

平成 29 年 8 月 12 日

せら夢公園サポーターズクラブ会員・里山セミナー受講者各位

せら夢公園サポーターズクラブ
会長 中島 秀也

せら夢公園の里山セミナー・サポーターズクラブ総会開催のご案内

残暑お見舞い申し上げます。

さて、せら夢公園の里山セミナー研修と同サポーターズクラブ総会を下記により開催いたします。ついで、ふるってご参加くださいますようご案内申し上げます。

記

- 日時 平成 29 年 8 月 27 日(日)7:45 集合 現地集合の場合は 10:00 集合
※集合場所:せら夢公園大型バス駐車場(自家用車は一般駐車場へ駐車して下さい)
- 場所 安芸太田町深入山グリーンシャワー
- 内容 1)総会(バスの車中で行います)
2)せら夢公園の里山セミナー(森林セラピー体験「深入山セラピーロード」)
※森林セラピー体験の詳細は別紙資料を参照して下さい。
- 日程
1)往路 せら夢公園(7:45 出発)～尾道自動車道吉舎IC～中国自動車道三次東JCT～中国自動車道戸河内IC～深入山グリーンシャワー(広島県山県郡安芸太田町松原 1-1)(9:45 到着)※車中にて総会を開催
2)里山セミナー:森林セラピー体験「深入山セラピーロード」(10:00～14:00)
3)復路 深入山グリーンシャワー(14:30 出発)～中国自動車道戸河内IC～中国自動車道三次東JCT～尾道自動車道吉舎IC～せら夢公園(16:30 到着解散)
- 参加費 参加負担金 2,000 円(バス代、セラピー体験料の一部として)※現地集合の場合は 1,000 円
おにぎり弁当を注文する方は弁当代 864 円が必要です。
- 申込期限 8 月 18 日(金)FAX、Eメール、TELでお申し込みください。
※欠席される方は委任状をいずれかの方法でお送りください。
- 申込・問合せ先 せら夢公園管理センター
〒722-1732 広島県世羅郡世羅町黒淵 518 番地 1
TEL:0847-25-4400, fax:0847-25-4306, Email:yume@mail.mcat.ne.jp

参加申込書(総会委任状)

8 月 27 日(日)の里山セミナー・総会に

・参加します

・参加しません

(いずれかを○で囲んでください)

■参加する場合 (氏名、年齢、おにぎり弁当の要・不要をご記入ください)

| 氏名 | 年齢 | 弁当 | 氏名 | 年齢 | 弁当 |
|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | |
| | | | | | |

■参加しない場合 (委任状)

私は、本会の総会(2016年9月3日開催)を欠席いたします。ついで、総会の議決に関する一切の権限を会長に委任いたします。

平成 29 年 ____ 月 ____ 日 氏名(自著) _____

安芸太田町 森林セラピー®基地

深入山セラピーロード®

Mt. Shinnyu "Therapy Road" 森林浴と草原散歩を楽しむ



森林セラピー基地 セラピーロード®
"Forest Therapy Quarter" & "Therapy Road"
森林セラピーステアリングコミッティ認定
Forest Therapy Steering Committee Certificate

深入山グリーンシャワー
管理棟

■コースの難易度等

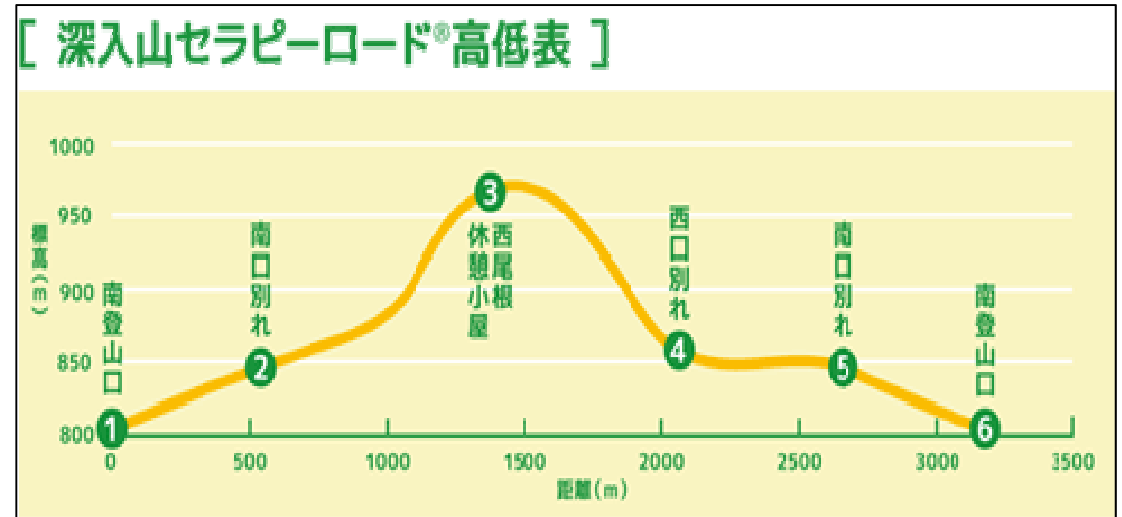
難易度の目安



| | |
|-------|------------------------|
| 歩道整備 | 山道の遊歩道 |
| 滑りやすさ | 落ち葉や浮石、雨天時にはぬかるみがあります。 |
| 勾配 | やや勾配があります。 |
| 道幅 | 1.5メートル程度 |
| トイレ | グリーンシャワー管理棟：水洗トイレ |

遊歩道は整備されていますが、すべて未舗装です。途中に少し傾斜のある場所や浮石地帯の注意が必要な箇所もありますが、登山というほどではなく、比較的穏やかです。狭いロードではありませんが、山道ですので基本的に1列での散策となります。

・全長：3.2 km、標高：800m～965m、高低差：165m、エネルギー消費量：約 630kcal（※体重 50kg の人が森林セラピーを受けた場合。※体重 1kg（内臓脂肪）の減量には 7000kcal の消費が必要。1 か月 1kg の減量は 1 日当たり約 230kcal の消費に相当。）



■深入山セラピーロードの特徴

草原の山、深入山は、その見た目もやさしく美しく、眺めるだけでも心癒されるスポットです。高低差が少なく「森林散歩」に最適で、小さな溪流にかかる木橋や東屋など、「森林安息」に適したポイントがあり、隣接地には、温浴・宿泊施設、土産販売施設、キャンプ場もあります。セラピーロードから足を伸ばし山頂を目指せば、360°見張らせる素晴らしい眺望が待っています。登山道は整備済（展望台・東屋）で、登山初心者向きです。

■癒しのポイント

眺望が素晴らしいポイントが複数あります。多くの野鳥に出会えます。（季節によっては、カッコウ・ホトトギスなども）、草原性の山野草が多く、開放的な景色が広がります。コナラ、ブナなどの新緑と紅葉は最高です。冬は雪化粧した深入山がおすすめです。

■実施できるプログラムの例

バードウォッチングや山野草観察、森林内ヨガ、森林内ストレッチ（体操）、草原の斜面を活用した「昼寝」や「瞑想」、いこいの村での温浴体験 星空観賞・観察会（宿泊プログラム時）、山焼の体験（4月第1日曜日のみ）、グラウンドゴルフ、キャンプ、野外コンサート、週末プチ癒しの旅 社員研修