



森林セラピー® 参加者募集



森林セラピーとは

透明なせせらぎの音、やわらかな木漏れ日、木々をわたる風、杉や桧のすがすがしい香り。
森林が持つ力は、これまで「森林浴」として知られてきましたが、それはあくまで感覚的なものでした。
そこで、この「森林浴」によって気持ちがりリラックスすることはもちろん、
実際に身体の免疫力が上がり血圧等の数値が改善するなどの効果を科学的に解明し、
「こころとからだ」を健康にしようとするのが「森林セラピー」です。

森林セラピーコース



次郎坊天狗橋コース

ロード内に地元のスギやヒノキを利用したウッドチップが敷かれています。途中の視点場では遠くの山々が見渡せ清々しい風を感じることができます。

🕒 約1.5時間 🚶 約3.0km



求菩提山周回コース

国指定史跡に指定されている求菩提山の中をめぐるコースです。鬼の石段や五窟めぐりなど多くの歴史に触れることができます。

🕒 約3時間 🚶 約3.4km



犬ヶ岳せせらぎの森コース

新緑の時期も紅葉の時期も楽しめる時期で変化する景色や植物を間近で感じることができます。五感を使った体験が沢山できます。

🕒 約2.5時間 🚶 約3.0km



鳥井畑里山おさんぽコース

どこか懐かしく感じる里山風景を眺めながらセラピーウォークを行います。四季折々の花木もロード中で見ることができます。

🕒 約2時間 🚶 約3.0km



枝川内あじさいコース

期間限定のコースで初夏は約1万6千株のあじさいを楽しめ初秋は一面に広がるそばの花を楽しむことができます。

🕒 約1.5時間 🚶 約4.0km



才尾一本桜見晴らしの丘コース

期間限定のコースで隠れスポットのようなコースです。頂上の「一本桜」をめがけてセラピーウォークを行います。丘の上からの眺めや笹の小道を楽しめます。

🕒 約2時間 🚶 約3km

ガイド料金 (保険込)

○1~3名…グループ様 4,500円

○4名以上…お1人様 1,500円

ガイド1名つき5名様までご案内します。

[申込・問合せ先]

豊前市役所商工観光課 ☎0979-82-8085