

# 医師と歩く 森林セラピー ロード

9/21  
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9月21日(日)  
参加費 5,000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 9:45 セラピー体験館にて受付開始  
検査・ウォーキング・森林浴  
11:45 昼食(弁当)  
12:45 シンガーソングライター山田証氏による  
森に寝転ぶコンサート  
14:15 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9月16日(火)

お問合せ・お申込み先  
〒399-5601  
長野県木曾郡上松町上松159-3

※散策時はデジタル機器をお預かりし、  
デジタルデトックスを実施します。

同行医師 長野県立木曾病院  
名誉院長 久米田茂喜



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。

演奏:シンガーソングライター山田証  
9/20(土)にもコンサートと、  
どんぐりコーヒーを作るワークショップが開催されます。  
HP → <https://akashi.uzura.info>