

# セラピーガイドと歩く

## 「てくてくウォーク in 蓑毛」



### 蓑毛の自然を満喫しながら森林浴をしませんか？

川音を聞きながら、緑水庵から髭僧の滝まで往復約5.3Kmを森林セラピーガイドと一緒に歩きます。

五感（耳や目、鼻、手足、味覚など）を使った森林浴の楽しみ方やハンモックなどでゆっくり森林浴を体験します。

出発前と後で健康測定をします。（血圧、体脂肪、ストレスチェック等）  
緑水庵に戻ったら秦野名水を使った流しソーメンで満腹感を！！



日時 8月12日（土） 午前8時30分集合

集合場所 蓑毛緑水庵（自然観察の森） 秦野市蓑毛269番地

参加費用 1人 1,000円（保険代、食事代等）当日集金します。

募集人数 約25人（先着順）

申し込み 秦野市役所森林づくり課 ☎0463-82-9631

アクセス 小田急線秦野駅から、蓑毛またはヤビツ峠（混雑します）行き  
青年橋下車、約100m戻る（水車小屋が入り口） 駐車場有

その他 雨天中止（小雨の場合は途中までの場合もあります）

健康測定は8時から測定できます。

主催 蓑毛地区活性化対策委員会 後援 秦野市 秦野市観光協会

