

医師と歩く 森林セラピー ロード

7/20
日曜日

長野県木曾郡上松町 赤沢自然休養林

主催 上松町観光協会・長野県立木曾病院

- 開催日 令和7年7月20日(日)
参加費 4,000円(税込)/人 昼食代含む
※自家用車の場合、駐車場料金が別途かかります。
日程 9時45分 セラピー体験館にて受付開始
検査・ウォーキング・森林浴
12時頃 昼食弁当配布後、現地解散
募集人数 先着15名(最小催行人数5名)
申込締切 令和7年7月14日(月)
お問合せ・お申込み先

〒399-5601 長野県木曾郡上松町大字上松159-3
一般社団法人上松町観光協会
電話番号 0264-52-1133
メール hinoki@avis.ne.jp



お車でお越しの場合は、
カーナビに
0264-52-4830
とお入れください。

※散策時は基本、デジタル機器をお預かりして、デジタルデトックスを実施します。



古くから優れた木材の産地として知られる木曾の山々は、江戸時代には厳しく伐採を禁じられ、現在では樹齢数百年間のひのきをはじめとする、豊かな森が広がる国有林として管理されています。

赤沢自然休養林は昭和57年、全国に先駆けて森林浴大会が開催された森です。森林のもつ健康増進効果を、7つの散策コースをのんびり楽しみながら体験することができます。

同行医師 長野県立木曾病院 名誉院長 久米田茂喜