しみながら、森の中で歩行や運動、レクリエーションなどを実施することでその効果を達成するセラピーです。

※NPO法人森林セラピーソサエティ資料を参考



体験されたお客様の声！

- S様 木々の色・香り・森林安息をゆっくり体験できた。ガイドの説明もよかった。
- A様 景観がよく、コースも歩きやすく楽しい。木々の種類も多く、勉強にもなった。
- N様 とても良かった。森林の中に寝転んで、今までに体験したことのない安心感を感じた。
- Y様 初参加だったがまた参加したいと思った。天候季節で変化を楽しみたい。
- I様 普段歩くことがないので土の暖かさのようなものを感じられて嬉しかった。



森林セラピー弁当

※要予約・内容は変更する事があります。

武田の杜へのアクセス方法はこちら！

武田の杜

- 甲府駅南口バスターミナルから山宮循環。「千代田湖入口」下車徒歩 40 分。
- 甲府北口上帯那行き「千代田湖」下車徒歩 30 分。
- 甲府駅南口バスターミナルからグリーンライン
經由昇仙峡滝上線「山宮上町」下車 45 分。
- お車の場合、甲府駅から 30 分。※駐車場完備

