

～ 新緑を歩く、風のおいを嗅ぐ、山菜を食べる... ～

佇んで、ただ、林を感じる

# 新里山の過ごし方

古い時代のよき思い出として語られる「里山」や「雑木林」とは、実際、どんな風情でどんな風に営まれていたのか。それが、わたしたちのこころや体に知らず知らずにどんな風に効いていたのか…。

今回のフォーラムは、昨年の晩秋から新緑の環境に場所を替え、ただ身を置いてみることにフォーカスをあててみます。

\*「こころの森フォーラム」では、生活の身近な場所に多様で豊富な樹林を持っている  
苦小牧と近隣で、もういちど、森の中に自分の大好きな居場所を探して、人と森林のつながりを求めていきます。

## 日時

平成 24 年 5 月 26 日(土)

10:00～15:00

**集合場所** HP 参照

苦小牧市静川 雑木林ケアセンター

## 申し込み

下記事務局へ 先着 20 名まで

**参加費は大人 500 円、子供無料**

小雨決行、場合により薪ストーブ談話

## 主催

こころの森フォーラム実行委員会

NPO 法人 苦東環境 commons

## 後援

日本森林保健学会

北の森林と健康ネットワーク

医療法人 こぶし 植苗病院

## スケジュール

ゆるやかにオープン

10:00 ころ オープニングと過ごし方メニュー

フットパス散策

薪割り、薪積み

焚き火と団らん

12:30 ころ 昼食

山菜の天ぷら、スドキのおひたし

14:00 ころ 午後の部

薪オブジェ創作

お茶(北の森カフェ)

森林健康&森療タイム

ゆるやかに解散

15:00 ころ

参加ご希望の方は下記へ e-mail で

「こころの森フォーラム」実行委員会事務局 (NPO 苦東環境 commons)

草苅 健 mail [kt-884-556@nifty.com](mailto:kt-884-556@nifty.com)

携帯 090-6999-2765