

# 癒しの森へ行こう！

## ～癒される森林へのお誘い～

障がいのある方、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 3 回

平成24年 7月 15日(日)

#### テーマ「森の中で、木々の声を聞き会話をしてみよう」

集合時間 午前 10 時 00 分

集合場所 千葉市 加曾利貝塚公園 正門駐車場

実施場所 加曾利貝塚公園

募集参加者 20名ほど(見学可) 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名あたり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、動きやすい服装をお願いします。

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090-7257-1881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   | 実施済み |
| 第2回 | 5月20日(日)      | 船橋市   | 船橋県民の森  | 実施済み |
| 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(土)     | 市川市   | 植物園     |      |
| 第6回 | 平成23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、下草がキチット刈られており見通しが良く、風の通りもよく、大変気持ちの良い公園です。日差しが強くなりますと、日陰と日向の違いがはっきりとしてきて、樹木によって作り出された日陰が涼しさを数多く呼んでいました。南からの風も都市の風では無く、田んぼと川原そして林の中を通り抜ける風で気持ちの良い湿気となっております。

加曾利貝塚は国指定の遺跡です。見学者のように貝塚見学舎や縄文竪穴住居跡に復元家屋などがあり往時の住宅などの再現を試み、当時の生活を予想させるものです。博物館ではさらに詳しい情報が得られるでしょう。

歴史を思い浮かべながら夏の暑さと風の涼しさがテーマになる森林療法です。

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会(カウンセリングなどの)に報告をする予定です。