

# 癒しの森へ行こう！

## ～癒される森林へのお誘い～

障害のある方、無い方、どなたでも参加できます。1年間で6回実施します。

### 第 1 回

平成24年 4月15日(日)

テーマ「森の中で、木の声を聞き会話してみよう」

集合時間 午前 10 時 00 分

集合場所 千葉市 泉自然公園 駐車場の奥 (障害者手帳持参の車は無料)

実施場所 泉自然公園

募集参加者 20名ほど (見学も可) 交通手段は各自で手配をしてください

費用 保険などのために参加者1名当たり300円をいただきます (乳児は除きます)。

時間 歩行時間午後10時15分～午後3時半頃まで 昼食は公園内

注意事項 森の中を歩くため、動きやすい服装でお願いします。

今後の資料として使用のため、実施風景の撮影や会話の録音についてご了承ください。

薬、健康保険証コピー等各自必要なものは持参してください。

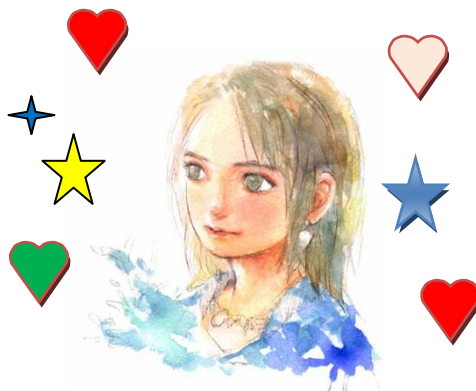
中止条件 暴風や大雨の時には中止します (小雨決行)。中止情報は090-3315-3571へ。

指導者 臨床心理士 赤城建夫 (ちば発達評価・心理指導ルーム所属)、ボランティア数名

申込み先 増田 淳 FAX043-227-8305 メール [atsushi777@dream.com](mailto:atsushi777@dream.com)

### 年間の予定

- |     |               |       |         |
|-----|---------------|-------|---------|
| 第1回 | 4月15日(日)      | 千葉市   | 泉自然公園   |
| 第2回 | 5月20日(日)      | 船橋市   | 船橋県民の森  |
| 第3回 | 7月15日(日)      | 千葉市   | 加曾利貝塚公園 |
| 第4回 | 9月16日(日)      | 印旛郡栄町 | 印旛沼公園   |
| 第5回 | 11月25日(日)     | 市川市   | 植物園     |
| 第6回 | 平成25年2月17日(日) | 印旛郡栄町 | 房総風土記の丘 |



## プログラムは…

森が心の中にある安らぎを与えてくれます。感覚を磨き、森を歩きましょう。気づきを通して、森林にある癒しの要素を発見しながら、お互い話し合ってみましょう。

今回のコースは、今まで利用してきた千葉市泉自然公園です。森の中ですくっと立っている木は私たちに何かを語りかけて来ています。その言葉を聞いてみましょう。木や森の雰囲気と一体になることで私たちは木々と語り合うことが出来ます。木の種類によって、語りかけてくる内容が違うのでしょうか。歩きながらちょっとした語りかけに耳を傾け、木と自然と一体になって見ましょう。春という時が、どのような言葉を投げかけてくるのか、公園の雰囲気が何を教えてくれるのか楽しみです。

この活動は、森の癒し実行委員会が実施する「森の中での自己の成長を見つめる活動」です。この活動は里山シンポジウム実行委員会・千葉県・ちば里山センター等が主催している活動として千葉県里山シンポジウムや学術学会(カウンセリングなどの)に報告をする予定です。