

旅産業

地域資源を活かした
新しい観光を考える

実践講座

vol.7

森林セラピー基地いいやま・セミナー開催 「森が伝えるエネルギーと癒し効果」

多くの市民に“森林セラピー＝「森の癒し効果」”について知っていただきたいと3月8日にセミナーを開催しました。講師は薬剤師で森林インストラクターでもある飯田みゆきさんです。



講演では、「癒しとは何か?」ということから「森で癒されるヒミツ」について説明されました。また、森の中で気軽に楽しめる呼吸法や健康体操、樹林気功などのレクチャーもあり、教室内でリラックスすることができました。飯田さんは、昨年秋なべくら高原のブナ林や小菅の修験道を散策したとき、飯山の森は「人とのつながりのある森」だと感じられたそうです。

人の暮らしのそばにある森の「ぬくもり」— それは森林セラピー基地いいやまの魅力ではないでしょうか。一人でも多くの方に地元の森の魅力を感じていただけるよう、今後もセミナーや体験イベントなどを開催する予定です。お楽しみに!

「森林セラピー基地いいやま」の今年のテーマは “ふなの森からはじまる 「ぬく(温)もり(森)の旅」”

所定の研修を受けた基地認定の「森の案内人」と「宿」が、お客様をお待ちしております。「案内人」はお客様の目的・健康状態等をお聞きし、ご希望にあった森や自然の空間をご案内します。また、森の近くには29件の「宿」があり、森のように居心地の良い休憩時間と、地元で採れた旬の食材を使った健康食をご提供します。認定宿の目印は写真のプレートです。



■お問い合わせ先
市役所観光課旅産業係 ☎ 3111 内線 233

美術館報

郷土にゆかりのある
画家の絵画作品を展示
常設展示

⑥長谷川青澄作
『舞う妓』



春の展示替えをしました!

- 入館料：大人 300 円、市内の小・中学生は入館無料（引率、同伴の方を含む）。
- 開館時間：9：00～17：00（入館は16：30まで）
- 休館日：毎週月曜日
- 飯山市美術館 ☎ 1501

利融通情報 ~不用品の交換~

- ◆譲ります（無料）
 - ☞ベッドマット（シングル）① ☞ハイベッド① ☞ベビーベッド①
 - ☞彫刻用板（サワラ木塗装済み）②④ ☞サーフィンボード① ☞エレク
 - トーン① ☞自転車（24インチ）① ☞もちつき機①
- ◆譲ります（有料）
 - ☞ピアノ① ☞自転車（26インチ）①
- ◆譲ってください（無料）
 - ☞風呂釜① ☞車載拡声器① ☞箱膳④
- ◆譲ってください（有料でも可）
 - ☞除雪機（20馬力以上）① ☞電子ピアノ①

※希望される方は、生活環境室（電話 62-3111 内線 192）までご連絡ください（掲載期間は6か月間です）。掲載の品物の登録者をご紹介しますので、当事者間で交渉をしてください。なお、品物の引き渡しに生じた問題は当事者間で解決してください。

編集後記

▼春になりましたね。市内は菜の花をはじめ、5月には飯山の自然を活かした森林セラピー基地もグラントオープンします。私たち市民はもちろん、市外から訪れるお客様にも飯山の自然を満喫していただき「飯山ファン」が更に増えてくれることを期待しています。▼市報を担当して、今月号で丸1年となりました。編集作業にはだいぶ慣れましたが、内容はまだ工夫の余地が多くあるなど反省しています。▼今年はずっと一度、読む人の目線に立ち、情報がしっかりと伝わる市報にしていきたいです。また市報について「もっとこうしてみたら」といった提案などありましたら、お気軽にお寄せください。二ノ宮